

Handling

die tägliche „Handhabung“ des Kindes

Was bewirkt Handling?

- Ihr Kind wird ruhiger
- Ihr Kind trinkt entspannt
- Ihr Kind schreit weniger
- Infant Handling hilft bei Koliken und Verdauungsproblemen
- Sie unterstützen Ihr Kind aktiv in seinen Bewegungsabläufen



Sie fördern Ihr Kind in seiner geistigen und körperlichen Entwicklung.



Aufnehmen und Hinlegen

Ein Neugeborenes sollte man im ersten Vierteljahr in der Rückenlage mit beiden Händen am Brustkorb fassen und auf die Seite drehen. Erst dann sollte es hochgenommen werden.

Durch die schräge Aufnahme kann das Kind anfangen, die Kopfkontrolle selbst zu steuern.



1. Fassen Sie Ihr Kind unterhalb der Achseln am Rumpf und drehen Sie es dann auf eine Hand.
2. Heben Sie es wie eine Welle von Kopf bis zu den Füßen hoch.
3. Legen Sie es dann seitlich an Ihren Brustkorb.
4. Legen Sie es sanft mit Unterstützung des Kopfes, seitlich in Ihren Arm. Umgekehrt wieder zurücklegen und in die Rückenlage rollen.



Nur bei geradem Hochnehmen und Hinlegen wird der Kopf nach hinten oder vorne fallen und kann nicht kontrolliert werden.

Das Drehen

Drehen Sie Ihr Kind immer über die Seite. Vor allem beim An- und Ausziehen. Beim Rollen werden das Gleichgewichtssystem und die Kopfkontrolle trainiert. Drehen Sie Ihr Kind über das Becken auf die Seite und achten Sie darauf, dass der Arm mitgenommen wird.

Jede Drehung bewirkt eine Bauchmassage.



Drehen vom Rücken auf den Bauch

Beim Drehen auf den Bauch ist es wichtig, dass das Baby stets Kontakt zur Unterlage hat, um Informationen für seine Bewegungen zu bekommen. Halten Sie es am Becken und geben dadurch den Impuls zum Rollen bzw. Drehen.



Dabei sollten Sie geduldig sein und dem Säugling Zeit geben, um die Bewegung nachvollziehen zu können. So kann er mit dem Körper, den Armen und dem Kopf der Bewegung folgen und diese fortführen. Kommt das Kind in die Bauchlage, so drücken Sie das Becken leicht Richtung Boden. Gleichzeitig üben Sie sanften Zug auf das Bein aus.



Bauchlage

Legen Sie Ihr waches Kind mehrmals am Tag in die Bauchlage, mit den Armen nach vorne, denn nur in Bauchlage kann das Kind lernen sich abzustützen, zu drehen, zu robben, zu krabbeln, zu sitzen und letztendlich auch zu laufen!



Beugen und Strecken

Auch leichte gymnasiastische Übungen können dem Baby gut helfen, die blähenden Schmerzen zu lindern.

Legen Sie Ihr Kind dazu ohne Windel auf den Rücken und drücken Sie die angewinkelten Beinchen Ihres Babys leicht gegen sein Bäuchlein. Halten Sie diese Stellung etwa 10 Sekunden und strecken Sie danach die Beine langsam wieder.



Radfahren

Nehmen Sie die Füße und Unterschenkel Ihres Kindes in die Hand und fahren Sie damit Rad, in dem Sie die Beine abwechseln wie beim Radfahren kreisförmig beugen und strecken.



Fußreflexzonenmassage

Sehr bewährt hat sich in unserem Haus die Fußreflexzonenmassage nach Hanne Marquardt. Diese Massage soll Blähungen und/oder Verstopfung vorbeugen – oder bei Blähungen und Verstopfung Besserung bringen. Auch zur Prävention. Die exakte Anleitung erhalten Sie gesondert vom Therapeuten.



Wir nehmen derzeit an einer wissenschaftlichen Studie teil, die den Verlauf einer Behandlung durch Fußreflexzonenmassage begleitet und evaluiert.

Bitte beachten Sie folgende Grundregeln für das Handling:

1. Bewegen Sie Ihr Kind möglichst fließend und bitte niemals ruckartig. Ziehen nicht an den Gelenken, z. B. Zug an den Füßen, um den Po beim Wickeln hochzuheben.
2. Achten Sie darauf, dass der Kopf Ihres Kindes nicht nach hinten in den Nacken fällt.
3. Halten Sie Ihr Baby immer so nah wie möglich am Körper.
4. Achten Sie darauf, beide Körperseiten Ihres Kindes gleichermaßen zu fördern, z. B. durch Hochnehmen über die linke wie die rechte Seite. Hat Ihr Kind eine „Lieblingsseite“, ist es natürlich sinnvoll, gerade die „unbeliebte“ Körperseite stärker zu fördern.

Es ist völlig normal, dass Ihnen die Bewegungsabläufe anfangs eher umständlich erscheinen. Wenn Sie die Bewegungen jedoch ein paar Mal ausgeführt haben, werden Sie Ihnen schnell zur Gewohnheit werden.

Tragemöglichkeiten

Hiervon gibt es sehr viele, z.B. in liegender, vor dem eigenen Körper, an der Seite Bitte beachten, dass die Hände des Babys vor seinem Körper zusammen kommen können und es im Rumpf sicher ist. Die Position immer wieder wechseln, damit es nicht einseitig belastet wird und dadurch eventuell einen krummen Rücken entwickelt.



Das Baby möglichst wenig in der aufrechten Position tragen, weil das Skelett und die Muskeln noch nicht stark genug sind es gegen die Schwerkraft aufgerichtet zu stabilisieren!

Tragen im Nestchen

Viel Unterstützungsfläche,
Geborgenheit, Beugehaltung.



Tragen vor dem Bauch

Einseitiges hüftgelenknahes Greifen, wirkt sehr gut bei Blähungen sowie bei Bauchschmerzen und fördert die Kopfkontrolle.



Bauchlage

Diese Haltung ist gut bei Blähungen und Bauchschmerzen.



Tragen über der Schulter

Je besser die Kopfkontrolle, desto vertikaler kann der Säugling genommen werden, am Anfang noch weit über die Schulter legen.





Leitung: **Agnieszka Gurland**
agnieszka.gurland@st-marien-la.de

Terminvereinbarung für die ambulante Therapie: 0871 852-1164

Sie haben Fragen? Bitte kontaktieren Sie uns, wir beraten Sie gerne!

Weitere Infos unter: www.kinderkrankenhaus-landshut.de



Kinderkrankenhaus St. Marien
Grillparzerstr. 9 84036 Landshut
www.kinderkrankenhaus-landshut.de