

Aus der Sicht eines Vaters

Als meine Frau und ich mit der Nachricht konfrontiert wurden, dass wir schon sehr bald Eltern werden, war die Welt noch mit einem Stich Rosafarbe betupft. Die Begeisterung Vater zu werden war immens. Doch als ich die Rosabrille wieder abgelegt hatte, kamen schon bald die ersten Fragen auf. So fingen wir an zu recherchieren und wurden plötzlich mit Begriffen wie „PDA“ oder „Dammriss“ konfrontiert. Vor allem mit dem Begriff PDA kam ich anfangs gar nicht zurecht. Nicht falsch verstehen... mit der Hauptwirkung, dass meine Frau nachher keine Schmerzen mehr haben würde, kam ich ganz gut zurecht. Als ich aber las, dass die Spritze, unter anderem, exakt den richtigen Punkt treffen müsse, da sonst mit gravierenden Nebenwirkungen zu rechnen sei, bekam ich es plötzlich mit der Angst zu tun.

Das Glück war aber auf unsere Seite. Wir wohnten in einem grösseren Quartier. Und wie in jedem Quartier treffen sich die Bewohner auf dem Spielplatz zu einem kurzen oder längeren Gespräch. Schon bald stellte sich heraus, dass eine Nachbarin von uns eine Doula ist. Am Abend erzählte mir meine Frau von der Doula und ich liess mir auch alles genauestens erklären. Im ersten Augenblick war ich sehr skeptisch. Wie sollte uns eine fremde Frau, die nicht mal Medizin studiert hat, uns die Sorgen nehmen und uns durch diese (eigentlich) wunderschöne Reise begleiten? Ich hatte Angst, dass ich mich während der Geburt wie das fünfte Rad am Wagen fühlen würde, dass sie meiner Frau während der Geburt näher stehen würde als ich. Da ich aber von natura sehr neugierig bin, liess ich mich zu einem Gespräch überreden. Schon nach zwanzig Minuten unseres „Kennenlerngesprächs“ mit unserer Doula war uns klar: wir werden die Geburt auf jeden Fall mit der Begleitung der Doula geniessen. Von Woche zu Woche wuchs unser Vertrauen zu der Doula und aus einer Fremden wurde schon bald eine gute Freundin. Ich war richtig froh, dass wir uns für eine Doula entschieden haben, denn sie konnte uns schon vor der Geburt viele Ängste nehmen und offene Fragen beantworten. Schon alleine der Gedanke, dass wir bei der Geburt nicht alleine sind und eine Vertrauens Person an unserer Seite haben würden, beruhigte uns sehr.

Der errechnete errechnete Geburtstermin kam immer näher und schlussendlich entschied sich unser Sohn dafür, pünktlich am Termin unserer Zweisamkeit ein Ende zu setzen. Als um 19 Uhr bei meiner Frau die Fruchtblase platzte, sahen wir noch keinen Grund, deswegen gleich in die Klinik zu fahren. Auch unsere Doula hatte uns in einem Vorgespräch erklärt, dass solange keine Wehen zu spüren sind, kein Grund zur Eile bestehe. Stattdessen gingen wir noch mit unserem Hund eine ausgiebige Runde spazieren, um nochmals Kraft zu tanken. Ich musste mich natürlich noch duschen und rasieren, weil ich gut aussehen wollte, wenn mein Sohn zur Welt kam. Es war inzwischen kurz nach 23 Uhr, als wir im Spital eintrafen. Sogleich wurde meine Frau am CTG angeschlossen. Die Kurve zeigte nur geringe Kontraktionen an, und so entschlossen wir uns, ein Zimmer zu beziehen, um noch ein wenig schlafen zu können. Beim Verlassen des Geburtszimmers musste ich auch noch entsetzt feststellen, dass ich während der Schwangerschaft weit über 15 Kg zugenommen hatte. Die Uhr zeigte 5 Uhr, als ich von meiner Frau aus meinen Träumen gerissen wurde. Die Wehen wurden stärker. Schnell waren wir wieder im Geburtszimmer und meine Frau wieder am CTG angeschlossen.

Es verging Stunde um Stunde und es tat sich nicht wirklich viel. Der Muttermund wollte sich nur ganz langsam öffnen. Ich fühlte mich so hilf- und ratlos. Die ganze Zeit hoffte ich inständig, dass es keine PDA bräuchte. Meine Frau litt mittlerweile stark unter den Schmerzen und war schon ziemlich entkräftet. Als kurz nach 7 Uhr unsere

Doula zu uns stiess, ging es mir schlagartig besser. Schnell machte sie sich mit der Situation vertraut und entschloss kurzerhand, dass einen kleiner Spaziergang durch den Park die Geburt wieder in die Gänge bringen könnte. Widerwillig stimmte meine Frau zu, auch weil ich (mit Hilfe der Doula) wieder Mut gefasst hatte und ich meine Frau auch dazu motivieren konnte. Als wir nach einem ausgiebigen Spaziergang wieder im Zimmer zurück waren, wurden die Kontraktionen stärker, doch der Muttermund wollte sich nicht richtig öffnen. Und da kam meine Frau an den Punkt, wo sie in Erwägung zog, sich eine PDA setzen zu lassen.

Doch es sollte anders kommen. Geistesgegenwärtig sprach unsere Doula den Satz aus, den ich niemals vergessen werde: „Komm lass uns doch mal in die Wanne gehen. Probier es doch einfach mal“. Ich danke dir, liebe Doula. Dieser Vorschlag ersparte uns die PDA. Kaum hatte sich meine Frau ins Wasser gesetzt, waren die Schmerzen viel erträglicher, und der Muttermund öffnete sich plötzlich sehr schnell. Unser Sohn entschloss sich jetzt, schnell diese unbekannte neue Welt erforschen zu wollen. Die Doula gab meiner Frau nochmals Kraft und mir wichtige Tipps, wie ich meine Frau jetzt am besten unterstützen konnte. Knapp 2,5 Stunden nachdem meine Frau in die Badewanne gegangen war, erblickte unser Sohn das Licht der Welt. Mittlerweile ist unser Sohn 6 Monate alt. Die Geburt unseres ersten Kindes werden wir immer als positives Erlebnis in Erinnerung haben. Ich bin froh, hatten wir eine Doula an unserer Seite, denn sonst wäre die Geburt sicher weniger positiv und ein nicht so schönes Erlebnis geworden.

Herzlichen Dank, liebe Doula!