

Josephine Maria Dorn
10.01.2023, 19:19 Uhr
3250 Gramm, 51 cm und 35 cm KU
40+0

Am 09.01. ging ich wie üblich gegen zehn Uhr ins Familienbett und kuschelte mich an Theodor und Mathilda. Jedoch merkte ich eine innere Unruhe. Ich dachte mir aber nichts dabei, denn die hatte ich die ganzen Nächte bereits zuvor auch.

Ich döste also vor mir her, bis gegen kurz nach eins eine Wehe anrollte. Auch das war nichts besonderes mehr, denn ich hatte bereits in der Nacht vom 30.12. und in der Nacht vom 06.01. zwei Fehlalarme.

In beiden Nächten kamen regelmäßige Wehen mit guter Dauer, Intensität und Kontinuität. Jedes Mal das Gefühl: Ja, heute ist es soweit - ehe es nach einigen Stunden und somit durchgemachten Nächten wieder verpufft.

Daher, warum nun Ernst nehmen?! Nö, eher nahm ich sie positiv als Vorarbeit an. Allerdings konnte ich natürlich so nicht schlafen, da der Abstand von alle zehn Minuten und die Intensität das nicht wirklich zuließen. So wanderte ich ins Wohnzimmer, aufs Sofa, machte mir eine kleine Lampe an und döste wehend vor mich hin.

Gegen fünf Uhr dachte ich mir, Herrje, nun aber bitte Ruhe oder Geburt und spürte, dass es doch ein wenig ernster und knackiger sei, als bei den Fehlalarmen. Also schnupperte ich ein wenig Hoffnung. Als um halb sieben es immer noch nicht aufhörte, meldete ich Valentina mal zur Sicherheit von der Schule ab, sagte anstehende Termine für den Tag schriftlich ab und machte mich ein wenig frisch.

Sven wachte mit den Kids auf und roch bereits den Braten. Freudig nahm er mich in den Arm und bereitete uns Frühstück vor und ich wehte weiter alle zehn Minuten brav vor mich her.

Es änderte sich seit ein Uhr nachts absolut nichts an Abstand, Intensität, noch sonst was. Also beschloss ich nach dem Frühstück, mich ein wenig hinzulegen, um Kraft zu tanken. Ich döste wieder wehend vor mich her und freute mich vorsichtig, dass heute der lang ersehnte Tag tatsächlich sein könnte. Gegen zehn Uhr stieg ich in die Badewanne, um zu schauen, ob das warme entspannende Wasser etwas am Abstand der Wehen ändern würde. Nein, nichts! Aber es tat gut und so verweilte ich eine gute Stunde in der Wanne. Die Kinder besuchten mich immer wieder mit einem strahlenden, aufgeregten Gesicht und Sven machte im Haushalt Klarschiff.

So ging es Stunde für Stunde weiter. Ich begrüßte jede Wehe, freute mich über jede einzelne, aber gegen späten Mittag schwand langsam die Euphorie und die Unsicherheit kam, ob es wohl ein langer Fehlalarm sei, denn eigentlich werden Wehen ja intensiver und die Abstände auch mal kürzer. Sven baute mich auf und hob auch kurz den Zeigefinger, denn mein Körper weiß schon, was er tut und wenn es heute doch nicht kommt, dann eben nicht. Ja, Recht hat er! Ich watschelte wieder ins Obergeschoss und legte mich noch ein wenig hin, denn ich war ja schließlich bereits lange wach und wehte, das war natürlich auch anstrengend.

Gegen drei Uhr rief ich unsere Hausgeburten-Hebammen an. Friederike nahm ab und ich schilderte ihr die ganze Lage. Sie baute mich mit ihren liebevollen und herzlichen Worten auf und schlug vor, dass der Muttermund ein wenig versucht wird vorzuziehen, denn bei meiner Schilderung meiner Selbstuntersuchung, konnte sie vermuten, dass das Köpfchen zu arg auf dem

Gebärmutterhals drückte, statt wie nötig auf dem Muttermund. Das könnte die lange Weherei erklären und die Geburt ein wenig anstupsen. Ihre Worte taten gut und ich fand wieder innerliche Ruhe und Gelassenheit. Es ist so viel Wert eine tolle Hebamme zu haben. Sie sind einfach unersetzlich.

Wir kümmerten uns also um den Muttermund und ich ging danach, wie vereinbart nochmals in die Badewanne. Ich merkte, es tat sich nun mehr. Die Abstände und auch die Intensität der Wehen verkürzten sich auf fünf Minuten, bis teils unter fünf Minuten. Gegen halb sechs fing ich auch das Veratmen an. Mir tat diesmal die Bewegung sehr gut und so lief ich entweder in der Wehe oder stützte mich an einer Stuhllehne stehend ab und kreiste mein Becken. Die immer kürzer und stärker werdenden Wehen bereiteten Sven und mir richtig Euphorie und wir freuten uns, nun ganz sicher zu wissen: Wir empfangen heute unser Baby!

Valentina, Mathilda und Theodor wuselten immer mal bei mir rum und spielten ansonsten total toll miteinander. Gegen halb sieben merkte ich, hey, jetzt geht die Post ab. Ich ließ Sven unsere Hebammen wieder anrufen, sie sollen losfahren. Jetzt! Bei Theodor nahm mich Sven nicht so ernst und bummelte rum, aber diesmal nahm er direkt den Hörer in die Hand. Friederike hatte es bereits im Gefühl, nach dem zuvor kurzen Gespräch, nach der Wanne. Ihr Gefühl war richtig und nach Svens Anruf fuhr sie flink alleine los. Leider haben wir nämlich nun eine längere Entfernung zu unseren beiden Hebammen und so wussten wir, es kann sein, dass wir auf uns selbst gestellt sind. Friederike und Cordula bereiteten einen aber bei jeder Vorsorge ganz toll für jegliche Geburt vor und so waren wir, für den Fall der Fälle allein zu sein, gewappnet und tiefenentspannt. Ohne die gute Vorbereitung der Beiden, könnte ich mir keine innere Sicherheit vorstellen. Hebammen sind einfach für die Schwangerschaft, Geburt und Nachsorge so wichtig und sollten wirklich dementsprechend auch angesehen werden!

Zurück zur Geburt: Die Wehen waren richtig knackig und die Abstände gab es kaum mehr, eine rollte nach der anderen heran. Ich vertönte, kreiste mein Becken weiter gern stehend an Sven, Schrank, Türrahmen oder was ich gerade so vor mir hatte. Sven erkannte den Ernst der Lage und beeilte sich mit dem Aufbau des Pools. Jedoch zwang mich nun eine Wehe in die Knie und ich nahm meine in sonst jeder Geburt geliebte Position mit dem Oberkörper gebeugt über den Pezziball im Vierfüßlerstand ein. Theodor streichelte mich und die nächste sofort kommende und sehr starke Wehe brachte ein ordentliches Plopp mit. Die Fruchtblase platzte! Ohne Pause direkt einen Drang zu pressen. Ich verweigerte diesen aber, bis Sven mir meine Hose und alles ausgezogen hatte, und fasste in mich, um zu sehen, wie weit ich nun sei.

Aber da war kein Raum, sondern bereits der Kopf zu tasten. Die nächste Presswehe kam, welche ich nun mit der Hand am Köpfchen annahm. Sven war mir wieder eine so tolle Hilfe! Er stützte mein Bein, denn ich legte mich kurz vorher seitlich für diese Presswehe hin. Ich empfand das aber nicht als wirklich hilfreich und lag binnen weniger Sekunden wieder mit dem Oberkörper über dem Pezziball im Vierfüßlerstand, als schon direkt die nächste und somit zweite aktiv von mir angenommene Presswehe kam, welche uns auch schon das Köpfchen in meine Hand gebar. Die Kids waren ganz gespannt neben uns und Sven machte sich bereit, unser Baby wieder aufzufangen. Das geschah auch ohne großes weiteres Drücken, nach der kleinen Wendung des Babys. Wow, wie schnell nun! Ich nahm das kleine Bündel mir zwischen die Beine vor und drückte es einfach ganz fest an mich. Eine Flut an Glück, Stolz und Liebe überrollte uns, statt weiteren

Wehen und wir begrüßten unser kleines Wunder. Die Kinder streichelten ihr Geschwisterchen direkt und waren mit uns überglücklich!

Ein Mädchen haben wir auf die Welt gebracht - unsere kleine Josephine Maria. Sie ist perfekt und so süß. Maria bekam sie als Zweitnamen für meine überaus geliebte Oma.

Es ist ein wahnsinniges Gefühl, sein Baby, welches man so lange Zeit in sich heranwachsen ließ, nun in den Armen zu halten. Sven half mir ins Bett, deckte uns ein und wir waren einfach nur stolz und kuschelten die kleine Maus.

Es müsste nun kurz nach acht Uhr gewesen sein, als es klingelte und Friederike freudestrahlend ankam. Es tat so gut, als sie den Raum betrat. Sie war stolz und freute sich mit uns. Das machte mich richtig glücklich. Gemeinsam mit ihr gebar ich die Plazenta, von welcher ich wieder für die Nachwehen und den Babyblues ein Stück schluckte. Sie untersuchte Josephine und mich und band die Kinder wieder total toll mit ein. Mathilda und Valentina schnitten die Nabelschnur durch und fixierten unser gehäkelttes Bändchen um den Rest der Nabelschnur.

Alles super und bestens, so wie es sein sollte. Es war toll, dass Friederike da war. Ein bekanntes vertrautes und warmes Gefühl, welches sie einem gab.

Wir plauderten noch eine Weile und dann nahm Friederike sich den Papierkram an. Danach verabschiedeten wir uns voneinander.

Die Verabschiedung ist immer ein sehr emotionaler Moment für mich, denn ich bin Friederike und Cordula so dankbar, dass sie unsere Hebammen sind, sie den nun weiteren Weg auf sich nahmen, mich wieder (ein drittes Mal nun bereits) so toll in der Schwangerschaft begleitet haben, während der Geburt einen, auch wenn es diesmal nur telefonisch war, da es dann so schnell ging, so toll gestützt haben und wir genauso nach Ankunft von Friederike so liebevoll umsorgt wurden. Da ist ganz viel Vertrautheit und Wärme, die ich für Friederike und Cordula habe. Während der Geburt dachte ich auch wieder an Cordulas Worte von damals bei der Geburtsvorbereitung von zuletzt Theodor: "Jede Wehe ist deine beste Freundin und da hast du bei der Geburt viele." Das brachte mir ein Schmunzeln ins Gesicht. Danke - dass es euch gibt! Ihr seid beide unersetzbar und mega tolle Frauen.

Wir sind nun zu sechst, Wahnsinn!

Wir genossen die ersten Stunden gemeinsam. Die Kinder waren überglücklich ihre kleine Schwester halten zu können und sie kamen aus dem Staunen gar nicht mehr raus.

Wir haben unser Baby alle gemeinsam auf die Welt gebracht. Eine unfassbar tolle Familiengeburt, von der unsere Kinder stolz und glücklich wieder erzählen können und eine Geburt als etwas Normales und Natürliches ansehen.

Ich bin stolz auf uns!