

Geburtsbericht Hausgeburt Silas Immanuel

Der errechnete Geburtstermin unseres Wunschkindes war der 07.07.2016, aber der verstrich ohne besondere Ereignisse. In Absprache mit Karin ging ich am Donnerstag, den 14.07.2016 dann doch mal zur Kontrolle ins Krankenhaus. Nach der Erklärung dass ich durch die Hebamme zuhause gut betreut bin und deshalb erst jetzt zur Kontrolle komme, wurde ein CTG geschrieben und ein Ultraschall gemacht. Die Ärztin war mit allem zufrieden, die Plazenta war ok, auch die Fruchtwassermenge. Unser Kind lag mit dem Kopf schon tief unten. Trotz allem klärte mich die Ärztin auf, das, wenn sich jetzt nichts tun würde, sie am 10. Tag einleiten würden. Deshalb würde sie mich am Sonntagmorgen wieder erwarten. Sie entließ mich mit einigen Tipps wie ich vielleicht das Kind etwas locken könnte und gab mir Nelkenöl mit.

Gefrustet ging ich nach Hause. Da lief die Schwangerschaft völlig unkompliziert und wir hatten eine Hausgeburt geplant und dann kommen keine Wehen. Für einen Moment war ich von meinem Körper enttäuscht. Dem Kind ging es sehr gut und es gefiel ihm offensichtlich in meinem Bauch noch sehr. Aber irgendwie hatte ich auch langsam keine Lust mehr und wollte den Zwerg endlich kennen lernen. Die Tatsache dass mir nun nur noch 2 Tage für den selbstständigen Geburtsbeginn blieben, machte mir ganz schön Stress und es flossen auch ein paar Tränen. Ich telefonierte mit Karin, die mir Mut machte. Der Wehentee die letzten zwei Tage hatte keine Wirkung gehabt. Ich sollte mal die Nelkenöltampons probieren. Einen Wehencocktail würde sie erst am Samstag geben. Sie bot mir außerdem an, am Sonntag mit in Krankenhaus zu kommen. Das zu wissen tat gut, aber trotzdem blieben nur noch zwei Tage.

Die Nacht von Donnerstag auf Freitag war dann um 03:15 Uhr für mich zu Ende. Warum auch immer. Wehen gab es keine. Um halb sechs bin ich dann frustriert aufgestanden und anderthalb Stunden spazieren gegangen. Da der nahegelegene Park noch geschlossen hatte, blieb nur der Wald. Steile Wege bergauf und das ersteigen eines hohen Turmes waren gut zur Frustbewältigung, lockte aber keine Wehen. Zurück Zuhause schlief mein Mann immer noch seelenruhig. Um den Tag irgendwie „rumzukriegen“ fuhr ich erst mal in den Stall um mein krankes Pferd zu besuchen. Der Nachmittag verging und nichts passierte. Nur noch ein Tag also.

Aber da sind ja noch die Nelkenöltampons. Die zeigen dann am Freitagabend doch ihre Wirkung und zwischen 18 und 19 Uhr beginnen leichte Wehen und mit dem Tampon geht auch der Schleimpfopf ab. Ich versuche die Wehen erst mal zu ignorieren und schaue noch etwas fern. Karin informiere ich erst mal nur per SMS. Um 21 Uhr telefonieren wir dann, da ich gerne mal Rücksprache halten will, bevor es in die Nacht geht und ich inzwischen schon Wehen alle 3-5 Minuten habe die ca. 45 sec. anhalten. So bleibt es auch erst mal, ein paar Ausnahmen mit 30 sec. Dauer sind dabei, ansonsten pendeln sie sich dann so um die 55 sec. ein (Mein Mann notierte später auch einzelne Wehen über 60 sec). Zwischendurch muss ich mich mehrfach übergeben und auch mein Darm leert sich häufig. Ab 23 Uhr habe ich aufgehört mitzuschreiben, da ich nun doch die Wehen mehr und mehr veratmen muss. Meinen Mann habe ich so langsam als Unterstützung dabei und er massiert mir zwischendurch den Rücken. Aber ansonsten liege ich auf der Couch oder umarme mal den großen Ball. Die verschiedenen Positionen aus dem Geburtsvorbereitungskurs helfen mir nicht so viel. Kurz vor Mitternacht wird die Hose nass – offenbar der Blasensprung. Um halb zwei bestehe ich darauf dass mein Mann Karin anruft, egal wie weit es ist, ich möchte sie gerne hier haben. Er ist sich noch unsicher, „sind das schon so richtig richtige Wehen?“ Nach kurzer Zeit ist sie auch relativ wach am Telefon als mein Mann die Lage schildert. Sie kommt. Ich bin erleichtert, hoffe, dass sie gute

Nachrichten hat wenn sie mich untersuchen wird, denn zunehmend habe ich Druck nach unten. Sie wird später die Geburtsdauer ab 22 Uhr rechnen, ich versuche mir keine großen Hoffnungen zu machen denn im Vorbereitungskurs hieß es ca. 1cm pro Stunde und bei Erstgebärenden dauert es meist eh länger.

Karin ist kurz nach 2 Uhr da, während ich schon dabei bin, die Wehen zu „vertönen“. Sie schaut ganz überrascht nach der Untersuchung, ich wäre schon sehr weit. (Auf Nachfrage zwei Tage nach der Geburt bestätigte sie noch einmal, dass ich bereits bei 9cm war!) Während sie nun mit meinem Mann das Sofa mit Malerplane und Leintüchern eindeckt und den Gebärhocker bereitstellt, umarme ich kniend den Petziball bzw. ruhe mich in den tatsächlich schmerzlosen Wehenpausen darauf aus. Ich soll bei den Wehen wie ein Pferd prusten. Dann ziehe ich wieder auf die Couch, da ich seitlich liegend die Wehen noch am besten ertragen kann. Der Druck nimmt stetig zu. Wir wechseln ein paarmal die Position, probieren schon mal den Hocker aus. Dann soll ich wenn möglich ein paar Wehen ohne pressen veratmen. Insgesamt läßt sie mich aber einfach machen, was ich sehr gut finde, sie ermutigt und lobt mich, was mir sehr gut tut. Zwischendurch sind sie und mein Mann sogar nochmal eingeknickt... Gegen 3:45 Uhr fange ich langsam mal an mitzuschieben, habe aber den Eindruck, dass es noch zu früh ist und bin bemüht, den Druck noch auszuhalten. Doch mein Körper machte sich mehr und mehr selbstständig und schiebt nach unten was das Zeug hält. Gefühlt dauern die Presswehen 3h, laut Karin war es aber nur eine dreiviertel Stunde. Der Druck nimmt zu und nun kommt auch mir das „ich kann nicht mehr“, „Ich will nicht mehr“ und „es tut so weh“ über die Lippen. Mein Mann ist ein stiller, aber guter Unterstützer. Seine Nähe tut mir gut, auch wenn ich den Eindruck hatte, ihm gar nicht so richtig sagen zu können, was er tun sollte. Er meinte später, dass ich das schon sehr klar zum Ausdruck gebracht hätte, was ich wollte. ☺

Nach zwei, drei Wehen wo mein Mann und Karin gemeinsam stehend mit mir in die Hocke gehen, ziehe ich auf den Gebärhocker um, mein Mann sitzt stützend hinter mir, und nach einer viertel Stunde ist mir auch der brennende Schmerz egal und ich presse durch den Schmerz hindurch das Köpfchen auf die Welt. Vorher in Seitenlage durfte ich schon mal das Köpfchen ertasten. Jetzt noch eine Wehe und mein Baby liegt vor mir auf dem Boden. Es ist 05:06 Uhr am 16.07.2016. Mein Mann und ich sehen sofort, dass es ein Junge ist und begrüßen ihn mit seinem Namen. Karin reicht ihn mir an und ich nehme ihn auf den Arm. Noch während sie ein Handtuch um den Zwerg in meinen Armen legt, platscht unter mir (ohne dass ich noch mal eine Wehe bemerkt hatte) die Plazenta in die Schüssel. Ich darf abnabeln und ziehe dann mit Baby im Arm wieder auf die Couch um und wir bestaunen unser kleines Wunder. Karin räumt auf, begutachtet die Plazenta (alles da) und muss dann auch noch mich versorgen, da ich am Ende doch etwas eingerissen bin. Das Nähen dauerte fast eine Stunde und war teilweise dann doch trotz Betäubung sehr unangenehm. Zum Glück bin ich mit dem Zwerg beschäftigt, der seine ersten Andockversuche machte. Inzwischen hat er auch sowohl sich, das Handtuch und mich mit Mekonium bedacht. Als wir ihn nach ca. vier Stunden dann mal auspackten hat sich seine Beule am Kopf bereits zurückgebildet und weißt überhaupt keine Verformungen mehr auf. Unser kleiner Prinz wiegt 3360g, ist 51 cm lang und hat einen Kopfumfang von 35,5 cm, er schaut rosig aus und schaute interessiert aus seinen dunklen Augen. Und natürlich ist er das hübscheste Baby der Welt!

Da ich dann doch etwas mehr Blut verloren hatte, fällt das Duschen oder Baden aus (das holten wir zwei Tage später nach – mit Baby im Kräuterbad!) und der Gang zur Toilette ist nur mit Hilfe und in Etappen machbar. Egal. Zurück auf der Couch ist alles wieder gut und während der kleine Mann

neben mir und der große oben im Bett schläft, bin ich hellwach (Danke Hormone) und bestaune das Wunder in meinen Armen.

Das Stillen klappt auf Anhieb super, Milch gibt es am dritten Tag und sechs Tage nach der Geburt bei der ersten Untersuchung vom Kinderarzt hat er schon 60g über Geburtsgewicht. Der Nabel fällt nach sieben Tagen ab. Keine Anzeichen von Gelbsucht.

Die Nähte heilen gut und auch die Gebärmutter hat sich zügig wieder zurückgebildet. Die Nachwehen sind anfangs während dem Stillen schon zu spüren aber nicht besonders stark.

Ich habe die Geburt insgesamt als sehr schön empfunden und man vergisst die Schmerzen tatsächlich. Das Karin mich viel einfach hat selber machen lassen, hat mich sehr darin bestärkt das „Frau“ doch sehr gut instinktiv weiß, wie eine Geburt funktioniert – ohne das man das wirklich üben könnte. Und doch war sie mir eine gute Unterstützung und ich wollte sie nicht missen. Auch die Betreuung danach war super. Eine Woche lang habe ich mich wirklich bemüht Bettruhe zu halten. Gerade auch wegen der Verletzungen war sitzen sowieso nicht so prickelnd. Mein Mann und Freunde übernahmen das kochen und ich hatte Zeit für mich und mein Baby. Kann ich nur jedem empfehlen. Da unsere Verwandtschaft weit weg wohnt, gab es kaum jemanden der uns beratschlagen konnte und so konnten wir uns den Umgang mit Baby ganz stressfrei aneignen und stellten fest, dass wir beide sehr entspannt sind und man intuitiv gar nicht so viel falsch macht.