

## **Karins 2. Kind/ geplante Hausgeburt**

**„Ich wusste auf einmal, was für mich ‚selbstbestimmte Geburt‘ bedeutet.“**

### **Deine Geburt – mein Geburtsbericht!**

...ich weiß nicht mehr, wann genau sich der Wunsch in mir regte, eine Hausgeburt zu machen, aber nach einem längeren Krankenhausaufenthalt war er plötzlich da!

Hierzu muss ich aber sagen, dass ich noch nie vorher darüber nachgedacht habe. Für mich war das ehrlicherweise etwas „Esoterisches“. Ich dachte dabei an Räucherstäbchen und Batiktücher. Aber so eine hektische und vor allem dienstplanabhängige Krankenhausgeburt wie bei deiner Schwester wollte ich nicht nochmals erleben. Dank einer lieben Freundin, hatte ich auch gleich eine Hebamme empfohlen bekommen. Die quirlige Lisa. 26 Jahre jung, aber trotzdem reich an Berufserfahrung und vor allem voller Hingabe zu diesem Beruf.

Nach nur einem Treffen habe ich mich für sie entschieden. Warum nur ich? Nun ja, dein Papa war alles andere als dafür, dass ich diesen Weg tatsächlich gehen will. Er stand diesem Vorhaben sehr skeptisch gegenüber. Natürlich wollte ich auch nichts riskieren, daher habe ich brav alle vorgeschriebenen und empfohlenen Untersuchungen machen lassen. Aber dein Geschlecht durfte mir niemand verraten. Da wollten wir uns überraschen lassen.

Dein errechneter Geburtstermin war der 3.11.2014. Als dieser Termin immer näher rückte, befasste ich mich doch mit dem Thema Hausgeburt anhand des Buches „Luxus Privatgeburt“ etwas näher. Mich faszinierten diese Geburtsberichte ungemein. Fast jede Gebärende sprach von „Selbstbestimmung“. Durch diese positiven und stimmigen Berichte freute ich mich schon richtig auf deine Geburt. In der Nacht von Sonntag auf Montag, bekam ich dann schon leichte Vorwehen. In dieser Nacht kam der sogenannte Nestbau so richtig zum Vorschein. Ich putzte den Wohnbereich im 1. Stock wo wir die Geburt geplant hatten und legte die besorgten Sachen von Lisas Liste bereit.

Den folgenden Tag, hatte ich immer leichte Wehen, aber es war gut auszuhalten. Wir haben unser Vorhaben nur sehr wenigen Menschen erzählt. Denn wir, oder insbesondere ich, wollten nicht, dass uns irgendjemand mit Schauergeschichten kommt und uns unser Vorhaben ausredet. Aber deine Großeltern wussten natürlich Bescheid. Denn was ich nicht wollte war, dass ich während der Geburt über das Wohlbefinden von der großen Tochter nachdenken musste. Also durfte deine fast 2 Jahre ältere Schwester erstmals bei den Großeltern übernachten. Als ob wir es geahnt hätten...

Montagabends laufen so ziemlich alle meine Lieblingsserien. Während den Pausen haben wir dann immer wieder über Namen nachgedacht. Thomas war schon immer der Favoritenname für einen Jungen, aber uns fehlte noch ein Mädchenname. Stand ja 50:50. Irgendwann so gegen 22:00 Uhr kamen wir auf Vera Sophie. Nachdem wir das geklärt hatten und auch die letzte Serie aus war, ging es mit den Wehen los. Obwohl ich vorher nie über die Badewanne nachgedacht hatte, wollte ich jetzt genau dorthin. Mit Lisas Atemtechnik konnte ich die Wehen super veratmen und es ging mir gut. Nur dein Papa wurde schon immer nervöser und als die Wehen alle 3 Minuten kamen, rief er Lisa an, dass Sie bitte jetzt kommen muss. Mittlerweile war es 1.45. Ab 2 Uhr hielt ich es in der Wanne aber nicht mehr aus und ich wollte raus. Danach veratmete ich die Wehen im Stehen und war an deinen Papa angelehnt. Dein Papa war mir eine große Stütze. Lisa kam gegen 2.20 Uhr und bereitete in aller Ruhe ihr Equipment vor. Sie tastete meinen Bauch ab und hängte kurz ihr CTG Gerät an, alles OK. Die Geburt ist in vollem Gange. Ich war leicht irritiert, dass sie nicht meinen Muttermund abtastete, aber plötzlich spürte ich bereits Presswehen. Nach einer heftigen Wehe erfolgte auch der Blasensprung und der Druck war für's Erste weg. Sowie dein Papa... Genau in diesem Moment ging er nämlich nach unten, um sich ein frisches T-Shirt anzuziehen.

Jetzt brauchte ich Lisa an meiner Seite, denn die richtige Gebärposition hatte ich in diesem Moment nicht. Aber Lisa meinte, ich sollte mich hinsetzen und schauen wie es mir dabei geht. Das war super! Ich konnte viel besser mitpressen und wusste auf einmal was für mich „selbstbestimmte Geburt“ bedeutet. Ich durfte bis jetzt alles selbst bestimmen, so wie es mir mein Bauchgefühl vorgab. Plötzlich habe ich auch schon deinen Kopf gefühlt und mit der nächsten Wehe lagst du in meinen Armen...

WOW! Dieses Gefühl werde ich nie vergessen. Ich stand auf und setzte mich mit dir auf die Couch und war erstmals tief berührt von dieser Geburt. Ich war einfach überwältigt von der Stimmung die herrschte und der Tatsache wirklich selbst ein Kind geboren zu haben. Ohne dass sich ein Oberarzt auf meinen Bauch stürzte und mitdrückte oder mich ein Hebammenwechsel kurz vor der Geburt komplett aus der Bahn warf.

Jetzt erst kam dein Papa wieder dazu und meinte: „Und, was ist es?“ Da ich selber noch nicht nachgesehen hatte, war meine Antwort: „Ein Baby!“. Danach wollten wir es aber doch alle wissen und freuten uns, dass du, lieber Thomas seit dem 4. November 2014, 3:05 Uhr nun zu unserer Familie gehörst. Die Nachwehen fielen dann leider doch etwas heftiger aus. Um damit besser umgehen zu können, legte ich mich wieder in die Wanne. Somit hatte dein Papa die Gelegenheit, dich auf dieser Welt willkommen zu heißen. Erst gegen 6 Uhr fühlte ich mich besser und konnte endlich mit dir kuscheln. Dein Papa bereitete zwischenzeitlich ein tolles Frühstück zu und dann riefen wir mal die Oma und deine Schwester an, um die tolle Neuigkeit zu erzählen. Danach gingen wir mal alle schlafen... Der erste Besuch an diesem Tag war deine zukünftige Taufpatin. Erst am nächsten Tag kam dann deine große Schwester mit den Großeltern. Auch die Kinderärztin besuchte uns. Alles super! Eine Hausgeburt zu machen war das schönste und wichtigste Erlebnis in meinem Leben! Auch wenn dein Papa anfänglich sehr skeptisch war, so war auch er ganz angetan von diesem wunderbaren Erlebnis!