

Jenny McCarthy



ACHTUNG SCHWANGER!

*Alles, was Ihnen garantiert
noch niemand über Schwangerschaft
und Geburt erzählt hat*



mvgverlag 

© des Titels »Achtung schwanger!« (978-3-86882-228-1)
2011 by mvg Verlag, FinanzBuch Verlag GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvgverlag.de>



Sie sind also schwanger!

Schwanger werden

Eigentlich heißt es ja immer, dass es leicht ist, schwanger zu werden. Dennoch wissen die meisten von Ihnen, dass das eine ganz schöne Schinderei sein kann – und nicht ansatzweise so einfach ist, wie es damals im Sexualkundeunterricht dargestellt wurde. Trotzdem haben Sie diesen schwierigen Teil jetzt hinter sich gebracht und den Job erledigt. Herzlichen Glückwunsch und willkommen im Club! Sie haben endlich die Möglichkeit, Ihre Gebärmutter vollständig zu nutzen, und Sie werden Ihre Vagina so kennenlernen, wie Sie es sich niemals hätten vorstellen können.

Wie Ihnen die meisten Mütter verraten können, ist eine Schwangerschaft eine emotionale Achterbahnfahrt voller Lachen, Weinen, Schmerzen, Beschwerden und Liebe, die Sie in dieser Intensität niemals zuvor erlebt haben. Aber weil sie es mit der Zeit entweder erfolgreich verdrängt haben oder Ihnen keine Angst machen wollen, verschweigen die meisten Mütter, wie hart eine Schwangerschaft (und letztlich vor allem die Geburt) sein kann. Merken Sie sich aber eines: Das Ganze ist hart, manchmal sogar brutal! Doch wenn ich das alles geschafft habe, dann kann es wirklich JEDE schaffen.

Achtung schwanger!

Ich wusste eigentlich schon immer, dass ich dafür bestimmt war, etwas wirklich GROSSES im Leben zu schaffen, und heute weiß ich, dass es genau das war. Eines Tages einen Oscar gewinnen – unwichtig!... ICH HABE ENTBUNDEN! Meiner Ansicht nach sollten Frauen für ihre Stärke, Ausdauer und Bereitschaft zu entbinden täglich aufs Neue vergöttert werden und allergrößten Dank erhalten. Wenn das Kinderkriegen Männersache wäre, dann wären Adam und Eva sicher die einzigen Menschen geblieben, die jemals auf Erden wandelten.

Falls Sie sich dieses Buch bewusst gekauft haben, ist Ihnen meine Offenheit, was bestimmte Dinge – unter anderem Anatomie und Körperfunktionen – betrifft, sicherlich geläufig. Falls Ihnen allerdings jemand dieses Buch geschenkt hat und Sie vorher noch nie von mir gehört haben, bitte ich Sie als Erstes um Entschuldigung, denn die Schwangerschaft hat meiner Offenheit eine völlig neue Dimension verliehen. Ich habe festgestellt, dass ich ohne Scheu über Vorgänge in mir selbst sprechen kann, was den meisten Frauen viel zu peinlich wäre. Aber die Dinge, die ich erlebt habe, werden Sie wahrscheinlich auch erleben. Es ist immens beruhigend zu wissen, dass andere Frauen ähnlich unangenehme Geschichten durchleben müssen wie man selbst. Und auch Sie werden ganz sicher einiges durchmachen, meine Liebe.

Keine schwangere Frau ist von den Widrigkeiten, die vor ihr liegen, jemals gänzlich verschont geblieben. Natürlich ist es für einige einfacher als für andere, aber auf irgendeine Weise ist jede Schwangere betroffen. Und genau das macht sie zum berechtigten Mitglied in diesem riesigen Club. Nicht einmal Ihr Gynäkologe kann, auch wenn er noch so hilfreich und verständnisvoll sein mag, Zutritt zu diesem Club erhalten. Denn er hat diesen

Schwanger werden

Prozess zwar aus nächster Nähe miterlebt, doch sicherlich nie versucht, eine Wassermelone durch das Loch in seinem Penis zu quetschen, nur um annähernd die Schmerzen seiner Patientinnen nachempfinden zu können.

Die Quintessenz aus all dem Erlebten lautet: Reißen Sie sich zusammen. Das einzig Gute an den entsetzlichen Dingen, die mir widerfahren sind, ist, dass ich alles hier zu Ihrem Lesevergnügen wiedergeben kann. Von mir werden Sie erfahren, wie eine Schwangerschaft wirklich ist.

Manchmal werde ich Sie damit wahrscheinlich zum Lachen bringen, und manchmal werden Sie Angst bekommen, aber auf jeden Fall kann Sie dann nichts mehr überraschen. Ich halte es für enorm wichtig, die ganze Bandbreite der Absonderlichkeiten, die Ihnen widerfahren können, zu kennen. Und eines ist sicher: Ich würde keine Sekunde zögern, das alles noch einmal zu machen, und ich wette, dass es Ihnen schlussendlich genauso gehen wird.



Schatz, dein Sperma funktioniert tatsächlich!

Schwangerschaftstests

Endlich einmal hat er sein Sperma für einen guten Zweck vergossen. Seine armen kleinen Fischchen mussten auch nicht in einem kalten Gummi sterben, in Spermizid ertrinken oder aus Ihrem Haar gespült werden. Diesmal haben sie ihren eigentlichen Zweck erfüllt, und der kleine Messstab, der Ihre Zukunft verändern kann, hat bestätigt, dass sich Ihr Leben tatsächlich verändern wird. So war diese Zeit für mich:

Während mein Mann und ich uns an der Zeugung »versuchten«, hatten wir beim Sex immer Scheu davor, irgendetwas scheinbar Unangemessenes zu tun, also etwa das kleinste Geräusch von uns zu geben. Wahrscheinlich haben nicht einmal Missionare es so leise und brav getan wie wir zu dieser Zeit. Da wir uns bewusst waren, dass wir dabei waren, Leben zu erschaffen, wollte ich keinesfalls riskieren, dass mir mein Mann einen frechen Klaps auf den Hintern gab oder mich ein ungezogenes Miststück nannte. Unsere Unschuld schien sich auszuzahlen, denn Wochen später entdeckte ich, dass ich schwanger war. Diese Entdeckung war das Tollste an dem ganzen Prozess.

Achtung schwanger!

Wir waren auf einer Geschäftsreise in New Orleans, besser gesagt, er musste arbeiten und ich begleitete ihn, da ich so ungern allein zu Hause blieb. Nachdem wir angekommen waren, gingen wir abends essen. Und zum ersten Mal erlebte ich da eine Not, die mir bald sehr vertraut sein sollte: das schlagartig gähnende Loch in meinem Magen, das unbedingt schnell gefüllt werden musste.

Sobald wir am Tisch saßen, bat ich den Ober höflich, uns sofort etwas Brot zu bringen. In meiner Stimme lag bereits eine Dringlichkeit, die an Hysterie grenzte, und der Ausdruck auf meinem Gesicht bereitete meinem Mann offenbar Sorgen. Denn er bot mir einen Kaugummi an, um die Wartezeit zu überstehen – ein Angebot, das ich mit der Erwiderung quittierte, dass er sich dieses Kaugummi sonst wohin stecken könne. Nachdem eine weitere Minute vergangen und immer noch kein Brot in Sicht war, hielt ich jeden auf, der an unserem Tisch vorbeimarschierte, und bat ihn, uns verdammt noch mal möglichst schnell Brot zu bringen. Minuten erschienen mir wie Stunden. Doch immer noch kein Brot.

Tränen stiegen mir in die Augen, als ich meinen Mann anbettelte, in die Küche zu gehen und sich dort Brot zu schnappen. Er ahnte wohl, dass ich gleich über unseren Tisch an den Nebentisch springen und mich dort auf das Brot stürzen würde, wenn er nicht sofort loszöge. Oder vielleicht sogar handgreiflich gegen unseren Ober werden würde.

Auf jeden Fall ging er los, mein Mann. Wie (von ihm) angewiesen, blieb ich am Tisch sitzen, war aber vor Hunger schon fast außer mir. Einen kurzen Moment lang durchzuckte mich der Gedanke, dass ich vielleicht einen Bandwurm hätte, dann aber sah ich

Schwangerschaftstests

am Horizont meinen Mann auftauchen mit dem wunderbarsten Weißbrot in Händen. In diesem Augenblick war er mein Held.

Mein Mann hatte mir Brot gebracht, dafür liebte ich ihn. Was sind schon Diamanten! Als ich mich an diesem Abend schlafen legte, machte ich mir immer noch Sorgen über den Bandwurm, doch es sollte die letzte Nacht sein, in der ich mich mit diesem Gedanken herumplagte, denn die Entdeckung meiner Schwangerschaft folgte am nächsten Morgen.

Mein Mann ging sehr früh arbeiten, während ich mit Krämpfen im Hotelbett lag und jammerte. Bevor wir zu dieser Reise aufgebrochen waren, hatte mir mein Mann einen Schwangerschaftstest gekauft und ich, skeptisch wie immer, Tampons. Im Laufe des Morgens wurden meine Krämpfe so schlimm, dass ich mir ganz sicher war, dass meine Periode im vollsten Gange war. Also schnappte ich mir einen Tampon, ging zur Toilette, riss mir in Erwartung blutiger Tatsachen die Unterhose herunter – aber NICHTS!

Einen Moment lang starrte ich den Tampon an, beschloss, ihm ein zweites Leben zu schenken, und legte ihn in die Schachtel zurück. Dann ging ich wieder ins Zimmer und griff nach dem Schwangerschaftstest, den mein Mann mir unbedingt hatte andrehen wollen. Als ich auf den Stab pinkelte, hoffte ich, schwanger zu sein, aber eigentlich war ich mir sicher, dass ich es nicht war. Sobald ich fertig war, hielt ich den Stab in die Luft, und augenblicklich erschien ein Pluszeichen. Ungläubig starrte ich dieses harmlos wirkende Plastikteil an. Das Sperma meines Mannes hatte also einwandfrei funktioniert, und auch meine Eier waren nicht zu faul. Oh Gott. OH GOTT. ICH BIN SCHWANGER!!

Achtung schwanger!

Ich rannte sofort zum Spiegel, um meinen Gesichtsausdruck zu überprüfen. Und wissen Sie was? Ich habe mich ehrlich gesagt noch niemals glücklicher gesehen. Ich war richtiggehend albern, kicherte mir selbst im Spiegel zu und begann herumzuhüpfen, dann blickte ich auf meinen Bauch und lächelte. Wir hatten Leben erschaffen. Am liebsten hätte ich mich dem Embryo vorgestellt und ihm gesagt, dass er die Zeit genießen solle. Und ganz deutlich erinnere ich mich daran, dass ich dachte: Ich werde eine großartige Mutter sein.

Da mein Mann nicht innerhalb der nächsten zehn Stunden ins Hotel zurückkam, folgte die längste Wartezeit aller Zeiten. Aber das Warten war es wert, schließlich wollte ich ihm die Nachricht nicht am Telefon erzählen. Ich wollte die Gefühle in seinem Gesicht sehen.

Als er die Tür öffnete, bemerkte er sofort einen seltsamen Blick an mir, und natürlich konnte ich es nicht lange aushalten und verriet bald schon so beiläufig wie möglich: »Ich bin übrigens schwanger, Schatz.« Er schaute mich an, und sein Gesicht wurde ganz weich, dann drückte und küsste er mich und pries als Nächstes sein Spermium. Er war unheimlich stolz auf sich. Und ich war stolz auf uns. Während wir darüber diskutierten, welchen Namen das Kind tragen sollte und welche Eigenschaften wir uns für unser Kind erhofften, schliefen wir ein.

Mein Mann hatte wirklich wenig Ahnung davon, was da nun auf ihn zukommen sollte. Und damit meine ich nicht die Probleme mit einem Neugeborenen, nein. Er würde nun die Verrücktheiten und Tiefpunkte ertragen müssen, die seine schwangere Frau erleben würde. Begleiten Sie uns durch diese schwierige Zeit ...



Kotzeritis

Morgendliche Übelkeit

Wie jede Frau, die das durchgemacht hat, weiß, ist der Ausdruck »morgendliche Übelkeit« völliger Blödsinn. Denn der Morgen hat damit herzlich wenig zu tun. Bei mir begann die Übelkeit am Morgen und hielt den ganzen Tag hindurch an. Die Begrenzung auf den Morgen muss sich wohl ein Mann ausgedacht haben, der das alles nur für Einbildung hielt und hoffte, dass die Frauen spätestens ab Mittag die Klappe halten würden. Aber das stimmt so nicht, Freundchen! Komm du ruhig gegen 17 Uhr bei mir zu Hause vorbei, dann zeig ich dir, dass ich dich immer noch vollkotzen kann.

Einige Frauen, die ich kenne, hat es sehr schlimm getroffen, andere weniger. Einige haben den ganzen Tag über alle 15 Minuten gekotzt und andere bloß ein paarmal am Tag. Meiner Meinung nach ging es mir noch viel schlechter als den Kotzerinnen, denn mir war ständig übel, und zwar so, dass ich würgen musste. Sie kennen sicherlich das Gefühl, kurz bevor Sie sich übergeben müssen, wenn Ihr Mund zu wässern beginnt, Sie anfangen zu schwitzen und in der Hoffnung zur Toilette rennen, dass alles herauskommt und Sie sich dann nicht mehr so furchtbar fühlen.

Achtung schwanger!

So ging es mir ... DEN GANZEN TAG. Ich war in diesem Zwischenstadium gefangen, wenn nichts herauskommt. Ich starrte bloß auf die Toilette, schwitzte und betete den Schüsselgott an, mich endlich zu erlösen. Ich hätte meine Seele für eine dieser beiden Alternativen verkauft: entweder kotzen oder sich besser fühlen.

Das Einkaufengehen war ein echter Albtraum für mich, vor dem es mir jedes Mal graute. Ja, das Prominentenleben besteht nicht nur aus persönlichen Assistenten und Glamour, lassen Sie sich das gesagt sein, ich erledige meine Einkäufe selbst.

Ich ging also blass und verschwitzt mit der kleinen Liste in meiner Hand in den Supermarkt und rannte durch die Gänge. Die Fleischtheke roch für mich nach toten Tieren, die schon ein Jahr lang in der Sonne gelegen hatten. Unwillkürlich zuckte ich zusammen und musste mir im Vorbeigehen den Ärmel vor die Nase halten.

Alles in dem Laden ekelte mich an. Fremde glotzten mich dumm an, als es mich in Gang drei würgte, während ich Käse hochhielt. Es ist schwierig, diese Symptome in der Öffentlichkeit zu zeigen, wenn man noch nicht schwanger aussieht. Wäre ich im neunten Monat gewesen, hätte mich sicher jeder bedauert: »Oh, die arme schwangere Frau fühlt sich wohl nicht gut.« Stattdessen sahen sie mich alle an, als dächten sie: »Kotzen Bulimikerinnen nicht nach dem Essen?«

Auch Essenswerbung im Fernsehen brachte mich fast um. Später liebte ich sie dann während der Fressattacken, aber in dieser frühen Phase lief ich schon grün an, wenn ich nur jemanden

Morgendliche Übelkeit

einen fettigen Cheeseburger oder Nudeln mit Hackfleisch essen sah. Apropos Grün: Wenn irgendein Gemüse oder ein Salat in meiner Nähe war – oder wenn bloß darüber geredet wurde –, hatte ich sofort das dringende Bedürfnis, den gesunden kleinen Bastard zu eliminieren.

Natürlich wird überall davon geredet, wie wichtig es ist, sich für das Baby gesund zu ernähren, aber das einzig Gesunde, das ich in diesen neun Monaten essen konnte, war ein Apfel. Ich machte mir wirklich schon Sorgen darüber, dass mein Kind wie ein Schokoladenkeks aussehen würde, wenn es endlich herauskäme. Gesundes Essen EKELTE mich einfach an.

Trotz meiner Aversion gegen Essen habe ich in dieser Zeit natürlich nicht abgenommen, sondern vielmehr beachtlich zugelegt. Möglicherweise, weil das Einzige, was ich runterbrachte, ein ganzes Weißbrot am Tag war. Wie ich später erfuhr, holen die Personen, die in der Phase der »morgendlichen Übelkeit« Gewicht verlieren, uns fette schwangere Frauen irgendwann kilomäßig aber wieder ein. Gerechtigkeit muss schließlich sein.

Verzweifeln Sie also nicht, wenn die Toilette Ihr bester Freund ist. Denken Sie einfach daran, dass Sie nicht alleine sind. Gefühlt sind all die anderen Frauen jetzt bei Ihnen, halten Ihre Haare hoch und feuern Sie an. Bei den meisten von uns geht die Übelkeit nach ein paar langen Monaten vorüber. Auf jeden Fall sind neun Monate das Maximum, das kann ich Ihnen versprechen.