

Bachovy esence v období těhotenství, před a po porodu :

Bachovy esence nám mohou pomoci zvládat spoustu životních období. Jedním z těchto období je také doba před porodem, při samotném porodu a po porodu.

Žena v této době prochází změnami jak psychickými, tak fyzickými. Bachovy esence jí mohou pomoci zharmonizovat psychiku a zvládat toto období v klidu a s radostným čekáním na miminko. Spousta žen s blížícím se porodem začne propadat obavám. Někdy jsou to obavy ze samotného porodu, obavy zda péči o miminko zvládne atd. Pokud maminka není v psychické pohodě, necítí se dobře ani miminko. Proto je dobré přijmout pomoc Bachových květů a přijmout podporu a pomoc přírody, jejíž jsme součástí. Pojďme si ukázat, které Bachovy esence by nám mohly v tomto období pomoci:

1. Krizová esence:

Tuto esenci můžeme použít několik dní před očekávaným porodem. Také pokud se maminka začne obávat porodu, začne být nervozní, začne ji ovládat panika, je podrážděná a její nálady se rychle mění. Jestliže mamince neustále kolují v hlavě myšlenky spojené s porodem, je vhodné použít Noční krizovou esenci. Ta obsahuje navíc esenci Bílého kaštanu a tiší mysl. Tato esence také podporuje spánek. Ten je pro maminku v této době velice důležitý. Při porodu bude potřebovat spoustu fyzických a psychických sil. Krizovou esenci můžeme zvolit ve formě spreje, kapiček, vhodný je také krém, kterým si maminka může potírat břicho.

2. Kejkliřka skvrnitá: - konkrétní obavy.

Tuto esenci můžeme použít, pokud maminka trpí konkrétním strachem. Strach z porodu, strach, jak vše zvládnou, strach, zda se budu umět o miminko sama doma postarat, strach z kojení, strach, jak přijme miminko starší sourozenec, jak zvládnou 2 děti atd.

3. Topol osika: - strach z neznámého.

Je vhodné ho použít u maminky, která bude rodit poprvé a má obavy z toho, co jí vlastně čeká. Topol napomáhá zvládnout strach z neznámého.

4. Jilm: - pocit přetížení z důvodu velké odpovědnosti, která mě nyní čeká.

Jilm je vhodné použít, pokud se maminka začne cítit přetížená a unavená, není si jistá, zda vůbec porod a miminko zvládne. Dočasně ztratí odvahu.

Jilm pomůže mamince věřit ve své schopnosti a v to, že vše zvládne.

5. Hořec nahořklý: - kolísavé nálady, ztráta víry, sklíčenost, lehčí deprese.

Hořček je vhodný podat mamince, kterou zaplavují před porodem pocity sklíčenosti, skepse, propadá melancholii, ztrácí odvahu a její nálady jsou kolísavé. Hořec přináší víru a odvahu.

6. Netykavka žlázonosná: - je součástí Krizové esence.

Tuto esenci můžeme nabídnout budoucí mamince, pokud se cítí podrážděná, je netrpělivá a napjatá z blížícího se porodu.

Netykavka napomáhá uvolnit tělo psychicky a také fyzicky.

7. Modřín opadavý: - malé sebevědomí.

Modřín je vhodný pro maminky, které si nevěří, zda zvládnou porod, péči o miminko, zda budou dobrými maminkami atd.

8. Oliva: - vyčerpání. Tato esence je vhodná zejména po porodu. Oliva je esence na duševní, psychické a fyzické vyčerpání.

9. Červený kaštan: – strach o miminko.

Pokud má maminka před porodem velké obavy, zda se miminko narodí zdravé, zda se mu nic nestane během porodu, je vhodné užít Červený kaštan. Maminky, které čeká první porod se bojí více o sebe a jak vše zvládnou. Maminky, které už alespoň jednou rodily, se velmi často více bojí o samotné miminko. Červený kaštan jim pomáhá zvládnout tento strach.

10. Devaterník penízkovitý: - je součástí Krizové esence.

Tato esence se podává, pokud se strach vystupňuje na paniku a přepadá nás pocit bezmoci.

11. Snědek okoličnatý: - je součástí Krizové esence.

Snědek podáváme po porodu, kdy je tělo v určitém psychickém a fyzickém šoku.

12. Jedlý kaštan: - zoufalství a beznaděj.

Tuto esenci bychom mohli podat při porodu, pokud se maminka dostane do pocitu, že už více neunese a nezvládne, začne propadat zoufalství.

Tento stav se někdy dostavuje u maminek, které prožívají dlouhý porod (12-15 hodin) a nemají již dostatek sil.

13. Slíva třešňová: - je součástí Krizové esence.

Tuto esenci podáváme během porodu, pokud nad sebou maminka přestane ztrácet kontrolu, přepadá ji zoufalství a hysterie.

Hrozí, že by mohla svým chováním ohrozit sebe nebo miminko.

14. Vlašský ořech: - životní změny. Vlašský ořech podáváme po porodu. Napomáhá nám zvládat životní změny. Příchod miminka je velká změna a některé maminky mohou ocenit pomoc Ořechu jak na úrovni psychické, tak fyzické. Ořech můžeme spolu s jinými esencemi podávat také starším sourozencům, aby lépe zvládali příchod nového člena rodiny. Ne vždy přijmou starší děti miminko dobře. I jim je v této pro ně nové životní etapě v hodné pomoci formou Bachových esencí, porozuměním a láskou.

15. Bílý kaštan: - součást Noční krizové esence.

Bílý kaštan utiňuje naši mysl. Pokud mamince neustále kolují v hlavě myšlenky a zejména negativní, nepůsobí to dobře na její sychiku ani na psychiku miminka.

Kolující myšlenky se často vynořují v noci, kdy nejsme zaměstnáni jinou činností. Narušují nám spánek, psychickou a fyzickou rovnováhu.

Esence před, při a po porodu

Napsal uživatel Administrator

Úterý, 05 Říjen 2010 19:54 - Aktualizováno Sobota, 02 Únor 2019 18:10

Těchto 15 esencí, které jsem vybrala, je vhodné používat v době před porodem, během porodu a těsně po porodu. Esence jsou vybrány dle aktuálních pocitů. Do mixovací lahvičky je možné namíchat 7 esencí. Krizová esence se počítá za 1 esenci, přestože je složena z několika esencí. Pokud tedy budete mít zájem vyzkoušet v tomto období harmonizaci pomocí Bachových esencí, máte několik možností:

Nechat si namíchat až 7 esencí do mixovací lahvičky a užívat 4x4 kapky denně. To doporučuji zejména před porodem.

Další varianta je zakoupení KONCENTRÁTU Krizových esencí. Ráno si kápnete 4 kapky do sklenice vody a upijíte během dne.

☐ Krizové esence si určitě nezapomeňte vzít s sebou do porodnice. Během porodu je možné užívat Krizové esence i v častějších intervalech.

Jednou z variant je také Krizový krém, kterým si budete 4x denně potírat břicho.

Přeji Vám poznat a ocenit kouzlo Bachových esencí, které umí zharmonizovat naše tělo i psychiku.

Nezapomeňte: SPOKOJENÁ MAMINKA - SPOKOJENÉ MIMINKO. Autor: Sylva Kiara Šmardová