

Geburtsbericht Cleo Sophie

Am 20.12. 20 erwachte ich fröhlich um 6 Uhr da ich leichte Kontraktionen spürte. Ich freute mich, stand auf und holte meine Geburtskiste, pumpte Luft in den Pool nach, legte die Couch mit Decken aus und machte schon mal meine Musik an. Als alles fertig war legte ich mich auf die Couch und wartete dass es richtig losgeht. Und wartete. Ich fand es zwar schon komisch, dass dieses Baby tagsüber kommen wollte, während die drei anderen sich abends/nachts auf die Reise gemacht hatten, aber erfahrungsgemäß ging es bei mir immer richtig los nach den ersten leichten Kontraktionen. Also wartete ich weiter. Ich hörte wie oben die Kinder und mein Mann wach wurden. Nachdem sich weiterhin nichts tat, ging ich hoch und war wieder mitten in unserem wuseligen Familiengeschehen (Kinder sind 5,3 und 1), keine Zeit für Wehen. Ab und zu ein harter Bauch, etwas Druck nach unten, hier und da eine minimal stärkere Kontraktion, aber nichts gescheites, richtiges. So ging das den ganzen Tag, ich war schon richtig genervt. Die Kinder schliefen abends ab 20Uhr, da dachte ich: „So, jetzt kehrt Ruhe ein, jetzt können wir starten!“ - aber wieder nichts, es blieb so wie tagsüber, keine Regelmäßigkeit. Um 22 Uhr meinte ich zu meinem Mann: „Ach, das wird heute nichts mehr, ich geh schlafen, ich bin eh total müde“. Also gingen wir ins Bett, mein Kopf war jetzt weg von Geburt und ich wollte nur schlafen- und da kam sie, die erste stärkere Wehe. Ich blieb liegen, alle 10-20 Minuten kam die nächste, ich musste schon etwas lauter ausatmen. Um 0 Uhr meinte ich zu meinem Mann, das ich doch wieder aufstehe und Baby doch noch kommt, er aber liegen bleiben kann, da es noch dauern wird... Er ging trotzdem mit runter. Ich hatte von meiner letzten Hausgeburt einen Ablauf im Kopf, wie es wieder sein sollte. Damals begannen die Kontraktionen gegen 19Uhr mit sanfter Steigerung, ich war super mit der Atmung, kam spitze mit den Wehen zurecht, im Pool konnte ich zwischen den Wehen sogar schlafen. Baby kam damals um 2:07, wir riefen Cordula und Friederike erst last minute, da ich nicht dachte, dass ich schon so weit war. Als Cordula damals kam, guckte sie nur schnell nach den Herztönen und dem Muttermund, meinte dass ich voll eröffnet sei und mitschieben könne und schwupps war mein Baby da. Aber diesmal war alles anders. Ich war unzufrieden, weil ich nicht in die richtige Atmung kam, die Wehen waren so intensiv. Eigentlich wollte ich erst später in den Pool (weil ich dachte dass es noch länger dauert), aber an Land kam ich null mehr mit der Intensität klar. Also schnell in den Pool, da kann ich entspannen und gut atmen. Als ich drin bin fixiere ich meine Mantra-Kärtchen, „Ich atme in den ganzen Körper, meine Stirn ist ohne Falten, mein Kiefer locker, Hände offen, ich lasse den Schmerz zu...“ - ahhh, scheiße nächste Wehe, warum kann ich alles gerade null umsetzen? Mein Mann fragt vorsichtig ob wir Cordula und Friederike rufen sollen. Ich: „Nein, viel zu früh, das dauert noch ewig, ich muss jetzt erstmal gut atmen, lass mich!“. Er schaut sich das zwei Wehen an, bemerkt dass ich anders töne und fragt wieder, ob er nicht doch anrufen soll - „Nein, jetzt lass mich!“ Ich bin zu konzentriert und will jetzt nicht nachdenken, wann wir meine Hebammen rufen, ich will jetzt erstmal schön atmen. Nach einer weiteren Wehe und super hartem Bauch versuche ich meinem Baby wieder Mut zuzusprechen, aber da die

Bauchdecke so hart ist kann ich sie nicht spüren. Ich denke „Ach, es wird noch dauern, aber Cordula kann ja mal die Herztönen abhören“, also stimme ich bei der nächsten Anruf-Frage meines Mannes schließlich zu. Es ist 2:23h als er sie anruft, er braucht nichts sagen, sie hört mich nur im Hintergrund und meint: „Ich komme“. Ich habe im Pool mittlerweile das Bedürfnis mitzumachen (waaaaas?), ich teste andeutungsweise und merke, wie Baby nach unten rutscht. Ich rufe: „Ohhh, sie kommt, jetzt!“ Mein Mann: „Ja, dann mach!“ Ich mach also, spüre den berühmten ring of fire, denke „Ich bin so froh dass ich jetzt nicht im Krankenhaus bin und mich niemand anfasst oder anfeuert oder nur mit mir redet“, schiebe mit und rufe: „Der Kopf ist da!“ - mein Mann (lacht): „Ja stimmt!“ Nächste Wehe, mein Mann: „Die Schultern sind geboren, ich halte sie!“ - „Nicht ziehen!!“ - „Nein ich halte sie nur!“ - „Ok“ - (Dialog des Jahres) und mit der nächsten Wehe war sie da, aufgefangen von meinem Mann und dann gleich zu mir auf die Brust. Ganz friedlich guckt sie uns an. In dem Moment klingelt es, es sind 9 Minuten seit dem Telefonat vergangen, Cordula ist da. Ich halte Cleo ganz fest und kann es kaum fassen, dass ich anscheinend die ganze Zeit in der Übergangsphase, bzw. schon Austreibungsphase war. Kein Wunder dass ich nicht mehr wirklich entspannen konnte. Ich schaue Cleo an, sie ist weiterhin so friedlich. Ich frage sie „Solltest du nicht ein bisschen schreien?“ und sie tut mir den Gefallen tatsächlich, ein kleines kurzes Quäken. Ich nehme sie an die Brust und sie trinkt sofort wie eine kleine Weltmeisterin. Wir bleiben noch etwas im Wasser. Als die Nabelschnur längst auspulsiert ist, nabeln wir ab, damit ich gut aus dem Pool komme. Wir kuscheln uns auf die Couch, Cleo trinkt weiter, die Plazenta kommt problemlos ca 45min nach Geburt. Mein Mann weckt nun unsere anderen Mädels, damit sie ihre Schwester begrüßen können. Sie freuen sich total und heißen ihre Schwester willkommen. Gegen 5 gehen wir alle hoch ins Bett, ich kann jedoch nicht schlafen, ich bin zu sehr in den Wolken. Stattdessen halte ich mein süßes Baby, bestaune sie und bin einfach nur dankbar und glücklich für diese intensive, aber dennoch wunderschöne Geburt.