

Geburtsbericht Loki

Ich war schon viele Tage sehr unruhig, wegen einer Ungenauigkeit beim Geburtstermin.

Deshalb hatte ich Cordula und Friederike gebeten etwas mit Muttermundstimulation nachzuhelfen.

Beim ersten Mal löste das nur ein paar stärkere senkwehen aus. Aber am 5.7.2021 löste Friederike auf meinen Wunsch hin den Eipoll. Da dies bei meinem ersten Sohn schon die Geburt gestartet hatte (und ich immer nur abends/nachts Wehen hatte, bei beiden Geburten) beschlossen meine Mama und ich, dass mein Großer in dieser Nacht bei ihr schläft, damit ich mich darauf konzentrieren kann die Wehen in Schwung zu bringen.

Und wie ich es geahnt hatte traten gegen Nachmittag sehr unregelmäßig leichte wehen auf. Ich hab mich ausgeruht und kaum getraut viel zu laufen, da ich nicht wollte, dass die Geburt losgeht, wenn mein Mann auf der Arbeit festsitzt.

Gegen 17uhr holte mich mein Mann ab, die wehen wurden langsam stärker.

Zuhause gönnte ich mir erstmal ein schönes entspanntes (kindfreies) Bad. So ruhig und entspannt wie schon lang nicht mehr.

In der Badewanne verschwanden die Wehen leider fast komplett, weshalb ich mir etwas Gedanken machte, ob ich mich nicht geirrt hatte.

Nach dem Bad ging ich in Wohnzimmer "spazieren", während ich ein paar Folgen meiner Serie ansah. Mein Mann saß ganz entspannt am PC und zockte. Ab und an fragte er mich, wie es aussieht und dass ich ihm Bescheid sagen soll, wenn ich losfahren möchte.

Mit den Stunden wurden die Wehen langsam intensiver, allerdings fühlte ich mich Zuhause sehr wohl und sicher und war deshalb unsicher, wann wir denn nun am besten losfahren sollten.

Ich rief also Friederike im Geburtshaus an, die sagte ich solle einfach kommen, wenn ich das Gefühl hab kommen zu wollen - was nicht viel hilfreicher war :D nach dem Telefonat lachte ich und erzählte meinem Mann, was sie gesagt hatte.

Auch er lachte, weil wir beide wissen, dass wir uns Zuhause sehr gut fühlen.

Gegen 22uhr entschied ich, dass ich gern Mal jemanden nachgucken lassen würde, wie weit es ist und wir fahren los. Um 22:15Uhr waren wir dort.

Die wehen wurden stärker und kamen in kürzeren Abständen. Wir richteten uns ein, schalteten die Musikanlage an und ich tanzte ein bisschen durchs Zimmer, sang meine Lieblingslieder mit. Es kam etwa eine Wehe pro Lied, die Pausen waren erholsam und schmerzfrei. Ich fühlte mich richtig gut.

Zwischendurch ging ich vor zu Friederike, die den Papierkram erledigte und uns unsere Privatsphäre gönnen wollte. Wir unterhielten uns ein wenig.

Zwischendurch ging ich immer wieder auf Toilette, weil der kleine Mann sehr auf meine Blase drückte.

Mein Mann war ganz entspannt und saß im Zimmer und ruhte sich aus - er wusste nicht ob die Nacht so schlimm unerholsam werden würde wie bei unserem großen Sohn.

Ich probierte den Pezzyball aus, bewegte mich viel, probierte verschiedene Positionen aus. Abgestützt auf dem Bett im Stehen waren die Wehen aber am erholsamsten.

Ein leckerer Lolli und meine Lieblingscola begleiteten mich an diesem Abend gemeinsam mit meinen liebsten Liedern - und ich war so glücklich. Glücklich darüber, aktiv und selbstbestimmt genau das tun zu können was sich gut anfühlt.

Friederike schaute in der Wehenpause nach meinem Muttermund, und sagte, dass es hervorragend voran geht. Die Temperaturen waren leider etwas unangenehm und die Wehen strengten mich langsam an, weshalb ich mich entkleidete. Das fühlte sich um einiges besser an.

Der Druck nach unten wurde langsam immer stärker. Friederike bestärkte mich darin, auf meinen Körper zu hören und einfach mit zu drücken, wenn es sich richtig anfühlt, um dem kleinen Mann dabei zu helfen die restliche Dehnung des Muttermunds zu vollbringen.

Und genau das tat ich. Ich fühlte mich so stark. Mein Mann saß immer noch ganz entspannt auf seinem Stuhl. Er weiß genau, dass ich körperlich lieber für mich bin bei der Geburt.

Friederike machte mir Mut, sagte ich soll doch mal gucken wie weit der kleine schon gekommen ist.

Es fühlte sich nach mehr Distanz an, als es eigentlich war. Die Zeit verging sehr langsam für mich, aber ich freute mich so sehr auf den Kleinen.

Ich nahm alles so klar wahr, die Musik, Friederikes Anwesenheit, alles was gesagt wurde. Was ein riesiger Unterschied zu meiner ersten Geburt war, in der ich durch die Interventionen das Gefühl hatte, jegliche Kontrolle zu verlieren und in einen Strudel aus Schmerz verfiel. Das war diesmal so unglaublich anders, dass es mich total erstaunte. Leider bekam ich in meiner Position langsam Beinkrämpfe - ein bekanntes Problem bei mir. Friederike und mein Mann massierten meine Beine in der Wehenpause um mich zu unterstützen. Cordula wurde angerufen und Friederike sagte, dass ich mich freuen soll - wenn Cordula kommt und sie zu zweit sind, werden die Babys geboren. Mein Mann legte aufgeregt die Babykleidung für unseren Sohn bereit. Als Cordula kam, begrüßte ich sie während einer Wehe, was sie fröhlich anmerken ließ, dass ich ja wirklich alles mitbekomme :) Friederike bot mir eine andere Position an, auf allen Vieren knieend auf der Matte, um meine Beine zu entlasten. Das versuchte ich, leider wurde der Druck nach vorne gegen meine Symphyse, denke ich, unerträglich. Es schmerzte viel mehr als im Stehen. Außerdem spürte ich, wie mein Kreislauf schwächelte. Mir wurde etwas schwindlig.

Mit kalten Waschlappen und Kreislauftropfen und Wasser unterstützten mein Mann und die Hebammen mich bei meiner Erfahrung.

Wir probierten eine weitere Stellung: abgestützt an der Sprossenwand. Das war um einiges angenehmer als im Vierfüßlerstand. Auch meinem Kreislauf ging es damit besser.

Ich steckte alle Kraft in meine Wehen und schaffte es die Fruchtblase selbst aufzupressen. Mit einem Mal war der riesige Druck weg, es fühlte sich so erleichternd an. Und das Ziel war so nah. Die Wehenpausen waren lang und angenehm, Cordula erinnerte mich immer wieder daran in den Pausen ruhig zu atmen.

Sie fragten meinen Mann, ob er sein Baby auffangen möchte, doch das wollte er nicht. Also taten es die Hebammen für ihn. Ein - zwei Presswehen später war ich kurz davor den Kopf zu gebären. Mit warmen Kompressen schützten die Hebammen meinen Damm, was sich sehr angenehm anfühlte. Ich gab alles - und der Kopf war geboren.

Das fühlte sich unangenehmer an als vorher, dadurch, dass der Kopf Druck ausübte und der restliche Körper noch in mir war. Eine Wehe noch! Ich presste so gut ich konnte und gebar meinen wunderschönen kleinen Sohn Loki Jon. Loki wurde am 6.7.2021 um 01;27Uhr geboren.

Sie legten ihn zwischen meine Beine, die Krämpfe in denen waren allerdings sehr schlimm und ich hatte Angst ihn zu verletzen bei dem Versuch mich hinzulegen. Mit etwas Hilfe schafften wir es eine einigermaßen bequeme Stellung zu finden. Loki lag neben mir, total verschmiert, so süß. Und er schrie kraftvoll. Ich glaube, er konnte gut mit mir mithalten. :D Nach etwas Zeit wurde auch die Plazenta geboren und mein Mann durchtrennte die Nabelschnur. Alle gemeinsam verlegten wir mich und Loki auf das Bett, machten es uns gemütlich. Kuselten, stillten das erste Mal.

Ich hatte keinerlei Verletzungen und verlor nur sehr wenig Blut. Und ich war so unglaublich glücklich, selbst beim Schreiben kommen mir die Tränen. Diese Geburt war alles was ich mir wünschen konnte. Sie war so heilsam für alles was bei der letzten Geburt Wunden in meiner Seele hinterlassen hatte.

Zu keinem Zeitpunkt hatte ich das Gefühl, nicht die Kontrolle zu haben. Ich fühlte mich kraftvoll, stark und so unglaublich selbstbestimmt. Mit keinen Worten der Welt könnte ich die Dankbarkeit ausdrücken, die ich für Cordula und Friederike empfinde. Danke, für alles. Die zwei haben diese Erfahrung so unvergesslich gemacht und mir zu jederzeit so beigestanden, wie ich es brauchte.