

Geburtsbericht Nuri Yunes aus Meiningen geb. am 25.03.2013 um 3:20Uhr

24.03.13

16.00 Uhr: Wellen, regelmäßiges ziehen im Bauch (vorher tagelang nur im Rücken.)

Das CTG zeigte alle 4 Minuten Wellen an. Daraufhin untersuchte die Hebamme Tatjana meinen Muttermund. Ergebnis: Erst 1 cm geöffnet. So schickte uns Tatjana noch einmal nach Hause. Sie meinte es könne zwar noch Tage dauern, sie glaubt aber, dass es in den nächsten 10 Stunden losgehen wird.

25.03.13

Abends haben wir beschlossen gemeinsam noch „Ab durch die Hecke“ zu schauen. (Da ich gehört habe, dass Lachen Wellen anregen soll...)

Um 0:30 spürte ich in meinem Bauch einen Knall. Ich meinte nur: „Also entweder hat er gerade komisch getreten oder meine Fruchtblase ist geplatzt.“ Das Aufstehen bestätigte uns letzteres.

1:00 Uhr: Im GH angekommen schrieben wir wieder ein CTG. Danach stand fest, dass es jetzt demnächst losgehen wird. Paul hat dann seine Eltern und meine Mutter angerufen, um ihnen Bescheid zu geben. 1:30 Uhr: Tatjana empfahl mir einen Einlauf, bei dem mir plötzlich übel wurde und ich das Gefühl hatte spucken zu müssen. Ich bin dann ins Bad gegangen und habe dort gewartet bis der Einlauf alles heraus gespült hatte. Währenddessen hat Paul für das Ambiente gesorgt und den Raum mit unseren mitgebrachten Lampen und Teelichtern geschmückt und die Geburtsmusik angemacht. Das ziehen im Bauch war jetzt sehr stark. Es war aber völlig in Ordnung. Ich würde es mit periodischen Bauchkrämpfen vergleichen. Das einzig unangenehme war eine starke Übelkeit. Mich zog es die ganze Zeit in Richtung Badewanne, aber ich schleppte mich immer zwischen Tür zum Geburtszimmer und Toilette hin und her. Die Toilette entpuppte sich als sehr angenehmer Platz, da ich mich hinten an die Wand lehnen konnte und so mein Rücken und mein Kopf gekühlt wurde. 2:00 Uhr In einer Wellenpause ging ich ins Geburtszimmer. Das Wasser war auch schon eingelassen und ich durfte in die Geburtswanne steigen. Ich schwebte förmlich im Wasser und versuchte bei jeder Welle eine angenehme Position zu finden, was mir nicht so recht gelang. Also blieb ich halb aufgerichtet auf dem Rücken schwebend in der Wanne. Nach einer Weile spürte ich einen Druck zwischen meinen Beinen. Ich sagte der Hebamme das ich glaubte das Köpfchen zu spüren. Sie lächelte und meinte sie würde gleich mal schauen. (Ich merkte, dass sie dies eher noch nicht erwartete. Aber um mich zu beruhigen schaute sie nach.) Sie fühlte vorsichtig und meinte völlig erstaunt: „Oh, du hast recht! Ist ja Wahnsinn!“ Sie wurde dann etwas hektisch und ich sah sie im Nebenzimmer Geburtsutensilien bereitlegen und die zweite Hebamme anrufen. Paul hat zu dem Zeitpunkt angefangen Affirmationen vorzulesen, was mir sehr geholfen hat, den Fokus auf der Atmung und der Entspannung zu lassen. Dann veränderte sich das „Wellengefühl“. Es fing erst mit dem Periodengefühl an und war leicht unangenehm. Dann beim „Höhepunkt“ war das unangenehme komplett verschwunden und ich empfand einen ansteigenden Druck der während ich versuchte Nuri „herunterzuatmen“ nach einer gewissen Zeit meinen Unterleib übernahm und meine Muskeln schoben Nuri mit aller Kraft von alleine nach unten. (Ich kann das Gefühl vergleichen mit ganz normalem Stuhlgang. Es gibt dort einen Punkt an dem der Stuhl mit einem Schwung von alleine nach unten gleitet und sich dabei der gesamte Körper bis zu den Gesichtsmuskeln entspannt.)

So war es bei jeder Welle und das war ein sehr angenehmes Gefühl. Was ich dann auch

während des Geburtsverlaufes zu Paul und der Hebamme gesagt habe. Nach einiger Zeit kam dann die zweite Hebamme. Sie hockte sich nur an den Rand der Wanne und schaute (andächtig) zu. Das war mein Gefühl. Tatjana fing an mich mit Worten zu bestärken und sagte so Dinge wie: „Ja, das machst du super!“ „Noch einmal.“ Ich merkte aber wie oft dieser entspannte Druck sinnvoll war. So sagte ich ihr: „Nein, bei der nächsten Welle.“ So rutschte der Kleine wieder ein Stück nach hinten und nahm erneut Anlauf. Und bei der nächsten Welle+ Druckgefühl und Entspannung spürte ich wie er immer ein Stückchen mehr zum Vorschein kam und der Damm sich etwas mehr dehnte. Ich hatte eine gute Intuition und wusste wie lange dieser Druck(Druck ist ein falsches Wort dafür, aber ich habe das Gefühl ja oben versucht zu erklären.) nötig war. Dann nach einigen Wellen war mein Damm schon ganz schön gespannt und ich fühlte das Köpfchen deutlich zwischen meinen Beinen. (Paul erzählte mir später, ich hätte mit meinen Armen Wellenbewegungen nach unten gemacht, was wohl sehr ekstatisch aussah...)Die nächste Welle verlief wie die anderen. Nach dem „Druck“ wollte ich bis zur nächsten Welle warten aber Tatjana meinte:“Super! Nur noch ein winziges Stück!“ Das hat mich dann so ungeduldig gemacht, dass ich kurz und kraftvoll gepresst habe. Dann war Nuri's Köpfchen geboren. Es hat aber in diesem Moment stark geziept. Später haben wir erfahren, dass eine von den kleinen Schamlippen einen feinen Riss abbekommen hat. Ich ärgere mich im Nachhinein darüber das ich in dem Moment so ungeduldig war und nicht bis zur nächsten Welle gewartet habe, wie es mir meine Intuition gezeigt hat..) Dann ging es relativ schnell und nach kurzem Druck (der durch den Riss jetzt ein wenig unangenehm war) kam Nuri um 03.20 Uhr ganz zur Welt. Tatjana legte ihn mir sofort auf die Brust. Leider hatten wir nicht viel Zeit füreinander, da beide Hebammen ziemlich hetzten, dass ich aus der Wanne kam. (Vor einem Jahr hätte eine Frau sich durch die Nachgeburt und einen Unterdruck ein wenig Badewasser in den Unterleib gesogen und ist mit einer schweren Infektion ins KH gekommen.) Dann begann der stressige Teil der Geburt, denn der Riss musste genäht werden und die Betäubung funktionierte nicht so richtig. Außerdem hatte ich ziemlich starke Rückenschmerzen. Nuri lag dicht bei mir und schaute mich mit seinen großen dunklen Augen an und ich hatte plötzlich ganz stark das Gefühl, er will mir Mut zusprechen. Um 4:04 Uhr habe ich Nuri das erste Mal gestillt. Willkommen in unserer kleinen Familie Nuri Yunes.

