

Shiatsu bei Frühgeborenen

*Die folgenden Beiträge zu diesem Thema sind bisher
im Schweizer Shiatsu Journal erschienen.*



Ein schwerer Start ins Leben

Bereits in der 20. Schwangerschaftswoche bilden sich beim ungeborenen Kind Schmerzrezeptoren heran. Dies hat unmittelbar Auswirkungen auf das Schmerzerleben, auch von Fröhchen und wirft Fragen in Bezug auf die Behandlung von Fröhchen auf. Shiatsu für Babys – im Speziellen Developmental Shiatsu für Babys – bietet einen wunderbaren Ansatz im Umgang mit den kleinen Menschlein.



KARIN KALBANTNER-WERNICKE

Im Vordergrund der Behandlung mit Baby Shiatsu stehen die schmerzvollen Erfahrungen, die viele Frühchen in Bezug auf die eigene Körperwahrnehmung gemacht haben. Das Wissen, dass Frühchen und Babys überhaupt ein Schmerzerleben haben, besteht erstaunlicherweise noch nicht lange. Noch Ende der 80er Jahre ging man davon aus, dass Babys, speziell Frühchen, keinen Schmerz verspüren. Daher mussten Frühchen Operationen ohne Betäubung durchleiden. Inzwischen ist bekannt, dass sich bereits in der 20. Schwangerschaftswoche Schmerzrezeptoren heranzubilden.

Die Zahl der zu früh geborenen Babys ist in den letzten Jahren stark angestiegen. Als Grenze der Lebensfähigkeit für Frühgeborene gilt das Erreichen der 23. Schwangerschaftswoche. Auf emotionaler Ebene bedeutet das, dass bedingt durch die zu frühe Geburt eine plötzliche Trennung zwischen Mutter und Kind stattfindet, auf die weder Mutter noch Kind vorbereitet sind. Aus medizinischer Sicht wiederum erfordert das frühe noch sehr unreife Alter einen enormen Einsatz an intensivmedizinischer Betreuung.

ERSTE KÖRPERERFAHRUNGEN SIND OFT SCHMERZHAFT

Einem Frühchen stehen von Geburt an alle Sinne zur Verfügung – es kann riechen, sehen, schmecken, fühlen, hören und tasten. Doch die ersten Erfahrungen in dieser Welt sind oft ganz anders als ursprünglich von der Natur vorgesehen: schmerzhaft, unangenehm und beängstigend. Berührungen beispielsweise erlebt das Frühchen, bedingt durch die ständig notwendigen Blutabnahmen, als schmerzhaft. Nicht selten wirken sich Schmerz und Stress auf die spätere seelische und körperliche Entwicklung aus.

Für Eltern ist es schwer zu ertragen, dass ihr Frühgeborenes unangenehme Körpererfahrungen durchlebt. Sie erleben, dass ihr Kind bei Berührung bestimmter Körperbereiche

mit Abwehr reagiert – oder, als notwendige Überlebensstrategie, sich vom Spüren abkoppelt. Es ist also leicht nachvollziehbar, wenn Eltern nach Entlassung ihres Babys aus der Klinik nach weiteren Wegen suchen und zum Baby Shiatsu, respektive zum Developmental Shiatsu kommen. Sie möchten ihrem Kind ermöglichen, dass es seine Negativerfahrungen durch neue, positive Erlebnisse ersetzen kann. In der Arbeit mit Frühchen hat sich während der zurückliegenden Jahre bestätigt, wie den Babys durch Baby Shiatsu der Start ins Leben erleichtert werden kann.

DAS KONZEPT HINTER DEVELOPMENTAL SHIATSU

Zur Behandlung von Babys und Kindern mit Developmental Shiatsu sind Kenntnisse der Vernetzung zwischen den Meridianen und der westlichen Entwicklungsphysiologie erforderlich. Aus diesem Grund ist Developmental Shiatsu für Babys nicht schlicht ein Shiatsu, das vom Erwachsenen auf das Baby übertragen wird. Vielmehr stehen im Fokus des Interesses die Meridiane, die entsprechende Entwicklungsschritte steuern und – für die Praxis besonders relevant – wie diese mit Baby Shiatsu Unterstützung erfahren, wenn auf der Vernetzungsebene eine Störung auftritt. Hierbei ist anzumerken, dass es zentral ist, genau zu wissen, wo die Grenzen von Baby Shiatsu liegen und wann weiterer, respektive anderer Behandlungsbedarf besteht.

DAS MODELL DER ENERGETISCHEN ENTWICKLUNG

Nach dem Modell der energetischen Entwicklung stellen die Meridiane ein Kommunikationsnetzwerk zwischen dem sich entwickelnden kindlichen Bewusstsein und seiner Aussenwelt dar. Sie sind für die Integration von Reflexen und Reizen gleichermaßen zuständig, wie für die Entwicklung der Haltung, Bewegung und der Persönlichkeits- und Verhaltensmuster eines Kindes. Weiter besagt das Modell, dass nach der Geburt nicht nur Motorik und Sensorik, sondern auch die späteren 12 Hauptmeridiane zwar angelegt sind, sich aber noch nicht entfaltet haben.

Während des ersten Lebensjahres arbeiten jeweils vier der späteren Hauptmeridiane eng als Gemeinschaft zusammen. Wann immer später im Leben länger andauernde Störungen oder Stresssituationen vorliegen, greifen wir auf diese Meridiangemeinschaft zurück.

So ergeben sich im ersten Lebensjahr drei Gruppen mit je vier Meridianen – eine Gruppe verläuft auf der Körpervorderseite, eine auf der Rückseite und eine seitlich des Körpers. Die vordere Gruppe setzt sich aus den späteren Meridianen Magen, Milz, Dickdarm und Lunge zusammen. Die hintere Gruppe aus Blasen-, Nieren-, Herz- und Dünndarmmeridian. Die seitliche Gruppe aus den Meridianen Gallenblase, Leber, Perikard und Dreifach Erwärmer. Jede Gruppe hat ihr spezielles Entwicklungsthema – hier eine kurze Übersicht:

Vordere Gruppe	Finden der Mitte und Wahrnehmen der Grenzen
Hintere Gruppe	Innere und äussere Aufrichtung
Seitliche Gruppe	Rotation und Flexibilität

Sobald alle grundlegenden Fähigkeiten der Gruppen dem Baby zur Verfügung stehen, werden sie im Wechsel und Zusammenspiel für weitere Entwicklungsschritte eingesetzt.

FÜR FRÜHCHEN IST INSBESONDERE DIE VORDERE GRUPPE RELEVANT

Für Frühgeborene steht die vordere Gruppe mit Magen-, Milz-, Lungen- und Dickdarmmeridian im Vordergrund.

Diese Gruppe ist unmittelbar nach der Geburt für die grundlegenden Bedürfnisse zuständig – Nahrungsaufnahme und Atmung sowie Ausscheidung. Das Kind lernt in Beziehung zu treten und – wenn nötig – sich abzuwenden. Es erfährt: «Ich bin es wert Aufmerksamkeit zu bekommen». Nahezu alle Probleme und Themen der Frühgeborenen finden sich in dieser Gruppe wieder. Aus diesem Grund ist diese Meridiangruppe bei Frühgeburten besonders betroffen. Ob als alleinige Behandlungsmethode mit Baby Shiatsu oder in Kombination mit klassischer Krankengymnastik, die Behandlung der vorderen Gruppe unterstützt die Entwicklung des Frühgeborenen.

DIE MITTE STÄRKEN

Während der ersten Monate hat das Baby kein Gefühl für die eigene Mitte. Ohne Mitte ist es nicht fähig in Rückenlage seine Position zu verändern. Auch zeigt es noch keinen Hand-Hand-Kontakt und es fehlt ihm das Gefühl für die eigene Begrenzung. Da die vordere Meridiangruppe die Grundlagen für anstehende Entwicklungsschritte legt, wird bei verzögerter Entwicklung primär die vordere Gruppe unterstützt. Erst wenn eine sichere Basis geschaffen ist, kann sich ein Baby den anderen Qualitäten der anderen Meridiangruppen zuwenden und sich damit auseinandersetzen.

Aufnehmen und Abgrenzen, sich im eigenen Körper und in der Welt zuhause fühlen, seine Mitte finden, Bindungs- und Kontaktfähigkeit, das sind die Hauptthemen der vorderen Gruppe. Hier zeigt sich die enge Vernetzung der später aus den Meridianen der vorderen Gruppe entste-

henden Wandlungsphasen Erde und Metall. Die vollständige Entfaltung dieser beiden Wandlungsphasen mit all ihren Facetten ist nur möglich, wenn bereits im Babyalter die Grundlagen dafür gelegt wurden.

«Nahezu alle Probleme und Themen der Frühgeborenen finden sich in der vorderen Meridiangruppe wieder.»

TASTSINN ALS GRUNDLEGENDER BASISINN

Jeder Meridiangruppe wird ein sogenannter Basissinn zugeordnet – bei der vorderen Gruppe ist dies der Tastsinn. Lange bevor ein Baby sehen, hören, schmecken oder riechen kann, formiert sich, bereits ab der achten Schwangerschaftswoche, sein Tastsinn. Tastend erforscht das Baby denn auch seine Welt. Dazu benutzt es Mund, Hände und Füße. Zunächst wird der eigene Körper erkundet, dann mit vier, fünf Monaten wird nach allem gegriffen, angefasst, befühlt und in den Mund gesteckt.

Anders beim Frühchen. Brutkasten, bewegungseinschränkende Schlauchverbindungen, täglich wiederkehrende, schmerzhafteste Prozeduren machen es ihm meist nicht möglich, den eigenen Körper ausgiebig zu erforschen. Da die vordere Gruppe die energetische Grundlage für das Wahrnehmen und Erspüren des eigenen Körpers ermöglicht, entfaltet sich diese Gruppe bei den genannten Einschränkungen nur unvollständig. Beim Baby lässt sich das Fehlen seiner Mitte daran erkennen, dass es in Rückenlage immer wieder zur Seite kippt und mit Armen

und Beinen Sicherheit durch Druck auf die Unterlage sucht. Neben der motorischen Mitte ist diese Meridiangruppe auch für die emotionale Mitte zuständig. Fehlt diese, dann fällt das Baby durch leichte Irritierbarkeit und Schreckhaftigkeit auf.

ANGEPASSTE BERÜHRUNGSQUALITÄTEN UND POSITIONEN

Abgestimmt auf den Entwicklungsstand der drei Meridiangruppen verwenden wir im Baby Shiatsu verschiedene Berührungsqualitäten. Ebenso wird das Baby, je nach unterstützungswürdiger Meridiangruppe, in Bauch-, Seiten- oder Rückenlage behandelt. Dabei kommen zwei Ausgangspositionen infrage: auf dem Schoß oder auf dem Boden.

Im Falle von Frühchen wird die vordere Gruppe in Rückenlage behandelt. Die Druckqualität ist grossflächig, haltend und umhüllend, wodurch ein Gefühl von Begrenzung entsteht, was dem Baby Sicherheit gibt. Mit dieser Sicherheit kann das Baby es wagen, wieder an «seine Grenzen» zu kommen, sich selbst spüren und wahrnehmen, dass Berührung wohltuend und nicht schmerzhaft ist. Wichtig ist, dass auch Eltern in Baby Shiatsu geschult werden, damit sie zuhause die Behandlung fortführen können. Am zunehmenden Bewegungsverhalten erleben sie, wie ihr Kind sich im eigenen Körper immer mehr zuhause und wohl fühlt.