

Über das Wunder einer Geburt

oder

eine Gegendarstellung zu den vielen furchteinflößenden Geburtsberichten

Ich möchte mit meinem Geburtsbericht Frauen ermuntern, ohne Angst in die Geburt zu gehen und auf die Kräfte ihres Körpers zu vertrauen. Ich habe die Geburt als eines der schönsten Ereignisse in meinem Leben wahrgenommen und sie hat mich und meinen Mann noch viel enger verbunden. Mit Josy an unserer Seite fühlten wir uns sicher und einfach nur wunderbar unterstützt. Nur eine Hausgeburt konnte uns eine Geburt in einer so familiären und friedlichen Atmosphäre ermöglichen.

Meine Schwangerschaft konnte ich sehr genießen. Ich hatte zu keiner Zeit Beschwerden und konnte mich so ungetrübt auf unseren Sohn freuen. Unser errechneter Termin war der 30.5. und so erwartete ich als Erstgebärende die Geburt für Anfang Juni.

Am 20.5. wachte ich frühmorgens immer wieder wegen einzelner Wehen auf. Recht genervt stand ich um 6 Uhr auf, da die Wehen im Liegen nicht mehr zu ertragen waren. Ich war noch ziemlich müde, aber so langsam realisierte ich, dass es sich wirklich um richtige Wehen handeln könnte. Ich vertrieb mir die Zeit am Computer und behielt nebenbei die Uhr etwas im Auge. Erstaunlicherweise waren die Wehen schön regelmäßig, alle 4 oder 5 Minuten. Ich begann mich richtig zu freuen und als es 9 Uhr war, weckte ich mal meinen Mann, weil ich in die Badewanne gehen wollte. Typisch, kaum lag ich in der Wanne hatte ich noch genau eine Wehe, dann war es erstmal aus. Trotzdem genoss ich sehr das warme Wasser und kletterte erst wieder raus, als es schön langsam zu kalt wurde. Ein gemütlicher Tag folgte, an dem ich hin und wieder Wehen hatte. Mal wieder alle 5 Minuten, dann wesentlich seltener. Ich dachte, so wird das nie was und war frustriert, weil ich mich schon so auf unser Baby gefreut hatte. Ein Mittagsschlaf war natürlich nicht möglich, fingen die Wehen doch wieder genau dann an, als ich schön eingeschlummert war. Da ich einfach zu langsam aus dem Bett kam, musste ich eine Wehe im Bett aushalten, was wirklich sehr unangenehm war. Mein Mann und ich beschlossen dann, recht früh abends schlafen zu gehen, falls es doch in der Nacht losgehen sollte, was ich sehr bezweifelte. Doch kaum lagen wir um 20 Uhr im Bett kamen die Wehen regelmäßig alle 15 Minuten, dass man den Wecker danach stellen konnte. Wir vertrieben uns also die Zeit mit einem netten Film bis es kurz vor 23 Uhr plötzlich nass wurde. Die Fruchtblase war bei einer schön kräftigen Wehe geplatzt. Das war dann das Signal für uns unsere liebe Hebamme Josy anzurufen, denn sie hatte uns angekündigt, dann auf jeden Fall einmal vorbeischauen zu wollen. Das Gespräch hat genau zwischen zwei Wehen gepasst, kaum habe ich aufgelegt, kam die nächste. Mittlerweile waren die Abstände deutlich kürzer, alle zwei bis drei Minuten. Mir ging es aber ganz gut dabei. Ich habe mich wieder sehr gefreut, dass unser Baby vielleicht doch bald da ist und so konnte ich einfach jede Wehe hinnehmen ohne groß darüber nachzudenken. Ich bin dann wieder in die Badewanne, was mir einfach supergut getan hat. Mit ganz ruhiger Atmung kam ich mit allen Wehen gut klar. Als dann Josy so gegen Mitternacht da war, habe ich zum ersten Mal so richtig die Herztöne von unserem Kleinen hören können und das klang so wunderschön :-). Er ließ sich von den Wehen überhaupt nicht beeindrucken, hatte immer schön 140 Schläge in der Minute. Kurz vor 1 Uhr bin ich dann aus der Wanne, weil mir ein bisschen der Kreislauf nachgegeben hat. Deswegen ging es dann kurz an Land weiter. Ich setzte mich zu Josy auf das Sofa. Dort wurden dann die Wehen recht bald ziemlich

unangenehm. Die angebotene Untersuchung des Muttermunds lehnte ich erstmal ab, weil ich große Angst davor hatte, dass ein enttäuschender Befund rauskäme und ich dann sehr demotiviert gewesen wäre. Schließlich ließ ich mich aber doch überreden. Ich wäre Josy am liebsten um den Hals gefallen und konnte es gar nicht glauben, dass der Muttermund schon ganz offen war. Ich begriff, dass die anstrengenden Wehen Übergangswellen waren und konnte alleine aufgrund dieser Erkenntnis gleich viel besser mit ihnen umgehen. Ich hatte vorher schon gelesen, dass die ziemlich unangenehm sein würden. Ich entschied mich dann, in den vorbereiteten Pool zu gehen, weil mein Kreislauf sich wieder gut erholt hatte und ich mir eine Wassergeburt gewünscht habe. Im Pool spürte ich dann sehr bald, dass unser Baby tiefer rutschte. Josy erklärte mir, dass er immer wieder zurückrutschen würde bis er irgendwann weit unten bleiben würde. Bei jeder Wehe hoffte ich, dass er bleiben würde, aber immer wieder rutschte er zurück. Zwischen den Wehen hörte Josy immer wieder nach den Herztönen. Trotzdem genoss ich die recht langen Pausen sehr. Plötzlich wurde Josy ganz bestimmt und sagte mir, ich solle aus dem Pool, denn dem Kleinen würde es nicht gut gehen und er müsse jetzt sofort raus. Großer Schreck meinerseits! Wie ich aus dem Pool gekommen bin, weiß ich überhaupt gar nicht mehr, aber zum Glück war das Bett nicht weit. Darauf ließ ich mich fallen und bei der nächsten Wehe kam der Kopf sehr viel tiefer. Ihre Aussage, die Rettung zu rufen, motivierte mich noch mal ungemein und stellte meine Angst vor der Geburt des Kopfes in den Schatten. Eine weitere Wehe und viel Kraft meinerseits und der Kopf war da. Auf Aufforderung von Josy drückte ich noch einmal und spürte, wie der Körper geboren wurde. Das ging dann auf einmal so leicht, dass ich dachte, sie hätte gezogen, was aber nicht der Fall war. Sie hängte unseren kleinen Sohn über ihre Hand, damit noch das restliche Fruchtwasser ablaufen konnte, was mir den größten Schreck des Abends bescherte, da er so leblos und ohne jede Körperspannung da hing. Aber Josy beteuerte mir auf meine ständigen Fragen jedes Mal wieder neu, dass es ihm gut gehen würde und da hatte ich ihn schon auf meiner Brust. Ganz schön glitschig war er und ich musste mich bemühen, ihn festhalten zu können. An meinem wieder einigermaßen dünnen Bauch vorbei konnte ich die Bescherung auf dem Bett sehen, alles war blutig und es sah irgendwie nicht gut aus. Aber auch mir sollte es laut Aussage von Josy gut gehen. Irgendwie hatte sich die Plazenta frühzeitig gelöst, weswegen auch die Herztöne plötzlich so stark abgefallen sind und bei der Geburt schon sehr viel Blut mitkam. Ich war sehr erleichtert, als klar war, dass wir nicht ins Krankenhaus müssen. Dann ging es ans Kuscheln und damit haben wir bis heute nicht aufgehört :-). Unsere liebe Josy hat mich dann noch gewaschen, frisch eingekleidet und unser Bett gemacht. Anschließend haben wir uns noch lange unterhalten und als sie dann gegangen ist, waren wir schon gut in unserer Dreisamkeit angekommen.

Für mich war es eine wunderschöne Geburt, die genau richtig lange gedauert hat, bei der ich mich zu jedem Zeitpunkt sicher und gut aufgehoben gefühlt habe und die von Ruhe und Harmonie geprägt war. Der etwas hektische Schluss ließ sich aufgrund von medizinischen Gegebenheiten nicht vermeiden, aber das Vertrauen zu Josy war entscheidend für mich, nicht ängstlich oder panisch zu werden, sondern genau ihren Anweisungen zu folgen, was letztlich einen wunderbaren Abschluss möglich gemacht hat. Danke, liebe Josy!