

Das SCHÖNste Kind der Welt

Schrumpelgesicht. Das war früher oftmals mein erster Gedanke, wenn ich ein Neugeborenes sah. Wie ein Apfel, der etwas zu lange in der Früchteschale liegen geblieben ist. Für das ungeübte Auge gleicht ein Säugling dem anderen. Wie tumbe Europäer einen Japaner nicht von einem Thailänder unterscheiden können. Für die Fälle, in denen sich ein solches Neugeborenes doch einmal hervorhob – und zwar nicht im positiven Sinne –, ich also beim besten Willen nicht sagen konnte: „Ach, ist der süß!“, entwickelte ich zur Schonung der Eltern eine Taktik, dann behauptete ich einfach: „Der ist dir wie aus dem Gesicht geschnitten!“ Da Eltern ihre Kinder sowieso schön finden, ist auch niemand beleidigt.

Bei unseren eigenen Kindern war natürlich wieder einmal alles anders. Sie waren vom Tag ihrer Geburt an wirklich wunderschön! Wir schauten unsere Kleinen stundenlang an und fanden sie einfach anders als andere Babys – es gab offensichtlich doch hübsche Säuglinge. Nämlich unsere. Das wurde uns auch seitens der Grosseltern völlig objektiv – wie sie beteuerten – versichert. Ihre Enkel waren aussergewöhnlich schön geraten. Netterweise fragten meine Eltern des Öfteren, wie wir das denn geschafft hätten.

Bei Annabelle hingegen hielt sich die Begeisterung sichtlich in Grenzen. Rückblickend erkenne ich, dass sie genau so dreinschaute wie ich, bevor ich eigene Kinder hatte. Sie sagte: „Ja, er ist wirklich

süß.“ Ihre Augen jedoch gestanden: „Na ja, ein alter Apfel halt.“ Nun bin ich jemand, der Fehler sehr wohl eingestehen kann und seine Meinung revidiert, wenn es sein muss. Noch heute kann ich angesichts der ersten Bilder von unserer Tochter sagen, dass sie wirklich besonders hübsch gewesen ist für ein Neugeborenes. Sie war weder verschrumpelt, noch war etwas an ihr besonders flachgedrückt. Ihre Augen strahlten von Anfang an offen, neugierig auf ihre neue Welt. Unser Sohn hingegen ...

**Sie sagte:
„Ja, er ist wirklich
süß.“ Ihre Augen
jedoch gestanden:
„Na ja, ein alter
Apfel halt.“**

Beim Aufräumen fielen mir dann eines Tages Babybilder in die Finger. Ich erschrak regelrecht und zuckte mental zusammen ob dieses affenähnlichen, verschrumpelten Babygesichts, das mir da entgegenblickte. Hätte mir die Hebamme vor der Geburt diese Bilder gezeigt, hätte ich meinen Sohn vielleicht eher auf eine EXPEDITION INS TIERREICH mit GRZIMEK geschickt, als ihn mit

nach Hause zu nehmen. Bis hierhin waren wir überzeugt, er sei – ganz objektiv – aussergewöhnlich hübsch, aber nun musste ich feststellen, dass er doch einfach ein faltiger kleiner Junge war, dem man eben ansah, dass er einige Monate auf sehr engem Raum mit feuchtem Klima gelebt hatte. Die Neugeborenenakne, die er kurz nach der Geburt bekam, trug auch nicht unbedingt positiv zu seinem Look bei. Für Monsieur ist er immer noch der hübscheste Junge überhaupt, ich scheine da etwas objektiver zu sein.

Liebe macht bekanntlich blind: Unsere Kinder könnten bucklig sein, Haare im Gesicht haben – wir wären trotzdem verrückt nach ihnen. Und das ist auch richtig so



Komödie in vier Akten

Wenn ich zurückblicke auf meine zweite Schwangerschaft, frage ich mich manchmal schon, welcher Teufel den lieben Gott geritten hat, als er beschloss, nur uns Frauen dieses Privileg zu geben. Das Privileg geschwollener Füße, unschöner Schwangerschaftsstreifen, nächtlicher Heisshungerattacken, dauerhafter Blähungen und unabsichtlicher Rülpsen. Irgendwie hatte er an jenem Tag wohl eine Art männliches PMS und liess es an Eva aus. An dem Tag, als er sich überlegt hat, was denn wiederum eine junge Mutter (und jung ist hier gemeint im Sinne von frischgebacken!) für ein Leben haben sollte, muss er hingegen betrunken und/oder bekifft gewesen sein. Er muss sich gesagt haben: „Mach aus einer Tragödie – der Schwangerschaft – eine Komödie!“ Eine rabenschwarze Komödie in vier Akten.

ERSTER AKT: DIE BRÜSTE

Wem DOLLY PARTON oder PAMELA ANDERSON in Sachen Oberweite ein Vorbild sind, wird sich auf Schwangerschaft und vor allem Stillzeit freuen. Die Brüste schwellen in einem unglaublichen Tempo an, sie sind prall, rund und saftig. Ein wirklich tolles Gefühl, sobald die anfänglichen Schmerzen einmal abgeklungen sind. Die erstaunten Blicke der Arbeitskolleginnen und die meist schmeichelhaften von Männern verkräftet man gut, man fühlt sich schön.

Wenn das Baby jedoch da ist, sind diese sexy Zeiten endgültig vorbei. So prall die Brüste während der Schwangerschaft anmuten, so sabberig fühlt sich das Ganze während der Stillzeit an. Wer hätte gedacht, dass ein Mensch allein so viel Flüssigkeit produzieren kann? Auf die Gefahr hin, genauso eklig zu klingen wie CHARLOTTE ROCHE in FEUCHTGEBIETE: Nach der Schwangerschaft sabberst du den ganzen Tag aus allen möglichen Körperöffnungen. Wehe, du vergisst eine dieser Stilleinlagen! Dann siehst du nämlich aus, als ob du angeschossen worden wärst. Und wenn du gerade dachtest, du

wärst alle Lecks mit Binden und Stilleinlagen geschlossen, schafft es dein Baby allein durch sein Schreien, dass die Dämme im Brustbereich brechen. Unmengen von Milch versuchen sich den Weg zum hungrigen Kind zu bahnen. Da ist nichts mehr sexy, deine Brüste sind einfach nur noch Tanksäulen, die bei Bedarf angezapft werden können und, wenn der Hunger gestillt ist, noch leise vor sich hin tröpfeln. Und wehe, dein Mann wagt es, auch noch etwas von ihnen zu wollen. Das überlebt er unter Umständen nicht!

Es gibt aber auch Babys, die nicht von Anfang an an der Brust saugen können, sei dies aus anatomischen Gründen oder weil sie einfach noch zu schwach sind. Diese Mütter lernen bald die Freuden einer Milchpumpe kennen. Das saugende und schmatzende Geräusch erinnert vielleicht noch schwach an Töne, die dein Baby von sich geben könnte, wenn es selbst an der Brust tränke. Das Gefühl, an einer Milchpumpe angeschlossen zu sein, ist derweil ein ganz anderes: Baumelnde Riesennöpfe hängen an transparenten Glocken, die so stark an den Nippeln saugen, dass Frau nicht selten

Sterne sieht. Solange diese Tortur im Krankenhaus betrieben wird, kommen ausserdem dauernd irgendwelche Krankenschwestern, Physiotherapeutinnen und Ärzte unangemeldet zur Tür rein und erwarten ernsthaft, dass du ihnen aufmerksam zuhörst, während sie so tun, als wäre es das Normalste der Welt, dass sie dich in diesem Zustand sehen.

Wenn du das alles überstanden hast, mit deinem Kind nach Hause durftest und das Glück hast, einigermassen stillen zu können, kommt der ultimative Horror: das Nuckeln, Saugen, Zerren an deinen immer wunder werdenden Brustwarzen. Ganz zu schweigen von dem Tag, an dem die ersten Zähnnchen durchbrechen. Aber irgendwann geht auch das vorbei, und du wirst dich später, wie bei so vielen anderen Dingen, nur an die schönen und friedlichen Aspekte erinnern. Oder du stillst gar nicht erst und hast von Anfang an Ruhe. Ein Schoppen kennt nun mal keinen Schmerz ...

ZWEITER AKT: DER GEIST

Von dem Tag an, an dem dir die blauen Striche des Tests bestätigen, dass du schwanger bist, wirst du zusehends blöder. Die organisierte, kluge Frau, die du vor dieser wunderbaren Zellteilung warst, ist Vergangenheit. Ab heute bist du nur noch zerstreut und vergesslich, manchmal wirkst du richtiggehend beschränkt. Im Volksmund nennen wir diesen Zustand schwangerblöd. Das lässt darauf schliessen, dass dieser Zustand lediglich neun Monate andauert

und sich danach so schnell verflüchtigt, wie er aufgetaucht ist. Irrtum! (Spätestens jetzt solltest du gemerkt haben, dass das meiste, was du vorher geglaubt hast, so nicht eintreffen wird. Gib es also auf!) Ab sofort bist du zwar nicht mehr schwangerblöd, dafür aber stillblöd. Dein Baby saugt dir nicht nur wichtige Nährstoffe, Minerale und Vitamine aus deiner Brust, es fühlt sich auch noch an, als würde es dein Hirn anzapfen. Und du merkst es nicht einmal – der Stilldemenz sei Dank!

Von dem Tag an, an dem dir die blauen Striche des Tests bestätigen, dass du schwanger bist, wirst du zusehends blöder.

Deine Freunde sehen dich plötzlich mit diesem Blick an, einer Mischung aus Herablassung und Wohlwollen, gewürzt mit einer Prise Du kannst ja nichts dafür, weil du auf einmal nicht mehr weisst, wie der Amerikaner heisst, der seit über dreissig Jahren Filme über neurotische New Yorker dreht und Hypochonder ist. „Ihr wisst schon, der jüdische

Regisseur, der immer tolle Casts zusammenstellt. Himmel, er hat eine Brille, ist klein und hässlich!“ – „Meinst du etwa WOODY ALLEN?“ – „Genau!“ Mit einem tiefen Seufzer gehst du zur Tagesordnung über, und deine Freunde schützen ungläubig ihre Köpfe.

Es ist auf einmal überhaupt schwierig, ein vernünftiges Gespräch unter Erwachsenen zu führen. Da sehnt man sich den lieben langen Tag nach einem Menschen, der mehr mit einem teilt als seinen Speichel und sonstige Flüssigkeiten. Wenn man dann aber die Gelegenheit hätte, mit einem solchen zu reden, fällt einem nichts anderes ein, als über besagte Körperflüssigkeiten zu diskutieren. Ich habe noch nie im Leben so viel über Fäkalien referiert wie in den ersten paar Monaten als Mutter. Die Tatsache, dass einem währenddessen dauernd die Augen zufallen, ist auch nicht besonders gesprächsfördernd. Es gab Zeiten, da war ich so müde, dass ich auf dem Klo die Augen schloss und wegtrat. Oder ich musste morgens nach dem Aufstehen vor lauter Müdigkeit erbrechen – und bekam panische Angst, wieder schwanger zu sein ... Deshalb bewundere ich Frauen zutiefst, die bereits nach wenigen Monaten Mutterschaft wieder in ihren Beruf einsteigen. Dass sie es schaffen, einer geregelten Arbeit nachzugehen und ihre Jobs bei all der Verblödung und Müdigkeit auch noch zu behalten, ist in meinen Augen eine Meisterleistung. Ich konnte erst nach Ende der Stillzeit wieder klar denken – mit der Einschränkung, dass sich meine Hirnzellen nie wieder von diesem Schock erholt haben.

DRITTER AKT: UNTENRUM

Oje, wo soll ich anfangen? Vielleicht bei der Frage: Wieso sagt einem das keiner? Klar weiss eine schwangere Frau, dass es bei einer natürlichen Geburt eventuell einen Dammriss oder -schnitt geben kann. (Hebammen empfehlen schliesslich auch mit Nachdruck die Damm-Massage, die selbigen dehnen soll, damit er nicht reisst. Keine meiner Freundinnen hatte Erfolg damit. Nicht eine.) Aber niemand sagt einem, was es heisst, da unten genäht zu werden und den Heilungsprozess zu überstehen. Mit dem dämlichen Hämmorrhoidenkissen ist es nämlich noch lange nicht getan! Was nützt mir das Kissen, wenn ich nach neun Monaten Verstopfung auf die Toilette muss? Ich möchte nicht weiter ins Detail gehen, sondern nur sagen: Nichts!

Nun könnte man denken, dass ein Kaiserschnitt wie Ferien sein muss im Vergleich zu einer heilenden Damмнаht. Schon wieder: Irrtum! Ohne jetzt auf die vielen verschiedenen Gründe für oder gegen einen Kaiserschnitt eingehen zu wollen – auch hier haben wir am Ende eine Narbe, die heilen muss. Einmal abgesehen von der Falte, die der Bauch über der Narbe ab sofort und für immer (!) bilden wird, fühlt sich die Naht nach der Geburt so unfertig an, als hätte der Arzt vergessen, am Ende einen grossen Knoten in den Faden zu knüpfen. „Das muss doch sofort wieder aufgehen, wenn ich mich bewege!“, denkt sich da die hormonbedürftige Mutter. Nicht zu vergessen, dass der schwangere Bauch ja nicht von einem Tag auf den anderen verschwindet, sondern weiterhin auf die Naht drückt. Fazit:

Die Vermeidung einer Damмнаht ist nicht Grund genug, einen Kaiserschnitt in Betracht zu ziehen. Fisch wie Vogel.

VIERTER AKT: SEX

Der kürzeste Akt. Sex gibt es nach einer Geburt nämlich vorerst einmal gar nicht. Unter keinen Umständen. Wieso das so ist? Na, aus all den obengenannten Gründen: Die Brüste schmerzen, das Hirn braucht Ruhe (denn nein, meine Herren, wir schalten unseres beim Sex eben nicht aus), der Körper sehnt sich nach Schlaf, und eventuelle Narben könnten beim Geschlechtsverkehr schlicht und einfach reißen. So, Thema ein für allemal abgehakt.

Wenn dein Kind seine erste Kerze auf dem Kuchen ausbläst und du immer noch keine Lust hast, bei deinem Mann dasselbe zu tun, dann würde ich allerdings schleunigst etwas dagegen unternehmen. Ein Glas Prosecco hilft. Und falls du immer noch stillst, ist dieses auch gut für die Milchbildung. Prost



Sau(g)stress

Unter den vielen Fragen, die sich eine werdende Mutter stellt, ist die Frage „Stillen: ja oder nein?“ mit die schwierigste. Dank stillfreundlicher Krankenhäuser und Stillverbänden ist die Entscheidung für das Nichtstillen verpönt. Mit einem Ja zum Stillen ist es aber auch nicht getan. Sofort ergeben sich weitere Fragen: Wie lange? Ausschliesslich? Nach Rhythmus oder Bedarf? Der heutige Stillzwang und die damit verbundene Wissenschaft erzeugen einen unglaublichen Druck. Sie lösen eher Angst vor dem Stillen aus, als dass sie einen ermutigen. Was uns als himmlischer, natürlicher Zustand verkauft wird, der vor inniger Zweisamkeit und Gesundheit nur so strotzt, sieht in der Realität oft ganz anders aus: Die Mehrheit der Mütter versucht am Anfang zu stillen, aber nur wenige stillen ihr Kind in den ersten sechs Monaten ausschliesslich. Wieso eigentlich?

Vielleicht bringt sie die Enttäuschung darüber, dass es nicht auf Anhieb klappt, dazu, es lieber ganz zu lassen. Oder es geht schlicht und ergreifend nicht. Ich habe eine Freundin, die wenige Tage nach der Geburt mit einer Brustentzündung wieder ins Krankenhaus musste, wo man trotz ihres hohen Fiebers und grässlicher Schmerzen insistierte, sie solle nicht aufgeben und es weiterhin versuchen. Noch heute denkt sie, sie habe versagt, als sie Tage danach eben doch a u f g a b. Eine andere Freundin glaubt noch heute, eine schlechte Mutter zu sein, weil sie damals aufgehört hat zu stillen.

Sie konnte das Rauchen nicht lassen und hat sich deswegen für Pulvermilch entschieden. Dass man diesen Frauen einreden will, ihre Kinder seien schlechter dran als gestillte, ist eine Frechheit! Dann müssten die Kinder der Siebzigerjahre – in denen Stillen unpopulär war – eine ausserordentlich bemitleidenswerte, ungeliebte (Stillen fördert die Verbindung zwischen Mutter und Kind), übergewichtige, von Allergien geplagte Generation darstellen. Es wäre interessant, das mal zu erforschen ...

**Das einzig
Wichtige ist doch
zu sehen, wie dein
Kind trinkt,
friedlich einschläft
und gedeiht. Egal,
woher die Milch
kommt.**

Ich hatte mich für das Stillen entschieden – und konnte glücklicherweise beide Kinder problemlos stillen. Ich hätte aber auch nicht lange rumgefackelt, wenn es nicht geklappt hätte. Wer jetzt glaubt, ich sei deshalb offiziell eine gute Mutter,

der wird enttäuscht: Ich habe meine beiden Kinder nur je fünf Monate gestillt. Wieso? Weil ich obenerwähnte Punkte (Schmerzen, Müdigkeit, Abhängigkeit) einfach satthatte. Das würde ich gegenüber Supermami natürlich nie zugeben, denn für sie hätte ich dann genauso gut gar nicht erst zu stillen brauchen. Alles unter sechs Monaten gilt nicht, sozusagen.

Können wir nicht einfach froh sein, dass es verschiedene Möglichkeiten gibt und Babys auf alle Arten satt werden können? Das einzig Wichtige ist doch zu sehen, wie dein Kind trinkt, friedlich einschläft und gedeiht. Egal, woher die Milch kommt



Die KILLERfrage

Der Monsieur und ich pflegten gleich nach der Geburt unserer Kinder die klassische Rollenaufteilung: Er verdiente die Brötchen, ich kümmerte mich um Kind und Küche. Ich hatte mich sehr auf diese Zeit gefreut, alleine zu Hause mit meinem Baby, ein bisschen Haushalt, gemütliche Spaziergänge und g a a n z viel schmusen ... Worauf ich gar nicht vorbereitet war, ist das Phänomen, dass die Tage mit einem Säugling viel kürzer sind als vorher. In den zwei Stunden, in denen ich früher die gesamte Wohnung gestaubsaugt, die Böden gewischt, Küche und Badezimmer geputzt und sogar zwei Zigarettenspausen eingelegt hatte, schaffte ich als frischgebackene Mutter gerade mal Folgendes: den Staubsauger aus dem Putzschrank zu holen. Der lag dann den halben Tag da, um mich daran zu erinnern, was ich morgens eigentlich vorgehabt hatte. Irgendwie kam dauernd etwas dazwischen: eine volle Windel, ein hungriges Baby, ein nasser Body oder die Freundin, bei der ich mich rechtfertigen musste, wieso ich so selten anrief.

Was passiert mit der Zeit, wenn man einen Säugling zu Hause hat? Gibt es wie in MOMO graue Männer, die einem die Stunden stehlen? Die Tage gingen vorüber wie im Flug. Kein Putzen, keine Wäsche, keine Spaziergänge, nur wenig Schmusen. Wenn ich wirklich einmal aus dem Haus musste (was ich oft bewusst vermied, weil es mir zu kompliziert war), dann schaffte ich das selten vor Mittag – oder ich verschob den Termin gleich ganz,

weil Emma zum geplanten Zeitpunkt schlief und man ein Baby bekanntlich nie wecken sollte. (Ich bin ja nicht blöd!)

Erschwerend kommt hinzu, dass jeder, der schon ältere Kinder hat, einem nahelegt, man solle diese Zeit genießen, sie gehe so schnell vorbei. Ja, wie denn, bitte schön? Und was gibt es da denn genau zu genießen? Das endlose Stillen? (Ein Baby trinkt anfangs alle zwei bis drei Stunden, Dauer: mindestens dreissig Minuten. Schon die Nahrungsaufnahme des neuen Erdenbürgers kostet einen demnach bis zu sechs Stunden pro Tag!) Hinzu kommen rund anderthalb Stunden Wickeln und durchschnittlich eine halbe Stunde Spazierengehen (in meinem Fall nur bei trockenem Wetter und angenehmen Temperaturen). Fazit: Bei der nur rudimentären Säuglingsbetreuung gehen täglich bereits acht Stunden drauf! Ein Arbeitstag, sozusagen.

**Rudimentäre
Säuglingsbetreuung
kostet acht
Stunden täglich.
Ein Arbeitstag.**

Entsprechend gross war der Frust, wenn der brötchenverdienende, krawattierte und immer noch gutriechende Monsieur nach Hause kam und mich (noch im Pyjama, ungewaschen und mit Babykotze auf der Schulter) fragte: „Na, was hast du heute gemacht?“ – „Nicht viel, aber in einer Minute werde ich dich erwürgen!“, lag als Antwort nicht drin. Das war auch mir klar. Nach einem langen Tag, an dem ich nichts Offensichtliches geschafft hatte, streute solch eine – wenn auch gutgemeinte – Frage jedoch Salz in die Wunde. Jede Erklärung, wieso der Staubsauger seit zwei Tagen im Korridor liegt und du aussiehst, als kämst du gerade aus dem Bett, ist müssig. Sie wird immer nach Rechtfertigung klingen. Und ich hatte die klassische Rollenverteilung nicht gewählt, um mich dann rechtfertigen zu müssen! Also erfand ich lange Spaziergänge, angefangene Artikel oder unerwarteten Besuch, für den ich noch schnell ein Mittagessen gezaubert hatte.

An dieser Stelle ein Aufruf an alle frischgebackenen Väter: Bitte, fragt eure Frauen nicht, was sie den ganzen Tag getan haben. Begnügt euch mit einer Umarmung und einem Kompliment über ihr Aussehen – auch wenn's im Zweifelsfall ein falsches ist. Vielleicht ist das das Geheimrezept für ein harmonisches Miteinander in den ersten paar Monaten mit einem Säugling: Papa und Mama müssen sich gegenseitig anlügen, damit alle über die Runden kommen



**DU BIST EINE
RABENMUTTER**

wenn du trotz zahlreicher Warnungen deine
bisphenolhaltigen Flaschen nicht wegwerfen magst,
sie im Geschirrspüler wäschst und
die Milch nach wie vor in der Mikrowelle erhitzt.