

## Unsere „Geburt“

Unser kleiner Sonnenschein kam am 20.10.2008 um 22:58Uhr zur Welt, doch unsere „Geburt“ begann viel früher, und zwar am 4. September, in der 31. Schwangerschaftswoche.

An diesem Tag gingen ich, mein Verlobter Mario und unsere Freundin Tamara, die ein kleines Mädchen erwartet, in den Film: „Orgasmic Birth“, eine Veranstaltung des Eltern-Kind-Zentrums. Mario und ich hatten den Geburtsverlauf, bis zu diesem Tag, dahingehend besprochen, dass ich beschlossen hatte im LKH -Feldbach zu gebären, denn ich wollte auf Nummer sicher gehen und da es ja meine erste Geburt war, dachte ich, es wäre besser in einem Krankenhaus zu sein, dass wäre nicht so riskant.

Nach dem Film wusste ich nicht mehr ob es im Krankenhaus sicherer war oder nicht doch zu Hause. Mario sah meine Zweifel und obwohl es vorher nicht Thema war, sagte er zu mir: „Wenn du magst können wir auch gern eine Hausgeburt machen. Ich fände es schön wenn unser Sohn dort auf die Welt kommt wo er dann auch leben wird.“

In dem Film waren so schöne Geburterlebnisse zu Hause dokumentiert, dass ich richtig Lust bekam zu gebären und nachdem mein Schatz mir diesen Vorschlag gemacht hatte, blieb ich fast die gesamte kommende Nacht munter und überlegte.

Am nächsten Tag beschloss ich wieder ins EKIZ zu gehen und erzählte den Frauen dort von meiner Erfahrung, mit dem Zusatz: „Aber jetzt alles umplanen, ist das nicht schon zu spät?“ Angi und Astrid waren voll lieb und meinten es wäre keinesfalls zu spät und viele werdende Mütter beschäftigen sich genau ab diesem Zeitpunkt mit der Geburt. Das Angebot ein Gebärbecken ausborgen zu können bestärkte mich dann letztendlich in dem starken Wunsch eine Hausgeburt zu erleben.

Einige Zeit später rief ich bei Christa Wenger, der Hebamme, die Hausgeburten begleitet, an, und wir machten uns einen Termin aus wo wir uns im EKIZ trafen.

Sie erklärte mir ausführlich wie eine Hausgeburt so abläuft und in den weiteren Terminen gab sie mir gute heilende Tipps bei meinen Schwangerschafts - Wewehchen.

Ab diesem Zeitpunkt begann meine Freude auf die Geburt zu wachsen und Mario ging es ebenfalls so. Er besorgte alle Dinge, die wir für die Hausgeburt brauchten und freute sich schon alles herrichten zu können. Er war froh dass er auch wichtige Aufgaben bei der Geburt übernehmen konnte.

Die Geburt rückte immer näher und ich hatte meinen letzten Termin bei meiner Frauenärztin, bei dem ich ein CTG machen lies. Seit ich ihr mitgeteilt hatte, dass ich eine Hausgeburt machen werde verhielt sie sich jedoch etwas eigenartig und wollte mir die Überweisung für die Blutbank unseres Kindes nicht ausstellen und auch nicht ein Rezept für Partobolin, falls unser Kind eine anderen Resusfaktor als ich hatte.

Ja, und beim CTG geschah es dann, dass für eine Sekunde der Herzschlag meines Sohnes auf 100 abfiel und sie schickte mich sofort ins Krankenhaus mit dem Eintrag TipII im Mutter Kind-Pass. Dort angekommen bekam ich ein Bändchen um mein Handgelenk und obwohl das Langzeit CTG passte, wollten sie mich noch unbedingt eine Nacht da behalten, und ich willigte ein. Auch rief ich abermals Christa Wenger und meine Doula Claudia Knopper an, die sehr verständnisvoll und auch verwundert über meine Situation war und am Ende des Gesprächs konnten wir über die Gegebenheiten bereits lachen. Ich war mir danach ziemlich sicher das alles in Ordnung ist und dachte mir und sagte zu meinem Kind: „Den zeigen wir, wie gut es uns geht!“

Am nächsten Tag, nach einer Ultraschalluntersuchung und zwei weiteren CTGs, konnte ich dann nach Hause und beschloss Christa nach einem kompetenten Frauenarzt zu fragen, der anders als meine Frauenärztin eher ein Fürsprecher der Hausgeburt war. Sie empfahl mir Dr. Gmeindl und ich bekam einen Termin am 22.10.2008.

Berechneter Geburtstermin war der 10.11., doch ich wusste von Anfang an der Schwangerschaft, dass es bestimmt nicht so lange dauern würde. Außerdem redete ich ab da viel mit meinem ungeborenen Kind und sagte ihm, dass er ab der 37. Woche jederzeit kommen könnte wenn er mag. Alle meine Freunde wünschten mir eine schnelle und angenehme Geburt und dass machte ich auch regelmäßig.

## Der Geburtstag

Ungefähr eine Woche vor der Geburt setzten die Senkwehen ein, die sich wie leichte bis mittelschwere Regelkrämpfe anfühlten. Freudig erzählte ich allen von den Ereignissen und bald schon wünschte mir eine Freundin, dass er am Wochenende doch kommen könnte. Ich überlegte und meinte: „Nein, Montag wäre der beste Tag, dann verliert Mario nicht seine zwei Urlaubstage, und wir können uns davor noch ein gemütliches Wochenende machen.“

Am Sonntag Abend bekam ich dann ein Gefühl um meinen Oberbauch, wie wenn mir jemand ein Band sehr eng darum gewickelt hatte, und wir vermuteten es wären vielleicht wieder Blähungen, unter denen ich am Anfang der Schwangerschaft auch schon litt. Ich schlief diese Nacht ausgesprochen gut, doch erwachte ich sehr verschwitzt und als ich um 6:30 Uhr aufstand um auf die Toilette zu gehen spürte ich, wie mir Flüssigkeit die Beine hinunter floss. Ich vermutete es war Fruchtwasser, doch als ich das Licht einschaltete sah ich, dass es Blut war. Ich bekam etwas Angst und ging mich sofort duschen und Mario wischte dann den Boden. Ich rief Christa an, die sofort vorbeikam. Leider konnte ich ihr nicht mehr zeigen wie viel Blut es nun wirklich war und die Blutung hatte auch schon wieder aufgehört. Sie fragte mich ob ich Wehen hätte und ich antwortete: „Nein garnix.“

Sie meinte ich solle sicherheitshalber einen Ultraschall machen lassen um zu sehen, ob mit der Plazenta eh alles in Ordnung ist. Ich versuchte bis 10.00 Uhr vergebens Gr. Gmeindl zu erreichen und nach einem nochmaligen Anruf bei Christa riet sie mir doch ins LKH zu gehen, um das abklären zu lassen. Ich hatte große Angst und bat meine Freundin Yasmin mich zu begleiten.

Die Hebammen in der Ambulanz waren sehr freundlich und scheinbar wenig beeindruckt von meinen Erzählungen. Abermals wurde ein CTG gemacht und die Hebamme meinte: „Es sei etwas zu eng“ und fragte mich ob ich genug trinke. Es war mittlerweile 12.00 Uhr mittags und mir fiel auf dass ich bis jetzt noch nichts getrunken oder gegessen hatte. Sie empfahl mir, nach einer ausreichenden Stärkung und einem Spaziergang das CTG zu wiederholen. Als wir das machen wollten wurde ich aber schon zum Ultraschall geschickt und nachdem die Untersuchung abgeschlossen war fragte ich die Ärztin, was sie nun meinte woher die Blutung kommt. Auf einmal riss sie die Augen weit auf und sagte, das hätte sie nicht gewusst und ehe ich mich versah fand ich mich mit einem Bändchen um mein Handgelenk im Gebärsaal wieder. Meine Freundin besorgte inzwischen viel Wasser, reichlich Jause und überredete das Personal, dass ich während des zweiten CTGs essen und trinken durfte. Kurze Zeit verging und eine Medizinstudentin kam herein und wollte Blut nehmen, wie auch eine Leitung legen. Ich sagte dass ich keine Leitung will und sie meinte aber ich solle eine Elektrolytinfusion bekommen. Das lehnte ich ab und Yasmin und ich erklärten, dass ich bereits 2.5l Wasser getrunken hatte und dies sicher reiche.

Das CTG war in Ordnung und eine Ärztin kam herein mit den Worten: „Ich mache ihnen einen Vorschlag: Wir machen jetzt noch einen Dopplerultraschall und einen Krebsabstrich, sie gehen dann auf die Station und wir beobachten die Blutung weiter, am Abend noch ein CTG, dann bleiben sie über Nacht und nach einem weiteren CTG und einer Untersuchung können sie dann nach Hause gehen.“

Ich antwortete mit den Worten: „Ich mach ihnen einen Vorschlag: Sie machen den Ultraschall und den Abstrich und danach gehe ich nach Hause.“ Sie meinte dann müsse ich einen Revers unterschreiben und ich willigte ein. Die Hebamme im Kreissaal war überaus freundlich und fürsorglich und freute sich sehr, als ich erzählte dass ich mein Kind zu Hause auf die Welt bringen werde. Sie wünschte mir eine schöne Geburt und war zuversichtlich dass alles gut gehen würde. Sie versicherte mir, dass wirklich nur ein Abstrich gemacht wird da ich Sorge hatte dass sie vielleicht auch eine Biopsie machen wollten. Dann wurde das Gebärbett umgebaut, über mir ein Operationslicht eingeschaltet und meine Beine festgeschnallt: Das war für mich menschenunwürdig. Welchen Grund gab es meine Beine festzuschnallen, wie bei einem wild gewordenen Tier? Ja, und was machte die Assistenzärztin dann? Sie setzte mir einen Katheder ohne es mir vorher zu sagen. Die Hebamme sagte nur noch ich solle andrücken dann tut es nicht so weh und hielt mir die Hand und Yasmin hielt meine andere Hand, streichelte mir den Kopf und mir wurde heiß und ich fühlte wie mir die Tränen in die Augen schossen. Nach der Untersuchung fragten wir die Hebamme was das sollte und sie meinte, sie hatte das auch nicht gewusst sonst hätte sie uns das vorher gesagt. Das Abschlussgespräch mit der Ärztin fiel so aus, dass sie mir nicht sagen konnte woher die Blutung gekommen war. Wiederum rief ich Christa an und bat sie um Rat. Sie fragte mich was ich machen wolle und ich antwortete: „Ich unterschreibe den

Revers und schau, dass ich so schnell wie möglich einen Termin bei Dr. Gmeindl bekomme.“ Sie hielt das für eine gute Lösung und kurze Zeit später trat eine Reihe von Personen vor meinem Bett auf. An der Spitze ein Oberarzt der meinte, ich könne gerne heimgehen aber falls ich heute noch mal kommen würde, müsste ich über 600€ bezahlen. Mir war das in diesem Moment egal und wie ich später erfuhr gilt das nur, wenn ich mit dem gleichen Grund käme warum ich stationär aufgenommen wurde und der Grund war anscheinend das enge CTG von der Ambulanz. Das hieße, wenn ich wieder Blutungen hätte oder Wehen müsste ich das nicht bezahlen, aber das sagen einem die Ärzte natürlich nicht. Ich erreichte Dr. Gmeindl und bekam noch am gleichen Tag um 18.00 Uhr einen Termin.

Vor der Ordinationstür angekommen, spürte ich wie ein wenig warme Flüssigkeit in meine Vorlage floss und auf der Toilette stellte ich fest dass es Blut war. Ich war froh dass es erst jetzt passiert war und erzählte es dem Arzt auch gleich. Er antwortete: „Vielleicht gebären sie ja!“ Ich erwiderte: „Ohne Wehen?“

Er machte einen Dopplerultraschall, ich zeigte ihm das Blut in meiner Vorlage und nach einer vaginalen Untersuchung meinte er: „Jetzt schauen sie aber dass sie nach Hause kommen. Nicht, dass sie ihr Baby hier bekommen. Zu Hause ist es doch viel schöner.“ Von sich aus rief er Christa an und erklärte ihr, dass es sich, seines Erachtens, um stark ausgeprägte Zeichnungsblutungen handelt. Ich bekam mit, dass Christa zustimmte die Hausgeburt zu machen. Ich war so erleichtert und Mario total aufgeregt und bei der Heimfahrt rief er einen Freund an und erzählte, dass es jetzt losginge.

## Die Geburt

Zu Hause angekommen, ging ich als erstes Duschen und wir bestellten uns etwas zu essen. Ich rief Christa an und fragte ob ich irgendetwas unternehmen und den Geburtstee trinken sollte und sie meinte ich sollte mich gut ausschlafen, wenn Wehen kämen würde ich es eh mitbekommen und wenn ich wollte könne ich Zimt-Nelken-Tee trinken.

Danach rief ich auch noch meine Freundin, Lehrerin und erfahrene Druidin und Heilerin Eveline Grander an und sie meinte ich sollte nun endlich loslegen und nicht weiter verzögern und dass eine Geburt nicht unbedingt schmerzhaft sein muss. Ich fühlte mich eher sehr entspannt und meinte nur: „Schau ma mal, ich geh mal gemütlich schlafen.“

Das Essen kam und nach der halben Mahlzeit bekam ich auf einmal das Gefühl ich müsse sofort aufstehen und bekäme keinen Bissen mehr hinunter. Ich ging etwas in der Wohnung herum, und nahm ein paar Schluck vom Tee. Wenige Minuten später spürte ich wie sich mein Darm krampfartig zusammenzog und meine Hämorrhoiden schmerzten ziemlich. Ich schätze es war ca. 20.30 Uhr. Nach einiger Zeit stellte ich fest, dass die Krämpfe in sehr kurzen Abständen wiederkamen und teilte das Mario mit. Er meinte das können keine Wehen sein, dass würde doch viel mehr schmerzen. Er zeigte mir eine Atemtechnik mit denen man Schmerzen beatmet. Ich setzte mich auf die Toilette weil es in dieser Position angenehmer war, doch sobald ich aufstand kamen die Krämpfe in einminütigen Abständen. Die Krämpfe wurden ärger und ich blieb extra sitzen weil ich Angst hatte es würde zu schnell gehen. Mario war gerade beim Internet surfen und ich hielt ihn an, die Abstände zu messen, die nun in ca. 3-4 minütigem Abstand kamen. Irgendwann rief ich aus der Toilette: „Is mir wurscht ob das Wehen sind oder nicht. Bitte ruf Christa an und frag mal lieber nach.“ Mario rief an und ich hörte ihn sagen: „Conny hätte ein besseres Gefühl wenn du vorbeischauchen könntest.“ Ich rechnete schon fix mit einem Fehlalarm und versuchte die Krämpfe, die ich nun schon laut beatmete noch etwas zu verzögern. Als Christa nach einer halben Stunde eintraf, hatte ich mich bereits im Vierfüßler aufs Bett begeben. Sie war mit voller Ausrüstung gekommen und hatte sogar ein Gebärbecken und Wasserschlauch dabei, denn das hatte ich mir so sehr zur Geburt gewünscht. Ich wusste es war sinnlos ein Gebärbecken aufzustellen, denn wir hatten weder genug Wasser übrig noch genug Zeit um es zu befüllen. Christa war hoch motiviert, sprach mir gut zu und massierte mein Kreuz, was sehr gut tat und wollte mit Mario das Becken aufpumpen. Irgendwann hörte ich wie Christa meinte das wäre das falsche Ventil und: „Dann machen wir es auf dem Gebärhocker.“ Sie kam zu mir und erklärter mir die Situation mit sanfter Stimme, Ich war sehr erleichtert und froh dass sie sich nun wieder mir widmete und das Gebärbecken Vergangenheit war. Sie fragte mich ob ich aufstehen wolle und ich sagte: „Nein dann kommen die Wehen doch in 1minütigem Abstand“ Sie sagte freudig: „Das ist prima, jeder Wehe bringt dich schneller ans Ziel.“ Sie war so verständnisvoll, einfühlsam und herzlich und ich konnte mich richtig gehen lassen. Irgendwann fragte sie mich ob ich einen Einlauf gemacht hätte (Ich hatte in einem Gespräch davor den Wunsch nach einem Einlauf geäußert und meinte dass könne ich selbst

machen). Doch hier war ich nicht mehr in der Lage und Christa machte es für mich. Nach dem Einlauf musste ich sofort auf die Toilette und Christa kam vorbei und sagte freudig: „Heut oder morgen kommt dein Putzi!“ Ich erwiderte: „Heut kommt es.“

Meinen Freund Mario bekam ich nur wenig mit. Er schaute ab und zu bei meinem Bett vorbei und kochte in der Küche starken Kaffee (zum Auflegen auf den Damm, damit er nicht reißt) und die Waschlappen aus.

Als ich aus der Toilette kam schlug mir Christa vor mich vors Bett zu knien und mich mit den Armen abzustützen. Ich weiß nicht mehr ob ich ein oder mehrere Wehen hatte. Ich kann mich nur an die eine erinnern während mir ein wenig schlecht wurde und ich dachte: „Ich mag nicht mehr.“ Außerdem verspürte ich einen Druck im Unterleib und dachte ich müsse Wasser lassen. Ich teilte es Christa mit und sie sagte mir, sie wolle noch einmal den Mutermund abtasten. Sie teilte mir mit, dass er komplett geöffnet sei. Ich konnte es nicht glauben und fragte nach, was sie damit meinte und sie sagte abermals: „Er ist komplett geöffnet.“ Ich dachte mir: „Ok, ich geh mal pinkeln.“

Als ich auf der Toilette saß bemerkte ich, dass ich nicht Wasser lassen konnte und auf einmal hörte ich ein lautes klatschendes Geräusch in der Klomuschel. Meine Fruchtblase war genau ins Klo gefallen. Ich wollte aufstehen und spürte auf einmal einen starken Druck und wie sich mein Geburtskanal anfüllte. Ich konnte nur noch rufen: „Bitte Hilfe! Er kommt!“ Christa stürmte herein, warf sich auf die Knie hielt die Hände auf und rief: „Nein nicht hier im Klo.“ Ich sagte ich müsse pressen und sie meinte ich solle noch ein wenig warten, wir gehen raus, und ich könne mich auf den Gebärhocker setzen. Ich kniff die Beine zusammen und Mario und Christa stützen mich. Im Schlafzimmer angekommen sah ich, wie in der Mitte des abgedeckten weißen Teppichs der Gebärhocker aufgestellt war und dahinter einer unserer weißen Küchensessel. Es war wie ein Thron, und Mario und ich setzten sich gemeinsam hin. Er saß hinter mir und stützte mich. Und da kam auch schon die nächste Presswehe und ich hielt mich auf Anraten von Christa mit dem Pressen eher zurück. Ich merkte wie sich der Kopf meines Kindes nach unten bewegte und es war das Gewaltigste und Intensivste was ich je gespürt hatte. Ich hatte keine Krämpfe mehr, nur noch diesen ungeheuerlichen Druck und Drang zu pressen. Nach der zweiten Presswehe, teilte mir Christa mit, dass der Kopf schon etwas heraus wäre und dass ich nach unten greifen könne und ihn spüren könne. Das habe ich mir in der Schwangerschaft schon gewünscht. Als meine Hände unten ankamen war ich jedoch verwirrt. Ich konnte nur faltiges Gewebe spüren und hatte das Gefühl alle meine inneren Vaginalmuskeln müssten sich nach außen gerichtet haben. (Wie mir später Christa erklärte war das Der Kopf meines Sohnes, dessen Haut sich unter dem Druck des Geburtskanals zusammen geschoben hatte).

Bei der dritten Presswehe fragte ich dann ob ich jetzt pressen dürfe und Christa rief: „Conny, schieb an!“ Ich beugte mich leicht nach vorne und gab alles was ich hatte. Mario beschrieb es später als den ultimativen Kraftakt, und schon war der Kopf des Kleinen heraus. Die Wehe war vorbei und Christa sagte ich solle noch mal pressen und dann spürte ich die enorme Erleichterung als der gesamte Körper unseres Sohnes aus mir heraus rutschte. Mario hielt mich ganz fest und es beutelte ihn am ganzen Körper. Er schien gleichzeitig zu lachen und zu weinen. Ich drehte mich nach hinten und gab ihm einen Kuss, woran ich mich aber nicht mehr erinnern kann. Mario erzählte es mir. Danach beugte ich mich nach vorne, denn Christa konnte mir den Kleinen nicht herauf heben, denn die Nabelschnur war so kurz. Ich sah dieses kleine Wesen und mein erster Gedanke war: „Ich kenn dich doch.“ Sofort fielen mir seine großen Füße auf, die er von mir hatte und seine Hände die Marios ähnelten.

Mario kam nach vorne und Christa gab ihm die Schere in die Hand um die Nabelschnur zu durchschneiden. Der Kleine bewegte sich lebhaft und außer beim Nabelschnur abklemmen kam ihm kein Raunzer aus. Es war geschafft und ich entledigte mich meines Nachthemdes und nahm den kleinen Mann auf meine Brust. Wir waren überglücklich und schon kurze Zeit später lag ich gemütlich auf dem Bett und Christa legte mir meinen Sohn das erste Mal an die Brust. Er trank genüsslich und er fühlte sich sichtlich geborgen. Als er fertig getrunken hatte, bemerkte Christa dass es ihm doch etwas kühl war und sie schlug vor ihn an zu ziehen. Das wollte ich sehen und stand auf um zum Wickeltisch zu gehen. Christa meinte ich solle besser liegen bleiben wegen dem Kreislauf und ich sagte: „Schau ma mal, obs geht“ Ich lies mir viel Zeit beim Aufstehen und achtete darauf dass ich die Unterlage vom Bett zwischen meine Beine klemmte, denn es rann sehr viel Blut aus meiner Vagina. Da stand ich nun, nackt mit dem hellgrünen Ding zwischen meinen Beinen, und beobachtete wie Christa meinen kleinen Schatz versorgte und anzog. Danach wollte ich duschen und Christa half mir ganz prima. Nachdem sie mir eine Netz hose mit drei Vorlagen angezogen und ich wieder ein Hemd an hatte, setzten wir uns gemeinsam an den Küchentisch, während Mario mit unserem Sonnenschein kuschelte.

Christa füllte alle Formulare aus und erklärte mir was in den nächsten Tagen zu machen sei. Danach blieb sie noch zwei Stunden hier. Sie saß auf der Couch, wir drei auf dem Bett und konnten alle drei unsere Augen kaum offen halten. Der kleine Kaspar-Jeremias schlief längst schon selig und um halb drei in der früh verabschiedete sich Christa und wir machten uns ein gemütliches Bettlager. Geschlafen habe ich in dieser Nacht nicht, denn wir sprachen noch lange über dieses Wunder und ich musste meinen Sohn auch immer wieder ansehen. Unser lieber Burzl - Bär kam genau nach der vollendeten 37 Woche zur Welt, so wie ich es mir gewünscht hatte.

Ich bin sehr dankbar und glücklich und hoffe, dass ich mit diesem Bericht auch anderen werdenden Müttern Lust auf eine Geburt, in den eigenen gemütlichen vier Wänden, machen kann.

Danke Christa für deine kompetente und liebevolle Begleitung und Beratung  
[www.hebamme-wenger.at](http://www.hebamme-wenger.at)

Vielen Dank an die weisen Frauen und Doula Claudia Knopper des EKIZ  
[www.ekiz-graz.at](http://www.ekiz-graz.at)

Danke an alle unsere Freunde vom Keltendorf fürs Mitwünschen einer schönen und schnellen Geburt  
[www.keltendorf.at](http://www.keltendorf.at)

Danke Eveline Grander für die heilenden Beratungen während der Schwangerschaft, deiner Freundschaft und fürs Motivieren [www.druidin.at](http://www.druidin.at)

Danke Dr. Gmeindl für die kompetente Untersuchung und die ausführlichen Erklärungen

Danke der ganz lieben Hebamme und Hebammenschülerin im Kreissaal des LKH, deren Namen ich leider nicht weiß.

Danke an alle unsere Freunde und Verwandten für die Unterstützung und die vielen schönen Geschenke

Und ein Danke und ich liebe Dich mein großer Schatz und Verlobter Mario für dein Vertrauen in meine Gebärfähigkeit, deine Fürsorge und Liebe