

Hebamme  
Anna-Maria Held



# Hebamme Backstage



edition  
riedenburg

**W**ie die Hebamme ihren Tag verbringt, das weiß kein Mensch genau. Die Schwangeren und Wöchnerinnen sehen sie ja immer nur für eine halbe Stunde oder so. Und da kommt die Hebamme gerade von irgendwoher und fährt nach dem Hausbesuch auch wieder irgendwohin.

Aber woher kommt sie? Und wohin ist sie unterwegs? Und überhaupt: Sind Hebammen wirklich so ökodynamisch und selbstgestrickt, wie immer behauptet wird?

Hebamme Anna-Maria nimmt uns mit auf die Reise in ihren persönlichen Backstage-Bereich. Stricken kann sie übrigens überhaupt nicht.


Welchen Klischees sie also weiterhin nicht gerecht wird und welchen vielleicht doch, erzählt sie uns brühwarm aus erster Hand. Wenn sie nicht gerade im Handballtor herumtobt.



Anna-Maria Held wurde 1980 geboren. Sie arbeitet als freiberufliche Hebamme und wohnt mit ihrem Mann und ihren beiden Kindern in Norddeutschland.

Bisher von Anna-Maria Held bei edition riedenburg erschienen:

- **„Die Hebammenschülerin“** – Tiefe Einblicke in den Kreißaal-Alltag lassen uns an Presswehen, Stillbrüsten und Co teilhaben
- **„Der ganz normale Hebammenwahnsinn“** – Hebammen als Universalgenie sind aus unserer heutigen Gesellschaft nicht mehr wegzudenken
- **„Hebammenpraxis to go“** – Praktische Tipps und Tricks, aber auch jede Menge Humor verkürzen die Wartezeit bis zum nächsten Hausbesuch
- **„Eileiterschwanger“** – Wenn die Hebamme selbst zur Patientin wird

 edition  
riedenburg  
editionriedenburg.at



9 783903 085251

ISBN 978-3-903085-25-1

**Für meine Schwester**



*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.

Ortsangaben und Personennamen sind fingiert. Übereinstimmungen mit lebenden oder toten Personen sind rein zufällig und nicht beabsichtigt.

Die schriftlichen Ausführungen der Autorin sind subjektiv. Das vorliegende Buch versteht sich nicht als medizinischer Ratgeber.

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr. 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. 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.

1. Auflage	Februar 2016
© 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 Anna Rockel-Loenhoff, Unna

Bildnachweis	Handballtor: © Stockfotograf - Fotolia.com Handball: © roostler - Fotolia.com Turnschuhe und Handtuch: © sabine hürdler - Fotolia.com
--------------	---

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

ISBN 978-3-903085-25-1

# Hebamme Anna-Maria Held



# Hebamme Backstage



 edition  
riedenburg

# Inhalt

---

Damals	6
<b>Hebamme Backstage</b>	<b>9</b>
Mutter Teresa und das Scheunentor	10
Erstmal einen fetten Cocktail trinken ...	12
<hr/>	
Interview mit einem Hebammen-Freund	15
<hr/>	
Die Würfel am Spiegel des Lebens	16
Hebamme goes shopping	17
Fashion Morning	19
Die Stillabtreterin	21
<hr/>	
Interview mit einer Hebammen-Tochter	25
<hr/>	
Echte Sorgen	26
<hr/>	
Interview mit einer Hebammen-Freundin	28
<hr/>	
Sport	29
Parkett in Gefahr	30

Viele Worte - keine Worte	31
Die Hebamme in der Arztpraxis	33
Smartphone - eine einzige Provokation	40
Unaushaltbar tolerant	41
The next generation - und deren Lebenstipps	42
Das Problem mit dem Sterben	47
<hr/>	
Interview mit einem Hebammen-Ehemann	50
<hr/>	
Die Hebamme und ihr Ehemann	50
Der Funktionstest	54
Wenn Hebammen entbinden	56
Der Blick auf die andere Seite	76
<hr/>	
Interview mit einem Hebammen-Sohn	79
<hr/>	
Die Hebamme in der Schule	79
Sauber	85
Ein Tag mit einer Hebamme	87
Zum Schluss	104

## Damals

Alexander war neun Jahre alt, als er mir mit weisem und wissendem Blick eröffnete:

„Im Mittelalter, Mami, weißt du? Da wärst du verbrannt worden.“

Wir befanden uns auf dem Weg in die Schule. Der Tag konnte mit einer solchen Information nicht besser starten.

„Ja, das wäre aber doof, oder?“, antwortete ich. „Gut, dass wir nicht im Mittelalter leben und ich nicht verbrannt werde. Wer würde sonst für dich kochen, deine Wäsche waschen und dich in die Schule kutschieren?“

Alexander blickte sinnierend aus dem Fenster. Er hatte mir offenbar noch etwas zu sagen. „Du wärst verbrannt worden, weil man dachte, dass alle Hebammen Hexen sind.“

„Jetzt ist man ja Gott sei Dank so schlau und weiß, dass das Quatsch ist und dass es keine Hexen gibt, stimmt's?“, fragte ich, etwas gestresst übrigens, weil ich mich auf der Suche nach einem Parkplatz vor der Schule befand. Zu spät losgefahren. Wie immer. Ich hätte mir jetzt gern einen fetten Parkplatz gehext. Aber einen richtig fetten.

Alexanders und meine Blicke trafen sich im Rückspiegel bei meinem kläglichen Versuch, irgendwo einzuparken.

„Also Mami, bei dir kann man nie wissen. Bist du wirklich keine Hexe?“

„Schön wär's, Schatz. Aber nein. Bin ich leider nicht.“

Was mir das für Möglichkeiten eröffnen würde!

„Und da bist du dir ganz sicher? Du kannst mir das ruhig sagen.“ Alexander war gar nicht von abzubringen.

Hätte er mich noch ein einziges Mal gefragt, hätte ich ihm mit geheimnisvollem Blick gesagt: „Unter uns, mein kleiner Schatz, verrät's nicht weiter, aber ich bin wirklich eine Hexe. Und was für eine. Wenn du das Papa erzählst, verhexe ich dich in ein Mädchen.“ Hat er aber leider nicht. Weil nämlich die Schulglocke am Läuten war und ich Alexander mit einem liebevollen „Los! Renn!“, aus dem Auto schmei-

ßen musste. Ich hatte doch noch einen Parkplatz gefunden. Wenn die zweite Reihe voll war, gab's auch immer eine dritte Reihe. Und wenn ich sie selbst eröffnen musste.

Für meinen Sohn war ich also offenbar eine Hexe. Das Thema ist selbst heute noch nicht ganz vom Tisch für ihn.

Es gibt ja viele Annahmen, was und wie Hebammen so seien. Wenn eine Schwangere zum ersten Mal eine Hebamme anruft, denkt sie häufig, dass sich die Hebamme gerade ganz gemütlich einen Tee macht, ihre innere Mitte gefunden und gestärkt hat und sich ein Paar Wollsocken strickt.

Dass die Hebamme in Wirklichkeit auf dem Klo sitzt, mit einer Freundin am Streiten ist oder ihre Kinder anschreit, damit die endlich ihre Zimmer aufräumen sollen ... Nein, ausgeschlossen.

Ganz zu schweigen davon, dass sie vielleicht gerade Sex mit ihrem Mann hat. Hui, haben Hebammen überhaupt Sex? Haben sie? Ja, ich habe mal davon gehört, dass die so was machen. Ich natürlich nicht. Aber manche schon. Selbst die, die außerklinische Geburtshilfe anbieten, 24 Stunden am Stück Gewehr bei Fuß stehen und ihr Handy immer dabei haben. Auch die haben welchen.

Wenn's währenddessen mal klingelt ... Was für ein ekstatischer Moment muss das wohl sein! Ob Hebammen die Gürteltasche mit dem Handy auch beim Sex umlassen? Dann hat man das jedenfalls schnell parat.

Es ist tatsächlich so, dass Hebammen Meisterinnen darin sind, den Schein zu wahren. Und was hinzukommt: Hebammen können zwar im Urlaub sein oder ihrer Freizeitbeschäftigung nachgehen, aber sie sind immer Hebammen. Immer.

Auch backstage.



Hebamme  
Backstage

## Mutter Teresa und das Scheunentor

Die Hebamme an sich ist auch privat gern Mutter Teresa und kümmert sich ehrenamtlich um jeden, der es braucht. Sagt man ja so. Stimmt auch oft. Wenn ich Bock dazu habe.

Meine Lieblingsnachbarin kam an einem sommerlichen Sonntagvormittag zu uns rübergeeilt. Schön warm war's.

„Ben hat sich gestern Abend so was von abgeschossen und kotzt jetzt die ganze Zeit, ich könnte ihn umbringen! Hast du vielleicht etwas dagegen?“, fragte sie mich leicht aufgebracht, aber auch durchaus besorgt. Es ging schließlich um ihr Nesthäkchen.

Ich ging mit zu ihr nach drüben, dieses Highlight durfte ich nicht verpassen.

Ihr Sohn, das nicht mehr ganz so kleine absolute Hübscherchen, lag wie ein Häufchen Elend zu Hause auf dem Sofa. Ein großer, zum Glück gerade entleerter und mit Desinfektionsmittel befüllter Eimer stand neben ihm. Ben wollte sich lieber nicht bewegen, aus Angst, sofort wieder loszukotzen oder vielleicht auch direkt an Ort und Stelle zu verenden. Selbst die Augen zu öffnen stand völlig außerhalb des Zumutbaren.

„Mach mal den Mund auf“, sagte ich zu ihm und gab ihm ein paar Globuli für den überforderten, promillegefüllten Magen.

Die Lieblingsnachbarin tobte um ihren halbtoten Sohn herum. Wie er so da lag, der eitle, niedliche Ben, das war kaum zu ertragen. Ich musste ihm einmal durch die Haare wuscheln. Selbst die lagen nicht. Es stand also wirklich schlimm um Ben.

„Jetzt geh ich erstmal zu Hilde, das alles saubermachen! Richtig Bock hab ich da jetzt nicht drauf, wie du dir vorstellen kannst! Da wirst du dich auf Knien entschuldigen müssen!“, schimpfte sie.

„Washahichngemacht?“, fragte Ben mit immer noch geschlossenen Augen und schwächster Stimme.

„Die ganze Hollywoodschaukel hast du vollgekotzt! Alles voll! Und die Terrasse! Weißt du, wie peinlich mir das ist? Und wie gefährlich

das war? Wie kann man nur so leichtsinnig mit seinem Leben umgehen?“

Sprach's, rauschte zur Tür raus, und weg war sie. Kotze wegwischen fahren. – Ich wäre ausgerastet, wenn Alexander das gewesen wäre. War er aber nicht. –

„Mach nochmal den Mund auf“, befahl ich.

Ben ging es schon etwas besser, er musste über seine Glanzleistung etwas kichern. Aber nur etwas.

Bingbingbing. Mein Handy. Eine Schwangere meldete sich mit großer Schwangerschaftsübelkeit. Ob ich ihr da was empfehlen könnte. Ja. Konnte ich. Exakt das, was ich gerade Ben eingeflößt hatte. Sie würde es allerdings selbstständig hinbekommen.

Zurück zu Ben – und seinem Bruder, der gerade zur Tür reinkam. Besonders verständnisvoll war der nicht: „Globulis? Ich hätte ihm an deiner Stelle 'ne fette Nadel in den Arm gejagt und eine Infusion drangehängt. Damit er sich das mal merkt!“

Eine Stunde später erhob sich Ben vom Sofa, setzte sich eine Sonnenbrille auf und sah zumindest wieder hübsch aus. Um mehr ging es erstmal auch nicht.

„Das ist echt cool, dass du alles immer da hast, was man so braucht“, sagte die Lieblingsnachbarin ein paar Tage später. Ärger und Hollywoodschaukelkotze waren mittlerweile verraucht bzw. weggeschrubbt. „Dann weißt du ja bei dir selbst und deinen Lieben immer, was zu tun ist, oder?“

Ja. Das denkt man immer. Aber meine Familie hütet sich ehrlich gesagt davor, mich bei jedem Wehwehchen vollzuheulen, denn so schnell, wie ich eine Akupunkturadel oder ein Tape zücke, können die gar nicht gucken. Apropos: Tapes bei meinem Mann Lennert kommen jetzt übrigens eher nicht mehr zum Einsatz. Die Quaddeln seiner allergischen Reaktion haben mich noch lange beeindruckt. Ihn auch.



Aber wenn's richtig akut ist, dann kommen sie an. „Hast du Globulis / Tapes / Schüßler-Salze / Akupunktur / eine Massage gegen Halsweh / Bauchweh / sonst was?“

Was jedoch Therapiemöglichkeiten bei mir selbst angeht: Also nein. Da ist das eher schwierig. Ganz ehrlich. Mir fällt da meistens nichts ein. Was jetzt nicht daran liegt, dass ich so außergewöhnliche Krankheitsbilder aufweisen würde. Nein, so ist es nicht. Das sind Kopfschmerzen, Menstruationsbeschwerden und so weiter und so fort. Was frau eben so hat. Ich leide dann still vor mich hin oder jaule laut rum und frage mich, was mein Leid nun lindern könnte.

Es ist dann in etwa so, als würde ich mit den Händen in den Jackentaschen vor einer Scheunentür stehen, deren Klinke ich einfach nur drücken müsste, um sie zu öffnen. Fällt mir aber nicht ein. Und so bleibe ich vor der Scheunentür stehen und sage, „Ich komm nicht rein. Ist zu.“

Währenddessen macht mein Handy wieder Bingbingbing. Eine Schwangere. Mit Kopfschmerzen. Was man da machen könnte. Na, warmes Wasser trinken, Schüßler-Salze Nr. 7 auflösen, ist doch klar!

## Erstmal einen fetten Cocktail trinken ...

Hebammen haben keine Laster: Hebammen ernähren sich vegan oder mindestens vegetarisch. Sie kaufen ausschließlich in Bioläden ein. Sie schminken sich niemals, und Alkohol gibt's natürlich auch nicht.

Rauchen? Um Gottes willen! Nur heimlich. Und natürlich mit dem Verweis darauf, dass sie damit dem Staat wegen der Steuereinnahmen einen immensen Gefallen tun würden. Uns allen quasi. Der Vorschlag, dass sie ja dann einfach die Zigaretten kaufen und sie direkt wegschmeißen könnten, um sich hinterher immer noch als Helden feiern zu lassen, wird überhört, ignoriert oder mit einem „Pfff, so einfach ist das nicht“ abgetan. Aber bitte.

Hebammen gehen nicht groß aus. Sie besuchen mal eine Fortbildung oder andere Hebammen. Aber Rummel? Restaurant? Reeperbahn? Never ever. Ausflippen? Auf keinen Fall.

Hebammen führen also das allerallerlangweiligste Leben auf der ganzen, weiten Welt. Ach was. Im Universum!

Denkt man jedenfalls.

„AND IF WE DIE, TOMORROW, WHAT WILL WE HAVE TO SHOW? FOR THE WICKED WAYS. DOWN BELOW. THE RHYTHM INSIDE IS TELLING US WE CAN FLY TOMORROW. ON THE BEAUTYFUL WIND THAT BLOWS. ON A COSMIC JIVE LOVE OR DIE. I'M GONNA GET THAT RHYTHM BACK. RRRRRRAPAPAB! RRRRRRAPAPAB! WE GONNA RRRRRRAPAPAB TONIGHT.“

Am Morgen nach dem Eurovision Song Contest war ich in der Küche nicht mehr zu stoppen. In Shorts und Arbeits-T-Shirt von Lennert gab ich einfach alles und schrie wild entschlossen in mein Mikro – also in den Schneebesen. Ich war der belgische Teilnehmer Loïc Nottet. Ich war Belgien. Die Menge jubelte. Naja, fast jedenfalls.

Selma reichte mir das Telefon: „Mami, da ist eine Frau für dich dran.“

Hin und wieder gehe ich mit meiner Freundin Christiane in die Cocktail-Happy-Hour. Die geht leider nicht so lange, nur bis 22 Uhr. Deshalb ist es so, dass wir schon bei Betreten der Cocktailbar mehrere Cocktails auf einmal bestellen. Und dann kurz vor Schluss noch mal. „Isserskurssvorzehn. Lassunsnoch jeder drei bestelllllln!“

Einer unserer Männer fährt uns dann netterweise meistens. Oder wir fahren mit dem Taxi.

Weil es selbst beim Beginn unseres Treffens schon nach 20 Uhr ist, hab ich auch kein schlechtes Gewissen, das Telefon zu ignorieren. Ist auch besser so. Eine SMS kriege ich nach der Happy Hour nämlich nicht mehr hin. Ich vertrag ja nichts. Wer in so einem Zustand schon mal eine SMS von mir bekommen haben sollte, der weiß, wovon ich spreche.

Mein russischer Onebrainsoulmatebro Sergej, der weiß das zum Beispiel. Der trägt allerdings viel. Ist ja auch ein Russe. Ein handballspielender, schwuler Russe. Wer schon mal in einer schwulen Wohnung war, der weiß, wie wundervoll das dort nach Parfum

und Körperpflegeprodukten duftet und wie geschmackvoll so eine Wohnung eingerichtet ist. Wenn ich zu Hause mal rausfliege, ziehe ich bei Sergej ein.

Und wer einen schwulen Freund hat, der weiß, was für eine Wirkung so jemand auf andere Menschen hat. Sergej wird von allen Seiten angehimmelt und geliebt. Ich habe den Eindruck, dass sich seine Mannschaft nicht komplett fühlt, wenn er nicht da ist.

Wer einen Kurzurlaub für seine Seele braucht, verbringt einfach zehn Minuten mit Sergej. Schon ist man erholt und aufgeladen, weil es nicht möglich ist, einen mürrischen Gedanken in seiner Gegenwart zu hegen. Jedem geht das so. Deshalb darf sich Sergej überall mehr rausnehmen als jeder andere: Mich darf er zum Beispiel ungestraft Chantal nennen.

Wenn über Sergej gesprochen wird, dann immer mit einer Fröhlichkeit und Wertschätzung, die ich sonst selten erlebe.

Ich glaube, ich will auch schwul sein.

Und obwohl Sergej mit seinem Mann wohl keine Kinder zeugen wird, hat er sich immerhin von mir erklären lassen, warum es keine Eileiter mit Sprossen zum Hochsteigen gibt.

Ich habe Lennert mal empfohlen, sich eine lesbische Freundin zu suchen, weil er von der Arbeit immer so gestresst ist und weil ich finde, dass ihm so was helfen könnte. Aber er meinte, das würde so herum nicht funktionieren. Dann eben nicht.

Sergej wird regelmäßig von mir akupunktiert und getaped. Meistens geht, bingbingbing, das Handy währenddessen.

„Ich fahre zu einer Geburt, möchtest du vielleicht mit?“, meinte ich.

Sergej darauf: „liih, nee, das würde ich nicht machen. Das ist bestimmt mit Blut und so. Voll eklig. Ich bleib mal lieber hier, nää“

Sergej wettet übrigens regelmäßig mit mir. Und ich verliere regelmäßig fast alle Wetten. Es ist wie eine Sucht, ich brauche dann immer eine neue Wette, die ich gegen ihn gewinnen könnte. Ich bin noch auf der Suche nach was Todsicherem.

Eine Kiste Bier, Handballkarten, Kinokarten, Handballtrikots, Lasagneflatrate – alles Einsätze, die ich bereits leisten musste. Und

alles begann jeweils mit Sergejs: „Chantal, wollen wir wirklich wetten? Hä? Hä? Hä? Willst du schon wieder verlieren?“ Und meiner Antwort: „Nein, dieses Mal gewinne ich! Todsicher! Darauf wette ich!“

Ich sehe es schon kommen, irgendwann setze ich Lennert, meine Kinder, mein Auto oder unser Haus ein. Dann wird's Zeit für einen Besuch bei der Suchtberatung. Spätestens. Da nehme ich Sergej dann aber mit. Der kann's ja irgendwie auch nicht lassen mit der Wetterei.

## Interview mit einem Hebammen-Freund

Sergej? Hilfst du mir bei meinem Buch und beantwortest mir die Interviewfrage, wie du es findest, mit einer Hebamme befreundet zu sein?

*Wie es ist, mit einer Hebamme befreundet zu sein?*

Ja. Genau.

*Wunderbar ist das. Aber: Also das Handy ist ja die ganze Zeit am Bimmeln. Schrecklich! Und als Mann erfährt man so mancherlei Dinge, die man normalerweise nicht erfährt. Also der Storch ist es doch nicht. Zum Beispiel.*

*Und das Organisationstalent dieser „Tante“. Bewundernswert ist das. Wie sie Familie und Job unter einen Hut kriegt – Hexerei. Als Freund bin ich stolz. Stolz darauf, einen Menschen zu kennen, der alles dafür gibt, Kindern auf die Welt zu helfen und die Eltern glücklich zu machen.*

*Gut so?*

Ja. Super. Danke sehr.

*Chantal, hast du noch ein Bier? Prost, nää?*

## Die Würfel am Spiegel des Lebens

Hebammen besitzen in der Regel keine PS-starken Autos. Hauptsache, die Karre fährt von A nach B. TÜV braucht die eigentlich auch nicht. Wo 70 erlaubt ist, wird wirklich allerhöchstens 70 gefahren. 60 reicht aber auch.

Hebammen sind so gechillt, die bringt nichts aus der Ruhe. NICHTS. Und wenn doch, dann wird eine Tasse grüner Tee getrunken, und schon ist die Welt wieder im Gleichgewicht und man kann getrost zum Yoga gehen, um NOCH mehr runterzukommen. Der Ruhepuls liegt bei Hebammen also so ungefähr bei 30 Schlägen pro Minute und in Stresssituationen bei 31.

Wobei das ja an sich nie eintritt, so eine Stresssituation. Nein, Stress kennen Hebammen nicht. Meint man oft.

Neulich fuhr ich hinter meiner Kollegin Gerlinde her. Zufällig. Und was sah ich? Sie raste über eine rote Ampel.

„Sag mal, hab ich mich verguckt, oder bist du über eine rote Ampel gefahren?“, fragte ich sie ein paar Tage später, als wir uns im Geburtshaus trafen.

„Da haste dich bestimmt verguckt, an dem Tag waren das mindestens drei!“ Gerlinde hatte an dem Tag offensichtlich Stress.

Gut, dass wir noch nie nebeneinander an einer Ampel standen. So was stresst mich nämlich immer enorm, nicht nur auf Hebammenfahrten.

Ich kann es nicht lassen, ich muss die Erste sein, die bei Grün wekommt. Ich ertrage das sonst nicht. Währenddessen darf auch mein Handy nicht klingeln, weil ich ja das Rennen gewinnen muss.

Am liebsten würde ich den Motor aufheulen lassen, allerdings ist das bei einem Automatikgetriebe recht schwierig. Das müsste ich auf N stellen oder auf P. Und von dort wieder auf D umstellen. Das kann wertvolle Zeit kosten und mich unnötigerweise um meinen Sieg bringen.

Das Coolste ist, dass ich die meisten Rennen gewinne. Was vielleicht auch daran liegt, dass nur ich erkenne, dass es ein Rennen ist – und der andere Teilnehmer gar nicht wirklich teilnimmt.

Irgendwann hänge ich mir mal zwei Würfel an den Rückspiegel. Soll ja ein sicheres Zeichen sein. Wahrscheinlich mach ich's aber nicht. Es ist so dermaßen unhebammig, das kann ich nicht bringen.

Allerdings könnte ich in der Disziplin Ampelrennen tatsächlich mal gegen Sergej gewinnen.

„Wetten, ich zieh dich an der Ampel ab? Hä? Hä? Hä?“

Sergej hat nämlich keinen Führerschein. Aber ein Mountainbike. Ich frag ihn lieber nicht. Wahrscheinlich bin ich dann so gestresst, dass ich meinen Automatikwagen abwürge (Ich schaffe so was bestimmt.) und Sergej betont lahmarschig an mir vorbeifährt, sich währenddessen noch mit seiner mattierenden Tagespflege das Gesicht eincremt („Chantal, nimm du auch ruhig was davon.“) und mal wieder gewinnt. Und dann muss ich wahrscheinlich seine Küche ein Jahr lang aufräumen.

Solche kleinen Ampelrennen machen mich immer so fertig, dass ich dann, wenn ich bei den Hausbesuchen angekommen bin, erstmal auf die Toilette muss. Der Stoffwechsel. Schlimm. Manche Familien weihe ich in mein kleines Laster ein. Sonst denken die noch, ich hätte ein echtes Problem.

## Hebamme goes shopping

Hebammen spüren es, wenn eine Frau schwanger ist. Sie sehen es ihr förmlich an. Kein Test ist da nötig, und Ultraschall erst recht nicht. Sagt man ja oft.

Ich habe da zwar sehr oft ein Gespür für, aber: Regelmäßig kaufe ich eine ganze Batterie an Schwangerschaftstests. Irgendeine Frau sitzt immer in einem meiner Rückbildungskurse, um mich nach der Kursstunde mit ängstlichem Blick und Baby auf dem Arm zu sich zu bitten und bang zu fragen:

„Ich habe meine Tage nicht bekommen, ist das normal?“

„Naja, wenn du schon wieder schwanger bist, dann ist das normal. Bist du denn?“, erkundige ich mich dann.

„Könnte sein, ich weiß ja auch nicht, kann ich denn?“, heißt es daraufhin meist, während das Baby entweder losspuckt oder heult.

„Also, es ist so. Wer Sex hat, kann schwanger werden. Hattest du denn welchen?“

„Naja, also ... Dürfte ich denn?“

So geht das immer hin und her mit der Fragerei.

Und dann ist es immer ganz gut, einen Schwangerschaftstest parat zu haben. Auch im Freundeskreis findet sich ab und zu mal eine Freundin, die „jetzt auch nicht so genau weiß“, warum sie ihre Tage einfach nicht kriegt, und sich nicht traut, einen Schwangerschaftstest zu kaufen.

Meist kaufe ich die online.

Neulich war ich allerdings bei einer großen Drogeriekette. Die hatten mehrere im Angebot. Ich war froh, dass ich da niemanden getroffen habe, den ich kenne. Ruckzuck gibt's Gerüchte. Geht ja immer schnell so was. Schlimm.

Sechs Tests sind es dann insgesamt geworden, der Preis war unschlagbar günstig. „Hoffentlich sitzt da jetzt kein Jungspund an der Kasse, der nicht weiß, wohin er gucken soll“, dachte ich so.

Es saß natürlich ein Jungspund an der Kasse. So ein junger, kleiner Checker, vielleicht 17 oder so. Er tat mir schon leid, als ich ihn nur dort sitzen sah.

„Hallo“, sagte er.

„Hallo“, antwortete ich. Und dachte noch zusätzlich: „Du kleines Opfer!“

„Bip. Bip. Bip. Bip. Bip. Bip“, machte der Abpiepser.

„Da wollense aber ganz auf Nummer Sicher gehen, wa?“, fragte der Jungspundkassierer mich grinsend.

„Äh, also, die sind nicht für mich.“

Ich war echt überfordert mit dieser Frage.

„Hmm, schon klar, für ‚ne Freundin nä?“, kam noch grinsender zurück.

„Nee echt. Ich bin Hebamme, ich brauche die beruflich!“

„Krass, Hebamme, echt? Das ist ja cool.“

Jungspundkassierer war in seinem Element.

„Dann sindse ja vom Fach, nä? Also was ich schon immer mal wissen wollte: Sind die alle gleich zuverlässig? Auch die richtig billigen?“

„Ja, sind sie.“

„Meine Schwester nä? Die ist 26 und kriegt jetzt ihr fünftes Kind! Der fällt echt nichts anderes in ihrer Freizeit ein. Ich hab selbst noch vier Geschwister“, erzählte er mir. Kassiert hatte er schon längst. Die Schlange an der Kasse hörte gespannt zu.

„Wow. Das liegt dann bestimmt in der Familie. Also schön aufpassen, wenn du noch nicht Vater werden willst“, empfahl ich.

„Nee. Dafür hab ich viel zu viel zu tun. Und ich hab auch andere Hobbys außer Rumpoppen und so.“

Ja. Schön. Würde man dann sehen.

## Fashion Morning

Die Hebamme an sich trägt gern Leinen. Und Baumwolle. So Sackartiges. Tussihafte Röcke eher nicht so. Dafür müsste sie sich ja die Beine rasieren. Macht die aber nicht so gerne. Wegen Emanzipation und so. Sagt man ja immer. Hab ich jedenfalls schon oft gehört.

Ich habe mir neulich zwei Bleistiftröcke gekauft. Schön günstig. Hebammen verdienen ja nichts. Nichts!

Jedenfalls fällt meinem Sohn Alexander jede kleine Veränderung auf. Sehr aufmerksam. Er könnte es eines Tages mal richtig weit bringen in der Damenwelt. Falls er nicht Nils heiratet, natürlich. Das stand zu Kindergartenzeiten nämlich noch zur Debatte. Wird man dann sehen.

„Oh, Mami! Neuer Rock? Sieht schick aus!“

„Ja? Das freut mich! Danke!“

Hoffentlich bleibt er in der Pubertät auch so, wenn er da so richtig mit Schmackes angekommen ist ...

„Man sieht aber ein bisschen deine Unterwäsche.“

Kritischer Blick auf meinen Hintern. Da war ich vorher extra zum Dessousladen gelatscht, um mir megahässliche fleischfarbene Unsichtbarkeitsunterwäsche zu kaufen, und dann das.

Übrigens war es dort so gewesen, dass ich oben ohne in der Umkleidekabine gestanden hatte, die Verkäuferin mit einem ganzen Ensemble an BHs reingerauscht war, mich angesehen und gefragt hatte:

„Sind Sie nicht die Hebamme aus Altona?“

An den Brüsten erkannt, oder was?

Selma konnte Alexanders Meinung nicht teilen.

„Gar nicht wahr. Das sieht alles gut aus. Dreh dich noch mal um, Mama.“ Auch sehr kritischer Blick. Stirnfalte, Augenbrauen unter der Nase. „Nee, ich seh da nichts.“

„Doch hier“, kam Alexander angetrabt und zeigte auf meinen Po. „Da sieht man voll die Wellen.“

WELLEN?! CELLULITE?! Ich wollte ausflippen. Aber ich riss mich am Riemen.

Alexander hob meinen Rock hoch, so schnell konnte ich gar nicht gucken.

„Guck, du hast dir Unterwäsche mit so Wellen dran gekauft.“

Gott sei Dank. Gott sei Dank. GOTT. SEI. DANK.

„Das heißt Spitze“, brachte ich mit letzter Kraft erleichtert hervor.

„Ach komm. Wellen. Spitze. Egal. Jedenfalls sieht man davon ein bisschen den Rand. Also würde man. Wenn die Sonne drauf scheinen würde.“

Alexander schaute mir genau in die Augen, um sicherzugehen, dass ich ihn auch wirklich verstanden hatte. Hatte ich. Ja.

Selma musste sich wieder einschalten.

„Quatsch, Alex. Ich seh da überhaupt nichts. Ich will auch noch mal gucken. Nimm noch mal Mamis Rock hoch.“

Hallo?

Und während Alexander meinen Rock anlupfte, empfahl er mir, „meinen Arsch einfach nicht in die Sonne zu halten.“

Danke, mein Sohn.

Da frage ich mich manchmal, ob es nicht einfacher wäre, dem modischen Klischeebild der Hebamme gerecht zu werden. Einfach nicht so drauf achten, auf alles. Wie stressfrei wäre das? Herrlich. Augenbrauen zupfen? Beine rasieren? Schminken? Kontaktlinsen in die Augen popeln? BHs anziehen? Haare machen? Bräuchte ich dann alles nicht mehr.

Dann würden mir die Schwangeren auch zur Begrüßung nicht immer sagen, „Du siehst gar nicht aus wie eine Hebamme.“

Na, wie seh' ich denn dann aus? „So normal.“ Aha.

## Die Stillbräterin

Die Hebamme an sich altert in Würde und braucht daher nicht zum Friseur gehen. Kein Schnitt, keine Farbe. Nichts. Die Natur macht das schon, findet die Hebamme. Sagt man zumindest oft, dass die das so findet.

Zwei bis drei Mal im Jahr gehe ich allerdings zu Angel. Ich möchte fast sagen: Für diese Friseurtermine lebe ich. Ein bisschen an den Haaren rummachen, Strähnchen, schneiden, waschen, föhnen. Herrlich. Kleiner Kurzurlaub.

Ich bin mir sicher, dass Angel niemals schläft. Als sie ihre Tochter Emilia bekommen hatte, war ihr sofort wahnsinnig langweilig, weil: „Die schlief ja nur.“ Somit begann sie nachts mit Hanteltraining, re-

novierte ihre gesamte Wohnung, dekorierte sie mehrfach um ... Das hatte sie sich irgendwie anders vorgestellt mit Kind. Mehr Action.

„Na Angel? Hast du nicht Lust, mit zum Handball zu kommen? Wir bräuchten da noch ein paar Frauen“, fragte ich sie, während sie meine Haarpracht um ein paar Zentimeter kürzte und mich damit gleich ein paar Kilo leichter machte. Meine Haare wachsen nämlich wie Unkraut. Als würde man täglich mehrfach Dünger draufkippen.

„Ach nee, Bella. Lass mal“, lachte sie. Schnippschnippschnipp-schnippkäämmkäämmkäämschnippschnipp.

„Ich glaube, ich werde erstmal überhaupt gar keinen Sport mehr machen“, sagte sie und guckte mich einmal kurz über den Spiegel an. „Guck mal, Länge so okay?“

„Ja. Voll gut. Und warum keinen Sport? Angel? Schwanger?“ Manchmal gibt's ja so was wie 'ne besondere Ahnung ...

„Jaaaaa“, flüsterte Angel. Der gesamte Friseursalon war zufällig mucksmäuschenstill.

Angel, die „nicht noch mal mit der ganzen Scheiße von vorn anfangen“ wollte.

Angel, die froh war, ihren Körper wieder für sich zu haben.

Angel, die minutengenaue Struktur brauchte.

Angel, die Kinder an sich ganz schön nervig finden konnte.

Angel war also doch wieder schwanger und ihre achtjährige Tochter würde große Schwester werden. Coolio!

Wir unterhielten uns noch ein bisschen über alles Mögliche. Laberlaber, und wie läuft's in der Schule bei Selma? Blabla, ja, ja, ganz gut, Lehrerin oft krank, aber jammerjammer, was soll man machen, hachhach.

Und sonst so, laberlaber, wie geht's Lennert, blabla? Supersuper, wie immer, viel zu tun, stressstress, Zahlenzahlen, aber lieber so als arbeitslos, klugscheißklugscheiß.

Und blabla, Alexander? Handball, blablalaberlaber? Supersuper, aber schon wieder gelbe Karte beim letzten Handballspiel, schimpf-

schimpf, blablalaberlaber, bestimmt bald rote auch noch. Und so weiter.

„Braucht man eine Hebamme, Bella?“, fragte Angel, während sie mir die Haare einschäumte.

„Hier mach noch mal überall ordentlich was rauf, alles noch total fettig, Angel. Das musst du bestimmt noch so zehn Minuten durchschäumen alles. Und naja, brauchen ist ja ein großes Wort ... Du kommst nicht ins Gefängnis, wenn du keine hast. Schaden tut's aber nicht.“

„Und was machst du dann so?“

„Na, gucken, ob du aufgeräumt und durchgewischt hast, deinen Kaffee wegtrinken, dein Kind niedlich finden und mit dir quatschen. Dich bevormunden, dich mit aller Macht dazu überreden, doch zu stillen und in den Wahnsinn treiben natürlich.“ Was sonst auch?

„Gut, hast du noch Kapazitäten frei?“, Angel war begeistert.

„Klar, aber schäum noch mal durch. Guck mal, ist bestimmt immer noch ganz fettig alles.“

Friseurbesuche ... Könnte ich täglich haben, so was Entspannendes.

Ein paar Monate später klingelte dann mein Telefon. Angel war dran. Sie kicherte.

„Du Bella, weißt du was? Mir ist gerade die Fruchtblase geplatzt. Direkt hier, wo ich jetzt stehe, und da dachte ich, ich ruf dich erstmal an.“

Oh. Schön.

„Toll, Angel. Welche Farbe hat es denn? Das Fruchtwasser?“

„Keine Ahnung. Hat gerade PLATSCH gemacht und zum Glück hatte ich das Handy schon in der Hand. Hab dich ja direkt angerufen. Die machen mich schon alle bekloppt hier, dass ich sofort in die Klinik soll. Muss ich das machen? Mir geht's ja super!“

Angel, die absolute Frohnatur. Warum gibt's nicht mehr Frauen wie Angel? Das wäre so herrlich unkompliziert, ohne diese ganzen „Ich hab gelesen / gehört / gesehen, dass“-Geschichten. „Kicher dich durch dein Leben! Das Leben ist schön! Sei unbeschwert!“ DAS müsste die Devise sein. Echt. Mein Reden. Das Leben wäre so viel leichter!

„Hast du Wehen? Irgendwas? Kind bewegt sich schön?“

„Alles ist schön! Reicht doch, wenn ich noch kurz alles hier fertig mache und dann in die Klinik fahre, oder?“

Also „kurz alles hier fertig machen“ ist bei Angel immer so eine Sache. Es muss immer noch „kurz“ das Bad geschrubbt, dann „schnell“ durchgesaugt, dann „noch eben durchgewischt“, dann „fix“ das Essen vorgekocht werden, und anschließend gäbe es sicher noch drei, vier, fünf Dinge, die „heute aber wirklich“ dran sind. Schminken und Haare machen nicht. Das erledigt Angel immer direkt nach dem Aufstehen. Morgens halb fünf. „Ich kann dann einfach nicht mehr schlafen.“ Angel hat bestimmt was mit der Schilddrüse.

„Aber ja“, antwortete ich also. Angel würde das schon merken, wenn die Geburt richtig Fahrt aufnehmen würde.

Letzten Endes konnte Angel leider nichts mehr „eben schnell noch fertig“ machen, weil ihre Nachbarn, ihre Eltern, ihr Freund und ihre Tochter Emilia sie in den Wahnsinn trieben und sie fand, dass sie im Krankenhaus einfach mehr Ruhe hatte. Also setzte sie sich mit ihrer nassen Hose ins Auto, fuhr ins Krankenhaus, presste zweimal und ihr kleiner Prinz Leonard ward geboren.

Acht Wochen später stand Angel schon wieder im Friseursalon. „Man wird ja direkt bescheuert von dem ganzen Zuhäuserumgehocke. Etwas blonder, Bella?“

„Ja, gern. Machst du heute wieder mit Kopfmassage und so?“

„Aber sicher. Kann ich dir heute mal die Haare glätten? Sieht bestimmt Hammer aus.“

Von mir aus.

„Du, ich hab heute eine aus dem Krankenhaus wieder getroffen. Mit der lag ich ja im Zimmer. Die wollte echt allen Ernstes stillen.“

Das war ja ein Ding. Stillen. Unglaublich.

„Die war im Krankenhaus ja so am Rumheulen mit ihrer Brust und guckte immer ganz neidisch auf meinen pennenden Leonard und die Flasche. Ich hab der gesagt, „Mach dich doch nicht bekloppt, gib doch auch die Flasche, ist doch viel einfacher.“ Also ehrlich mal. Hab ich ihr ja gut mit geholfen, glaub ich. Oder Bella?“

Hm ja. Kann man wohl machen. Die Hebammen im Krankenhaus hätten Angel dafür bestimmt am liebsten den Hals umgedreht. Aber, tja nun. Was sollte ich da sagen? Außer „Massier noch mal da auf der rechten Seite. Oder gleich noch mal den ganzen Kopf. Merkste? Alles noch total verspannt da.“

Bingbingbing. Mein Handy. Eine Wöchnerin.

„Ich glaube, ich habe nicht genug Milch. Irgendwie läuft das Stillen gerade nicht so. Hast du eine Idee dazu?“

Moment, ich verbinde kurz mit Angel, die hat auf jeden Fall eine ...

## Interview mit einer Hebammen-Tochter

Na Selma? Wie ist das so, als Tochter einer Hebamme?

*Voll cool, Mama!*

Ja? Warum?

*Weil hier immer voll viele Leute herkommen, die du schön akupunktieren und tapen kannst. Und weil Hebammenkinder was ganz Besonderes sind, hat mal jemand gesagt.*

Warum sind die denn so besonders?

*Keine Ahnung. Aber du bist für mich ja keine Hebamme, sondern eigentlich meine Mama.*

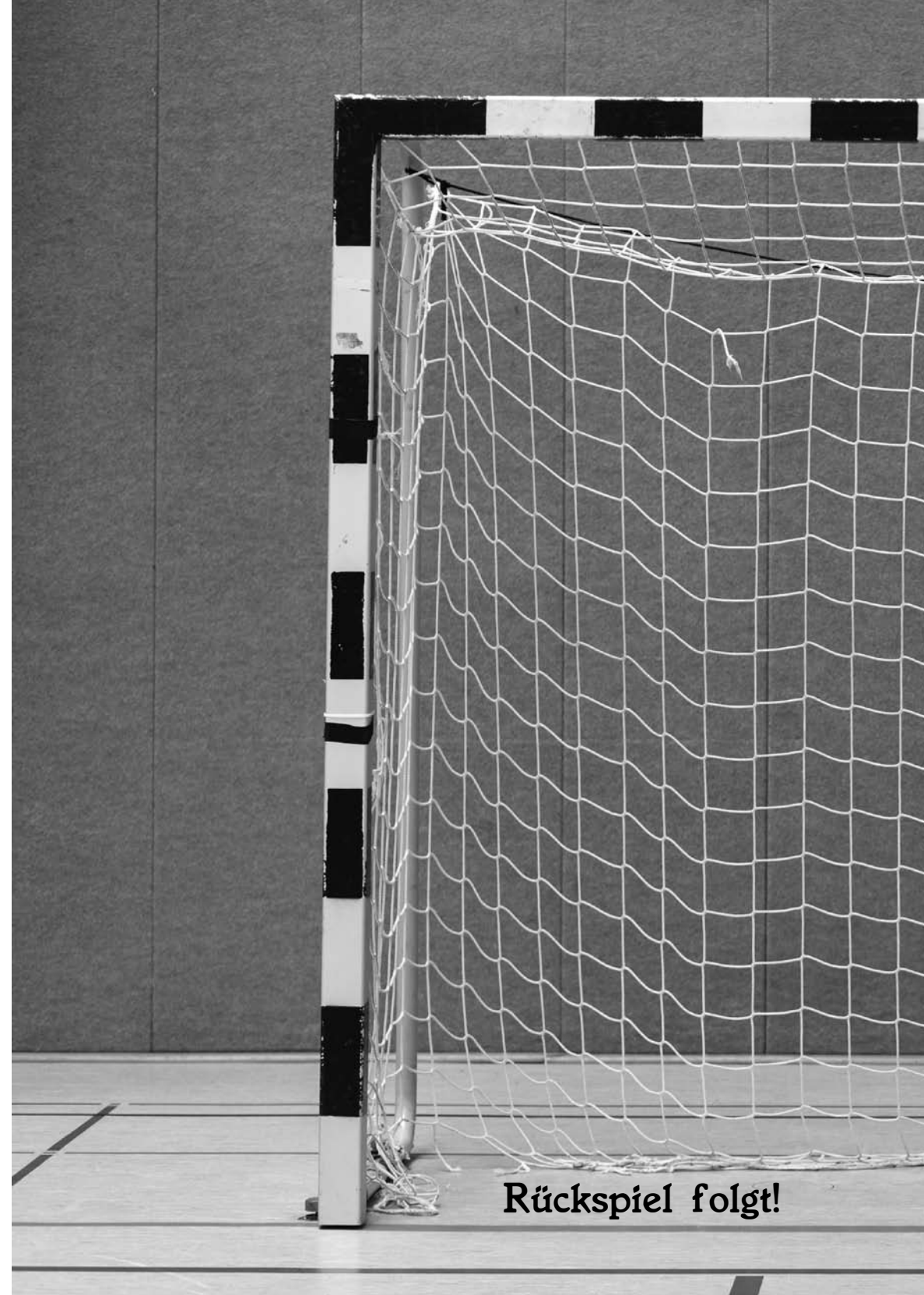
## Zum Schluss

Die Hebamme an sich ist ja auch nur ein Mensch. Sagt fast niemand. Ist aber so.

Ich meine, mit uns scheint wirklich irgendwas nicht ganz zu stimmen, denn wir gehen einer Arbeit nach, die manchmal ganz schön hart ist und nur sehr wenig Geld bringt.

Es gibt Tage, an denen komme ich erst um Mitternacht nach Hause, einfach, weil so viel zu tun ist. Hier zu Hause stört das keinen mehr. Man kennt es bereits. Es ist, wie es ist. Selbst das Privatleben mit einer Hebamme ist unberechenbar.

Aber irgendwie doch auch gar nicht so schlecht.



**Rückspiel folgt!**





Noch mehr von Hebamme Anna-Maria Held



Geschafft! Als zweifache Mutter darf Anna-Maria wieder die Schulbank drücken. Doch die theoretische Ausbildung an der Hebammenschule ist nur die halbe Miete. Denn jetzt heißt es, im Kreißsaal werdenden Müttern Mut zu machen und sich gegen internes Gezicke durchzusetzen. Hebamme zu werden ist Anna-Marias Herzenswunsch – wären da nicht die vorgeschriebenen Praktika im OP und andere Hürden ...

„Die Untersuchung erwies sich als sehr mühsam, weil der Muttermund Richtung Rücken lag, ich aber seine Länge abschätzen musste. Das war natürlich recht unangenehm für die Frau, jedoch unumgänglich. ‚Der Muttermund liegt bestimmt in der Nähe vom G-Punkt, oder?‘ fragte mich der Mann. ‚Ich muss den nämlich auch (!) immer sehr suchen, das dauert oft ewig! Ist immer ein ziemliches Gewühle!‘ Der Frau war das ziemlich peinlich. Ich schämte mich fremd. Dann sammelte ich mich kurz, bevor ich meinen Untersuchungsbefund präsentieren konnte.“



Schon wieder Schule! Eigentlich war für Anna-Maria die Ausbildung auf der Hebammenschule schon fast zu viel des Guten. Aber was tut man nicht alles, um wissbegierigen Neuntklässlern das A und O der Hebammenkunst beizubringen. So plaudert die freiberufliche Hebamme aus dem Nähkästchen und lässt die Horde jugendlicher Nachwuchs-Eltern samt ihren Übungspuppen an schrillen und schrägen, herzhaften und herzlichen Geschichten teilhaben.

„Chanelle erwartete ihr erstes Kind. ‚Ungeplant, aber was soll man machen?‘ Der Kindsvater kam aus einer Kultur, in der Hebammen nur ungern gesehen waren. ‚Wär toll, wenn du zwei Straßen weiter weg parkst und keinem sagst, dass du zu uns kommst. Der Marco ist auch nicht so begeistert davon, dass ich ‚ne Hebamme hab. Da müssen wir mal gucken, wie das noch so wird.‘ Klar. Gern. Und sowieso: Schweigepflicht.“



Als freiberufliche Hebamme ist man ständig auf Achse. So wie Anna-Maria: Tagtäglich läuft sie sich die Hacken ab, um werdenden Mamas und Papas beizustehen und sie auch dann zu unterstützen, wenn der Schreihals erstmal auf der Welt ist. Da sind die Unsicherheiten groß, und die Verlockung, sich selbst maximal unter Druck zu setzen, ist es ebenso. Wie gut, dass Anna-Maria (kuriose) Fallbeispiele parat hat und uns Mäuschen spielen lässt, wenn es darum geht, Babys und ihre Eltern in die neue Welt zu begleiten. FAQs zu Geburt, Stillen und Wochenbett klären Basis-Fragen, und der „Knigge“ zu den jeweiligen Themen verhindert die größten Fettnäpfchen.

Ein Buch für alle Schwangeren und Wöchnerinnen, die das Wesentliche über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett wissen wollen. Das Wesentliche ist: das wird schon. So ist das!



Für Anna-Maria und ihren Mann Lennert ist die Familienplanung mit zwei lieben, gesunden Kindern bereits abgeschlossen. Doch dann passiert es, und Anna-Maria ist schwanger. Eileiterschwanger. Auf einmal wird die Hebamme selbst zur Patientin und wechselt die Perspektive. Das Schicksal trifft sie doppelt hart, denn beim notwendigen operativen Eingriff erleidet Anna-Maria nicht nur den unausweichlichen Schwangerschaftsabbruch, sondern büßt auch einen gesunden Eileiter ein.

„Dann begann die Heulerei und es heulte von ganz allein. Ich rief Lennert an, erzählte ihm kurz mit meinem Narkosekopf, was los war. OP fertig, ich wieder wach, linker Eileiter raus, alles doof. Mehr ging nicht. Und weil ich so am Heulen war, wollte ich auch nicht, dass Lennert mit den Kindern kam. Die hätten das überhaupt nicht verstanden. Denn wegen ‚eines Blinddarms‘ heult man eigentlich nicht.“

Überall, wo es Bücher gibt.

**e**dition   
**r**iedenburg

[editionriedenburg.at](http://editionriedenburg.at)