

**Zeitschrift:** Saiten : Ostschweizer Kulturmagazin  
**Herausgeber:** Verein Saiten  
**Band:** 13 (2006)  
**Heft:** 152

**Artikel:** Sigrid Wöcke mit Nevio  
**Autor:** Ziegler, Manuela  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-885217>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 05.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

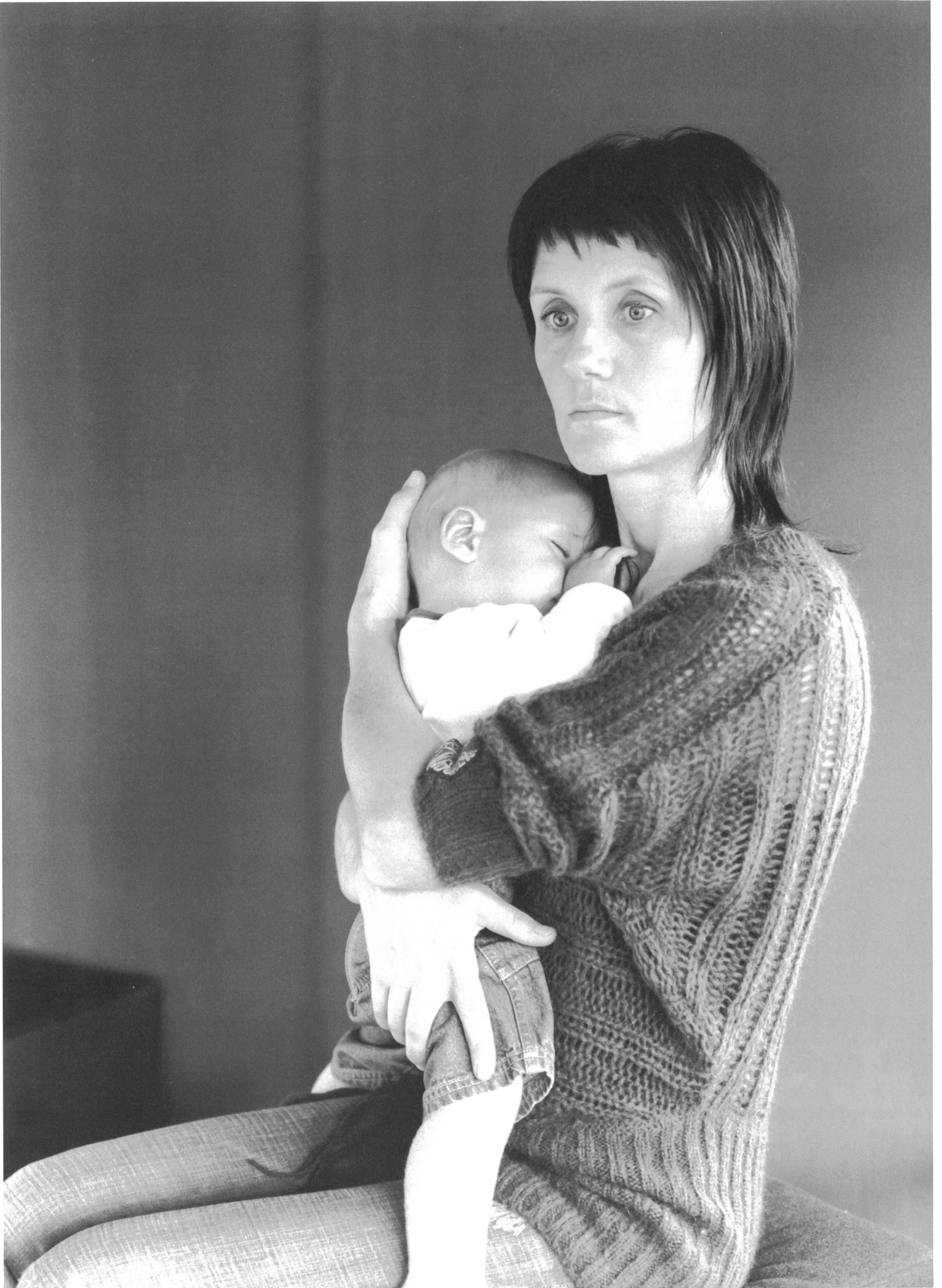


Bild: Vanessa Billeter

# SIGRID WÖCKE MIT NEVIO

Geboren am 7. März 2006 um 4.41 Uhr  
zu Hause in Rossrüti

Geburtsgewicht: 3500 g / Grösse: 53 cm



Ich habe vier Kinder glücklich zu Hause zur Welt gebracht. Zuerst Nils, dann Sina, Nuria und im März nun auch Nevio. Zuerst hatte ich aber eine Fehlgeburt. Schon beim ersten Ultraschall sagte mir der Frauenarzt, dass etwas nicht stimmt. Zwei Wochen nach diesem Termin bekam ich erste Blutungen und hatte Angst, das Kind zu verlieren. Nach jeder Blutung führte ich einen Schwangerschaftstest durch, weil ich sicher sein wollte, dass ich das Kind nicht verloren hatte. Das war ein Riesenstress. Am 15. August, ich erinnere mich noch genau, spürte ich ein Ziehen im Unterleib, so als wenn ich die Periode bekommen würde. Mein Mann und ich waren auf einer Veranstaltung und mussten diese frühzeitig verlassen, weil meine Schmerzen stärker wurden. Daheim verlor ich sehr viel Blut, und in diesem Moment wusste ich, dass ich das Kind verloren hatte. Mein Frauenarzt bestätigte es beim anschliessenden Besuch mit folgenden Worten: «Jetzt ist das Baby weg.» Das war sein einziger Kommentar. Damals wurde mir klar, dass ich auf dem falschen Weg war. Für mich als Schwangere war der Ablauf zu unpersönlich. Ob unser totes Baby mir das aufzeigen wollte? Ich weiss es nicht. Ich glaube, dass alles, was passiert, seinen Sinn hat. Ich vertraute darauf, dass ich zum richtigen Zeitpunkt wieder schwanger werden darf. Das war wohl der Grund, warum ich nicht in ein Loch gefallen bin.

Als ich dann mit Nils schwanger wurde, im Oktober desselben Jahres, war klar, dass wir eine Hausgeburt wollten. Wichtig war für mich, dass auch mein Mann hundertprozentig dahinter stand. In der Hebamme hatte ich eine Vertrauensperson gefunden und konnte meine Schwangerschaft geniessen. Ich habe eine Ultraschalluntersuchung durchführen lassen. Alle übrigen Untersuchungen übernahm die Hebamme. Die Geburt verlief dann zackig. Ich habe am Tag zuvor bis fünf Uhr gearbeitet und für meinen Mann noch Zopf gebacken, weil er am dritten Juli Geburtstag hat. Abends um halb acht habe ich schon ein Ziehen im Unterleib gespürt und ihm gesagt, dass das Kind wohl sein Geburtstagsgeschenk werden würde. Er hat gelacht – bis zum eigentlichen Geburtstermin sollten es noch zwölf Tage sein. So gegen zehn habe ich dann mit der Hebamme telefoniert, die mir riet, ein Bad zu nehmen. Kaum im Bad, wurden die Wehen kräftiger, ich zog mich wieder an und begann in unserem Gang auf- und abzugehen. Meinen Mann habe ich ins Bett geschickt. Ich hatte noch keine starken Wehen und konnte mir auch nicht vorstellen, dass die Geburt so schnell gehen würde.

Um fünf vor eins in der Nacht machte es «schwupp» – die Fruchtblase war geplatzt. Ich habe sofort meinen Mann geweckt. Er rief die Hebamme an, ich setzte mich aufs WC. Kaum hatte er aufgelegt, kam die erste Presswehe und ich sagte: «Der Kopf kommt raus.» Mit der Hand konnte ich ihn fühlen. Mein Mann hat das erst gar nicht geglaubt. Er hat sich das so romantisch vorgestellt und in der Stube die Kerzen angezündet und Musik gemacht. Ich bin auf dem WC sitzen geblieben und habe gedacht: «Ich darf mich jetzt einfach nicht bewegen.» Die Hebamme musste ungefähr eine Viertelstunde fahren. Ich hab mir vorgestellt, wie das Kind

## Notiert von Manuela Ziegler

durch die Wehen vorwärts geschoben wird und selbst mithilft. Während der Schwangerschaft und im Geburtsvorbereitungskurs habe ich mich sehr bewusst mit meinem Körper auseinandergesetzt. Daher konnte ich mich für die Geburt öffnen. Ich habe eine gute Chemie nach «da oben» und vertraue darauf, dass es schon richtig kommt. Als die Hebamme ankam, konnte sie gerade noch in die Handschuhe schlüpfen. Ich habe gesagt: «Es kommt», bin aufgestanden, habe mich an meinem Mann gehalten und das Baby war da. Der Kleine war vermutlich erschrocken, weil alles so schnell ging und hat lauthals gebrüllt. Das war sehr imposant. Mein Mann und ich empfanden eine grosse Dankbarkeit und Freude bei seinem Anblick. Wir hatten es geschafft, unser Kind daheim und gesund zur Welt zu bringen. Uns wurde vor der Geburt von Freunden und Bekannten vorgeworfen, wir seien verrückt, so ein Risiko einzugehen. Wir haben nach der Geburt die Stille genossen, wir drei im Bett aneinander gekuschelt – Haut an Haut – daheim in unserem Nest. Das habe ich auch bei den drei folgenden Geburten so erlebt. Obwohl die Geburt von Nevio, dem Jüngsten, für mich die happigste war. Ich hatte Hämorrhoiden und fürchtete, dass diese während der Presswehen platzen könnten, was aber nicht passierte. Der Schreck war dann, dass Nevio nicht atmete, als er auf die Welt kam. Ich habe ein ernstes Wort nach «da oben» geschickt und endlich fing er an zu atmen.

Manuela Ziegler, 1970, ist Journalistin im St.Galler Pressebüro Seegrund und lebt in Konstanz.

Wir haben nach der Geburt die Stille genossen, wir drei im Bett aneinander gekuschelt – Haut an Haut – daheim in unserem Nest.