

Stefan Rieth

Kinder-Blüte

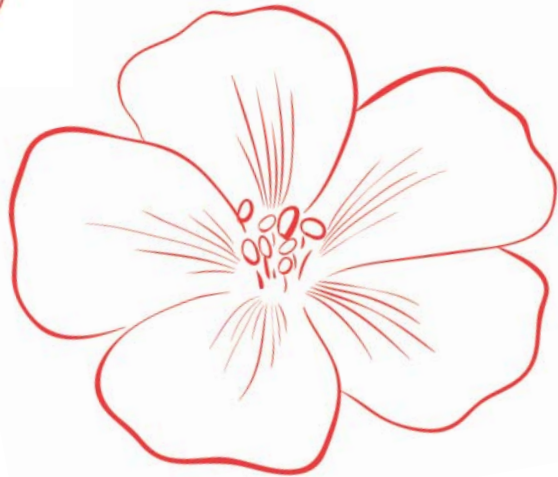
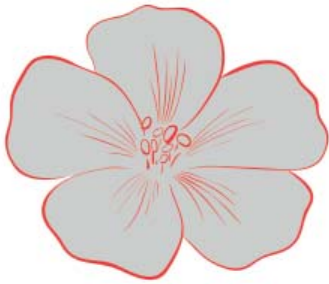
Wie Kinder mit Osteopathie zu dem erblühen, was sie sein können

*In 5 einfachen Schritten zu bestmöglicher Entwicklung,
Gesundheit und Vitalität*

LESEPROBE



SHEEMA



Stefan Rieth

Kinder- Blüte

*Wie Kinder mit Osteopathie zu dem erblühen,
was sie sein können*

*In 5 einfachen Schritten zu bestmöglicher Entwicklung,
Gesundheit und Vitalität*

Widmung



*Für meine Kinder Livia und Julius
und alle kleinen und großen Kinderseelen.*

Inhalt



	Vorwort: Kinder-Blüte	10
	Fakten-Check Osteopathie	13
1	Was Kinder heute zum Erblühen brauchen	17
1.1	Warum es hilft, die Schwangerschaft als Zauber zu erleben	20
1.2	Bewusste Mutterschaft: Mit Osteopathie Mutter und Kind durch die Schwangerschaft begleiten	24
1.2.1	Erstes Trimester: 1. bis 12. Schwangerschaftswoche	27
1.2.2	Zweites Trimester: 13. bis 26. Schwangerschaftswoche	28
1.2.3	Drittes Trimester: 27. bis 40. Schwangerschaftswoche	29
1.3	So gelingt eine bewusste Schwangerschaft. Oder: Der Natur bis ans Ende vertrauen?	30
1.4	Einflüsse auf das ungeborene Leben	33
1.4.1	Die Position im Mutterleib	33
1.4.2	Emotionaler und psychischer Stress	35
1.4.3	Wie du dein Kind bereits im Mutterleib erblühen lässt	36
1.5	Geburtstypen – oder: Warum die Geburt einen Unterschied macht	41
1.5.1	Geburtsspirale: Die Geburt aus osteopathischer Sicht	43
1.5.1.1	Schnelle Entbindung/Sturzgeburt	45
1.5.1.2	Langwierige Entbindung	49
1.5.1.3	Saugglocke/Vakuum-Extraktion	49
1.5.1.4	Periduralanästhesie (PDA)	51
1.5.1.5	Sectio/Kaiserschnitt	52
1.5.2	Wie du mit einer schwierigen Geburt ins Reine kommst	59

2	Wie sich die 5 Blätter der Kinder-Blüte voll entfalten können	63
2.1	Schritt 1: Belebte Batterie	68
2.2	Schritt 2: Angekommene Atmung	71
2.3	Schritt 3: Flexible, flüssige Faszien	74
2.4	Schritt 4: Ausgeglicherer Angriff-Flucht-Modus	76
2.5	Schritt 5: Neutrales Nervensystem	80
3	Sanfte Hilfe für die Kinder-Blüte	83
3.1	Wie du deinem Baby und Säugling sanfte Hilfe zukommen lässt	85
3.1.1	Stillprobleme: Wie du dir und deinem Kind das Stillen erleichtern kannst	89
3.1.2	Gut gebrüllt, kleiner Löwe: Wie du deinem Kind bei Regulationsstörungen helfen kannst	98
3.1.3	Verdauungsprobleme	104
3.1.3.1	Koliken	105
3.1.3.2	Wie steht es mit der Ernährung, mit Laktose, Kuhmilch u.s.w.?	109
3.1.3.3	Sind Speikinder wirklich Gedeihkinder? Oder: Gastroösophagealer Reflux	113
3.1.3.4	Ja, was hat es denn nun?	118
3.1.4	Asymmetrien	122
3.1.5	Plagiozephalie: Schiefer Schädel durch Lagerungsfehler	130
3.1.6	Kinderschlaf	135



3.2	Wie du Kinder weiterhin beim Heranwachsen unterstützt	144
3.2.1	Wie viel krank sein ist normal? – Infektanfälligkeit	145
3.2.2	Was? Oder wie bitte? – Gehör und Hören	149
3.2.3	Wachsen muss NICHT wehtun! Wachstumsschmerzen	151
3.2.4	Der Kopf im Schraubstock – Kopfschmerzen	153
3.2.5	Halt und Haltung – Embodiment	155
3.2.6	ADHS/Hyperaktivität/Konzentration	157
4	Deine Kinder als deine Lehrer und Botschafter	161
	Danksagung	166
	Vita	167
	Anmerkungen	168

Liste der im Buch vorgestellten ÜBUNGEN

Übung 1: Den perfekten Bauplan wiederfinden	69
Übung 2: Atem-Blüte öffnen	72
Übung 3: Kleine und große Atmung zusammenbringen	73
Übung 4: Re-Flow	75
Übung 5: Die Stressreaktion entkoppeln	79
Übung 6: Die Rückenmarkshüllen befreien	83



Das, was der **Kinderosteopath Stefan Rieth** in diesem Buch beschreibt, sind Erfahrungswerte. Sie geben keinerlei Heilsversprechen oder Prognosen ab!

Er hat sich entschieden, die „Du-Anrede“ zu nutzen – bei einem solchen Thema durchaus angebracht.

Und er verwendet abwechselnd sowohl die weibliche als auch die männliche Schreibweise – das mag ungewöhnlich erscheinen, spricht aber immer jeden Menschen an (egal, mit welchem Geschlecht und welcher Gesinnung).

Podcast: Zu allen im Buch vorgestellten Themen kannst du dir zusätzliche Informationen auf dem Podcast von Stefan Rieth holen – entweder auf den üblichen Podcast-Kanälen oder auf seiner Website

stefanrieth.com

Hier findest du auch **Blogbeiträge** zu allen Themen der Kinder-Blüte und einen **Online-Kurs** zum Thema „Kinderschlaf“.



Vorwort: Kinder-Blüte



*Wenn eine Blume nicht blüht, veränderst du ihre Umgebung.
Und nicht die Blume!*

Jedes Kind ist wie eine wunderschöne Blüte inmitten einer Feldwiese. Der Samen, der einmal auf den Boden fällt, enthält bereits alles, was nötig ist, um zu dieser wunderschönen Blüte heranzuwachsen. Selbst wenn der Samen auf einen noch so steinigen, unwirtlichen Boden fällt, so steckt doch die gleiche Farbenpracht von überwältigender Schönheit in ihm wie in jedem anderen Samen.

Wenn du mir nicht glaubst, beobachte einmal bewusst Kinder mit vermeintlichen Behinderungen oder Defiziten. Ich denke, du stimmst mir zu, wenn ich sage, dass wir bei ihnen oft eine ganz besondere Strahlkraft wahrnehmen können.

Und ja – natürlich haben alle Kinder-Blüten auch Stacheln und Dornen an ihren Stängeln. Diese sind essenziell, um sich vor missbräuchlicher Behandlung zu schützen. Denn gerade, weil die Kinder-Blüten so besonders, farbenprächtig und bunt sind, müssen sie sich davor bewahren, nicht vor der Zeit kleingemacht, ausgetrocknet oder abgerissen zu werden.

Auch vielen erwachsenen Menschen, denen ich täglich in meiner Praxis begegne, würde ich wünschen, dass sie aus denselben Gründen öfter einmal wieder ihre Stacheln, ihr Gift, ihre Abwehrmechanismen bewusst und wach einsetzen, um ihrem Weg treu zu bleiben!

Kinder machen das – wenn sie dürfen – instinktiv.

Unsere Kleinen haben noch ganz feine Antennen dafür, in wessen Umfeld ihre Blüte wirklich aufgehen und sich zu ihrer vollen Pracht entfalten darf – oder wo ihr Strahlen und Duften vielleicht als zu



schön, zu freudvoll, zu begeistert, zu herausragend gesehen wird und deshalb von den Großen kleingehalten werden würde.

Wenn Kinder also in meiner Praxis den Kontakt mit mir (oder meinen Kolleginnen und Kollegen) verweigern, dann heißt das für mich stets, mir selber offen die Frage zu stellen, ob ich gerade präsent und kindgerecht in einem ehrlichen Kontakt mit dem Kind bin. Oft sagen wir Erwachsene in solchen Fällen: Die schlechte Erziehung durch die Eltern des Kindes ist das Problem. Aber damit machen wir es uns viel zu einfach. In den allermeisten Fällen waren wir selber zu abgelenkt durch die vermeintlich ach so wichtigen Verpflichtungen des täglichen Lebens, um dem Kind auf seiner Ebene ebenbürtig zu begegnen.

Das Einlassen auf die Begegnung mit Kindern auf Augenhöhe ist eines der Grundprinzipien, die meiner Ansicht nach für das verantwortlich sind, was ich als *Kinder-Blüte* bezeichne.

Es hat für meine Arbeit – ja sogar für mein Leben – alles verändert, anzuerkennen, zu sehen und im täglichen Kontakt mit Kindern in der Osteopathie zu erleben, dass der Großteil von dem, was wir glauben, mühevoll in Kinder hineinbringen, hineinragen oder sogar *hineintrichtern* zu müssen, bereits als perfekter Bauplan mit dem Moment der Empfängnis angelegt ist. Und ich wünsche mir von Herzen, es möge auch dir ein Augenöffner sein – und vielleicht auch eine Mahnung in Momenten, in denen du von deinen eigenen „Ich bin“-Sätzen und Limitierungen eingeholt wirst.

Der Zugang zu wirklichem menschlichem Erblühen, zum Ausschöpfen dieses immensen Potenzials, von dem wir wissen, dass wir als Erwachsene nur noch einen geringen Anteil abrufen können, steht Kindern noch sehr viel offener. Doch egal, wo du gerade in deinem Leben stehst: Diese Tür wird niemals komplett versiegelt sein.



Ich habe es mir in meiner täglichen Arbeit und nun auch in Form dieses Buches zur Aufgabe und Mission gemacht, möglichst viele Menschen mit diesem Zugang, den ich mit der Osteopathie bei Kindern erleben darf, wieder in Kontakt zu bringen.

Wenn du offen dafür bist, außerhalb deiner bisherigen Denkmuster ein kleines gedankliches Abenteuer zu wagen, dann freue ich mich, dich mitzunehmen in die Geheimnisse, die bisher meist unter Verschluss gehalten wurden und nur „Eingeweihten“ vorbehalten waren.

Lass uns gemeinsam erforschen, was Kinder heutzutage brauchen, um wirklich in ihrer ganzen Pracht aufzublühen.



Fakten-Check

Was ist Osteopathie?

Osteopathie ist eine eigenständige, vollwertige Wissenschaft, Kunst und Philosophie, die die Sinneswahrnehmungen der Hände benutzt, um Patientinnen und Patienten als Ganzes zu behandeln.

Durch eine umfassende schulmedizinische sowie osteopathische Ausbildung in Anatomie, Physiologie und Pathologie und zugleich eine intensive Schulung von denkenden, fühlenden Fingern erspüren Osteopathinnen, wie die jedem Menschen angeborene Fähigkeit, sich selbst zu heilen, unterstützt werden kann.

Dabei vertrauen Osteopathen auf die innewohnenden Bewegungen sowie Wachstums- und Heilungskräfte, um die immanenten Ressourcen des Patienten aufzubauen.

Osteopathie ist in Deutschland kein anerkannter Beruf, sondern unterliegt als Heilkunde der Sorgfaltspflicht der Behandler und darf nur von Ärztinnen und Heilpraktikern vollwertig ausgeübt werden. Eine indirekte Anerkennung der Osteopathie vollziehen die gesetzlichen Krankenkassen seit 2012, indem sie in unterschiedlichen Modi osteopathische Behandlungen bezuschussen.

Einen vertrauenswürdigen Osteopathen findet man als Vollmitglied in einem Berufsverband für Osteopathen und einem Ausbildungsumfang von 1350 Stunden. Scheue dich nicht, vor Beginn ihrer Behandlung den Ausbildungsstand und die mögliche Bezuschussungsfähigkeit deiner Osteopathin zu erfragen!



Osteopathie ist in der Mitte der Gesellschaft angekommen

Nach Aussage der größten bisher durchgeführten Studie zur Kinder-Osteopathie, der OSTINF-Studie¹ aus dem Jahr 2018, haben sich bereits im Jahre 2013 bis zu 5,6 Millionen Menschen in rund 4000 Praxen osteopathisch behandeln lassen.

Einer Forsa-Umfrage zufolge war jeder fünfte Bundesbürger schon einmal in osteopathischer Behandlung.

Und laut einer weiteren aktuellen Umfrage sind sechs von sieben Patienten in einer osteopathischen Praxis nicht zum ersten Mal dort.²

Du siehst also: Osteopathie ist für viele Menschen in Deutschland ein wichtiger Bestandteil ihrer Behandlungen und ihres Gesundheitskonzepts. Osteopathie ist in der Mitte der Gesellschaft angekommen.

Wann ist es sinnvoll, mit deinem Kind zur Osteopathie zu gehen?

Ergänzend zu den obligatorischen kinderärztlichen Vorsorgeuntersuchungen empfehlen Osteopathinnen und Osteopathen und viele Hebammen osteopathische Vorsorgeuntersuchungen (OVU) für Kinder, um eine spannungs- und einschränkungsarme Entwicklung zu ermöglichen.

Wir Osteopathen gehen von einer unmittelbaren Beziehung von Bewegung und Funktion aus. Ist die Beweglichkeit einer Struktur des kindlichen Körpers eingeschränkt, können aus Sicht der Osteopathie unnötige Spannungen des Gewebes und, eventuell darauffolgend, Funktionsstörungen oder Beschwerden resultieren.



Der Schwerpunkt unserer Untersuchungen liegt vor allem auf einer funktionellen Diagnostik von Mobilität, Motilität (frühkindliche Reflexe, die eventuell bestehen geblieben sind), möglichen Impfreaktionen, Trägheiten von Geweben sowie Sturzfolgen. Das Ganze wird dann jeweils angepasst an die Alters- und Entwicklungsstufe deines kleinen Lieblings.

Das **Ziel** dabei ist immer, mögliche funktionelle Störungen frühzeitig zu erkennen und zu behandeln. Osteopathie ist also vor allem eine wirkungsvolle Präventionsmedizin!

OVU 1	2. bis 8. Lebenswoche
OVU 2	3. bis 4. Lebensmonat
OVU 3	wenn dein Kind läuft
OVU 4	36. bis 48. Lebensmonat (3. Lebensjahr)
OVU 5	60. bis 72. Lebensmonat (5. Lebensjahr)

Termin vereinbaren!

Wie deine Krankenkasse Osteopathie für dich und dein Kind bezuschusst

96 von 110 gesetzlichen Krankenkassen (Stand März 2019 und Angaben ohne Gewähr) bezuschussen Osteopathie und erkennen somit indirekt die Wirksamkeit und Sinnhaftigkeit von Osteopathie an. Durch die hohe Anzahl an gesetzlichen Krankenkassen, die Osteopathie-Behandlungen mindestens anteilig erstatten, erfährt diese medizinische Disziplin ein hohes Ansehen in der Gesellschaft.



Zwei Hürden haben die Kassen allerdings eingebaut auf dem Weg, dass du Geld von deiner Kasse zurückbekommst:

- Dazu zählt eine anerkannte osteopathische Ausbildung der behandelnden Person
- sowie eine Privat-Verordnung/Indikation für Osteopathie seitens eines Arztes.

Bezuschussung möglich?

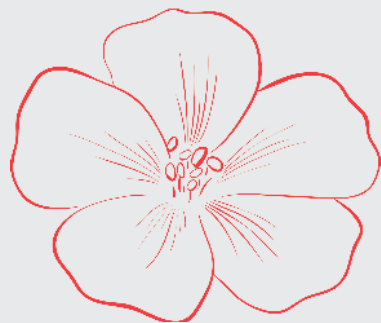
Ob, und wenn ja, unter welchen Bedingungen deine Krankenkasse eine Behandlung bezuschusst, siehst du auf der Website deiner Kasse oder auf der Homepage der Berufsverbände der Osteopathen. Die folgende Liste ist zufällig gewählt und ohne Anspruch auf Vollständigkeit:

- www.osteokompass.de/patienteninfo-krankenkassen
- www.hpo-osteopathie.de
- www.bv-osteopathie.de
- www.bao-osteopathie.de
- www.bund-deutscher-osteopathen.de
- swww.osteopathie.de



1

Was Kinder heute zum Erblühen brauchen





*Jeder Mensch hat das in ihm wohnende Potenzial, zu erblühen,
zu heilen und zu gesunden!*

Dessen bin ich mir durch meine tausendfachen Erfahrungen mit Menschen jeden Alters in meiner osteopathischen Praxis sicher. Und – das möchte ich einschränkend hinzufügen – in seinem, ihm vorgegebenen Rahmen. Denn natürlich gibt es schlimme Krankheiten, genetische Abweichungen, tödliche Erkrankungen und ja – nicht zuletzt sind wir Menschen in unserer physischen Form natürlich auch sterblich.

Doch das ist nur die eine Seite der Medaille. Ich weiß, dass das, was ich jetzt anführe, in manchen Momenten ein schwer auszuhaltendes Paradox ist: In jedem Menschen besteht auch innerhalb von Krankheit, Trauma oder Schmerz ein vorgefertigter, ihm innewohnender Plan. Diesen nennen Osteopathen den „immanenten Behandlungsplan“, bei dem darauf geachtet wird, dass er sich frei entfalten kann.

Dieser Plan basiert auf der ursprünglichen menschlichen Blaupause, die wir in der Osteopathie oft in Form des vollkommenen, unberührten Embryos im Mutterleib symbolisiert sehen. Anders ausgedrückt: bereits materialisierte Energie, doch noch immer so nahe dran an der Quelle, dem Ursprung. Pures Bewusstsein, angekommen mit der Befruchtung in einem noch flüssigen, fließenden, vor Energie strotzenden Körper voller Entwicklungsmöglichkeiten.³



Lass uns Folgendes an dieser Stelle klären: **Das, was für mich einen Menschen zum Menschen macht, ist** – gerade in den kommenden Zeiten von Künstlicher Intelligenz und Super-Computern – **sein Bewusstsein**. Bewusstsein als Essenz, Urgrund, Tao ... wie auch immer du es nennen magst.

Es mutet fast wie ein paradiesischer Zustand an, dass Menschen im Mutterleib und in den ersten Minuten, Tagen und Wochen, Monaten und Jahren als Kind so nah an der reinsten Form von Bewusstsein sind. Im späteren Leben erleben wir das oft nur noch bei Meditationen, in der Ekstase oder bei Nahtoderfahrungen.

Doch das Leben spielt eben nach seinen eigenen Gesetzen: Selbstverständlich ist diese reinste Form von Bewusstsein in dieser Form im materialisierten Leben nicht überlebensfähig. Wir fügen uns dem physischen Körper, den wir für die Reise durch unser Leben als heiligen Container verwenden dürfen.

Aber hier kommt der **Clou**:

Wenn der Übergang von der Quelle hin zu einem erfüllten Leben mit Bedacht und Bewusstheit seitens Eltern, Verwandten, Ärztinnen und Geburtshelfern geschieht, können Menschen im späteren Leben leichter und öfter auf diese eine, wahre, reine Essenz zurückgreifen.

Das ist für mich der wahre Kern und das wahre Geschenk der Osteopathie an dich und dein Kind!



1.1 Warum es hilft, die Schwangerschaft als Zauber zu erleben

Die moderne Hirnforschung und die Neurobiologie bestätigen die Herangehensweise von Osteopathen darin, dass Gesundheit und Wachstum eines Menschen bereits im Mutterleib mitbeeinflusst werden.

Hierbei sprechen wir nicht nur von massiv schädigenden negativen Umwelteinflüssen wie Rauchen, Alkoholkonsum oder gar Drogenmissbrauch der Mutter, sondern von einer weiten Bandbreite an mechanischen, emotionalen und den Stoffwechsel betreffenden Einflüssen auf das heranwachsende Kind. Einige dieser prägenden Einflüsse scheinen den osteopathischen Behandlungen der Mutter während der Schwangerschaft sowie dem Kind, sobald es die Welt erblickt hat, zugänglich zu sein.

Die Reise eines Kindes von seiner Empfängnis in dem Moment, in dem die Eizelle der Mutter vom Spermium des Vaters getroffen wird, bis hin zur Entbindung, vollzieht sich in einem unfassbaren, mystischen Prozess von Wachstum und Entwicklung.

Das ist die allererste Heldenreise jedes Menschen!

Die dort sichtbar gemachten Kräfte sind ehrfurchtgebietend und zugleich zutiefst bestärkend. Stell dir doch einmal kurz vor deinem inneren Auge vor, von was für einem mikroskopisch kleinen Wesen ein Kind sich innerhalb von neun Monaten zu einem oft mehr als einen halben Meter großen Wonnepropfen entwickelt. Wenn ein Kind diese Heldenreise oft mit absoluter Selbstverständlichkeit gemeistert hat, was ist dann noch alles möglich, wenn wir einmal das Licht der Welt erblickt haben? Ich möchte dich, liebe Leserin, lieber Leser, daher gerne mitnehmen auf eine Rückschau auf den einzigartigen Prozess deines Kommens und Werdens.



Der Embryo in dir

Das Leben beginnt als Wunder.

Das Wunder, das DU bist!

Das Wunder, das dein Kind ist!

Denn mit diesem einen blitzschnellen Moment der Konzeption, sobald das eine, das agilste und schlaueste Spermium des Mannes, die Eizelle der Frau trifft, durch ihre Außenhülle nach innen tritt und mit ihr verschmilzt, zeigen die bisher verborgenen Entwicklungskräfte ihr ganzes unglaubliches Können.

Wie in einer Explosion verändert der vermeintlich unbedeutende Zellhaufen in den ersten acht Wochen in rasendem Tempo seine Form hin zu einem bereits jetzt erkennbar einzigartigen Menschen.

Diese unerschöpflichen Entwicklungskräfte bleiben dir und deinem Kind das ganze Leben lang erhalten. Sie werden niemals weniger.

Diese kompromisslos auf Wachstum und Entwicklung gerichtete Energie ist ein essenzieller Teil von dir.

Der menschliche Körper kann altern, kann krank werden – doch diese Kraft, deine vollkommene Ganzheit, bleibt immer unangetastet.⁶

Alle (!) wesentlichen Systeme des späteren Körpers sind vollumfänglich angelegt und müssen nun vor allem ausdifferenziert werden.

Verdauungstrakt, Gehirn, Lungen ... alles da!

Deine Arme und Beine haben sich geformt. Auch Finger und Zehen sind schon erkennbar. Sogar das Herzkreislaufsystem ist bereits entwickelt und dein Herz beginnt zu schlagen.

Diese unglaubliche Entwicklung hat stattgefunden noch bevor die Gebärmutter deiner Mutter, die vielleicht noch gar nicht wusste, dass sie dich in sich tragen darf, ihre volle Funktion übernommen hat.



Du hast all diese Energie bereits als Eizelle in dir getragen und nun völlig selbstverständlich freigesetzt.

Mit circa 12 Wochen erst ist dann die Gebärmutter der Mutter alleinverantwortlich für deine Versorgung als heranwachsender Mensch. (Offenbar ist dies auch der Grund für die statistisch größte Abgangsrate zwischen der 12. und 16. Schwangerschaftswoche).

Mit Abschluss der 12. Woche ist die erste Phase deines Lebens als Embryo im Mutterleib abgeschlossen und du wirst dir und deiner Umwelt immer bewusster. Du wachst und reifst und bereitest dich auf dein Leben außerhalb des Mutterleibes vor. Du lernst jetzt schon, dich zu bewegen und zu entdecken!

Dein Geruchssinn ist sehr gut ausgeprägt, du kannst das Wohlbefinden oder den Stress deiner Mutter im wahrsten Sinne des Wortes riechen.

Dein Nervensystem speichert wichtige reflexartige Bewegungen ab, die du außerhalb des Mutterleibes benutzen wirst:

- Du übst, dich um die eigene Achse zu drehen (Stellreflex).
- Du übst das eventuell überlebenswichtige Robben zur Brustwarze vor (Rockreflex),
- ebenso wie das Suchen nach der Brustwarze (Root-Reflex).
- Das Trinken an der Brust übst du mit Fruchtwasser.
- Du entdeckst deine Hände und Füße in Schwerelosigkeit.

Die am frühesten voll ausgeprägte Sinneswahrnehmung ist jedoch das Hören. Das Innenohr innerhalb des Schläfenbeines des Schädels ist bereits ab der 23. Woche voll umfänglich angelegt und reif, auditive Reize aufzunehmen. Wenn deine Mutter sich diesen Fakt bewusst macht, wird sie so zum ersten Mal aktiv mit dir in Kontakt treten, indem sie wahrnimmt, dass du auf Geräusche – seien sie angenehm oder eher furchteinflößend – reagierst. Es ist gut möglich,



dass du durch die Prägungen im Mutterleib jetzt schon deine Lieblingsmusik hast, auf die du auch nach deiner Geburt ebenso eher aktiv wirst oder dich eher entspannen kannst.

Das beständige Gurgeln und Gluckern des Verdauungstraktes und das sanfte Wummern des Herzschlages deiner Mutter ist dir von Anfang an ein treuer Begleiter. Im Prinzip bist du in der Schwangerschaft einer beständigen, perfekt komponierten Symphonie ausgesetzt.

Ein weiterer Aspekt sind die permanenten rhythmischen Bewegungen der Atmung deiner Mutter, die dich so mit den sanften Auf- und Abbewegungen ihres Zwerchfells in ihrem Bauch wiegt.

Du wirst auch später in den ersten Monaten deines Lebens auf der physischen Welt ganz instinktiv diese treuen Begleiter einfordern: umschmeichelnde rhythmische Klänge (das kann auch ein Föhn sein) sowie sanfte rhythmische Bewegungen (wie bei einer Federwiege). Beides können deine bewussten, achtsamen und wachen Eltern dir später ganz einfach durch häufigen Körperkontakt, Fürsorge, Empathie und Annahme bieten. Die Geborgenheit aus dem Mutterleib und auch das Gefühl von Urvertrauen werden so umso stärker mit ins Leben hineingetragen.

Entwicklung der Sinne

Darüber, was dein Kind wann wahrnimmt, gibt es unterschiedliche Aussagen. Man geht davon aus, dass sich die Wahrnehmungen beim Menschen vergleichbar zu den Wahrnehmungen anderer Säugetiere entwickeln. Das würde bedeuten, dass wir zuerst Geruch und Geschmack, gefolgt von Beruhigungsempfinden, Gleichgewicht, Hören und zuletzt Sehen entwickeln.

Die notwendigen organischen Voraussetzungen sind oft früher ausgebildet. Das konnte man wissenschaftlich nachweisen durch von außen provozierte Reaktionen des Kindes im Mutterleib.



Du als Leserin kannst selbst entscheiden, wann welche Sinne bereits im Uterus aktiv sein könnten.

Daher möchte ich hier nur die Entwicklung der verschiedenen Voraussetzungen für Sinneswahrnehmungen kurz skizzieren:

- Berührungsempfinden: 6. Woche
- Riechzellen und -nerv: 7. bis 10. Woche
- Cochlea (Hörschnecke): 10. Woche
- Geschmacksknospen: 13. Woche

1.2 Bewusste Mutterschaft – mit Osteopathie Mutter und Kind durch die Schwangerschaft begleiten

Die Schwangerschaft ist eine Phase extremer Umstellung für die werdende Mutter. Viele Frauen machen die Erfahrung, dass das Kind bereits sehr früh in der Schwangerschaft quasi das Regiment übernimmt – und der eigene Körper und die Seele kommen kaum noch hinterher, sich an die neuen Gegebenheiten anzupassen.

Osteopathinnen kennen diesen Umstand und setzen ihre Fähigkeiten und Erfahrung ein, damit Körper, Geist und Seele einer Frau perfekt darauf eingestellt sind, ein Kind auszutragen. Es ist ganz natürlich, dass sich die werdende Mutter selbst auf die mechanischen, hormonellen und emotionalen Veränderungen optimal vorbereiten möchte. Im Interesse eines in ihr heranwachsenden, erblühenden



Kindes sowie zum Wohle der mit dem Kind auf eine gewisse Art ebenfalls neugeborenen Frau, die sie dann sein wird. Denn ist der Körper der Mutter aufgrund von Spannungen, Stress und Traumata nicht in der Lage, die neuen Bedingungen vollständig zu adaptieren, dann können Symptome entstehen wie Schmerzen und Gebrechen des Bewegungsapparates, Rücken- und Kopfschmerzen, starke Übelkeit oder allgemeine Müdigkeit.

Was der Volksmund als klassische und normale Beschwerden und „Nebenwirkungen“ einer Schwangerschaft ansieht, ist für die Osteopathie häufig die Folge bereits vorher bestehender Bewegungseinschränkungen, Verletzungen, Narben oder versteckter kleiner Entzündungen.

Im selten eintretenden Idealfall beginnt also osteopathische Vorbereitung bereits VOR der Schwangerschaft.

Gut nachvollziehbar ist sicher, dass man Eingriffe im Bauchraum und daraus resultierende Veranlagungen, die es den Organen rund um die Gebärmutter schwierig machen, sich anzupassen, möglichst vor der Einnistung des Kindes behandeln lässt, damit diese behoben werden können. Denn die Folgen können sich sowohl auf das Befinden der Mutter während und nach der Schwangerschaft als auch auf das Leben des Kindes auswirken.

Mögliche Themen:

- Blinddarm-Narben,
- vorhergehende Kaiserschnitte,
- (auch lange zurückliegende) Bauchspiegelungen (Laparoskopien), die zum Beispiel aufgrund von Endometriose notwendig waren.



Das ist aber noch nicht das Einzige:

Osteopathisch relevant sind ebenso regelmäßige starke Menstruationsbeschwerden vor der Schwangerschaft. Auch diese werden oft als „normal“ angesehen. In der Gynäkologie im klassischen Sinne sind diese Beschwerden oft nicht relevant und von Krankheitswert. Aber wusstest du, dass sie ebenfalls auf eine mögliche Bewegungseinschränkung der Gebärmutter, der Eierstöcke, der umgebenden Strukturen oder des gesamten Beckens der Frau hindeuten können? Nach jahrelanger Erfahrung in der Behandlung von Schwangeren und Neugeborenen werden solche Bewegungseinschränkungen in genau jenen Momenten höchst relevant für den weiblichen Körper, in denen die Anpassungsfähigkeiten der gesamten Beckenregion durch das wachsende Kind herausgefordert werden. So kommt es in diesem Fall durch die frühzeitige Dehnung der Bänder, die die Gebärmutter an das Kreuzbein aufhängen, oder der Aufhängungsstrukturen seitlich im Becken zu erstaunlich frühzeitigen und intensiven Beschwerden in der Beckenregion mit Fernwirkung in den restlichen Körper.

Du weißt: Gemäß dem osteopathischen Prinzip funktioniert der Körper als ganzheitliches, holistisches System.

Nach dieser Theorie (und belegt durch meine praktischen Erfahrungen) übertragen sich zum Beispiel solche Spannungen über das Kreuzbein und die damit verbundene Dura Mater (Hirnhaut) bis nach oben an das Hinterhaupt und eventuell sogar bis in die Anheftung dieser tiefsten Faszienstruktur an der Schädelbasis.

Durch solche (noch hypothetischen und wissenschaftlich zu belegenden) Ursache-Folge-Ketten erklären sich Osteopathinnen zum Beispiel starke Übelkeit, Schwindel und andere Begleiterscheinungen der Schwangerschaft.



Allgemeine Hinweise:

Das gesamte Werk ist im Rahmen des Urheberrechts geschützt. Jede vom Verlag nicht genehmigte Verwertung ist unzulässig. Dies gilt auch für die Verbreitung durch Tonträger jeglicher Art, elektronische Medien, Internet, Social Media, photomechanische, und digitalisierte Wiedergabe sowie durch Film, Funk, Fernsehen einschließlich auszugsweisem Nachdruck und Übersetzung. Anfragen für Genehmigungen im obigen Sinn sind zu richten an den Sheema Medien Verlag (Adresse auf Seite 180) unter Angabe des gewünschten Materials, des vorgeschlagenen Mediums, gegebenenfalls der Anzahl der Kopien und des Zweckes, für den das Material gewünscht wird.

Haftungsausschluss:

Dieses Buch dient keinem rechtlichen, medizinischen oder sonstigen berufsorientierten Zweck, sondern ausschließlich Unterhaltungs- und Bildungszwecken. Die hier gegebenen Informationen ersetzen keine fachspezifische Beratung oder Behandlung. Wer rechtlichen, medizinischen oder sonstigen speziellen Rat oder Hilfe sucht, sollte sich an einen geeigneten Spezialisten wenden. Autor und Verlag übernehmen keine Haftung für vermeintliche oder tatsächliche Schäden irgendeiner Art, die in Verbindung mit dem Gebrauch oder dem Vertrauen auf irgendwelche in diesem Buch enthaltenen Informationen auftreten könnten.



Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen

Nationalbibliothek; detaillierte Daten sind im Internet über

<http://dnb.de> abrufbar.

© Sheema Medien Verlag, Hirnsberger Str. 52, D – 83093 Bad Endorf, OT Antwort

Tel.: +49 – (0)8053 – 7992952, E-Mail: info@sheema.de, www.sheema-verlag.de

© 2020 Stefan Rieth

ISBN 978-3-948177-05-8

1. Auflage 2020

Gesamtherstellung: Sheema Medien Verlag, Cornelia Linder

Coverfoto: © dinaphoto - AdobeStock, Bearbeitung: Schmucker Digital

Autorenfoto: © Anne Kaiser | Capture Souls, 2020

Illustrationen: © Julia von Moreau | JuMo artwork, 2020

Cover und Layout: Sheema Medien Verlag, Schmucker Digital

Lektorat, Korrektorat: Hauke Prigge, Susanne Hülsenbeck, Team Sheema Medien Verlag

Druck: FINIDR, s.r.o., Český Těšín

Verlag und Autor sind für Hinweise und Meinungen zum Buch dankbar. Wir freuen uns auf Zuschriften an: info@sheema.de

Der Sheema Medien Verlag achtet auf eine nachhaltige Produktion. Wir orientieren uns bezüglich Materialien, Arbeitsbedingungen und Herstellungsorten an den Bedürfnissen von Umwelt und Gesellschaft. Mit Bedacht arbeiten wir daran, unseren ökologischen Fußabdruck so klein wie möglich zu halten.

Nachzulesen in unserem hauseigenen Wertekatalog unter: sheema-verlag.de/verlag/werte



Besuchen Sie unsere Homepage,
dort finden Sie weitere Bücher, Hörbücher und CDs.
Wir freuen uns auf Sie!

www.sheema-verlag.de

KONTAKT

Sheema Medien Verlag

Bücher. Aus Liebe.

Hirnsbergerstr. 52
D - 83093 Antwort

Tel.: 0049 - (0)8053 - 7992952

E-Mail: info@sheema.de

<https://www.sheema-verlag.de>



SHEEMA

MÖGEN ALLE WESEN GLÜCKLICH SEIN