

## GEBURTSBERICHTE

Julia, Januar 2017

Vier Wochen ist es nun her das Karlotta geboren wurde. Jetzt möchten wir Zeit finden dir danke zu sagen. Wir sind der Meinung, dass der Kurs, deine Leitung und das erlernte und zu unserer Wunsch Geburt verholfen haben. Am 3. Januar um 0:30 Uhr setzen die Wehen ein. Bis ca. um 3 Uhr ließ ich Marko noch schlafen und versuchte jede Welle zu veratmen. Dann sagte ich ihm er möge bitte frühstücken und sich fertig machen. Ich ging in der Zeit noch ca 2h in die Wanne. Weil ich es dort am besten aushalten konnte. Gegen sechs Uhr fuhren wir im Schneetreiben hier los nach Neustrelitz. Dort angekommen ergab das CTG und die Untersuchung das der MuMu bereits 4cm auf war, somit durften wir gleich in den Kreissaal und ich zurück in meine Warme Wanne. Die Zeit verging wie im Flug. Weitere zwei Stunden später waren wir bereits bei 6cm. Nicht viel Später verspürte ich schon solchen Druck pressen zu müssen. Und durfte es dann nach einer weiteren Untersuchung unserer Hebamme auch. Wir schafften alles ohne Medikamente so wie wir es wollten und bekamen noch nicht mal einen Zugang gelegt. Zwischen den Wellen ließ ich mich immer wieder zurück in die Wanne sinken und döste teilweise nahezu weg. Bevor mich eine weitere Welle wieder sprichwörtlich im Seil hängen ließ. Markos Aufgabe bestand lediglich darin mir seine Hand auf die Schulter zu legen und kräftig zu drücken. Das war prima. In der letzten Stunde kam der Oberarzt dazu und leitete mich nur mit Worten an. 11:26 Uhr hatten wir es geschafft. Karlotta war da! 55cm und 4220g. Es war unbeschreiblich und wir sind heute noch so glücklich über diese Wunderbare Geburt. Wir konnten die Nabelschnur auspulsieren lassen und Papi durfte sie ganz stolz durchschneiden. Danach verbrachten wir die nächsten 3,5 Stunden nahezu alleine. Unsere Hebamme versorgte uns zwischen durch mit Essen und Trinken. Guckte ab und an nach Lotti ließ uns aber die Zeit in Ruhe genießen. Nebenbei kam noch mal eine Ärztin und verabreichte mir Oxytocin, was aber nur eine Wehe auslöste und somit die Plazenta löste. Die sich etwas Zeit ließ. Danach Nähte sie mich noch, da unser Babymädchen sich nicht gedreht hatte und gleichzeitig mit beiden Schulter heraus kam. Aber auch das ist bis heute ohne Schmerzen an mir vorbeigegangen. Erst gegen 15 Uhr wussten wir dann auch wie groß und schwer sie ist weil sie solange bei uns war und ich sie stillte. Es ist super gewesen wieviel Zeit wir gleich haben durften. Durch deinen Kurs wurden wir auf so viel aufmerksam und Lernten so viel neues was uns zu diesem unglaublich schönen Erlebnis verholfen hat. Wir sind einfach nur glücklich

und wünschen auch anderen Paaren diese Erfahrung. Selbst der Papi erzählt gern und voller Stolz von der Geburt seines Mädchens.

Anja, April 2016

Meine Freude auf mein erstes Kind wurde leicht getrübt von meiner Verunsicherung darüber, was das Kind alles brauchen würde, wie sich mein Leben dann verändern würde und ob ich eine gute Mutter werde. Mit solchen Fragen beschäftigt sich sicherlich jede werdende Mutti. Doch der größte Teil meiner Gedanken kreisten um die Geburt. Der Geburtsvorbereitungskurs im Klinikum machte mir nur noch mehr Angst, da gefühlt in jedem dritten Satz das Wort „Schmerzen“ vorkam. Ich war erschrocken, dass auch die anderen sieben Teilnehmerinnen der Geburt ihres Kindes ängstlich entgegensahen. Eine Frau brach dabei sogar in Tränen aus. Im Gegensatz dazu hat mir der Hypnobirthingkurs der InitiativeMütter für Mütter wirklich sinnvolles Rüstzeug mit an die Hand gegeben. Zum einen erlangte ich Wissen über die Funktion der Gebärmutter und das Vertrauen in die Existenz eines in uns Frauen fest verankerten Geburtsprogrammes, welches mir als Gebärende während der Eröffnungsphase lediglich eine Aufgabe zuteilt, nämlich mich zu entspannen und die Muskulatur locker zu lassen, damit diese unverkrampft und somit für mich schmerzfrei arbeiten kann. Die nötige mentale Vorbereitung, wie beispielsweise das kreative Gestalten und Festigen von Gedankenbildern, führte die Kursleiterin gekonnt und in einer wohligen Atmosphäre mit uns durch. Zum anderen wurde das Zusammenspiel mit meinem Partner und Papa des Kindes für den „Ernstfall“ geprobt. Und auch hier konnten wir Griffe und Interaktionen einstudieren, die sich bei der Geburt unseres Sohnes als sehr hilfreich erwiesen.

Jonathan, Februar 2015

Geburt zu Hause

nachdem unsere Tochter Diana Aurelia heute geboren wurde, erlaube ich mir mal ein Feedback zu den Erfahrungen mit dem Hypno-Birthing... Gegen Mitternacht platzte bei Anika die Fruchtblase, nach den Gesprächen und der letzten Erfahrung sind wir natürlich nicht gleich ins Krankenhaus gerannt. Leider war unsere Hebamme nicht zu erreichen. Und es waren ja noch nicht mal Wehen/Wellen da. Die kamen dann bald ... alles sehr entspannt, nichts Schlimmes. In den Morgenstunden haben wir dann die Babysiter angerufen, kurz

vorher hatte Anika dann doch mal über Schmerzen geklagt. Während des Anrufs bei den Babysittern fing Anika dann doch an zu schreien und in dem Moment dachte ich innerlich: naja, dann war das wohl doch nicht so das Ding mit der schmerzfreien Geburt. Allerdings war der Schrei eher Überraschung / Erschrecken als Anika merkte, jetzt geht's so richtig los. In der Annahme, dass ich sie so nicht ins Krankenhaus fahren kann, habe ich per 112 einen Notruf abgesetzt und um einen Krankenwagen gebeten. Lange Rede kurzer Sinn: die Sanitäter waren wirklich schnell da (10 Minuten). Dennoch war der größte Teil vom Kind schon geboren als sie reinkamen – zum Glück war die Tür offen.

Die Geburt war also so entspannt, dass es am Ende völlig überraschend kam und wir eine nicht geplante Hausgeburt hatten. Allen geht es gut.

Fazit: Die Kursteilnehmer rechtzeitig ins Krankenhaus schicken? Oder die Tür offen lassen ...

### Geburt im Geburtshaus

Geburt ist eine ganz natürliche Sache – davon war ich irgendwie überzeugt, obwohl in meinem Umfeld viele Menschen traumatische Geburtserfahrungen hatten. Meine Intuition war es, die mir wenige Tage nach der Zeugung als innere Stimme sagte: Ich bin schwanger, es ist ein Mädchen, es heißt Mira. Ich fragte mich was muss ich tun, um eine schöne Geburt zu erleben? Und mir war klar: meiner inneren Stimme folgen, die in dieser sensiblen Zeit sehr klar und deutlich zu vernehmen war. Ich wusste, dass dann alles gut geht, mein Inneres weiß was ich brauche und was das Kind braucht. Ich wollte von einer erfahrenen Hebamme anstelle von Ärzten in dieser Zeit begleitet werden. Vorher wollte ich in einem Hypnobirthingkurs versteckte Ängste auflösen, um danach möglichst eine Hausgeburt oder Geburt im Geburtshaus erleben zu dürfen. Die Realität hier in Neubrandenburg sah anders aus: Ich sah mich mit den z.T. überheblichen und angsterzeugenden Sichtweisen von Schulmedizinerinnen konfrontiert. (Hier erwartete mich eine Risikogeburt mit 35, ich galt als verantwortungslos weil ich keinen Ultraschall in den ersten 3 Monaten, auch einige der routinemäßigen Kontrolluntersuchungen nicht wollte). Ein Geburtshaus gab es nicht und Hausgeburten sind in Neubrandenburg exotisch geworden, spätestens seit die Beiträge der Hebammenhaftpflichtversicherung so teuer geworden sind, dass kaum eine Hebamme es sich noch leisten kann selbständig zu arbeiten. Nachdem ich mich informiert hatte, wie die übliche Geburtspraxis in Krankenhäusern aussieht - in Neubrandenburg ist z.B. jede vierte Geburt ein Kaiserschnitt - entschied ich mich für ein Geburtshaus in Berlin, nahm einen Kredit auf, um die Hebammenleistung, einen Kurs zum Thema natürliche Geburt

(HypnoBirthing) und eine zusätzliche Wohnung für einen Monat in Berlin zu bezahlen. Sogar alle Vorsorgeuntersuchungen, selbst Ultraschall wurden in diesem Geburtshaus von Hebammen gemacht und wurden als wirklich freie Entscheidung dafür oder dagegen angeboten. Anders als beim Frauenarzt kam ich hier jedes Mal mit einem jubelnden Gefühl wieder raus. Ich durfte wirklich ich sein, es gab niemanden der behauptete besser über mich bescheid zu wissen als ich selbst. Ich fuhr deshalb regelmäßig nach Berlin, genoss meine Vorsorgeuntersuchungen und hatte wirklich das Gefühl, mich auf *meine!* Geburt vorzubereiten. Ich habe diese teure Entscheidung im nach hinein nicht bereut. Fürs nächste Mal wünsche ich mir allerdings eine Geburt vor Ort, weil es einfach viel stressfreier ist. Meine liebste Hebamme vor Ort hat bis dahin hoffentlich wieder eine Möglichkeit gefunden, selbst Geburten zu leiten.

Ariane, Sommer 2014

### Hausgeburt

ich wollte dir, wie versprochen, von unserer Geburt berichten. Wir hatten eine tolle, ganz entspannte und recht angenehme Hausgeburt. Hypno Birthing hat mir dabei super geholfen. Ich hatte schon in der Nacht vom 14. auf den 15. 07. Senkwehen. Habe diese immer gut weggeatmet mit der Wellenatmung. Konnte aber auch noch schlafen. Am nächsten Morgen gingen die Senkwehen aber weiter. Silvia meinte ich solle mich viel ausruhen, weil es wahrscheinlich den Abend, die Nacht oder den nächsten Morgen losgehen würde. Also schlief und ruhte ich viel. Hatte dabei immer diese angeblichen Senkwehen. Wenn diese höher in den Bauch gehen, dann sind es richtige Wehen, so meinte Silvia. Auf diese wartete ich. Diese Wellen, die ich hatte, waren eigentlich gut zu ertragen. Zwischen diesen konnte ich reden und sogar lachen. Wenn eine Welle kam, schloss ich die Augen, so dass Marco, der gegen 16 Uhr bei mir war, Bescheid wusste. Er meinte später, er hatte Schwierigkeiten, einzuordnen, in welcher Geburtsphase ich mich gerade befand. So gegen 19 Uhr riefen wir Silvia an. Nicht weil die Wehen stärker wurden, sondern weil ich dachte, es wird langsam Zeit. Als sie kam und nachschaute, meinte sie: "Margit, warum presst du eigentlich nicht?" Ich hatte sozusagen die Öffnungsphase schon hinter mich gebracht. Eine Wassergeburt wurde es leider diesmal nicht, da meine Wellen im Wasser nachließen. Also bekam ich den kleinen Lio Nelson im Wohnzimmer auf der Matraze im 4-Füßler Stand. Ich gebe zu, ein wenig gepresst habe ich auch. Aber ich habe es nicht übertrieben und mir Zeit gelassen. Er kam um 20:52 Uhr auf die Welt. Ist 53 cm groß und wiegt 3760g schwer.

Es hat alles toll geklappt - Nachgeburt, nicht gerissen und das Stillen. Und

ich merke auch, er ist sehr entspannt. Er weint nur manchmal, wenn er gewickelt wird.

Danke für die Hypno Birthing Technik. Es hat mir sehr geholfen und ich werde es weiterempfehlen.

Margit, Juli 2015

### Geburt in Klinik

Die Geburt war auf jeden Fall sehr schnell. Am 28.09. 15 habe ich um etwa 15 Uhr Wellen bekommen. Die ich aber nicht für die Geburt ausschlaggebend empfunden habe. Gegen 16:30 kam mein Mann und unsere Tochter. Auf der einen Seite war ich darüber froh, hätte es aber immer noch nicht so eingeschätzt das der Erdenbürger jetzt auf die Welt will. Als ich auf dem Ball saß und meine Tochter die sagte, dass sie pullern muss, nicht mehr auf die Toilette begleiten konnte wurde mir bewusst, jetzt geht es wohl wirklich los. Zum Glück waren die Taschen schon größtenteils gepackt, so dass wir uns gegen 17:30 Uhr auf dem Weg nach Neustrelitz machten. Auf dem Weg ins Krankenhaus hatte ich Schmerzen. Wobei mir Richard sagte, das liegt daran, dass du es nicht zu lässt und Angst hast. Diese hatte ich auf der Fahrt tatsächlich. Ich wusste nicht mehr wie ich sitzen sollte und hatte Bedenken, dass Till bereits auf der Bundesstraße kommen will. In Neustrelitz angekommen, parkte Richard direkt vor dem Krankenhaus und ich wurde von der Hebamme in einem Rollstuhl in den Kreißaal gebracht. Unsere große Tochter wurde von Oma und Opa abgeholt. Richard hat noch Absprachen mit meinen Eltern besprochen und hat mich im Krankenhaus angemeldet. Während mir die Hebamme gut zugesprochen hat und mir die Angst nahm. Als wir im Kreißaal ankamen, haben wir noch irgendwie meine Schuhe und meine Hose ausgezogen. Als der Weg "frei" war platze die Fruchtblase. Gefühlt eine Welle später wurde der Kopf geboren und in der nächsten unser Sohn. Die Hebamme hatte zu tun, das eine Matte unter uns kam und ich mich nach der Geburt im stehen auf den Hocker setzen konnte. Der Oberarzt konnte nur noch zuarbeiten tun, wie den Hocker hinstellen. Richard sagt um 18 Uhr war ich im Krankenhaus angemeldet um 18:07 Uhr ist Till bereits geboren. Er konnte noch die Nabelschnur durchschneiden. Auch wenn er bei der eigentlichen Geburt nicht dabei war, bin ich sehr froh und dankbar, dass er Vor- und Nachher an meiner Seite war.

Es ging alles so schnell, wenn ich die Strecke aktuell fahre denke ich jedes Mal an die Geburt und verarbeite Sie. Wir sind uns einig, wenn ich durchgängig richtig geatmet hätte, wäre Till auf der Bundesstraße geboren. Das war mir aber nicht bewusst, als wir losfuhren. Sonst weiß ich

nicht was ich gemacht hätte. Ich bin froh gewesen eine Hebamme an meiner Seite gehabt zu haben.

Geburtsverletzung habe ich einen kleinen Riss an der Schamlippe und eine Schürfung am Damm. Diese durften aber natürlich verheilen. Eigentlich wollten wir direkt nach Hause, da unsere Tochter bereits bei Oma und Opa schlief, haben wir eine Nacht im Krankenhaus verbracht. Haben unsere Kuschelzeit genutzt und haben am nächsten Vormittag das Krankenhaus verlassen.

Steffi, September 2015

Frühchen, Klinikgeburt

Hallo Sabine,

danke für deine E-Mail. Ja es stimmt leider das unser kleiner Sohn Leon bereits Sonntagnacht am 30.08. um 03:13 Uhr in der 28+2 SSW mit 37,5 cm und 840 Gramm geboren wurde. Es laufen noch einige Tests um rauszufinden, warum das passiert ist. Wahrscheinlich lag es an einer Neugeboreneninfektion und der Kleine wollte sich deswegen sozusagen in Sicherheit bringen. Die Geburt wurde noch ein paar Tage hinaus gezögert und ich habe zwei Spritzen zur Lungenreife bekommen. Wehen bekam ich leider trotzdem am Samstagabend gegen 23:00 Uhr erneut und der Blasensprung erfolgte dann auch. Es ließ sich einfach nicht mehr verhindern. Jetzt liegt er voraussichtlich die nächsten 8 Wochen noch auf der Kinderintensivstation, aber macht sich bis jetzt prima. Zur Geburt an sich kann ich auf jeden Fall sagen, dass dein Kurs unglaublich hilfreich war. Die Hebammen meinten, sie hatten noch nie eine so ruhige Frau im Kreißaal. Das kann ich verstehen, da ich ein paar Tage zur Überwachung im Kreißaal lag und alle Frauen die dort ankamen wahnsinnig geschrien haben. Habe nicht einen Mucks von mir gegeben. Mario war auch bei der Geburt dabei und ist total stolz auf mich. Die Nachgeburt wollte leider nicht raus und daher mußte ich noch kurz in den OP. Wäre die nicht gewesen, hätte ich das Gefühl gehabt, ich hätte nach der Geburt sofort aufstehen können. Mit Schwester Vera hatte ich heute schon mein Gespräch über das Stillen und sie hat mir auch gut dabei geholfen. Wir gucken mal wie der Kleine sich so entwickelt.

Anika, August 2015