

De plek in het nekje tussen de schouderbladen geeft een goede warmte- indicatie. Het hoort aangenaam aan te voelen, bij klammigheid is de baby te warm.

Het wiegje staat het liefst in een hoek, buiten tocht- en luchtstromen van ramen en deur. Het hemeltje is van ademend materiaal zoals zijde.

Voeding geeft warmte van binnenuit door de stofwisseling. Het geven van borstvoeding en later gezonde natuurlijke voeding draagt bij aan de ontwikkeling van het warmte organisme.

In mijn werk als kraamverzorgende heb ik gemerkt dat ouders die de tijd en aandacht hebben voor de behoeftes van hun baby vanzelf hun handelingen afstemmen op diens tempo en hiermee de basis leggen voor een gezonde ontwikkeling van het warmte organisme.

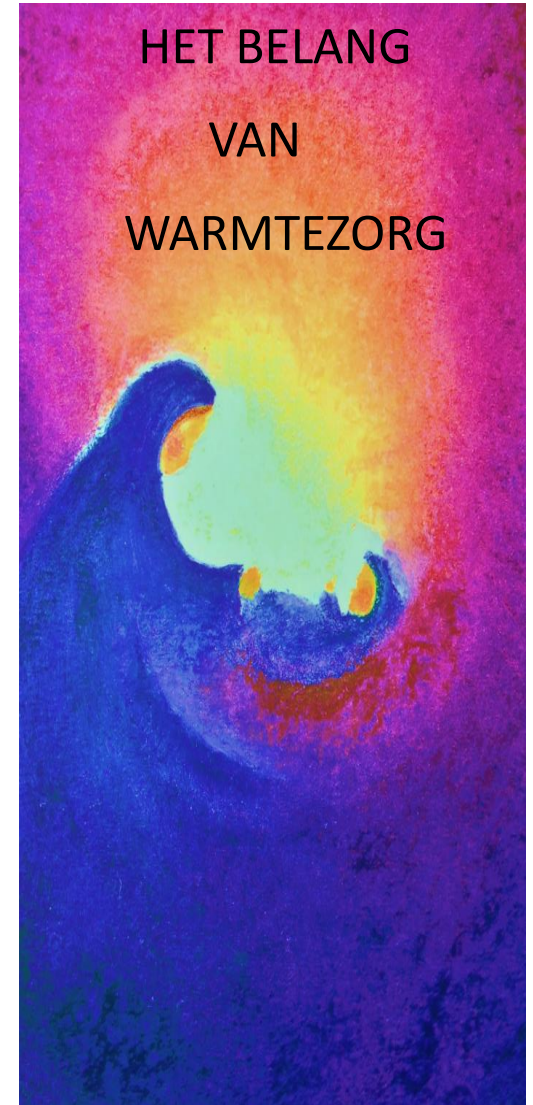
Als je meer wilt lezen over dit onderwerp dan zijn de volgende boeken aan te raden:

*Warmte-Edmond Schoorel

*Het kind bouwt zijn huis- Monique Wortelboer

Deze flyer is gemaakt als eindwerkstuk voor de opleiding Natuurlijke Kraamzorg door Marion Hakkel

HET BELANG VAN WARMTEZORG



Een baby leeft negen maanden in de buik van de moeder in een paradijselijke sfeer. Door en na de geboorte vindt er een grote overgang plaats. De baby moet zich nu leren zelf te redden. Om deze overgang zo soepel mogelijk te laten verlopen is een goede warmtezorg van levensbelang.

De warmte draagt het Ik. Het Ik draagt ons unieke levensplan. Het warmte organisme van de mens ontwikkelt zich door de vier wezensdelen, het fysieke-, het levens-, het astrale- en het Ik-lichaam.

In het fysieke lichaam voelen we onze lichaamstemperatuur. In het levenslichaam werkt onze energiehuishouding/ stofwisseling. In het astrale lichaam werkt de warmte in ontmoetingen met anderen in de ziel. In het Ik-lichaam werkt de warmte van het enthousiasme.

Ons warmte organisme ontwikkelt zich door zorg en opvoeding. Wat een mens de eerste drie jaar van zijn leven aan warmte ervaart en krijgt aangereikt wordt zijn norm en legt de basis voor een volledige ontwikkeling .

Als het warmte organisme goed functioneert in alle wezensdelen dan kan een mens zich gezond ontwikkelen en heeft een kans om een vervullend leven te leiden.

Net na de geboorte is het erg belangrijk om de baby te helpen om zich goed warm te houden. Het best is om de baby in natuurlijke materialen te kleden. Het liefst wol, zijde of wol-zijde materiaal. De bovenkleding kan ook van katoen zijn.

Zorg voor elastisch, niet knellend materiaal dat voldoende vocht op kan nemen zoals wol, zijde of katoen. Geef de baby voor het bovenlijfje altijd twee laagjes kleding met lange mouwen en zorg dat deze goed aansluit in de hals en aan de polsen. Voor het onderlijfje zijn goed passende sokjes en een benenwikkelaar ideaal.

Het regelmatig controleren van de warmte van de voetjes en beentjes is erg belangrijk. Bij koude of klamme voetjes is het goed om een warme kruik bij de beentjes en voetjes te leggen. De warmte kan zo door de beentjes naar de voetjes trekken.

Handjes en neus kunnen koel aanvoelen als de omgeving dat ook is.

Bij het gebruik van een mutsje is een helmmodel ideaal omdat het voorhoofd vrij blijft en zo de omgevings temperatuur leert waarnemen.

Er kan een kruik gebruikt worden om het wiegje voor te verwarmen en om te helpen de lichaamstemperatuur vast te houden. Als de baby uit bed is, is het los wikkelen in een omslagdoek een goede methode om warmte vast te houden. Verder is het verschoneren met zo weinig mogelijk warmteverlies de eerste periode erg belangrijk.

