

Gabrieles 1.Kind/ geplante Hausgeburt

„Anschließend haben wir Tanzmusik aufgedreht, die ich extra für die Geburt vorbereitet hatte.“

Die Geburt unseres Sohnes

Bis zum letzten Tag habe ich das Leben als Schwangere auskostet und so bin ich am Tag der Geburt unseres Sohnes erst um 2 Uhr in der Nacht schlafen gegangen. Um 10 Uhr bin ich aufgestanden, war im Bad und es kamen ein paar Tropfen Fruchtwasser. Irritiert, weil der Geburtstermin doch erst in einer Woche sein sollte, ging ich zurück ins Bett und habe mit meinem Mann geredet. Ich wollte noch nicht wahr haben, dass es so weit war.

Am frühen Nachmittag habe ich mich dann entschieden, meine Hebamme, Lisa Sanchez, anzurufen. Sie ist sofort zu uns nachhause gekommen und hat nach der Untersuchung festgestellt, dass die Geburt im Gange ist. Da es aber noch dauern würde, ist sie wieder heimgefahren und hat gemeint, dass sie am Abend wieder kommen würde. Mein Mann und ich haben in der Zwischenzeit erst einmal etwas gegessen, das konnten wir bis dahin nicht. Leichte Wehen verspürte ich schon. Danach haben wir das Haus für die Geburt vorbereitet und noch schnell eine kleine Fotosession mit der gesamten Schwangerschaftskleidung gemacht. Einen Bauchabdruck hatten wir zum Glück schon vor zwei Wochen angefertigt. Anschließend haben wir Tanzmusik aufgedreht, die ich extra für die Geburt vorbereitet hatte. Wir sind in der Schwangerschaft viel in die Tanzschule zum Tanzen gegangen und haben viele verschiedene Kurse besucht. Da ich unbedingt wollte, dass die Geburt zuhause gut verläuft und gute Wehen kommen, habe ich mit meinem Mann getanzt. Anfang August bei über 30 Grad circa eine Stunde haben wir vor allem Jive und andere schnelle Tänze getanzt. Das empfand ich als sehr schön, vor allem war es eine wunderbare Einstimmung auf die Geburt. Zum Ausrasten haben wir uns einen Film angeschaut, da wurden die Wehen schon heftiger.

Am Abend so gegen 20 Uhr hat mir Lisa einen Einlauf gegeben, der sehr wehenfördernd war. Die Qualität der Wehen hat sich verändert, sie waren viel stärker, aber gut auszuhalten. Sehr bei mir und fast meditativ habe ich jede Wehe veratmet. Kurz vor 23 Uhr bin ich mit meinem Mann in unsere große Badewanne gestiegen. Lisa hat gemeint, sie geht ins Zimmer nebenan, wenn etwas wäre, sollte ich sie rufen. Kaum war sie draußen, hatte ich auch schon Presswehen. Es war der richtige Zeitpunkt dafür und ich durfte pressen. Das empfand ich als sehr anstrengend. Um 23:59 Uhr kam schließlich unser Sohn friedlich und gesund zur Welt. Mein Mann hat mir nach der Geburt erzählt, dass er fasziniert davon war, wie sich mein Bauch während der Wehen bewegte und dass er froh war, mich bei der Geburt zu begleiten, war er übrigens ganz wundervoll gemacht hat.