

Grundsätzlich hatte ich mich zur Geburt meines ersten Kindes dazu entschlossen, ambulant im Krankenhaus zu entbinden, obwohl ich die Variante einer Hausgeburt sehr interessant und wünschenswert empfand und ich schon ein paar Bücher zu dem Thema gelesen hatte.

Doch dann kam Corona, nachdem die Geburtsstation meines Wahlkrankenhauses gesperrt wurde, war für mich klar: „Ich brauche einen Plan B!“.

Und so nahm ich ca. 5 Wochen vor dem ET mit Josy Kontakt auf und zu meiner großen Erleichterung sagte sie mir von vorne herein zu, uns die Möglichkeit einer Hausgeburt zu bieten.

So konnte ich völlig positiv und entspannt der Geburt entgegen blicken und hatte bereits zwei Wochen vor der Geburt täglich Senkwehen.

Am 19.4.2020 vier Tage vor dem ET bemerkte ich bereits um 15.00, dass sich nun etwas tut, da sich immer wieder ganz leichte Wehen ankündigten. Gegen 22.30 steigerten sie sich in der Stärke und kamen in 7-10 min Intervallen. Per whats app kündigte ich Josy an, dass ich sie heute Nacht womöglich brauchen würde und so war ich die ganze Nacht munter, veratmete die Wehen fröhlich durch das gesamte Haus gehend und in dem Glauben, dass sie sich wohl nun bald steigern und in ihrem Intervall verkürzen würden. Dem war nicht so, dennoch war es mir von der Stärke her nicht mehr möglich wirklichen Schlaf zu finden.

Gegen 6.00 wurde mein Mann munter und war ganz erstaunt, als die Wehen allmählich in 5 Minuten Intervallen kamen, da ich ihn in der Nacht bewusst schlafen ließ, sodass er Kraft tanken konnte.

Um 7.30 riefen wir Josy an, eine halbe Stunde später traf sie ein und untersuchte den Geburtsfortschritt. Erfreut teilte sie mir mit, dass der Muttermund bereits 3cm offen war und ich somit in der Nacht gute Vorarbeit geleistet hatte. Mit ihrer ruhigen Art erklärte sie mir wie ich „weiter arbeiten“ konnte, nämlich am besten entspannen, liegen, vielleicht sogar etwas schlafen. Zudem sagte sie mir aber auch, dass die kleine Maus womöglich auch den Abend mit ihrer Ankunft abwarten würde, da Babys grundsätzlich gerne kommen wenn es finster ist. Sie ließ mich frei entscheiden, ob sie bleiben sollte oder ob sie noch einmal fahren sollte. Ich entschied mich dazu sie wieder zu rufen und konnte tatsächlich 3-4 Stunden teilweise liegend oder vor dem Bett kniend vor mich hin dösen.

Um 13.00 hatte ich das Gefühl, dass es nun wirklich ernst wird, zudem musste ich mich bereits zum 2. Mal übergeben, es war auch hilfreich am unteren Rücken einen Gegendruck zu spüren, ich benutze Wände, Türstöcke und mein Mann drückte teilweise mit den Händen dagegen.

Um ca. 13.30 traf Josy auf den Anruf meines Mannes hin erneut ein, sie untersuchte mich und stellte fest, dass ich bereits 8cm offen war. Ich freute mich darüber. Die Fruchtblase war jedoch noch immer ganz und die Herztöne unseren kleinen Mädchens immer konstant. Josy meinte, das die Kleine wohl keinen Stress hätte zu kommen, sowieso solange die Fruchtblase intakt ist. Ständig zwischen Bad, WC wandernd kehrte ich in mich, während Josy sich völlig zurück nahm, da sie wohl bemerkte, ohne dass ich etwas sagen musste, dass ich gerne alleine war. Zunehmend machte mir meine Müdigkeit immer wieder zu schaffen und sogar in der Badewanne sitzend, schlief ich immer wieder zwischen den Wehenpausen ein, dadurch verlängerten sich auch die Intervalle und die Stärke der Wehen schwächte ab. Mittlerweile kamen Zweifel, ob ich noch die nötige Kraft haben würde, Josy bestärkte mich immer wieder.

Nun war sie im richtigen Moment neben mir und leitete mich in Positionen an, welche den Fortschritt beschleunigen sollten. Die Müdigkeit machte mir einen Strich durch die Rechnung und Josy meinte, dass wir nun nur mehr zwei Stunden warten könnten, ansonsten müssten wir ins Spital übersiedeln.

Das wollte ich vom Gefühl her auf keinen Fall und so wirkte es auf mich wie ein Energieschub, die Müdigkeit ließ nach und die Wehen kamen mit Josys Anleitung sehr stark.

Als ich schließlich auf die Toilette ging, platze die Fruchtblase endlich.

Vierzig Minuten später gebar ich unsere Tochter um 20.03 in der Hocke vor dem Bett, mein Mann stütze mich, was mir unglaublich half. Im Schein einer Salzkristalllampe tat sie ihren ersten Schrei – es war ein unglaublicher Moment, an den ich immer wieder voller Freude denke.

Es war überhaupt die beste Entscheidung zuhause mit Hilfe von Josys unglaublich angenehmer Art und Ausstrahlung zu gebären. Ich fühlte mich zu jeder Sekunde sicher und gut aufgehoben (trotz 21 Stunden Wehen) im Nachhinein gesehen war es für mich als Person und uns als Paar eine großartige Möglichkeit zu wachsen und das Vertrauen in die eigenen Kräfte wurde gestärkt.

Liebe Josy, Dankeschön für diese unglaublich tolle Geburt- man merkt mit jeder Faser, dass dein Beruf eindeutig Berufung ist.