

Hilfen unter der Geburt

Im Folgenden einige naturheilkundliche Ideen und Möglichkeiten, die Geburt positiv zu unterstützen.

Heublumendampfsitzbad

Ist besonders hilfreich bei beginnenden Wehen, da das Dampfbad wehenunterstützend bzw. regulierend wirkt. Wir empfehlen das Sitzbad bereits ab der 37.SSW 1-2x wöchentlich durchzuführen.

Heiße Sieben

25 Tabletten des Schüßler Salz Nr. 7 (Magnesium phosphoricum D6) in ½ l heißes Wasser geben und unter der Geburt möglichst warm (Thermoskanne) schluckweise trinken. Erleichtert den Wehenschmerz – auch bei kräftigen Nachwehen eine gute Hilfe.

Bachblütenmischungen

Geburtserleichternde Mischung

Agrimony
Aspen
Chicory
Elm
Impatiens
Mimulus

Wehenunterstützende Mischung

Gentian
Olive
Walnut
Wild Rose

Wir mischen Dir gerne die Bachblüten, pro Mischung 5.-€. Bei einem persönlichen Termin stellen wir Dir gerne auch eine individuelle Mischung zusammen.