

Baby-Shiatsu – eine energetische Ergänzung zur osteopathischen Behandlung

Karin Kalbantner-Wernicke*, Thomas Wernicke**

Zusammenfassung

Baby-Shiatsu als Ergänzung zur osteopathischen Babybehandlung findet eine zunehmende Akzeptanz bei Osteopathen. Dies ist darauf zurückzuführen, dass die strukturbezogene Arbeit des Osteopathen sich ideal mit der aus der traditionellen chinesischen und japanischen Medizin entstammenden energetischen Arbeit vereinbaren lässt.

Grundlage von Baby-Shiatsu bildet das Modell der energetischen Entwicklung eines Kindes [1, 2]. Dieses Modell besagt, dass die Energiebahnen des Körpers (Meridiane) ein Kommunikationsnetzwerk darstellen, welches das Kind mit seiner Außenwelt verbindet. Dies ermöglicht die Integration von Reflexen und Reizen. Somit sind die Meridiane für die Entwicklung von Haltung, Bewegung, Persönlichkeits- und Verhaltensmuster eines Kindes zuständig.

Am Beispiel der energetischen Entwicklung im Zusammenhang mit der motorischen Entwicklung wird deren gegenseitige Beeinflussung dargestellt und anhand eines Behandlungsbeispiels beschrieben.

Schlüsselwörter

Baby-Shiatsu, energetische Entwicklung, Meridiane, motorische Entwicklung, Haltungssymmetrie, Entwicklungsunterstützung, Entwicklungsthemen, 3 Meridian-Familien

Abstract

Baby-Shiatsu is gaining acceptance as a supplementary treatment by more and more Osteopaths. We can contribute this to the fact that structural work combines ideally with traditional Chinese and Japanese medicine which is concerned with energetic development.

The basis of Baby Shiatsu is the model of energetic development [1, 2] which theorizes that the energy lines of the body called meridians are a communication network which connects the child to the

outside world. This network makes the integration of reflexes and stimulation possible. In other words, the meridians are responsible for the development of posture, movement, personality and behaviour patterns.

An example of the energetic development of a child and at the same time the development of movement describes the influence they have on each other and the necessary treatment.

Keywords

Baby-Shiatsu, energetic development, meridians, movement development, asymmetric posture, development support, topics of development, 3 meridian families

Asymmetrie und motorische Entwicklung

Die Behandlung sogenannter schiefer Babys gehört heute in vielen Osteopathiepraxen zum Alltag. Das Wissen über Asymmetrien unterschiedlicher Ursachen führt zu einer Sensibilisierung bei der Untersuchung von Babys, sodass die Zahl der diagnostizierten schiefer Babys in den letzten Jahren signifikant zunahm. Eine der häufigsten Ursachen für die Asymmetrie ist im Bereich der Kopfgelenke zu finden, was eine Indikation für die osteopathische Behandlung darstellt.

Damit wird das ursprüngliche Problem zwar behoben, aber es können Rückfälle durch Re-Blockierungen auftreten. Auch vermeintliche Lösungen von Blockierungen können bei einer genaueren manuellen diagnostischen Untersuchung Blockierungsmusteraufzeigen. Aber es kann sich auch zeigen, dass das Baby ohne eine tastbare Ursache nach einer osteopathischen Behandlung im-

mer noch Asymmetrien aufweist. Was liegt hier vor?

Unabhängig davon, ob nun die Ursache für eine Asymmetrie in einer Blockierung zu suchen ist oder ob eine muskuläre Dysbalance vorliegt, häufig resultiert aus einer asymmetrischen Entwicklung eine Beeinträchtigung der motorischen Entwicklung. Liegt beispielsweise eine Blockierung vor, so kann dies zu einer Störung der nervös-reflektorischen Steuerung des Wirbelgelenks und seiner Begleitstrukturen führen [3]. Eine daraus resultierende Aktivierung der Nozizeptoren hat zur Folge, dass es (über die Gammenschleife) aufgrund einer reflektorischen Tonuserhöhung des segmental zugeordneten Muskels zu einer einseitigen muskulären Tonusverteilung kommt.

Auch findet häufig eine Störung der propriozeptiven Informationsverarbeitung statt, was sich beispielsweise an seitendifferenten Bewegungsantworten bei plötzlicher Lageänderung des Körpers, an unphysiologischen spontanen Bewegungsmustern oder auch an einer verzögerten neuromotorischen Entwicklung zeigt [4].

Selbst nach einer Regulierung bewegungsgestörter Kopfgelenke kommt es nicht automatisch zu einer regelrechten motorischen Entwicklung, denn bis zum Zeitpunkt der Regulierung war das Baby einem „falschen“ Bewegungsprogramm gefolgt. Gerade innerhalb der ersten Wochen und Monate nach der Geburt findet eine besonders lernintensive Phase statt – und ausgerechnet in dieser Entwicklungsphase stützt sich das Gehirn auf inadäquate „Daten“.

* Karin Kalbantner-Wernicke ist Kinder-Physiotherapeutin (Zusatzbildungen in Vojta, Bobath, Sensorische Integration und Psychomotorik) und Shiatsu-Lehrtherapeutin. Sie ist Autorin zahlreicher Veröffentlichungen und Buchautorin und hält seit 25 Jahren Fortbildungen zum Thema Shiatsu für Erwachsene, Kinder und Babys im In- und Ausland.

** Thomas Wernicke ist Facharzt für Allgemeinmedizin (Zusatzausbildung Manuelle Medizin für Erwachsene, Säuglinge und Kinder, frühkindliche Entwicklungsdiagnostik, Akupunktur, japanische Kinderakupunktur Shōnishin). Veröffentlichung zahlreicher Fachartikel und Bücher.

Finden der Mitte

Die ersten drei Monate der kindlichen Entwicklung stehen unter der Hauptüberschrift „Finden der Mitte“. Anfänglich liegt das Neugeborene asymmetrisch. Sofern diese Asymmetrie abhängig von der Kopfstellung sowohl rechts-konvex als auch links-konvex auftritt, handelt es sich um eine altersgemäße physiologische Haltungssymmetrie.

Im Laufe der ersten Wochen findet eine zunehmende Orientierung Richtung Körpermitte statt. Das zeigt sich darin, dass die Hände sich öffnen und die Arme immer weiter von der Unterlage abgehoben werden können. Schließlich finden sich im Alter von acht bis zwölf Wochen die Hände in der Mitte über der Brust zum sogenannten Hand-Hand-Kontakt. Eine entsprechende Entwicklung findet an den Beinen statt. Die Beinchen werden immer mehr abgehoben, bis ebenfalls in der Mittellinie die Fußinnenseiten miteinander in Berührung kommen. Ist dieses Stadium etwa um den dritten Monat herum erreicht, kann man davon ausgehen, dass das Kind seine Mitte gefunden hat. Nun hat es die Voraussetzung geschaffen, zunehmend mit seiner Mitte zu experimentieren: Es liegt sicher und stabil in der Rückenlage und beginnt etwas nach rechts und links zu kippen. Das kann darin enden, dass das Baby zur Seite plumpst und im Anschluss wieder seine Mittellage einnimmt.

Auch in der Bauchlage zeigt sich, ob ein Kind seine Mitte gefunden hat. Oft kommen Mütter mit ihren zwölf Wochen alten Babys und erzählen ganz begeistert, dass ihr Kind sich schon drehe. Natürlich kann sich ein zwölf Wochen altes Baby noch nicht drehen, vielmehr kann es in Bauchlage passieren, dass es seine Mitte noch nicht halten kann und dadurch aus einer instabilen Lage heraus langsam zu einer Seite kippt.

Hatte nun ein Kind über einen längeren Zeitraum mit einer Blockierung zu kämpfen, konnte es diese Entwicklungsschritte dadurch nicht oder nur ungenügend vollziehen. Es hat noch nicht seine Mitte gefunden, kann diese entsprechend auch nicht nutzen und hinkt somit in seiner Entwicklung nach.

Stellenwert von Baby-Shiatsu für die Entwicklung des Kindes

Hier bietet Baby-Shiatsu eine hervorragende Möglichkeit, das Kind in seiner Entwicklung zu unterstützen. Laut Definition der Bundesarbeitsgemeinschaft der Baby- und Kinder-Shiatsu-therapeuten ist Baby-Shiatsu eine Methode zur Förderung einer gesunden kindlichen Entwicklung und eine Behandlungsform zur Unterstützung bei Entwicklungsauffälligkeiten und Entwicklungsverzögerungen. Der theoretische Ansatz von Baby-Shiatsu basiert auf der Vorstellung einer Meridianentwicklung, welche dafür verantwortlich gemacht wird, auf energetischer Ebene besonders im ersten Lebensjahr die Weichen zu stellen, wie ein Mensch sich später im Leben wahrnehmen, durch welches Fenster er die Welt betrachten und wie er der Welt begegnen wird.

Shiatsu ist eine ursprünglich aus Japan kommende Behandlungsmethode, die mittels Fingerdruck (jap. shi = Finger, atsu = Druck) auf bestimmten Meridianen die physische, seelische und geistige Gesundheit eines Menschen unterstützen kann. Auf diese angenehme und sanfte Behandlung, die sich bei Erwachsenen in Deutschland bereits etabliert hat, sprechen gerade Babys besonders gut an (Abb. 1).



Abb. 1: Behandlung eines Babys in Bauchlage

Voraussetzung für die Behandlung mit Baby-Shiatsu ist eine Grundausbildung in Shiatsu. Nach der Zusatzqualifikation „Baby-Shiatsu“ darf Shiatsu zur Unterstützung der kindlichen Entwicklung herangezogen werden.

Während der letzten Jahre hat Baby-Shiatsu in Deutschland, Österreich und der Schweiz zunehmend in Kinderphysiotherapie- und Osteopathiepraxen Einzug gehalten. In diesen Praxen nimmt die Arbeit mit Körperstrukturen einen hohen Stellenwert ein, aber auch kindliche Regulationsstörungen wie Schlafstörungen, Verdauungsprobleme oder Drei-Monats-Koliken stehen auf der Indikationsliste gerade für die osteopathische Behandlung.

Das zunehmende Interesse von Osteopathen, die Behandlung von Babys und Kleinkindern mit Baby-Shiatsu zu ergänzen, wird von ihnen darin begründet, dass dem ganzheitlichen Anspruch der Osteopathie Rechnung getragen wird.

Bedeutung der energetischen Entwicklung

Baby-Shiatsu berücksichtigt beim Ausüben des sanften Drucks den Verlauf der Meridiane, allerdings davon ausgehend, dass bei Geburt die volle Entfaltung der zwölf Hauptmeridiane, wie sie auch in der Akupunktur

genutzt werden, noch nicht stattgefunden hat. Die japanische und chinesische Medizinphilosophie betrachtet diese zwölf Hauptmeridiane als eine Art Kanäle, in denen die Lebensenergie (jap. ki) fließt. Jeder Meridian verbindet Körperteile, Sinnessysteme, Organe, Emotionen und physische Komponenten miteinander, die mit einem Lebens- und Entwicklungsthema in Verbindung stehen.

Im Idealfall kann Ki frei in den Meridianen zirkulieren. Wird der freie Fluss von Ki über einen längeren Zeitraum gestört, z.B. durch Reizüberflutung, Mangelzustände oder eben eine Blockierung im HWS-Bereich, so kann dieser Fluss behindert oder eingeschränkt werden. Eine mögliche Folge davon ist, dass ein Baby „sich in seiner Haut nicht wohlfühlt“, leicht irritierbar ist oder sich Verzögerungen in seiner Entwicklung einstellt. Ein erstes sichtbares Zeichen ist hier häufig das Nichtfinden der eigenen Mitte.

Im Baby-Shiatsu wird davon ausgegangen, dass die Meridiane den Informationsfluss zwischen den motorischen und sensorischen Zentren unterstützen, wie auch umgekehrt Bewegung und sensorische Reize den Energiefluss in den Meridianen beeinflussen. Dieses Zusammenspiel ermöglicht dem Kind, mit seiner Umwelt in Kontakt zu treten, auf sie zu reagieren und mit ihr zu kommunizieren. Die Meridiane werden somit als Netzwerk zwischen dem sich entwickelnden kindlichen Bewusstsein und der Außenwelt betrachtet.

In der ersten Zeit nach der Geburt hat sich, wie bereits erwähnt, die Ausdifferenzierung zu den späteren zwölf Hauptmeridianen noch nicht vollzogen. Hier geht man von der Vorstellung aus, dass innerhalb des ersten Lebensjahres diese Meridiane noch in einer Art Familienverbund eng zusammenarbeiten. Mit zunehmender Vertikalisierung des Kindes schreitet diese Ausdifferenzierung für die nun anstehenden Entwicklungsthemen immer weiter fort. Bis zur Schulreife sollte die volle Entfaltung mit ihren zugehörigen Verschaltungen der Meridiane untereinander erfolgt sein.

Somit gibt es im ersten Lebensjahr drei Meridianfamilien, denen jeweils vier

der späteren Hauptmeridiane angehören. Aufgrund ihres Verlaufs am Körper werden sie die „vordere“, „hintere“ und „seitliche Familie“ genannt. Jeder Familie werden Lebens- und Entwicklungsthemen zugeschrieben:

- vordere Familie: das Finden der Mitte, das Wahrnehmen der eigenen Grenzen, das taktile System
- hintere Familie: Aufrichtung und in Bewegung kommen, das propriozeptive System
- seitliche Familie: Rotation, die Eröberung des Raumes, das vestibuläre System

Die kindliche Entwicklung am Beispiel der vorderen Meridianfamilie

Für das Finden der Mitte ist schwerpunktmäßig die vordere Familie zuständig. Aus diesem Grund wird diese nun eingehender vorgestellt. Nach der Geburt wird die vordere Familie – ihr werden die späteren Hauptmeridiane Lungenmeridian, Dickdarm-, Magen- und Milzmeridian zugeordnet – besonders gefordert, da diese Familie dabei hilft, die Grundbedürfnisse zu befriedigen. Dazu gehören das Aufnehmen von Nahrung (nach chinesischem Verständnis wird hier auch die Atmung dazu gerechnet) und das Ausscheiden von dem, was der Körper nicht benötigt. Um nach und nach eigene Widerstandskräfte zu entwickeln, ist der Säugling auf einen kontinuierlichen Zufluss von Nahrung, Liebe und Geborgenheit angewiesen. Dadurch bildet sich die Grundlage für das Urvertrauen, das ihn ein Leben lang trägt.

Zum gleichen Zeitpunkt, wie sich das Gefühl der Sicherheit herausbildet, nimmt ein Baby auch die erste Form der Abgrenzung wahr. Die ständige Verbindung mit der Nabelschnur existiert nicht mehr. Mit dem ersten Atemzug hat der Prozess der Loslösung von der vorher untrennbaren Beziehung zur Mutter begonnen.

Der vorderen Familie wird das taktile System zugeordnet, weil das Baby mit seinen eigenen Grenzen und der Begrenzung durch die Welt um es herum konfrontiert wird. Berührung kann

nur stattfinden, wenn zwei Grenzen miteinander in Kontakt kommen, sonst wäre es ein Verschmelzen.

Die beiden anderen Familien, die hintere und die seitliche Familie, spielen für die Entwicklung des Kindes eine ebenso wichtige Rolle. Auch, wenn zur leichteren Verständlichkeit die Familien einzeln beschrieben werden, sind sie in der Entwicklung gleichzeitig die Taktgeber für ihre jeweiligen Entwicklungsaufgaben.

Folgt das Baby innerhalb der ersten Wochen und Monate einem „falschen“ Bewegungsprogramm, findet nach der Regulierung der Asymmetrie nicht zwangsläufig eine unmittelbare Umprogrammierung statt. Hier setzt Baby-Shiatsu an. Nachdem das Baby mittels erfolgreicher osteopathischer Behandlung die freie Bewegungsmöglichkeit erlangt hat, kann nun mithilfe babyspezifischer Shiatsutechniken diesem der Weg zur Symmetrie und damit zur Mitte angebahnt werden. Gerade die Behandlung der vorderen Familie, wie sie oben skizziert wurde, spielt hierbei eine überragende Rolle.

Auszüge einer Baby-Shiatsubehandlung der vorderen Familie

Es folgen einige beispielhafte Techniken, die speziell für die Behandlung der vorderen Familie eingesetzt werden.

„Willkommen auf der Welt!“

Die Finger sanft auf den Bereich unterhalb des Schlüsselbeins legen und ein bis zwei Minuten lang dort ruhen lassen (Abb. 2). Diese Technik vermittelt dem Baby das Gefühl, in der Familie und in der Welt willkommen zu sein, außerdem wirkt sie positiv auf die Atemwege. Diese Themen vom Lungen- und Dickdarm-Meridian werden bei dieser und der folgenden Technik besonders angesprochen.

„Die Mitte finden“

Nun werden die Schultern mit beiden Händen großflächig umfasst und etwas



Abb. 2: Behandlung des Quellgebietes des Lungenmeridians



Abb. 3: Behandlung von Lungen- und Dickdarmmeridian



Abb. Behandlung von Milz- und Magenmeridian

gehalten. Von hier aus wird entlang der Radialseite beider Arme entlang bis zu den Händen ein sanfter und gleichmäßiger Druck ausgeübt (Abb. 3) – in diesem Bereich verlaufen die sich entwickelnden Lungen- und Dickdarmmeridiane.

„Die Mitte stärken“

Mit beiden Händen werden die Hüftgelenke seitlich umfasst und ein sanfter Druck ausgeübt – den Druck für einen Moment halten. Danach werden die Vorderseiten der Oberschenkel umfasst und mit leichtem Druck entlang der Oberschenkel von proximal nach distal bis zu den Füßen hin gearbeitet – dabei immer den Druck leicht anschwellen lassen, einen Moment halten und nachlassen (Abb. 4). Hier liegen die sich heranbildenden Milz- und Magenmeridiane.

Hier ergänzt die energetische Shiatsubehandlung die strukturelle osteopathische Behandlung, indem mit dieser einfachen Behandlungstechnik der Weg zur Symmetrie und damit zur Mitte angebahnt beziehungsweise nach erfolgreicher osteopathischer Behandlung stabilisiert werden kann.

Fazit

Die energetische und motorische Entwicklung sind eng miteinander gekoppelt. Die schnell eintretende sichtbare Symmetrisierung und der anhaltende Behandlungserfolg sind erste ermutigende Schritte, die Idee einer mehrgleisigen Behandlung, bei der sowohl auf struktureller als auch auf energetischer Ebene gearbeitet wird, weiter zu verfolgen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Baby-Shiatsu eine sinnvolle Ergänzung zur osteopathischen Behandlung darstellt. Die osteopathische Behandlung macht den Weg frei, damit sich der nächste Entwicklungsschritt vollziehen kann, und Baby-Shiatsu zeigt dem Baby, wie es diesen Schritt vollziehen kann.

Korrespondenzadresse:



Karin Kalbantner-Wernicke
Alte Dorfgasse 13
65239 Hochheim

info@aceki.de
www.aceki.de

Literatur

- [1] Wernicke T, Kalbantner-Wernicke K (2009) Kinderakupunktur mit der entwicklungsphysiologisch orientierten Shōnishin-Methode. Dt Ztschr f Akup 52(3):19–25
- [2] Kalbantner-Wernicke K (2009) Shiatsu für Babys und Kleinkinder. Energetische Entwicklung, Förderung und Behandlung. München: Elsevier
- [3] Neumann HD (2003) Manuelle Medizin, 6. Aufl. Heidelberg: Springer
- [4] Coenen W (2009) Manuelle Medizin bei Säuglingen und Kindern. Heidelberg: Springer