Fridolin * 22.11.12

22:09h – 3060g – 51cm - 34cm Kopfumfang

Wir haben nur mit zwei Hebammen ein Vorgespräch geführt und uns dann direkt für Karin entschieden. Die zweite Hebamme hat uns mit Kontraindikationen für eine Hausgeburt zugeschüttet, während Karin positiv und offen an die Sache herangeht und Zuversicht vermittelt, das hat uns gefallen und sympathisch war sie obendrein ;-) Außerdem war sie vor gut 2 Jahren die Hebamme bei der Geburt des Sohnes von guten Freunden, die nur Gutes über sie berichten konnten.

Der planmäßige Geburtstermin war noch 11 Tage entfernt. Ich war die gesamte Schwangerschaft hindurch sportlich aktiv. Immerhin bin ich Sportstudentin und sehe nicht ein, warum man auf einmal auf alles verzichten soll, nur weil man schwanger ist. Es ist schließlich keine Krankheit und mein Körper war die Bewegung gewöhnt. So bin ich weiterhin Rad gefahren (mein Transportmittel in der Stadt), war Inlineskaten und bin bis in die 37. Woche Sportklettern gegangen. Der einzige Grund, weshalb ich danach nicht mehr geklettert bin war, weil es mir danach zu kalt wurde um draußen zu klettern.

Nachdem ich seit zwei Tagen nur ein paar Tropfen Fruchtwasser verloren hatte, bin ich am Geburtstag nach Rücksprache mit Karin doch die 45min. auf die Uni geradelt. Es gab sonst noch keine Geburtsanzeichen und ich wollte nicht zu Hause wartend herumsitzen. Ich hatte von 9.30h-14h das erste Seminar- es war die letzte Sitzung dieses Blockseminars. Am Ende hat die Professorin noch kurz die Formalitäten für die schriftliche Seminararbeit erklärt und mich gefragt, ob ich wohl zuerst die Arbeit abgeben werde oder vorher das Baby kommt... Ja, es wäre schön, wenn die Arbeit auch schon fertig wäre ;-)

Ich hatte tagsüber im Seminar die meiste Zeit einen harten Bauch, aber es war nicht schmerzhaft. Dann bin ich weiter geradelt zum zweiten Seminar von 14.30-16h. Um 15.30h musste ich aufs WC wegen "Bauchweh", hatte da aber schon den Verdacht, dass das kein "normales Bauchweh" war. Als um 16h das Seminar aus war, hab ich Karin angerufen und gemeint, dass das wohl Wehen sind und ich sie heut vermutlich um ihre Nachtruhe bringen werde. Dann bin ich 45min nach Hause geradelt.

Daheim hab ich dann meinen Mann in der Arbeit angerufen und ihm gesagt, er solle lieber heute fertig stellen, was er fertig machen möchte, weil ich glaubte, dass er morgen wohl nicht arbeiten würde. Später hat er mich dann angerufen und gemeint, er geht jetzt aus der Firma weg aber fährt noch einkaufen. Da meinte ich, er solle doch bitte lieber direkt heimkommen. Ich hatte da schon schmerzhafte Wehen.

Er war keine 15min später daheim- in der Zeit hatte ich vier Wehen, die allerdings unterschiedlich stark waren. Er hat dann begonnen sowohl Abstände als auch Dauer der Wehen zu stoppen, weil ich nicht wusste, wann wir Karin herrufen sollten- Bescheid wusste sie ja schon. Sie meinte, wenn 2h lang die Wehen über 1min. in 5min Abständen kommen, sollen wir uns wieder melden. Ich hatte

Wehen von leicht bis sehr stark. Als jedoch nach einer Stunde Blut abging haben wir Karin angerufen und sie fragte mich, ob ich wollte, dass sie jetzt schon käme. JA, bitte!! Eine halbe-dreiviertel Stunde später war sie da. Ich hatte da schon ziemlich starke Wehen. Sie hat gefragt ob sie mich vaginal untersuchen darf und Herztöne abhören. Das war mir sehr recht, ich wollte wissen wie weit der Muttermund schon offen ist, denn selber tasten- so spannend das auch die letzten Tage war- in dem Moment wollte ich das nicht. Es waren ca 4cm. Dabei hatte ich bereits schon einen starken Druck nach unten. Karin hat auch bemerkt, dass ich schon mitpresse. Dabei war das gar nicht beabsichtigt, doch ich konnte nicht anders. Die ganze Zeit war ich im Vierfüßler mit dem Oberkörper auf dem Sitzball. Irgendwie war ich geistesgegenwärtig genug Karin und meinen Mann zu bitten, doch die Malerfolie und Leintücher über das Bett zu breiten, da ich die ganze Zeit im Vierfüßler am Bett mit dem Ball davor (unser Bett ist eine Doppelbettmatraze die am Boden liegt) verbrachte und irgendwie Angst hatte, das ganze nass zu machen, denn die Fruchtblase war immer noch nicht geplatzt. Ich bin also kurz auf den Boden umgezogen während die beiden das Bett präpariert haben. Keine paar Wehen später ist dann auf dem Bett mit einem riesen Platsch die Fruchtblase geplatzt sodass es einen 3/4m weit gespritzt hat. Ich hab in dem Moment nur gedacht: oje, jetzt ist die Karin geduscht! Denn sie war ganze Zeit hinter mir. Doch sie machte das ja nicht zum ersten Mal und hatte sich in Sicherheit gebracht. Mein Mann hat sich geärgert, dass er grad in dem Moment in der Küche war. Von da an sollte es nur mehr ca. 20 Minuten bis zur Geburt dauern.

Zu dem Zeitpunkt hat es schon richtig weh getan. Irgendwann war noch eine zweite vaginale Untersuchung und der Muttermund war schon sehr weit offen. Karin meinte, ich könnte vorsichtig mitschieben, wenn der Drang so groß ist. Ich war also mittlerweile im Vierfüßler mit tiefem Oberkörper damit es nicht ganzso arg nach unten drückt. Einmal hab ich dann auch hingefasst und den Kopf schon gespürt. Dann wieder ist der Kopf zurückgerutscht, was auch deutlich zu spüren war. In der ganzen Phase hat es einfach nur weh getan und ich hab gedacht, da reißt sicher was, das kann nicht ganz bleiben, so wie das weh tut. Ich hab Karin gefragt, obs "schon geht", also ich das Baby rausdrücken darf. Ich wollt einfach nur, dass er/sie (wir wussten ja das Geschlecht nicht) da raus kommt, weils so weh tat. In dem Moment war es mir egal, ob was kaputt geht. Ich hab dann gedrückt und er ist mit einer Wehe auf einmal rausgeflutscht, Karin hat ihn aufgefangen und mir zwischen die Beine gelegt. So lag er erstmal die ersten Momente, ich hab mich hingesetzt und ihn angeschaut und mal durchgeschnauft. Ich war erstmal fertig und hab gezittert nachdem ich die letzte Stunde ziemlich geschwitzt hatte und hab ihn nur angeguckt. Er hat gleich losgeschrien und das ging auch mal eine Weile so. Vielleicht hatte er selbst einen Schreck, dass es doch so schnell ging...

Ich hab mich dann auf die Seite gelegt und ihn vor mich an den Bauch gekuschelt. Irgendwann danach hat mein Mann die Nabelschnur durchgeschnitten und ich mich dann aufgesetzt und die Plazenta geboren. Das dauerte ein bisschen, weil ich zunächst irgendwie nicht mehr drücken konnte. War aber bald da...

Insgesamt dauerte die Geburt vom ersten Bauchweh an gerechnet 6,5h Stunden. Obwohl es gegen Ende, als der Kopf durchgetreten ist, sehr weh getan hatte, hatte ich keine Geburtsverletzungen abgesehen von einer kleinen Schürfwunde, die schon nach einem Tag nicht mehr zu spüren war.

Nach der Geburt bin ich bald duschen gegangen und Karin hat sich noch künstlerisch betätigt und die Plazentadrucke in unterschiedlichen Farben für uns gemacht :-)

Gegen 2 Uhr früh ist Karin dann heim gefahren. Ich war die ersten beiden Nächte so aufgewühlt von den Hormonen und dem Geburtserlebnis, dass ich nicht schlafen konnte obwohl unser Kleiner gleich in der ersten Nacht eine Durchschlafphase von 3 Stunden hatte und ich sehr wohl etwas zur Ruhe gekommen wäre. Endorphine sind echt was Tolles :-)

Es ist für uns klar, dass Fridolin kein Einzelkind bleiben wird und auch seine Geschwister zu Hause geboren werden sollen. Wir werden uns also in einigen Jahren wohl wieder bei Karin melden. Sowohl was ihre Besuche in der Schwangerschaft betrifft, die Begleitung bei der Geburt selbst als auch in der Wochenbettzeit haben wir drei uns bei ihr sehr gut aufgehoben gefühlt. Danke dir, liebe Karin!