



Warmtezorg bij  
een lotusgeboorte

Het is belangrijk om ervoor te zorgen dat een baby het aangenaam warm heeft. Of het nu is als hij drinkt, slaapt, wakker is, verschoond wordt of in bad gaat. Het warmteorganisme ontwikkelt zich aan de warmtezorg die er is voor de baby. Als een baby een behaaglijke temperatuur heeft zal dat voor hem als normaal worden ervaren, ook voor de rest van het leven. Als een baby het vaak te koud heeft, wordt dat gewoon en merkt hij ook later niet meer op dat het lichaam eigenlijk te koud is om optimaal te functioneren. Hierbij is de warmte van belang in de vorm van huidcontact, kleding, doeken en kruikjes, maar natuurlijk ook de hartewarmte, de liefde. Deze geeft een gevoel van welzijn en is onontbeerlijk voor een goede ontwikkeling van de baby en zijn warmteorganisme.

We gaan er alles aan doen om de best mogelijke warmtezorg te geven. Daar zijn verschillende manieren voor. Het liefst is er puur huid op huid contact meteen na de geboorte, met zachte warme doeken over de baby en moeder heen. Wanneer de baby niet meer in direct huidcontact is zorgen we er voor de baby zo in te wikkelen of te kleden en toe te dekken dat de warmte behouden blijft.

Soms zijn er omstandigheden die om extra aandacht vragen. Een voorbeeld hiervan is een lotusgeboorte.

## Een lotusgeboorte

Als een baby geboren is, wordt de navelstreng vaak meteen afgeklemd en doorgeknipt. Er zijn echter ook ouders die ervoor kiezen om het moment van afnavelen uit te stellen. Dat kan na enkele minuten zijn, maar ook na een half uur of langer of zelfs helemaal niet. In dat laatste geval wordt er gewacht tot de navelstreng na een aantal dagen loslaat.



Als de placenta lang verbonden blijft met de baby wordt dat een lotusgeboorte genoemd. Een gedeeltelijke lotusgeboorte is wanneer de navelstreng na enkele uren of dagen toch doorgeknipt wordt, een volledige lotusgeboorte is wanneer je wacht tot deze zelf los laat (na drie tot tien dagen). De navelstreng is na een paar dagen een hard koordje geworden. De placenta wordt verzorgd, mogelijk gespoeld, ingewreven met zout en/of kruiden en droogt in.

## Waarom een lotusgeboorte?

Tijdens de zwangerschap zorgt de placenta ervoor dat de baby wordt voorzien van voedingsstoffen, zuurstof en antistoffen en dat afvalstoffen en koolzuur worden afgevoerd. Ook worden er belangrijke hormonen gemaakt die nodig zijn voor het instant houden van de zwangerschap. De placenta houdt bovendien als een filter schadelijke stoffen uit het moederbloed tegen.

Via de navelstreng is er een continue levensstroom van de placenta naar de baby en andersom. De placenta is leven-gevend. We staan hier vaak niet bij stil en zijn ons niet bewust van de waarde ervan. De placenta wordt na veel bevallingen dan ook achteloos weggegooid.

Bij een lotusgeboorte is er speciale zorg en aandacht voor de placenta. Vaak wordt er nog een bestemming gezocht voor de placenta wanneer deze los is van de baby.

**Ouders kiezen voor een lotusgeboorte om verschillende redenen:** Een belangrijke reden om de navelstreng niet snel af te klemmen en door te knippen is het feit dat de baby tijdens en na de geboorte nog steeds zuurstof krijgt via de navelstreng. Als de navelstreng na de geboorte nog minstens drie minuten verbonden blijft met de baby kan de ademhaling rustig op gang komen. Hierna gaat de baby over op volledige ademhaling via de longen. Dit is voor de baby een natuurlijke, rustige overgang zonder extra stress.

Een ander groot pluspunt voor laat afnavelen is dat er nog een grote hoeveelheid bloed in de placenta aanwezig is na de geboorte, en dat deze nog naar de baby pulseert. Dit kan een/derde van de totale hoeveelheid van het bloed van de baby zijn. Over de tijd van het volledig uitkloppen van de navelstreng zijn de meningen verdeeld. Er wordt gesproken van een paar minuten, maar ook dat het zeker een half uur kan duren.

Het is natuurlijk niet zo dat er een gedeeltelijke of volledige lotusgeboorte moet zijn voor het laten uitkloppen van de navelstreng en het optimaal profiteren van het beschikbare bloed, maar bij een lotusgeboorte zal hier zeker aan voldaan worden.

De Italiaanse osteopaat Luca Daini heeft ontdekt dat de craniale ritmische impuls (CRI) die aanwezig is in alle levend weefsel van het menselijk lichaam, ook aanwezig is in de placenta. Deze pulseert tegelijk met de CRI van de baby en is nog tot drie dagen na de geboorte aanwezig. In die drie dagen zwakt de puls af en is daarna niet meer voelbaar.

Over het stervensproces van een mens wordt gezegd dat het drie dagen duurt voor het etherlichaam het fysieke lichaam heeft verlaten. Het is heel aannemelijk dat de levenskracht van de placenta ook deze tijd nodig heeft om zich geheel los te maken van de fysieke vorm.

Een andere mogelijke reden voor een lotusgeboorte is het niet met geweld willen scheiden van baby en placenta vanwege de grote verbondenheid tussen hen. Volgens helderziende Claire Lotus Day geeft het doorknippen van de navelstreng een trauma dat zichtbaar is in de aura van de mens. Om dat te voorkomen moet de navelstreng niet doorgesneden worden maar gewacht worden tot deze vanzelf loslaat.

Vanuit spiritueel oogpunt wordt er gesproken over een energetische uitwisseling, een informatieoverdracht die nog plaatsvindt na de geboorte, totdat de navelstreng is losgekomen van het babylijfje. De wijsheid, opgeslagen in de bron van leven voor de baby, de placenta, wordt nog doorgegeven aan de baby.

## Warmte zorg bij een lotusgeboorte

De grotere hoeveelheid bloed die een lotusbaby tot zijn beschikking heeft werkt positief op de warmtehuishouding en geeft een grote kans op een goede lichaamstemperatuur van de baby waardoor dit perfect past in goede warmte zorg.

De geleidelijke overgang van de zuurstofvoorziening van placenta naar zelfstandig ademen is zacht voor een baby. Hierdoor zal de baby meer welzijn ervaren. Ook dit werkt door in de warmtehuishouding.

Bij een lotusgeboorte blijft de navelstreng verbonden met de placenta en met de baby. Hierdoor is het niet mogelijk om kleertjes aan te doen die in een keer volledig het buikje bedekken, zoals dat anders wel kan. Dat vraagt om creativiteit, want je laat het buikje van de baby niet onbedekt. De warmte zorg gedurende de dagen dat de placenta en de baby verbonden blijven, heeft wat meer aandacht nodig.



## Praktisch

- \* Aangezien we geen volledig sluitend rompertje kunnen aandoen, moeten we zoeken naar alternatieven. Die zijn gemakkelijk te vinden bijvoorbeeld in de vorm van een kort hemdje of liever nog een overslagrompertje dat je wat open kunt laten bij het buikje en dat op die manier ruimte geeft aan de navelstreng. Hier overheen kan een truitje aangetrokken worden, en over de beentjes een benendoek.
- \* Een omslagdoek kan altijd zo gevouwen worden dat de baby helemaal in gewikkeld is.
- \* Als de baby in de wieg gelegd wordt kunnen er gewoon doeken en dekentjes over hem heen gelegd worden en kunnen er kruiken gebruikt worden. Mocht de navelstreng zo opgedroogd zijn dat het onhandig is met doeken en dekentjes, dan kan deze door nat maken anders gevormd worden.
- \* Het verschonen is net als bij elke andere baby. Daar zal geen extra warmteverlies bij hoeven komen kijken. Een warmtelamp kan handig zijn.
- \* Verschonen/verzorgen bij een lotusbaby vraagt om voorbereiding voor een plaats voor de placenta, maar gaat verder net als anders.
- \* Baden wordt soms uitgesteld, maar dat hoeft niet. Net als bij niet-lotusbaby's moet je goed kijken naar het moment waarop de baby (voor het eerst) in bad gaat. De eerste dagen is baden vaak een grote belasting gezien vanuit de warmtevoorzorg omdat een baby hierbij afkoelt. Zeker wanneer de borstvoeding nog op gang moet komen is het beter te wachten met een badje.
- \* Een baby kan gerust in bad of onder de douche wanneer de navelstreng nog aan het buikje vast zit. Het is wel gemakkelijk als je dan met z'n tweeën bent zodat je de placenta droog kunt houden.

Vaak is het zo dat ouders die kiezen voor een lotusgeboorte, hun kind de eerste dagen veel bij zich houden. Soms met veel huid-op-huidcontact, soms alleen in doeken gewikkeld en soms met kleertjes aan.

De baby gaat vanwege de placenta minder gemakkelijk en daardoor minder vaak van hand tot hand. Dit komt de rust en de temperatuur van de baby ten goede.

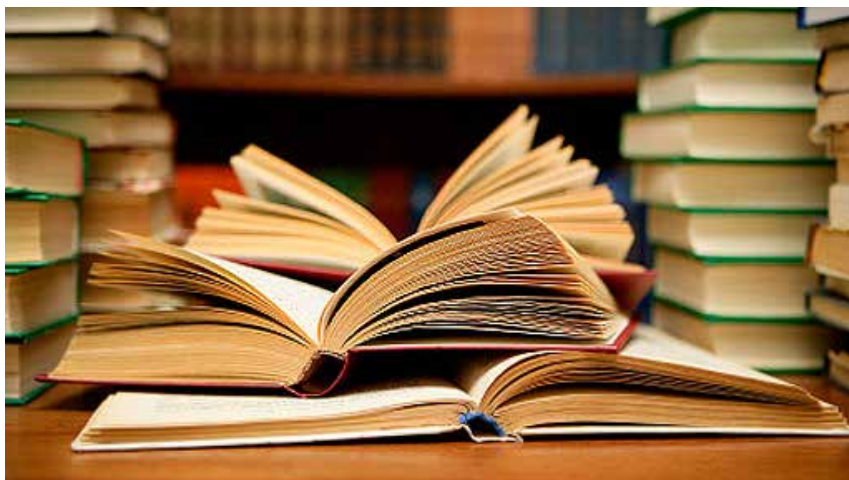
Wat blijkt is dat een lotusgeboorte en goede warmtevoorzorg heel goed samengaan. Een lotusgeboorte heeft alles in zich voor een goede start voor de baby.

### **Een gezichtspunt uit de Chinese cultuur is het volgende:**

*In de Chinese Geneeskunde gaat men ervan uit dat tijdens de zwangerschap en bij de geboorte een belangrijke basis wordt gelegd voor de hoeveelheid energie waarover een mens in zijn toekomstige leven kan beschikken. Bloed is niet alleen een belangrijke voedingsbron en bouwsteen van levenskracht, het huisvest ook 'de geest' en is daarmee van invloed op intelligentie en 'geestkracht'. Als een kind zijn optimale hoeveelheid bloed en informatie gedurende de geboorte en in de uren/dagen daarna meekrijgt leggen we hiermee niet alleen een basis voor het eerste levensjaar, maar mogelijk voor een heel leven lang!*  
(bron: De Geboortenis)

Dit vind ik een erg mooie gedachte. Deze past bij de warmtevoorzorg in de antroposofie. Begin met de optimale omstandigheden en zet deze voort door goede verzorging, omhulling en warmte voor de baby.





## Wil je meer lezen ?

### **Boeken:**

- *De eerste zeven jaar*, Edmond Schoorel
- *Warmte*, Edmond Schoorel
- *Het kind bouwt zijn huis*, Monique Wortelboer
- *Lotus Birth*, Luca Daini

### **Websites:**

- [www.degeboortenis.wordpress.com](http://www.degeboortenis.wordpress.com)
- [www.lotusbevalling.nl](http://www.lotusbevalling.nl)
- [www.vrijegeboorte.blogspot.nl/2011/04/het-laten-uitkloppen-van-de-navelstreng.html](http://www.vrijegeboorte.blogspot.nl/2011/04/het-laten-uitkloppen-van-de-navelstreng.html)
- [www.yogasmit.nl/lotusgeboorte](http://www.yogasmit.nl/lotusgeboorte)

Deze flyer heb ik gemaakt als eindopdracht voor het eerste jaar van de opleiding Natuurlijke Kraamzorg.

*Mei 2015*

**Yvonne Klaassen**