

INFO

Akupunktur in der Schwangerschaft

Viele Hebammen und Gynäkologen wenden Akupunktur in der Schwangerschaft und zur Geburtserleichterung bereits routinemäßig an.

Die klinische Forschung bestätigt die Wirksamkeit der Akupunktur in der Geburtsvorbereitung und Geburtserleichterung in zahlreichen Studien.

Durch die Akupunktur werden Blockaden in Meridianen des Körpers gelöst und das allgemeine Fließen der Lebenskräfte gefördert. Hier erreicht man eine Öffnung der Lebensenergien und damit eine deutliche Stärkung des Energiereservoirs der werdenden Mutter.

In der Schwangerschaft sollten möglichst wenig Medikamente gegeben werden, so dass Akupunktur eine gute Alternative darstellt. Bei richtiger Anwendung treten kaum unerwünschte Nebenwirkungen auf.

Schwangerschaftsbedingte Beschwerden wie z. B. Übelkeit, Erbrechen, Sodbrennen, Rückenschmerzen, Angst, Sorge, Depression, Bluthochdruck, Wassereinlagerungen können durch Akupunktur behandelt werden. Wissenschaftliche Studien haben außerdem gezeigt, dass die Akupunktur hervorragend hilft, um das Baby z. B. bei Beckenendlage zu drehen. So lässt sich oft ein Kaiserschnitt vermeiden.

Zum einen für Beschwerden in der Schwangerschaft, zum anderen als Vorbereitung für die Geburt und schließlich als unterstützende Methode während der Geburt ist die Akupunkturbehandlung wärmstens zu empfehlen. Nicht ohne Grund hält sich die Akupunktur seit Jahrtausenden als bewährte Heilmethode.

Zahra Shabani, Hebamme, www.hebammenpraxis-meinbaby.de