

## Geburtsbericht Leonhard

Es fing alles damit an, dass „smartie 2“ (Leonhards vorläufiger Name als er noch in meinem Bauch zu Gast war :o)... ab Mitte Dezember - das war in der 25. Schwangerschaftswoche – in meinem Bauch saß und sich auch im Laufe der folgenden Wochen partout nicht auf den Kopf stellen wollte... Dr. Hohlweg beruhigte, dass diese Position vorerst ja keine endgültige sei, die meisten Babies drehen sich noch bis zur 35. Woche in die „richtige“, also „Kopf-nach-unten“ Stellung.

Als sich in der 33. Schwangerschaftswoche noch immer keine Veränderungen abzeichneten, riet mir Christa Wenger die indische Brücke zu versuchen – so postierte ich mich also allabendlich für 10 Minuten in Schräglage auf dem Sofa (ich schob mir zur Vorbeugung eines Beckenbodenmuskelkaters aber etliche Pölster unters Kreuz...). 2 Wochen später zeigte sich mein kleiner Gast von meinen Turnübungen noch immer ziemlich unbeeindruckt.

Start des zweiten Angriffs: Moxxen. Auf Grund der grasig-rauchigen Duftschwaden der fernöstlichen Kräutergarren, die am Morgen danach noch immer im Wohnzimmer hingen, verweigerte mein Freund die Wohnung und wir übersiedelten auf eine Picknickdecke im Garten (es war der 1. März...). Auch diese Variante ließ unser smartie ziemlich kalt, ebenso Schwimmen und homöopathische Gaben.

Die Zeit schritt voran und als bei der Untersuchung in der 38. Woche der Bildschirm meine Vermutung bestätigte, dass sich in meinem Bauch noch immer wenig bewegt hatte, wollte ich nichts unversucht lassen und fixierte einen Termin für eine äußere Wendung. Es folgten Stunden des Hin und Her, ob das denn nun die richtige Entscheidung sei? Denn wenn ein Baby so fest in einer Position verharrt, muss es dafür ja einen driftigen Grund geben. Es dann gegen seinen Willen herumzuquetschen, 24 h im Sanatorium zu verbringen, angehängt an eine wehenhemmende Infusion, die Chancen auf Erfolg nur mit 50-70% (mindestens so hoch waren sie auch schon bei den vorhergehenden Übungen) ließ meine Entscheidungsfreudigkeit dafür weiterhin sinken. Und nachdem ich in der folgenden Nacht über einige Stunden einfach keinen Schlaf finden konnte, griff ich am nächsten Morgen zum Telefon um den Termin wieder abzusagen. Nach einem ausführlichen Gespräch mit Dr. Hohlweg, der für jede meiner Entscheidungen offen war (ob äußere Wendung, Kaiserschnitt oder aber auch Steißgeburt) entschied ich mich nicht mehr verrückt zu machen und abzuwarten. Abzuwarten, abzuwarten, was von selber passieren würde, mich einfach „auf den Moment zu konzentrieren“, Yoga zu machen.

Die vorerst letzte Kontrolle eine Woche vor dem errechneten Geburtstermin löste erste Wehen aus, zwar unregelmäßig, aber immerhin schon zum tief durch atmen. Juhu! Es schien loszugehen! Ich stellte mich geistig schon auf eine Geburt mitten in der Nacht ein und zwängte mich (nicht umsonst heißt es, dass der Nestbau- und Versorgertrieb knapp vor der Geburt einsetzt...) sogar noch ins Auto um letzte Einkäufe zu tätigen. Christa Wenger wollte ich noch nicht alarmieren, weil die Wehen einfach nicht regelmäßig und auch nicht in immer geringer werdenden Abständen kamen – und schließlich versiegten sie abends im Bett zur Gänze.

Am Wochenende wurde dann mit dem Sohnmann wie versprochen noch fleißig am Osterstrauch gebastelt, Ostereier bemalt, der Wäscheberg weggebügelt und indischer Chai getrunken mit viel Zimt und Ingwer (vielleicht würden die Gewürze das ihre tun...)

Montag Morgen kurz nach 8 trat plötzlich eine kleine Menge Fruchtwasser aus - da war ich schon ein wenig alarmiert. Eine Viertelstunde später kam noch eine Portion nach und danach wieder.

Nun war es Zeit meine Hebamme anzurufen. Das Fruchtwasser war grünlich (in Büchern las ich: kein gutes Zeichen, das Baby hat Stress...) – ich machte Julian noch schnell seine Morgenmilch, zog ihn und mich an, schnappte meine bereits gepackte Reisetasche (oh ja – manche werden das vielleicht übertrieben finden, aber ich hätte keinen Geist mehr gehabt meine 7 Sachen zusammenzusuchen) und ab ging ins Sanatorium, wo mich Christa Wenger um 9.30 erwartete. Sie erklärte mir mit ihrer gelassenen Art, dass die grünliche Farbe des Fruchtwassers wahrscheinlich vom Mekonium kommt, da in Beckenendlage der Popo des Babys durch die Wehen zusammengedrückt wird und dass wir mal ins Entbindungszimmer gehen, um Wehentätigkeit und Muttermund zu überprüfen.

Der Wehenschreiber in unserem Entbindungszimmer hatte den Geist aufgegeben (ein toller Anfang...), Christa konnte aber den von nebenan organisieren. Wehen waren zwar da, aber nicht besonders ausgeprägt, der Muttermund ein wenig offen. Plötzlich, um ca. 10.15 gab es in meinem Bauch eine Explosion, als wäre ein Luftballon geplatzt und da waren sie die Wehen (Eröffnungswehen), bei denen man über jeden froh ist, an den man sich klammern darf. Kurz vor 10.30 kam dann auch mein Freund, nachdem meine Mutter Julian übernommen hatte.

Ab diesem Zeitpunkt kann ich für eine detailgenaue und wahrheitsgetreue Schilderung nicht mehr garantieren – Christa Wenger bereitete alles soweit vor (stellte wegen der BEL Beinstützen auf und richtete eine Infusion mit Wehenmittel,...) Dr. Sala ersetzte vorübergehend meinen Gynäkologen

(Christa hatte ihn telefonisch zwar informiert, dass ich da sei, aber nicht damit gerechnet, dass die Wehen schon so bald kommen würden)

Die Presswehen waren ziemlich heftig (viel stärker – soweit ich es richtig in Erinnerung hatte, als bei meiner ersten Entbindung - eine Wassergeburt, die ich jeder Frau nur ans Herz legen kann – die allerdings bei einer Steißgeburt ausgeschlossen ist) Ich war Christa und Dr. Sala sehr dankbar, dass ich mich, wenn eine Wehe kam, bei einer von ihnen anklammern durfte. So saß ich also auf einem Gynäkologenstuhl und stemmte bei jeder Wehe meine Beine heftig in die Beinstützen bzw. gegen Frau Dr. Sala (die Arme...) und meine Arme in den Stuhl. Dr. Sala riet mir nicht zu pressen (als ob das so leicht wäre! Der Druck ist einfach zu groß als dass man da viel Einfluss hätte dagegen zu arbeiten) und drückte ihre Hände gegen meinen Beckenboden. Wo denn nur Dr. Hohlweg bleibt???

Ich glaube so kurz vor 10.45 war dann endlich Dr. Hohlweg da! Ich war heilfroh, denn nun konnte es „wirklich“ losgehen. Linkerhand stand mein Freund, rechts Dr. Sala, vor mir Dr. Hohlweg (leicht außer Atem, er musste wahrscheinlich ziemlich in die Pedale treten...) und gleich daneben Christa Wenger, auf deren Anweisungen ich mich voll und ganz verlassen konnte! Sie riet mir bei Beginn der Wehen schnaubend auszuatmen: Und tatsächlich: die Schmerzen wurden etwas erträglicher! (Mir ist es ohnehin ein Rätsel WIE Hebammen einfach WISSEN wann etwas gut tut. Bei meiner ersten Entbindung als ich mich an den Badewannenrand klammerte, bat sie Dr. Hohlweg mir einen kühlen, nassen Lappen auf Rücken und Stirn zu legen... Ich war nicht unbedingt überzeugt, wie diese Maßnahme helfen könnte, aber sie brachte treffsicher Erleichterung!)

Der Druck, den die Presswehen (ich kann gar nicht sagen wie viele es waren, ich weiß nur, dass die starken Wehen so gegen 10:15 einsetzen und Leonhard nach einer 3/4 Stunde da war) in mir erzeugten, war für mich ziemlich heftig und meine Schreie, die ich quasi wie eine außenstehende Person, von mir selbst wahrnahm, waren sicher die lautesten, die ich jemals von mir gegeben habe. Im Nachhinein betrachtet ist es schon beeindruckend, welche Kräfte bei einer Geburt entstehen, wie sich der Körper quasi verselbständigt und man bewusst wirklich kaum mehr etwas mehr steuern kann, es „passiert“ einfach.

Die ganze Zeit über dachte ich mir, warum ich mir das alles eigentlich antue – warum die Natur eine Geburt mit solchen Schmerzen bedacht hat... andererseits würden die Schmerzen auch nicht ewig dauern– das „Schlimme“ ist nur, man weiß eben nicht wie lange! Am Anfang einer Wehe atmete ich also schnaubend aus, dann die höllischen 10 Sekunden, in denen man glaubt zu zerplatzen und sich einen schlimmeren Druck gar nicht mehr vorstellen kann, dann die Pause, zum Verschnaufen, Wasser trinken und „Entspannen“.

Als ich mich das erste Mal entschloss einen Blick zu riskieren „wie weit wir denn schon sind“, konnte ich schon den ganzen Rücken meines Babys zwischen meinen Beinen sehen!! (das war eine ziemliche Erleichterung für mich), es dauerte schließlich nur noch zwei Presswehen (das Wehenmittel musste noch richtig dosiert werden) bis schließlich sein Kopf rauskam. Leonhard war geboren!!! Ich war sehr erleichtert, sowohl, dass die Geburt an sich vorbei war, als auch, dass mein Baby ohne Komplikationen das Licht der Welt erblickt hatte! Ein kleiner Mensch war geboren!!! Er wurde gleich von Christa abgenabelt und der bereitstehende Kinderarzt untersuchte ihn sofort und bekam auch ein bisschen Sauerstoff. Seine Beine waren wegen seiner Klappmesser-Position in meinem Bauch V-förmig entlang seines Oberkörpers ausgestreckt – er sah aus wie ein kleiner Schispringer der arme kleine Mann.... Christa hüllte Leonhard in ein Handtuch und legte ihn auf meine Brust :o). Dr. Hohlweg nähte inzwischen meinen Dammschnitt und nach einiger Zeit nahm Christa Leonhard um ihn zu versorgen – er wog 2.9 kg, messen konnten wir ihn erst nach einer Woche, da er seine Beine nicht ausstrecken konnte, er maß dann 51cm. Dann durfte ich mir von Christa wieder ein Häubchen aussuchen und um 12 Uhr waren wir dann im Zimmer – das Leben zu 4t konnte also beginnen!

An dieser Stelle möchte mich ganz herzlich bei Christa Wenger und Dr. Florian Hohlweg für ihre Offenheit, Flexibilität und Kompetenz bedanken und bin im Nachhinein – weil die Geburt (für mich) zwar heftig, aber komplikationslos verlaufen ist - wirklich sehr froh, die Entscheidung getroffen zu haben, eine Spontangeburt einem Kaiserschnitt vorzuziehen – mit der Sicherheit, dass meine Hebamme und mein Arzt Erfahrung für Beckenendlagen-Geburten mitbringen und nach bestem Wissen und Gewissen bei der Entbindung handeln würden! d.h. sobald Komplikationen aufgetreten wären, Dr. Hohlweg einen Kaiserschnitt gemacht hätte und die Voraussetzungen (2.Geburt, nicht zu großer Kopfumfang (34cm) und nicht zu schwer und groß) auch gepasst haben.