

Eine besondere Geburt

Etwas erschöpft blickte ich auf den Monat Jänner zurück. Durch die Erfahrungen, die ich im Kreißaal Innsbruck sammeln durfte, gewann ich für mich wertvolle Eindrücke, aber auch die Erkenntnis, welchen verantwortungsvollen Beruf ich für mein Leben gewählt habe. Manchmal erschien es mir so, als ob alle Frauen, die ein Kind erwarten, darunter leiden müssten, oder sogar krank seien.

Die große Verantwortung, die eine Hebamme zu tragen hat und mehr noch mein eigener Anspruch das Beste leisten zu wollen, führten manchmal zu Stresssituationen. Umso mehr freute ich mich auf das lang ersehnte Praktikum in der Hebammenpraxis Innsbruck.

Die kontinuierliche und fürsorgliche Betreuung der Frauen, Paare und Kinder rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett, der wertschätzende Umgang unter den Hebammen, die Professionalität in allen Angeboten und vieles mehr, erfüllte meine Erwartungen und hatte eine wohltuende Wirkung auf mich. Es festigte mein Vertrauen und meinen Glauben an mich selbst. Dies alles führte mir wieder jene Gründe vor Augen, die mich Hebamme werden ließen.

Ein Erlebnis hat sich wohl für den Rest meines Lebens besonders in mein "Hebammenherz" eingepägt. Am 21.02.2015 durfte ich dabei sein, als die kleine Klara in liebevoller Erwartung ihrer Eltern Irene und Michael und unterstützt durch zwei großartige Hebammen in der Praxis erstmals das Licht der Welt erblickte.

Ich lernte Irene bereits in der Woche vor der Geburt von Klara kennen, als sie einen in der Praxis angebotenen Schwangerschaftsgymnastikkurs besuchte. Durch ihre offene und herzliche Art ergab sich sofort eine angenehm vertraute Atmosphäre zwischen uns. Ich bewunderte Irene besonders dafür, wie feinfühlig und bewusst sie auf das Empfinden ihres Körpers und die Regungen ihres ersten Kindes reagierte. Sie spürte schließlich auch genau, dass der Zeitpunkt nahe war, zu dem sich Klara auf den Weg in die Welt bereit machte. Irene erzählte mir, dass sie plötzlich Lust verspürte, am Freitag vor der Geburt einen "Geburtstagskuchen" zu backen und es sie zum Beispiel auch drängte Schuhe zu putzen. Das seien für sie unter anderem sichere Anzeichen der bevorstehenden Geburt gewesen. Sie war sich sicher, dass Klara am Ende der Woche geboren werden würde.

Und so freute ich mich sehr, als ich am Samstag um 03:45 den Anruf von Kathrin, der diensthabenden Hebamme, erhielt, und sie mir mitteilte, dass es nun tatsächlich soweit sei.

Als ich vor der Hebammenpraxis eintraf, empfand ich den lauen Föhnwind, der durch die leeren Straßen wehte, als angenehm und es kam in mir ein Gefühl der Ruhe und Entspannung auf. Der Geburtsraum war in warmes Licht getaucht. Irene und Michael waren gerade eingetroffen und begrüßten uns sehr herzlich und voller Vorfreude. Zu den Klängen wunderschöner, beruhigender Musik durften Kathrin und ich beobachten mit welchem unglaublichen Körperbewusstsein Irene die Eröffnungswellen annahm und wie sie mit Hilfe ihres Mannes Michael in verschiedensten Positionen durch die Wehen ging. Man konnte stets die bedingungslose Liebe und Vertrautheit zwischen den werdenden Eltern spüren, sie sahen sich lange in die Augen und genossen gemeinsam die Vorfreude, bald ihre Klara in den Armen halten zu können.

Durch die auf ein Minimum reduzierten Interventionen, wie das Abhören der kindlichen Herztöne, das vaginale Untersuchen oder der Anleitungen der Hebamme, konnte Irene ihren eigenen Rhythmus finden und wurde in ihrer Bewegungsfreiheit nicht eingeschränkt. Selbstbestimmung und Selbstermächtigung standen im Fokus und waren für mich eine neue Erfahrung in der Geburtshilfe.

Die Wellen wurden gegen 07:00 häufiger und intensiver und Irene entschied sich ein Entspannungsbad zu nehmen. Die wunderschönen Klänge der bewusst ausgewählten Musik und die mantraartigen Töne von Irene bei jeder Welle, erfassten uns und wir schaukelten im Rhythmus, saßen in einem Kreis um den Geburtspool und sangen voller Hingabe das erste Mal an diesem Tag gemeinsam das Lied "Jani Joni Jachuene".

Es war etwas Zeit vergangen, die Zweithebamme Karin kam zur Geburt hinzu und Kathrin stellte bei der Untersuchung fest, dass der Muttermund bereits 4 cm geöffnet war. Für Irene war die Zeit gekommen das Bad zu beenden, denn die Wellen kamen in längeren Abständen und waren in der Intensität unregelmäßig geworden. Sie verspürte intuitiv das Verlangen sich auszuruhen. Michael und Irene machten es sich in dem großen Bett bequem und ruhten für eine dreiviertel Stunde aus, um neue Energie zu tanken. Kathrin, Karin und ich zogen uns zurück, denn die Intimität sollte

nicht gestört werden. Es war wunderschön diesen komplett physiologischen Prozess das erste Mal in meinem Studium beobachten zu können, ohne Manipulationen mittels Wehen anregender Pharmazeutika.

Irene teilte uns mit, dass sie jetzt wieder genug Energie habe, um den Weg der Geburt weiter zu gehen und wir konnten beobachten, dass die Frequenz und Intensität der Wellen wieder anstiegen. Voller Kraft und mit liebevoller Betreuung ihres Mannes nahm sie eine Welle nach der anderen an. Irene benötigte nur sehr wenig Anleitung von unserer Seite, denn sie spürte sehr gut in welcher Position Klaras Köpfchen leichter den Weg finden konnte. Der Muttermund öffnete sich weiter auf 6 cm. In abwechselnd stehender und hockender Position am hängenden Tuch, gefolgt von asymmetrischen Haltungen der Beine entwickelte Irene ihre Urkraft und eröffnete binnen 3 Stunden vollständig. Um eine optimale Betreuung auch im Bereich der Homöopathie zu gewährleisten, tauschte sich Kathrin mit einer dritten Hebamme am Telefon aus. Es zeigte sich, dass bis zu diesem Zeitpunkt die Fruchtblase noch intakt war. Kathrin und Karin entschieden sich in Absprache mit Irene, diese so knapp vor der Geburt noch zu eröffnen, was sich als sehr förderlich herausstellte.

Die werdende Mutter verspürte immer mehr das Verlangen, ihrem Kind aktiv zu helfen und das Köpfchen des kleinen Mädchens wurde bereits am Beckenboden sichtbar. In dieser intensiven Phase standen wir Hebammen zusammen mit Michael, Irene durch Berührungen, Halten und Motivation zur Seite. Gemeinsam wurden verschiedene Positionen, wie zum Beispiel der Vierfüßler, oder die tiefe Hocke ausgewählt, um das Aufsteigen des Köpfchens zu begünstigen. Die Wahl fiel zum Schluss auf das Bett. Mit geburtsunterstützender Akkupunktur zuerst in abwechselnder Seitenlage, begleiteten wir gemeinsam Irene durch den letzten Part der Austreibungsphase. Um eine optimale Beugung im Becken entsprechend der Führungslinie zu erzielen, wählte Irene für den Endspurt eine sitzende Position. Michael zog sich sein T-Shirt aus, er wollte seine Frau optimal spüren und sie im Rücken stützen. Voller Kraft und entfesselter Urgewalt verhalf Irene ihrer kleinen Tochter zur Welt zu kommen. Kathrin, Karin und ich positionierten uns gegenüber von Irene und Michael und hießen Klara willkommen.

Im Zuge der letzten Minuten zeichneten Karin und ich im Wechsel die Herztöne des Kindes auf und wir erkannten leider immer wieder einen Abfall der Herzfrequenz und eine Einschränkung der Wehentätigkeit. Kathrin informierte Irene darüber, dass

eventuell eine Episiotomie vorgenommen werden müsste. Irene bat sie ihr noch eine Welle Zeit zu geben. In diesem Moment erklang das Lied "Jani Joni Jachuene" von der Wiedergabeliste. Ergriffen von der Situation stimmten wir alle mit ein und sangen mit voller Hingabe mal lauter, mal leiser und massierten dabei vorsichtig die Wellen an. Irene verband sich noch einmal intensiv mit ihrer kleinen Klara durch das Liebesband, atmete tief in ihren Bauch und gab ihr eine kräftige Starthilfe auf den Weg ins Licht. Stark wie eine Löwin entwickelte sie mit Hilfe der liebevollen Hände ihrer Hebamme Kathrin, ihre kleine Tochter und hob sie selbstständig hoch in die liebenden Arme von Mama und Papa.

Es lässt sich kaum in Worte fassen, welche berührende Atmosphäre uns in diesem Augenblick umhüllte. Die Zeit blieb für einen Moment stehen. Ich sah die Freudentränen und das unendliche Glücksempfinden der Eltern. Überwältigt von unseren Emotionen nahmen Karin, Kathrin und ich uns in den Arm. Wir durften an diesem Wunder Teil haben und verspürten tiefe Dankbarkeit.

Klara wurde komplett gesund mit ihrer Hand vor dem Gesicht um 14:30 geboren. Die postpartale Phase kurz nach der Geburt erwies sich als komplett unauffällig und es konnten keine groben Geburtsverletzungen festgestellt werden. Die kleine Familie genoss in Vertrautheit das erste Kennenlernen und Verlieben, und ging am Abend glücklich und wohl auf nach Hause.

Dieses für mich so wunderbare Erlebnis zeigte mir eine Geburtshilfe und ein selbstbestimmtes Gebären, das ich jeder Mutter jedem Vater, jeder Hebamme und jeder GeburtshelferIn wünsche.

