

Mutter werden

Mutter werden ist ein Prozess, der unser ganzes Sein erfasst. Es reicht von unserer Seele bis in die Fingerspitzen. Alles ändert sich. Unsere Ausstrahlung, unser Verhalten und unsere Prioritäten.

Die Geburt ist der Höhepunkt dieser Transformation. Ein Manifest unseres Seins und unserer Einstellung zum Leben.

Nie ist eine Frau so nah am Tod, nie so ausgeliefert. Und hier hat sie die Wahl. Wem sie sich ausliefert. Ihrem eigenen Körper mit dem Grundvertrauen, dass er weiss, was er zu tun hat und sich somit in die erfahrenen Hände einer Hebamme begibt, oder wählt sie einen Weg mit wenig Eigenverantwortung, und übergibt die Entscheidungen über ihren Geburtsverlauf anderen Menschen mit ihren eigenen Geschichten, eigenen Ängsten und eigenen Erfahrungen. Und somit dem klinischen Ansatz, in dem die einzuhaltende „Norm“ recht eng gesteckt ist und wenig Spielraum für einen natürlichen Geburtsvorgang ohne Eingreifen gegeben ist.

Ich habe aufgrund von Hinweisen einer engen Freundin, Büchern und Erfahrungen anderer den Mut gefasst, die Aufgabe der Geburt in die Hände von einer Hebamme und damit auch in das Vertrauen zu meinem Körper zu legen. Und die Faszination von den Vorgängen und Zusammenhängen, die mir den Übergang zum Muttersein zu einem wahren Traum werden liessen, nimmt kein Ende.

Es scheint mir, als fokaliere sich die ganze Menschheit in diesem Moment. Vor allem, wenn ich das Resultat, unser wunderbares Baby sehe, das voller Zufriedenheit und Entspannung ohne jegliche Schwierigkeit mit uns schon die erste Woche verbracht hat.

Vorweg muss ich sagen, dass meine Schwangerschaft völlig problemlos und geprägt von Glücksgefühlen verlief. Es gab keinen einzigen Befund, der problematisch war, oder einer natürlichen Geburt ihm Weg gestanden wäre. Und natürlich bin ich unendlich dankbar für die Möglichkeit eines operativen Eingriffes oder anderer medizinischer Geburtshilfe, wenn das Leben oder die Gesundheit des Kindes oder der Mutter gefährdet ist.

Dies soll kein Plädoyer gegen medizinisch unterstütztes Gebären sein, nur möchte ich dank meiner Erfahrung klarstellen, dass dies meiner Meinung nach die zweite Wahl bleiben sollte.

Ein Baby ist 9 Monate im Körper seiner Mutter, sein Bewusstsein erwacht langsam, sein Körperchen reift.

Leider musste ich von so vielen Freunden und Bekannten die schrecklichsten Geburtsgeschichten anhören. Notkaiserschnitte, Saugglocken, Dammschnitte oder mindestens eine PDA.

Auch die Statistiken verheissen nichts Gutes.

Wie muss das für ein so kleines Menschlein sein, wenn es ans Licht der Welt gezerrt wird und ihm nicht die Zeit gegeben wird langsam durch den Geburtskanal und in die Arme seiner übergelücklichen Eltern zu gleiten?

Bei uns jedenfalls war es magisch.

Unser Sohn kam im Wasser zur Welt, rosig, nicht violett, staunend, nicht schreiend, er sah uns mit seinen tiefdunklen Augen an und es war als blickten wir in die Weite des Universums. Dieser Augenblick ist der Höhepunkt unseres bisherigen Lebens.

Unsere Geburt wurde gut vorbereitet. Ich bin angemessen informiert und meine Hebamme B\* die ich 6 Wochen vor der Geburt kennengelernt habe, hat mich mit aufmunternden, positiven und kompetenten Worten und Ratschlägen geführt. Als ich meiner Gynäkologin mitteilte, dass ich gerne ins Gebärhaus zu B gehen möchte und nicht mit ihr in die Privatklinik, hat sie schockierend reagiert.

Erst wollte sie mir einreden, dass die Statistiken von 30% Wassergeburt nicht stimmen, dann wurde sie fahrig und unangenehm und sagte Dinge wie, na dann soll die Hebamme aber auch die ganze Verantwortung übernehmen. „Das Zertifikat für deinen Arbeitgeber kannst du bei ihr abholen.“ Wohl wissend, dass das nicht geht.

Sie hat mir klar zu verstehen gegeben, dass sie mich unter diesen Umständen nicht mehr sehen will, die letzte Echographie sei ja sowieso abgeschlossen und wir hätten nichts mehr zu besprechen. Uns warum ich es ihr nicht früher gesagt hätte, sie hätte sich mit mir doch solche Mühe gegeben.

Diesen Eindruck hatte ich nicht unbedingt, zumal sich da die Frage aufdrängt, ob sie sich dann noch weniger investiert hätte, hätte sie von meiner Entscheidung gewusst.

Nun, fiel mir 6 Wochen vor dem Geburtstermin die Tür meiner Ärztin vor der Nase ins Schloss.

Mir fielen einige Aussagen ein, mit denen sie mir unterschwellig Ängste suggeriert hat, wie: „Wenn alles gut geht, braucht eine Geburt keine Unterstützung, ich weiss ja, dass du natürlich gebären möchtest, aber eine Geburt kann schnell SEHR gefährlich werden und dann muss man sofort reagieren.“ Und ich war einen Moment lang verunsichert. Mein Körper hat mit ein paar vorzeitigen Wehen reagiert.

Doch mit jedem Tag, der verstrich war ich glücklicher über diese Entscheidung. Immer mehr wurde mir klar, dass ich die Person, die mich auf diesen Weg ins Muttersein begleiten soll kennen möchte. Nichts wäre unangenehmer für mich, als gebärend völlig fremden Hebammen ausgeliefert zu sein.

Alleine schon die beruhigende Gewissheit, dass ich sie zu jeder Tages und Nachtzeit kontaktieren darf, war eine Erlösung. Meine Ärztin hätte ich zur Zeit des Blasensprungs um 4.18 nachts sicher nicht angerufen. B schon. Sie beruhigte mich, sagte mir ich solle Caulophyllum bei den Wehen nehmen und um 10.00 zu ihr in die Praxis kommen, es sei denn die Wehen würden schnell stärker.

Doch die empfand ich als absolut aushaltbar. Es war mehr wie eine Massage im Beckenboden.

Nachdem sie festgestellt hatte, dass mein Muttermund schon 2 cm offen war, fuhren wir direkt weiter ins Geburtshaus. Dort angekommen begaben wir uns mit meinem Mann in eine schöne, freundliche entspannte Atmosphäre. Ein einladendes Matratzenlager gab uns all die Geborgenheit, die ich mir wünschen konnte. Mein Mann massierte meinen Bauch und Rücken mit Geburtsöl, schöne rhythmische Indiandergesänge begleiteten mich langsam in eine andere Welt. Als ich ins Becken stieg, begann mein Körper sich immer mehr zu öffnen. Die Phasen der Anspannung und Entspannung bogen sich immer weiter auseinander, wie mein Becken, von einem Extrem ins andere, ein Schaukeln zwischen der harten Realität des unsäglichen Schmerzes bis hin zu den weichen Hüllen einer sanften Umarmung aus dem Reich des Lichtes. Als ich den ersten Schrei ausstieß, war ich selber überrascht. Es war eine Kraft grösser, stärker als ich. Etwas urtümliches, altes, unbeschreiblich mächtiges. Und gleichzeitig fühlte ich mich mit jeder dieser Wehen schwächer. Wenn eine begann bekam ich Angst vor dem folgenden Schmerz. Noch ein Schrei, ein Wimmern, Tränen. Ein paar Rosinen, Apfelmuss, neue Kraft. Die Hände meines Mannes, seine Küsse. Meine Hebamme, die mir den Rücken streichelt, sie

fühlt meinen Schmerz, ich danke ihr dafür. Dann war L. die zweite Hebamme da, ihre sanfte Stimme sagt ich solle mich öffnen. Ich weiss, will ich sagen, aber wie geht das? Mit jeder Wehe muss ich es lernen. Dann fängt mein Körper zaghaft an zu pressen. Wie lang noch? Der Schmerz wird immer intensiver, meine Wehen sind kurz. Ich will es so. Man sagt mir ich sollte tiefe Töne machen. Ich folge, es hilft, ich kann immer besser pressen. Meine zwei Hebammen zeigen mir den Weg mit ihrer Hand, mit Ihrer Stimme und mein Mann ist da, hält mich, ich spüre seine Liebe. Zwischen den Wehen bin ich weit, weit weg. In einem anderen Reich voller Licht und Leichtigkeit. Ich schwebe. Ich löse mich auf, ich bin nicht mehr. Eine Wehe holt mich zurück, alles springt in mein Blickfeld. Die Uhr, die Decke des Zimmers, ein Vorhang. Es vergeht viel Zeit. Für mich ist alles eins. Eine Minute, eine Stunde. Dann gleitet mein Mann zu mir ins Wasser. Er hält meinen Bauch, ich weiss nicht, ob ich es ertrage. Ich winde mich ich kann das Köpfchen schon spüren, dass sich zwischen meine Beine schiebt. Auch er spürt es, es ist schon ganz nah. Noch eine Wehe, doch das Baby gleitet zurück. Dann hält er es von oben fest, es bleibt kurz vor dem Austritt, vor der grossen Befreiung. Die nächste Wehe kommt zum Glück schnell und da ist sein Kopf. Ich kann nicht glauben, dass ich es geschafft habe. Noch eine Wehe und unser Kind ist da. Es gleitet aus dem Wasser auf meinen Bauch, S. liegt unter mir. Wir lachen, wir weinen, wir sind in einem Zustand unbeschreiblicher Extase. Unser geliebtes Kind ist da. Geboren. Ich, wir haben es geschafft. Es ist der grösste Moment unseres Lebens. Leben geben. Unser Kind schaut uns mit grossen Augen an. Es staunt. Es ist wunderschön. Glatt, rosig, kräftig, es hält sich mit seinen Händchen an uns fest. Die Liebe die zwischen uns drei explodiert, lässt sich nicht in Worte fassen.

Mein Mann nimmt seinen Sohn in den Arm, ich klettere aus der Wanne. Die Nachgeburt kommt mit einer kleinen Wehe 21 Minuten später. Mein Sohn hat die Brust sofort gefunden und sich erst mal ausgiebig gestärkt.

B. näht vier kleine Verletzungen mit jeweils einem Stich. Ich bin kaum eingerissen. Langsam, langsam rücke ich der Realität näher, doch soll sie mich erst in einer Woche so richtig wiederhaben. Ich bin gerne in dieser Zwischenwelt, wo sich alles auf das Wesentliche konzentriert. Unser Sohn wird gewogen und gewickelt. Er ist so glücklich und schaut sich alles an. Er hält seinen Papa ganz fest. Er macht so niedliche Geräusche, von Weinen keine Spur. Unserem Kind geht es hervorragend, auch wenn es 2 Stunden im Geburtskanal verbracht hat. Eine Situation, so wird mir nachher klar, die keine Klinik erlaubt hätte. Man hätte mir einen Wehentropf angelegt und eine PDA gemacht. Doch ich habe diese Zeit gebraucht. Ich „wollte“ nicht, dass es schneller geht. Die Schmerzen sind relativ. Das Echte kann man nicht kaufen. Nun bin ich Mutter und ich danke es dem Prozess und der Geduld und dem Vertrauen der beiden Hebammen in mich, dass ich es schaffen werde.

Wir gingen ein paar Stunden später nach Hause. Unser Sohn trinkt und schläft und lässt uns nachts bis 6 Stunden schlafen. Er ist ein so entspanntes und glückliches kleines Kerlchen.

Mein Körper erholt sich in Windeseile von den Strapazen. Schon am 6 Tag ist mein Bauch verschwunden, meine Brüste schmerzen nicht, sind aber voller Milch und bis auf ein paar Freudentränen kann ich nichts über den berühmten Babyblues berichten. Das Wochenbett zu Hause zu feiern ist ein Segen. Besonders abends können mein Mann und ich so viele Dinge gemeinsam verarbeiten, sind uns so nah wie nie zuvor. Seine Bindung und Liebe für seinen Sohn ist für mich eine Quelle von den intensivsten Liebesgefühlen die ich je hatte. Ich vertraue ihm vollständig, er kümmert sich um sein

Kind, mit der gleichen Fürsorge und vernarrter Verliebtheit wie ich, die Mutter. Ich bin mir sicher, dass die Möglichkeit, unser Kind dank seiner eigenen Hände ans Licht der Welt zu verhelfen mit dafür sorgt, und ich weiss, dass ich es ohne Ihn nicht geschafft hätte. Meine Hebamme hat uns die Möglichkeit dazu gegeben.

Ich weiss nicht, wie ich ihr danken kann.

CR\*, der 8. Juli 2011

\*Namen der Redaktion bekannt