

Wie ich vom Wunschkaiserschnitt zur Hausgeburt kam

Dankbarkeit, Freude, Stärke und eine tiefe Verbundenheit zu mir – das nehme ich aus meiner zweiten Schwangerschaft und Geburt mit, und diese Gefühle stärken mich noch heute in meinem Alltag. Ich möchte anderen Frauen Mut machen, sich auch von ihren Instinkten leiten zu lassen, ihrer inneren Stimme zu vertrauen und an ihre ureigenste Kraft, die in ihnen wohnt, zu glauben. Ich brauchte leider erst die Erfahrungen aus meiner ersten Schwangerschaft und Geburt, um später sehr viel kritischer zu hinterfragen, ob die mir angeratenen Untersuchungen wirklich notwendig sind und welche Auswirkungen sie auf mich und mein Kind haben. Als ich mit unserem ersten Kind frisch schwanger war, begab ich mich völlig unerfahren vertrauensvoll in die Hände meines damaligen Gynäkologen. Seine teils wenig einfühlsamen Bemerkungen erklärte ich mir damit, dass er als Mann halt doch nicht so nahe dran ist, wie sich Frau in der Schwangerschaft fühlt, und so wechselte ich zu einer Gynäkologin, die sich allerdings als ebenso unsensibel herausstellte. Ich durchlief den ganz normalen Prozess der Pränataldiagnostik und hinterfragte die vielen Routineuntersuchungen kaum. Ich freute mich über die schönen Ultraschallbilder von unserem Baby, die ich nach jeder Untersuchung mitbekam und die ich zu Hause bewundern durfte. Erst im Nachhinein erkannte ich, wie sehr mich die teils entmündigenden und angstmachenden Aussagen verunsichert haben.

Anfangs empfand ich meine Schwangerschaft noch als ganz natürlich; ich war „Guter Hoffnung“, auch wenn ich bereits über 35 Jahre alt war und somit gleich als Risikoschwangere eingestuft wurde. Es fühlte sich alles in Ordnung an, aber die zum Teil sehr unsensiblen Bemerkungen meiner Gynäkologin arbeiteten still in mir und säten im Laufe der Wochen immer mehr Unsicherheit. Bei einer Routineuntersuchung erwähnte sie zum Beispiel mal ganz beiläufig, dass ich ja schon recht viel zugenommen hätte, was mich fortan ängstlich auf die Waage gucken ließ. War ich wirklich zu dick geworden??? Eigentlich war ich ganz stolz auf meine neuen Rundungen, aber irgendetwas schien damit wohl doch nicht zu stimmen? Später war ich dankbar dafür, dass mein Körper vorsorglich diese Polster angelegt hatte, weil ich sie als Reserven während meiner Stillzeit gut gebrauchen konnte. Obwohl unser Baby und ich völlig gesund waren, schien meine Schwangerschaft für meine Ärztin eher eine Art Krankheit zu sein, die behandelt werden musste. Irgendwie schien meine Gynäkologin auf „Fehlersuche“ zu gehen, auf irgendwelche Anzeichen, dass vielleicht doch etwas

nicht stimmt. Auch wenn ich tief in mir spürte, dass es unserem Baby gut geht und dass alles in Ordnung ist, kamen durch die Aussagen meiner Gynäkologin Zweifel in mir auf, ob ich meiner Wahrnehmung wirklich trauen kann. So kam es, dass ich mich immer mehr auf die Ergebnisse der Pränataldiagnostik verließ, anstatt darauf zu hören, was mir mein Baby sagte. Als mir meine Gynäkologin wiederholt die unterschiedlichen Möglichkeiten für eine „sichere“ Entbindung erklärte, kam in mir immer stärker das Gefühl auf, dass mir eine große Gefahr bevorsteht und ich es offensichtlich nicht aus eigener Kraft ohne die Hilfe von Ärzten, Geräten und Medikamenten schaffen kann, unser Kind zu gebären. Bei all ihren Erklärungen tat sie die Möglichkeit, unser Kind im Geburtshaus oder gar zu Hause zu bekommen, als kaum annehmbar ab. Als mein Mann und ich dann trotz ihrer Warnungen beschlossen, unser Kind im Geburtshaus in dieser Welt zu begrüßen, hatten wir schon fast das Gefühl, als würden wir damit etwas Verbotenes tun.

Am Anfang der 31. SSW bekam ich dann alle zehn Minuten einseitige, schmerzlose Kontraktionen, die ich als völlig harmlos empfand. Meine Gynäkologin stufte diese Kontraktionen allerdings als vorzeitige Wehen ein und riet mir eindringlich zu einem Krankenhausaufenthalt, um eine drohende Frühgeburt abzuwenden. Für mich brach mit dieser Aussage eine Welt zusammen! Eben noch fühlte sich alles gut an, und plötzlich sollte unser Kind in ernsthafter Gefahr sein? Ich blieb nach dieser Diagnose zwar noch ein paar Tage zu Hause, aber ich war durch die Aussage meiner Gynäkologin so verunsichert, dass ich permanent ängstlich in mich hineinhorchte, und schließlich begaben mein Mann und ich uns für eine zweite Meinung ins Krankenhaus. Bei der ausführlichen Untersuchung (bei welcher die Ärztin seelenruhig telefonierte, während der Schallkopf in mir steckte!) wurden wir mit Fachausdrücken und Messergebnissen förmlich bombardiert. Uns wurde schließlich gesagt, dass wir aller Voraussicht nach ein Frühchen bekommen werden, wenn wir nicht zu einer stationären Behandlung bereit wären. Natürlich wollten wir alles dafür tun, damit es unserem Kind gut geht, also blieb ich und geriet vollends in die Maschinerie der modernen Pränatalmedizin. Drei Wochen lang lag ich mit unserem Kind an der Tokolyse. Das wehenhemmende Medikament Partusisten löste während der gesamten Behandlung eine starke Unruhe bei mir aus; ich zitterte am ganzen Körper, hatte Herzrasen und konnte kaum schlafen. Gegen die starken Nebenwirkungen bekam ich weitere

Medikamente verabreicht, die laut Auskunft der Ärzte immer ganz unbedenklich für unser Kind waren. Unser Sohn war dieser Behandlung schutzlos ausgeliefert. Ich fühlte, wie unruhig er in meinem Bauch war und dass er ebenfalls kaum zur Ruhe kam. Ich spürte sehr deutlich, dass nicht nur ich unter den starken Nebenwirkungen litt, sondern dass es auch unserem Baby schlecht ging. Wenn ich die Behandlung allerdings hinterfragte, wurde mir immer versichert (bereits etwas genervt, weil ich schon wieder damit ankam), dass es unserem Kind gut geht, und mir wurde auf eine sehr angstmachende Art und Weise geschildert, was im Falle eines Therapieabbruches passieren kann. Mindestens zwei Stunden am Tag war ich am CTG angeschlossen, während unser Sohn unaufhörlich gezielt gegen die Sonde trat, was nach Aussagen der Ärzte und Krankenschwestern reiner Zufall war und nichts damit zu tun hatte, dass er sich durch diese Untersuchung gestört fühlen könnte. Als ich die Frühchenstation besichtigte, erschütterte mich der Anblick der kleinen Menschen in den sterilen Brutkästen zutiefst. Medizinisch gesehen waren sie sicherlich optimal versorgt, aber sie lagen dort so alleine. Sie waren ganz ohne die Nähe ihrer Eltern; das erschütterte mich sehr. Für die Känguru-Methode, bei welcher die Frühchen möglichst viel Haut-an-Haut-Kontakt mit ihren Eltern haben, was nachweislich ihre Überlebenschancen erhöht, gab es hier leider keine Möglichkeit. Ich wollte alles dafür tun, um unserem Kind dieses Martyrium als Frühchen zu ersparen, und so blieb ich eingeschüchtert im Krankenhaus an der Tokolyse. Die Kontraktionen veränderten sich durch das wehenhemmende Medikament nicht, aber ich war inzwischen so verunsichert, dass ich nicht den Mut hatte, die Therapie abzubrechen. Es war eine sehr schwierige und beunruhigende Zeit für uns. Die mir dringend empfohlene Ruhe fand ich bei den permanenten Störungen durch die übliche Krankenhausroutine nicht. Seit Oktober 2013 darf das wehenhemmende Medikament Partusisten wegen der starken Nebenwirkungen für Mutter und Kind nur noch für höchstens 48 Stunden intravenös verabreicht werden – ich habe es drei Wochen lang bekommen!

Mit oder ohne Tokolyse – die einseitigen Kontraktionen traten unverändert alle zehn Minuten auf, und unser Sohn verließ nicht als Frühchen meinen Bauch. Ich ging vielmehr über den errechneten Termin und wurde wieder zu etwas gedrängt, was sich für mich nicht richtig anfühlte. Nach den Erfahrungen mit meiner Gynäkologin hatte ich mir inzwischen einen anderen Arzt gesucht, aber auch dieser übte nun massiven Druck auf mich aus

und riet mir eindringlich, die Geburt einleiten zu lassen. Es lag dafür zwar keine überzeugende Indikation vor, aber schließlich wäre unser Kind doch „fertig“, und es wäre einfach üblich, dass die Geburt spätestens zwei Wochen nach dem errechneten Termin eingeleitet wird. Ich hingegen hatte das Gefühl, dass unser Sohn einfach noch ein bisschen Zeit braucht, bis er sich von ganz alleine auf den Weg macht. Wir hatten schließlich einiges nachzuholen durch die unruhige Zeit im Krankenhaus. Mein Widerstand erlahmte allerdings mit jeder weiteren angstmachenden Prognose. Mit den üblichen Hebammentipps, um die Geburt sanft anzustoßen, hatten wir keinen Erfolg – unser Baby wollte einfach noch nicht raus. Schließlich stimmte ich elf Tage nach dem errechneten Termin einer medikamentösen Einleitung zu. Damit mussten wir uns von unserem ursprünglichen Plan, unser Kind im Geburtshaus willkommen zu heißen, verabschieden. Das erste Krankenhaus, welches wir nun für die geplante Geburt aufsuchten, verließen wir fast fluchtartig. Wir konnten uns nicht vorstellen, unser Kind in dieser geschäftigen, fast schon bahnhofsartigen Atmosphäre in dieser Welt zu begrüßen. Im zweiten Krankenhaus erwartete uns eine angenehmere Atmosphäre, und so blieben wir, auch wenn wir uns für die Ankunft unseres Babys doch einen anderen Ort gewünscht haben. Wir durften uns einen Kreißsaal aussuchen, in welchem wir die Nacht verbrachten. Am nächsten Morgen sollte die Geburt dann eingeleitet werden. Im Abstand von vier Stunden nahm ich je eine Tablette Cytotec ein, was eine leichte Wehentätigkeit bewirkte, mit der ich gut zurechtkam. Dem Krankenteam dagegen ging es nicht schnell genug voran. Sie befürchteten, dass sich die Geburt durch die Nacht ziehen könnte (was vermutlich nicht so gut in den Krankenhausablauf gepasst hätte?), und sie drängten mich dazu, die Geburt mittels Wehentropf voranzutreiben. Ich hatte keine Ahnung davon, was es bedeutet, das wehenauslösende Medikament hoch dosiert in meinem Körper zu haben. Unsere Hebamme hatte Schwierigkeiten, den Wehentropf richtig einzustellen. Als das Mittel dann schließlich in meinen Körper schoss, setzte innerhalb von Sekunden ein regelrechter Wehensturm ein. Zwischen den Schmerzwellen konnte ich einmal kurz Luft holen, schon folgte die nächste. Ich war von dieser ungeheuren Wucht der künstlich ausgelösten Wehen und den damit einhergehenden unerträglichen Schmerzen völlig überrollt. Ich befand mich in Todesangst, und ich hatte jeglichen Kontakt zu unserem Baby verloren. Es war mir nicht mehr bewusst, dass es gerade um die Geburt unseres Kindes ging, sondern ich

kämpfte um mein Leben. Mein Mann berichtete mir später, dass er sich wie bei einem Verkehrsunfall fühlte – hilflos an der Seite der „Verletzten“ fragte er sich bangend, ob sie überleben werde. Diese Macht- und Hilflosigkeit waren für meinen Mann nur schwer auszuhalten. Ein Schmerzmittel konnte mir nicht verabreicht werden, weil die Geburt viel zu schnell ging. Ich fühlte mich völlig alleine gelassen; die Krankenhaushebamme äußerte sich hingegen zufrieden, dass wir dann ja doch noch bis zum Schichtwechsel fertig sein werden. Unser Baby wurde innerhalb von einer Stunde und zehn Minuten aus meinem Bauch gepresst. Diese 70 Minuten empfand ich als die längste Zeit meines Lebens. Unser Sohn kam gesund und ohne Anzeichen von Übertragung zur Welt. Er litt allerdings noch lange an den Folgen seiner traumatischen Geburt. Nach der Geburt versank ich ganz in diese ersten wundervollen Momente mit unserem Baby auf meinem Bauch. Schon nach kurzer Zeit wurde ich dann aber bedrängt, mir für das Nähen meiner Verletzungen eine Kurzzeitnarkose geben zu lassen. Da reichte es mir, und ich lehnte deutlich ab. Was sollte wohl schmerzhafter sein, als das, was ich gerade erlebt hatte? Ich hatte mich doch nicht durch die Geburt gekämpft, um diese ersten zutiefst bewegenden Augenblicke mit meinem Kind schlafend zu verbringen. Eine halbe Stunde lang hielt ich unser Baby fest umschlungen und stillte es zum ersten Mal. Dann gab ich dem Drängen der Hebamme nach und ließ mir unser Kind für die U1 aus meinen Armen nehmen – das war eigentlich viel zu früh für uns.

Als ich dann mit unserem zweiten Kind schwanger war, bekam ich aufgrund meiner Erfahrungen bei der ersten Geburt die totale Panik, wenn ich an die Entbindung dachte. Das ging so weit, dass ich ernsthaft in Erwägung zog, unser Kind per Kaiserschnitt „entbinden zu lassen“. Möglichst in Vollnarkose wollte ich von alledem nichts mitbekommen. Ich konnte mir nicht vorstellen, noch einmal eine so dramatische Geburt aushalten zu können. Dann aber bekam ich das Buch „HypnoBirthing“ in meine Hände, und ich beschäftigte mich (anfangs noch recht skeptisch) mit dieser Methode der Geburtsvorbereitung, die mir ein sanftes und natürliches Gebären meines Kindes in Aussicht stellte. Meine Hoffnung wuchs, dass ich meine nächste Geburt doch anders erleben kann. Tief in mir wusste ich, dass es nicht so gehört, wie ich es erlebt habe und dass Frau sehr wohl dazu in der Lage ist, zu gebären. Ich fasste wieder neuen Mut. Mit Unterstützung meiner sehr einfühlsamen und einfach wunderbaren Körpertherapeutin fand ich zu meiner urreigensten Kraft als Frau zurück. Mit

ihren eigenen Erfahrungen während ihrer Schwangerschaften und Geburten sowie durch ihre Tätigkeit als Doula begleitete sie mich so einfühlsam und annehmend, dass ich immer mehr Vertrauen zu meiner Wahrnehmung und zu meinen körperlichen Fähigkeiten bekam. So gestärkt begab ich mich auf die Suche nach einer Hebamme, die mich bei einer inzwischen schon fast vorstellbaren Hausgeburt begleiten sollte. Das stellte sich allerdings als schwierig heraus, weil es in unserer Nähe nur noch sehr wenige Hausgeburtshebammen gab, da die drastisch gestiegene Haftpflichtversicherung für sie kaum noch bezahlbar ist. Als ich schon befürchtete, meine Pläne für eine Hausgeburt aufgeben zu müssen, begegnete ich schließlich meiner kompetenten und einfühlsamen Hebamme, die mich fortan begleitete und bestärkte. Es fühlte sich unendlich gut an, dass meine Schwangerschaft nicht mehr wie eine Krankheit behandelt wurde, sondern als das Gesehene wurde, was sie auch war – etwas ganz Natürliches. Ich begab mich immer mehr in die verantwortungsvollen, achtsamen und behutsamen Hände meiner Hebamme und nahm die routinemäßigen Termine bei meinem Gynäkologen immer seltener wahr. Je mehr ich mich von der Pränataldiagnostik entfernte, desto näher kam ich unserem Baby. Je weniger mir von außen erzählt wurde, wie es unserem Kind geht, desto deutlicher fühlte ich es. Meine Verbindung zu unserem Sohn wurde immer intensiver und mein Vertrauen darin, dass es ihm gut geht und dass wir gemeinsam eine natürliche Geburt ohne überflüssige Eingriffe und ohne Einwirkung von Medikamenten erleben werden, wuchs genauso wie mein Bauch von Woche zu Woche.

Als ich am Anfang der 30. SSW wieder alle zehn Minuten Kontraktionen bekam (dieses Mal beidseitig), vertraute ich darauf, dass unser Kind noch bei mir im Bauch bleiben will. Ich begab mich nicht wieder völlig verunsichert ins Krankenhaus, sondern ich hörte darauf, was mir mein Körper mit diesen Kontraktionen eigentlich sagen wollte: Ich brauchte mehr Ruhephasen, die ich mir fortan gönnte. (Dieses ist natürlich keine allgemeingültige Gebrauchsanleitung; bitte halte immer mit deiner Hebamme Kontakt und Rücksprache!) Unser Kind blieb auch ohne Tokolyse in meinem Bauch. Als mir mein Gynäkologe in der 34. SSW empfahl, die Geburt zwei bis drei Wochen vor dem errechneten Termin einleiten zu lassen, weil unser Sohn sonst zu groß und zu schwer für eine natürliche Geburt wird, hatte ich genug von diesen ganzen angstmachenden Aussagen. Ich beschloss, keine weiteren Termine mehr bei ihm wahrzunehmen und ließ mich ausschließlich kompetent und einfühlsam

von meiner Hebamme sowie von meiner Körpertherapeutin begleiten.

Zwei Tage vor dem errechneten Termin machte sich unser Kind dann von sich aus auf den Weg, und wir erlebten eine zutiefst bewegende und wundervolle Geburt bei uns zu Hause. Ich war getragen von dieser stillen, friedlichen und wunderbaren Atmosphäre. Die Zeit schien stillzustehen; ich war einfach im Sein. Noch nie zuvor habe ich mich so bei mir gefühlt wie während der Stunden, als ich unser Kind gebar. Ich fühlte mich geborgen und eingehüllt. Dadurch war mir eine tiefe Entspannung möglich; die Geburt „floss“ dahin. Die Wehen taten auch weh, aber die Schmerzen waren lange nicht so intensiv wie bei den künstlich ausgelösten Wehen; ich fühlte mich nicht von ihnen beherrscht. Nur mein Mann, unser Sohn, meine Körpertherapeutin und meine Hebamme waren anwesend, und somit war ich ausschließlich von den Menschen umgeben, die ich mir nahe stehen und die ich auch wirklich um mich haben wollte. Keine überflüssigen Untersuchungen oder Eingriffe störten uns, sondern wir bekamen die Möglichkeit, der Geburt einfach ihren Lauf und ihre Zeit zu lassen. Mein Mann beschrieb die Geburt unseres zweiten Kindes später so, dass er das Gefühl hatte, als hätte ich mich wie eine Löwin in den Schutz meiner Höhle zurückgezogen – abgesichert gegen Bedrohungen und Zuschauer von außen, um mich völlig frei und ungehemmt meinem Baby zu widmen. Während ich mich bei meiner ersten Entbindung sehr alleine gefühlt habe und in Todesangst war, fühlte ich mich bei meiner zweiten Geburt verbunden und sicher. Unser Großer (damals drei Jahre alt) nahm ganz selbstverständlich an der Geburt teil. Er plauderte fröhlich und streichelte sanft meinen Bauch. Ich war zu Tränen gerührt, als er in der Badewanne hingebungsvoll mit seinem Zahnputzbecher warmes Wasser über meinen Bauch laufen ließ und dabei liebevoll mit seinem Brüderchen sprach. Unser Großer hatte sich schon so lange auf diesen Tag gefreut, und er erlebte die Ankunft seines kleinen Bruders als etwas ganz Natürliches, zu dem er einfach gehörte.

Unser zweiter Sohn kam sechs Stunden, nachdem sich die Fruchtblase geöffnet hatte, sanft in unserer Badewanne zur Welt. Er glitt in das Element, aus dem er gekommen war, und meine Hebamme legte ihn mir behutsam auf meinen Bauch. Ein unbeschreibliches Glücksgefühl durchströmte mich, als ich unser Kind fest in meinen Armen hielt. Ohne Störungen konnte ich ganz bei unserem Baby sein; wir waren angekommen, wir waren zu Hause! Ganz in Ruhe konnte ich dieses Wunder bestaunen. Ich gab unser Baby erst dann das erste Mal aus meinen

Armen, als ich mich auch wirklich dazu bereit fühlte. Unser zweiter Sohn war mit 55 cm und 4630 g viel größer und schwerer als unser erstes Kind, aber seine Geburt war um ein Vielfaches leichter. Während ich bei meiner ersten Geburt nie diese unerträglichen Schmerzen vergessen habe, blieb nach meiner zweiten Geburt nur tiefe Dankbarkeit und ein unbeschreibliches Glücksgefühl zurück. Die Geburt unseres zweiten Kindes war die natürlichste und schönste Erfahrung meines Lebens. Wenn ich in unserer Badewanne liege, ist mir noch heute das Wunder, welches ich dort erlebt habe, so nahe! Während unser Großer gerade in den ersten Lebenswochen sehr schreckhaft, unruhig und ängstlich war und ich noch heute (5 ½ Jahre später) an ihm Verhaltensweisen bemerke, die ich auf die traumatischen Erfahrungen während der Tokolyse und bei seiner Geburt zurückführe, wirkte unser Kleiner von Anfang an in sich ruhend, entspannt und einfach sehr zufrieden. Seine gesamte Körperhaltung drückte pures Wohlbefinden aus; seine Händchen waren offen, sein Gesicht völlig entspannt.

Nach der ersten Geburt hinderten mich meine körperlichen Verletzungen noch Wochen später daran, mich uneingeschränkt um unseren Sohn zu kümmern. Es dauerte lange, bis ich ihn ins Tuch binden konnte, ohne dabei Schmerzen zu haben. Wie glücklich war ich hingegen, als ich nach meiner zweiten Geburt gleich von der ersten Minute an uneingeschränkt unser Kind versorgen konnte. Ich werde nie den Moment vergessen, als ich nach der Geburt ohne Hilfe aus der Badewanne gestiegen bin, um mich mit unserem Kleinen ins Bett zu kuscheln. Ich strahlte von innen heraus; ich fühlte mich voller Kraft und ganz in meiner Mitte. Von unserem Umfeld werden wir oft wie „Exoten“ betrachtet; wir stoßen auf Unverständnis und Widerstand, was schon fast bis zur Anfeindung geht, weil wir uns für diesen selbstbestimmten Weg entschieden haben. Wir fühlen uns manchmal, als würden wir von einem anderen Stern kommen und freuen uns immer sehr, wenn wir weiteren Bewohnern von dort begegnen. Dass wir unseren Instinkten folgen und auf unsere innere Stimme hören, stimmt oft nicht mit dem überein, was in unserer westlichen Kultur der Norm entspricht. Nicht nur unsere Entscheidung für eine Hausgeburt wurde von unserem Umfeld oft von naiv bis fahrlässig bewertet, sondern auch viele andere unserer Überzeugungen. Dazu gehört zum Beispiel:

- dass wir unsere Kinder nicht schon im Baby- und Kleinkindalter impfen ließen,

- dass wir sie gerade im ersten Lebensjahr die meiste Zeit des Tages dicht an unserem Körper im Tuch getragen haben,
- dass wir nicht auf die üblichen Beruhigungsmaßnahmen zurückgegriffen haben, sondern sie gerade im Babyalter fest in unseren Armen gehalten haben, damit sie sich uns durch ihr Weinen mitteilen konnten, während wir sie empathisch begleiteten,
- dass ich sie nach Bedarf so lange gestillt habe, bis dieses Bedürfnis für sie gestillt war,
- dass sie in unserem Bett schliefen, bis es für sie in Ordnung war, nachts ohne uns zu sein,
- dass sie ihre Entwicklungsschritte in ihrer Zeit machen können, ohne von uns dazu gedrängt zu werden,
- dass wir nicht schon im Kleinkindalter einen vollen „Terminkalender“ für sie bereithalten,
- dass wir auf die gewaltfreie Kommunikation setzen, anstatt auf Strafen und Belohnungen zurückzugreifen.

Unsere beiden Söhne sind inzwischen 5 ½ und 2 ½ Jahre alt; sie sind gesund, sehr lebendig und entdecken voller Interesse ihre Welt. Wir wachsen mit unseren Kindern; es geht uns gut miteinander.

Wir sehen, wie sie mit einer ganz natürlichen Selbstverständlichkeit leben, und wir fühlen uns dadurch bestärkt, weiterhin auf unsere innere Stimme zu hören.

Ich wünsche jeder Frau von Herzen, dass sie die Unterstützung bekommt, die sie braucht, um ihrer inneren Stimme zu vertrauen, damit sie ihre ureigenste Kraft spüren kann und die Möglichkeit bekommt, ihr Kind so zu gebären, wie es für sie richtig ist. Dafür ist die kompetente und einfühlsame Begleitung durch eine Hebamme unbedingt erforderlich. Hebammen leisten einen unverzichtbaren Beitrag, damit Kinder ohne unnötigen Medikamenteneinfluss und ohne störende Eingriffe sanft und natürlich zur Welt kommen und damit einen guten Start ins Leben haben.

Ich danke von ganzem Herzen meinem Mann für seinen unerschütterlichen Glauben an meine Stärke als Frau, meiner wundervollen Körpertherapeutin, die immer da war, wenn ich sie brauchte und meiner kompetenten, einfühlsamen Hebamme, die mich und mein Baby einfach SEIN ließ.

Abschließend möchte ich betonen, dass dieses MEIN Weg war, und ich bitte jede Frau, ihren EIGENEN Weg zu finden – selbstbestimmt und voller Verantwortung für sich und ihr Kind sowie in Rücksprache mit ihrer kompetenten Hebamme.