

Eine schöne Erinnerung an Jonathans Hausgeburt

Jonathan kam am 13.04. um 20:02 Uhr im Schlafzimmer unserer Wohnung zur Welt. Zu einer Hausgeburt hatten wir uns vor Weihnachten entschieden. Wir fanden die Idee schön, dass Jonathan nach der Geburt gleich zu Hause ist und auch Nico von Anfang an bei ihm sein und ihn kennen lernen kann. Abgesehen davon fühlte ich mich zu Hause irgendwie sicher, ich hatte das Gefühl, die Kontrolle über meine Geburt behalten zu können. Wir strebten eine Wassergeburt an, wozu wir uns beim EKIZ ein Becken ausgeliehen hatten. Anfang Jänner besuchten wir zum ersten Mal unsere Hebamme Christa.

Da wir beide Medizinstudenten sind, stieß unsere Entscheidung bei mehreren Personen auf Verwunderung bis Entsetzen, aber da wir uns sicher waren, konnten wir damit umgehen. Vier Wochen vor dem errechneten Termin ging ich jede Woche zur Akupunktur zu Christa, aß jeden Morgen mein Leinsamenmüsli und massierte weiterhin meinen Damm. Um das Gefühl zu haben, alles an Vorbereitung getan zu haben, machten wir auch einen sehr netten Geburtsvorbereitungskurs, den ich besonders deshalb genoss, weil wir uns mit anderen schwangeren Paaren austauschen konnten. Denn in unserer Bekanntschaft gibt es aus Altersgründen keine.

Im März kamen wir auf die Idee, meine siebzehnjährige Schwester Fanny zur Geburt als Helferin einzuladen, da sie sowieso unbedingt dabei sein wollte und damit sich Nico dann mehr auf die Geburt als auf den Aufwand rundherum konzentrieren könne.

Anderthalb Wochen, bevor Jonathan auf die Welt kam, begannen unregelmäßig einzelne „Wehen“, von denen ich gelegentlich nachts aufwachte. Am 13.04. um zwei Uhr früh spürte ich, wie ich für mein Empfinden ziemlich viel Flüssigkeit verlor, wovon ich aufwachte. Ich dachte sofort an einen Blasensprung, weckte Nico auf und ging einen Kontrollgang durch die Wohnung, ob die Töpfe wohl am Herd waren und die (sechs) Wasserkocher angesteckt, um das Becken füllen zu können. Dann stieg ich vernünftigerweise wieder ins Bett, um weiterzuschlafen, bis ich um sechs Uhr abermals durch Ausfluss geweckt wurde. Um acht Uhr rief ich Christa an, die um zehn Uhr kam und meinte, es könne sich höchstens um einen hohen Blasensprung handeln, der wieder verklebt sei. Die Blase sei noch ganz. Sie gab mir aber einen Wehencocktail. Wir gingen stundenlang euphorisch im Stadtpark spazieren und um zwei Uhr nachmittags bekam ich dann echte Wehen mit ganz kurzen Wehenpausen. Wir riefen Christa wieder an, und sie kam zu uns. Auch wenn es vielleicht noch etwas früh war, war ich wirklich beruhigt, sie um mich zu wissen. Sie holte mich aus dem Bett, in dem ich versuchte, meine Wehen abzuatmen. Nun saß ich im Wohnzimmer auf einem Sessel und atmete, und wechselte die Lage und atmete... Ich hatte mir die Geburt gemütlicher vorgestellt, mit echten Pausen zwischen den Wehen, in denen ich vielleicht noch gehen konnte. Jetzt quälte ich mich aufs Klo und blieb am Weg stehen, um zu atmen. Aber ich fühlte mich sicher, gut aufgehoben, schon so wie ich es mir vorgestellt hatte. Es war eine positive Angestrengtheit. Christa ruhte sich von ihrer letzten Geburt noch auf unserer Couch aus, Nico und Fanny waren da, es kam keine Spur von Hektik auf, ich wusste es wäre nur eine Frage der Zeit bis Jonathan da, und die Geburt überwunden war. Irgendwann entschied ich mich, ins Becken zu gehen, das Nico mit meiner Schwester eingelassen hatte. Das warme Wasser war sehr angenehm, ich hatte das Gefühl, dass die Wehen schwächer würden. Jedenfalls waren sie viel weniger schmerzhaft. Trotzdem hatte ich nach wie vor kaum Zeit zu verschnaufen, vor lauter Wehen. Nico und Fanny kochten Kartoffelsuppe, von der ich eine Tasse trank; ich hatte nichts Vernünftiges zu Mittag gegessen vor lauter Aufregung und bildete mir ein, ich müsste mich noch stärken. Irgendwann kam der Zeitpunkt, wo ich dachte: „Ich kann nicht mehr.“ Ich fühlte mich schwach, die Wehen übermannten mich, ich wollte, es wäre alles schon vorbei. Christa meinte, vielleicht wäre es doch wieder besser, mich hinzulegen. Dann könne sie auch gleich schauen, ob „was weiter gegangen“ sei. Im Liegen und vor allem im Kühlen hatte ich wieder stärkere Wehen. Jetzt war ich froh darüber.

Bei der nächsten Kontrolle platzte die Fruchtblase. Ich musste mich übergeben. Nur für einen Moment fühlte ich mich wirklich schrecklich. Es begannen Wehen, die mich schüttelten. Ich wollte nicht mehr ins Wasser. Ich übersiedelte auf den Gebärhocker. Nico hatte die Aufgabe, meinen Kopf in der richtigen Position zu halten. In der Hektik wurde festgestellt, dass die Geburtsvorbereitungen (sprich heißer Kaffee, Stoffwindeln im Backofen, sterile Unterlagen usw.) etwas vernachlässigt worden waren. Ich bekam das nur peripher mit, denn ich war damit beschäftigt, mit meinen Presswehen mitzupressen. Daher mein Tipp an alle Erstgebärenden: Bereitet rechtzeitig alles vor, denn die Geburt beginnt und endet schneller als man denkt!

Ein brennender Schmerz vertrieb mir jeden Gedanken. Es brauchte mehrere Wehen, bis der Kopf tastbar war. Mit der nächsten Presswehe rutschte er ein Stück hinaus, nur um sofort wieder zurückzurutschen. Endlich war der Kopf da. Ich spürte eine leichte Entlastung und versuchte, mich darauf zu konzentrieren, weiterzupressen. Ich hatte Angst, dass Jonathan zu lange im Geburtskanal bleiben würde. Ich wartete ob eine Wehe käme, mit der er endlich ganz zur Welt kommen könne, aber es passierte nichts, also presste ich ohne Wehe. Plötzlich war er dann da. Christa gab ihn mir in die Hände. Ich wusste nicht, wie ich ihn halten soll, damit er nicht wegrutscht.

Ich fühle mich nicht in der Lage, meine Gefühle zu dem Zeitpunkt zu beschreiben. Jonathan war bläulich, bewegte sich kaum und wurde schnell abgesaugt. Dann schaute er diffus und krächzte ganz leise. Er atmete und bekam schnell Farbe. Nico schnitt mit Christas Hilfe die Nabelschnur durch.

Meine Erinnerung an das Folgende ist in der Reihenfolge nicht so ganz geordnet. Christa legte ihn mir an die Brust, er wurde gewogen und angezogen, ich wurde genäht. Christa blieb noch länger da. Es gab Pizza von meiner Mutter und ich aß noch eine Kartoffelsuppe. In der Nacht lag ich noch länger wach, um Jonathan anzuschauen und zu sehen, ob dieses kleine Wesen auch wirklich atmet. Ich war im Gegensatz zu Jonathan und Nico komischerweise gar nicht mehr müde.

Christa kam in der nächsten Zeit zu den Hausbesuchen, worüber ich mich immer sehr freute. Uns ging es sehr gut. Jonathan entwickelte sich prächtig. Trotzdem freute ich mich über Ratschläge zum Stillen, zu meiner Dammverletzung, zum Baby, und ich war froh dass uns in der Anfangszeit eine so erfahrene Hebamme wie Christa mit ihrer Kompetenz zur Seite stand. In den ersten zwei Wochen kam jeden Tag meine Mutter, um Essen zu kochen und uns ein bisschen zu helfen. Ich glaube, ohne diese Hilfe wäre für uns die erste Zeit nicht so angenehm verlaufen, denn es ist schon auch ein Aufwand, die Wochenbettzeit zu Hause zu verbringen. So aber war und ist es noch immer eine wunderschöne Zeit mit unserem Baby. Ich erinnere mich sehr gerne an seine Geburt.