

# „Unsere“ Geburt

**UNSER KLEINER SONNENSCHNITT** 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?“ Angie 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 wann wir uns im EKIZ treffen würden.

Sie erklärte mir ausführlich wie eine Hausgeburt abläuft. In den weiteren Terminen gab sie mir gute heilende Tipps bei meinen Schwangerschafts - Wehwehchen.

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 auch er 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 einen anderen Rhesus-Faktor als ich hatte. 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 alles in Ordnung sei.

*Anmerkung der Redaktion: Connys Bericht über die nachfolgenden Ereignisse im Krankenhaus ist sehr spannend und lehrreich zu lesen. Leider ist es uns aus Platzgründen nicht möglich, alles abzudrucken. Im Internet findet Ihr aber den ungekürzten Bericht! ekiz-graz.at.*

## 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.

Sie meinte, ich solle mich gut ausschlafen, wenn Wehen kämen würde ich es 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. Sie sagte mir, ich solle 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 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 vorbeischaun 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 Wassererschlauch 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 wollte und ich sagte: „Nein, dann kommen die Wehen doch in ein-minütigem 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, das 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 eine 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 uns gemeinsam hin. Er saß hinter mir und stütze 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, das 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, die Nabelschnur war sehr 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.** 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 fühlte sich sichtlich geborgen. Als er fertig getrunken hatte, bemerkte Christa, dass es doch etwas kühl war und sie schlug vor, ihn anzuziehen. Das wollte ich sehen und stand auf, um zum Wickeltisch zu gehen. Christa meinte, ich solle besser liegen bleiben wegen des Kreislaufs, doch ich sagte: „Schau ma mal, ob's 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 Netzhose 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 konnte.

Conny Macor

## Gipsabdruck

Sie erwarten ein Baby?

Schaffen sie sich eine bleibende, plastische Erinnerung an die wunderschöne Zeit ihrer Schwangerschaft mit einem Gipsabdruck ihres Babybauchs.

Der ideale Zeitpunkt hierfür liegt zwischen der 30. und 35.Schwangerschaftswoche.

Ich biete Ihnen folgendes an:

- ⊗ Bauchabdruck roh (Material, Modellieren des Gipsbaues) Euro 35,-
- ⊗ Geschenksäckchen (Material, Gutschein für das Modellieren des Gipsbauches) Euro 37,-
- ⊗ Paket zum selber gipsen (Gipsmaterial, ausführliche Anleitung, Körperöl) Euro 20,-

Material und Geschenksäckchen im Büro erhältlich

Terminvereinbarung für das Modellieren bei Astrid, Tel: 0676/361 1719

