

## Geburtsbericht Finn (4260 g, 52 cm)

Am Samstag-Abend, 24. Januar um 18:00 Uhr bekam ich leichte Wehen. Da wir am Donnerstag vorher unserer Hebi Cordula schon einmal Fehlalarm gegeben hatten wollte ich erst auf Nr. Sicher gehen, ob es diesmal die „richtigen“ Wehen sind. So bat ich meinen Mann Andi, unseren großen Sohn hinauf ins Bett zu bringen.

Als Andi um 19:00 Uhr den Geburtspool im Wohnzimmer aufgebaut hatte waren die Wehen schon recht regelmäßig ca. alle 5 Minuten zu spüren.

Als ich dann im warmen Wasser saß nahmen die Wehen immer mehr zu und so riefen wir um kurz vor 20 Uhr unsere Hebamme an, dass die Wehen ca. alle 3-5 Minuten kamen.

Ich hatte mich in den Wochen vorher mit HypnoBirthing vorbereitet und so lief die CD während der gesamten Geburt immer wieder durch.

Um 20:10 Uhr spürte ich dann im Wasser, wie meine Fruchtblase auf ging (es war erst wie ein dumpfer Plopp im Inneren und dann spürte ich, wie ein Schwall Fruchtwasser in den Pool abging).

Cordula war dann um 20:20 Uhr hier und hat die Herztöne überprüft, es war alles in Ordnung. Bei der Untersuchung um 20:40 Uhr war der MuMu nur ein Mini-Stückchen auf (meine Hebamme hat mir dann ein paar Tage später erzählt, dass sie sich eigentlich auf eine sehr lange Nacht eingestellt hatte – sie hatte 6 Jahre vorher die 13-Stunden-Geburt meines ersten Sohnes miterlebt). Ich war während den Wehen wunderbar entspannt und fiel immer nur kurzzeitig aus meiner Entspannung, wobei Andi mich immer wieder mit seiner Stimme beruhigen konnte. Der endlos lange, höllische Schmerz den ich von der ersten Geburt her kannte blieb verschwunden, ich konnte mich tatsächlich so weit entspannen, dass ich lediglich das Gefühl von sehr starken Regelbeschwerden hatte.

Um 21:20 bekam ich dann schon leichten Druck nach unten und bei der Untersuchung 20 Min. später war der MuMu schon auf 7-8 cm offen, eine weitere halbe Stunde später war der MuMu komplett geöffnet und ich bekam starken Druck. So hatte ich es tatsächlich mit Entspannung und Ruhe geschafft, innerhalb kürzester Zeit den MuMu komplett zu öffnen!

Ich hatte leider keinen Kurs in der Umgebung und konnte mir in keinsten Weise vorstellen, das Baby auf die Welt zu atmen. Daher schob ich kräftig mit und wurde dann auch noch etwas lauter – seltsamerweise hat mein Großer genau ein Zimmer über uns geschlafen, ohne etwas mit zu bekommen 😊

Es hat dann allerdings ca. 8-10 Wehen gedauert bis ich unseren Finn geboren habe.

Um 22:36 Uhr war dann der Kopf geboren und mit der nächsten Wehe um 22:41 Uhr paddelte unser Finn zu mir aus dem Wasser.

Ich habe ihn dann selbst aus dem Wasser zu mir hoch genommen und auf den Bauch gelegt. Er war dann ganz ruhig und hat seinen ersten Atemzug auf meiner Brust gemacht. Geschriehen hat er erst, als wir nach rund 20 Min. auf die Couch umgezogen sind damit die Plazenta geboren werden konnte. Finn hat dann auch gleich von der Brust getrunken und mit 1 oder 2 Wehen kam die Nachgeburt komplett raus.

Unser großer Sohn André (5) hatte schon vorher angekündigt, er wolle die Nabelschnur durchschneiden, also hat Andi ihn aufgeweckt -> er hat es dann aber doch dem Papa überlassen, er hatte Angst, seinem Bruder dadurch weh

zu tun. Er ging dann nach kurzem kennen lernen wieder ins Bett (wachte dann allerdings später noch einmal auf, als uns meine Mama & Papa noch nachts besuchen kamen).

Erst ca. 2 Stunden nach der Geburt hat unsere Hebamme die U1 durchgeführt, soweit war alles in Ordnung und wir machten uns langsam auf, ins Bett zu gehen.

Die erste Nacht schlief der Kleine dann zwischen uns im Bett die ganze Nacht durch und wir haben uns immer wieder unterhalten – jedem ist immer wieder etwas Anderes aufregendes über die Geburt eingefallen.

Am nächsten Morgen gab´s dann erst mal ausgiebig Frühstück.

Um 9:00 Uhr kam dann unsere Hebamme wieder um nach uns zu sehen..

Unsere Wassergeburt zu Hause war das bisher schönste Erlebnis in meinem ganzen Leben und am liebsten würde ich noch einmal dahin zurückspringen! Es gibt nichts schöneres, wenn man sich an die Geburt des Kindes sooo gerne erinnern darf und nur schöne Gedanken dabei haben kann – es geht tatsächlich ohne stundenlange Schmerzen, fremde Leute um sich rum, medizinische Entscheidungen die man einfach aufgedrückt bekommt, usw.. Einfach nur selbstbestimmt und in familiärer Ruhe.

Ich hätte vor dieser HypnoBirthing-Hausgeburt nie gedacht, dass es so einfach ist, ein Kind zu gebären. Mein besonderer Dank geht an meinen Mann Andi, dass er diese familiäre, selbstbestimmte und leichte Geburt ermöglicht und unterstützt hat – sowie meiner lieben Hebamme Cordi, die immer im richtigen Moment für uns da war und ist 😊😊

Steffi & Andi mit André & Finn

Nun bereite ich als HypnoBirthing-Trainerin Frauen und Paare auf die Geburt vor und stehe in der Geburtsbegleitung mit Rat und Tat beiseite, damit auch sie diese einzigartig wertvolle Erfahrung machen dürfen - und sich später auch gerne an die Geburt erinnern und davon erzählen werden!

Nähere Infos zu Kursen hier in der Hebammenpraxis Bayreuth oder im Internet unter <http://www.reine-geburt.de> (Tel. 0171-731 27 29)