

Claudia Lange Soulroots
Diplompsychologin Heilpraktikerin für Psychotherapie
Körperpsychotherapeutin



Quellen:

Joseph Chilton Pearce - Birth and Bonding, Artikel aus The Mother (Zeitschrift), Heft 24

Veronika Robinson - A time to wean, Artikel aus The Mother, Heft 27 (Infos zur Zeitschrift:

<http://www.themothermagazine.co.uk/>)

Michel Odent - The 1st hour following birth, Artikel aus Midwifery Today, Heft 61 (Artikel im Internet:

<http://www.midwiferytoday.com/articles/firsthour.asp>)

Säugetiere suchen sich zur Geburt einen ungestörten, also sicheren, ruhigen und dunklen Platz; sobald eine Störung droht, und sei es nur, dass irgendwo ein Astknacken wahrgenommen wird, ist die natürlich-intelligente Reaktion des Systems des Säugetiers, dass der Vorgang verlangsamt bzw. komplett gestoppt wird – es wird so lange abgewartet, bis die Lage wieder sicher ist

„Wenn Menschenmütter störungssicher, unterstützt und geschützt sind, sowie mit sich selbst und der Natur in Kontakt, haben sie bereits in nur 20 Minuten ihre Kinder zur Welt gebracht.“

→ sollte es Störungen jeglicher Art geben, kann die Antwortempfindlichkeit der glatten Muskulatur-Koordination (glatte Muskulatur ist unwillkürlich „kontrollierte“ Muskulatur) verloren gehen; Chaos übernimmt innerlich in der Mutter → die Muskeln kämpfen untereinander – Instinkt gegen Instinkt (Gebärinstinkt gegen Schutzinstinkt), das innere Wissen wird durch die äußere Störung verwirrt, natürliche Intention trifft auf kulturelle Aufmerksamkeit

- Oxytocin (das Liebeshormon) hat Einfluß auf Uteruskontraktionen für die Geburt des Babys und der Plazenta und setzt außerdem, gemeinsam mit anderen Hormonen den Mutterinstinkt frei – falls! der natürliche Hormoncocktail vom System ausgeschüttet wird
- Zw. Geburt des Babys und Geburt der Plazenta besteht die Möglichkeit für die höchstmögliche Oxytocinausschüttung
- Umweltfaktoren beeinflussen diese Ausschüttung, es ist leichter, wenn:
 - Der Geburtsort sehr warm ist (bei Hausgeburt ist es sinnvoll dafür einen tragbaren Heizlüfter und ein Verlängerungskabel zur Hand zu haben, damit die Frau gebären kann, wo auch immer sie möchte und Wärme währenddessen und nach der Geburt gewährleistet ist; auch andere Dinge können damit aufgewärmt werden, z.B. Handtücher oder Decken)
 - Die Mutter nichts anderes zu tun hat, als ihrem Baby in die Augen zu schauen und des Babys Haut auf der eigenen Haut zu spüren (keine Fragen, keine Hintergrundgespräche, kein Telefonklingeln, waschen, wiegen oder plötzliche Lichtveränderung, kein Nabelschnurdurchtrennen, etc.)
- Die Hebamme, oder wer auch immer bei der Geburt dabei ist, sollte dafür sorgen, dass diese bestmöglichen Bedingungen geschaffen sind, damit die Mutter eine möglichst hohe Oxytocinausschüttung hat
- Um möglichst effektiv zu sein, muß das Oxytocin pulsierend ausgeschüttet werden, je höher die Pulsationsfrequenz, desto effektiver ist Oxytocin (wird im letzten Drittel der Geburt künstl. Oxytocin zugeführt (wie das meist bei der Epiduralanästhesie der Fall ist), dann ist dies ein stetiger Fluß, nicht pulsierend – die natürlichen, für die Mutter-Kind-Bindung wichtigen „Nebeneffekte“ werden nicht ausgelöst, im Gegenteil, sie werden sogar blockiert; auch die Ausschüttung der anderen Hormone, die normalerweise im Hormoncocktail der ersten Stunde enthalten sind, werden dann nicht ausgeschüttet)

Claudia Lange Soulroots
Diplompsychologin Heilpraktikerin für Psychotherapie
Körperpsychotherapeutin



- Oxytocin wird niemals alleine ausgeschüttet; in der ersten Stunde nach der Geburt sind in dem „Hormoncocktail“ noch Prolaktin (das Mutterschaftshormon) und Östrogen (welches die Rezeptoren von Prolaktin und Oxytocin aktiviert) enthalten
- Während der Geburt schütten Mutter und Baby Endorphine (Glückshormone) aus und die erste Zeit nach der Geburt werden sie mit körpereigenen Opiaten überflutet → das begünstigt eine „Co-Abhängigkeit“ → in diesem Fall das natürliche Bedürfnis/der Drang beieinander zu sein
- Während der letzten Geburtskontraktionen werden Hormone der Adrenalinfamilie ausgeschüttet (in Mutter und Baby)
 - → dies hat bei der Mutter einen Fötus-Ausstoßungs-Reflex zur Folge; die Frau nimmt dann meist eine aufrechte Position ein und greift, um sich festzuhalten, nach etwas oder jemandem; häufig wollen sie auch ein Glas Wasser
- nach der Geburt ist die Mutter durch das Adrenalin ganz wachsam (in der früheren Menschheitsgeschichte war das notwendig, für den Fall, dass „in der Wildnis“ plötzlich Gefahr auftauchte und die Mutter fit genug sein mußte, um ihr Neugeborenes zu verteidigen)
- das Baby wird mit Noradrenalin überflutet, was ihm hilft in der Austreibungsphase mit der Sauerstoffmangel klarzukommen; zu sehen ist die Noradrenalinüberflutung des Babys an seinen aufmerksamen, weit offenen Augen und erweiterten Pupillen → als würde das Baby ein Signal aussenden → die Mutter reagiert fasziniert auf diesen Blick und schaut das Baby an (→ was den von Joseph Chilton Pearce weiter unten beschriebenen Prozeß im Gehirn in Gang setzt – Augeneinrasten des Babys)
- Das Baby ist fähig in der 1. Stunde nach der Geburt von selbst die Mutterbrust zu finden (die Mutter ist zu diesem Zeitpunkt noch mit dem speziellen zuvor genannten Hormoncocktail überflutet, deshalb ist sie noch wie in einer anderen Welt und sehr an ihre Instinkte angeschlossen; sie WEISS wie sie das Baby zu halten hat; nach dieser Stunde besteht Raum zum lernen, abgucken oder für Techniken)
- Bei der Geburt ist das Baby keimfrei, eine Stunde später ist seine Schleimhaut mit Millionen Keimen bedeckt → welche werden das Baby zu erst kolonialisieren? Wer zu erst kommt, wird regieren.
→ da Mutter und Kind bereits miteinander vertraut sind und die gleichen Antikörper teilen, sollte das Kind in dieser Zeit nur von der Mutter angefasst werden
- Wenn das Baby das Kolostrum (Vormilch - besteht aus Proteinen, Enzymen, Vitaminen, Mineralien, Wachstumsfaktoren, Aminosäuren und Antikörpern. Auf diese Weise wird die Stärkung und die Immunabwehr des Kindes unterstützt. Aufgrund seines hohen Eiweißgehaltes ist das Kolostrum etwas schleimig, dickflüssig und von gelblicher Farbe, manchmal auch mit Blut versetzt. Es wird dem Neugeborenen direkt nach der Geburt zur Verfügung gestellt und ändert beim Menschen innerhalb der nächsten 18 bis 36 Stunden seine Zusammensetzung, bis nach etwa fünf Tagen die „normale“ Milch erzeugt wird. Die Kolostralmilch ist sehr reich an Antikörpern, was sie für das noch relativ krankheitsanfällige Neugeborene sehr wichtig macht, und sollte deshalb so schnell wie möglich gegeben werden. Sie bedeckt die empfindliche Magen- und Darmschleimhaut mit einem schützenden Film.) trinkt, hilft ihm dies eine gute Flora zu entwickeln, welche eine wichtige, gute Basis für den Rest des Lebens bedeutet.

Nikolas Tinbergen (Nobelpreisträger in Ethologie) hat durch die Studien des Metabolismus Neugeborener und Babys herausgefunden, dass Neugeborene anfangs etwa alle 20 Minuten gestillt werden müssen → mit den Monaten werden die Abstände länger

zusammengestellt von Claudia Lange, Soulroots
Ottenstraße 9 34326 Morschen Tel.:+49.(0)5664.210117 Handy:+49.(0)163 6401127
info@soulroots.org www.soulroots.org

Claudia Lange Soulroots
Diplompsychologin Heilpraktikerin für Psychotherapie
Körperpsychotherapeutin



Grund: Muttermilch hat zwar wenige Fette und Proteine, aber ist geradezu ein hochdosierter Hormoncocktail (wie weiter oben beschrieben); auf Grund dieser „kalorienarmen“ Diät, müssen Babys recht häufig gestillt werden

Salzsäure (Bei Mensch und Tier ist die sie ein Bestandteil des Magensaftes, wo sie unter anderem die Denaturierung (strukturelle Veränderung von Biomolekülen) von Proteinen bewirkt, aber auch zum Abtöten von Mikroorganismen vor Eintritt in das weitere Verdauungssystem dient. Außerdem schafft sie das saure Milieu, in dem das Verdauungsenzym Pepsin am wirksamsten ist.), welche zur Verdauung von Proteinen und Fetten benötigt werden, sind die ersten 9 Monate nur in sehr geringem Maße im Baby zu finden – nach 9 Monaten fangen sie plötzlich kraftvoll an zu fließen; dies ist in der Regel der ungefähre Zeitpunkt, an dem die Babys zu Krabbelkindern werden und anfangen die Welt zu erkunden, wobei sie alles greifbare in den Mund stecken; darauf ist das System eingestellt und fängt deshalb an, diese zur Verdauung anderer Nahrung als Muttermilch notwendigen Säuren verstärkt zu produzieren

- In vielen Kulturen wird die 1. Stunde, in der es so wichtig ist, dass das Baby bei der Mutter ist und auch die Vormilch mit dem Kolostrum trinkt, gestört bzw. ganz verhindert – durch verschiedenste „Rituale“, z.B.: waschen, Nabelschnur durchtrennen, wiegen, an den Füßen „aufhängen“, enges einwickeln, über Rauch halten, ...
- Ethnologische Studien haben ergeben, dass in den Kulturen, wo das Gewalt- und Aggressionspotenzial besonders groß ist, diese Störungen der ersten Stunde besonders ausgeprägt sind; die mütterlichen Beschützerinneninstinkte werden damit unterbunden (und das Baby ist leichter durch die Gesellschaft formbar)
- Des Babys System ist bei der Geburt noch nicht darin geschult, sich auf unterschiedliche Außentemperaturen einzustellen – mütterliche Überhitzung, ausgelöst durch die Epiduralanästhesie oder ein zu heißes Bad können deshalb eine Gefahrenquelle darstellen
- Das Baby muß sich des weiteren auf die Schwerkraft einstellen – entsprechende Impulse werden zum Gehirn ausgesendet, die den Gleichgewichtssinn unterstützen

So wie das Baby in der Regel 9 Monate im Mutterleib heranwächst, braucht es weitere 9 Monate im Arm der Mutter, um das Gehirnwachstum, das Herz und andere wichtige Körperfunktionen so zu entwickeln, dass diese stabil eigenständig funktionieren

Verschiedene weitere 9-Monats-„Meilensteine“:

- Der Vorgang des Sehens nimmt mehr von unserem Gehirn in Anspruch, als alle anderen Sinne zusammen; der Vorgang des Sehens kann sich logischerweise erst nach der Geburt entwickeln; er ist bei der Geburt nur durch eine Lichtsensibilität vorhanden (schon während der Schwangerschaft besteht eine Lichtempfindlichkeit, bzw. eine Abneigung gegen grelles Licht, was daran erkannt werden kann, dass Babys den Kopf wegdrehen, wenn der Mutterbauch mit einem grellen Licht beschienen wird)
→ wenn das Neugeborene nun ein Gesicht in einem Abstand von 15 bis 30 cm vor sich hat finden 2 Reaktionen statt: 1. seine anfängliche aufgeregte Wachheit stabilisiert sich und 2. die visuelle und audio-visuelle Entwicklung beginnt → dieses nahe Gesicht setzt sozusagen die Gehirnentwicklung, sowie die bewusste Wahrnehmung in Gang; wenn das nahe Gesicht nahe bleibt, sorgt dies dafür, dass dieser Gehirnentwicklungsprozeß „an“ bleibt

Claudia Lange Soulroots
Diplompsychologin Heilpraktikerin für Psychotherapie
Körperpsychotherapeutin



→ das Neugeborene wird sozusagen mit einem voreingestellten Nervenmuster für erkennen-wahrnehmen eines Gesichtes geboren; die Augen des Neugeborenen werden „einrasten“, wenn sich ein Gesicht in der besagten Distanz befindet → es wird dies Gesicht im Fokus behalten; wenn dieses wahrnehmen-erkennen anfängt, wird das gesamte Körper-Gehirn-System aktiviert
das Fokussieren taucht sofort auf; das Neugeborene ist dann sogar fähig, dem Gesicht mit den Augen zu folgen, falls es sich bewegt → diese Muskelkoordination der Augen wird innerhalb von Minuten entwickelt! – falls!!! Und nur falls es ein Gesicht gibt, auf welches sich das Baby fokussieren kann → die Wissenskonstruktion (nämlich des Existierens einer visuellen Welt) beginnt wenn, und nur wenn, dieses Gesicht-Muster stabil bleibt, entwickelt sich die Sehfähigkeit des Babys in der Form, dass es bald auch andere Objekte um die Mutter herum registriert; durch einen Assoziationsprozeß bilden sich neue Nervenmuster → bei der Geburt kann irgendein Gesicht diesen Prozeß in Gang setzen, er bleibt jedoch nur „angestellt“, wenn die „Gesichtspräsentation“ und alles was damit einhergeht konstant bleibt

! sollte kein Gesicht „auftauchen“, taucht das Gefühl des Schmerzes/der Sorge/des Leidens auf („distress“) und die bewusste Wahrnehmung verschwindet innerhalb von 45 Minuten und taucht dann erst nach durchschnittlich 10 bis 12 Wochen wieder auf! → der existentiell wichtige Imprinting- und Bindungsprozeß der normalerweise in dieser Zeit stattfindet – zwischen Mutter und Baby – zerbricht/wird zerstört, was zur Folge hat, dass die mütterlich-versorgenden Instinkte, die durch den Imprintingprozeß in Gang gesetzt werden, eben nicht aktiviert werden

→ wenn dann sporadisch mal ein Gesicht oder Gesichter auftaucht/en, wird das natürliche System des Kindes zwar versuchen sich darauf einzustellen und zu kompensieren, aber da sich das Bewusstsein sehr zurückgezogen hat, gelingt dies nur eingeschränkt und langsam

→ dieser 15-30cm-Abstand zum Gesicht besteht beim Stillen auch zu den Milchdrüsen (im inneren der Brust, hinter der Brustwarze), von welchen wiederum die lebensgebende fett- und proteinfreie Versorgung fließt (die Muttermilch) das regelmäßige Stillen sichert diese regelmäßige „Gesichtspräsentation“, worauf Sicht und Bewusstsein basieren

- Objektkonstanz (nach Piaget) – also die Stabilisierung einer Objektwelt der Sicht (erinnern können, dass etwas weiterhin existiert, auch wenn es aus dem Gesichtsfeld rausbewegt wird), taucht nach etwa 9 Monaten auf

Die Myelinisierung (Myelinisierung (Markreifung) meint die Ausstattung von Nervenfasern mit Myelin oder Marksubstanz. Die Nervenfasern erhalten eine Isolationsschicht. Erst mit der Ausbildung dieser sogenannten Markscheide sind Nervenzellen als funktionstüchtig anzusehen. Myelin ist eine fettreiche Biomembran (Trennschicht), z.B. zw. innerem und äußerem der Zelle.) der Nervenmuster, die als Grundlage der visuellen Welt dient, findet eben zu dieser Zeit statt → so wird das neurale Fundament permanent und arbeitet leicht; danach kann die Erweiterung der visuellen Welt automatisch und aufwandslos stattfinden

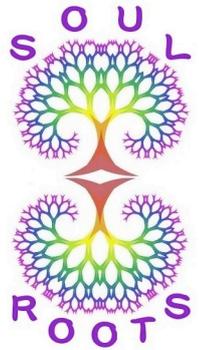
Jetzt kann sich das menschliche welt-aufbauende System anderem zuwenden

→ Kulturen, die Mütter und Babys bei der Geburt trennen, haben überproportional viele Menschen mit Sehstörungen

schauen sie sich Babys an, die in Kinderwägen umhergeschoben werden – und somit von dem Rest der Welt „getrennt“ sind (da keine Gesicht in dem benannten 15-30cm Gesichtsradius ist) → sie haben oft einen abwesend scheinenden Blick, als wäre „niemand zu Hause“

- Untersuchungen bei denen Herz- und Gehirnwellen von Müttern und ihren Babys gemessen wurden, haben des weiteren ergeben, dass diese Wellen aufeinander

Claudia Lange Soulroots
Diplompsychologin Heilpraktikerin für Psychotherapie
Körperpsychotherapeutin



abgestimmt (sie haben die gleiche Wellenfrequenz) und harmonisch sind (die Abstimmung und Verbindung wurde durch die gemeinsame Zeit der Schwangerschaft miteinander gelegt) → werden Mutter und Baby voneinander getrennt, dann werden diese Wellen chaotisch, wenn die Trennung länger anhält → in beiden wird das Hormon Cortisol ausgeschüttet und Stressgefühle treten als Reaktion davon ein (Cortisol ist Gift für Nervensysteme, besonders für neue Systeme; Cortisol wird in der Nebennierenrinde produziert, die sich in der Nebenniere, auf den oberen Polen der Niere befinden)

→ wenn diese grundlegende Herzverbindung nicht stattfindet, folgt – bewusst oder unbewusst – ein „verletztes-Herz-Trauma“ → Mütter verfallen oft in die allseitsbekannte Wochenbettdepression; bei den Babys besteht ein erhöhtes Risiko später an Herzleiden zu erkranken; eine weitere Folge für das Baby ist, dass die Herzentwicklung nur eingeschränkt stattfindet

- Das Nervensystem des Neugeborenen ist bei der Geburt stark unterentwickelt, da die Millionen sensorischen Nervenenden im Uterus nicht aktiviert oder entwickelt werden können; diese sensorischen Nervenenden sind eine „Verlängerung“ des Gehirns Säugetiere lecken ihre Neugeborenen normalerweise sporadisch für mehrere Tage nach der Geburt um diese Nervenenden zu stimulieren und damit zu aktivieren Wir Menschen aktivieren diese Nervenenden durch Berührung und Bewegung mit dem Neugeborenen am Körper
 - werden diese Enden nicht aktiviert, resultiert das in einer De-Sensibilisierung, welche das aufsteigende retikuläre Aktivierungssystem (ein Teil der Formatio reticularis - ein ausgedehntes, diffuses Neuronennetzwerk im Hirnstamm; Eine Nervenzelle oder ein Neuron (von griechisch νευρον, neuron = Nerv) ist eine auf Erregungsleitung spezialisierte Zelle.) des alten Gehirns (des Hirnstamms) beeinflusst (dieses System beeinflusst den Schlaf-Wach-Rhythmus)
 - wenig Berührung führt zu einem/r verringerten/m und eingeschränkten/m allgemeinen Wachstum, sensorischen Wahrnehmung und generellen bewussten Wahrnehmung im Baby; es beeinträchtigt außerdem die Entwicklung des inneren Ohres, der Balance, des Raumgefühls usw.
 - auch für Mütter gibt es eine „kritische Phase“ in der die ursprünglichen, natürlichen, instinktiven Antworten aktiviert werden können → dies geschieht ebenfalls durch den Hautkontakt mit dem Baby
- Diese 9-Monate-Preparationsphase gilt ebenfalls für die Sprachentwicklung
- Der Pre-Frontale Cortex (das Frontalhirn), welches den Rest der Gehirnfunktionen sozusagen koordiniert und organisiert, uns mit Sprache und Intelligenz ausstattet und uns sozusagen mit einem „zivilen Geist“ ausstattet (falls! es entwickelt wird) kann sich im Uterus nicht entwickeln; bei den richtigen Umständen, wird es sich jedoch nach der Geburt zum größten „Gehirn“-Lappen entwickeln Die wichtige 1.Phase des Frontalhirn-Wachstums schließt nach 9 Monaten ab (die 2.Phase liegt in der Mitte der Adoleszenz; wobei es hier darauf ankommt, wie gut die 1.Phase abgeschlossen wurde)
 - dieser Gehirnteil ist (laut Studien von Allen Schore, klinischer Psychologe, Neuropsychologie-Spezialist) mehr als alle anderen Gehirnteile von Erfahrungen abhängig, was bedeutet, von angemessenen Rückmeldungen aus dem Umfeld → diese Rückmeldungen werden durch die Mutter-Kind-Bindung und später auch durch Bindungen mit anderen bereitgestellt, falls es ein emotional positives Umfeld ist, das als angemessen empfunden wird:
 - An der Brust der Mutter gefüttert
 - Genügend Bewegung
 - Körperliche Stimulation

Claudia Lange Soulroots
Diplompsychologin Heilpraktikerin für Psychotherapie
Körperpsychotherapeutin



- Nahe am Gesicht und Herz der Mutter
- Sprache ...
- findet das nicht statt, können die Nerven-Vernetzungen im Frontalhirn nicht ausreichend stattfinden; ebenso können keine ausreichenden Zellstrukturen aufgebaut werden
- die Folgen sind: unterentwickelte emotionale Intelligenz
- die Folgen gehen einher mit:
 - Kontaktschwierigkeiten mit anderen und
 - Schwierigkeiten sich bezüglich der sexuellen Überlebensinstinkte zu kontrollieren
- Diese Folgen gehen einher mit:
 - Apathie (Teilnahmslosigkeit, Unempfindlichkeit)
 - Hoffnungslosigkeit
 - Verzweiflung
 - Und/oder verschiedenen Formen von Gewalt (sich selbst und/oder anderen gegenüber)
- wenn nach 9 Monaten diese Basisarbeit für die gute Funktion dieses Frontalhirns stattgefunden hat und funktioniert, findet in den nächsten 3 Monaten eine weitere wichtige Entwicklung statt → die Verbindung mit dem limbischen System/dem Gefühlshirn (welches durch die Amygdala in Verbindung mit dem Herz ist; Amygdale = Mandelkerne, Die Amygdala ist wesentlich an der Entstehung der Angst beteiligt und spielt allgemein eine wichtige Rolle bei der emotionalen Bewertung und Wiedererkennung von Situationen sowie der Analyse möglicher Gefahren: sie verarbeitet externe Impulse und leitet die vegetativen Reaktionen ein.)
- wenn keine emotionale „Nahrung“ stattfindet, wird diese Brücke, die zwischen den beiden Hirnen gefestigt werden soll, beschädigt oder sogar vollständig zerstört
- nach 9 Monaten beginnt auch das Cerebellum (Kleinhirn), im hinteren Teil des Gehirns (noch lediglich rudimentär erforscht) einen wichtigen Entwicklungsschritt; das Kleinhirn ist im Sprechen, Laufen in der Koordination des Muskelsystems und vielem mehr einbezogen
- der wichtige Entwicklungsschritt der vorbereitet wird und mit der Zeit stattfindet ist: die Aufrichtung
- das Baby wird zum Krabbelkind und fängt an die Welt zu erkunden

- Babys, die mind. 7 Monate ausschließlich gestillt werden (also nichts zugefüttert bekommen), haben einen lebenslangen Eisenvorratsspeicher angelegt
- WHO empfiehlt lediglich 6 Monate voll zu stillen
- In künstl. Milch ist deshalb so viel Eisen enthalten, da künstl. Eisen nicht so gut vom Körper verarbeitet und abgespeichert werden kann, wie das biologische Eisen, was sich in der Muttermilch befindet
- WHO Studien zum Eisenlevel wurde von Nestle finanziert
- Kulturen, die ihre Babys mind. 2 1/2 Jahre stillen sind friedlicher, haben signifikant niedrigere Gewalt- und Depressionsrate
- Wenn Kinder vorher abgestillt werden, erhöht sich das Risiko unserer Kinder später gewalttätig zu werden → sich selbst gegenüber, anderen gegenüber, der Erde gegenüber
- Zwischen 2 und 2 1/2 Jahren findet eine grundlegende, wichtige Entwicklung im Gehirn statt – viele Synapsen werden in dieser Zeit geformt, die sowohl die höherwertigen Stoffe, die in der Muttermilch enthalten sind benötigen, als auch den physikalischen Aspekt der liebevoll-zärtlichen Mutterliebe

Claudia Lange Soulroots
Diplompsychologin Heilpraktikerin für Psychotherapie
Körperpsychotherapeutin



Quelle: Bruce Lipton, DVD: Wie wir lernen, was wir sind

Kinder lernen durch abgucken und werden programmiert durch das was wir zu ihnen sagen

- 0-2 Jahre: Delta-Zustand, Tiefschlaf oder Bewußtlosigkeit bei Erwachsenen; Kind ist nicht bewusstlos, sondern ganz präsent, aber es mischt sich nicht ein/es kommentiert/wertet nicht, ist am lernen nicht bewusst beteiligt, es speichert
- bis 6 Jahre: Theta-Zustand, Traumzustand bei Erwachsenen, Kind ist in der eigenen „Traum-/Phantasie“-Welt, das Gesagte soll ein Bild im Kind erzeugen können
- bis 12 Jahre: Alpha-Zustand, bewusster Entspannungszustand bei Erwachsenen, Kind bringt das eigene Bewusstsein ein, es kann immer noch programmiert werden, aber es mischt sich ein
- ab 12 Jahre: Beta-Zustand = normales Alltagsbewusstsein, aktiv-fokussiertes Bewusstsein; 0-6 Jahre = hypnagogischer Zustand, also der Zustand in den Erwachsene versetzt werden müssen, wenn sie hypnotisiert werden sollen = Informationen können vermittelt werden, ohne dass darauf bewusst Einfluß genommen werden kann
- Kind lernt in diesen ersten 6 Jahren all die Einzelheiten der Sprache und Bewegungen, die zu seiner Kultur und Gesellschaft gehören, es lernt, Teil einer Gesellschaft zu werden; das Kind ist wie ein Aufnahmegerät
- alles wird im schnellen, gewohnheitsorientierten Unterbewussten gespeichert – und später einfach wieder als Reaktion auf eine ähnliche Situation abgespielt, das Bewusstsein ist langsamer und kreativ, zentrale Quelle unseres Bewusstseins ist im Frontalhirn (präfrontale Hirnrinde, Neocortex), es verfügt über Reflexionsvermögen; viele Menschen benutzen dieses Bewusstsein gar nicht, es ist auch nicht lebensnotwendig, denn was einmal gelernt wurde, wurde als Programm abgespeichert und muss nur wieder abgespielt werden → Routinehandlungen werden automatisch ausgeführt während die Person zur gleichen Zeit bewusst an etwas anderes denkt, es läuft dann mitunter ein Programm ab, das gar nicht „ihr eigenes“ ist, das kann unbemerkt geschehen, da diese Programmabspulung extrem schnell vonstatten geht; das geht so weit, dass ich das was um mich rum geschieht nicht bewusst sehe, aber mein Unterbewusstsein verarbeitet all die vielen Informationen blitzschnell und reagiert darauf mit dem entsprechenden Programm bzw. schafft ein entsprechendes Programm
- bewusste Elternschaft funktioniert also nur, wenn ich bewusst bin, also aufmerksam bin, sonst läuft ein Automatikprogramm ab, eine Reiz-Reaktion ohne bewusste Anteilnahme
- das Verhalten des Menschen wird von der zentralen Zelle gesteuert und dabei kommt es darauf an, wie diese programmiert wurde, denn es kann sich über das Programm nicht einfach so hinwegsetzen; alle Erfahrungen werden auf Zellebene gespeichert; Bsp.: Ich höre als kleines Kind wiederholt: das kannst du nicht oder du bist nicht gut genug oder du bist nichts wert oder du bist böse oder sei immer schön braves etc., dies ist tief verwurzelt im Kind, es wird zur inneren Stimme und die Person wird sich

Claudia Lange Soulroots
Diplompsychologin Heilpraktikerin für Psychotherapie
Körperpsychotherapeutin



später dementsprechend danach richten – es kann sich zum „Lebenssabbotageprogramm“ auswachsen

- Programmänderung kann nicht erzwungen werden, aber man kann es verändern; Bewusstsein ist immer stärker, aber es braucht einen Prozeß

Einige Spezifikationen zur Muttermilch

Die Nachfrage regelt das Angebot

Quelle: http://www.lifeline.de/special/stillzeit/stillen_muttermilch/content-124976.html

Durch das Saugen an der Brustwarze werden bei der Mutter Reize ausgelöst, die bewirken, dass die Hirnanhangsdrüse verstärkt zwei Hormone ausschüttet.

Das Prolaktin:

Prolaktin ist das Schlüsselhormon für die Milchbildung. Es wird in der Hirnanhangsdrüse der Mutter bereits während der Schwangerschaft gebildet. Über den Blutweg erreicht Prolaktin die Brustdrüse und regt hier die Muttermilchbildung an. Allerdings blockiert ein Hormon (Progesteron), das von der Plazenta ins Blut abgegeben wird, das Prolaktin im Blut. Erst nach der Geburt, nachdem die Plazenta abgestoßen ist, gelangt Prolaktin zur Brustdrüse und der Weg ist frei für die Muttermilchproduktion. Durch den Saugreiz des Babys erhält die Hirnanhangsdrüse dann das Signal "Milch produzieren" und bildet mehr Prolaktin. Die Milchbildung kommt jetzt erst richtig in Gang. Der Säugling bestimmt durch das Saugen an der Brust selbst, wann und wieviel Muttermilch gebildet wird.

Das Oxytocin:

Oxytocin ist das Milchflusshormon. Oxytocin wird ebenfalls in der Hirnanhangsdrüse gebildet und nach dem Saugen des Kindes freigesetzt. Das Hormon sorgt dafür, dass die Milch aus den Drüsen über die Milchgänge zur Brustwarze fließt. Auf seinen Reiz hin öffnen sich zunächst die Milchdrüsen und dann die Milchseen und geben die angesammelte Milch frei. Außerdem bewirkt Oxytocin, dass sich die Gebärmutter zusammenzieht, was das Abstoßen der Plazenta (Mutterkuchen) kurz nach der Geburt erheblich erleichtert. Viele Mütter merken die Kontraktionen der Gebärmutter durch den Oxytocin-Reiz und das Prickeln und Kribbeln durch das Einströmen der Milch in die Milchgänge der Brust deutlich.

Das Still-Hormon Oxytocin fördert die Rückbildung der Gebärmutter und dadurch die Gefahr von Nachblutungen.

Kolostrum

Quelle: <http://www.medela.com/D/breastfeeding/knowhow/composition.php>

In den ersten Tagen nach der Geburt bildet die Frau eine besondere Milch, die dick, klebrig und gelblich aussieht. Diese besondere Milch wird Kolostrum genannt und enthält große Mengen an Antikörpern und Wachstumsfaktoren. Das Kolostrum fördert die Entwicklung des Verdauungstraktes des Babys. Seine infektionshemmenden Eigenschaften wirken wie eine erste Impfung.

Kolostrum wirkt abführend, so dass das Baby das Mekonium (den ersten Stuhlgang) leichter ausscheiden kann. Auf diese Weise trägt es dazu bei, der Neugeborenenengelbsucht vorzubeugen, da das Bilirubin aus dem Darm ausgeschieden wird. Obwohl nur geringe Mengen Kolostrum gebildet werden, braucht das Baby in den ersten Tagen normalerweise nichts anderes.

Quelle: http://www.qualimedica.de/brust_stillen.html

Das Kolostrum enthält einen etwa 10-fach höheren Anteil an Beta-Karotin. Beta-Karotin und Vitamin E als Antioxidantien schützen den Säugling während des ersten Lebensabschnittes vor oxidationsbedingten Schäden. Das Kolostrum ist auch reich an Immunoproteinen wie zum Beispiel einige spezifische Antikörper, die den Säugling vor Infektionen im Verdauungstrakt schützen.

Übergangsmilch (Transitorische Milch)

Quelle: <http://www.medela.com/D/breastfeeding/knowhow/composition.php>

In den darauf folgenden zwei Wochen nimmt die Milchmenge zu und Aussehen und Zusammensetzung der Muttermilch verändern sich. Während der Gehalt an Immunglobulinen und Eiweiß abnimmt, erhöhen sich die Anteile an Fett und Zucker.

Claudia Lange Soulroots
Diplompsychologin Heilpraktikerin für Psychotherapie
Körperpsychotherapeutin



Reife Muttermilch

Quelle: <http://www.medela.com/D/breastfeeding/knowhow/composition.php>

Zu Beginn der Stillmahlzeit fließende Milch wird Vormilch genannt. Vormilch hat einen niedrigen Fettgehalt und einen hohen Anteil an Laktose, Zucker, Eiweiß, Vitaminen, Mineralien und Wasser. Im Verlauf der Stillmahlzeit wird die Milch zur Hintermilch, die mehr Fett enthält. Der Fettgehalt nimmt von Beginn bis Ende der Stillmahlzeit fortlaufend zu.

Quelle: http://www.qualimed.de/brust_stillen.html

Die eigentliche Muttermilch ist weiß und cremig. Sie ist eine komplexe Substanz und ist aus fast 200 verschiedenen Bestandteilen zusammengesetzt. Sie enthält neben Wasser die für den Säugling wichtigen Nährstoffzusammensetzung aus Proteinen, Kohlehydraten (Milchzucker), Fett, Mineralien, Spurenelementen sowie Vitaminen. Die Muttermilch enthält ferner Enzyme, die dem Säugling eine bessere Verdauung der Nährstoffe ermöglichen, verschiedene Immunstoffe, die den Säugling vor Infektionen schützen und Hormone, die das Wachstum beeinflussen.

In der Muttermilch sind viele Abwehrzellen und Antikörper enthalten, die das Immunsystem des Säuglings stärken und gegenüber Infektionen schützen. Die Muttermilch sollte auch nicht erhitzt werden, damit die Abwehrstoffe nicht abgetötet werden. Neben Makrophagen (Fresszellen), den unspezifischen Abwehrzellen, enthält die Muttermilch auch Immunglobuline und Lymphozyten, die sich spezifisch gegen bestimmte Stoffe und Krankheitserreger richten und das Immunsystem mitsteuern. Die in der Muttermilch enthaltenen Antikörper schützen den Säugling ferner vor Infekten, zum Beispiel vor Atemwegserkrankungen, Mittelohrentzündungen, Haemophilus Influenza oder auch vor einem Schnupfen der Mutter. Eine spezielle Gruppe von Antikörpern bildet auf den Schleimhäuten und im Darm des Säuglings eine Schutzschicht gegen eindringende Bakterien und Gifte und fördert die körpereigene Antikörperproduktion. Einige andere Bestandteile der Muttermilch wie Laktoferrin, Lysozym oder Bifidusfaktor schützen zudem den Magen-Darm-Trakt und beugen Durchfallerkrankungen vor. Nur wenn ein Baby wirklich an der Brust saugt, wird weiterhin Muttermilch in den Brustdrüsen hergestellt und auch frei gesetzt. Hierbei sind Hormone aktiv: Durch das Saugen an der Brust wird in der Hirnanhangdrüse (Hypophyse) die Produktion des Hormons Oxytocin angeregt, das wiederum die weitere Produktion und Ausschüttung der Milch in der benötigten Menge übernimmt.

Quelle: Zeitschrift: Feuerwerk Leben (gratis Probeheft), Artikel: Impfen – Sinn oder Unsinn? Von Dr. Alfons Meyer
Humoral: das Blut oder die Lymphe betreffend

Immunglobuline: Eiweiß-Stoffe, die der Körper zur spezifischen Abwehr fremder Substanzen braucht

Lymphozyten, T und B: spezialisierte weiße Blutkörperchen

Makrophagen: Fresszellen. Sie sind wesentlicher Bestandteil des Immunsystems.

Th1-Lymphozyten: Abwehrzellen aus der Reihe der weißen Blutkörperchen, die die Makrophagen (Fresszellen) aktivieren und direkt gegen extrazelluläre Viren, Bakterien, Pilze etc. vorgehen. Sie stellen eine akute Abwehr gegen extra- und intrazelluläre Krankheitserreger dar.

Th2-Lymphozyten: Abwehrzellen, die die potenziellen „Feinde“ nicht direkt zerstören, sondern durch spezielle Antikörper „markieren“, um sie für die eigentlichen Fresszellen kenntlich zu machen. Sie sind für die langzeitige Abwehr und Überwachung vorgesehen und können nur gegen extrazellulär vorhandene Erreger wirken.

(in meinen Worten : nach einer ersten Abwehr von Viren, Bakterien oder ähnlichen Erregern sorgen diese Th2-Lymphozyten dafür, dass Antikörper gebildet werden, die dann bei einem späteren Wiederbefall sofort eingesetzt werden können)

„Jeder Mensch kommt bereits mit spezifischen Antikörpern, den Immunglobulinen der Th2-Lymphozyten auf die Welt. Er hat sie schon von der Mutter über die Plazenta während der Schwangerschaft erhalten. Danach ist er auf der humoralen Ebene zunächst mit den gleichen spezifischen Abwehrkräften versorgt, wie seine Mutter!

Was die zelluläre Ebene betrifft, so kommt das Neugeborene völlig steril zur Welt. Die Fähigkeit, neue Erreger abzuwehren, die über die Schleimhäute in den Organismus eindringen, muss er erst erlernen. Daher enthält die erste Muttermilch Colostrum, welches das zelluläre Immunsystem über die Th1-Lymphozyten maximal stimuliert (...)!

Für diese überlebenswichtige Aufgabe benötigt der Säugling Aufbaustoffe wie Aminosäuren, Vitamine und Mineralstoffe, die er über die Muttermilch erhält. Da sich das Immunsystem zunächst auf zellulärer Ebene behaupten muss, ehe es spezifische Antikörper bilden kann, erhält der Säugling über die Muttermilch auch weiterhin Immunglobuline. Frühestens nach zwei Jahren ist er selbst in der Lage, ausreichend Immunglobuline bilden zu können.

Bei der Neugeborenen-Impfung wird das noch unreife Immunsystem zur Produktion spezifischer Antikörper angeregt, ungeachtet der Tatsache, dass es dazu noch nicht in der Lage sein kann. Außerdem ist es ohnehin mit den mütterlichen Antikörpern versorgt.“

Zusammensetzung der Muttermilch

Quelle: <http://www.wecarelife.at/gesundheit-medizin/stillen/zusammensetzung-der-muttermilch/>

Claudia Lange Soulroots
Diplompsychologin Heilpraktikerin für Psychotherapie
Körperpsychotherapeutin



Muttermilch besteht aus Tausenden von Stoffen. Für jeden Stoff ist die Konzentration fein abgestimmt.

Muttermilch ist leicht saurer (pH 6,8-7,1) als Blut (7,4).

Die Konzentrationen der einzelnen Stoffe sind nicht konstant, sondern werden ständig angepasst, vom Kolostrum (Vormilch) zur reifen Milch, von wässriger im Sommer zu energiereicher im Winter, nach der Entwicklungsphase des Kindes, von Tag zu Tag, von Mahlzeit zu Mahlzeit, zur Sättigung während einer Mahlzeit, bei Krankheit. Jedes Kind bekommt seine eigene, nur für es selbst bestimmte Milch.

Das in der Muttermilch enthaltene Molkeneiweiß ist leicht verdaulich und gut resorbierbar, das Casein der Muttermilch ist feinflockig, die Zusammensetzung der Aminosäuren (Bausteine der Eiweiße) ist optimal auf den Säugling abgestimmt. Am wichtigsten ist aber mit Sicherheit die Tatsache, dass die Zusammensetzung der Muttermilch im Gegensatz zur Flaschennahrung variabel zusammengesetzt ist und somit auf alle Bedürfnisse des Kindes reagiert.

Der Magen-Darm-Trakt von gestillten Babys wird besonders gut geschützt, so leiden Stillkinder viel seltener an Verdauungsproblemen. Grund dafür ist das Vorkommen von Bifidus-Kulturen, Lysozym (ein Stoff, der Bakterien abtötet), und Laktoflavin (Vitamin B2).

Das Hauptkohlehydrat in der Muttermilch ist Laktose, der Milchzucker (sieben Gramm pro 100 Gramm Muttermilch). Milchzucker muss bei der Flaschennahrung zugefügt werden. Dieser Stoff fördert die Aufnahme von Aminosäuren und Mineralien. Laktose ist außerdem ein Doppelzucker, ein Teil dieses Zuckers wird im oberen Teil des Darmes gespalten, Galaktose entsteht. Dieser Stoff sorgt wiederum für ein schnelleres Gehirnwachstum. Der Rest der Laktose dient dazu, die wichtigen Darmbakterien im unteren Teil des Darms zu ernähren.