

**Buchtipps zum Thema:**

**„Baby-Nöte verstehen“**

Verblüffend einfache Alltagshilfen aus der osteopathischen Praxis von Karin Ritter, Trias-Verlag, 17,99 Euro



# Osteopathie

## für Säuglinge

Die Geburt ist das erste große Abenteuer im Leben eines Kindes. Hormonelle Signale leiten den bedeutenden Vorgang ein. Mit größter Kraftanstrengung muss sich das Baby den Weg durch den engen Geburtskanal bahnen.

ANZEIGE



**stefanie kriesl.**  
osteopathie • physiotherapie

**IHRE SPEZIALISTEN  
FÜR OSTEOPATHIE & PHYSIOTHERAPIE  
in Bogenhausen / Oberföhring**

- erstklassig ausgebildete Therapeuten
- individuell erstellte Behandlungspläne
- perfekte Kombination aus Physiotherapie und Osteopathie
- Osteopathische Behandlungen auch für Kassenpatienten

**Privatpraxis, Stefanie Kriesl, Physiotherapie, Osteopathie**  
Tel. 92 33 43 36, St. Emmeram 52, 81925 München  
[www.stefanie-kriesl.de](http://www.stefanie-kriesl.de)

Es wirken enorme Kräfte auf den kleinen Körper insbesondere auf den Hals- und Kopfbereich. Das Köpfchen wird zeitweilig durch den hohen Druck stark verformt. Die Natur hat das so vorgesehen und dem Gewebe eine gute Flexibilität geschenkt. Trotzdem kann das Gewebe des Babys bei der Geburt überstrapaziert werden und so zu Funktionsstörungen führen – insbesondere, wenn wehenfördernde Mittel bzw. Saugglocke oder Zange eingesetzt werden mussten. Platzmangel im Bauch während der Schwangerschaft kann nach der Geburt ebenfalls zu Vorzugshaltungen führen. Wenn die Babys auf der Welt sind, werden sie unter anderem direkt den Gesetzen der Schwerkraft ausgesetzt. Manchen fällt diese Umstellung aus der Schwerelosigkeit im Mutterleib nicht leicht. Je früher Funktionsstörungen oder Blockaden erkannt werden, desto leichter kann man sie behandeln. Behandlungserfolge lassen sich bei Kindern bereits durch sehr sanfte Impulse erzielen. Daher kommen immer mehr Eltern mit ihrem Neugeborenen, meist durch Empfehlung der Hebamme, des Kinderarztes oder durch Bekannte, zur osteopathischen Behandlung. Aus Sicht der Osteopathen sollte jedes neugeborene Kind vorgestellt werden.

**Hier ein kleiner Auszug von Möglichkeiten, die für Funktionsstörungen sprechen könnten:**

- Das Baby hat eine favorisierte Kopfhaltung
- Der Kopf des Babys ist verformt
- Das Baby nicht gut an der Brust trinkt
- Das Baby schreit vermehrt obwohl die Grundbedürfnisse gestillt sind
- Das Baby überstreckt häufig den Kopf oder Rücken
- Das Baby schaut häufig mit den Augen nach oben

Foto: shutterstock (f)

Eltern können im Umgang mit Ihren Kindern zu Hause einige Dinge beherzigen, um ihnen den Start ins Leben zu erleichtern und eine gesunde Entwicklung zu unterstützen.

**Tipps für das Hochnehmen des Babys**

Den Achselgriff zum Hochnehmen vermeiden! Die Schultern des Kindes werden dadurch nach oben geschoben und das Köpfchen fällt nach hinten. Das darf nicht passieren! Wie geht es besser? Das Kind über die Seite hochnehmen. Dafür sollten Sie das Kind fast bis zur Bauchlage drehen. Nun wird der gesamte Kopf und die Wirbelsäule mit Hand und Unterarm unterstützt. Dann wird das Baby zurück gedreht.

- Der Kopf des Babys liegt gestützt in der gesamten Hand, er darf nicht überstreckt sein.
- Die Wirbelsäule liegt gestützt auf dem Unterarm
- Der Blick des Babys soll nach vorne unten zeigen, nicht nach oben!
- Arme und Beine sollen nicht seitlich runterfallen.

**Entspanntes Wickeln und Anziehen**

Ein Kind lernt schneller wenn man versucht es mit einzubeziehen. Das macht Babys zufriedener und bereitwilliger. Andererseits werden sie dadurch auch eigensinniger und selbstständiger. Wählen Sie bequeme Kleidung. Das erleichtert das Anziehen. Für die Halswirbelsäule ist es schonender, wenn Pullis oder Mützen von hinten über das Köpfchen gezogen werden. Babys weinen beim Anziehen oftmals, weil es ihnen unangenehm ist oder sogar Schmerzen bereitet. Wollen Sie Ihr Baby drehen? Dann animieren Sie es zuerst mit Geräuschen oder sanfter Berührung. Nehmen Sie sich Zeit! Reden Sie mit Ihrem Kind oder singen Sie ihm etwas vor. Dann kann es sich besser auf das Kommende einstellen.

**Symmetrie ist wichtig!**

Achten Sie darauf, dass Ihr Baby zum Greifen beide Hände einsetzt. Wenn es Spielzeuge immer mit derselben Hand greift, motivieren Sie es, auch die andere einzusetzen. Beim Liegen sollte es nicht immer auf derselben Seite liegen! Nutzen Sie abwechselnd die Seiten-, Rücken oder Bauchlage.

**Tipps für das Tragen**

Einige Eltern tragen ihre Babys gerne. Es vermittelt Sicherheit und das Gefühl der Nähe. Die Kinder genießen das und beruhigen sich wenn sie getragen werden.

**Beim Tragen werden häufig Fehlhaltungen des Babys gefördert. Achten Sie auf folgende Punkte:**

- Die Wirbelsäule des Babys muss durch das Tuch gut gestützt werden.
- Die Oberschenkel des Babys bis zu den Knien mit dem Tuch unterstützen.
- Das Köpfchen soll abwechselnd nach links bzw. nach rechts gedreht liegen.
- Das Köpfchen und die Halswirbelsäule darf NICHT nach hinten überstreckt sein.
- Den Hinterkopf bzw. den Kopf des Babys mit der Hand stützen, wenn es die Situation erfordert.

**Kontakt** [www.stefanie-kriesl.de](http://www.stefanie-kriesl.de)





## Schenken Sie Ihrer Haut Feuchtigkeit und Jugendlichkeit

### Hydra facial Hyaluron Booster

Eine Gesichtsbehandlung mit hochkonzentrierter Hyaluronsäure bewirkt sofortige Faltenminimierung und 100%ige Feuchtigkeitszufuhr. Inclusive Hydra-Eye-Treatment gegen die trockene und müde Augenpartie.




**Aktionspreis**  
**ca. 90 Minuten nur 69.- €**



**Pharao Kosmetik im Pharao-Haus**  
Fritz-Meyer-Weg 55  
81925 München  
[www.pharao kosmetik.de](http://www.pharao kosmetik.de)  
[kontakt@pharao kosmetik.de](mailto:kontakt@pharao kosmetik.de)

Unsere beiden Kosmetikerinnen freuen sich auf Sie! Vereinbaren Sie am besten noch heute einen Termin unter  
**Telefon 089-99200646**  
Neu: jetzt auch Samstags-Termine!





40 Jahre

## Himmliche Mode

zu irdischen Preisen

Wer hierher kommt, bleibt gern länger: In familiärer Atmosphäre bietet Sternchen Kindermoden seit 40 Jahren Beratung und eine große Auswahl von tragbarer und exklusiver Baby- und Kindermode in den Größen 0 bis 176.

**Wir bieten dauerhaft Schnäppchen aus der auslaufenden Saison!**

**Sternchen Kindermoden**  
Newtonstr. 16  
81679 München  
nahe Herkomerplatz  
Mo - Fr 9.30 - 13.00 Uhr  
und 14.30 - 18.30 Uhr  
Sa 10.00 - 13.00 Uhr  
[www.sternchen-kindermoden.de](http://www.sternchen-kindermoden.de)

