

Geburtsbericht aus der Sicht des Papa's:

Es war mitten am Morgen (5:00 Uhr) als mich eine zarte, hektische Stimme weckte.

"Sven!!! Meine Fruchtblase ist geplatzt, was machen wir jetzt?"

So wird man gerne geweckt wenn man freudig auf sein kommendes Kind wartet.

Was tut man in dieser Situation?!

Natürlich bin ich mit einem Grinsen aus dem Bett gesprungen und habe meiner Partnerin geholfen sich umzuziehen und ihr noch einige Male hinterhergewischt, da sie weiter Fruchtwasser verlor. Sie legte sich nochmals hin, aber dann kam bereits die erste Wehe.

Wir schauten auf die Uhr wie regelmäßig die Wehen kamen - bis jetzt alle 20 min ungefähr 1 Minute lang - noch lange kein Grund zur Panik.

Zur Sicherheit rufte sie gegen viertel sieben Friederike an um sich zu vergewissern und aber auch um ihnen Bescheid zu geben, dass heute der Tag der Geburt sein wird und sie sich um ihre Termine kümmern können. Ihr wurde gesagt, dass sie in stetigen Kontakt bleiben - was einen auf jeden Fall eine große Hilfe in der Situation ist, zu wissen, dass jemand da ist wenn man ihn braucht.

Wir begannen unseren Tagesablauf mit einem Frühstück, indem ich noch zum Bäcker fuhr und Semmeln holte. Was macht man danach? Wie schlagen wir die Zeit rum bis es so richtig losgeht?

Wie lange dauert das noch? Da keiner von uns beiden darauf warten wollte, was die nächsten Stunden noch passiert und Natalie hart im Nehmen war, beschlossen wir den Haushalt zu machen - sie backte mit den Wehen wie versprochen für die Hebammen noch ihre Muffins. Ich machte die Terrasse sauber, werkelte hier und da ein wenig herum, kümmerte mich um die Große und saugte raus.

Die Zeit verging wie im Fluge, als ich auf die Uhr schaute war es schon fast 12 Uhr Mittag. Ich habe mich des öfteren kundig gemacht wie es Natalie geht und ihr ging es laufend gut. Der Abstand der Wehen verkürzte sich immer weiter und hielt weiterhin ~ 1 min lang. Des öfteren suchte Natalie den Pezzyball auf, auf dessen sie das Becken kreisen ließ um die Wehen zu veratmen. Die Schmerzen wurden für sie etwas schmerzhafter. Aber alles noch im grünen Bereich.

Die Lage wurde ernster und wir bereiteten alles, was wir für die Geburt geplant hatten vor. Natalie telefonierte zwischenzeitlich nochmals mit Friederike ... und sie sagte das Cordula auf 14 Uhr da sein wird und das dass Baby erst abends zu erwarten ist.

Natalie sagte, dass sie gerne in die Wanne möchte (warmes Wasser) also taten wir dies. Ich zündete gefühlte 100 Kerzen an und versuchte eine angenehme Atmosphäre zu schaffen. Sie versuchte verschiedene Positionen um herauszufinden welche die Bequemste ist. Leider war erst mal nichts mit dabei und sie fühlte sich im Wasser nicht sehr wohl, also gingen wir wieder ins Wohnzimmer auf die Couch, die wir hergerichtet hatten.

Im richtigen Augenblick klingelte es auch schon an der Tür - es war ca. 13:30 Uhr und Cordula stand mit ihrem Koffer vor der Tür. Wir berichteten ihr, in welchen Abständen die Wehen kamen und wie stark sie sind. Natalie setzte sich mit an den Tisch, die Wehen wurden immer kürzer und kräftiger alle 3-5 Minuten, sie stöhnte auch etwas lauter. Ein gutes Zeichen, dass es weiter vorwärts geht. Sie hatte im Laufe des Tages des öfteren Angst, dass sie alles nicht schafft und auch Angst davor, in ein Krankenhaus zu müssen - die erste Geburt war ein traumatisches Krankenhauserlebnis, welches ihr sehr zu schaffen machte. Aber ich redete ihr stets überzeugt zu, dass sie es schaffen wird und sie nicht ins KH muss. Gab ja auch keinerlei Anzeichen und Gründe während der Schwangerschaft, das in Erwägung zu ziehen - also warum jetzt?

Cordula hat uns geraten auf dem Pezzyball zu gehen und sagte was wir tun sollen. Ich setzte mich darauf, Natalie legte ihren Kopf in meinen Schoß und kniete im Vierfüßlerstand vor mir. Wenn eine Wehe kam, sollte ich den Ball kreisen lassen, damit das Becken sich bei Natalie schön lockern kann. Mit jeder Wehe versuchte ich mein Bestes um ihr zu helfen und fühlte richtig mit ihr mit und hielt sie fest während wir im gleichen Tempo kreisten.

Nach einer Weile beschloss Natalie, dass sie etwas anderes ausprobieren möchte damit sie sich ausruhen kann. Cordula war stets mit guten Rat bei uns. Sie sollte sich seitlich auf die Couch legen und so konnte sie in den Wehenpausen gut entspannen - was ihr auch gut tat. Während sie sich

immer mal ausruhen konnte, ging ich schnell mit unserem Hund raus und kümmerte mich im Laufe des Tages auch bei Bedarf auch um die bereits vorhandene Tochter Valentina, die schon 5 Jahre alt war und meist in ihrem Zimmer spielte, als sie dann aber zu aufgeregt wurde, ließen wir sie mit Hund vom Opa abholen.

Cordula kümmerte sich gut um Natalie und versuchte ihre Ängste zu nehmen und schenkte ihr neue Kraft. Wir versuchten auch nochmal in die Badewanne zu gehen, also schwubbs schnell nach unten Gefühle 1000 Kerzen wieder anzünden und Atmosphäre schaffen. Das Wasser wurde auch nach einer Zeit etwas kalt und als wir warmes Wasser nachlassen wollten, ging unser Durchlauferhitzer kaputt. Wirklich wohl fühlte Natalie sich in der Wanne sowieso nicht, war vielleicht nicht das Richtige aber sie wollte es zumindest nochmal versucht haben, da sie es sich eigentlich immer gut vorstellen konnte, dass Baby dort zu bekommen. Cordula kam auch zu uns im Richtigen Augenblick, denn sie spürte, dass Natalie etwas belastete. Sie kämpfte noch ein wenig mit der Angst es nicht zu schaffen. Aber wir redeten ihr immer gut zu und Cordula war sehr einfühlsam - bewundernswert.

Wir gingen wieder nach oben auf den Pezzyball. Es war ~ 17:30 Uhr die Wehen wurden zu Presswehen und in dem Moment kam Friederike zu uns gestoßen - gutes Timing. Also wusste ich: jetzt wird es Ernst. Sie berieten sich einen kurzen Augenblick, um auf einen Stand zu sein, wie weit wir bei der Geburt sind. Die zwei Hebammen standen uns mit Rat und Tat stets zur Seite und waren sehr diskret und zurückhaltend, was wir sehr an ihnen geschätzt haben, weil wir das meiste allein schaffen wollten.

Wir wechselten die Positionen des Öfteren durch - wir gingen auch oft auf die Toilette, dort sass Natalie gut und wenn eine Presswehe kam, sollte sie nach unten drücken und sich an Cordulas Schultern stützen, sie war ihr eine gute Stütze. Ich kniete aus Neugier am Boden, um zu sehen ob man schon etwas sieht. War leider noch nicht so weit. Das Spiel zwischen Pezzyball und Toilette wiederholten wir 2-3 mal.

Auch während der Geburtsphase erinnerte ich Natalie daran, dass sie viel trinken und auch Traubenzucker essen soll - sie muss ja bei Kräften bleiben.

Die vorletzte Position bei der Geburt war, die auf dem Pezzyball an mich geklammert. Cordula und Friederike waren um uns herum und waren die Ruhe selbst, was uns sehr gut tat. Nach weiteren Presswehen, war der Kopf des Babys schon zu erkennen und eine der beiden Hebammen sagte zu Natalie, sie sollte doch mal dort hingreifen um den Kopf zu tasten. Das gab ihr noch mehr Kraft und sie presste immer kräftiger, auch das Stöhnen war bestimmt ein Haus weiter zu hören. Natalie wendete sich dann von mir ab, warf ihren Oberkörper auf die Couch und presste bei jeder Wehe nun immer kräftiger mit. Cordula und Friederike redeten uns gut zu, dass wir das klasse machen und so nahm es seinen Lauf - der Kopf flutschte heraus und sah mich an. Die Augen waren geschlossen und der Kopf hatte seine eigene blau-violette Farbe. Der Mund schmatzte vor sich hin, es machte den Anschein, als wollte es schon mal Üben, wenn es zur Brust geht. Das Baby sah aus wie ein kleiner Troll. Ich war total überwältigt von dem Anblick, so dass ich aus dem Staunen gar nicht mehr heraus kam. Friederike sagte, ich sollte jetzt meine beiden Hände an den Kopf legen denn jetzt gleich kommt die letzte Wehe und das Baby kommt noch gar heraus. Cordula sagte zur Natalie sie sollte ihr Becken kreisen, das das Baby sich leichter herauswinden kann. Also schaukelte so der Kopf mit, was ein sehr lustiger Anblick war. Wir warteten alle gemeinsam auf die letzte Presswehe und Friederike sagte zu mir, dass ich meine beiden Hände nun ans Köpfchen legen und das Baby wenn es raus kommt auffangen soll und als es soweit war, flutschte der Körper einfach so heraus. Ich musste etwas hinterher greifen, weil es so schnell ging. Über meine Arme ergoss sich das restliche Fruchtwasser, Blut und Co - was ich nicht schlimm fand, denn ich hatte mein kleines Baby empfangen können und brachte den Mund kaum noch vor Staunen zu. "Diese kleine Welt in meinen Händen" dachte ich mir. Ich war wie in einer anderen Welt als sie geboren wurde. Für einen Augenblick dachte ich mir sogar, vielleicht sollte ich männliche Hebamme werden, weil die ganze Geburt so krass überwältigend toll war und ich so etwas gerne öfters erleben möchte und freue mich auf weiteren Familienzuwachs.

Die Arbeit unserer zwei tollen Hebammen muss wunderbar sein, was sie da erleben dürfen und bei

uns, dass haben sie so richtig richtig gut gemacht.

Weiter zur Geburt: Ich legte unser Baby dann Vorsichtig vor Natalie in das rote Handtuch, sie fragte auch schon, was es denn sei, weil wir nicht wussten was es werden wird, da wir die Vorsorge fast ausschließlich bei den Hebammen machten um da Natalie sich und dem Baby selbst vertraute und so eine tolle Beziehung zum Baby im Bauch schon aufbauen konnte, ohne sich ärztlich stetig verunsichern zu lassen. Sie war etwas erstaunt weil sie überzeugt war, dass es ein Junge wird. Sie nahm die Kleine dann gleich zur Brust um ihr die Nähe und Wärme zu geben, die sie braucht. Cordula und Friederike schauten nach Geburtsverletzungen bei Natalie, aber dadurch, dass sie und das Baby ihr eigenes Tempo hatten blieb alles heile. Cordula kümmerte sich dann um den Papierkram und Friederike wandte sich uns zu. Wir wurden gefragt, wer von uns beiden denn die Nabelschnur durchtrennen möchte. Ich habe aber dankend abgelehnt, denn das wäre mir sonst zuviel gewesen.

Ich hatte schon im Vorfeld immer etwas meine Bedenken, dass ich bei der Geburt eventuell umkippe oder mir schlecht wird, aber alles war Bestens und eine wahnsinnig schöne Stimmung, so habe ich mir umsonst den Kopf zerbrochen. Man ist an dem Tag wie unter Strom und in Trance - ich hatte eigentlich während der Geburtsreise einen Dauergrinser im Gesicht und war generell voller Freude. Außerdem wollt ich für meine Partnerrin die Stütze sein, die sie brauchte und sich erwünscht hatte. Friederika wusch Natalie dann ein wenig sauber und Verhalf ihr auf die Couch, auf der wir drei uns dann genossen und unser Mädchen das erste Mal stillte.

Wenn mich jemand fragt ob ich das wieder machen würde - eine Hausgeburt - würde ich mit einem strahlendem Blick dafür sprechen und jeden dazu raten, denn es war eine sehr tolle Erfahrung, die mein Leben unheimlich bereichert hat und die Hebammen einen perfekten Job gemacht haben.