

Valerie, 06.01.2018

So wie in den vergangenen Nächten hatte ich, ab etwa halb drei, sehr regelmäßige Wehen. Gegen halb fünf habe ich mich in die Badewanne gelegt. Nachdem ich meinen Mann über die Wehentätigkeit informiert hatte, gesellte er sich wenige Augenblicke später zu mir ins Badezimmer. Wir plauderten und hörten Musik und genossen den Moment. Anders als in den Nächten zuvor hörten die Wehen nicht auf und so informierten wir Karin um 6 Uhr, da die Wehen schon sehr regelmäßig kamen. Sie waren zwar noch nicht super schmerzhaft und dauerten etwa 45 bis 50 sek, aber für mich war wichtig, dass Karin bescheid weiß. Gegen 7 Uhr kam sie mit Julia, einer Hebammenschülerin. Die erste Vaginaluntersuchung war etwas ernüchternd, der Muttermund war erst zwei cm geöffnet.

Nach einem kurzen Frühstück meinte Karin, dass ein kurzer Spaziergang die Wehen ein wenig mehr anregen würde. Unser Sohn (zwei Jahre) war zuvor von meinem Schwiegervater abgeholt worden. Wir spazierten also am Samstagmorgen durch die Straßen und klapperten die umliegenden Grünflächen ab. Die Wehen waren zu diesem Zeitpunkt sehr gut auszuhalten. Nach dem etwa 45 minütigem Spaziergang waren die Wehen etwas stärker, aber zurück Zuhause entschied Karin, dass sie noch einmal fahren würden, da das Warten allein entspannter ist und es wohl noch eine Weile dauern würde.

Ich legte mich noch einmal nieder, um Kraft zu tanken. Gegen 10 Uhr 30 waren die Wehen dann so unangenehm, dass ich meinen Standort ins Wohnzimmer auf die Couch verlagerte. Dort haben Michael und ich noch eine Runde Karten gespielt, bis die Wehen so stark wurden, dass ich nicht mehr sitzen bleiben wollte. Ich habe begonnen die Wehen zu veratmen und im Wohnzimmer auf und ab zu spazieren. Gegen 12 Uhr waren die ersten zwei länger-dauernden Wehen vorbei und wir haben Karin einen Zwischenbericht erteilt. Die Wehen kamen in fünf bis acht Minuten-Abständen und dauerten etwa eine Minute. Karin meinte, dass ich mich in einer halben Stunde noch einmal melden soll, sie sei aber jederzeit bereit loszufahren. Die Wehen wurden immer stärker und ich fing an meinen Wehen-harten-Bauch zu klopfen und zu schütteln und tief und teilweise tönend auszuatmen. Nach etwa 30 Minuten forderte ich Michael auf Karin anzurufen, dass sie bitte kommen soll, weil ich nicht mehr wollte. Gegen 13 Uhr meinte ich zu Michael, dass jetzt wohl die Presswehen starten würden. Inzwischen habe ich mich am Sofa niedergelassen. Nach der ersten solchen Wehe, läutete es und mein Mann lief hinunter um Karin die Türe zu öffnen. Diese kam sehr entspannt herein und meinte, dass sie erstmal die Herztöne abhören würde. Während sie das Gerät aus ihrer Tasche holte, kam die nächste Wehe, ich meinte nur: „Sie will raus, sie kommt jetzt.“ Der Druck in meiner Scheide war riesengroß, Karin zog mir die Hose gerade noch übers Gesäß nach unten und schwupps ergoss sich der Inhalt der Fruchtblase über meine Schenkel. Ich war sehr erstaunt. Karin wohl auch, denn sie hatte die Hebammenschülerin noch gar nicht informiert, sie wollte erst mal abklären, wie weit es um den Geburtsfortschritt bestellt ist. Also musste Michael Julia informieren, zu ihrem Glück war mein Bruder einen Stock tiefer zu Hause und konnte ihr die Türe öffnen, denn Michael durfte nicht mehr von meiner Seite weichen.

Karin hörte sich die kindlichen Herztöne an und war wohl zufrieden, sie meinte nur, dass ich dem Kind noch etwas Zeit geben soll und die Wehen veratmen. Sie schnaubte mir einmal vor und dann konzentrierte ich mich voll und ganz auf die Atmung um meinem Kind noch Zeit zu gewähren. Die Wehen kamen in, für mein Gefühl, sehr kurzen Abständen und ich konnte mich dazwischen nur kurz bis gar nicht entspannen. Immer wieder wollte mein Körper mitpressen, aber oft gelang es die Wehe

zu veratmen. Irgendwann meinte Karin, dass sie (unsere Tochter) jetzt kommen kann. Ich war überrascht und fragte nach, aber Karin meinte, dass ich jetzt drücken dürfte da das Köpfchen schon sichtbar ist und es auch in den Wehenpausen nicht zurück rutscht. Ich bat Karin, die mich bis dahin nicht berührt hatte und mich ganz selbständig machen ließ, den Damm etwas zu halten, da ich das Gefühl hatte zu platzen. Das tat sie und plötzlich war das Köpfchen schon da. Die Wehe war zu Ende, aber Karin meinte, dass sie sofort ganz raus soll. Also versuchte ich noch einmal zu schieben, was mir sehr schwer viel. Aber unsere Tochter war geboren.

Ich hatte danach trotzdem noch das Bedürfnis zu pressen und wollte die Plazenta sofort gebären. Aber die Nabelschnur pulsierte noch eine gefühlte Ewigkeit. Als sie endlich aufgehört hatte zu pulsieren, hatte ich kaum noch die Kraft die Plazenta zu gebären, aber sie kam dann doch vollständig heraus. Bei meinem ersten Kind wollte ich sie nicht sehen, aber diesmal habe ich sie angeschaut und ich fand sie sehr schön, man konnte die Fruchtblase noch erkennen und es war wirklich toll.

Nach der Geburt wurde ich mit zwei oder drei Stichen von Karin genäht und anschließend durfte ich mit meiner Tochter in die Badewanne. Nach der Badewanne legten wir uns noch einmal kurz aufs Sofa, verlagerten uns aber bald ins Bett. Karin, Julia und Michael räumten auf und ich genoss mein Baby und freute mich, dass es so eine schöne Geburt war.

Nach meiner ersten Geburt im Geburtshaus, die für mich nicht optimal verlief, wusste ich viel besser was ich nicht wollte und auch schon eher was ich wollte. Ich wollte die Möglichkeit, dass mein Körper selbst entscheiden kann, wann es los geht und wie schnell es geht. Ich wollte nicht, dass irgendjemand mit aufdehnt. Ich wollte eine Hebamme, die meine Nervosität akzeptiert und mich beruhigt. Eine die mich bestärkt und nicht eine, die die Geburt schnell hinter sich bringen will. Diese Hebamme habe ich in Karin gefunden und ich bin sehr dankbar dafür und für diese wundervolle Geburt.

Nachsatz: Natürlich war die Geburt schmerzhaft und ich habe mich gefragt, warum ich mir das antue. Aber als Valerie dann da war, wusste ich warum und mit ihrer Geburt waren auch die Schmerzen weg und fast schon wieder vergessen. Lediglich die Nachwehen hätten kürzer und weniger heftig ausfallen können, das Kind war ja jetzt schon da ...