

Shantala babymassage

kindergeneeskunde

Shantala babymassage

De kinderafdeling van het Gemini Ziekenhuis biedt zogenoemde Shantala babymassage aan. Dit is een hele lichte vorm van ontspanningsmassage. In deze folder vindt u hier meer uitleg over.

Wat is Shantala babymassage?

Na de geboorte doet uw baby veel indrukken op. Denkt u aan licht, lawaai, honger, warmte, kou, enzovoort. Uw baby heeft daarbij liefde en warmte nodig én uw baby zoekt contact. Uw kindje doet dit via de enige taal die het de eerste maanden 'spreekt': de taal van het lichaam. Shantala babymassage is ook een vorm van communicatie zonder woorden, die u kan helpen om de lichaamstaal van uw baby beter te begrijpen. Via deze massage leert u om intensief contact te maken met uw baby. Aanraking en liefkozing zijn daarbij belangrijke elementen.

Waarom babymassage?

Babymassage is niet alleen bevorderlijk voor het hechtingsproces, maar draagt ook bij aan:

- herstel en welzijn van uw kind
- lichamelijke en psychosociale ontwikkeling
- activeren van zintuigen
- versterken van spieren
- reguleren van spierverspanning
- slaap- en eetritme
- openstaan voor contact
- een positieve lichaamservaring
- bewust worden van zijn lichaam

Te vroeg geboren

Babymassage kan ook bijdragen aan de ontwikkeling van te vroeg geboren baby's. Uit onderzoek van de Amerikaanse arts Dr. Rice blijkt onder andere dat:

- baby's sneller groeien
- baby's langere periodes diep slapen
- de temperatuur stabiel blijft
- het immuunsysteem versterkt wordt
- baby's hoger scoren op motorische en/of mentale ontwikkelingstesten
- baby's minder huilen en zich meer ontspannen
- de spierspanning gereguleerd wordt
- baby's makkelijker contact maken
- massage bevorderlijk is voor het hechtingsproces

Shantala babymassage in het Gemini Ziekenhuis

Onder begeleiding van een pedagogisch medewerkster van de kinderafdeling leert u hoe u uw baby kunt masseren. Babymassage wordt vanuit alle rust gedaan. U kijkt daarbij voortdurend naar de lichaamstaal van uw baby en u houdt rekening met het gedrag van dat moment van uw kind. De massage kan stapje voor stapje uitgebreid worden. U zult merken dat uw zelfvertrouwen als ouder toeneemt als u uw kindje een gevoel van geborgenheid, ontspanning en veiligheid kunt bieden.

Uw vragen

Met vragen en/of voor meer informatie kunt u contact opnemen met de pedagogisch medewerkers van de afdeling kindergeneeskunde. Dat kan op werkdagen van 07.00 tot 16.00 uur, telefoon 0223 - 69 69 75.