

„Geburt ist ein Ausscheidungsprozess“
Heike Höhle, Austreibungsphase, zwischen Presswehe drei und vier.

Ich treibe auf einem Geburtshocker, verankert zwischen meinem Mann im Rücken und zwei Hebammenbäuchen unter meinen Fußsohlen. Ich presse. Statt meines Kindes fällt ein selbstgefälliger Wurm aus Kot unter mir zu Boden. Ich rieche ihn deutlich. Ich bin entsetzt.

Eine Geburt von hinten zu erzählen ist unverzeihlich, weil die Retrospektive an ihrer Natur vorbeigeht. Eine Geburt wird zur Geburt, Minuten und Stunden verwehen bis zu ihrem ungewissen Ausgang. Nur eins ist sicher: Es gibt kein Zurück.

Neujahr 2011. Über diese Jahresgrenze haben mich bereits erste Kontraktionen geweht. Mein Mann und ich sind von unserer Party verfrüht abgehauen und haben den Rest der Nacht im Wehenbiwak im Wohnzimmer verbracht. Ich auf dem Sofa, Philipp auf dicken Kissen am Boden. Irgendwann habe ich ihn in den Schlaf gelesen, während ich mich selbst fühle wie ein Kind am Vorabend der großen Sommerreise. Vor Spannung und Erwartungsfreude hätte ich auch ohne die Wehen nicht in den Schlaf finden können. Gegen halb fünf verlege ich mich in die Badewanne. Innerhalb einer Stunde beschleunigt sich der Rhythmus meiner krampfenden Gebärmutter auf eine Wehe alle fünf Minuten. Ich schaue auf mein persönliches Lummerland hinunter, eine Insel mit zwei Bergen im Meer der Wanne, und denke an mein Kind, das unter der gespannten Haut darauf wartet geboren zu werden.

Und wie *ich* warte! Ich habe den Bauch satt. So satt. Ich stapfe durch den Schnee, und wenn mein Kind strampelt, komme ich aus dem Takt. Besonders berghoch. Es ist so kalt, aber ich kann mich nicht warmlaufen, ich bin gefesselt an das Schnecken tempo, das mein Bauch mir vorschreibt. Schon drei Nächte hatte ich jetzt leichte Wehen. Aber morgens flachte der Schmerz jedes Mal wieder ab. Ich bin 3 Tage über den Termin. Innerlich habe ich ebenso viel Angst vor der Ankunft unseres Kindes, wie ich sie herbeisehne. Nicht so sehr vor der Geburt, aber vor dem Geborensein. Kann ich denn eine Mutter sein? Werde ich mein Kind lieben können? Es gibt so viele Baustellen in unserem Leben. Dies Kind wird nicht im Boogaboo-Luxus-Wägelchen im Werte eines Kleinwagens durch Kinderboutiquen geschoben werden. Es wird im geborgten Tuch und mit Ofenheizung groß werden. Nur Liebe gibt es im Überfluss.

Ich weiß, dass meine Angst wie ein zweiter Pfropf meinen Muttermund verschließt. Und ich weiß, dass diese Angst nicht verschwinden wird, jedenfalls nicht heute, nicht morgen. Sie ist ein Teil meiner selbst. Es ist wie beim vom 10-Meter-Brett Springen, man steht hoch oben und starrt in die Tiefe und die Angst fesselt die Beine. Und dann gibt es alle paar Sekunden diese Chance, eine Öffnung, in der man sich ein Herz fassen kann, und dann braucht es diesen innerlichen Wupp - und man springt. Ich will springen. Jetzt.

Ich rufe Annett an. Es ist Neujahr, 5.30 Uhr. Geburtszeiten sind gnadenlos. Wir verabreden uns für 7.00 Uhr im Hebammenhaus. Für mich braucht es den Impuls des Ortswechsels. Auch des Am-richtigen-Ort-Seins. Nur so kann ich loslassen. Der Weg in die Louisenstraße ist mein Wupp.

Als wir ankommen, hat Annett schon alles geheizt und gemütlich gemacht. Ich springe in die Wanne und lasse mich tragen. Gemütlich ziehen die Wehen vorüber, die ich noch auf dem Rücken treibend locker ertrage. Insgeheim fühle ich mich sehr stark und wichtig. Das sind ja wohl schon ordentliche Wehen, oder? Mache ich doch toll! So vergeht der Vormittag und der Mittag. Ich vermeide es, auf die Uhr zu schauen. Annett prüft immer wieder den Muttermund, der sich mühsam bis auf 6 cm schraubt. Die Wehen sind wie das Licht stärker geworden. Stärker, quälender und am grauen Himmel keine Sonne. Längst ertrage ich sie nicht mehr in Rückenlage. Es zerreißt mich, wenn ich wie ein Frosch in der Wanne hocke. Es macht mich wahnsinnig, wenn ich auf dem Ball versuche, während der Wehen nicht herunterzufallen. Es ist ein verdammter, verflückter, beschissener Scheiß! „Die

Wehen kamen gut und kräftig“, so las Steffi aus Geburtsberichten. Ich fühle mich betrogen, verraten von der Mafia der gebärenden Frauen. Denen haben doch die postpartalen Hormone das Hirn vernebelt. „Gut und kräftig“, hah, das klingt so positiv, so, „ja, die Einkaufstasche ist schwer, aber Zuhause gibt es dann Rouladen und ich kann den Duft schon riechen“. Ich kann gar nichts riechen außer Schweiß und Verzweiflung. Nie, nie, niemals wird dieses Kind aus mir herauskommen! Ich kann nix visualisieren, kann nicht daran glauben, dass heute oder irgendwann jemand geboren wird. Philipp spricht mir dauernd Mut zu, ich mache das super, er liebe mich, alles laufe prima. Ich bin so froh, dass er da ist, mir den Rücken massiert und einfach Halt und Stärke gibt. Ich weiß, er wünscht sich eine Großfamilie. Bei mir denke ich, dies ist das letzte. Das erste und letzte. Das bringe ich ihm bei Gelegenheit schon bei. Nie wieder!

Und es geht seit Stunden nicht weiter. Ich kann nicht loslassen. Der Muttermund bleibt stur bei sechs Zentimetern. Annett, ich will ein Schmerzmittel! In meinem Kopf verfluche ich mich. Diese Flausen! Geburtshaus, natürliche Geburt! Ein Hohn! Ein Kaiserschnitt, diese Perle des medizinischen Fortschritts, soll her. PDA ich komme! Alles, alles, nur damit diese Via Dolorosa ein Ende nimmt. Annett reicht mir eine Paracetamol. Damit konnte ich noch nicht mal gegen den Regelschmerz an. Aber ich nehme sie und heuchele Dankbarkeit und Hoffnung.

Mein Gott, warum hast Du mich verlassen?! Ich kann nicht mehr. Das ist die Wahrheit. Zwischen den einzelnen Wehen schlafe ich ein, nur um grausam wieder geweckt zu werden. Geburt ist eine Einbahnstraße. Man kann nicht nach Hause. Und dies Wissen macht mich rasend. Ich will nur noch schlafen, aber ich darf nicht. Die Wehen peitschen mich durch den Nachmittag und ich habe jede Perspektive verloren. Ich habe noch Kraft, mich wie eine Versagerin zu fühlen, weil ich meine Extrawurst nicht mehr zu Ende braten kann und mich nach dem Krankenhaus sehne. Bloß- auch dort hört der Schmerz nicht auf. Zusätzlich sehe ich Annett und Philipp tuscheln. Irgendwie wiche ich angeblich den Wehen aus. Ich erschlafe. Das ist der nägelaufrollendste Schmerz, den ich je erlebt habe, und ich mache das nicht richtig? Es muss noch schlimmer? Der Kopf des Kindes hat sich noch nicht richtig ins Becken eingestellt. So kann es nicht auf den Muttermund drücken, was die Öffnung beschleunigen würde. Das spüre ich. Zusätzlich zum Wehenschmerz rammt eine kleine Kugel in meiner Gebärmutter an alle Wände. Annett schlägt eine letzte, neue Position vor. Wenn es dann nicht weiter ginge, ja dann, Krankenhaus. Ich bin dankbar für diese letzte Chance, meinen Plan zu verwirklichen und meine Würde zu wahren. Obwohl? Habe ich in diesem Moment noch an Würde gedacht? Wenn es in meinem Leben einen Tiefpunkt an Erschöpfung gegeben hat, dann diese Augenblicke. Ich fühle mich dem Tod nahe. Frage mich nach jeder Wehe, wie es weiter gehen soll. Ich habe keine Kraft mehr. Ich KANN nicht mehr. Es reicht immer gerade noch für den Moment. Weiter kann ich nicht denken. Ich muss mich in Seitenlage aufs Bett legen. Annett hält das obenliegende Bein in die Höhe. Die zierliche Annett leistet hier körperliche Ausnahmestrebungen. Philipp liegt hinter mir. Seine warme Hand in meinem Becken, an der anderen kralle ich mich fest. Er hat eine gute, beruhigende Stimme. Später sagt er mir, dass er bei jeder Wehe geweint hat. Aber das bekomme ich nicht mit. Ich spüre nur seine Kraft und seinen Halt. Anders hätte ich die nächsten Stunden nicht ertragen. Die Wehen sind nun noch stärker als zuvor. Noch gleißender zerreißen sie mich. Und die Seitenlage tut ein übriges. Jeder Widerstand ist in mir dahin geschmolzen. Ich habe keine Kraft mehr und lasse endlich los. Der Schmerz hat einen Rahmen gefunden, dessen Eckpunkte Philipp und Annett sind. Es gibt nun einen Weg, den ich gehe. Schritt für Schritt. Ich bin schon immer mehr zäh als stark gewesen. Ich überlasse mich den Wehen und halte aus. Denke an nichts mehr. Der Schmerz ist übermächtig. Aber etwas passiert. Annett und Philipp schauen glücklich. Der Muttermund öffnet sich.

Auf einmal bin ich wieder wacher. Es heißt, die Austreibungsphase begönne. Ich denke, vielleicht ist es in ein paar Minuten vorbei. Nein. Es werden Stunden, sagt Annett. Immer noch nicht kann ich glauben, dass mein Kind aus mir geboren werden wird. Annett hat sich Heike Höhle zur Verstärkung gerufen. Auch sie scheint erschöpft. Ihre Einfühlsamkeit ist

unübertroffen, die Freundlichkeit, mit der sie uns umsorgt hat. Fenster öffnete, schloss, Heizung an, aus, Wanne, Teetasse voll, leer. Das vergesse ich nie.

Philipp und ich wandern jetzt auf Geheiß immer wieder auf die Toilette, wo ich im Sitzen pressen soll. Weinend gestehe ich ihm, dass ich nicht mehr kann. Er baut mich lobend auf. Ich rufe durch die halb angelehnte Tür, ob ich so lange pressen solle, bis das Kind käme. Annett und Heike lachen. Bei Leibe nicht! Ich hatte das ernst gemeint.

Irgendwann werde ich auf dem Geburtshocker installiert. Die wahren Presswehen beginnen. Es fühlt sich an, wie eine Landmaschine, die mir durch den Geburtskanal pflügt. Die Wehen haben irgendwie etwas zirkuläres, eine runde Bewegung. Je mehr sich diese Bewegung dem Damm nähert, desto größer werden meine Bedenken. Nun nehme ich mir Zeit. Die Presswehen kann man unterdrücken, auch mal eine überspringen, wenn die Kraft nicht reicht. Sie sind weniger unzehmbar als ihre unbarmherzigen Schwestern, die Eröffnungswehen. Annett und Heike dirigieren mich. Jetzt ein bisschen doller -ich bin renitent und gehorche nicht immer - und nun bitte einhalten, während beide Kaffee auf meinen Damm reiben. Heike will immer, dass ich nun bitte an mein Kind denke solle, dass geboren würde. Ich nicke brav, aber der Versuch scheitert. Ich kann mir nichts vorstellen. Das sage ich aber nicht. So wie ich den Großteil meiner Gedanken heute für mich behalten habe. Meine Äußerungen beschränken sich auf Stöhnen. Heike will nun, dass ich den Kopf meines Kindes fühle. Mm-ühm. Nein danke, sage ich. „Doch“, donnert Heike. Gehorsam taste ich nach der glitschigen Masse, die meine Vagina spreizt. Ich kann mein Kind immer noch nicht besser visualisieren. Wo steckt es überhaupt? Nur mein Darm gebiert stinkende Exkrememente. Wie kann er immer noch nicht leer sein? Heike hält mir dezent ein Duftölchen unter die Nase. Ich bin sehr dankbar.

Nun lassen sich auch die Presswehen nicht mehr dirigieren. Ich lasse noch mehr los, werde weich, so wie es eben geht, wenn man meint, dass die Schamlippen von einem Fußball gespreizt werden. Und da ist er, der Kopf! Heike und Annett witzeln, er, der Kopf sehe gar nicht aus wie ein er, aber man werde ja sehen. Ich stelle mich auf weitere Qualen ein, schließlich sind Schultern doch so breit. Aber da, schwups, rutscht mein blutiges, rotes Kind aus mir heraus in Annetts wartende Hände. Ich bin völlig überwältigt und weine triumphierend: „Mein Kind, mein Kind, es ist da, es ist geboren. Endlich ist mein Kind da“. Man kann mich angesichts Lebenserfahrung und medizinischem Erkenntnisstand für eine Idiotin halten, aber ich habe wirklich bis zuletzt daran gezweifelt, dass dieses Baby meinen Schoß verlassen würde.

Mein Baby, nun endlich nicht mehr gesichts- und namenlos. Meine Tochter Amanda wird mir auf den Bauch gelegt. Sie ist wunderschön. Philipp betet sie an. Jetzt schon, das sehe ich. Er soll die Nabelschnur durchschneiden. Wehrt sich, aber auch hier setzt Heike sich durch. Zu dritt liegen wir im Bett. Philipp stammelt immer wieder: „Wie schön sie ist, sieh doch mal, wie schön unsere Tochter ist! Wie ich sie liebe!“. Amanda, wie wir Dich lieben.