

K-Taping in der Schwangerenbegleitung

Mit Rücksicht auf das Kind nehmen Schwangere oft keine Medikamente, um ihre Schwangerschaftsbeschwerden, wie Gelenk- oder Rückenschmerzen und Wassereinlagerungen in den Beinen zu lindern. Hiergegen bieten die K-Tapes wirkungsvolle und gleichzeitig natürliche Hilfe.

In der Schwangerschaft sind Sie besonderen Belastungen ausgesetzt. Das Gewebe wird weicher, die Muskeln gedehnt, gleichzeitig nimmt das Körpergewicht zu und die gesamte Statik des Körpers verlagert sich durch den nach vorn wachsenden Bauch. Die Folge sind Schmerzen und Verspannungen.

K-Tapes vor der Geburt:

- Entspannung der Muskulatur
- Minderung von Schmerzen
- Stabilisation der Gelenke
- Reduktion der Ödeme über Lymphtaping

K-Tapes nach der Geburt:

- Unterstützung bei der Rückbildung
- Korrektur der Brustwarze zum besseren Stillen
- zur Vermeidung eines Milchstaus



Die K-Tapes sind kaum spürbar, stören nicht den Bewegungsablauf, sind schnell aufgebracht und später ebenso mühelos wieder entfernt.

Klangmassage in der Schwangerenbegleitung



Die Klangmassage ist während der Schwangerschaft ein besonderes Erlebnis.

Frauen sind in dieser Zeit sensibler und ihre Wahrnehmungsfähigkeiten nehmen zu.

Daher sprechen gerade schwangere Frauen besonders gut auf die sanften Schwingungen und wohltuenden Klänge an. Während der Klangmassage genießt auch ihr Kind die harmonischen Schwingungen der Klangschalen über das Klangmedium Fruchtwasser.

Ziele der Klangmassage:

- Vertiefung der Atmung, Tiefenentspannung
- Gefühl von innerer Ruhe und Geborgenheit
- Stärkung des Selbstvertrauens
- Anregung der Fähigkeit zum Loslassen, Geschehenlassen
- Förderung der Bindung und des Kontaktes, sowie
- Geborgenheit und Urvertrauen für ihr ungeborenes Kind

Die Fähigkeit des Loslassens, des Geschehenlassens, ist für eine entspannte Schwangerschaft und Geburt sehr wichtig. Die Klangmassage kann in diesem Rahmen für Mutter und Kind einen unterstützenden Beitrag leisten.

Damit Sie sich rundum wohl fühlen, sorgen wir für ein ganzheitliches Setting, das besonders ihre körperlichen Veränderungen berücksichtigt.

Aus diesem Grund besteht die Möglichkeit neben vielen Lagerungsmitteln die Klangmassage auch in der Seitenlage durchzuführen. Dies ermöglicht selbst Hochschwangeren in den Genuss einer Klangmassage zu kommen.

Schwangerenbegleitung



Craniosacrale Therapie

Klangmassage

K-Taping



Ganzheitliche Therapie auf den Punkt gebracht – das Konzept für Ihre Gesundheit

Ausbalanciert durch die Schwangerschaft

Die Zeit der Schwangerschaft ist für jede Frau eine ganz besondere Zeit, mit ganz besonderen Bedürfnissen. Wir möchten Ihnen unser ganzheitliches Leistungsangebot vorstellen, das Sie durch Ihre gesamte Schwangerschaft und auch in der Zeit danach begleiten kann.

Dabei ist es gleich, ob es sich

- um die Linderung von Schmerzen handelt oder aber
- um wertvolle Entspannung oder
- Stärkung des Selbstvertrauens
- die sanfte Begleitung Ihres Kindes

Craniosacrale Therapie in der Schwangerenbegleitung

Craniosacrale Therapie als Teilbereich der Osteopathie ist eine ganzheitliche, sehr feine Körperarbeit. Da sich mit einer Schwangerschaft und der Geburt tiefgreifende Veränderungen im Leben vollziehen, ist diese sensible Behandlungsart besonders für werdende Mütter und deren Kinder geeignet.



Einsatzgebiete der Craniosacralen Therapie in der Schwangerschaft

- Schmerzen jeder Art
- Schlafstörungen
- Rückenbeschwerden und Beckenprobleme
- Verspannungen
- zur Geburtsvorbereitung
- zur Verarbeitung traumatischer Geburtserlebnisse
- zur Regeneration des Beckens
- Emotionale Störungen

Einsatzgebiete der Craniosacralen Therapie für Neugeborene z.B. bei

- Verarbeitung von Geburtstraumen
- Blähungen, Verdauungsstörungen
- Schlafstörungen
- „Schreibabys“
- Störungen der Stillbeziehung
- Schädel- und Körperasymmetrien wie z.B. Hüftdysplasie, KISS
- nach Kaiserschnitt

oder einfach zum Wohlfühlen für Mutter und Kind

Als sehr wohlthuend, besonders für Mütter die allein in der Schwangerschaft sind, die ungewollt schwanger sind oder sich in einer anderen schwierigen Lebenssituation befinden, wird der therapeutische Dialog empfunden.

Durch ressourcenorientierte Arbeit werden Mutter und Kind unterstützt und Ängste und Sorgen aus dem Alltag können oft leichter angenommen und somit Freiraum für die Entwicklung des Lebens geschaffen werden.



Unsere Angebote können bei entsprechender Indikation von Ihrem Arzt auf Rezept verordnet werden und stehen Ihnen selbstverständlich als Privatleistung jeder Zeit zur Verfügung.

Wir freuen uns darauf, Sie und Ihr Kind kennen lernen zu dürfen.



Regina Bodynek

- staatliches Examen seit 1986
- Uni Klinik Münster Pädiatrie
- Uni Klinik Bochum Bergmannsheil, Abteilungsleitung und Schwerpunkt Querschnittlähmung
- Reha-Beraterin im Hilfsmittelbereich
- eigene Praxis seit 2005

- Perfetti-Therapeutin
- Klang-Therapeutin
- K-Taping-Therapeutin



Praxis für Ergotherapie
Regina Bodynek

Telefon 02 31/86 26 540
Adalmundstraße 2a
44359 Dortmund-Mengede
praxisbodynek@arcor.de
www.ergopraxis-bodynek.de

Ganzheitliche Therapie auf den Punkt gebracht – das Konzept für Ihre Gesundheit