

Eine Hausgeburt wie ich es mir gewünscht habe

Gerne möchte ich euch von meiner zweiten Hausgeburt am 12.12.2022 berichten.

Schon immer stand für mich fest, dass ich meine Kinder gerne Zuhause entbinden möchte. Ich kam selbst einmal Zuhause zur Welt und nun hatte ich ja auch schon Erfahrung durch meine erste Hausgeburt (bei der Silke übrigens auch eine Weile dabei war).

Da mein erstes Kind 9 Tage über Termin kam waren wir etwas überrascht, dass sich Nummer 2 bereits bei 39+2 auf den Weg gemacht hat. Übungs- und Senkwehen hatte ich bisher noch gar nie gehabt. Als ich daher nachts um 2 das erste Ziehen bemerkte war ich in Alarmbereitschaft. Doch schnell stellte sich heraus, dass das Ziehen weder stärker wurde noch die Abstände kürzer wurden. Daher ging mein Mann morgens ganz normal zur Arbeit und ich meinem Alltag nach.

Die Übungswehen verteilten sich dann über den ganzen Tag, bis abends gegen 19 Uhr dann doch auf einmal die Intensität zunahm. Somit gab ich meinem Mann Bescheid und brachte vorsichtshalber Kind und Hund bei meinen Eltern unter. Kurze Zeit später war ich mir dann auch ziemlich sicher, dass es jetzt richtig los geht und wir gaben Silke Bescheid, dass sie sich schonmal bereit machen konnte (Wehenlänge 45 Sekunden, Pause 2 Minuten, Intension aber noch sehr leicht). Silke meinte sie hält sich bereit und wir sollen einfach Bescheid geben, wenn ich nicht mehr alleine weitermachen möchte.

Während den Wehen lief ich zuhause im Kreis und konzentrierte mich auf meine Atmung. Als die Schmerzen dann deutlich zunahm bat ich meinen Mann Silke Bescheid zu geben. Sie hat sich dann auch sofort auf den Weg gemacht. Wir wussten, dass Silke ca 1 Stunde braucht, bis sie bei uns ist. Somit haben wir in der Zwischenzeit alles hergerichtet, wie im Vorfeld besprochen. Während den Wehen begann ich nun zu Tönen, was das Ganze wirklich viel erträglicher machte.

Als Silke gegen 21:30 Uhr bei uns ankam hatte ich es mir gerade auf unserem Sofa "gemütlich" gemacht. Während den Wehen kniete ich auf dem Sofa über die Lehne gebeugt, was sich im Nachhinein auch als meine Lieblingsposition herausstellte. Silke setzte sich erstmal zu mir und wir redeten darüber, was bisher alles geschehen ist. Es tat gut zu wissen, dass Silke jetzt da war und sie strahlte auch sofort so eine Ruhe aus. Nachdem sie sich ein Bild von der aktuellen Lage gemacht hatte hörte sie die Herztöne vom Baby und fühlte meinen Puls. Dabei kam zur Sprache, dass das Baby mit dem Rücken nach vorne liegt und Silke empfahl mir ein paar Wehen auf der Seite zu liegen, damit sich das Baby leichter drehen kann. Gesagt getan und so verbrachte ich eine Weile in dieser Position, bis es wieder unangenehm wurde und ich zu meiner Sofalehne zurückkehrte. Dort wurden die Wehen immer heftiger und Silke versuchte das "Äpfel schütteln", um meine Muskeln etwas zu entspannen. Das tat richtig gut und ich wollte das dann bei jeder Wehe.

Bald hatte ich dann das Gefühl mitschieben zu wollen. Silke meinte ich soll das ruhig zulassen. Sie hörte wieder die Herztöne und meinte, ich könnte mal versuchen, ob ich das Köpfchen selbst schon tasten könnte - leider nein. Sie empfahl mir noch einen Positionswechsel, um etwas Druck rauszunehmen, weil die Herztöne auffällig waren. Ich legte mich wieder auf die Seite und versuchte etwas Druck rauszunehmen. Silke sagte ich solle anstatt zu pressen "Pah Pah Pah" machen. Die Herztöne wurden nicht besser und sie bat mich auf die andere Seite zu liegen. Ich drehte mich um und Silke konnte das Köpfchen auch schon gut tasten. Sie meinte ich soll jetzt Vollgas geben und bei der nächsten Wehe spürte ich, wie das Köpfchen durchs Becken gerutscht ist. Silke meinte ich könnte auch die Position nochmal ändern und ich entschied mich für die Tiefe Hocke. Das war auch goldrichtig, denn mit der nächsten Wehe platzte die Fruchtblase und das Köpfchen war da. Allerdings steckte der Rest etwas fest und Silke bat mich in den Vierfüßler zu gehen. Kaum getan hatte ich es geschafft und um 23:06 Uhr unseren Jannik geboren! Was für ein Gefühl :-)) Allerdings war er ziemlich

blau und sehr schlapp. Silke klopfte ihn ab, bis er dann endlich anfang zu schreien und ich ihn in meinen Arm nehmen konnte. Er erholte sich sehr schnell, während wir miteinander kuschelten. Und bald schon hatte ich das Gefühl nochmal drücken zu müssen, ging in die Hocke und da kam auch schon die Plazenta.

Als die Nabelschnur auspulsiert war durfte mein Mann sie durchtrennen. Anschließend untersuchte Silke die Plazenta und erklärte uns einiges dazu. Dann bekam unser kleiner Mann Hunger und ich legte ihn an. Es hat auf Anhieb super funktioniert. Während ich gestillt habe räumten Silke und mein Mann alles auf. Dann machte sich Silke an die Dokumentation und wir konnten die Zeit einfach nur genießen. Als Silke fertig war untersuchte sie mich und nähte meine Verletzungen. Sie erklärte mir ganz genau, was sie da machte und war super vorsichtig. Als das geschafft war machte Silke die U1 bei Jannik. Stolze 54 cm, 3740 g und einen Kopfumfang von 34,5 cm. Keine sonstigen Auffälligkeiten. Ich ging kurz duschen und Silke blieb zur Sicherheit bei mir. Anschließend packte Silke langsam ihre Sachen zusammen und verabschiedete sich gegen 02:30 Uhr.

An dieser Stelle möchte ich mich nochmal ganz herzlich bei Silke bedanken! Ich habe mich rundum wohl gefühlt und bin ganz arg froh, dass sie die Urlaubsvertretung übernommen hat. Ich kann sie nur wärmstens weiterempfehlen. Vielen, vielen Dank liebe Silke!