



Danay Leighton

# Nur 27 Wochen

Ein Frühchen will leben

edition  
riedenburg

Linus kommt viel zu früh nach 26+5 Schwangerschaftswochen zur Welt. Er braucht jetzt nicht nur ganz dringend Muttermilch, um zu wachsen, sondern auch körperliche Nähe. Sehnsuchtsvoll erwarten Mama und Baby deshalb das „Känguruhen“. Doch dann passiert ausgerechnet beim gemeinsamen Kuscheln etwas Schreckliches ...

Trotz verschiedener Rückschläge bleibt Mama Danay hoffnungsvoll. Aus einem alten Handtuch näht sie einen weichen Stoffhasen. „Lottle“ wird zum ständigen Bewacher des kleinen Linus. Auch der Hase ist verkabelt und hat ein Pflaster – und auch er hat nur ein Ziel: Endlich nach Hause zu dürfen!

Danays Buch ist für alle, die auf einer Frühgeborenenstation zwischen Hoffen und Bangen dringend guten Zuspruch benötigen.

Wer Hase Lottle selbst nachnähen möchte, findet im Buch Schnittmuster und Anleitung.



Danay Leighton, 1976 geboren, ist gelernte Integrations-erzieherin. Sie lebt mit ihren Kindern und ihrem Mann in einem verträumten Häuschen im Grünen und studiert berufsbegleitend Psychologie und Kunsttherapie. Danay schafft es auch in schwersten Situationen zu wahrer Stärke zu finden. Auf diese Weise geben ihre Zeilen anderen Menschen Mut und Zuversicht.

edition  
riedenburg  
editionriedenburg.at



9 783903 085428  
ISBN 978-3-903085-42-8

## Für ...

... meinen Lieblingssohn, der es immer wieder schafft, mich zu überraschen und das Leben aus neuen Blickwinkeln zu betrachten. Ich hab dich lieb! \*Knuddel\*

... meine immer große und starke Lieblings Tochter, Fels in der Brandung und Lieblingszicke zugleich. Behalte deine Stärken und erlaube dir, auch mal schwach sein zu dürfen. Wir lieben dich so, wie du bist!

... Charly. Du bist und bleibst mein „Superhero“. Du verleihst mir Flügel und gibst mir den Mut, an mich zu glauben, selbst wenn ich es nicht mehr tu. Ich liebe dich!

... Mum. Du bist die gute Seele, liebst es, im Hintergrund zu agieren. Bist immer für alle da. Du hast nicht einen Hauch von Ahnung, was uns deine hingebungsvolle Mühe und Liebe bedeuten.



Danay Leighton

# Nur 27 Wochen

## Ein Frühchen will leben

*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.*

### 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.

Das persönliche Erleben und die schriftlichen Ausführungen der Autorin sind subjektiv. Das vorliegende Buch versteht sich nicht als medizinischer Ratgeber, die Autorin hat keine medizinischen Fachkenntnisse und berichtet über Begebenheiten, die sich in ihrer Erinnerung so zugetragen haben.

Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen. Befragen Sie im Zweifelsfall bitte Hebamme, Stillfachpersonal, Arzt oder Apotheker. Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr. Eine Haftung der Autorin bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ebenfalls ausgeschlossen.

### 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 2016
© 2015–2016	edition riedenburg
Verlagsanschrift	Anton-Hochmuth-Straße 8, 5020 Salzburg, Österreich
Internet	<a href="http://www.editionriedenburg.at">www.editionriedenburg.at</a>
E-Mail	<a href="mailto:verlag@editionriedenburg.at">verlag@editionriedenburg.at</a>

Lektorat	Dr. Heike Wolter, Regensburg
----------	------------------------------

Bildnachweis	Coverfoto © Tobilander – Fotolia.com alle anderen Fotos & Zeichnungen © Danay Leighton
--------------	---

Satz und Layout	edition riedenburg
Herstellung	Books on Demand GmbH, Norderstedt

ISBN 978-3-903085-42-8



edition  
riedenburg



# Inhalt

Im falschen Film	7	Tagebuch-Notizen	58
Wie alles begann ...	9	Bleib stark!	65
Ein „unvergessliches“ Weihnachten	15	Mini Happy Birthday mit Hindernissen	70
Linus, mein Küken	22	Mein kleines Dickerchen	79
Zurechtfinden	29	Virusalarm	85
Hilfe oder Störfaktor?	33	Ein dunkler Schatten	89
Heimgehen, aber ohne Linus	38	Das goldene Tor	97
Neues Jahr, neues Glück?	40	Fünf Jahre später	102
Wunschvorstellungen	45	17 Jahre später	104
Känguruhen und Singen	48	Auf Zeitreise	105
„Sonderreinigung“	50	Ein Schnittmuster für Lottle	113
Parallel-Welten	53		

„Morgen! Hatten Sie heute schon Stuhlgang?“

Ein Schrank von Krankenschwester stapft durch das Krankenzimmer, reißt das Fenster auf und erwartet nicht wirklich eine Antwort auf ihre Frage. Elfenhaft verlässt sie das Zimmer so schnell, wie sie meine Nacht sanft unterbrochen hat.

Auweia ... ich muss dringend wach werden. Was leichter gedacht als umgesetzt ist. Die Vollnarkose wirkt gefühlt immer noch und die ungeplante Frühgeburt der letzten Nacht hat meine letzten Kräfte mit sich genommen.

Ich habe das Gefühl, im falschen Film zu stecken. Im Unterschied zum laufenden TV-Programm kann ich leider nicht umschalten. Ein Alptraum, der vor wenigen Tagen begonnen hat und der mir radikal, selbst morgens um sechs von einer Krankenschwester zart geweckt, klar ist. Es fühlt sich unrealistisch an, ich habe nicht das Gefühl, wirklich begreifen zu können, was hier passiert – und vielleicht ist es sogar besser so. Manchmal ist es leichter, nicht alles zu wissen und zu hinterfragen, dann kann man besser schlafen und hat weniger Kopfschmerzen.

Leider gehöre ich aber nicht zu diesem Typ Mensch: Ich bin ein Grübler durch und durch, aber insgeheim beneide ich jene, die Sorgen einfach mal ausblenden können.

Super, nun liege ich also im Krankenhausbett, bin dank des offenen Fensters am Erfrieren und versuche die letzten Tage Revue passieren zu lassen. Um mich abzulenken von meinen wirren Gedankenschlaufen, beschließe ich einen Krankenhausspaziergang zu machen.

Wenn man das so nennen kann. Mit der Dammschnittnaht kann ich nur tippeln. Dann eine riesige Binde zwischen den Beinen, die einem Surfbrett gleichkommt, um die Wochenblutung aufzufangen, und zur Krönung die allseits beliebten Thrombosestrümpfe!

Als ich mich in einem Spiegel auf dem Flur ansehe, an dem ich notgedrungen vorbeischieben muss, geht es mir so richtig mies. Ob

den Betreibern der Krankenhäuser klar ist, dass man sich bei so einem Anblick noch schlechter fühlt?

Dann folge ich dem Flur. Trostlos, kalt, langweilig ...

Wie müssen sich nur Leute fühlen, die viele Monate im Krankenhaus liegen? Unbeschreiblich schrecklich! Ich sollte hiermit eine Initiative ins Leben rufen: „Für mehr Lebendigkeit und Farbe in Krankenhäusern“. Regelmäßig wechselnde Ausstellungen. So vieles wäre möglich. Wieso werden solche Möglichkeiten nicht optimal genutzt?

Man gibt jungen Eltern immer den Rat, sich mal auf allen Vieren durch die Wohnung zu bewegen, um die Welt aus der Perspektive ihrer Kinder wahrzunehmen und eventuelle Gefahrenquellen besser zu erkennen. Man sollte die hier arbeitenden Leute mal länger in ihr eigenes Krankenhaus einweisen, dann würde sich vielleicht einiges ändern.

Das Krankenhaus verfügt über ganze zwei Läden, die ich nun eiskalt begutachte. Shopping! Das Wort Auswahl bekommt hier eine neue Dimension – sechs Klatschzeitungen, verblichene Bücher, die seit hundert Jahren keiner kauft, verbrauchte Süßigkeiten und ein gelangweilter Verkäufer.

Wenn ich zuvor nicht schon deprimiert gewesen wäre, dann spätestens jetzt.

Unverhofft entdecke ich zwischen den unzähligen Angeboten ein Buch mit weißen Seiten. Eine wichtige Voraussetzung für ein Tagebuch. Eine der Nachtschwestern der Neonatologie – Frühchenstation klingt viel zu freundlich für das, was dort passiert – hat mir den Rat gegeben, Tagebuch zu führen und mich so schriftlich zu erleichtern.

So ein Quatsch! – Ich bin doch keine zwölf mehr! Fehlen nur die Glitzersticker ... Ob sie sowas auch haben?

Wozu einen Langeweile alles treiben kann, ist unglaublich. Ich kann noch nicht auf die Neonatologie, weil die Ärzte noch umfangreiche Untersuchungen machen wollen. Habe niemanden zum Reden. Sitze stolz auf dem Zimmer vor meinem Shoppingergebnis und weiß nicht wirklich, was ich schreiben soll.

Also tue ich das, was die meisten Frauen wohl erstmal tun würden: Ich dekoriere das Buch ... Motivation ist alles! Und dringend nötig. Ich schnörkle, was das Zeug hält, und klebe Fotos ein. Stolz begutachte ich mein Ergebnis. Schon viel besser.

... und erschrecke mich ein wenig vor mir selbst. Wie peinlich bin ich denn drauf? Das liegt bestimmt an dem Ausnahmezustand, versuche ich mir zumindest einzureden. Da ist alles entschuldbar.

## Wie alles begann ...

Womit fange ich jetzt an? Meine letzten Lebensjahre zu rekapitulieren bewirkt keine Besserung, was mein angekratztes Gemüt angeht. Wohl eher das Gegenteil. Dennoch ist es wichtig für das Gesamtbild und mein Selbstverständnis, ehrlich zu mir selbst zu sein:

Gerade mal 18 und schon Mutter! Ich hatte mir viele Pläne für die Zukunft gemacht, aber dieser Punkt war definitiv nicht auf meiner Liste gewesen.

Wer wäre denn auch freiwillig so doof wie ich? Hätte mir eine Wahrsagerin die Zukunft so beschrieben, wie ich sie gerade erlebte, hätte ich mein Geld zurückverlangt und sie aufgefordert, ihre Kugel besser zu putzen.

Natürlich habe ich mir Kinder gewünscht! So ungefähr mit Anfang 30. Doch nun sah meine Lebensplanung plötzlich so aus, dass ich keinen Plan mehr hatte und Improvisation in der jeweiligen Situation angesagt war. In Bewerbungen gebe ich seitdem gerne „chaosgeprüft“ an. Das kommt meinen Fähigkeiten sehr nahe.

Während meine alten Klassenkameraden also damit beschäftigt waren, ihre Kurse für das Abi auszuwählen, suchte ich nach dem perfekten Ort für die Entbindung. Meine Klassenkameraden schlugen sich mit der Last herum, was sie am nächsten Wochenende anziehen sollten, wenn sie in die Disco gehen würden. Ich war froh, wenn ich das Outfit meiner Tochter und das meinige täglich nur dreimal

wechseln musste, weil sie sich, mich und unsere Umgebung ständig beschlabberte.

Ich hasste mein Leben! Ich hatte das Gefühl, dass es nicht mein Leben war. Natürlich liebte ich meine Tochter über alles, aber ich lebte das Leben einer Dreißigjährigen. Ich war nur noch lange keine 30.

Von einem Tag zum anderen wurde von mir verlangt, mich so zu benehmen und verantwortungsbewusst zu handeln. Dabei war ich doch erst 18! Und hatte von nichts eine Ahnung.

Das Schlimmste war nicht einmal das Gefühl, im falschen Lebensprozess zu stecken, sondern die bösen Blicke, verletzenden Sprüche, Bemerkungen und Kommentare der Außenstehenden. Selbst in der eigenen Familie. „Willkommen in der Realität!“ oder „Das kommt dabei raus, wenn Kinder Kinder kriegen!“ – solche Hinweise begleiteten mich täglich. Verbunden mit einem dramatisierenden Augenaufschlag und entrüstetem Kopfschütteln.

Nie konnte man es jemandem recht machen, und wenn man versehentlich einen Fehler machte, gab es kein Verständnis.

Dabei tat ich im Grunde nichts anderes als das, was andere Mütter taten. Ich versuchte, mich um mein Kind zu kümmern, so gut es die Situation ermöglichte. Mir war es immer wichtig, dass meine Tochter dieselben Möglichkeiten hatte wie andere Kinder auch, um sich bestmöglich zu entwickeln. Aber nie wieder wollte ich schwanger werden. Nie wieder in diese Situation geraten.

Man sollte niemals nie sagen!

Meine Oma meinte dazu, es gäbe so viele Möglichkeiten, in diesem Leben Fehler zu machen, da sei man nicht darauf angewiesen, denselben gleich zweimal zu machen. Der Kommentar tat weh. Warum mussten ältere Leute so oft recht haben?

Im Sommer hatte ich große Probleme mit meiner Regel. Sie kam, sie wurde schwächer, fing wieder an ... Ich fühlte mich dementsprechend. Ich suchte den Frauenarzt auf, der mir per Ultraschall ein Geschwür diagnostizierte. Welch ein Alptraum. Jeder hatte Angst vor solch einer Diagnose, aber sie gesagt zu bekommen, ließ meine Welt erst still und dann auf dem Kopf stehen. War's das? Sollte das schon alles gewesen sein?

Wir haben eine genetische Vorbelastung in der Familie. Ich ging also gedanklich den Verlauf der einzelnen Familienmitglieder im Schnelldurchlauf durch. Grausam. Ich gehöre zu denen, die sich dann reinsteigern. Ich war verzweifelt.

Ich sollte aber zur onkologischen Feindiagnostik, um genauere Informationen zu erhalten. Man vermutete ein Geschwür. Die Gebärmutter war gefüllt mit Blut, und man schickte mich ins Krankenhaus. Das Ergebnis war dasselbe. Welch eine beängstigende Situation!

Man plante eine Entfernung, jedoch wollte man erst die Blutung unter Kontrolle bringen, um sich ein besseres Bild machen zu können. Sie konnten nicht wirklich viel erkennen.

Man verschrieb mir Bettruhe mit der Auflage, nur einmal täglich das Bett zu verlassen! Man hat ja sonst nichts zu tun als Mutter. Man schickte mich nach Hause. Es hieß: Abwarten und Teetrinken. In meiner Sprache dachte ich eher an: Panik schieben.

Die Blutungen hielten an. In mir machte sich mit jedem weiteren Tag mehr Unruhe breit. Was, wenn es was Ernstes wäre und unglaublich viel Zeit unnötig verginge?

Nach mehreren Wochen wurde mir bei einer weiteren Untersuchung bei meinem Hausarzt Blut abgenommen und ich bekam kurz darauf einen Anruf. Kurz und knapp sagte mir die Sprechstundenhilfe, es sei falscher Alarm gewesen.

Nie zuvor hatte ich mich so sehr über eine Fehldiagnose gefreut! Wenn auch die richtige Diagnose schwer zu verstehen war. Die Sprechstundenhilfe meinte: Alles in Ordnung, ich sei gesund und nur schwanger mit Zwillingen. Ich sei im vierten Monat und Komplikationen in Form von Blutungen könnten da vorkommen. Der Frauenarzt solle ein Auge drauf haben. Sie wünsche mir noch einen schönen Nachmittag.

Hätte ich nicht gelegen ... Die Bombe war angekommen! Schwanger. Alles nur das nicht! Moment mal, Zwillinge?! Die hatten sicher bei der falschen Patientin angerufen. Sollte ich lachen oder weinen ... So ein Mist!

Juhu, kein Krebs – dafür eine katastrophale Zukunft! Krebs wünschte man keinem, das stand völlig außer Frage und bedurfte keiner



Diskussion. Aber eine Schwangerschaft wollte ich auf keinen Fall! Vierter Monat bedeutete zudem, keine Wahl mehr zu haben. Mir blieben noch sechs Monate, um mich an den Gedanken – nennen wir es mal so – zu gewöhnen.

Warum ich? Meine Tochter war erst zwei und ich lächerliche 20! Ich dachte: „Ich will nicht! Ich habe nichts aufgehoben von den Babysachen, weil ich kein weiteres Kind will. Jetzt kommen gleich zwei!“ Blanke Panik regierte mich.

Wie sollte ich das schaffen? Noch viel wichtiger: Ich wollte das nicht schaffen müssen. Alles in mir sträubte sich bei dem Gedanken.

Meine Welt stand auf dem Kopf. Der psychische Stress gab mir den Rest. Ich musste mich ohne Pause übergeben, hatte vorzeitige Wehen und musste nun erst recht fest liegen. Mein Körper schien sich verschworen zu haben und sich zugleich mit Haut und Haar zu wehren.

Immer wieder ging ich in Gedanken durch, wann und wo ich nicht aufgepasst hatte. Man sollte doch bei normalem Menschenverstand davon ausgehen können, dass ich aus Fehlern gelernt haben sollte. Es half nichts. Die Schwangerschaft war nicht wegzureden. Ich fühlte mich dem ausgesetzt – und war es letztendlich auch.

Meine Mum und später die Hebammen im Geburtshaus kümmerten sich rührend um mich und versuchten mir meine Sorgen und Ängste zu nehmen. Was leider nicht wirklich gelang. Außer, dass sich eine Form der Resignation breit machte.

Ich konnte nichts ändern und versuchte, das Beste daraus zu machen. So wie immer. Dennoch fühlte es sich unfair an. Wie gerne hätte ich bei meinen Klassenkameraden gesessen und mit ihnen für das Abi gepaukt. Ich hätte wirklich alles dafür gegeben, die Uhr zurückstellen zu können und mein Leben anders zu gestalten.

Meine Tochter lenkte mich ab, malte Bilder und erzählte vom Kindergarten. Ihre kindliche Unbeschwertheit tat gut. Wenn man diese nochmal erleben dürfte, dachte ich. Nur im Hier und Jetzt sein. Ohne die Folgen zu bemessen. Das musste so befreiend für den Kopf sein. Weiterhin fesselte mich die Übelkeit an Bett oder Couch. Meine Mutter rannte jede Minute, wechselte Eimer, kümmerte sich rührend um alle und besorgte mir sogar bemalte Tücher, die sie an

der Decke über mir aufhängte. Und wechselte diese sogar, damit ich mal was anderes sähe als nur die weiße Zimmerdecke.

Mit der Unterstützung des leiblichen Vaters konnte ich leider nicht rechnen, dabei hätte ich diese ganz besonders gebraucht. Alle anderen waren bemüht, mir zu helfen, die Schwangerschaft zu stabilisieren, um den Zwillingen einen guten Start zu gewähren.

Zwillinge. Ich konnte es immer noch nicht glauben.

Meine Hebamme war besorgt, dass die Kinder zu früh kommen könnten, was bei Mehrlingsgeburten oft der Fall war. Viel Ruhe sollte dafür sorgen, dass die Kinder so viele Tage wie möglich in ihrem geschützten Raum blieben. So lautete zumindest unser Plan.

Ich sah mir Videos an – von einer Neonatologie –, erschreckende Bilder. Damit ich wusste, was es bedeuten würde, wenn die Kleinen ihren Schutzbereich vorzeitig verlassen müssten. Es waren Eindrücke, die ich am liebsten wieder vergessen wollte. Schläuche, Maschinen – und kleine, viel zu kleine Kinder. Das wollte ich um jeden Preis vermeiden.

Doch nach weniger als zwei Monaten verschlechterte sich mein Zustand von Tag zu Tag. Die Wehen wurden stärker und die Pausen dazwischen immer kürzer. Genau wie die Auszeiten, die sich der werdende Vater gönnte – immer länger, immer mehr und nur mal ein kurzer Besuch, wenn es sein musste. Aber bitte nicht jammern oder sich beklagen ... Machte sonst wieder Kopfweh!

Wie konnte ich nur so dumm sein! Ja, Liebe machte blind, doof, bekloppt ... Wie gerne wollte ich auch mal wegrennen, aber hey, da störte der Bauch! Obwohl ich mich erst in der 24. Woche befand.

Ich ging in ein Krankenhaus, weil ich hoffte, mich dort sicherer zu fühlen, falls es doch losginge. Dabei hasste ich schon den Geruch von Krankenhäusern. Ich fühlte mich mehr als unwohl und drückte mich selbst schon vor Besuchen bei Freunden. Aber was machte man nicht alles als verantwortungsbewusste Mama. Ich wollte schließlich nur das Beste für meine Kinder.

Pustekuchen, das Krankenhaus bewirkte nichts Gutes: Morgens um sechs jagte man mich über den Flur und machte mir dann Vorwürfe über meine starken Wehen. Ich sollte nicht so viel laufen!

Veräppeln konnte ich mich selbst. Ich hatte nicht eine Minute Ruhe. Schreiende Frauen im Nebenraum während der Untersuchung sollte ich einfach ignorieren, Kinder kriegen war doch was Schönes! In mir zog sich alles zusammen. Blutabnahme, während ich frühstückte; Fieber messen; Blutdruck messen; Unterleibsuntersuchungen – nein, Schwangere hatten von Natur aus kein Schamgefühl zu haben! Ich zeigte meinen Unterleib gerne jedem Mann auf Kommando, vor allem, wenn es zwei Ärzte und acht angehende gleichzeitig bei einer der allmorgendlichen Visiten waren ...

Ich war fix und fertig. Mir ging es zunehmend schlechter und ich wusste, dass ich meine Kinder unter diesen Bedingungen nicht lange halten würde können. Ich wollte nur noch nach Hause. Nicht nur um meiner selbst willen, sondern besonders der Kinder wegen. Ich wollte eine Frühgeburt um jeden Preis verhindern. So würde das sicher nicht funktionieren. Mir war das klar. Dem leitenden Arzt scheinbar nicht. Er hatte keinerlei Verständnis für mich: Ich sei noch zu jung, um zu wissen, was gut für mein Kind sei. Alter hin oder her – wie oft der wohl schon schwanger gewesen war, um nachempfinden zu können, wie es mir ging?!

Zu Hause wurde alles viel besser und die Wehen wurden weniger und leichter. Ich kam ein wenig zur Ruhe und war bei meiner Tochter, die ich schrecklich vermisst hatte. Eine zusätzliche psychische Belastung, nicht bei ihr sein zu können.

Meine Mum konnte mich verstehen und wirbelte nun noch mehr. Im Gegensatz zum angehenden Vater, der mir Vorwürfe machte, dass ich das Krankenhaus verlassen hatte. Nicht aus Sorge, sondern nach seiner Überzeugung galt: Ärzte sind Götter und haben immer Recht. Also neuer psychischer Stress – das half bestimmt ...

Da kam Freude auf. Oder in meinem Fall: Wehen! Und das immer wieder.

Zu allem Überfluss stand Weihnachten vor der Tür. Meine Kinder machten dieses Fest zu einem unvergesslichen Weihnachten – aber das wusste ich da noch nicht.

## Ein „unvergessliches“ Weihnachten

Die 27. Schwangerschaftswoche sollte am zweiten Feiertag beginnen. Jeder Tag und jede Woche zählte, deshalb wusste ich immer ganz genau, wie weit ich schon gekommen war.

Ich hatte mich dazu entschlossen, den Kindern eine Lungenreifespritze verpassen zu lassen. Ich wusste, dass ich sie nicht mehr lange halten würde können. Es war ein Kampf um jede Stunde geworden, der seine und meine Kräfte einforderte. Ich merkte, wie sie schwanden.

Die Hebamme erklärte mir, dass die Kinder bei einmaliger Gabe der Spritze für den Fall einer Frühgeburt eine bessere Ausgangssituation hätten. Damit eine künstliche Beatmung vielleicht nicht nötig wäre oder nur eine leichte Unterstützung ausreichte.

Ich hasste Spritzen, aber ich hätte alles getan, um meinen Kindern einen besseren Start zu ermöglichen.

Zur vollen Entfaltung der erhofften Wirkung sollte es jedoch nicht mehr kommen. Es war der zweite Weihnachtstag und ich fühlte mich nicht wohl. Ich spürte keine Übelkeit oder dergleichen, nur ein ungutes Gefühl. In den letzten Tagen hatte ich wenig Schlaf gehabt. Ständig Wehen, doch immer wenn ich mit dem Koffer an der Tür gestanden hatte, bereit für die Abfahrt ins Krankenhaus, hörten sie wieder auf. Ich hätte mir einfach an der Tür ein Zelt aufbauen sollen, vielleicht wären die Wehen dann ausgeblieben.

Vormerken für die nächste Schwangerschaft: Zelt kaufen!

Ich schob mein Unwohlsein auf den Schlafentzug und auf die fehlende Kraft durch die ewigen Wehen. Ich machte es mir mit meiner Tochter ein wenig gemütlich und versuchte, mich zu erholen. Am Abend stand das alljährliche Familienfest an, vor dem ich mich erfolgreich drücken konnte. Auf vorwurfsvolle Sprüche und Blicke hatte ich weniger Lust denn je. Das Ganze muss ja auch mal was Positives mit sich bringen – und sei es, dass ich eine Ausrede für diese Zwangsveranstaltung hatte. Positiv denken oder, wie heißt es so schön: Es ist fast nichts so schlimm, dass nicht auch was Gutes dran ist.

Meine Mum nahm meine Tochter mit, damit wenigstens sie einen schönen Festtag verbringen konnte, und ich wollte es mir mit einem Film gemütlich machen. Ich war raus aus der Familiensache – es lief doch soweit gut. Irgendwie würde ich zur Ruhe kommen und mich ablenken. Aber das fiel mir dennoch sehr schwer unter diesen Umständen.

Kaum waren die beiden zur Tür raus, passierte das, wovor es allen Schwangeren zumindest in der Schwangerschaftswoche, in der ich mich befand, grauste: Die Wehen setzten ein! Normalerweise kein Problem, aber es waren die PRESSWEHEN – und weit und breit war keiner, der mir helfen konnte.

Schreien half nichts, alle waren weggegangen, um zu feiern, und das Telefon lag im anderen Zimmer. SCHMERZEN. Aber das waren keine Schmerzen. Schmerzen taten nur weh. Das hier war schlimmer! Nichts ging mehr.

Ich lag wie ein Käfer auf dem Rücken und hatte Wehen ...

Warum jetzt? Wieso hier? Wie werden die Kleinen das schaffen? Oh nein, das überlebe ich nicht ...

Ich fühlte mich unbeschreiblich einsam. Und das war ich auch. Ausgeliefert, nicht fähig, mir selbst zu helfen. Aus einem nicht erklärba- ren Grund gab es nach längerer Zeit eine Pause.

Einsam lag ich da. Das Telefon schien unerreichbar – Hilfe schien unerreichbar. Das Schlimmste daran war, sie war auch langfristig nicht in Sicht. Klare Gedanken konnte ich nicht wirklich greifen. Da- für waren die Schmerzen zu stark. Immer wieder kreisten meine Ge- danken zwischendurch um die Kinder. Ich hatte Angst, hier alleine zu sein, und Panik vor dem, was nun passiert.

Die Wehen setzten ruckartig wieder ein, wahrscheinlich durch den Stress. Ich konnte nicht einmal mehr an das Telefon, das nur wenige Meter von mir entfernt lag. Hilfe war nicht in Sicht.

Ganze sechs Stunden ging das nun schon so, in denen ich völlig hilf- los am Boden gelegen und mich vor Schmerzen gekrümmt hatte.

Meine Mum kam morgens vorbei, weil sie sich über das noch bren- nende Licht wunderte. Sie fand mich hilflos am Boden, rief die Feu- erwehr und trommelte unsere Lieblingskoseoma aus dem Bett, da-

mit diese auf meine Tochter aufpassen würde, während sie mich ins Krankenhaus begleiten wollte.

Es tat mir schrecklich leid, dass alle aus dem Schlaf gerissen wur- den. Insbesondere meine Tochter, die ganz verwirrt war und am Bettrand sitzend versuchte, meine Hand zu streicheln. So wie ich es immer tat, wenn es ihr schlecht ging.

Nur diesmal half auch das nicht. Trotz Verzweiflung und Schmerzen hatte ich ein schlechtes Gewissen. Egoismus ist mir fremd. Selbst in Momenten, wo ich vielleicht durchaus das Recht dazu hätte.

Spotlight – leidende Frau am Boden, unfähig zu irgendetwas. Ich schrie vor Schmerzen und versuchte, dem heraneilenden Feu- erwehrmann ins Bein zu beißen, um einen Schmerzdruckausgleich zu haben. Wenn ich gekonnt hätte, wäre ich vielleicht aus dem Fenster gesprungen, um dem Ganzen ein Ende zu bereiten, aber im Erdge- schoss lohnte sich das nicht.

Ich flehte, mich von den Schmerzen zu befreien, zerriss das Kissen, auf dem ich lag, und versuchte weiterhin, dem Feuerwehrmann ins Bein zu beißen. Ein zweiter, jüngerer Feuerwehrmann saß still und blass in der Ecke, sah aus wie ein Hund im Tierheim und fragte den älteren immer wieder, ob man mir nicht helfen könnte. Das sei so schrecklich, er hielt das nicht aus.

Der hatte gut reden! Er hielt das nicht aus? Was sollte ich denn dazu sagen! Aber wenigstens mal ein Mann mit Mitgefühl – nein, ich beklagte mich nicht. Ich wusste sein Mitgefühl zu schätzen, auch wenn mir das gerade nicht half. Doch alle mussten wir auf den Stor- chenwagen warten. Es gab nur einen für die ganze Stadt. Dieser war gerade im Einsatz. Und keiner wusste, wann er wieder frei wäre und einsatzbereit für mich.

Die Zeit blieb stehen. – Es war wie eine Erlösung, als die Hebamme kam. Sie tastete während einer Wehe nach dem Muttermund. Ein unbeschreiblich „angenehmes“ Gefühl. Das Gesicht der Hebamme veränderte sich sofort. Kein gutes Zeichen. In jedem Erste-Hilfe- Kurs wurde einem beigebracht, sich nichts anmerken zu lassen und den Patienten zu beruhigen. Wenn also Ärzte tief schnaubten oder Hebammen einen entsetzten Gesichtsausdruck hatten, dann konn- te einem das Herz in die Hose rutschen.

Der Muttermund war vollständig eröffnet und der Kopf des ersten Kindes drückte nach unten. Gut – ein Schmerzende war in Sicht! Halt! Nein, die Kinder waren noch nicht so weit, noch viel zu klein, die durften doch noch gar nicht kommen! Keine Frühgeburt, so lautete der Plan.

Nun musste alles schnell gehen. Die Hebamme gab Anweisungen an die Feuerwehrmänner, und diese rannten los. Währenddessen ballte sie ihre Hand in mir zu einer Faust und gab mir den Befehl, nicht mehr zu pressen!

Witzig! Nichts leichter als das! Die Körperkontrolle hatte ich zwar seit fast acht Stunden nicht mehr, aber jetzt, wo sie es ansprach, war es ein Kinderspiel. Ob sie auch schon Kinder hatte?

Wieder eine Wehe. Einfach ignorieren. Wenn es nur so leicht wäre. Jeder, der mal einen Wadenkrampf hatte, hat einen Hauch Ahnung, was eine Wehe ist. Nur, dass diese viel stärker sind und im ganzen Körper aktiv. Wie sollte ich unter diesen Umständen eine Wehe ignorieren und das Pressen unterdrücken?

Ich muss atemberaubend ausgesehen haben. Mit der Faust in meinem Unterleib fühlte mich wie ein Truthahn an Weihnachten, der gefüllt wird. Am 26. Dezember eine besonders passende Beschreibung.

Mit Socken und einem T-Shirt ging es los ins Krankenhaus. In dem Zustand, in dem ich mich befand, war mir aber alles egal. Sollten sie mit mir doch machen, was sie wollten.

Gut, dass es vier Uhr am Morgen und kein Mensch auf der Straße war, der mich so hätte sehen können. Der Weg ins Krankenhaus erschien mir unendlich lang. Wie lange dauerte es denn wohl noch? Ich konnte nicht mehr.

Dann ging es auf direktem Weg in den Kreißsaal. Dort ging alles sehr schnell. Man hievte mich auf einen Untersuchungsstuhl und band mich fest.

Was sollte das denn? Ich bekam Panik!

Man überging mich komplett. Ein unheimlicher Raum. Gefliest bis zur Decke. Ich kam mir vor wie beim Schlachter. Der perfekte Ort, um einen Psychothriller zu produzieren. Die Schwestern und Ärzte

passten sich in ihrer OP-Kleidung meiner Schlachthausphantasie an. Dann stapelte noch jemand schreckliche Instrumente neben dem Untersuchungsstuhl.

Ich versuchte, mich zu wehren, aber als Reaktion darauf forderte man mich sehr ruppig auf, mich zusammenzureißen und mich auf die Geburt zu konzentrieren. Wie sollte ich das denn unter diesen Umständen bewerkstelligen? Warum sagte mir keiner, was hier mit mir passierte? Was hatten sie vor?

Ich hatte solche Angst. Doch Fehlanzeige: kein lieber und beruhigender Blick, kein beruhigendes Wort. Meine Bitte nach einem Kissen und nach etwas zum Festhalten fand kein Gehör. Ich wusste nicht, wohin mit meiner Anspannung während der Wehen – meine Arme hingen nur vom Stuhl runter. Ich fragte mich, wann der Alptraum aufhören würde. Was musste ich hier noch ertragen?

Meine Mum erreichte den Geburtssaal und ich war heilfroh, ihr vertrautes, liebes Gesicht zu sehen. Sie stellte sich neben mich und reichte mir unerschrocken die Hand. Sie wusste, ohne viel drumherum zu reden, was ich jetzt brauchte. Da war er, der liebevolle Blick. Und da war auch die Hand zum Festhalten. Es konnte weitergehen.

Die Gedanken waren ganz egoistisch bei mir und nicht bei den Kindern. Ich hatte nur Schmerzen und versuchte, den Wehen entgegenzuatmen, was gefühlt nicht wirklich gelang, denn ich hatte die Kontrolle über meinen Körper seit Stunden verloren und der Schmerz hielt mich in Schach.

Im nächsten Moment gab es einen Knall und das erste Kind hatte die Fruchtblase gesprengt und sich gleich mit geboren. Alle Ärzte und Schwestern, die sich vor mir aufgebaut hatten, waren nass vom Fruchtwasser. Gut gemacht, Kinder! Der Familienzusammenhalt funktionierte schon einmal. Ich konnte mir das Grinsen nicht verkneifen, denn die ruppige Schwester hatte besonders viel abbekommen.

Meine Kinder bekam ich allerdings nicht zu sehen. Mit dem ersten Kind verschwand jemand im Nebenzimmer. „Halte durch, mein Schatz!“, konnte ich nur in Gedanken hinterherrufen. Es war erschreckend ruhig im Saal. Warum sagte mir keiner was? Was war mit meinen Babys?

Noch als ich meinem ersten Kind nachsah, spürte ich einen starken Schmerz im Arm. Man hatte mir ohne Vorwarnung eine Infusionsnadel gesetzt, verpasste mir eine Vollnarkose und ich schlief ein, während das zweite Kind geholt und ich ausgeschabt wurde. Kein Wort der Aufklärung, kein Wort der Beruhigung. Wozu auch. Mit Gebärenden schien man nicht zu sprechen! So hatte man die Garantie, eine unvergessliche Geburt zu gestalten.

Während der OP hatte ich sehr viel Blut verloren und man wollte mich nicht an den anderen Gebärenden vorbeischieben. Also verfrachtete man mich kurzerhand in einen Nebenraum. Darin standen Putzwagen, abgedeckte Geräte, und es gab nicht mal einen Klingelknopf. Eine Schwester schaute herein, um Wäsche in einen Schrank zu legen.

Plötzlich kam Bewegung in den Raum, als man feststellte, dass ich aufwachte. Eine Hebamme kam ins Zimmer gestürzt, hielt mir einen Zettel unter die Nase und erzählte was von Notfall, Blut und anderem, das mir unverständlich blieb. Ich unterschrieb, ohne zu wissen, was. Mal sehen, vielleicht hatte ich gerade sieben Waschmaschinen bestellt ...

Tatsächlich hatte ich eine gesonderte Aufnahmebescheinigung für die Neonatologie unterschrieben. Das war die Station, auf der meine frühgeborenen Kinder versorgt wurden. Das Unterschreiben erinnerte mich an ein Haustürgeschäft mit einem Vertreter. Über die Konsequenzen wurde ich mir erst viel später bewusst. Als sich die Nebenwirkungen bemerkbar machten.

Die Hebamme rannte los, blieb aber an der Tür stehen und sagte, dass sie noch dringend einen Namen bräuchte. Ich wusste zwar seit knapp zwei Monaten, dass ich Kinder bekommen würde, aber so schnell hatte ich nicht damit gerechnet. Verdammt! Ich hatte noch keine Namen! Denken war in diesem Zustand auch nicht wirklich drin. Schon gar nicht bei so wichtigen Dingen, wie einem Namen.

LINUS! Das war das Erste, was mir einfiel. LINUS! Da der leibliche Vater nicht anwesend war, musste ich die Entscheidung über die Namensgebung auf die Schnelle alleine treffen.

Man hatte mir nie sagen können, was es für Zwillinge waren. Außer, dass sie zweieiig seien. Zwei Mädchen? Zwei Jungen? Ein gemisch-

tes Pärchen? Mein Gefühl sagte mir, gemischt – Junge und Mädchen –, aber vielleicht war es auch mein Wunschdenken.

Die Hebamme schrieb also den Namen auf und verschwand. Erst in diesem Augenblick ging mir durch den Kopf: Moment mal! Sie hatte weder erwähnt, ob Junge oder Mädchen, noch nach einem zweiten Namen gefragt. Demnach hatte nur ein Kind überlebt.

Ich konnte nicht weinen, aber auch nicht lachen. Ich war zutiefst erschüttert, dass ein Kind gestorben war, freute mich aber über die Nachricht, dass es ein Kind geschafft hatte. Ich war wehmütig und verspürte den starken Drang, zu meinem Kind zu wollen. Ich hatte mich bisher nicht einmal verabschieden können. Ich wollte zu meinem Kind! Ich wollte es in den Arm nehmen und ihm sagen, wie leid und weh es mir tat, es gehen zu lassen.

Eine andere Schwester erschien. Ich fragte, ob ich einen Jungen oder ein Mädchen hätte. „Junge“, lautete die Antwort gefühllos. Arbeiteten hier nur eiskalte Monster? Das entsprach nicht dem Bild der fürsorglichen Hebamme oder Krankenschwester, das ich bislang gehabt hatte. Aber wenigstens hatte ich in einem Glück gehabt: Ein Mädchen wäre mit dem Namen Linus wohl nicht sehr glücklich geworden.

Ich fragte die Schwester nach dem anderen Kind. „Das ist schon im Müll! Das wurde gleich nach der Geburt entsorgt!“

Dazu fiel mir nichts mehr ein. Sie redete von meinem Kind. Mein Kind war doch kein Abfall! Die verbale Ohrfeige war so unerwartet und stark, dass ich darauf nicht antworten konnte. Nein, es war mehr ein Dolch, der mir ins Innere gestoßen wurde. Mitten in die Gebärmutter, da wo zuvor mein Kind wohlbehütet gewesen war.

Ich schaute die Schwester geschockt an. Die Reaktion ihrerseits war trotzdem gleich null. Ich konnte mich tatsächlich nicht verabschieden. Mein Kind war namenlos zurückgeblieben, aus dem Mutterleib gerissen und entsorgt worden. Wo war eigentlich der Punkt, an dem ich nicht mehr konnte, überschritten? Es erstaunte mich immer wieder, wie viel ich ertragen konnte. Aber ich war nicht länger bereit, die brave Patientin zu spielen, mit der man machen konnte, was man wollte. Mit ihren Kindern schon gar nicht!

Die Umgangsform war nur eine Sache. Wütend machte mich dieses Schweigen. Wo war mein Kind? Wo war Linus? Was war mit ihm? Ich

wollte sofort zu meinem Sohn! Lautstark begann ich, im Kreißaal alle auf mich aufmerksam zu machen und zu fordern, dass man mich sofort zu Linus bringen sollte. Man versuchte, mich zu beruhigen, schaffte es aber nicht. Ich war zwar schwach, aber zu allem bereit.

Meine Oma hatte immer gesagt, man solle nie eine Mama herausfordern: Es würde im Ernstfall kein Unterschied bestehen zwischen einer reißenden Löwin, die um ihre Jungen kämpfte, und einer Mutter, die ihre Kinder verteidigte. Ich bin Schütze vom Sternzeichen, aber im Notfall hätte ich auch ohne Pfeil und Bogen agiert.

Einer der Ärzte versprach, mit mir zusammen einen Stopp bei meinem Sohn zu machen. Na also, es ging doch! Warum musste man um eine Selbstverständlichkeit so kämpfen? War es nicht für Mutter und Kind wichtig, eine Bindung aufzubauen und sie zu festigen? Hatte man hier keine pädagogischen Fortbildungen? Mir egal. Ich wollte zu meinem Kind. Zu dem Kind, das nicht im Müll gelandet war.

Auf das, was ich dann auf der Frühchenstation zu sehen bekam, war ich nicht im Geringsten vorbereitet gewesen. Ich hatte schon entsprechende Berichte im Fernsehen gesehen, aber die Realität war unbeschreiblich grausam.

Man führte mich in einen abgedunkelten Raum – ständige Alarmgeräusche, der Geruch ... ein beklemmendes Gefühl machte sich breit. Ich fühlte mich klein und unsicher. Wir hielten vor einem kleinen Kasten, der an ein Terrarium erinnerte. Der Arzt verkündete stolz, dass das kleine nackte Etwas unter der durchsichtigen Plastikfolie mit Tausenden von Schläuchen Linus sei. Oh, mein Gott!

## Linus, mein Küken

Mir wird schwindlig und übel zugleich. Das kleine Etwas hat starke Ähnlichkeit mit einem Küken, das zu früh aus dem Nest fällt. Mein Sohn ist so groß wie meine Handfläche. Seine Haut ist wachsähnlich und durchsichtig, überall sind Schläuche, und ein riesiger Be-

atmungsapparat lässt seinen ganzen Körper ruckartig hoch und runter bewegen.

Das soll mein Kind sein? Wie schrecklich! Ich habe das dringende Bedürfnis, diesen Kasten aufzureißen, alle Schläuche zu entfernen, mein Baby fest an meine Brust zu pressen und ganz schnell mit ihm wegzulaufen.

Stattdessen traue ich mich nicht mal zu atmen! Ich fühle mich unendlich hilflos, kenne keinen der Menschen, die hier arbeiten.

Ist mein Sohn wirklich in guten Händen? Ich kann ihn doch nicht einfach hierlassen! Aber ich muss ihn hierlassen. Es ist seine einzige Chance. Wie furchtbar. Ich kann nichts tun ... Der Arzt erzählt ungehindert. Ich kann ihm kaum folgen. Bin innerlich wie versteinert. Er sagt was von Sättigungen, Sauerstoffüberprüfung, Tubus ...

Vormerken: Arztstudium nachholen, damit du was verstehst!

Eine kleine Willkommensmappe wäre eine schöne Idee. Damit man ein wenig in die Materie eintauchen kann – behutsam. Ich nicke, versuche wirklich zu verstehen, wovon er redet, aber es kommt kaum etwas an. Die Folie sei wichtig und der Kasten auch, weil mein Junge seine Körpertemperatur noch nicht halten kann. Er bekommt Antibiotika, Koffein und Eisen.

Was ist zur Abwehr und was zur Atemunterstützung? Antibiotika? Ich habe das Zeug mein ganzes Leben noch nicht genommen, und mein Baby bekommt es nach der Geburt an Stelle von Muttermilch! Es werden immer mehr Infos und mein Kopf platzt fast.

Mein Blick weicht dabei nicht von Linus. Ich rede mir selbst Mut zu: „Sieh dir an, was er durchmacht! Dann kannst du auch stark sein! Nein, ich muss stark sein – für ihn stark sein! Wir schaffen das, mein Kleiner!“

Auf dem Kopf trägt Linus einen Verband, als Mützensersatz. Glücksgefühle, die man normalerweise nach einer Geburt hat, stellen sich so sicher nicht ein. Dafür die ersten Schuldgefühle. Bin ich schuld? Hätte ich was ändern oder verhindern können? Nur ein paar doofe Wochen, Tage oder vielleicht ein paar Stunden länger im Bauch? – Minuten?



*Blick durchs Bullauge: Der Brutkasten ersetzt den Bauch.*



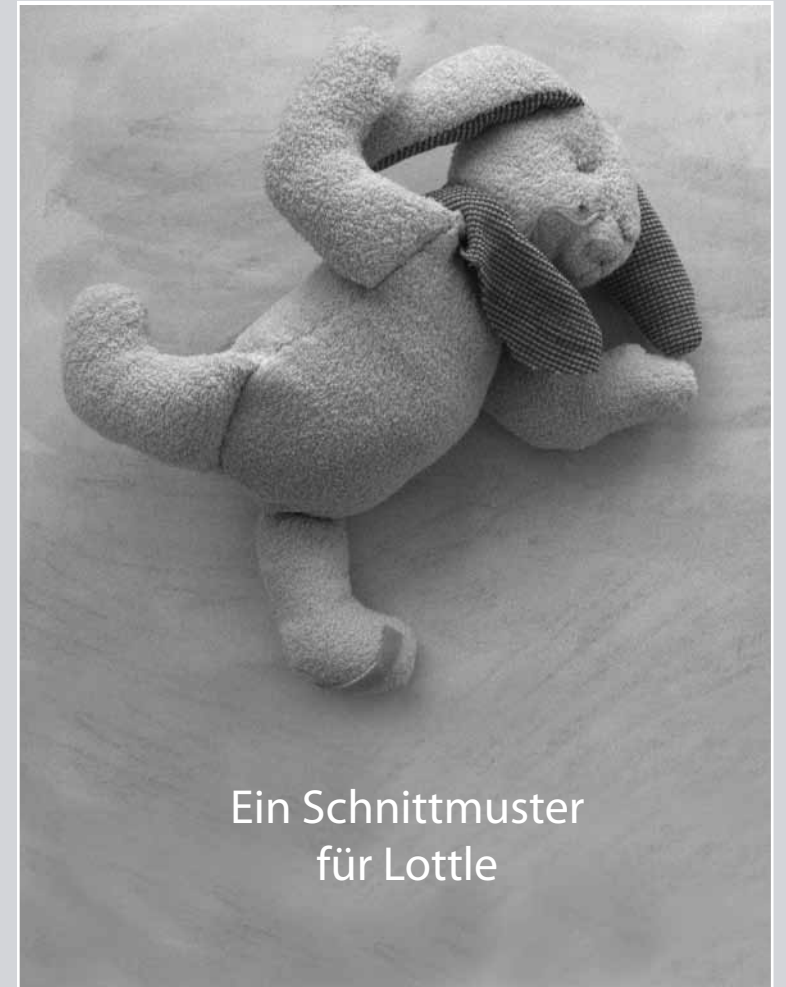
*Allerkleinste Berührungen auf dem Weg in die Normalität.*







*Linus mit 17 Jahren: Sein Lebenswille verleiht ihm Flügel.*



Ein Schnittmuster  
für Lotte



Lottle kann auch anderen Kindern und ihren Eltern Trost spenden und viel Freude bereiten. Daher möchte ich mein Schnittmuster zur Verfügung stellen.

Der fertige Hase ist etwa doppelt so groß, als auf dem Schnittmuster dargestellt.

Als Material eignet sich weicher Frotteestoff (z.B. ein nicht mehr gebrauchtes Handtuch).

### Vorbereitung

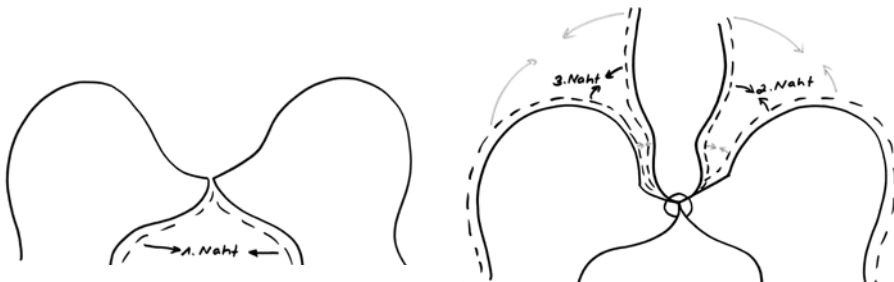
1. Musterbogen mittels Kopiergerät 200-prozentig vergrößern
2. Papier-Einzelteile ausschneiden
3. Einzelteile auf Stoffrückseite auflegen und mit Schneiderkreide auf den Stoff übertragen. Anschließend ausschneiden.

Dabei Folgendes beachten:

- Kopf: Vorlage vor dem zweiten Übertragen wenden
- Arm und Fuß: Vorlage für je zwei Teile wenden

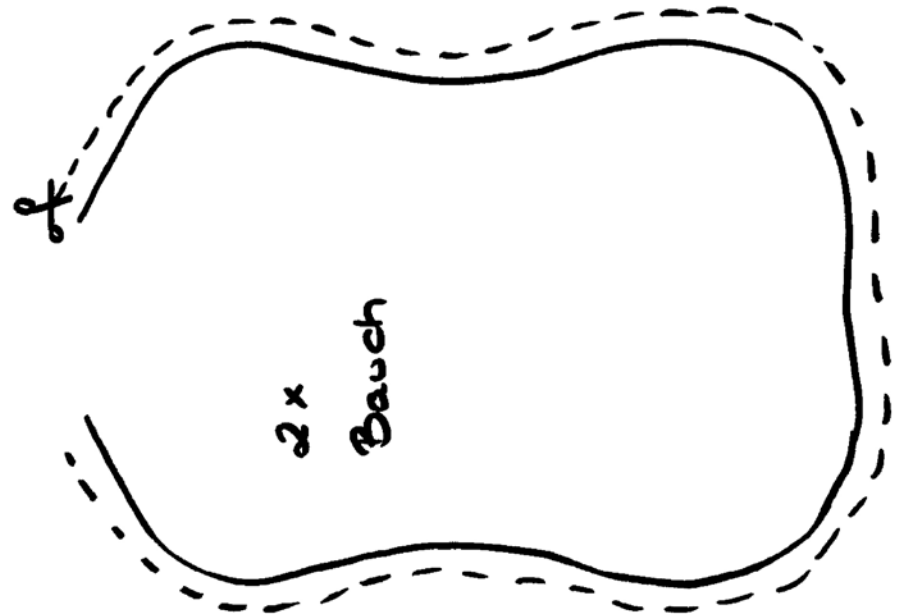
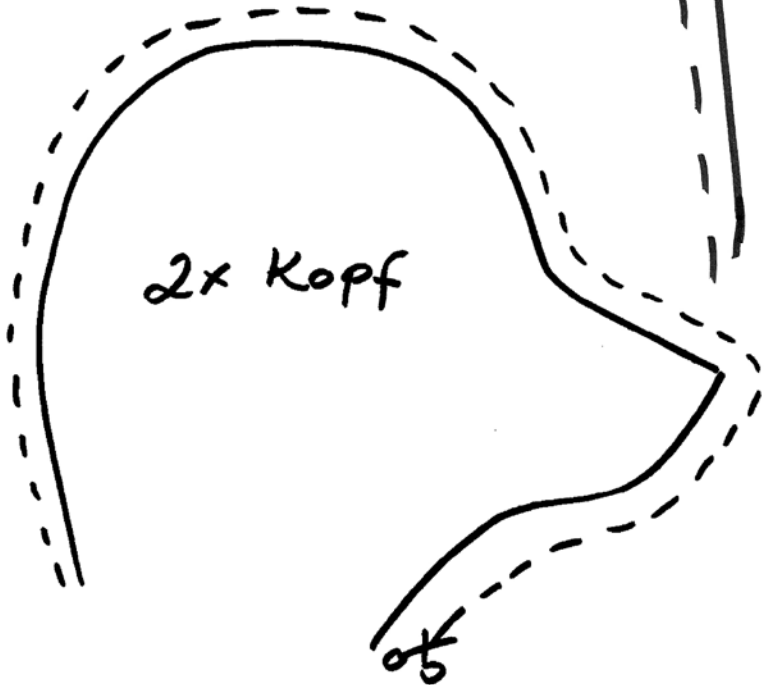
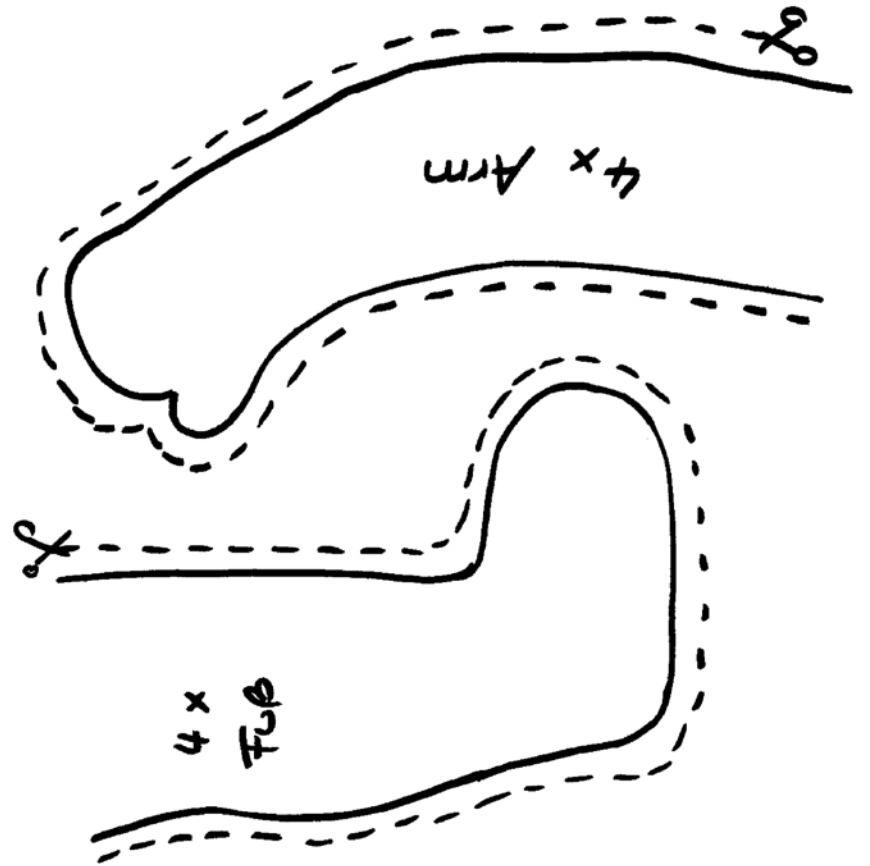
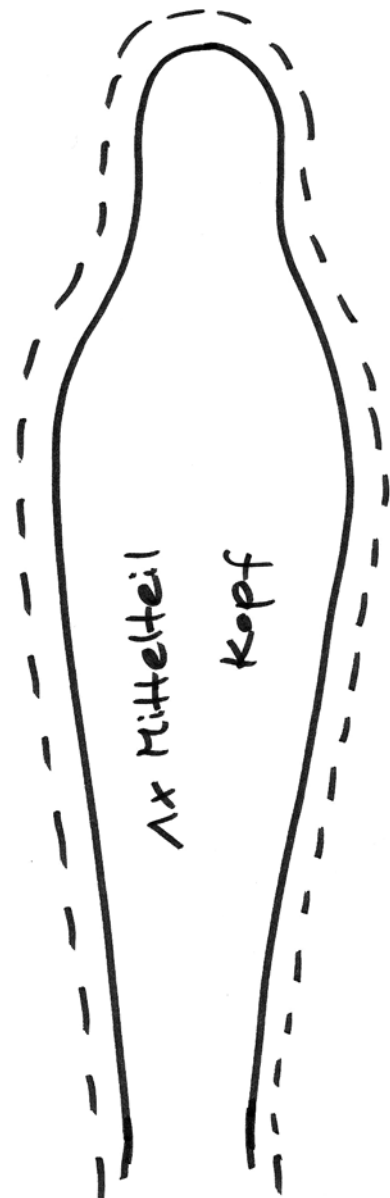
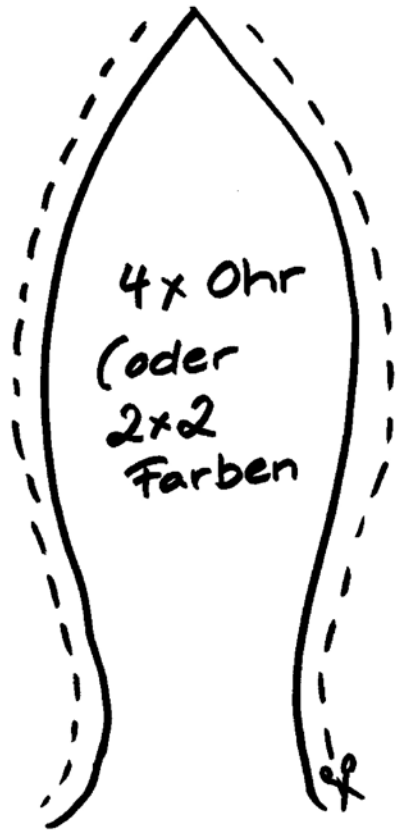
### Nähen

1. Ohren, Arme und Beine rechts auf rechts zusammennähen, wenden und ausstopfen
2. Körper rechts auf rechts zusammennähen, dabei oben ein Loch für den Kopf lassen; die Arme und Beine nach innen gestülpt annähen
3. Kopf gemäß Skizzen nähen; dabei den unteren Teil der beiden Kopfhälften (= 1. Naht) vom Hals bis zur Nasenspitze jeweils rechts auf rechts zusammennähen; dann (2. und 3. Naht) das Mittelstück einsetzen und es an der Nasenspitze und jeweils mit den beiden Kopfhälften vernähen; das Mittelstück geht bis zum Nacken hinunter



4. Kopf wenden und ausstopfen; Ohren annähen
5. Körper wenden und ausstopfen; als Letztes den Kopf mit der Hand annähen
6. Augen, Schnauze und Schnurrhaare mit der Hand besticken; kleines Halstuch umknoten
7. Eventuell ein Pflaster aufkleben und/oder einen kleinen Schlauch an der Pfote befestigen





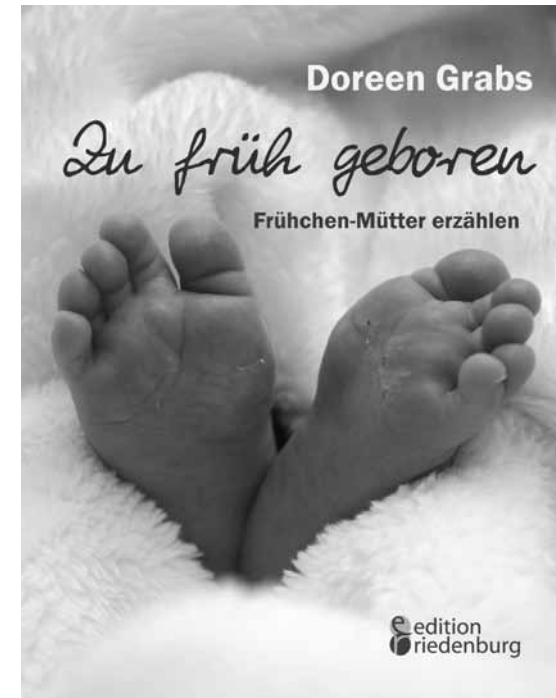
Erfahrungs-  
bericht



*Es sind noch vier Tage bis zur „offiziellen Lebensfähigkeit“ unseres ungeborenen Sohnes. Die Ärzte erhöhen nochmals die Dosis der Wehenhemmer, doch die von der Hebamme gerufene Oberärztin meint lediglich: „Da ist jetzt nichts mehr aufzuhalten!“ Ich drücke ein paar Mal, und da rutscht der Winzling auch schon in seiner kompletten Fruchtblase aus mir heraus. Sie ist noch nicht einmal geplatzt. Wie klein er ist! Im Kreißsaal ist es mucksmäuschenstill. Alle warten darauf, ob Elias die Kraft und den Willen zum Leben hat. Die Welt scheint in diesem Moment völlig still zu stehen. Doch dann geschieht das eigentlich Unmögliche: Elias bewegt die kleinen Ärmchen und Beinchen und gibt einen leisen, quäkenden Laut von sich.*

Dies ist die Geschichte von Elias, geboren in der 24. Schwangerschaftswoche. Seine Mutter Nina Pfister hat schon bald nach der viel zu frühen Geburt damit begonnen, ihre Erfahrungen aufzuschreiben. Als Erinnerung für sich selbst, als Mutmacher für andere Betroffene und als Danksagung an das Leben. Ninas Erzählungen, Briefe und Tagebucheinträge sind Zeugnis dafür, wie wichtig es ist, in den Stunden der Ungewissheit und des Zweifels ein familiäres und freundschaftliches Netzwerk um sich zu wissen, das einen auffängt. Der kleine Elias ist heute ein aufgeweckter Junge, dem man seine Frühgeburt kaum noch anmerkt. Während der Arbeit an diesem Buch war Nina erneut schwanger. Elias' kerngesunde Schwester Lara kam am errechneten Geburtstermin zu Hause zur Welt.

Von Müttern  
für Mütter



*Dieses Buch soll Müttern von zu früh geborenen Babys Mut machen. Denn nicht nur das Baby ist zu früh geboren, man ist auch zu früh Eltern geworden. Alles kommt plötzlich ohne Vollbremsung auf einen zu und man muss stark sein – für das eigene Baby und für sich selbst. (Doreen Grabs)*

Zu früh geboren – was dann?

Aus eigener Betroffenheit hat sich Doreen Grabs auf die Suche nach Antworten gemacht und andere Mütter befragt, die ebenfalls mit der Frühgeburtlichkeit ihrer Kinder konfrontiert waren.

Wie verliefen Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit dem Baby? Welche Komplikationen und Sorgen gab es? Wie war es im Krankenhaus und wie wurde die erste Zeit zu Hause bewältigt? Wie steht es um die Paarbeziehung und um weiteren Kinderwunsch? Wie geht es dem frühgeborenen Kind heute?

Und nicht zuletzt: Welche Ratschläge haben die befragten Frauen für andere Frühchen-Mamas?

Die Aussagen der Mütter werden von Doreens eigener Geschichte umrahmt. Außerdem gibt die Autorin gut verständliche Kurz-Informationen zu wichtigen medizinischen Fachbegriffen.



## Meine Wunschgeburt

Selbstbestimmt gebären nach Kaiserschnitt: Begleitbuch für Schwangere, ihre Partner und geburtshilfliche Fachpersonen

Autorinnen: Dr. med. Ute Taschner, Kathrin Scheck

Die meisten Mütter möchten ihr Kind verletzungsfrei auf natürlichem Wege zur Welt bringen. Dies trifft vor allem auf Frauen zu, die bereits einen oder mehrere Kaiserschnitte hatten und nun nach Alternativen zur operativen Entbindung suchen. Das Buch „Meine Wunschgeburt“ zeigt Schwangeren, ihren Partnern, GeburtshelferInnen und weiteren Fachpersonen Wege auf, wie dies gelingen kann.

Ratgeber



## Alleingeburt

Schwangerschaft und Geburt in Eigenregie. Basiswissen | Illustrationen und Fotos | Erfahrungsberichte

Autorin: Sarah Schmid (Ärztin, fünffache Mutter)

In „Alleingeburt“ vermittelt Sarah Schmid gesundes medizinisches Basiswissen und räumt gleichzeitig mit beängstigenden Geburtsmythen auf.

Ihr Buch ist daher auch für all jene eine wertvolle Lektüre, die Schwangerschaft und Geburt im klassisch betreuten Umfeld planen oder selbst als GeburtshelferIn tätig sind.