

## Geburtsbericht

Nach mehreren Nächten Vorwehen, in denen ich kaum Schlaf fand, klagte ich Josy an diesem Mittwochvormittag mein, durch Schlafmangel erzeugtes, Leid. Langsam wurde ich einfach ungeduldig und konnte es kaum erwarten, dass diese doch schon recht regelmäßigen Vorwehen ENDLICH in Geburtswehen übergehen würden. *Gibts doch nicht...* schließlich kamen die 2 Großen ja auch deutlich vor dem Termin. Und dieser Zwerg ließ sich wirklich bis zur letzten Woche Zeit... unglaublich! ;-)  
Aber nachdem Josy mir versichert hat, dass mein Körper tolle Vorarbeit leisten würde und alles super gut passen würde, war Josys einziger Rat "*Geh halt mal a ordentliche Runde spazieren!*" Gesagt, getan... und damit es sich auch auszahlt marschierte ich am Vormittag und nach Nachmittag jeweils eine Stunde über Stock und Stein durch Wald und Wiese, bergauf bergab... und abends lag ich halb tot auf der Couch und gratulierte mir selbst dazu, mal wieder etwas übertrieben zu haben. Aber mein "Marathon" zeigte Wirkung... um 2:30 Uhr wachte ich mit der ersten Wehe auf! Zwar merkte ich von Beginn an, dass die Wehen anders sind als die Nächte zuvor, aber ich konnte es dennoch nicht glauben, dass es jetzt wirklich losgeht. Und schon gar nicht wollte ich Josy um sonst aufwecken. So wartete ich Wehe um Wehe ab ... um 4 Uhr rief ich dann doch mal Josy an um sie über den Stand der Dinge zu informieren. Wir vereinbarten, dass ich erst mal in die Badewanne gehen würde und wir mal schauen, was sich weiter tut. Um 4:45 Uhr, ich war noch immer nicht ganz überzeugt, dass unser Baby heute kommen würde, aber auf Drängen meines Mannes ("Des is net mehr NIX!"), riefen wir Josy an und sie versprach sich gleich auf den Weg zu machen.

In der Zwischenzeit veratmete ich Wehe um Wehe, marschierte im Wohnzimmer auf und ab und lag zwischendurch auf der Couch. Ich wand meine HypnoBirthing Entspannungs- und Atemübungen an und kam wirklich sehr gut mit den Wehen zurecht. Währenddessen richtete mein Mann den Geburtspool her und ließ Wasser ein.

Josy kam ca. um 5:45 Uhr bei uns an... ganz heimlich still und leise, mich völlig in meinem Instinkt tun lassend, hielt sie sich im Hintergrund und war da wenn ich sie brauchte. Als mir das Wehenveratmen im Stehen zu anstrengend wurde, stieg ich in den Pool und kniete mich an den Rand des Beckens. Ich atmete unser Baby Wehe für Wehe nach unten und hielt die ganze Zeit über die Hände meines Mannes. Eine unglaubliche Erleichterung während den Wehen ein Stück dieser unglaublichen Kraft an ihn abgeben zu können. Ich wechselte zwischendurch immer wieder mal in die Seitenlage, dann wieder auf die Knie, aber ich merkte sehr bald, dass das Knien "meine" Position war. Irgendwann hatte ich das Bedürfnis mal zu fühlen, ob das Köpfchen schon spürbar ist und siehe da... ich konnte den Kopf von unserem Baby tasten. Von diesem Augenblick an konnte ich meine Hand nicht mehr fortbewegen. Ich spürte mich unserem Kind so nah, spürte in jeder Wehe wie sich das Köpfchen seinen Weg auf die Welt bahnt. Um 7:08 Uhr war es dann soweit... ich nahm unseren Sohn Oskar in Empfang. Er schwamm in meine Arme, ganz ohne Hilfe konnte ich ihn auf der Welt begrüßen! Ein unglaubliches Gefühl...!

Da lag er nun in meinen Armen und blickte uns ganz neugierig an. Ein ganz strammes, fittes, ausgebackenes Kerlchen! ♡

Nach nur ein paar Minuten fand er den Weg zur Brust und begann, mit einer unglaublichen Ausdauer, zu saugen. Nachdem der erste Hunger gestillt war, wechselten wir vom Pool auf die Couch um dort unser erstes Kennenlernen fortzusetzen. Josy richtete sich bei der Geburt der Plazenta, dem Abnabeln und dem Versorgen unseres kleinen Zwerges ganz nach unseren Vorstellungen. Ließ uns alle Zeit der Welt.

Wie auch schon bei unserem 2. Kind genossen wir den Luxus einer Hausgeburt in vollen Zügen. Selbstbestimmt, dem Instinkt folgend entbinden, stundenlanges Bonding und Stillen, stressfreies, heimeliges Wochenbett- einfach traumhaft! Und dafür danken wir dir sehr, Josy!