

SHIATSU unterstützt und hilft Frauen bei

Kinderwunsch

*Der Juwel des Himmels ist die Sonne,
das Juwel des Hauses ist das Kind.
Chinesisches Sprichwort*

www.shiatsu-mobil.info

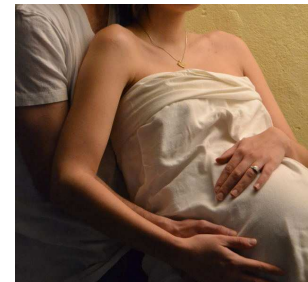
SHIATSU
qualified practitioner

+43 (0) 676 71 77 056

Das größte Wunder der Menschheit ist immer noch die Entstehung sowie das Heranwachsen eines Kindes im Mutterleib. Sie haben Interesse, daran teilzuhaben und ein Baby zu bekommen.

SHIATSU ist eine wunderbare und wirkungsvolle Möglichkeit, werdende Mütter in der Zeit „vor“ der geplanten Schwangerschaft zu betreuen und das „Nest“ für das Wunschkind bestens vorzubereiten.

Bei Kinderwunsch ist es deshalb empfehlenswert, bereits im Vorfeld mit SHIATSU „grundsätzlich“ gute Voraussetzungen für die Empfängnis zu schaffen, den Organismus der Mutter zu stärken und den Energiefluss sowie die hormonelle Beschaffenheit zu harmonisieren. Damit kann sich die Frau gleichzeitig auch vor den



Quelle: MorgueFile free photos

möglicherweise später auftretenden Schwangerschaftsbeschwerden etwas schützen.

Idealerweise lassen sich sogar beide werdenden Elternteile im Vorfeld mit SHIATSU behandeln. So wird erreicht, dass das Kind während der Zeugung ausreichend mit Jing (ähnlich unserer DNA/Lebensenergie) versorgt werden kann. Damit bekommt es beste Voraussetzungen für seinen Start in dieser Welt und sein künftiges Leben.

unerfülltem Kinderwunsch/Neigung zu Fehlgeburt

*Hoffnung ist wie der Zucker im Tee: Auch wenn sie klein ist, versüßt sie alles.
Chinesische Weisheit*

Emotionale Spannungen wie z.B. ein zu starker Kinderwunsch, mangelnde Entspannung, schlechte Ernährung, Schlafmangel, Stress, Pille, Spirale etc. beeinflussen Ihr Energiesystem sowie Ihre Empfängnisbereitschaft manchmal negativ und verhindern die Erfüllung Ihres Kinderwunsches.

SHIATSU kann in diesem Zusammenhang z. B. mit einer sanften, entspannenden Bauchmassage und einer jeweils den Bedürfnissen angepassten SHIATSU-Behandlung einen guten Ausgleich schaffen. Es unterstützt Sie, Ihre Mitte zu finden, evtl. Hinderliches loszulassen, um sich zu öffnen und bereit zu sein, ein neues Leben, Ihr Kind, zu begrüßen. Denn wenn Sie sich auf ein Kind freuen, sich wohl in Ihrem Körper fühlen, ihr Leben entsprechend ausrichten, sind dies bereits die besten Voraussetzungen für die Erfüllung Ihres Kinderwunsches.

Beachten Sie bitte:

In den Nieren ist unsere Lebensenergie, lt. TCM Jing/Essenz genannt (ähnlich unserer DNA/Lebensenergie), gespeichert. Die Fruchtbarkeit sowie Zeugungsfähigkeit stehen in Zusammenhang mit der vorhandenen Essenz der Eltern, die beständig im Laufe eines Lebens verbraucht wird. Fehlgeburten schwächen diese für die Empfängnisbereitschaft wichtige Essenz.

Diese Nierenenergie (Jing) benötigt nach einer Fehlgeburt sieben Jahre, bis sie sich wieder regenerieren kann. Oftmals ist eine Nierenschwäche verschiedener Art die Ursache für unerfüllten Kinderwunsch (bei Mann und Frau) bzw. kann diese auch zu einer Neigung bei der Frau zur Fehlgeburt führen.

SHIATSU kann diese Nierenenergie sowie auch einen evtl. Blutmangel oder sonstige Ursachen positiv beeinflussen und damit gute Voraussetzungen für die Erfüllung Ihres Kinderwunsches schaffen. Ihre Aufgabe ist es, Ihr Leben so einzurichten, dass sich Ihr Kind willkommen fühlen kann.

Schwangerschaft

Ein Kind ist eine sichtbar gewordene Liebe.

Novalis

Jede Frau erlebt ihre Schwangerschaft anders. Die Begleitung mit individuell abgestimmtem SHIATSU durch die Schwangerschaft ist für Mutter und Kind jedoch oftmals eine große Bereicherung. Bei Problemschwangerschaften empfehle ich die Rücksprache mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin.

Allgemein gilt, dass man sich mit SHIATSU der jeweiligen Befindlichkeit der Frau zuwenden kann, was ihr guttut. Weiter verhilft man mit SHIATSU der werdenden Mutter zu einer tiefen Wahrnehmung zu ihrem Körper und ihrem Kind, die Mutter-Kind-Beziehung wird gefördert. Es bietet der werdenden Mutter die Gelegenheit, neue Kräfte zu sammeln, Geborgenheit zu spüren, Urvertrauen aufzubauen.

Während der Schwangerschaft kommt es zu zahlreichen körperlichen und hormonellen Veränderungen, die u. U. zu den typischen Beschwerden während einer Schwangerschaft führen können. Das Baby wird nun mit Nieren-Essenz (Energie) und Blut der Mutter ernährt. Der Körper der Mutter wird stark beansprucht.

Emotionale Störungen der Mutter können auf das Baby einen Einfluss haben. Deshalb sollte sich die werdende Mutter mehr Ruhe und Zeit für sich gönnen. Anpassungsschwierigkeiten können der werdenden Mutter zu schaffen machen wie z. B. in Form einer Nierenschwäche, zuständig für Schmerzen im unteren Rücken, Trauer und Sorgen können sich in Atemlosigkeit äußern usw.



Quelle: MorgueFile free photos

SHIATSU besitzt ein großes Potenzial an Möglichkeiten, vom Kinderwunsch bis nach der Geburt die Frau wirksam zu unterstützen und stärkend zu begleiten. Dafür werden zu den „zwölf Meridianen“ z.B. auch die so genannten „Wundermeridiane“ behandelt. Dies mildert die evtl. vorhandenen Schwangerschaftsbeschwerden wie Rückenschmerzen, Brustspannen, Reizblase, schwere oder geschwollene Beine, Stimmungsschwankungen, Sodbrennen sowie Schwangerschaftsübelkeit, Verdauungsprobleme u.v.m.

Grundsätzlich gilt: Geht es der werdenden Mutter gut, wirkt sich dies unmittelbar positiv auch auf das Baby aus. Somit gönnen Sie sich möglichst in regelmäßigen Abständen eine entspannende und gesundheitsfördernde SHIATSU-Behandlung für Ihr Wohlbefinden.

Vorzugsweise wird während der Schwangerschaft mit sanften und ruhigen Halte- und Wiegetechniken gearbeitet, und mit bewahrenden, statischen und aufbauenden Techniken behandelt. Es wird dem nährenden und beruhigenden Aspekt Beachtung geschenkt. Die eigene Körperwahrnehmung wird sensibilisiert sowie die Mutter-Kind-Beziehung gefördert.

Spezielle Lagerungspölster (Body Cushion) erlauben es der Schwangeren, bequem und völlig druckfrei zu liegen und die SHIATSU-Behandlung zu genießen, sich geborgen zu fühlen.

Übungen zur Stärkung der Bauchmuskulatur sind nun empfehlenswert, um die Beweglichkeit bis zuletzt erhalten zu können. Ein Beckenbodentraining (besonders bei Neigung zu Hämorrhoiden/ Inkontinenz) während der Schwangerschaft sorgt für die Stabilität der Gebärmutter.

Wird auf den Damm während der letzten Wochen regelmäßig Johanniskrautöl einmassiert, kann dies evtl. einen Dammschnitt verhindern.

Bei Steißlage gegen Ende der Schwangerschaft kann SHIATSU in Kombination mit Moxibustion korrigierend einwirken. Das Kind dreht sich daraufhin oftmals in die richtige Geburtsposition.

Geburt

*Geboren wird nicht nur das Kind durch die Mutter,
sondern auch die Mutter durch das Kind.
Gertrud van le Fort*

Wenige Wochen vor dem Geburtstermin werden Techniken angewendet, die das Becken öffnen und somit auf den Geburtsvorgang vorbereiten. Ausleitende Punkte, die während der vorangegangenen Schwangerschaft verboten waren, werden nun gegen Ende der Schwangerschaft im SHIATSU behandelt, um sanft den Geburtsvorgang einzuleiten.

Der Partner kann vor und während des Geburtsvorgangs „aktiv“ mit ein paar SHIATSU-Tipps die Situation für die Frau erleichtern, ihr beistehen. Aber auch SHIATSU in meist kräftiger Ausführung, kann der aufsteigenden Angst entgegenwirken bzw. den Geburtsvorgang unterstützen, sofern dies von der Gebärenden gewünscht wird.

Himbeerblätterttee dient der Vorbereitung für die Geburt, entspannt die Muskulatur des kleinen Beckens und macht den Muttermund weich.

Dieser Himbeerblätterttee kann von der 34. Woche an 1x täglich und von der 37. Woche an 3-5 x täglich eingenommen werden. Beraten Sie sich mit dem Arzt, Ihrer Apotheke, ob dieser wie auch die anderen Tipps für Sie eine geeignete Unterstützung sind.



Quelle: MorgueFile free photos

Positiv formulierte Affirmationen können der Gebärenden im Vorfeld zu Kraft und Vertrauen in sich und den natürlichen Vorgang der Natur bewirken, somit Angst reduzieren und den Geburtsvorgang fördern.

nach der Geburt

*Eine Mutter hält die Hände ihrer
die Herzen jedoch für immer.* Quelle: MorgueFile free photos
Unbekannt

Mutter soll sich nun nach dem beschwerlichen und Kräfte zehrenden Geburtsvorgang unbedingt mind. sechs Wochen lang schonen und eine Energie und Blut aufbauende Diät einhalten. Mittags wäre nach einer zu empfehlenden „Hühnerkraftsuppe“ eine Ruhepause im Liegen besonders zu empfehlen. Dies auch, da beim Stillen viel Grundsubstanz verbraucht wird, die es wieder aufzubauen gilt.



Quelle: MorgueFile free photos

Trotzdem muss das Baby nun viel getragen werden, ver- und umsorgt werden, der Schlaf wird vielfach unterbrochen. Die Abwehrkräfte der Mutter sind aufgrund dieser anspruchsvollen Phase geschwächt.

Somit ist gerade in der ersten Zeit nach der Geburt SHIATSU nun eine ideale Unterstützung, um mit der neuen und anspruchsvollen Herausforderung des Mutterseins gut zurechtzukommen, die Abwehrkräfte wieder aufzubauen, allgemein zu Kräften zu kommen.

Ebenfalls sehr empfehlenswert ist es, nach der 6. Woche das Becken sanft einzurichten, wieder ins dynamische Gleichgewicht zu bringen. Immerhin wurde das Becken während der Schwangerschaft und Geburt stark beansprucht. Somit kann es wieder für eine aufrechte Haltung sorgen, der Energiefluss kann ungehindert fließen. Die Gesamtbefindlichkeit der Mutter wird verbessert, sie gewinnt z. B. an Präsenz, Gelassenheit, Mut und Entschlossenheit.

Auch der Milchfluss kann mit SHIATSU gefördert werden, der Wochenfluss wie auch Wochenbettdepressionen mit SHIATSU unterstützend reguliert werden. Die Frau findet wieder ihre Mitte, wirkt ausgeglichen und kann mit dieser Unterstützung das Muttersein letztlich intensiv und bewusst genießen. Gerne kann die Mutter das Baby auch zu den SHIATSU-Behandlungen mitbringen.

Aber auch das Baby kann nun mit Baby-SHIATSU behandelt werden, um möglichst eine harmonische und gute Entwicklung zu fördern. Viele Babys genießen die sanfte SHIATSU-Massage und werden dadurch auch ruhiger und zufriedener ...



*Solange Kinder klein sind, gib ihnen tiefe Wurzeln,
wenn sie älter geworden sind, gib ihnen Flügel.*
Indisches Sprichwort

Quelle: privat