

## *Geburtsbericht Eva*

Nachdem ich mich über verschiedene Möglichkeiten der Geburt informiert hatte, wollte ich gerne eine ambulante Geburt versuchen. Es war meine erste Schwangerschaft, aber ich war mit Babys vertraut und stellte es mir schon die erste Nacht als Eltern allein mit unserem Baby zuhause zu verbringen. Mein Freund war als Pflegehelfer offen für eine ambulante Geburt – auch weil er fand, dass vor allem ich mich bei der Geburt und danach wohl fühlen sollte.

Daher machten wir uns zuerst nur auf die Suche nach einer Hebamme für die Betreuung zuhause. Auf der Homepage des Hebammenzentrums sprach mich Carolines Profil an. Ich war bereits seit Monaten in der Semmelweißklinik zur Geburt angemeldet. Als ich sah, dass Caroline genau dort Wahlhebamme war, fragte ich bei ihr an, ob sie an unserem Geburtstermin zufällig noch Ressourcen als Wahlhebamme und für die Betreuung nach der Geburt hat. Sie hatte, und wir vereinbarten einen Kennenlernermin zu Dritt. Die Sympathie passte für uns von Anfang an. Uns gefiel, dass Caroline keinen bestimmten Plan für Geburten hatte, sondern vor allem auf unsere Wünsche eingehen wollte. Sie wirkte auf uns ruhig und humorvoll – beides stellten wir uns bei der Geburt und danach hilfreich vor.

Vor der Geburt hatten wir mehrere Termine bei uns zuhause bei denen wir uns kennen lernen konnten und alle unsere Fragen beantwortet wurden. Die Schwangerschaft verlief völlig unkompliziert und ich bereitete mich zusätzlich nur mit Schwangeren Yoga auf die Geburt vor.

Gegen Ende der Schwangerschaft wurde der Kontakt häufiger, besonders, weil unsere Tochter uns ab dem errechneten Geburtstermin noch acht Tage warten ließ. Ich war wirklich bereit für die Geburt und wurde mit zunehmender Wartezeit immer ungeduldiger. Außerdem hatte ich Angst vor der medikamentösen Einleitung im Krankenhaus. Caroline beruhigte mich in dieser Zeit, beriet mich zu den diversen Hausmitteln, und empfahl mir vor allem abzuwarten.

Als ich von Caroline bereits alle Infos zu einem Rizinuscocktail hatte, stellten sich kurz nach Mitternacht doch die ersten leichten Wehen ein. Ich war sehr froh, dass endlich etwas passierte und begrüßte die Schmerzen richtig. Um etwa fünf Uhr früh waren die Wehen schon recht häufig und wir riefen zum ersten Mal Caroline an, die sich umgehend zu uns auf den Weg machte. Sie stellte dann fest, dass es noch kurze Vorwehen sind und riet mir mich noch auszurasen. Caroline bot an bei uns zu bleiben aber wir kamen noch gut alleine klar. Gegen halb zehn Uhr vormittags waren die Wehen so wie Caroline richtige Geburtswehen beschrieben hatte und wir riefen sie wieder an. Sie kam dann wieder zu uns, bestätigte, dass es jetzt wirklich losgeht und nach einem Blasensprung fuhren wir am frühen Nachmittag gemeinsam in unserem Auto ins Krankenhaus.

Während der gesamten Zeit der Geburt waren wir nur zu dritt im Kreissaal und das half mir mich zu entspannen. Als es zu einer kleineren Komplikation kam, vertraute ich Caroline völlig und sie konnte das Problem bald lösen. Die Schmerzen konnte ich überwiegend gut veratmen, zwischendurch konnten wir sogar gemeinsam scherzen.

Kurz vor sieben Uhr abends kam dann unsere Tochter Anna zur Welt. Die Geburt war für uns ein wirklich schönes Erlebnis.

Während der Geburt hatte ich keinerlei Zeitgefühl und mir war die Geburt nicht allzu lang vorgekommen. Danach war ich erstmal sehr hungrig.

Rund drei Stunden nach der Geburt machten wir uns glücklich und nur etwas wacklig mit Anna auf den Weg nachhause. Auch sie war erschöpft von der Geburt und schlief gleich in der ersten Nacht sechs Stunden durch, daher waren wir am Tag danach alle den Umständen entsprechend erholt und empfingen bereits den ersten Besuch.

Caroline war in der ersten Woche fast jeden Tag bei uns. Ihre Besuche waren für uns nicht nur Absicherung, dass weiterhin alles gut läuft, sondern auch fast freundschaftlich.

Falls wir noch ein Kind kriegen, ist sie hoffentlich wieder mit dabei und auch eine ambulante Geburt können wir nur empfehlen.