

HebiTaping im Wochenbett

Vor mehr als 50 Jahren wurde die Methode des Taping vom japanischen Chiropraktor Dr. Kenzo Kase entwickelt.

Er suchte nach einer Methode, womit er die Beweglichkeit des Körpers nicht eingeschränkte und ihm dennoch eine Unterstützung bei Verletzung bieten konnte. Er fand sie in der Anwendung von elastischen Bändern, die auf den Körper geklebt wurden. Damit werden Muskeln, Sehnen und Bänder unterstützt. Dies wird heute als Kinesio-Taping/ K-Taping bezeichnet.

Heute werden die Taping-Therapien von vielen Therapeuten angewendet. Waren es früher Spitzen- und Hobbysportler, so gibt es heute auch viel Literatur zur Selbsthilfe durch die farbigen Bänder.

Ich hatte die Möglichkeit, bei Anna Heldstab und Bettina Hangartner eine Weiterbildung zur Anwendung der elastischen Bänder im Wochenbett zu besuchen.

Die beiden Hebammen haben sich in vielen Weiterbildungen und praktischen Anwendungen sehr viel Wissen angeeignet, von dem mir nun ein kleiner Anteil zur Verfügung steht.

Ich freue mich zusammen mit Ihnen, die Einsatzmöglichkeiten auszuprobieren und zu entdecken!

Für folgende Situationen sind mir Behandlungsmöglichkeiten bei der Mutter bekannt:

- Verspannungen in Schulter- Nackenbereich, unterer Rücken
- «Milcheinschuss», starkes Anschwellen der Milchdrüse
- «Milchstau», Verhärtung der Brust mit Schmerzen, Rötung
- Narbentherapie, entstören, weich und dehnbar machen
- Rectusdiastase, «Halt-Geben» bei leerem Bauch
- Schwache Beckenbodenmuskulatur/ Stützung von Blase und Uterus

Ebenso können Taps auch beim Neugeborenen bereits angewendet werden, zum Beispiel bei:

- Koliken, Blähungen
- Nabelbruch
- Sichelfüssli

In der Wochenbettbetreuung ist ein Teil der Taping-Behandlungen inklusive. Bei intensiver Taping-Therapie werden Materialkosten privat abgerechnet.

Ausserhalb der Wochenbettbetreuung kommen zu den Materialkosten noch eine Wegpauschale von CHF 20.- dazu.