

Hausgeburt von Severin am 04.10.2012

Im April 2012 zogen wir von Zürich nach Aarau. Ich war zu diesem Zeitpunkt in der 12. Woche mit unserem ersten Kind schwanger und mein Mann und ich begannen uns darüber Gedanken zu machen, wie unser Kind auf die Welt kommen sollte. Wir wünschten uns eine möglichst natürliche Geburt in einem angenehmen Umfeld, betreut von einer erfahrenen Fachperson. **Diese Fachperson sollte für uns eine vertraute Ansprechperson** sein, welche uns auch **vor- während und nach der Geburt** begleitet. Damit fiel der Entscheid für eine Hausgeburt.

Also suchte ich im Internet nach einer Hebamme und wurde auf Susanna aufmerksam. Susanna und ich vereinbarten einen ersten Kennenlernermin und stellten nach dem Treffen fest, dass es für uns beide gut stimmen würde, in den kommenden Monaten gemeinsam auf die Geburt hin zu arbeiten. Susanna übernahm abwechselnd zur Gynäkologin die Vorsorge, was eine sehr gute Möglichkeit war, uns im Laufe der Zeit kennen zu lernen und ein Vertrauensverhältnis aufzubauen. Die Fragen tauchen eben doch nach und nach auf und nicht zu einem großen »Geburtsbesprechungstermin«.

Sehr dankbar war ich Susanna für das geduldige Erklären der physiologischen Abläufe einer Geburt. Sie zeigte uns auf, wie eine Hausgeburt ablaufen würde und unter welchen Rahmenbedingungen man eine Hausgeburt durchführen kann. Besonders hilfreich waren für mich ihre Tipps für eine optimale Vorbereitung auf die Geburt, zum Beispiel das Heublumenbad, die Damm-Massage, ätherische Öle, Akkupunktur, Spaziergänge, aber auch die Empfehlung, mir für die Geburt mentale Bilder vorzustellen, welche ich dann während der Wehen abrufen könne. Ich bin überzeugt, diese Hilfestellungen haben mir die Geburt sehr erleichtert! Durch die kompetente und warmherzige Begleitung von Susanna haben mein Mann und ich an **Selbstvertrauen, Ruhe und Sicherheit** gewonnen, so dass wir das Geburtsabenteuer mit Neugierde und Zuversicht angehen konnten.

In der Nacht auf den 4. Oktober wachte ich morgens um 01.30 Uhr auf, da sich der Schmerz nun deutlich von demjenigen der letzten Tage unterschied. Ich rief Susanna an, welche 20 Minuten später bei uns war. Mein Mann half ihr das Wohnzimmer für die Geburt vorzubereiten. Es herrschte eine ruhige, vertraute und entspannte Atmosphäre, die es mir leichter machte, die Wehen aktiv zu beatmen. Ausserdem waren meine Wehenpausen lange genug zum Erholen, auch wenn die Wehen bald deutlich stärker wurden. Susanna checkte regelmässig die Herztöne des Kleinen, kontrollierte den Muttermund und ermunterte mich, unterschiedliche Positionen auszuprobieren. In den Presswehen unterstützte sie mich zusätzlich mit Akupunktur und homöopathischen Tropfen. Irgendwann waren die Presswehen zu wenig stark, so dass der Kleine nicht mehr weiter "ruschte". Zur Absicherung zog Susanna eine weitere Hebamme hinzu. Die Hebammen wendeten ein paar gezielte Griffe und Drehungen an meinem Körper an, damit der Kleine den Weg besser wieder finden konnte. Nach insgesamt 8.5 Stunden kam Severin gesund und munter bei uns zu Hause auf die Welt. Susanna legte ihn gleich auf meinen Bauch, und als die Nabelschnur auspulsiert war, nabelte mein Mann Severin ab. Wirklich schön war, dass beide Hebammen meinem Mann und mir viel Zeit für das erste Kennenlernen liessen und dem Kleinen halfen, die Brust zu finden, die er dann auch gleich nahm. So standen nicht Vermessen und Wiegen des Babys an erster Stelle, sondern der erste Kontakt mit uns "frischgebackenen" Eltern. 20 Minuten später war dann auch die Plazenta geboren, wobei ich erst hier eine rechte Menge Blut verloren habe. Dass wir von Beginn an unser Familienleben zu Hause starten konnten, empfanden wir als einfach nur schön.

Sehr geschätzt habe ich auch die **Nachsorge**. In den ersten Tagen kam Susanna jeweils morgens und abends, um nach uns zu sehen. Später dann einmal pro Tag und anschliessend alle zwei Tage. Susanna zeigte uns, wie wir den Kleinen wickeln und baden können und wie seine Nabelschnur zu versorgen ist. Ausserdem lernten wir durch sie erste Kniffs und Tricks des Eltern-Seins kennen.

Als besondere Qualität empfanden wir, dass uns Susanna weit über das Medizinische hinaus in der Schwangerschaft, der Geburt, der Stillzeit wirklich **begleitete**, einfühlsam und gleichzeitig direkt auch emotionale Aspekte ansprach und mit uns gemeinsam Lösungen suchte. Dadurch durften wir eine **entspannte und unkomplizierte Schwangerschaft und Geburt erleben, welche unsere Idealvorstellungen noch übertraf!**