

## Jaron schreit

In den letzten Tagen bin ich im Netz auf einige Erfahrungsberichte von Mamas gestoßen, die ihre ersten Monate mit Baby beschreiben. Ich war mehrfach zu Tränen gerührt und erstaunt, wie sehr mir ihre Ehrlichkeit hilft, meine eigene Zeit mit meinem Sohn zu verarbeiten. Ich spüre immer noch meine Kehle eng werden, wenn ich daran zurückdenke. Ihre Schilderungen geben mir den Mut, meine eigenen Erfahrungen zu teilen. Lange Zeit hatte ich nicht die Kraft, das aufzuwühlen - besonders weil die meisten Menschen nichts darüber hören wollen. Nicht, weil es ihnen egal wäre, sondern weil es anscheinend in der menschlichen Natur liegt, Babies als die wundervollste Schöpfung zu sehen (die sie auch sind) und alles, was dem widerspricht, einfach auf dem Weg vom einen zum anderen Ohr verloren geht. Ich ertappe mich immer wieder dabei, wie ich Sachen schön rede. Wie ich als gute Mutter dastehen will, die alles unter Kontrolle hat. Wie ich halb-ehrlich sage, es sei anstrengend, aber immer etwas Positives hinterher schiebe, um nicht als die "Jammertante" dazustehen. Ich jammere viel (fragt meine Mama-Freundinnen - ich bin immer die, die jammert ;-)) und trotzdem bin ich nie ganz ehrlich.

Ich hoffe, anderen Eltern mit meinem Bericht helfen zu können. So wie mir die Ehrlichkeit anderer Mütter geholfen hat. So here it goes. Ohne Blume. Wer sich vor Körperflüssigkeiten ekelt, sollte vielleicht nicht weiterlesen.

Ich fand den Begriff "Schreibaby" schon immer blöd. Babies schreien nicht einfach so. Das sind Menschen, die ihre Bedürfnisse ausdrücken. Wenn ein Baby schreit, dann hat das einen Grund. Das glaube ich nach neun Monaten intensivem Zuhören immer noch. Doch das bedeutet leider nicht, dass man den Grund immer finden oder gar beheben könnte. Mein Baby hat geschrien. Viele Stunden, Tage, Wochen, Monate.

Nach einer entspannten und schönen Schwangerschaft, zwei Tage nach dem errechneten Termin, setzen die Wehen ein. Plötzlich alle drei Minuten, ein Schwall Fruchtwasser durchnässt die neue Couch, ich höre es aufs Laminat platschen. "Ihr Baby liegt noch viel zu weit oben - bei Blasensprung unbedingt liegend transportieren!" hatten mir Hebamme und Ärztin am Morgen noch gesagt. Die zwei Rettungssanitäter sind überfordert. Ein zweiter Rettungswagen und die Feuerwehr werden geholt. Zehn Mann in unserem Wohn-Schlaf-Arbeitszimmer, ich werde herausgetragen. Mir ist so egal, mit welchen peinlichen Lauten ich unseren Hausflur beschalle. Für CTG keine Zeit, direkt in den Kreißsaal. Meine Beleghebamme schafft es gerade noch, den kleinen Mann in Empfang zu nehmen. Zwei Stunden nach Blasensprung auf der Couch halte ich mein 4,5kg Wunder in den Armen. Alles ging so schnell. Warum kann ich meine Augen kaum offen halten? Ich bin so müde. Eigentlich wollte ich doch ambulant nach Hause. Ich habe Durst. So viel Blut. Mir fallen die Augen zu. Meine Hebamme entscheidet, dass wir bleiben sollten. Zum Glück wenigstens Familienzimmer. Mir ist übel. Alles dreht sich. Meine Hebamme hilft mir auf die Toilette. Ich habe gar nicht gemerkt, dass ich musste.

-----

Die Hebamme nimmt meine Brust und steckt sie Jaron in den Mund. Wir werden ins Zimmer geschoben. Ich stille. Jaron schreit. Mir fallen die Augen zu. Ich halte ihn. Ich bin so müde. Jaron schreit. Erik trägt ihn durchs Zimmer. Jaron schreit. Ich will aufstehen, ein Schwall Blut landet auf dem Boden. Das Bett ist rot. Erik hilft

mir ins Badezimmer. Überall Blut. Ich desinfiziere alles, wie die Schwester mir gezeigt hat. Jaron schreit. Wir legen ihn zwischen uns. Ich stille. Warum wird er nicht satt? Sollten wir zufüttern? Vielleicht geht es ihm dann besser. "Das ist ein großer Junge. Der hat Hunger. Immer wieder anlegen, damit die Milchproduktion angeregt wird!" Ich stille. Erik trägt ihn. Jaron schreit. Meine Brustwarzen sind wund. Auf Anfrage bekomme ich Salbe. Die erste durchschriene Nacht geschafft. Ich kann noch nicht allein aufstehen. Ein Schwall Blut, mir ist schwindelig. Ich liege im Dämmerzustand im Bett. Ständig kommen Ärzte, Schwestern, Auszubildende, Studenten. So viele Menschen sehen meine Brüste. Egal. Mein Baby, was soll ich denn machen? Ich stille. Jaron schreit. Die Ärztin meint, dass Jaron auf dem einen Ohr nicht richtig höre. Wir müssten nach der Entlassung zu einem Spezialisten von ihrer Liste. Zum Glück regelt Erik das alles. Ich verstehe nur Bruchstücke. Ich nicke. Und lächle. So viele Glückwünsche. Mir fallen die Augen zu. Erik kümmert sich um alles. Unterschriften müssen gegeben werden. Windeln gewechselt. Verträge ausgefüllt. Geburtsurkunden beantragt. Jaron liegt auf meiner Brust. Er schläft! Er ist so schön. Erik legt ihn in das Babybett. Und holt uns etwas zu essen. Ich esse im Liegen, sitzen geht noch nicht. Dort liegt er, das kleine große Wunder. So ganz fassen kann ich es noch nicht.

-----

Ich will meinem Baby auch mal die Windel wechseln. Erik stützt mich auf dem Weg zum Wickeltisch und zeigt mir alles. Mein Kreislauf streikt, mir wird weiß vor Augen (warum sagen alle immer schwarz?). Erik hilft mir ins Bett. Ich hasse es, nichts tun zu können. Ich habe ständig Durst. Der Wasserhahn ist so weit weg. Mehr Schmerzmittel. Schwestern wechseln meine Bettwäsche.

-----

Wir bleiben noch eine Nacht. Am zweiten Tag nach der Entbindung wird das Patientendoppelzimmer, das wir großzügiger Weise als Familienzimmer bekommen haben, gebraucht. Wir werden entlassen. Zu Hause waschen wir die Fruchtwasser-Decken, wischen den Boden und bestellen uns etwas zu Essen. Jaron schläft. Und alles ist friedlich. Ich schaffe es mit Mini-Schritten selbst auf die Toilette. Und auch die Blutpfützen wegzuwischen. Wann hört das endlich auf?

-----

Am nächsten Morgen müssen wir zur U2 zum Kinderarzt fahren. Dieser findet Jarons Haut gelb und schickt uns in die Bilirubin-Ambulanz. Jaron schläft fast ununterbrochen, trinkt kaum. Wo ist sein Hunger aus der ersten Nacht? Der Arzt meint, das sei eine Nebenwirkung der Gelbsucht. Die mache müde. Im Auto hänge ich schief auf einer Po-Backe, die geschwollene Naht erlaubt mir das Sitzen noch nicht, und betrachte mein schlafendes Baby im MaxiCosi. Ich verstehe zum ersten Mal, was es heißt, sich um sein Kind Sorgen zu machen. Einmal quer durch Berlin in der Bili-Ambulanz versteht man nicht, warum wir dort sind. Der Kinderarzt habe wohl noch nie ein gelbes Baby gesehen. Ich tipple zum stinkenden Klo, wechsele meine Wöchnerinnen-Einlagen, wische das Blut von der Toilettenbrille und sehe wie meine Schuhe im Urin anderer stehen. Ich suche den Desinfektionsmittelpender - vergebens. Ich gehe zurück zur Frühchen-Station, die gleichzeitig Bili-Ambulanz ist. Dort versichert man uns, dass alles ok sei. Es sei wichtig, dass Jaron viel trinkt. Alle zwei Stunden, mindestens alle drei, sollten wir ihn wecken. Immer wieder zum Trinken animieren. Immer wieder anlegen. Ich mache mir weiter Sorgen. Jaron lässt sich nicht leicht wecken. Er muss doch trinken! Fußmassage, Kopf gegen den Strich streicheln, kalter Waschlappen... Wenn wir nur gewusst hätten, was für ein Luxus ein schlafendes Baby ist. Die Angst, Jaron würde zu wenig trinken, treibt an wie fünf Tassen Kaffee.

-----

In seiner zweiten Lebenswoche geht es los. Milch im Überfluss und Jaron trinkt trinkt trinkt. 50min lang, alle zwei Stunden. In den 70min Pause, wenn er nicht an der Brust ist, verkrampft der kleine Körper, das Gesichtchen läuft rot an, schreit. Er spuckt viel. So viel, dass ich mich frage, ob überhaupt noch etwas im Magen bleibt? Liegen ist für ihn das schlimmste. Schon wenn er die Matratze berührt, verzerrt er das Gesicht, windet und überstreckt sich ins Hohlkreuz und schreit. Schlafen tut er manchmal auf meiner Brust. Also sitze ich halb liegend mit Baby auf dem Bauch, leicht seitlich um den Druck vom schmerzenden Damm zu nehmen. So geht es Tag und Nacht. Ich kann nicht mehr Sitzen, Erik versucht ihn in sein Bettchen zu legen. Jaron schreit bitterlich. Wir legen ihn zwischen uns. Jaron sucht meine Brust. Wir schaffen es im Liegen zu stillen. Der Schmerz beim Andocken lässt mich aufschreien, Erik schreckt aus seinem Minutenschlaf. Ich beiße die Zähne zusammen. Ich liege. Und Jaron ist ruhig. Was will ich mehr?

-----

Mir fällt das Herz in die Hose als ich Jarons blutverschmierten Body und Gesicht sehe. Warum blutet er? Achso. Ist nur meine Brustwarze. Alles gut. Tief durchatmen. Bei genauerem Betrachten sehe ich, dass ein Stück fehlt. Die Hebamme guckt sich an, wie ich Jaron anlege und meint, das sehe gut aus. Sie gibt mir Salbe. Und den Tipp, viel Luft ran zulassen. Wie oft ich ihn stille? "Na wenn deine Brustwarzen das mitmachen! Brauchen tut er nur alle vier Stunden was!" Aber er schreit ja immer. Dann hat er wohl Koliken. Sie sagt uns die Namen von zwei Medikamenten, die wir ausprobieren könnten. Und ich solle auf meine Ernährung achten. Keine Kuhmilch, keinen Kohl, keinen Knoblauch, keine Zwiebeln, keine Hülsenfrüchte - nichts, was blähen könnte. Ich streiche alles von meinem Speiseplan und lebe gefühlt von Sojamilch und trocken Brot. Jaron schreit und windet sich.

-----

Jaron schreit. Er kann doch nicht schon wieder Hunger haben! Erik trägt ihn durch die Wohnung, immer gleichmäßiges auf und ab Schuckeln. Jaron scheint etwas einzudösen. Das Schreien wird zum leisen Schluchzen und er wird ruhig. Welche Erleichterung! Meine Nerven liegen blank. Dieses Geschrei geht mir durch Mark und Bein. Erst als der schrille Ton nachgibt, merke ich, wie mein verkrampfter Körper langsam entspannt und ich erschöpft zusammensinke. Erik taumelt müde mit Baby auf dem Arm zum Bett und legt ihn vorsichtig zwischen uns. Kaum die Matratze berührt, das Gesichtchen verzerrt reißt er den kleinen Mund auf, läuft dunkel an, windet sich und schreit. Erik nimmt ihn wieder hoch, doch nichts zu machen. Jaron hört sich schon ganz heiser an. Verzweifelt gibt Erik ihn mir zum Stillen. Ich beiße die Zähne zusammen, halte die Luft an und der Schmerz treibt mir Tränen in die Augen.

Tagsüber kommen wir so über die Runden. Stillen. Tragen. Schuckeln. Stillen. Tragen. Schuckeln. Ich esse mein kaltes Mittag mit einer Hand stillend. Duschen wird überbewertet.

Die Nächte sind grausame Folter. Ich bin so müde. Wenn Jaron nach stundenlangem Tragen und Stillen endlich eingeschlafen ist, wacht er nach 20min mit schrillum Geschrei auf. Der Schmerz beim Stillen ist kaum zu ertragen. Aber wenigstens hört dann dieses Geschrei auf. Ob man sich irgendwann daran gewöhnt? Ohropax helfen nicht. Auch wenn ich es nur leise höre während Erik ihn trägt, ist mein ganzer Körper in Alarmbereitschaft. An Schlaf nicht zu denken. Wenn ich schlafe, dann im 45min-Takt halb sitzend mit Baby auf der Brust. Erik

hat tiefe Augenringe. Ich erschrecke fast, wenn ich mich im Spiegel sehe. Mein Auge leuchtet immer noch blutrot von der beim Pressen geplatzten Ader.

Nach zwei Wochen muss Erik wieder zur Arbeit. Ich habe schreckliche Angst allein zu Hause zu sein. Wie soll ich das schaffen? Ich kann immer noch nicht auf die Toilette zu gehen, ohne danach Blutpfützen wegwischen zu müssen. Mich zu bücken ist schwierig, geschweige denn den mittlerweile 5kg-Brocken hochzuheben. Aber Andere schaffen das doch auch, sogar noch mit einem zweiten oder dritten Kind. Dann werde ich das wohl auch schaffen.

Wenn ich an die ersten Wochen allein zu Hause denke, wird mir immer noch die Lunge eng. Es hat mir mehr als alles abverlangt. Ich hatte mich auf die Elternzeit gefreut. Zu Hause sein - wie schön. Unsere kleine Wohnung wurde zu meinem ganz persönlichen Folterraum.

Der Tag beginnt meist hoffnungsvoll, denn nichts ist schlimmer als die Nächte. Tageslicht hilft, die Augen offen zu halten. Jaron schreit. Ich stille ihn und lege ihn kurz ab, um meine vor Fülle schmerzende Blase zu entleeren und meine offene Wunde auf der Brust zu verarzten. Der Urin brennt auf der Dammnarbe. Schnell noch das Blut von den Fliesen wischen. Jaron schreit. Ich habe schrecklichen Durst und mein Magen knurrt. Die Windel ist voll. Ich stürze ein Glas Wasser hinter und trage ihn zum Wickeltisch. Liegen findet er gar nicht lustig. Mit frischer Windel binde ich ihn ins Tragetuch. Jaron schreit. Ich wippe auf und ab. Auf und ab. Bei jedem Schritt. Immer in Bewegung bleiben. Das Schreien wird mäßiger, als würden ihn die Kräfte langsam verlassen. Irgendwann erstickt das leise Schluchzen und es ist ruhig. Ich atme tief ein, tief aus. Und gehe in die Küche, lege eine Scheibe Käse auf ein Brötchen und setze mich hin. Jaron fängt wieder an zu weinen, Sitzen keine Option. Immer in Bewegung bleiben. Ich stehe auf, wippe auf und ab, auf und ab und kaue so schnell ich kann. In zehn Minuten sind meine 70min "Stillpause" vorbei, dann wird nichts mehr helfen außer stillen. Ich setze einen Stilltee auf und will mir die Zähne putzen gehen. Jaron lässt sich auch durch Bewegung nicht mehr ruhig halten. Er schreit als würde er gefoltert. Also raus aus dem Tragetuch, schnell irgendwie eine einigermaßen bequeme Stillposition finden, Zähne zusammenbeißen, Anlegen. Stechende Schmerzen, aber Ruhe. Mein Tee steht noch in der Küche. Ich habe Durst. Und der Belag auf meinen Zähnen hilft auch nicht. Ich hätte die Einlagen nochmal wechseln müssen, jetzt ist meine Hose blutig. Das schwere Tragen und Auf-Ab-Wippen hilft der Rückbildung leider gar nicht. Nach 45min docke ich Jaron ab, ich kann nicht mehr. Ich habe solchen Durst und muss meinen Damm verarzten. Jaron schreit. Bevor ich ihn in die Bäuerchen-Position bringen kann, durchnässt ein Schwall halb verdaute Milch meinen Pullover, Jarons Body, Hose und Socken. Ich lege ihn kurz ab, um mir meinen kalten Tee zu holen. Jaron schreit. Tief einatmen, ausatmen. Alles wird gut. Du schaffst das. Ich wasche mich notdürftig und nehme neue Einlagen. Die Hose muss erstmal noch gehen, zum Wäsche waschen bin ich seit Tagen nicht gekommen. Ich streife ein trockenes T-Shirt über und hole mein bitterlich weinendes Baby zum Umziehen. Umziehen mag kein Baby, meines auch nicht. Er spuckt immer noch. Das hört bis zum nächsten Stillen erfahrungsgemäß auch nicht auf. Ich ziehe ihm ein Lätzchen über den Body, das geht leichter zu wechseln. In wenigen Minuten ist es durchgeweicht, also wieder runter damit. Ich stülpe ein trockenes Lätzchen über das kleine Köpfchen. Das riecht schon säuerlich. Ich muss Wäsche waschen. Die Windel ist voll. Ich wechsele die Windel und binde Jaron ins Tragetuch - allein fürs Wickeln und Tuch binden benötige ich kostbare 20min meiner 70min Stillpause. Mit Jaron

im Tuch versuche ich, unsere Wäscheberge aus vollgespuckter Kleidung und milchgetränkter Mullwindeln zu sortieren. Keine Chance - ich schaffe es einfach nicht, mich so weit zu bücken. Egal. Meine Aufgabe ist mein Baby. Von ein bisschen Kotze und Blut ist noch niemand gestorben. Jaron döst ein, während ich auf und ab wippe. Ich schaffe es, ein bisschen unsortierte Wäsche in die Maschine zu stopfen und stelle ein verträgliches Standardprogramm ein.

Es ist so schön ruhig. Ich höre Jaron im Tuch schnarchen und ich glaube, es gibt kein schöneres Geräusch. Ich habe Angst, mich hinzusetzen. Aber mein Rücken und Unterbauch schmerzen so sehr, lange kann ich nicht mehr stehen. Ich setze mich in unseren Ikea Poäng Sessel und wippe weiter leicht vor und zurück. Es funktioniert! Jaron schnarcht. Mir fallen die Augen zu. Ohne Vorwarnung fängt Jaron an zu schreien. Ich stehe auf und laufe wippend umher. Ich singe. Rede beruhigend auf ihn ein. Streiche über seinen Rücken. Küsse sein Köpfchen. Es ist, als wäre er in seiner eigenen Welt, als würde er mich gar nicht wahrnehmen. Ich öffne das Tuch, lege uns auf die Couch und lege ihn an. Mir schießen Schmerztränen in die Augen, versuche weiter zu atmen. Jaron trinkt. Und stöhnt dabei erleichtert. Er verschluckt sich oft, lässt immer wieder los und saugt neu an. F\*\*\*, tut das weh! Die Milch läuft zu schnell für ihn, ich lege ihn auf mich und stille entgegen der Schwerkraft. Trotzdem ist es mehr ein sportlicher Kampf als eine besinnliche Zeit, wir nennen ihn liebevoll unseren "Kampftrinker". Ich streiche vorher etwas Milch aus, er rutscht trotzdem immer wieder ab. Aua! Mein T-Shirt und die Bettwäsche sind milchgetränkt. Wann ist mein Baby satt? Wenn es loslässt. Mein Baby lässt nicht los. Er würde 24 Stunden an meiner Brust hängen, wenn ich ihn lassen würde. Aber ich kann nicht mehr. Nach 50min löse ich den Saugschluss und gehe meine wieder offenen Brustwarzen verarzten. Der Schorf hat sich beim Stillen gelöst. Ich habe Hunger und Durst und würde so gern Duschen. Noch drei Stunden bis Erik wiederkommt. Ich finde, ich schlage mich gut. Ich bin ein bisschen stolz auf mich.

Nach weiteren zwei Wochen mit derselben Stillroutine und sitzendem Schlaf im 45min-Takt, haben der Schlafmangel und das dauernde Geschrei meine Nerven bis zur Wurzel freigelegt. Ich kann nicht mehr. Manchmal weiß ich nicht, ob ich schlafe oder wach bin. Oder ob mein Baby wirklich schreit oder ich es nur träume. Die Realität ist irgendwie schwammig. Wie lange schreit er schon? Wie lange habe ich geschlafen? Erik musste irgendwann wieder in unser Hochbett ziehen, damit er wenigstens ein paar Stunden Schlaf bekommt. Ich verbringe die Nächte weiter mit Jaron auf unserer Couch, ins Hochbett kriege ich ihn nicht getragen.

Die Hebamme hat sich bereits verabschiedet. Wir bräuchten sie nun nicht mehr. Jaron sei gesund, nimmt gut zu und auch sonst machen wir alles super. Speikinder seien Gedeihkinder. Sie lässt mir noch ein Töpfchen Brustwarzensalbe da und nennt uns ein weiteres Medikament für Jaron, das wir ausprobieren könnten. Ansonsten helfe nur abwarten, Koliken seien nach drei Monaten vorbei. Der Kinderarzt beurkundet Jaron nach einmal Hochheben und Testen verschiedener Reflexe die beste Gesundheit. Er ist so schnell aus dem Behandlungszimmer verschwunden, dass ich gar keine Chance habe, etwas zu fragen. Nun gut. Wenn alle mir immer wieder sagen, mein Kind sei gesund, dann ist das wohl so. Ich denke "Du wolltest doch nie so eine Glucken-Mutter werden, also reiß dich zusammen. Es ist doch alles gut." Mein Baby ist gesund. Das rede ich mir immer wieder ein. Und teile die guten Neuigkeiten direkt in unserer Whats-App-Gruppe mit allen Verwandten. Jaron wächst und gedeiht, es geht ihm gut.

Zu Hause übernimmt immer mehr die Verzweiflung die Macht. Jaron liegt friedlich neben mir und schaut erstaunt in mein Gesicht, als mir die Tränen unkontrolliert die Wangen herunterlaufen. Ich kann nicht mehr. Noch eine Stunde bis Erik wiederkommt. Eine Stunde um mich zu fangen. Reiß dich zusammen verdammt. Diese seltene Ruhe musst du genießen. Die Tränen laufen weiter. Ich kann den Wickeltisch nur schwer erkennen. Ich säubere den kleinen Po und schaffe es, die Trauer herunterzuschlucken. Es ist alles gut. Uns geht es gut. Ich höre Eriks Schlüssel in der Tür und kann mein Schluchzen nicht mehr halten.

-----

Ich trage Jaron im Arm und schuckel ihn auf und ab, auf und ab. Meine Arme verkrampft, der Rücken schmerzt. Jaron schreit. Und schreit. Und schreit. "JA MAMA HAT AUCH HUNGER" keife ich zurück und schuckel ihn einmal energisch - vor Schreck verstummt er für zwei Sekunden. Meine Wut macht mir Angst. Mir steigen die Tränen in die Augen. Ich lege das brüllende Bündel ins Bettchen und gehe in die Küche, um mich zu fangen. Verzweiflung und Trauer ersetzen die Wut, Tränen laufen. Ich gehe zurück und schließe Jaron fest in meine Arme, küsse sein Köpfchen und schluchze "Es tut mir leid. Ich liebe dich. Es tut mir so leid." Wir weinen zusammen, er laut, ich leise.

-----

Manchmal verfällt er beim Stillen auf wundersame Weise in einen erschöpften Tiefschlaf. Dann halte ich ihn im Arm und beobachte sein Mimikspiel. Als würde er den ganzen Tag im Traum verarbeiten. Er weint auch im Schlaf und schluchzt manchmal laut auf. Doch manchmal macht er auch Nuckelbewegungen und lächelt. Mein Sohn kann Lächeln. Stolz und Freude und eine tiefe Ergriffenheit überkommen mich. Ich schaffe es sogar zu filmen und in unserer Gruppe zu posten.

-----

Es ist 11Uhr. Ich habe seit gestern Abend nichts mehr gegessen. Jaron schreit. Mir ist übel vor Hunger und Durst und ich wanke etwas beim Aufstehen. Es hilft nichts - ich muss jetzt was zu Essen machen. Jaron brüllt. Ich wippe ihn auf dem Arm und gehe in die Küche. Das dreckige Geschirr stapelt sich über der vollen Spülmaschine. Ich suche etwas Essbares, hole mit einer Hand ein Fertiggericht aus dem Gefrierfach und schüttele es in die Pfanne. Jaron brüllt. Ich wippe durch die Küche und versuche regelmäßig zu atmen, mehr um mich selbst zu beruhigen. Ich merke die Wut in mir hochkochen, gleich kann ich mich nicht mehr kontrollieren. Ich denke "Nicht schütteln. Nicht schütteln. Nicht schütteln." Ich trete gegen den Küchentisch, presse ein "Aaaaaarrrrgh" heraus und wanke etwas zurück. Nicht hinfallen. Vorsicht, heiße Pfanne. Ich setze mich auf die Couch und lege Jaron an. F\*\*\* dieser Schmerz. Jaron ist so aufgelöst, er braucht ein paar Minuten, bis er ohne Schluchzen trinken kann. Ich atme tief ein, tief aus. Mein Baby hat mehr verdient als mich. Mir schießen die Tränen in die Augen. Ich esse mit einer Hand, die andere hält verkrampft das Baby. Ich habe Durst.

-----

Ich muss raus aus dieser Wohnung. Es macht mich wahnsinnig tagein, tagaus eingesperrt zu sein. Wir beschließen an einem Samstag zu einem Adventskonzert unserer Gemeinde zu gehen. Jaron ist jetzt 4 Wochen alt. 4 Wochen hatte ich die Wohnung kaum verlassen - ich schaffe es in den kurzen Stillpausen von 70min einfach nicht, die Windel zu wechseln, Jaron anzuziehen, den Kinderwagen rauszutragen, mich selbst anzuziehen und loszugehen, um pünktlich wieder zu Hause zu sein, wenn Jaron gestillt werden will und schreit. Die Erinnerung, allein mein schreiendes Baby durch unsere Straße zu schieben und bei Minusgraden

einfach nichts tun zu können als weiterzuschieben, steckt zu tief und macht mir Angst.

Ich freue mich riesig darauf, mein Baby präsentieren zu können. Ich stille, schnell neue Windel, Wickeltasche packen, Kinderwagen raustragen, Jaron dick einpacken. Als wir den Kinderwagen durch die frische Dezemberluft schieben, Jarons Weinen verstummt und er einschläft, bin ich so dankbar. Angekommen, schreit Jaron. Hunger. Ich setze mich auf einen harten Küchenstuhl in eine kleine freie Ecke hinter der Küchentür. Ich versuche das Stillhütchen aufzulegen bevor ich Jaron andocke. Es fällt runter. Egal. Zähne zusammenbeißen. Ständig kommen Menschen rein, raus, lautes Gelächter, fröhliche Gespräche. Buffet wird vorbereitet. Und diese Frau. Sie ist so begeistert von uns und redet ununterbrochen auf mich ein. Sie habe selbst vier Kinder großgezogen und wie toll das alles sei. Ich will sie anschreien, dass sie mich doch bitte in Ruhe stillen lassen soll. Die gesamten 45min Stillen redet sie weiter. Jaron dockt ständig ab, saugt wieder an, der Schmerz ist irgendwie erträglich. Wahrscheinlich Adrenalin. Jarons Windel ist voll. Wir wickeln ihn zwischen schaulustigen Menschen auf einer Couch - selbst schuld, ich wollte doch mein Baby präsentieren. Ich bin total gestresst. Ich merke, wie ich wieder anfangen zu bluten und gehe auf die Toilette, meine Einlagen wechseln. Jaron weint. Ich binde ihn ins Tuch und setze seinen Gehörschutz auf. Er döst ein. Ich versuche mich hinzusetzen, aber irgendwie ist das Tuch zu hoch gebunden - ich finde keine aushaltbare Position. Ich will nur wieder nach Hause. Wir öffnen das Tuch und Erik bindet Jaron ein. Er schläft. Das Konzert geht los. Es ist doch alles gut. Wirklich schöne Musik. Doch mir graut es davor, wenn ich wieder stillen muss. Noch 30min. Das will ich auf keinen Fall ein zweites Mal hier zwischen den ganzen Menschen tun. Nach vier Liedern gehen wir nach Hause. Ich bin vollkommen erschöpft.

Am nächsten Morgen, die Nacht im halb-Sitzen durchgestillt, ist mir so übel, dass ich Angst habe, mich im Bett zu übergeben. Ich will aufstehen, aber mein Körper reagiert nicht. Mir fallen die Augen immer wieder zu. Ich versuche mich hinzusetzen, sehe Sterne, und sinke zurück ins Kissen. Krämpfe im Unterbauch. Erik bringt mir einen Eimer. Nur der Gedanke an Essen lässt mich würgen. Muss wohl was Falsches gegessen haben. Oder Magen-Darm-Virus, der geht ja grad rum. Jaron weint. Und verweigert zum ersten Mal in seinem Leben die Brust. Ich kriege Panik. Ich rufe meine Hebamme an, die mir sagt, dass Jaron wohl merkt, wie schlecht es mir geht und deswegen nicht trinken will. Ich solle ein paar Paracetamol nehmen und zusehen, dass es mir schnell besser geht. Viel trinken. Ich nehme Paracetamol und einen Krampflöser und zwingen mich, zwei Zwiebacke herunterzuwürgen. Zwei Stunden später trinkt Jaron wieder, aber mein Körper streikt. Ich kann nicht aufstehen. Nicht essen. Mir ist so übel. Erik reicht mir eine Tasse mit Kamillentee und ich nehme ein paar Schlucke. Ich bin so hilflos, vollkommen ausgeliefert. Ich hasse es. Meine Mutter am Telefon stellt fest, dass es nichts mit Magen-Darm zu tun hat. Ich habe mich tatsächlich noch nicht übergeben. Ich war noch gar nicht auf der Toilette heute. Alle Systeme heruntergefahren. Es ist einfach Erschöpfung. Erik bindet das weinende Baby ins Tuch und gibt mir Ohropax. Er stellt sich vor den PC, macht sich ein YouTube-Video an und wippt auf und ab. Ich schlafe. Zwei ganze Stunden. Dann bringt Erik mir Jaron zum Stillen. Ich schaffe drei Zwiebacke zu essen. Und das gleiche nochmal. Ich schlafe das erste Mal seit Wochen ganze Stunden am Stück. Und trotzdem streikt mein Körper. Ich kann immer noch nicht aufstehen. Morgen ist Montag. Ich habe die irrationale Angst, mein weinendes Baby am anderen Ende des Raumes sterben sehen zu müssen, weil ich nicht zu ihm komme.

Die nächsten Tage stelle ich sicher, dass ich nicht allein zu Hause bin. Einen Tag bleibt Erik zu Hause. Dann kommt meine Schwester. Dann holt mein Vater Jaron und mich nach Hause. Bei meinen Eltern fängt mein Körper langsam wieder an zu funktionieren. Ich gebe Jaron so oft wie möglich ab. Morgens um 7 löse ich den Saugschluss, wechsle die Windel und bringe Jaron zu meinen Eltern. Zwei Stunden Schlaf. Was ein Luxus. Meine Mutter geht mit mir zu einer Stillberaterin, die eine Soor-Infektion in meiner Brust feststellt. Nach jedem Stillen einsalben, Jarons Mund und meine Brust. (Fast schmerzfrei Stillen kann ich als Jaron zehn Wochen alt ist.)

Weihnachten tut uns allen sehr gut. Jaron genießt den vielen Trubel und scheint von seinen Problemen, was immer sie auch sein mögen, abgelenkt. Er schreit kaum, wenn er von vielen Menschen umgeben ist. Er wird ständig getragen, betütelt, gestreichelt - so viele Hände, die sich um ihn kümmern. Menschen, die mit ihm spazieren gehen. Und ich kann schlafen. Ich sehe, wie niemand verstehen kann, warum ich so fertig bin. Das ist doch ein liebes Kind. So friedlich. Ich bin dankbar, dass Erik versteht. Und dass meine Verwandten ihren kleinen Engel ahnungslos betüteln können.

Die Silvesternacht schreit Jaron bitterlich, fast ununterbrochen. Einzig beim Stillen dämmert er vor sich hin und schluchzt nur ab und zu. Also stille ich die ganze Nacht. Jaron hat Blut in der Windel. Wir rufen einen Kinderarzt an, schicken ein Bild. Ein wenig frisches Blut. Erstmals beobachten. Am nächsten Morgen sieht Erik eine Beule in Jarons Leistengegend. Die Verzweiflung der durchschrienen Nacht bricht in Tränen und Schluchzen aus mir heraus. Mein Baby hat schreckliche Schmerzen. Er tut mir so leid, ich kann nichts tun. Er schreit.

Bereitschaftskinderarzt, Notaufnahme, Kindernotaufnahme, Kinderchirurgie, Neugeborenenstation. Adrenalin pumpt durch meine Adern und hilft mir auch die dritte Nacht wach zu bleiben. In der Nacht nach Jarons beidseitiger Leistenhernien-OP bin ich so erschöpft, dass ich Angst habe, ihn fallen zu lassen. Ich bitte die Schwester, ihn zu halten.

Die Kinderärztin im Krankenhaus stellt fest, dass Jaron seinen Kopf nicht zur linken Seite dreht. Sein Köpfchen ist auf der rechten Seite bereits platt gelegen und schief. Sie empfiehlt Physiotherapie. Unser Kinderarzt zu Hause drückt bei der Nachuntersuchung Jarons Kopf einmal mit der flachen Hand auf die Unterlage und sagt "Da ist nichts blockiert. Physiotherapie brauchen Sie nicht. Das können Sie auch mit ihm zu Hause machen. Immer wieder Anreize von der linken Seite geben." Zu Hause suche ich eine neue Kinderärztin, belese mich und mache einen Termin bei einer auf Babies und Kinder spezialisierten Orthopädin. Wir bekommen einen Termin direkt in der folgenden Woche. Ich höre es knacken, als sie Jarons blockierten Halswirbel löst. Diese eine Behandlung reiche meist bei so jungen Babies aus. Jaron ist jetzt neun Wochen alt. Auf der Heimfahrt schläft er so tief wie nur in seinen ersten Lebenstagen.

Jaron braucht ein paar Wochen, um sich an die neue Situation zu gewöhnen. Doch bald schreit er nicht mehr so unvorhersehbar. Das Schreien beschränkt sich nun auf die Zeit vor dem Schlafen, wenn er müde ist und einfach nicht zur Ruhe kommt. Es sind immer noch mehrere Stunden am Tag, die er schreit. Kein Einschlafen ohne Schreien. Doch jetzt können wir es zeitlich einordnen und uns darauf einstellen.



Bis Jaron ca. sechs Monate alt ist, kommen wir noch viele Male an unsere Grenzen. Das Gitterbett wird getreten, Kissen gegen die Wand geworfen. Wir lösen uns ab, sobald der eine zu wütend wird. Einmal muss ich ihn schreien lassen, als ich allein zu Hause bin. Danach nehme ich ihn in den Arm, entschuldige mich und wir weinen gemeinsam. Aber zu wissen, dass es jetzt "nur" ein Schlafproblem ist, und Jaron keine körperlichen Schmerzen hat, macht es erträglicher. Ich lese diverse Ratgeber und wir probieren alles, was wir mit unserer Liebe zu unserem Sohn vereinbaren können. Bis heute schläft er nur in Bewegung (Federwiege oder Kinderwagen) oder an der Brust. Tagsüber 40min am Stück, nachts manchmal 3 Stunden, meistens nur 90min. Aber seit er ca. sechs Monate alt ist, kann er mit diesen zwei Methoden ohne Weinen einschlafen. Nach einem halben Jahr war das Geschrei zu Ende.

Und ich habe angefangen, mein Leben als (müde) Mama zu genießen. Jaron ist in seiner Entwicklung etwas hinter den anderen Babies hinterher - mit neun Monaten sitzt oder krabbelt er noch nicht. Er liegt und rollt. Aber wer seine ersten Lebensmonate mit Schreien verbringt, hat wenig Zeit, sich selbst und die Welt zu erkunden. Er ist sehr anhänglich, fordert das Stillen noch stark ein und weint, sobald ich den Raum verlasse. Wir machen uns keinen Stress. Nein, wir gehen nicht zur Physiotherapie. Vielleicht würde er dann früher anfangen zu Krabbeln - keine Ahnung. Ich liege lieber friedlich im Bett, stille und kuschle mit meinem plappernden Baby. Jaron ist ein glückliches Baby. Er strahlt und lacht viel. Er liebt es, zu kuscheln, toben und zu kommunizieren. Und manchmal kann ich mein Glück kaum fassen.