

## **Karins 3. Kind/ geplante Hausgeburt**

**„Kaum saß ich auf dem Gebärhocker ging es gleich intensiv weiter.“**

### **Alle guten Dinge sind drei...**

8. Oktober: Es war am Abend, so ca. 18:00, als ich mich erstmals auf der Kücheninsel abstützte und eine Wehe atmend und breitbeinig überstand.

So ca. 19:30: Als mein Mann nach Hause kam, verkündete ich ihm, dass er sich schon darauf einstellen kann, dass es bald soweit sein wird, da ich schon alle 15 Minuten abstützend eine Wehe veratme - zwar noch nicht ganz heftig, aber schon ganz anständig! Zu diesem Zeitpunkt habe ich meine Hebamme Lisa angerufen. Ich habe ihr mitgeteilt, dass sie sich darauf einstellen kann, dass ich mich heute nochmal melden werde, da ich glaube, dass es noch heute soweit sein wird.

21:00: Nachdem ich die anderen zwei Kinder schlafen gelegt habe, bin ich in die Badewanne gestiegen, um zu sehen, ob meine Wehen heftiger werden, oder sich wieder beruhigen. Aber in der Badewanne habe ich es vor Wehenschmerzen schon gar nicht mehr ausgehalten (eine Badewannengeburt wäre nie mein Ding!)

Sicher schon 22:00: So bin ich dann auf die Toilette gegangen und lange sitzen geblieben, da es mir so am angenehmsten war: ich konnte meine Wehen veratmen, wie auf einem Gebärhocker und dazwischen „Lulu“ machen, wenn ich musste. Ich hatte nun schon alle 5 Minuten Wehen.

Etwa 23:00: Zwischendurch rief mein Mann Lisa und meine Mutter (falls die Kinder wach werden sollten oder so) an, dass sie nun kommen sollten. Die ganze Zeit über blieb ich auf der Toilette, bis Lisa bei der Haustür herein kam. Die Kinder schliefen oben im Schlafzimmer tief und fest.

So um ca. 23:30: Als sie mich sah, sagte sie, dass wir uns gleich den Gebärhocker richten können! Und wie recht sie hatte! Kaum saß ich auf dem Gebärhocker ging es gleich intensiv weiter - ich hatte richtig starke Eröffnungswehen - heftig und effektiv fühlten sie sich an! Lisa atmete mit mir und sprach ganz ruhig und Sicherheit gebend mit mir. Wir unterhielten uns sogar noch darüber, wie die Frauen dass nur immer aushalten und vor allem früher, als sie bis zum Schluss gearbeitet haben und dann so zwischendurch gschwind ihr Kind bekommen haben...

9. Oktober, so um Mitternacht 00:00: Nach einer sehr heftigen halben Stunde (so in etwa), lehnte ich mich auf dem Gebärhocker auf die Seite, da ich eine Pause brauchte, der intensive Druck wurde auch tatsächlich dadurch weniger und ich wäre vermutlich lange so geblieben, aber meine Hebamme Lisa sagte, dass es jetzt wieder Zeit ist, mich gerade zu richten. Sie hat genau das Richtige zur richtigen Zeit gesagt, da es nur etwa 2-3 weitere starke Wehen brauchte (ich hatte nicht mal Zeit zum Erbrechen, wie es bei meinen anderen beiden Geburten der Fall war) und es ging „platsch“ und die Fruchtblase platzte - genau als ich glaubte, der Druck ist NICHT mehr auszuhalten!!

00:30: Danach hatte ich etwa 2-3 Presswehen und unter dem üblichen Brennen kam der Kopf heraus, dann noch etwa 2 Presswehen und schwuppediwupp war der Rest des kleinen kostbaren Wesens in der Außenwelt gelandet!

Später erzählte Lisa, dass das Baby die Nabelschnur fest um den Hals hatte (was ja oft der Fall ist und eigentlich eine Schutzfunktion hat gegen das Abpressen der Nabelschnur). Lisa hat sich aber sicher und unauffällig darum gekümmert (ich habe während der Geburt nicht mitbekommen) - ich war froh, dass sie mir während der Geburt gesagt hat, dass ich mich wieder gerade richte, damit mein Baby nicht zu lange so im Geburtskanal stecken musste.

Diese Geburt war für mich heftig, aber zeitmäßig optimal. Es war nicht zu schnell, aber auch nicht zu langsam, sodass ich nach der Geburt noch einen richtigen Freudenschwall empfand und ich die Situation nach der Geburt - dieses einzigartige Gefühl mit Erde, Himmel und dem Universum eine Einheit zu sein - richtig mit meinem kleinen neuen Schatz genießen konnte.

Ich hatte drei Hausgeburten und jede mit einer anderen Hebamme. Es war natürlich jede Hebamme toll, da es ja schon mal super ist, dass es Hebammen gibt, die Hausgeburten machen. Aber Lisa Sanchez hat für mich am besten gepasst und ich bin so glücklich und dankbar, dass sie mich begleitet hat! Sie hat mir so viel Vertrauen und Sicherheit während der Geburt gegeben, dass es trotz der Schmerzen, die ich während der Geburt hatte, ein schönes Erlebnis und eine wunderbare Erinnerung für mich ist und bleiben wird. Gott sei Dank hab ich noch ein Baby bekommen - und das nicht nur weil man sagt: „alle guten Dinge sind drei“.

Danke!

