

Geburtsgeschichte Alexander

„Wann kommst Du endlich, Kind? – Ups, wir sind schon mitten in der Geburt?“

Unsere Vorgeschichte:

Am 31.8.2011 kam meine erste Tochter Anna zur Welt. Ich habe die Schwangerschaft sehr genossen, inkl. Schwangeren-Yoga, bin viel schwimmen gegangen. Gewünscht und geplant haben mein Mann und ich uns eine ambulante Geburt im Krankenhaus und haben uns eine Hebamme für die Nachbetreuung organisiert, die wir auch davor in einem Geburtsvorbereitungskurs hatten. Außerdem habe ich bei dieser Hebamme Akupunktur zur Geburtsvorbereitung machen lassen. Mit der Geburt selbst habe ich mich kaum auseinander gesetzt, da ich dachte, „Ich bin eh im Spital, die machen das dort tagtäglich, werden schon wissen was sie tun. Andere Frauen haben das auch geschafft. Vielleicht flutscht mein Baby ja wirklich mit einer Leichtigkeit aus mir raus, und wenn nicht, wird's auch so klappen.“

Im Endeffekt war die Geburt dann ganz anders als gedacht. Zuerst gab's einen Blasensprung gegen 18 Uhr abends, gleich danach fuhren mein Mann und ich ins Spital. Dort setzten dann gegen 2 Uhr morgens leichte Wehen ein, ich war total begeistert. Und voller Energie und Freude „veratmete“ ich diese leichten Wehen inkl. Pezziball. Nach rund zwei Stunden waren diese Wehen vorbei und der nächste Tag verging mit leichten Wehen, ca. 1 pro Stunde, stundenlangem Auf- und Abgehen am Gang und letztlich wurden die Wehen eingeleitet. Ab ca. 21 Uhr gabs dann stärkere Wehen, ich legte mich in eines der Betten in einem Kreissaal, fühlte mich dort etwas gefangen, wegen CTG-Kabel. Mein Mann und ich fühlten uns recht alleine gelassen, denn in dieser Nacht kamen kurz vor unserer Tochter noch 2 andere Kinder zur Welt. Im Krankenhaus war allerdings nur eine Hebamme, die natürlich alle Hände voll zu tun hatte und nur hin und wieder zu uns reinschauen konnte. Auch ein Arzt war anwesend, der aber auch immer wieder mal kurz die Tür öffnete, von dort aus einen Blick zu uns warf, um mit einem Statement „hier wird's noch dauern“ die Türe wieder zu schließen. Mein Mann und ich hätten uns definitiv mehr Unterstützung gewünscht, was aber zu diesem Zeitpunkt leider unmöglich war. Letztlich kam meine Tochter um 1:33 zur Welt. Hebamme und Arzt meinten, ich sollte mit den Wehen mitpressen / schieben, aber ich selbst merkte nicht mehr, wann ich überhaupt eine Wehe hatte und drückte somit einfach irgendwann mit. Damit meine Tochter geboren werden konnte, wurde von außen auf meinem Bauch gedrückt und plötzlich war sie da. Ich hatte das Gefühl, es würde meinen gesamten Unterleib zerreißen und das wars dann mit mir.

Obwohl das alles recht traumatisch war, war es dann doch ein unglaubliches Hochgefühl, Anna in meine Arme zu nehmen, an meine Brust anzulegen, dieses kleine zauberhafte Wesen zu empfangen und kennenzulernen. Diese intensive Kennenlern-Zeit konnten wir ausführlich genießen und noch am gleichen Tag verließen wir am frühen Nachmittag das Krankenhaus, um zu Hause in der liebevollen familiären Runde empfangen zu werden.

Kurz vor Annas 2. Geburtstag überlegten mein Mann und ich, ob wir vielleicht nun doch noch ein zweites Kind bekommen sollten. Wir zwei kopflastigen Planer waren noch etwas unschlüssig und haben uns dafür entschieden, es darauf ankommen zu lassen. Und zack, bumm, gleich bei der ersten Möglichkeit wurde ich offensichtlich schwanger – habe meine Schwangerschaft in der 10. Woche bemerkt!!

Die Schwangerschaft selbst verflog wie im Flug, durch Töchterchen und projektweise Arbeit hatte ich nicht so viel Zeit wie beim ersten Mal, ich nahm mir jedoch wieder das Schwangeren-Yoga als Auszeit für mich und mein Baby in mir.

Zudem haben mein Mann und ich das Glück, dass ein wunderbarer Hypno-Birthing Kurs im Seminarhaus meiner Schwiegermutter angeboten wurde. Nachdem ich von vielen Frauen so viel Positives davon gehört hatte, wollte ich unbedingt diesen Kurs als Vorbereitung machen. Viele Leute in meinem Umfeld reagierten überrascht, dass ich überhaupt noch einen Geburtsvorbereitungskurs machte, da es ja eh schon die zweite Geburt war und „ja schon weiß, wie das geht“. Mein Mann und ich waren uns aber einig, dass das bestimmt eine gute Vorbereitung und Einstimmung für uns werden würde und so nahmen wir uns diese Zeit, auch als Pärchen-Zeit.

Der Kurs war fantastisch und im Laufe des Kurses wurde mir klar, dass ich mein Kind unbedingt so natürlich wie möglich zur Welt bringen möchte, und das möglichst in meinem Haus, in meinen eigenen vier Wänden! Mein Mann war davon anfangs überhaupt nicht begeistert, er war völlig dagegen, bis er Josy kennenlernte! ☺ Dann war auch er bereit für diesen Schritt.

Und so vergingen dann die Wochen – die Treffen mit Josy vor der Geburt waren ein Traum, weil wir über Gott und die Welt plauderten, und zwischendurch einiges für die Geburt besprachen, aber es war nicht im Vordergrund, weil für mein Gefühl eh alles klar war.

Und dann kam der...

Montag, 28. April 2014

Nach einem wunderbaren Nachmittag im Garten merke ich ab ca. 18 Uhr wieder leichtes Ziehen im unteren Bauch, denke mir aber nicht viel Weiteres. Denn das Ziehen hatte ich schon die zwei Tage davor immer wieder ein Mal.

An diesem Montag gehe ich dann bis 20:15 umher, beobachte das Ziehen, das stetig da war, aber nicht stärker wurde. Um 20:15 lege ich mich mit meinem Mann auf die Couch, um mein Montag-Abend-Programm zu genießen: Millionenshow und Wer wird Millionär in Abwechslung. Anna ist bereits um 18 Uhr eingeschlafen, was sie das letzte Mal vor ca. 1 – 1,5 Jahren gemacht hat!!

Das Ziehen wird weniger bzw. geht ganz weg. Dennoch beschließe ich um 21:00 Josy anzurufen, um ihr Bescheid zu geben, dass es vielleicht diese Nacht soweit ist. Sie bestätigt meinen Plan, schlafen zu gehen, damit ich möglichst ausgeruht bin, falls es wirklich losgeht. Tipp von Josy: wärmeflasche auflegen, hinten ins

Kreuz (was ich vorher schon gemacht habe) und vorne aufs Schambein. Das tue ich und lege mich so mit zwei Wärmeflaschen ins Bett.

wenige Minuten später gehe ich wieder vom Schlafzimmer zu meinem Mann ins Wohnzimmer, weil das Ziehen stärker ist, sodass ich nicht schlafen kann. Ich wandere wieder umher und gebe Josy Bescheid, dass es jetzt stärker ist und wir uns melden, wenns noch mehr wird.

Nach einigen WC Besuchen beschließe ich in die Badewanne zu gehen. Dort lasse ich etwas Wasser ein, sodass meine Unterschenkel wasserbedeckt sind, wenn ich im Vierfüßerstand in der Wanne knie. Nach vorne stütze ich mich beim Badwannenrand auf und merke rasch, dass ich das Ziehen veratmen muss, mich etwas konzentrieren muss. Während dem Ziehen nehme ich immer wieder die Brause und dusche meinen Rücken. Mexx ruft in der Zwischenzeit Josy an und sagt ihr um 22:44, dass sie bitte kommen möge.

Die Badewanne verlasse ich dann recht rasch wieder, weil ich mich dort nicht so gut auf das Ziehen konzentrieren kann und gehe ins Wohnzimmer, dort nehme ich einen Hocker, auf den ich mich mit meinem Oberkörper aufstütze und veratme das mittlerweile stärkere Ziehen. Langsam wird mir jetzt klar, dass das nun schon Wehen / Wellen sind. Ich bin total positiv gestimmt und konzentriere mich auf meinen Körper.

Plötzlich platzt die Fruchtblase, mit einem deutlich hörbaren „plop“ und etwas Wasser rinnt meine Beine runter. Ich muss in mich hineinlachen vor lauter Freude, weil ich das so bewusst miterlebe und es sich irgendwie witzig anfühlt. Das Ziehen ändert sich, ich verspüre schon einen leichten Drang, anzudrücken. Ich frage meinen Mann, wann denn Josy kommen wird. Er meint, dass sie nach 1 - 2 Wehen da sein würde.

Das stimmt genau, Josy kommt und untersucht mich, meint, ja, sie kann den Kopf schon spüren und der Muttermund wäre schon vollständig offen. Das hat mich total überrascht, weil ich „befürchtete“, jetzt zu hören, dass der Muttermund erst wenige cm offen wäre und das noch gar nichts ist usw.

Ich beschließe den Ort zu wechseln und gehe ins „Malzimmer“. (Das Zimmer hatte ich mir hergerichtet für die Geburt, zwischen Hometrainer und Kinderspielsachen fanden meine Entspannungs-Utensilien Platz, wie eine wunderschöne Geburtskerze, Tücher, ein Bild etc.) Zuerst meine ich, dass ich eine andere Position brauche, ich denke da an die liegende (käferartige) Geburtsposition bei Anna. Weil mir mein unterer Rücken mittlerweile schon sehr stark weh tut, hatte ich diese Idee, dass ich lieber liege anstatt zu knien bzw. im Vierfüßerstand zu bleiben. Im Malzimmer angekommen, ist diese Idee wieder weg und ich knie mich auf die ausgezogene Couch, gestützt an die Lehne. Das Licht ist hell, ich denke noch kurz daran, um die kleine Stehlampe zu bitten, aber es ist mir nicht wichtig genug, um den Wunsch auszusprechen. Und so bleibt das Licht so hell wie es normal ist.

Der Pressdrang wird stärker und ich beginne nach unten zu atmen und zu drücken. In den Wehenpausen lasse ich meinen Kopf tief in die Lehne sinken und entspanne mich sehr, fühle mich irgendwie wo anders. Mexx sagt mir immer wieder irgendwas Positives, wie „Du

machst das so gut“. Josy meint, ich solle beim nächsten Mal etwas länger mitschieben, damit das Kopferl weiter rauskommen kann. Das mache ich, ich drücke und atme mit der nächsten Welle lange mit und dann kommt der Kopf raus. Während dem Schieben denke ich die ganze Zeit daran, aufs Klo zu gehen. Ich halte den Kopf mit meiner Hand an. Josy sagt, dass er viele Haare hat und ich freue mich richtig. Ich bin gerade so glücklich, was ich auch sage. In einer Wehenpause sage ich: „Es ist so schön, es ist so schön.“ Bevor ich das sage, überlege ich eine Wehenpause zuvor noch, ob ich das sagen soll/darf oder lieber nicht. Aber nachdem ich diese Situation gerade so schön empfinde, teile ich das dann auch mit. Ich höre leises, überraschtes und zustimmendes Lachen von Mexx und Josy.

23:49 Uhr: Mit der nächsten Welle kommt Alexander zur Welt, ich sehe nach unten, wo er plötzlich mit einem Platscher zu liegen kommt. Ich spüre keinen Schmerz, sondern nur meine Gefühle fürs Baby, das jetzt hier bei mir ist. Ich hebe meinen Fuß übers Baby und nehme das Baby zu mir, lege mich halbaufrecht hin und halte Alexander in meinen Armen. Ich bin total überwältigt von den ganzen Gefühlen.

Gleichzeitig spüre ich auch, wie meine Beine in Nassen aufliegen und plötzlich bekomme ich Schüttelfrost. Mit Decken und etwas Trocknen versuchen Josy und mein Mann, dass es mir wärmer wird.

Irgendwann kommt bei mir das Gefühl, dass jetzt etwas zu tun ist, das sage ich auch. Josy und mein Mann nabeln Alexander ab. Dann wird die Plazenta geboren. Ich glaube auch mit viel Begleitflüssigkeit und leicht unangenehmem Ziehen.

Etwas später wacht Anna auf, gegen 1 Uhr morgens. Mein Mann kommt mit ihr zu uns ins Zimmer. Anna sieht zu, wie Alexander von Josy versorgt wird, abgewogen und abgemessen wird. Josy kürzt die Nabelschnur und gibt das blaue gehäkelte Blumenband auf den Nabel anstelle der Nabelklemme.

Wir sind alle überglücklich. Ich genieße es auch in vollen Zügen, wie Alexander von Josy versorgt wird und Anna mit meinem Mann dabei zusieht.

Dann kuscheln Anna und ich mit Alexander auf der Couch. Auch mein Mann kuschelt sich zu uns. Josy macht dann Fotos von uns allen gemeinsam.

Es ist ein unglaublich schönes Gefühl, Alexander jetzt endlich bei uns zu haben und ihn gemeinsam mit Anna in unseren eigenen vier Wänden zu begrüßen.