

Martina Eirich • Caroline Oblasser



Luxus Privatgeburt

Er man auf diese Welt gekommen
und noch so still vorlieb genommen,
da hat man noch bei nichts was bei;
man schwebt herum, ist schuldenfrei,
hat keine Uhr und keine Eile
und äußerst selten Langeweile.
Allein man nimmt sich nicht in Acht,
und schlupp! Ist man zur Welt gebracht.

Wilhelm Busch

Diesen Wandspruch von Wilhelm Busch (1832 – 1908) fotografierte die
Hausgeburtshebamme bei Teilnehmerin T014 (siehe Seite 78).

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Besonderer Hinweis

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Haftungsausschluss

Teile des vorliegenden Buches basieren (unter anderem) auf zahlreichen persönlichen Angaben, die zur Wahrung der authentischen Wiedergabe inhaltlich nicht modifiziert wurden. Im Zweifelsfall befragen Sie bitte Hebamme, Stillfachpersonal, Arzt/Ärztin oder Apotheker/in.

Weder die Autorinnen, Gastautoren noch der Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorgestellten Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen. Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr.

Sollten sich trotz sorgfältiger Korrektur Fehler eingeschlichen haben, erbitten wir weiterführende Hinweise darauf. Wenden Sie sich in diesem Fall bitte schriftlich an den Verlag.

Markenschutz

Dieses Buch enthält eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsmarken. Wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sein sollten, so gelten trotzdem die entsprechenden Bestimmungen.

2. Auflage, Juni 2012

© 2009 – 2012

Anschrift

E-Mail

Internet

edition riedenburg

edition riedenburg, Anton-Hochmuth-Straße 8, 5020 Salzburg, Österreich

verlag@editionriedenburg.at

editionriedenburg.at

Fachliche Beratung

Lektorat

Hebamme & Ärztin Anna Rockel-Loenhoff

Dr. Heike Wolter

Buchumschlag: Caroline Oblasser mit ihren Töchtern Carla und Carmen; Carolines Urgroßvater erschuf die Nachahmung des Gemäldes von Tizian, „Himmliche und irdische Liebe“ (1515). Das Original hängt in der Galleria Borghese, Rom.

Fotograf Coverfoto: Peter Moody Meyer, www.moodymeyer.com

Fotonachweis Wandtapete Cover: © Eky Chan – Fotolia.com

Umschlaggestaltung, Satz und Layout: edition riedenburg

Herstellung: Books on Demand GmbH, Norderstedt

ISBN 978-3-902647-15-3

Martina Eirich
Caroline Oblasser

Luxus Privatgeburt

Hausgeburten in
Wort und Bild

 edition
riedenburg



DER SCHREI

Kurz nach meiner eigenen Hausgeburt erwachte ich eines Nachts davon, dass ein Auto den Feldweg vom Dorf heraufkam. Es war die Hebamme. Nun ist es also auch bei meiner Nachbarin so weit, lächelte ich und schlief selig noch ein paar Stunden, mein Baby an der Brust.

Gegen sechs Uhr morgens dann erwischte mich auf dem Trampelpfad zwischen unseren Häusern ein fast unerträglicher, erst tiefer, dann kreiselnd höher werdender endloser Schrei, ein brüllender Urschrei, der durch drei Backsteinmauern drang.

Dieser eine, gewaltige Schrei umfasste die ganze Wildheit und Kraft, den

Schmerz und die Trauer, die Schönheit und die Liebe einer Geburt. In einer Hand den Kohleneimer, in der anderen die Stiege mit Holz fing ich an zu weinen und zu lachen, dachte: Au! Gleich hat sie's geschafft!

Da kam mir der siebenjährige Sohn der Nachbarin durch Matsch und Eis entgegen gestapft. „Ich mag nicht mehr warten! Ich komm jetzt mit zu Dir!“ Schnell (und heimlich) trocknete ich mir die Tränen, schniefte noch ein wenig und nahm ihn mit zum Einheizen.

Wir hatten kaum Tee gekocht und die Becher in der Hand, da trat die Hebamme in unsere Küche und holte ihn, seine Schwester zu begrüßen.

Mo (T193) erinnert sich. Siehe auch Seite 170.

Allen teilnehmenden Frauen und Familien danken wir für ihre Offenheit, uns an den berührendsten Momenten ihres Menschseins teilhaben zu lassen!

Luxus Privatgeburt

Luxus Privatgeburt

Inhalt

Anstelle einer sachlich kühlen Einleitung	11
Intime Einblicke in „Luxus Privatgeburt“	15
Die eigene Hausgeburt planen	26
Telefonliste	28
Mütter mit begonnenen Hausgeburten	29
Mütter mit einer Hausgeburt	39
Mütter mit zwei Hausgeburten	213
Mütter mit drei Hausgeburten	299
Mütter mit vier und mehr Hausgeburten	331
Beiträge unserer Gastautoren	355
Anna Rockel-Loenhoff: Hausgeburt – eine andere Lebensphilosophie	356
Harald: Die Geburt in der 500-Liter-Baumarkt-Regentonne	358
Markus: Der Chefarztvater	360
Gabriele Stern: Die Privatgeburt als Heilungsprozess verloren gegangener Seelenanteile	362
Sabine Mengel: Physikerin und Hausgeburt – ein Widerspruch?	365
Cornelia Borth: Ideal und Wirklichkeit: Das Stillen	367
Michael Krause: Gebärposition bei Beckenendlage	369
Cornelia Enning: Heilmittel aus Plazenta	373
Marion Klein: Die leere Wiege	375
Sarah Schmid: Die Geburtsverstopfung – Gedanken über das Ausscheiden	377
Nützliche Adressen	379

Aller Anfang

Als wir im November 2008 kurzerhand beschlossen, ein Buch zum Thema Hausgeburt zu machen, schrieben wir in unser Konzept die Zielvereinbarung erst mit 30, dann mit 50 Müttern, die (unter anderem) zuhause geboren haben. Wir konnten ja nicht ahnen, dass ein halbes Jahr später rund neun Mal so viele, nämlich 268 überwiegend begeisterte Mütter ein Teil dieses Werkes sein würden.

Unser Buch sollte etwas sein, das aller Welt zeigt, wie mannigfaltig und unverwechselbar jede einzelne der individuell begangenen Hausgeburten ist.

Es sollte sich aber auch gezielt abgrenzen vom Glauben daran, die Hausgeburt wäre lediglich für „Ökos“, die in Zeltstädten hausen und zwischen dem Holzhacken und dem Schweinehüten ihre Kinder auf schmutzigen Lammfellen zwischen Schutt und Asche gebären.

Der Aufruf

Über das Internet, über Zeitschriften, Zeitungen und natürlich über intensive Mundpropaganda riefen wir unser Vorhaben in die Welt hinaus. Die Teilnahmebedingungen, die von jeder Teilnehmerin unterschrieben wurden, enthielten folgende Projektbeschreibung:

Heutzutage werden Mütter von den Massenmedien oftmals als regelrechte Klinikgeburt- bzw. Kaiserschnitt-Konsumentinnen dargestellt. Doch fernab der klinischen Geburtshilfe gibt es auch Frauen, die aus Überzeugung zu Hause in den eigenen vier Wänden gebären. Gemeinsam mit ihrer Hebamme, dem Partner, den Kindern, Freunden, Verwandten, ...

Leider erfährt man von diesen Geburtserlebnissen nur sehr selten über die Medien. Dies liegt vor allem auch daran, dass Hausgeburten meist ungestört verlaufen, in intimer Atmosphäre – und gar nicht erst an die Öffentlichkeit gelangen. Daher scheint es für den uninformierten Beobachter so, als gäbe es die private Geburt zu Hause gar nicht mehr.

Doch wir wissen, dass dem nicht so ist! Gemeinsam mit ca. 50 Müttern, die sich an unserem Buchprojekt beteiligen, wollen wir der Geburt im vertrauten Heim bildhaft Ausdruck verleihen. Die uns zur Verfügung gestellten Fotos (Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Zeit danach) werden ergänzt durch die individuellen Geburtsberichte / Geburtserinnerungen der Frauen bzw. durch Interviews der Teilnehmerinnen mit Hebamme und Journalistin Martina Eirich.

Schon bald quollen bei uns das E-Mail-Programm und auch der Verlagspostkasten über und wir merkten, dass jede Geschichte einzigartig war.¹

Die vielen aussagekräftigen Foto-Doppelseiten, die wir in reger Absprache mit den Müttern für dieses Buch angefertigt haben, enthalten demnach auch zumeist Bildmaterial, das nicht von Profis gemacht wurde. Es stammt teils sogar aus Handy-Fotos (T026, S. 306) oder vergilbten Urwald-Bildern (T201, S. 202). Doch genau die ungeschönte Abbildung der Realität macht dieses Buch so authentisch.

In privato – zu Hause

Auf dem Weg zur gesellschaftlich anerkannten Geburtsform, die nicht nur eine günstige und gesunde Alternative zur artifiziellen Krankenhausgeburt ist, sondern viel mehr als das, nämlich die einzig ursprüngliche Form der Geburt, berieten wir über den geeigneten Namen für unser wichtiges Buch.

Und sehr rasch war uns klar, dass wir unserem besonderen Werk auch einen besonderen Titel geben würden. Einen, den man sich merkt, weil er außergewöhnlich ist. Einen, der gewissermaßen die Lichtgestalt der Hausgeburt aktiv unterstreichen und ein kurzes und doch so wichtiges Wort wieder in seine Ursprünglichkeit überführen würde.

Wir nannten unser Buch deshalb nicht etwa „Wundervolle Hausgeburt“ oder „Wie man zuhause Kinder bekommt“, sondern wir gaben ihm den Namen

Luxus Privatgeburt

Das lateinische Wörterbuch vermerkt unter dem Stichwort „in privato“ die Übersetzung „zu Hause“.² Die „Privatgeburt“ ist also die wörtliche Rückübersetzung der „Hausgeburt“, einer Geburt, die im vertrauten Umfeld stattfindet und nicht durch die Beliebigkeit fremder Besucher und an der Tagesordnung stehender Interventionen aus dem Takt gebracht wird.

- 1 Einige Teilnehmerinnen-Nummern wurden im Vorfeld vergeben, obwohl dann keine unterschriebene Anmeldung eintraf, daher reichen die T-Nummern über T268 hinaus.
- 2 Stowasser, lateinisch-deutsches Schulwörterbuch, Verlag Hölde-Pichler-Tempsky, Wien 1998.

Nur dort und nirgendwo sonst

Die Gründe, warum Frauen zuhause und nirgendwo sonst gebären wollen, sind vielfältig. Teils sind es schlechte Erfahrungen aus vorangegangenen Krankenhausgeburten, die eine Mutter zum Umschwenken veranlassen.

Teils ist es eine gewisse Geburtstradition innerhalb der Familie (was jedoch leider viel zu selten vorkommt).

Häufig ist es das Gefühl, zuhause selber den Ton angeben zu können und sich niemandem unterstellen zu müssen – zumal die Geburt eine Grenzerfahrung für jede Frau ist und die Wehen in ihrer Heftigkeit den Stolz und somit auch die Entscheidungsfreudigkeit seitens der Frau brechen können.

Kerstin etwa beschreibt es wie folgt:

Ich hatte bereits Erfahrungen mit dem Krankenhaus. Man hat mir zu wenig Zeit gelassen, alles musste streng nach Plan laufen, ich war dort nur Gast und musste mich dem dortigen Alltag unterwerfen. Ich hörte, dies sei bei einer Hausgeburt anders. Klar, dort ist die Hebamme Gast. Ich wollte selbstbestimmt gebären. (T194, S. 74)

Wer zur falschen Zeit am falschen Ort ist, bei dem ist es mit der Selbstbestimmtheit eventuell rasch vorbei. Vor allem dann, wenn der vielerorts als Allheilmittel geglaubte Operationsaal nur ein paar Schritte entfernt ist und eine Sectio derzeit auch aus forensischer Sicht die Geburt für den Geburtshelfer „sanft“ ausklingen lässt.

Ein Geburtsverlauf mit sehr guten Folgen

Ob in der Regentonne (wie etwa T171 auf S. 197), auf der Matte oder im Stehen, ob im Hocken, über dem Gymnastikball hängend oder an den Partner geklammert: Hausgeburten sind so unterschiedlich wie ihre Mütter und lassen sich nicht über einen Kamm scheren.

Deshalb reicht es auch nicht aus, einige wenige Geburten stellvertretend für das Phänomen der Hausgeburt zu zeigen, sondern es braucht schon eine Übersicht wie in „Luxus Privatgeburt“, um den Nichtwissenden das Wunder der heimischen Geburt schmackhaft zu machen.

Obgleich etliche der in diesem Buch vorgestellten Geburten alles andere als einfach und schon gar nicht schmerzfrei waren, ist sich die überwältigende Mehrheit unserer Mütter darin einig, dass die Geburtserfahrung in den eigenen vier Wänden eine

„sehr gute“

Erfahrung war.

Rund 95 % (!) der von uns befragten Mütter geben die Bestnote „sehr gut“ auf ihre Hausgeburt(en).³

Jene Mütter, die nicht ganz so zufrieden sind, haben meist einen triftigen Grund dafür. Zum Beispiel, weil die Hausgeburt zwar mit Hebammenbeistand, aber „versehentlich“ stattfand und eigentlich nicht als solche geplant war, weil das Kind sehr schwer war, weil die Hebamme zu spät kam und die Geburt in einer ungewollten Alleingeburt endete – oder aber weil die Hausgeburt verlegt werden musste und im Krankenhaus in einer Sectio endete.

Berufe unserer Hausgeburtsmütter

Etliche der von uns befragten Mütter hatten das ein oder andere mangelhafte Geburtserlebnis durchschritten, bevor sie sich an die Planung ihrer Hausgeburt machten und im Anschluss zu unserem Projekt dazustießen.

Mit 40 Teilnehmerinnen (14,9 %) waren es zuallererst die Hebammen, die – obwohl oft selbst im Krankenhaus angestellt – als „Profis“ genau wissen, wo man seine Kinder am besten ungestört bekommt.

Nach Auswertung aller Anmeldungen haben wir die zehn häufigsten Berufe unserer Hausgeburtsmütter vorliegen. Diese sind (Häufigkeit absteigend):

1. Hebamme (40; 14,9 %)
2. Hausfrau (16; 6,0 %)
3. Angestellte (12; 4,5 %)
4. Krankenschwester (11; 4,1 %)
5. Mutter (10; 3,7 %)
6. Doula (9; 3,4 %)
7. Lehrerin (8; 3,0 %)
8. Physiotherapeutin (8; 3,0 %)
9. Studentin (8; 3,0 %)
10. Ärztin (6; 2,2 %)

³ Die Antwortmöglichkeiten waren „sehr schlecht“, „eher schlecht“, „eher gut“ und „sehr gut“.

Ida, 23
Wohnort: Bühlerzimmern (D)
Beruf: Krankenschwester

1. Kind: Mädchen (3 Monate), begonnene Hausgeburt

**„Ich fühlte mich wie high,
war gar nicht gestresst.“**

Wenn ich das Wort „Hausgeburt“ höre, kommen mir spontan folgende Gedanken in den Sinn: Absolute Intimsphäre. Es sind nur die Menschen dabei, die ich dabei haben will. Natürliche Geburt.

Ich hatte Angst vor der Geburt: Nein, ich war eher angespannt, weil ich nicht wusste, was auf mich zukommt.

Deshalb wollte ich zu Hause gebären: Vertrautes Umfeld, vertraute Hebamme. Keine ständig wechselnden Begleitpersonen.

So hat mein Umfeld / mein Partner auf mein Vorhaben reagiert: Mein Mann war zuerst skeptisch, aber nach dem Informationsgespräch mit der Hebamme war auch er einverstanden. Je näher die Geburt rückte, umso sicherer wurde auch er, weil er die Kompetenz der Hebamme schätzte. Unser Umfeld reagierte sehr tolerant und akzeptierte unsere Entscheidung.

So hat mein Arzt/Ärztin auf meinen Wunsch, zu Hause zu gebären, reagiert: Mein Arzt sagte: „Ich muss Ihnen als Krankenschwester ja nicht sagen, was das für Risiken mit sich bringt“, und ich antwortete: „Nein“.

Auf meine Hausgeburt habe ich mich wie folgt vorbereitet: 3x wöchentlich 45 Minuten Ergometer gefahren, Pezziball gekauft, Haken in der Decke befestigt, Dammvorbereitung, Sachen auf der Liste der Hebamme besorgt, Bücher, Internet/Geburtsberichte gelesen.

So habe ich meine Hausgeburtshebamme gefunden: Über die Hebammenliste. Ich habe meine Hausgeburtshebamme als kompetent, sehr zuverlässig und verantwortungsbewusst erlebt. Sie hat sich immer sehr viel Zeit bei den Hausbesuchen genommen und hat uns immer das Gefühl gegeben, dass sie nur für uns da ist.

Die Geburt zu Hause verlief wie folgt: Blasenprung, langsame Eröffnung des Muttermunds, bei fast vollständig eröffnetem Muttermund Verlegung wegen abfallender Herztöne während der Wehen. In der Klinik Saugglocke wegen noch auffälligerer Herztöne. Wenige Stunden später sind wir alle wieder nach Hause gegangen. Ich wollte zunächst nicht in die Klinik, aber die Hebamme hat sich durchgesetzt und ich bin im Nachhinein total froh darüber, weil ich so sicher dem Kaiserschnitt entkommen bin und die Saugglocke aufgrund des Zustandes unserer Tochter die absolut richtige Entscheidung war.

Ich habe mein Baby gestillt: Ich stille noch voll.

Das Wochenbett und die Zeit danach habe ich so in Erinnerung: Sehr schön. Am nächsten Morgen hat uns meine Schwiegermutter Brötchen gebracht und wir haben zusammen gefrühstückt, während unser Baby neben uns geschlafen hat. Als meine Eltern und Geschwister kamen, haben wir Sekt getrunken. Ich fühlte mich wie „high“ und war überhaupt nicht gestresst. Wir haben unseren Besuch sehr begrenzt. Ich habe mich viel ausgeruht, während mein Mann mit dem Baby spazieren ging.

Ich würde wieder zu Hause gebären wollen: Ja, und dann klappt es ganz zuhause.



Daniela, 24
Wohnort: Ranshofen (A)
Beruf: Krankenschwester

1. Kind: Mädchen (5 Wochen), Hausgeburt

Wenn ich das Wort „Hausgeburt“ höre, kommen mir spontan folgende Gedanken in den Sinn: Ich finde, eine Hausgeburt ist das Beste, was werdenden Eltern und einem Baby passieren kann. Mehr Harmonie und Achtung vor den wundervollen Vorgängen der Natur geht gar nicht.

Ich hatte Angst vor der Geburt: Am meisten hatte ich Angst davor, dass die Geburt abgebrochen werden muss und ich ins Krankenhaus komme.

Deshalb wollte ich zu Hause gebären: Ich arbeitete als Krankenschwester in der Geburtshilfe. Wenn man sich dann mit Hausgeburt befasst, sieht man, wie viele routinierte und selbstverständliche Tätigkeiten im Krankenhausablauf eigentlich viel sanfter und schonender für Mutter und Kind gemacht werden könnten. Der Krankenhausalltag lässt aber leider vieles nicht zu.

So hat mein Umfeld / mein Partner auf mein Vorhaben reagiert: Mein Mann war zu Anfang etwas skeptisch, er wuchs nach dem Gespräch mit unserer Hebamme – so wie ich – mehr und mehr in das Thema hinein. Am Ende konnten wir uns keine Klinikgeburt mehr vorstellen. Unser Umfeld fand die Entscheidung gar fahrlässig dem Kind gegenüber. Bei solch harten Aussagen braucht es schon eine große Überzeugung von dem, was man tut, sonst wären wir sicher wieder umgestimmt worden.

So hat mein Arzt auf meinen Wunsch, zu Hause zu gebären, reagiert: Mein Gynäkologe faste es sehr positiv auf.

Auf meine Hausgeburt habe ich mich wie folgt vorbereitet: Die letzten Wochen vor der Geburt habe ich doppelte Portionen gekocht und eingefroren. Im Internet habe ich mich mit anderen Hausgeburtsmüttern unterhalten.

„Wir gingen spazieren und verbrachten den Tag gemütlich als unseren letzten zu zweit.“

So habe ich meine Hausgeburtshebamme gefunden: Internet.

Die Geburt zu Hause verlief wie folgt: Morgens Blasensprung mit leichten Wehen. Wir gingen spazieren und verbrachten den Tag gemütlich als unseren letzten zu zweit. Meine Hebamme gab mir abends einen Wehencocktail, da die Wehen nicht richtig in Gang kamen, ich einen positiven β -Streptokokkenabstrich hatte und der Blasensprung schon 12 Stunden zurück lag. Wegen dieser Fakten fand ich die Einnahme des Wehencocktails absolut angebracht, zudem wollte ich unbedingt eine Hausgeburt. Innerhalb einer Stunde bekam ich starke Wehen. Zu dem Zeitpunkt war der Muttermund gerade mal 3 cm offen. Danach bekam ich einen Wehensturm mit fast keinen Pausen zwischendurch. Dann ging alles ganz schnell und nach 4 Presswehen kam unsere Tochter in Seitenlage in unserem Wasserbett zur Welt.

Ich habe mein Baby gestillt: Ich stille noch immer voll und so lange es uns beiden gefällt.

Das Wochenbett und die Zeit danach habe ich so in Erinnerung: Heftiger Milcheinschuss. Aber nach einer Woche hatte sich auch das eingespielt. Wir hatten ein sehr schönes, ruhiges Wochenbett. Besuche nur nach Absprache. Ich hatte keine „Heultage“ oder Traurigkeit.

Ich würde wieder zu Hause gebären wollen: Ja. Es bringt so viel Freude, wenn man sieht, wie vertraut und zu Hause sich das Kind von Anfang an fühlt!



Rebekka, 30

Wohnort: Herrsching am Ammersee (D)

Beruf: Diplom-Betriebswirtin (Marketing)

1. Kind: Mädchen (8 Wochen), Hausgeburt

„Wir konnten genüsslich kuscheln und unser Baby bestaunen.“

Wenn ich das Wort „Hausgeburt“ höre, kommen mir spontan folgende Gedanken in den Sinn: Ich gebäre mein Kind aus eigener Kraft, mit Unterstützung von Personen, die ich mir ausgesucht habe, vertraue der Natur und meinem Körper. Ich bin überzeugt, dass eine Geburt unkomplizierter verläuft, je weniger Stressfaktoren – wie technische Geräte, Medikamente, Zeitdruck – vorhanden sind. Meine Würde als Mensch wird gewahrt.

Ich hatte Angst vor der Geburt: Nein! Ich habe mich ganz bewusst auf die Geburt vorbereitet, indem ich mich auf ein positives Erlebnis eingestellt habe. Geholfen haben mir dabei Tiefenentspannung und Yoga.

Deshalb wollte ich zu Hause gebären: Damit es ein schönes Geburtserlebnis wird und unser Baby in friedlicher, intimer Umgebung auf die Welt kommt. Um sich freier und ungehemmter hingeben zu können.

So hat mein Umfeld / mein Partner auf mein Vorhaben reagiert: Mein Partner war skeptisch, ließ sich aber schnell überzeugen. Geholfen haben ihm dabei auch die Gespräche mit der Hebamme. Das Umfeld reagierte von „um Himmels willen, macht das nicht“ bis hin zu positiver und ermutigender Rückmeldung.

So hat meine Ärztin auf meinen Wunsch, zu Hause zu gebären, reagiert: Meine Frauenärztin kommentierte den Wunsch nicht weiter.

Auf meine Hausgeburt habe ich mich wie folgt vorbereitet: Bücher, Internet. Fernhalten von Horror-Geschichten über Geburten.

So habe ich meine Hausgeburtshebamme gefunden: Internet.

Die Geburt zu Hause verlief wie folgt: Ich hatte die ganze Nacht Wehen. Gegen Mittag war mein Muttermund fast vollständig eröffnet. Die letzte Phase, die ich teils auf dem Gebärhocker, teils kniend vor dem Bett verbrachte, erschien mir endlos. Die Fruchtblase war bis kurz bevor der Kopf geboren wurde noch intakt. Als unsere Tochter dann nach 12,5 Stunden endlich herauschlüpfte, konnte ich sie als erste vom Boden hochnehmen und in die Arme schließen. Mein Mann schnitt die Nabelschnur durch. Völlig erschöpft legte ich mich aufs Bett. Dann konnten wir genüsslich kuscheln und unser Baby bestaunen.

Ich habe mein Baby gestillt: Ja, bin noch dabei.

Das Wochenbett und die Zeit danach habe ich so in Erinnerung: Die ersten 2 bis 3 Wochen waren unheimlich anstrengend aufgrund der Übermüdung. Obwohl gesundes, unkompliziertes Baby, keine Dammverletzung, war die neue Situation sehr Kräfte zehrend. Auch emotional ging es auf und ab – zwischen überglücklich und ob ich das alles meistern kann, ob ich „alles richtig“ mache. Ganz wichtig in dieser Zeit war die Unterstützung durch meinen Mann und die Hilfe im Haushalt durch meine Mutter sowie die täglichen Besuche durch die Hebamme. Die Plazenta legten wir in eine Tonschale, die wir eigens dafür geformt hatten. Nach einem alten Brauch wird der Mutterkuchen im Frühjahr mit der Schale im Garten vergraben und ein Bäumchen darauf gepflanzt.

Ich würde wieder zu Hause gebären wollen: Ja!



Simone, 30

Wohnort: Bettwil (CH)

Beruf: früher Flugbegleiterin, jetzt Tanzlehrerin

1. Kind: Mädchen (3 Jahre), Geburtshaus

2. Kind: Junge (1 Jahr), Hausgeburt (ohne Hebamme)

„Ohne Zuschauer kann ich mich noch mehr dem Geburtsprozess hingeben und mich gehen lassen.“

Wenn ich das Wort „Hausgeburt“ höre, kommen mir spontan folgende Gedanken in den Sinn: Geborgenheit, Sicherheit, Vertrautheit, „heile Welt“, Wochenbett mit Mann und Geschwistern.

Ich hatte Angst vor der Geburt: Vor der ersten Geburt wusste ich ja nicht, was auf mich zukommen würde. Ich erlebte sie als schön, aber verbunden mit extremen Schmerzen. Das typische Ich-sterbe-gleich-Gefühl. Während der zweiten Schwangerschaft hatte ich deshalb auch Angst vor der Geburt. Um dieser zu begegnen, besuchte ich zusammen mit meinem Mann einen Kurs in Hypnobirthing. Ich lernte dabei, diese Angst völlig loszulassen und mich bewusst mittels Atemtechnik und Visualisieren zu entspannen. So konnte ich gelassener der Geburt entgegen sehen und war innerlich sehr stark.

Deshalb wollte ich zu Hause gebären: Für mich war klar, dass ich mich zu Hause am wohlsten fühle und ich mich so am besten entspannen kann. Ohne Zuschauer kann ich mich noch mehr dem Geburtsprozess hingeben und mich völlig gehen lassen. So hat es bestens funktioniert – eine sehr kurze, fast schmerzlose Geburt!

So hat mein Umfeld / mein Partner auf mein Vorhaben reagiert: Mein Mann stand immer hinter mir und unterstützte mein Vorhaben. Die Familie wusste von der geplanten Hausgeburt, war dann sehr überrascht, als sie von der Alleingeburt hörten. Natürlich gab es geteilte Meinungen. Doch meine mir nahestehenden Personen unterstützten mich und fanden es toll.

So hat mein Arzt auf meinen Wunsch, zu Hause zu gebären, reagiert: Ich war nie beim Arzt, sondern ging nur zweimal zur Hebamme zum Gespräch. Ich ließ alle Untersuchungen wie Ultraschall, Blutabnahme, Gewichtskontrolle etc. weg. Ich war ja nicht krank, sondern schwanger!

Auf meine Hausgeburt habe ich mich wie folgt vorbereitet: Plakat gemalt und aufgehängt. Plazentatasche für die Lotusgeburt genäht. Schwangerschaftsyoga, Reiki. Positive Geburtsberichte und Bücher gelesen. Täglich Entspannungsübungen gemacht (so ca. 3 Monate vor Geburt angefangen). Epi-No und Dammassage (absolut nichts gerissen! schon bei der ersten Geburt).

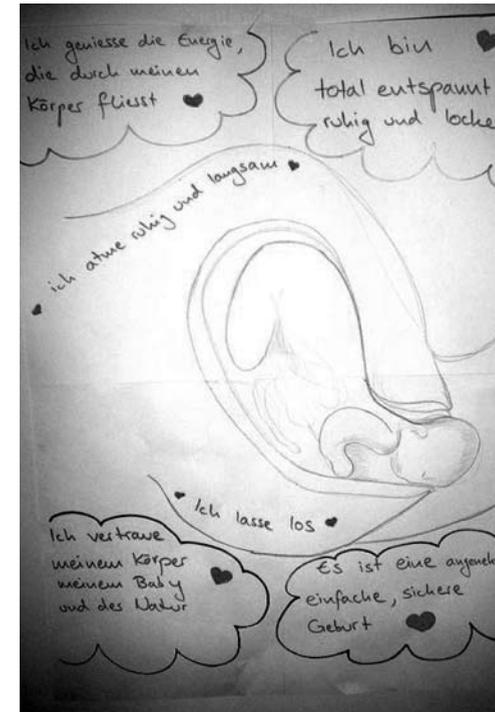
So habe ich meine Hausgeburtshebamme gefunden: Im Internet, war jedoch ein Fehlgriff. Ich bin froh, dass sie bei der Geburt nicht anwesend war.

Die Geburt zu Hause verlief wie folgt: Im Pool. Ohne Hebamme. Sehr schnell spürte ich das Köpfchen, konnte es kaum glauben, denn es war nicht wirklich schmerzhaft, sondern eher ein Druck und leichtes Brennen. Dieses wunderbare Erlebnis werde ich nie vergessen. Das wünsche ich jeder Frau: Ihre Macht, die Kraft der Schönheit der Natur durch sich fließen zu lassen.

Ich habe mein Baby gestillt: Ich stille immer noch beide Kinder.

Das Wochenbett und die Zeit danach habe ich so in Erinnerung: Es war einfach wunderschön!!! Mein Mann und die Tochter waren von Anfang an dabei und involviert. Er hatte sich 3 Wochen Urlaub genommen, wir hatten kaum Besuch, sondern bewusste ‚Viersamkeit‘. Mit unserem Sohn haben wir auch gleich mit Windelfrei begonnen und dies hat von Anfang an super funktioniert!

Ich würde wieder zu Hause gebären wollen: Ich würde nur zu Hause gebären (nur im Notfall ins Krankenhaus), wieder eine Alleingeburt. Wobei nun eigentlich keine weiteren Kinder mehr ‚geplant‘ sind. Doch was heißt schon ‚geplant‘.



Franziska, 34
Wohnort: Wittinsburg (CH)
Beruf: Hebamme

1. Kind: Mädchen (10 Jahre), Hausgeburt
2. Kind: Junge (7 Jahre), Hausgeburt
3. Kind: Junge (2 Jahre), Hausgeburt
4. Kind: Junge (7 Monate), Hausgeburt

Wenn ich das Wort „Hausgeburt“ höre, kommen mir spontan folgende Gedanken in den Sinn: Ruhe, Geborgenheit, Wärme, Familie werden, das Schönste, was es gibt, Freude, Gelassenheit, Liebe.

Ich hatte Angst vor der Geburt: Nicht einen Moment hatte ich Angst, denn ich wusste, der Körper kann das und die Hebamme und mein Mann sind da.

Deshalb wollte ich zu Hause gebären: Damit ich in Ruhe und Geborgenheit unsere Kinder willkommen heißen durfte. Ohne Stress und Hektik und fremde Personen.

So hat mein Umfeld / mein Partner auf mein Vorhaben reagiert: Mein Partner war vom ersten Moment an darauf eingestellt. Meine Mutter reagierte etwas kritischer wegen der Sicherheit.

So hat mein Arzt auf meinen Wunsch, zu Hause zu gebären, reagiert: Der erste Arzt konnte nicht damit umgehen und nannte mich verantwortungslos. Daher habe ich den Arzt gewechselt. Mein neuer Arzt stellt sich voll hinter die Hausgeburtshilfe und betreut schon lange Frauen bei Hausgeburten.

Auf meine Hausgeburt habe ich mich wie folgt vorbereitet: Alles, was mir wichtig war, habe ich in eine Ecke der Stube gestellt (Kerzen, Fotoapparat, Tücher, Pool und Schlauch). Ja, und das Fruchtwassernuschli – das ist ein weiches Flanelltuch – bereit gelegt. Es fängt das Fruchtwasser auf, wird dann getrocknet und dem Baby ins Bett gelegt. Es riecht fein nach Bauch und gibt dem Kind Geborgenheit. Außerdem habe ich Freunde instruiert und mit den älteren Kindern viele Gespräche geführt.

So habe ich meine Hausgeburtshexamme gefunden: Erste Hebamme vom Geburtshaus her gekannt, zweite Hebamme Kollegin von mir, da meine

„Hausgeburt ist das Schönste, was es gibt.“

„Lieblingshebamme“ im Ausland war. Drittes und viertes Kind mit meiner Freundin geboren.

Die Geburt zu Hause verlief wie folgt: Erstes Kind 6 Stunden, lange im Pool, Geburt auf Hocker. 3 Wochen zu früh zwischen vielen Umzugskartons (wir wollten noch umziehen vor der Geburt). Zweites Kind innerhalb von 2 Stunden, erste Tochter mit dabei im Pool. Er kam als Sterngucker zur Welt. Heißes Wasser musste gekocht werden für den Pool, da der Vermieter den Boiler nicht umgestellt hatte. Mein Mann hat sich dabei den Fuß verbrannt. Freundin hat Fotos gemacht, Feuer im Ofen hat gebrannt. Drittes Kind innerhalb von 35 Minuten. War mir viel zu schnell, fühlte mich überfahren. Geburt im Pool, habe mich auf den Knien meines Partners abgestützt. Freundin hat Fotos gemacht. Draußen stürmte es wie verrückt. Viertes Kind innerhalb von 25 Minuten. Alle Kinder und Freundin mit dabei. Mein Großer sagte, ich töne wie ein Dinosaurier. Woher er wohl wusste, wie die tönen??!

Ich habe mein Baby gestillt: Alle Kinder wurden mehr als ein Jahr gestillt, den Jüngsten stille ich immer noch.

Das Wochenbett und die Zeit danach habe ich so in Erinnerung: Erstes Wochenbett etwas stressig. Ich war im Umzugsstress. Sie war klein und hat viel und lange getrunken und viel geschrien. Zweites Wochenbett schön und ruhig. Drittes Wochenbett: Er musste wegen eines Infektes auf die Intensivstation. Das war der größte Schock des Lebens. Alle Träume vom Wochenbett platzten. Wir brauchten viel Zeit um nachzuholen. Viertes Wochenbett: Zu Hause. Schön und zufrieden mit der ganzen Familie.

Ich würde wieder zu Hause gebären wollen: Jaaaaa, auf jeden Fall. Es gibt nichts Schöneres.



Angela, 36
Wohnort: Siegburg (D)
Beruf: Verkehrsfachwirt; Mutter

1. Kind: Junge (8 Jahre), Hausgeburt
2. Kind: Mädchen (5 Jahre), Hausgeburt
3. Kind: Mädchen (4 Jahre), Hausgeburt
4. Kind: Mädchen (2 Jahre), Hausgeburt
5. Kind: Mädchen (5 Monate), Hausgeburt

Wenn ich das Wort „Hausgeburt“ höre, kommen mir spontan folgende Gedanken in den Sinn: Schön, entspannt, Geborgenheit, unkompliziert, ich kann es gar nicht in Worte fassen. Wenn man/frau es einmal erlebt hat, kann und will man es sich nicht mehr anders vorstellen. Ich bin unendlich dankbar, dass ich diese Erfahrung machen durfte. Es war ein super Abschluss der Schwangerschaft und der Beginn von etwas Neuem, Wunderbarem.

Ich hatte Angst vor der Geburt: Ja, ganz große! Ich hoffte beim nicht geplanten, ersten Kind auf einen Kaiserschnitt, hatte für die PDA schon in der Schwangerschaft alles unterschrieben. Ich hatte bei meiner Cousine vor der Kreißsaal-Tür gewartet, als sie ihr Kind bekam und dachte: „Ne, wir holen uns einen Hund.“ Dann gab es bei mir aber, Gott sei Dank, eine spontane Hausgeburt. Danach ersehnte ich in jeder Schwangerschaft einen normalen Verlauf, damit einer Hausgeburt nichts im Wege stehen würde.

Deshalb wollte ich zu Hause gebären: Ungezwungen, meine Kinder müssen nicht auf mich verzichten oder bekommen Ängste wegen der Krankenhausatmosphäre oder Eifersucht. Meine gewohnte Umgebung, somit Sicherheit.

So hat mein Umfeld / mein Partner auf mein Vorhaben reagiert: Umfeld erst ängstlich, bei jedem weiteren Mal wurde eine Hausgeburt quasi vorausgesetzt. Ohne meinen Mann wäre es für mich nicht gegangen. Ich vermute, er war in einem vorherigen Leben Hebamme!!!

So hat mein Arzt auf meinen Wunsch, zu Hause zu gebären, reagiert: Positiv. Die Vorsorgen wurden von meiner Hebamme übernommen, der Ultraschall vom Arzt. Das war für ihn ok.

„Es war ein super Abschluss der Schwangerschaft und der Beginn von etwas Neuem, Wunderbarem.“

Auf meine Hausgeburt habe ich mich wie folgt vorbereitet: Eigentlich nichts Besonderes, meine Hebamme hat mir eine kleine Liste gegeben, auf der Dinge wie Handtücher, kleine Schüssel, indirektes Licht, Kühlakku standen. Aber das hat man ja eh im Haus.

So habe ich meine Hausgeburtshebamme gefunden: Ich habe mich in dem gewünschten Krankenhaus nach Beleghebammen informiert und dort eine Telefonnummer erhalten.

Die Geburt zu Hause verlief wie folgt: Erste Geburt: Blasensprung, einige Stunden später setzten Wehen ein, Untersuchung zu Hause, Muttermund vollständig, somit die Entscheidung wir bleiben zu Hause. Die anderen Geburten ohne vorherigen Blasensprung.

Ich habe mein Baby gestillt: Ja, alle Kinder wurden / werden gestillt bis zum ersten Lebensjahr.

Das Wochenbett und die Zeit danach habe ich so in Erinnerung: Entspannend, aufregend aber gleichzeitig normal, auch für die Geschwister. Es war eigentlich alles wie immer, auch das „neue“ Baby war irgendwie schon immer da, nur jetzt fing es an zu wachsen.

Ich würde wieder zu Hause gebären wollen: Ja, immer wieder. Voraussetzung für mich war aber auch ein normaler, komplikationsloser Schwangerschaftsverlauf. Und ich weiß auch, dass ich keinen Einfluss darauf habe, mir wurde „es“ gegeben und ich habe es gelebt und weiß es zu schätzen.



Hedwig, 85
Wohnort: Lohnsburg (A)
Beruf: Postangestellte i.R.

1. Kind: Mädchen (57 Jahre), Hausgeburt
2. Kind: Junge, im 7. SSM verstorben, Totgeburt zuhause
3. Kind: Junge (55 Jahre), Hausgeburt
4. Kind: Junge (51 Jahre), Hausgeburt
5. Kind: Mädchen (50 Jahre), Hausgeburt
6. Kind: Mädchen (46 Jahre), Hausgeburt

Wenn ich das Wort „Hausgeburt“ höre, kommen mir spontan folgende Gedanken in den Sinn: Die erste Hausgeburt war ein schöner Beginn für unsere „große“ Familie, die ich mir immer gewünscht habe, weil ich selbst ein Einzelkind war – dem Himmel sei Dank, dass jede Geburt ohne Komplikationen vor sich ging! Unser sechstes Kind kam im neuen Haus zur Welt, die anderen wurden in der Lehrerwohnung der Volksschule, in der mein Mann unterrichtete, geboren.

Ich hatte Angst vor der Geburt: Nein, ich hatte große Vorfreude auf unser erstes Kind!

Deshalb wollte ich zu Hause gebären: Mein Mann hätte im Krankenhaus nicht dabei sein dürfen. Es gab für mich keinen Grund, ins Krankenhaus zu gehen.

So hat mein Umfeld / mein Partner auf mein Vorhaben reagiert: Mein Mann war einverstanden. Es war damals nichts Ungewöhnliches, zuhause zu entbinden.

So hat mein Arzt auf meinen Wunsch, zu Hause zu gebären, reagiert: –

Auf meine Hausgeburt habe ich mich wie folgt vorbereitet: Es gab keine „Geburtsvorbereitung“, ich wusste auch nicht wirklich, was auf mich zu kommt – aber die Vorfreude war groß!

So habe ich meine Hausgeburtshebamme gefunden: Sie hat im ganzen Ort praktiziert.

Die Geburt zu Hause verlief wie folgt: 1. Kind: Es war ein sonniger Wintertag Ende Jänner, die Geburt unserer kleinen Tochter dauerte gut 6 Stunden. Sie wog nur 2.750 g. 2. Kind: Es war bereits nicht mehr am Leben, als ich es zur Welt brachte – ich hatte bemerkt, dass es sich nicht mehr bewegt und der Arzt stellte fest, dass es tot ist und er meinte, ich solle warten, bis die Wehen in ein paar Tagen beginnen würden – so war es

„Es gab für mich keinen Grund,
ins Krankenhaus zu gehen.“

auch. Es stellte sich heraus, dass die Nabelschnur in einer engen Spirale verwickelt und die Versorgung zum Baby unterbrochen worden war. Mit einem Tulpenstrauß und einem blühenden Pfirsichzweig aus unserem Garten haben wir uns von unserem kleinen Sohn verabschiedet. 3. Kind: Unser zweiter Sohn kam im Frühling um acht Uhr morgens zur Welt. 4. Kind: Es kam am Samstagabend zur Welt und ich habe eine gute Erinnerung an eine junge, engagierte und sehr nette Hebamme! Unser 3. Bub war ein sehr zartes Kind und er musste immer ganz nahe bei Mama sein. Es gab noch keinen Kindergarten und meine kleine Schar forderte viel von mir! 5. Kind: Unser zweites Mädchen (Elisabeth) ist ein Winterkind und kam innerhalb einer Stunde zur Welt. Wie ich von meiner Mutter weiß, war ich selbst auch so schnell und Elisabeths zweites Kind ebenfalls! 6. Kind: Auch ein Mädchen – es kam frühmorgens im Herbst und hatte ganz starke Gelbsucht. Meine Hebamme erzählte mir, dass sie nur noch wenige Hausgeburten haben würde, denn die meisten Mütter gingen inzwischen zum Entbinden ins Krankenhaus. Zurückblickend kann ich sagen: Dass alle unsere Kinder zuhause zur Welt gekommen sind, war ein großes Geschenk! Die Geschwister freuten sich schon vorher auf das Baby, und wenn es dann da war, halfen sie mit Begeisterung bei der Betreuung mit.

Ich habe mein Baby gestillt: Ja, ca. ein halbes Jahr.

Das Wochenbett und die Zeit danach habe ich so in Erinnerung: Eine Woche lang stand Rahmsuppe auf meinem Speisezettel, es tat mir gut – meine Freundin hat mich betreut.

Ich würde wieder zu Hause gebären wollen: Auf jeden Fall! Mein Mann war jedes Mal dabei, nur das 5. Kind war zu schnell – es gab damals (1958) keine Hebamme im Ort, mein Mann fuhr mit dem Rad zum Arzt und als die beiden zurückgekommen sind, war die kleine Elisabeth schon da!



Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt und Frauengesundheit

- **Unser Klapperstorch kugelt rum! & Und der Klapperstorch kommt doch!**
von Anni König
- **Der Kaiserschnitt hat kein Gesicht – Das große Fotobuch zum Thema Sectio**
von Caroline Oblasser mit Fotos von Gudrun Wesp
- **Lass es raus! Die freie Geburt: Methode mit Gebärmutter, Scheide und Co**
von Caroline Oblasser
- **Meine Wunschgeburt – selbstbestimmt gebären nach Kaiserschnitt**
von Ute Taschner und Kathrin Scheck
- **Meine Folgeschwangerschaft & Mein Sternenkind**
von Heike Wolter
- **Still die Badewanne voll! Das freie Säugen: Methode mit Brüsten, Nippeln und Co**
von Caroline Oblasser
- **Regelschmerz ade! Die freie Menstruation & Alle meine Tage – Menstruationskalender**
von Caroline Oblasser
- **So leben wir mit Endometriose – betroffene Frauen berichten**
von Kathrin Steinberger
- **Frauenkastration – verschwiegen und verdrängt (mit Erfahrungsberichten)**
von Edith Schuligoi

Bücher für Kinder, Jugendliche und mitlesende Erwachsene

Kindersachbuchreihe „Ich weiß jetzt wie!“ zum Vorlesen und ersten Selberlesen

Band 1: Mamas Bauch wird kugelrund
Band 2: Ein Baby in unserer Mitte
Band 3: Unsere kleine Schwester Nina
Band 4: Besonders wenn sie lacht
Band 5: Das doppelte Mäxchen
Band 6: Das große Storchenmalbuch
Band 7: Tragekinder
Band 8: Mama und der Kaiserschnitt
Band 9: Mini ist zu früh geboren
Band 10: Klara weint so viel
Band 11: Lilly ist ein Sternenkind
Band 12: Oma braucht uns
Band 13: Oma war die Beste!
Band 14: Unser Baby kommt zu Hause!
Band 15: Baby Lulu kann es schon!

Kinder- und Jugendsachbuchreihe „SOWAS!“ mit interaktiven Mitmach-Seiten

Band 1: Volle Hose - Thema Einkoten
Band 2: Machen wie die Großen - Froh aufs Klo!
Band 3: Nasses Bett - Thema Einnässen
Band 4: Pauline purzelt wieder - Thema Übergewicht
Band 5: Lorenz wehrt sich - Thema sexuelle Gewalt
Band 6: Jutta juckt's - Thema Neurodermitis
Band 7: Konrad, der Konfliktlöser
Band 8: Annikas andere Welt

Fortsetzung folgt!

Komplettes Verlagsprogramm mit laufend aktualisierten Informationen:

editionriedenburg.at

Luxus Privatgeburt

Rund 95 Prozent der 268 für „Luxus Privatgeburt“ befragten Hausgeburtsmütter sind sich einig: Die Hausgeburt war ein „sehr gutes“ Erlebnis!

Entsprechend emotional und voller Begeisterung ist auch das vorliegende Buch. Es zeigt über 100 stolze Mütter bei der Kunst des Gebärens in den eigenen vier Wänden und macht Lust auf interventionsfreie Geburtshilfe.

Etliche der Luxus Privatgeburt-Mütter haben eines oder auch mehrere Kinder in der Klinik bekommen, bevor sie auf den Geschmack der Hausgeburt gekommen sind. Bevor sie dem zutiefst weiblichen Bedürfnis nachgegeben haben, die intimsten Stunden ihres Frauseins nicht mit irgendwelchen Menschen teilen zu wollen, sondern mit genau jenen Personen, denen sie vertrauen: dem Partner, der Familie, den besten Freunden und der eigenen Hebamme.

Die authentischen Berichte der Frauen dieses Buches werden illustriert durch wunderschöne private Fotoaufnahmen, die innige und luxuriöse Momente des ganz persönlichen Glücks einer Privatgeburt einfangen.

Einfach, ungekünstelt und ganz natürlich.

Ob die Mütter aus „Luxus Privatgeburt“ wieder zu Hause gebären würden? „Aber sicher“, meint Sylke (38; T111), und spricht damit fast allen Müttern des vorliegenden Buches aus dem Herzen.

Die Autorinnen von
„Luxus Privatgeburt“

Martina Eirich

Hausgeburtshebamme, Journalistin, 4-fache Hausgeburtsmutter. Bekannt u.a. durch ihr Hebammen-Fachbuch „Praktisch bewährte Hebammenkniffe“ (Hippokrates) sowie zahlreiche Artikel in Fach- und Publikumszeitschriften.

Caroline Oblasser

Musikerin, Autorin und Verlagsleiterin der edition riedenburg. Einen Namen machte sie sich u.a. durch ihre Bücher „Der Kaiserschnitt hat kein Gesicht“ und „Lass es raus!“. „Luxus Privatgeburt“ initiierte sie aus Dankbarkeit über die glückliche Hausgeburt ihrer zweiten Tochter. Die erste Tochter kam durch einen ungewollten Kaiserschnitt zur Welt.

 edition
riedenburg

editionriedenburg.at



9 783902 647153

ISBN 978-3-902647-15-3