

ELTERNINFORMATION

# Kinaesthetics Infant Handling



# Bewusst bewegen

## – Kinaesthetics Infant Handling

Während des Aufenthaltes Ihres Kindes im Kinderspital Zürich haben Sie eine Anleitung in Kinaesthetics Infant Handling erhalten. Das Ziel ist, Ihr Kind in seiner Entwicklung zu fördern und ihm die Möglichkeit zu geben Bewegungsabläufe aktiv mit zu gestalten. Diese Broschüre soll Sie im Handling mit Ihrem Kind unterstützen.

### Inhalt

Was ist Kinaesthetics	3
Aufnehmen und Hinlegen	4
An- und Ausziehen	5
Wickeln	6
Positionsunterstützung beim Stillen	7
Nahrungsverabreichung: Schoppen	8
Nahrungsverabreichung: Breikost	9
Babybad in der Wanne	10
Kontakt	12



# Was ist Kinaesthetics?

Das Wort «Kinaesthetics» kann mit «Bewegungsempfindungen» übersetzt werden (kinesis = Bewegung und aesthesis = Empfindung). Es geht um das Studium der menschlichen Bewegungen, die für die Aktivitäten des täglichen Lebens erforderlich sind. Daher ist Kinaesthetics auch zu Hause für den Umgang mit Kindern im Familienalltag von Bedeutung.

Kinaesthetics fördert die bewusste Wahrnehmung von Bewegung und erhöht die Achtsamkeit auf die Gestaltung von Bewegungsabläufen in Alltagshandlungen. Dadurch kann die Entwicklung von Kindern positiv unterstützt und, durch Vermeiden von unreflektiertem Heben und Tragen, die Gesundheit von Betreuungspersonen geschützt werden.

Kinder, welche eine gesundheitliche Beeinträchtigung erleben, bewegen sich im Spital oft weniger. Das bewusste Gestalten von Bewegungsabläufen beim Wickeln, An- und Ausziehen oder Essen ist daher für ihre Entwicklung besonders wichtig.

## **Mögliche Vorteile durch Kinaesthetics:**

- Der natürliche Bewegungsablauf wird gefördert
- Die Handlungen sind dem Tempo des Kindes angepasst
- Das Kind kann an der Handlung aktiv teilnehmen
- Das Kind hat die Möglichkeit etwas zu lernen
- Die Beziehung zwischen Bezugsperson und Kind wird bewusst gestaltet
- Das Kind fühlt sich wohl, geborgen und ist entspannter

Weitere Informationen zu Kinaesthetics Infant Handling finden Sie unter [www.kinaesthetics.com](http://www.kinaesthetics.com) oder [www.kinaesthetics.ch](http://www.kinaesthetics.ch)

# Aufnehmen und Hinlegen



## Wichtige Punkte

- Bewegungen spiralig über die Seite ausführen
- Aufnehmen: Kind auf die Seite drehen, ins Sitzen bringen, nahe am Körper der Bezugsperson tragen (1a-1d)
- Hinlegen: Zuerst die Füße auf die Unterlage, dann Gesäss und das Kind über die Seite hinlegen (2a-2d)



# An- und Ausziehen



## Wichtige Punkte

- Selbständiges Beugen und Strecken von Armen und Beinen unterstützen (siehe Bild 1b)
- Kontakt zur Unterlage gewährleisten. Das Gewicht des Kindes bleibt wenn möglich auf der Unterlage
- Möglichkeit, die Beine am Bauch der Bezugsperson abzustützen



# Wickeln

## Wichtige Punkte

- Wickeln und Fiebermessen über die Seite
- Drehungen spiralgig durchführen
- Kontakt zur Unterlage gewährleisten, das Gewicht des Kindes bleibt auf der Unterlage
- Möglichkeit, die Beine am Bauch der Bezugsperson abzustützen



# Positionsunterstützung beim Stillen

## Wichtige Punkte

- Mutter und Kind haben die Möglichkeit, ihr Gewicht an eine Unterstützungsfläche abzugeben (Kissen, Armlehne, Fussstehmel, etc.)
- Die Mutter muss das Gewicht des Kindes nicht tragen
- Die Körpervorderseite des Kindes ist der Mutter zugewandt, Bauch zu Bauch
- Der Kopf des Kindes ist in der Mittellinie in einer neutralen Position
- Hinterkopf und Nacken des Kindes sind nicht durch das Halten blockiert



Mutter und Kind können sich so entspannen und Nacken- und Schulterverspannungen werden vorgebeugt. Das Kind wird im Schlucken nicht behindert, es kann ruhig atmen und seine Verdauung wird angeregt.



# Nahrungsverabreichung: Schoppen



## Wichtige Punkte

- Die Bezugsperson ist selber in einer bequemen und entspannten Position
- Das Kind nicht am Hals oder Nacken festhalten
- Der Kopf ist in der Mittellinie (nicht abdrehen oder einknicken)
- Hände des Kindes zum Schoppen führen
- Möglichkeit, die Beine am Bauch der Bezugsperson abzustützen

Das Kind kann ruhig und entspannt trinken, schluckt weniger Luft und hat dadurch weniger Bauchschmerzen nach den Mahlzeiten. Das Kind braucht weniger Energie um seine Körperspannung zu halten und hat mehr Kraft zum trinken.





# Nahrungsverabreichung: Beikost

## Wichtige Punkte

- Die Füße haben Kontakt zur Unterstützungsfläche
- Das Kind kann seine Unterarme auf dem Tisch ablegen
- Die Bezugsperson ist selber in einer bequemen und entspannten Position

Das Kind hat so die Möglichkeit essen zu lernen statt einfach gefüttert zu werden.



# Babybad in der Wanne



## Wichtige Punkte

- Die Wassertemperatur beträgt 37 Grad Celsius
- Der Körper des Kindes ist mit Ausnahme des Kopfes vollständig mit Wasser bedeckt (Gefahr des Auskühlens)
- Die Bezugsperson ist in einer entspannten und rückschonenden Position
- Das Kind hat mit den Füßen Kontakt zum Wannenrand
- Beim Transfer vom Wickeltisch zur Badewanne das Kind nahe am Körper tragen, um ihm Geborgenheit und Sicherheit zu vermitteln
- Sich genügend Zeit zum Baden nehmen



Durch die Schwerelosigkeit im Wasser kann das Kind lernen seine Muskeln zu entspannen. Durch Kontakt mit seinen Füßen zum Wannenrand erfährt es einerseits Begrenzung, andererseits ermöglicht dies ihm, sich zu bewegen.



# Notizen

Wenden Sie sich bitte an die zuständige Pflegefachperson wenn Sie Fragen haben. Gerne beantworten wir diese und unterstützen Sie im Handling mit Ihrem Kind.

---

## **Ihre Kinaesthetics-Spezialistinnen**

Martina Bucher

Pflegeexpertin interdisziplinäre Intensivstation und Leiterin Kinaesthetics-Team

Gabrielle Lütolf Papaspyrou, Dipl. Pflegefachfrau, Expertin Intensivpflege Grund- und Aufbaukurstrainerin MH Kinaesthetics Infant Handling

Lea Fischer, Dip. Pflegefachfrau HF

Grund- und Aufbaukurstrainerin MH Kinaesthetics Infant Handling

[kinaesthetics@kispi.uzh.ch](mailto:kinaesthetics@kispi.uzh.ch)



**Das Spital der**  
*Eleonorenstiftung*

Kinderspital Zürich - Eleonorenstiftung  
Steinwiesstrasse 75  
8032 Zürich

Telefon +41 44 266 71 11  
[www.kispi.uzh.ch](http://www.kispi.uzh.ch)