

# HAUSGEBURT

Als mein Kind sich ankündigte, war ich heilfroh, daß ich die Fahrt zur Klinik nicht anzutreten brauchte. Ich freute mich auf eine Geburt in der vertrauten Umgebung des eigenen Zuhauses. Hier fühlte ich mich frei und gelöst.

Die Hebamme, die mir bei der Geburt zur Seite stand, kannte ich seit längerem. Ich hatte Vertrauen zu ihr. Alles Notwendige war schon lange vorher zwischen uns abgesprochen worden. Ich konnte mich ganz auf den Vorgang in meinem Körper konzentrieren. Störende Elemente wie Klinikroutine, technischer Aufwand oder das Hin und Her von fremden Men-

schen gab es nicht. Auch hatte ich alle Bewegungsfreiheit, die ich wollte, weil ich nicht an Apparate angeschlossen war. Ich konnte mich während der ganzen Geburt frei bewegen und war an keine bestimmten Positionen gebunden. Ich konnte mich nach meinen Bedürfnissen ausruhen oder umhergehen, wie ich wollte.

Da ich eher den Wunsch nach Bewegung verspürte, bin ich ziemlich viel umhergerannt, habe mich noch hier und da mit etwas beschäftigt, und so verging die Zeit sehr schnell.

Äusserst wertvoll war für mich die Anteilnahme der paar Menschen, die zugegen waren. Durch ihre ständige Präsenz und Disponibilität erlebten mein Mann und die Hebamme den ganzen Verlauf der Geburt mit mir, konnten auf meine Wünsche eingehen, und halfen mir durch moralische Unterstützung über den schwierigsten Teil der Geburt hinweg. Mein Kind habe ich in knieender Position zur Welt gebracht.

Nach der Geburt konnten wir ohne Zeitdruck die ersten Augenblicke und Stunden mit unserem Kind in einer gemütlichen Atmosphäre verbringen.

Am andern Morgen konnten unsere beiden großen Kinder das Geschwisterchen begrüßen, das während der Nacht ganz heimlich angekommen war...

