

BabyShiatsu-Techniken zum Thema "Zahnen"

Der Zahnungsaut "GEN" lässt dich erkennen, dass dein Baby hier erste Beschwerden im Zusammenhang mit dem Zahnen hat. Mit den ausgewählten BabyShiatsu-Berührungen kannst du hier helfen, Spannungen zu lösen und diese besondere Entwicklungsphase zu begleiten.

GEN

Visuelle Anzeichen, die auf das Zahnen hinweisen können:

- speicheln
- kauen, beißen
- gerötete Wangen/Zahnfleisch
- Ohren ziehen
- Schlafprobleme
- Windelausschlag/Durchfall
- große Anhänglichkeit
- stete Unzufriedenheit

Babyhandling:

Zauberpunkt beim Zahnen: "Kiefer entspannen"



Entspannung des Kiefers und Linderung der Zahnungsbeschwerden



In der Fußgelenksfalte zwischen dem kleinen Zeh und der Fußsohle befindet sich auf der Fußaußenseite der Punkt zum Entspannen des Kiefers. Drücke diesen Punkt sanft und gib anschließend noch mit Zeigefinger und Daumen den Druck auf den kleinen Zeh. Wechsel der Füße.



Zauberpunkt "Zahnen erleichtern"



Linderung des Zahnungsdrucks



Beginne mit leichtem Druck in der Kuhle zwischen der Nase und Oberlippe und streiche dann sanft von innen nach außen den Oberkiefer entlang. Wiederhole dreimal. Dann am Unterkiefer unter der Unterlippe genauso dreimal wiederholen.



Bewährte Klassiker bei Zahnungsbeschwerden:

- Beißspielzeuge
- Veilchenwurzel
- Honiglöffel aus glattem Naturholz
- Kinderzahnbürsten
- gekühlte Waschlappen
- Zahnungs-RollOn

BabyShiatsu-Techniken zum Thema "Zahnen"

GEN

Zauberpunkt "Berge, die sich begegnen" (DICKDARM 4)



lindert Zahnungsbeschwerden beim Baby, senkt das Schmerzempfinden und selbst für uns Erwachsene ist dieser Punkt ein allgemeiner "Heile, heile Gäschen"-Wohlfühlpunkt, der außerdem den Organismus kräftigt



Zwischen Daumen und Zeigefinger, wo sich die Schwimmhaut-Falte am höchsten wölbt, findest du den Punkt, den du mit einem kräftigen kurzen Druck aktivierst. Nur nicht am Ende der Schwangerschaft, da er Wehen auslösen könnte.



Glücksgriffe für Eltern:

Glücksgriff "Druck lass nach"



ins Gleichgewicht finden, Stresslinderung, rasche Beruhigung



Überkreuze beide Arme und lege deine flach gestreckten Finger unter deine Achseln. Drücke dann seitlich gegen deinen Brustkorb. Der Daumen bleibt vorne, die Schultern entspannt fallen lassen, die Augen schließen und 36 tiefe Atemzüge nehmen.



Verstärken kannst du dies noch, indem du danach beide Handgelenke fest umfasst und deinen ruhig Atem fließen lässt.

Glücksgriff: "Sich selbst Halt geben"



Regulierung von Gefühlswallungen, Beruhigung von Emotionen und Stärkung der Stresstoleranz



Umarme dich selbst mit kräftigem Druck auf beide Oberarme. Alternativ kannst du deine Hände auch rechts und links flach seitlich an die Oberschenkel legen und damit gleichzeitig festen Druck ausüben.

