Handlungskette zum Thema: „Bauchmassage in der Schwangerschaft“

Beschreibung der Handlung Begründung

Schritt Vorbereitung:

1 Information - <20.SSW

- sollen mit Partner/in kommen

- das „warum“ (Bindung, Verdauungs-

förderung, Wahrnehmung für Ver-

änderung des Körpers etc.)

2 Raum erwärmen

Schritt Durchführung:

3 Wahl des „Liegeplatzes“ (- Reihenfolge kann variieren)

4 Sichtschutz/Türschild (Bitte um Ruhe)

5 Einverständnis einholen

6 „Stopp“- Signal einräumen

7 Lagerung - Muskeltonus senken durch korrekte Lagerung

- Wohlfühlen der Grav. Bedeutung

Geben

8 Händereinigung Hebamme -sichtbar für das Paar

9 Wahl des Öls -Geschmack/Wirksamkeit/Allergien

berücksichtigen

10 Bewegung vormachen

11 Partner/in macht nach

12 „Spiegeln“ was wahrzunehmen ist

13 Abschluss: Hand auf Bauch und Kreuzbein - nachspüren, bewußt atmen

14 Nachruhen

15 Feedback - was hat ihr gut getan/was nicht?

- verstanden für Zuhause?

Schritt Nachbereitung

16 Feedback WeHe

17 Feedback von PA

18 evtl. Aufgabenstellung für Nachbereitung/fürs nächste Mal - z.B. Fundunsstand kennen