

***Tipp von Rigo Koble (medizinisch geprüfter Massagetherapeut) - MASSAGE
INSTITUT KOBLE:***

Die Baby Massage

Sie fördert u.a. die körperliche und geistige Entwicklung und einen erholsamen Schlaf des Säuglings

Die traditionelle Babymassage stammt ursprünglich aus dem Ayurveda. In Indien ist die Babymassage eine uralte traditionelle Kunst, die von Mutter an die Tochter weitergegeben wird. Sie stellt eine sehr gute sensorische Stimulation dar und fördert u. a. die körperliche und geistige Entwicklung, das Körperbewusstsein und den erholsamen Schlaf des Babys. Es handelt sich also um eine ausgezeichnete Präventionsmaßnahme, sowohl auf physischer wie auch auf psychischer Ebene.

Wir bieten in unserem Institut ab November auch die Ausbildung zur Baby-Massage an. Diese wunderschöne Ausbildung ist nicht nur als Zusatzqualifikation für therapeutische Berufe, sondern auch für alle Mütter und Väter für den privaten Einsatz an ihrem Baby Zuhause geeignet.

Sowohl für das körperliche als auch für das emotionale Wohlbefinden von Babys ist Berührung lebenswichtig. In vielen tropischen Ländern gehört Massage zur Säuglings- und Kinderpflege - Ölen schützt die Haut vor dem heißen Klima, während man vom Streicheln und Dehnen des Körpers allgemein annimmt, daß es Babys stärker werden läßt. Das kann durchaus stimmen, denn die pädiatrische Forschung hat gezeigt, daß Frühgeborene sich besser entwickeln, wenn sie regelmäßig massiert werden. Die richtig angewandte Baby-Massage stärkt im übrigen die Bindung und die Kommunikation zwischen Eltern und Kind und hilft, das Baby zu beruhigen oder zu trösten. Eltern, die die erlernte Massage regelmäßig anwenden, haben festgestellt, daß ihre Babys so besser schlafen und trinken und daß sie die Bauchkoliken der ersten Monate lindern hilft. Über die genaue Vorgehensweise und den Ablauf einer Babymassage sollten sie sich zu Beginn einer Massage genauestens und fachmännlich informieren (z.B. in unserem Institut). Ab der ersten Woche nach der Geburt, können sie damit beginnen, ihr Babysanft mit Öl einzureiben, im Alter von einem Monat verträgt es schon die volle Abfolge. Versuchen sie es täglich zu tun und wählen sie eine Zeit, in der das Baby zufrieden und nicht müde oder hungrig ist - etwa eine halbe Stunde nach dem Füttern. Benutzen sie ein leichtes pflanzliches Öl, auch für die Gesichtsmassage. Es eignen sich besonders Mandel- oder Sonnenblumenöle, die überall erhältlich und für die zarte Haut des Säuglings sehr bekömmlich ist. Handelsübliche Babyöle enthalten anorganische Stoffe und werden nur schwer von der Haut absorbiert. Im Idealfall sollte das Baby ein warmes, entspannendes Bad bekommen, sobald sie fertig sind. Machen sie sich keine Sorgen, wenn es eine Weile dauert, bis die Massage zu einer vertrauten Angelegenheit wird - Ihr Baby wird sich entspannen und ihre Berührungen genießen, sobald sie sicherer und vertrauter werden. Für Eltern ist es etwas ganz Natürliches, ihr Baby im Arm zu halten, zu streicheln und zu lieblosen. Es gibt heute immer mehr Hinweise darauf, daß die Massage für die

Gesundheit und das Wohlbefinden des Babies von großer Bedeutung ist. Der Berühmte Geburtshelfer Yehudi Gordon behauptet: "Die Massage lindernd bei Koliken, Verstopfung oder Durchfallerkrankungen, Husten, grippalen Infekten und erhöhter Reizbarkeit. Sie ist ein ausgezeichnetes Mittel, auf nichtverbalem Weg zu kommunizieren und schafft ein enges Band zwischen Mutter, Vater und Kind." Diese innige Beziehung ist es, die Mütter bei der Massage ihres Babys suchen.

Unruhige Babies werden mit einer Massage beruhigt und in den Schlaf gewiegt. Die Tochter einer Bekannten litt im Säuglingsalter unter starken Blähungen; durch die Massage wurde das Kind ruhiger. Heute ist es neun Jahre alt und kerngesund, aber meine Bekannte massiert es noch immer, wenn es nervös erscheint. Bei einem meiner Hausbesuche im letzten Jahr z.B., klagte der kleine Junge einer Kundin während ich ihr eine Wellnessmassage verabreichte, auf der gegenüberliegenden Couch liegend, über Bauchschmerzen und weinte bitterlich. Ich ging zu dem kleinen Jungen rüber und massierte ihm gezielt seine Füße (Griffe aus der Fussreflexzonenmassage). Der Junge konnte diese wohltuenden und entspannenden Griffe direkt in sich einfließen lassen und klagte bereits Minuten später nicht mehr über Schmerzen in der Bauchregion. Noch heute, fragt er jedesmal, wann kommt denn wieder dieser nette Mann, der mir so toll meine Füße massiert hat. Und so komme ich nie drumrum ihm vorher mindestens fünf Minuten seine Füßchen zu massieren, wenn ich die Kundin besuche, sonst ist er beleidigt. Aber Reflexzonenmassage ist wieder ein anderes Thema, auf daß ich in einer späteren Ausgabe gezielt eingehen werde und würde hier zu weit führen.

Babys haben eine seidenweiche Haut, daß es eine Freude ist, sie zu berühren. Die Massage ist deshalb nicht nur für das Baby, sondern auch für den Massierenden selbst ein wundervolles Erlebnis. Eine meiner Kundinnen, die an den für viele Frauen typischen Depressionen nach der Geburt litt, stellte fest, daß sich ihre Stimmung durch die Massage des Babies wesentlich besserte und daß sie mit gestärktem Selbstvertrauen die Pflege ihres Kindes übernehmen konnte. Wenn ich sie mit meinen Worten überzeugen konnte und ihr Interesse an der Babymassage geweckt habe, können sie auch gerne einen Massagetermin mit ihrem Baby bei uns vereinbaren, um anschließend auch die erworbenen Einblicke und Anwendungsmethoden mit nach Hause zu nehmen und selber umzusetzen, wenn sie es sich zutrauen.

Mit freundlichen Grüßen

Rigo Koble

Mehr Infos und Ausbildungsangebote finden sie unter: www.koble-massage.de