

Lotus Geboorte



Roos de Vries
2013

Voorwoord

Toen ik voor het eerst las over Lotus Geboorte, had ik direct een 'ah, wat mooi' gevoel. Waarom ik het een mooi idee vond wist ik niet, want de meerwaarde van een Lotus Geboorte begreep ik niet goed. Ik denk dat het in eerste instantie mij vooral het gevoel van rust en vertrouwen gaf. De tijd nemen voor deze bijzondere en belangrijke eerste dagen van een nieuw mensenleven. De mensen in mijn omgeving vinden het maar een vreemd gebeuren. De navelstreng uit laten kloppen is toch wel voldoende, waarom zou je de placenta verbonden laten met de baby tot zij er af valt? Maar..
Waarom zou je het niet doen? Waarom scheiden wij de baby op een onnatuurlijke wijze van haar placenta? Heeft het een meerwaarde om de baby verbonden te laten met de placenta?

Ik ben heel nieuwsgierig.

Roos de Vries, februari 2013

Inhoudsopgave

Inleiding	3
De placenta	3
Afnavelen	3
<i>De voordelen van laat afnavelen</i>	3
<i>Nadelen van laat afnavelen:</i>	3
Lotus geboorte	3
Lotus geboorte in de praktijk	3
De voordelen van lotus geboorte	3
Geen lotus geboorte, maar..	3
Conclusie	3
Literatuur	3
Bijlage	3
<i>Interview met kraamverzorgende</i>	3

Inleiding

Als je goed om je heen kijkt merk je waarschijnlijk een steeds grotere beweging van bewustwording op. Dit lijkt ook hard nodig in een wereld waarin steeds meer mensen lijden aan chronische ziekten, de aarde uitgeput raakt en wij ons als mensen ook vaak uitgeput voelen. Er worden nieuwe vragen gesteld, zo ook omtrent zwangerschap en geboorte. Na een bijna volledige medicalisering van het geboorte proces, moeten we opnieuw leren zien hoe geboorte op een natuurlijke manier gebeurt en het spirituele aspect van zwangerschap en geboorte opnieuw leren ervaren.

In het westen lijken we weinig respect te hebben voor de placenta, over het algemeen wordt de placenta beschouwd als afval en wordt ook als zodanig behandeld. Er zijn veel mensen die heb maar een vies ding vinden en niet eens de behoefte hebben om het te bekijken na de bevalling. Ik denk dat deze houding ten opzichte van de placenta te maken heeft met een gebrek aan kennis over dit bijzondere orgaan in combinatie met het feit dat de placenta (bijna) geen waarde heeft binnen onze westerse geboortecultuur.

Dat merk je ook wanneer je mensen hoort zeggen dat *de baby na de geboorte van de moeder wordt gescheiden* op het moment dat de navelstreng wordt doorgesneden. We vergeten de placenta, waar de baby daadwerkelijk van wordt gescheiden.

Er zijn verloskundige die de navelstreng laten uitkloppen, maar dit gebeurt lang niet altijd, al vrij snel (vaak al na een aantal minuten en in het ziekenhuis vaak nog veel sneller) wordt de navelstreng afgeklemd. Vanwaar die haast?

Via internet kwam ik op een spoor van een meer natuurlijke benadering van de derde fase van de bevalling een benadering waarin 'niet doen' centraal staat.

De periode na de bevalling is een uniek moment voor moeder en kind. Steeds meer onderzoek wijst uit dit moment tussen ouders en kind gerespecteerd en vooral niet verstoord moet worden. Moeder natuur heeft er voor gezorgd dat dit een extatisch moment is, een moment van grote verwondering waarop moeder en baby elkaar in de ogen kijken en voor eeuwig verbonden zullen zijn door liefde.

Waarom moet dit moment snel worden afgerond? De navelstreng wordt vrij snel doorgesneden, de baby moet worden onderzocht, de placenta moet zo snel mogelijk komen (al snel krijg je oxytocine (de synthetische vorm van natuurlijke oxytocine) toegediend om dit proces te versnellen), de baby wordt schoongemaakt en aangekleed.

Waarom wordt deze bijzondere periode zo overhaast en waarom verstoren al die onbelangrijke zaken deze unieke (tijdloze) tijd?

Ook mijn eigen ervaring is dat het allemaal erg snel ging. Als pas bevallen vrouw verkeer je in een andere staat van bewustzijn en de haast na de geboorte verstoord dit en past hier niet bij. Ik weet nog dat de verloskundige mijn zoon alvast ging onderzoeken, omdat de placenta er nog niet was. Ik kreeg een prik synthetische oxytocine en lag te 'wachten', zonder mijn baby op/aan mijn borst. Zou de placenta juist niet daarom langer op zich hebben laten wachten, en wat is precies 'langer'? Waarom die haast?

In mijn zoektocht naar antwoorden stuitte ik op het fenomeen 'Lotus Geboorte' waarbij men de navelstreng niet doorsneden, maar de baby verbonden laat met de placenta tot deze er op een natuurlijke wijze af valt. Ik ga op zoek naar informatie rondom dit onderwerp om te ontdekken wat de meerwaarde is van een Lotus geboorte in (en na) de derde fase van het geboorte proces.

De placenta

Om de meerwaarde van het fenomeen lotus geboorte te kunnen begrijpen is het belangrijk om eerst meer te weten te komen over de placenta.

In sommige culturen worden baby en placenta als tweeling beschouwd en dat is helemaal niet zo vreemd. Wanneer een eicel is bevrucht begint deze zich te delen, wanneer deze bestaat uit 16 tot 32 cellen wordt de embryo morula genoemd. De cellen die binnen in het klompje liggen gaan het uiteindelijke embryo zelf vormen en de cellen die aan het oppervlak liggen de vruchtvliezen en placenta. Een gedeelte van de placenta zal uitgroeien tot het moederlijke deel en een gedeelte tot het foetale deel. De placenta is dus eigenlijk een deel van de baby-in-wording en heeft hetzelfde DNA. De foetus is verbonden met de placenta door de navelstreng, die meestal uit drie bloedvaten bestaat.

De placenta is een orgaan met een eigen metabolisme, je zou de placenta kunnen beschouwen als de mediator tussen de levensstroom van moeder en kind. De placenta heeft de volgende functies:

- zorgt voor een scheiding tussen bloedcirculatie van moeder en kind
- uitwisseling van stofwisselingsproducten tussen moederlijke en foetale circulatie (o.a. zuurstof, vitamines, vetten en immuunstoffen)
 - afvalstoffen van het kind (zoals bilirubine en koolzuur) worden teruggebracht naar de moeder.
- productie van hormonen
- immunologische functie (foetus krijgt immunoglobines van moeder, waardoor immunologische afweer ontstaat, daarnaast beschermd de placenta zichzelf en de baby tegen het immunologisch mechanisme van de moeder dat gericht is tegen lichaamsvreemde en potentiële schadelijke stoffen (Prins, 2010) (De placenta, 2011).

Zoals je leest is de placenta een heel bijzonder orgaan dat voor de baby zorgt en haar voedt tot ze dit zelf kan. De placenta is een intelligent orgaan dat zich aanpast aan de behoeftes van de foetus, zelfs in samenwerking met de foetus.

Omdat de placenta zo'n essentiële rol speelt in de ontwikkeling van een foetus, is het logisch dat de placenta in veel culturen geëerd wordt. Volgens de Aymara en Quechua stammen uit Bolivia heeft de placenta een eigen geest, in Maleisië beschouwen ze de placenta als de oudere broer van het kind, als een baby zomaar lacht zeggen ze 'hij speelt met zijn grote broer'. In sommige culturen gelooft men dat de placenta één van de zeven zielen bezit die de mens bij zich draagt, in IJsland ziet men de placenta als een soort van beschermengel. In het westen van Australië ziet men de placenta als vriend van het kind. Al deze interpretaties hebben als gevolg dat men met respect omgaat met de placenta, vaak wordt de placenta begraven met een bepaald ritueel, of verbrand (Selander, 2011)(Pinxten, 2008).

Afnavelen

Met de medicalisering van geboorte verdween het bewustzijn omtrent het belang van de navelstreng en placenta. Direct afnavelen werd een standaard procedure, hoe eerder het kind los was van de placenta, hoe beter. De huidige westerse aanpak bestaat erin de navelstreng af te klemmen binnen 10-60 seconden na de geboorte. Direct afnavelen kan worden gezien als een actief beleid van de derde fase, waarbij vaak ook gebruik wordt gemaakt van uterotonica (oxytocine), uterusmassage (Coolen, 2008) en controled cord traction. Er is bewijs dat het toedienen van oxytocine en gecontroleerde tractie aan de navelstreng kan leiden tot minder bloedverlies. Hiervoor hoeft de navelstreng echter niet direct afgeklemd te worden (Biemans, 2011).

Verloskundige leren nu op de opleiding om te wachten met afklemmen tot de navelstreng is uitgeklopt, maar er is geen eenduidig beleid (Biemans, 2011).

Inmiddels wijst onderzoek uit dat het laten uitkloppen van de placenta grote voordelen heeft voor de pasgeborene en in derde wereld landen zelfs levens kan redden (van Rheenen, 2012).

Het uitkloppen van de placenta duurt 1 - 3 minuten, van laat afnavelen kan pas worden gesproken als men minimaal 2 minuten wacht met afnavelen (Hutton & Hassan, 2007). Een onderzoek in het tijdschrift *Kinderarts & Wetenschap* (van Rheenen, 2012), verzoekt om implementatie van laat afnavelen, waarbij minimaal drie minuten uitkloppen wordt geadviseerd.

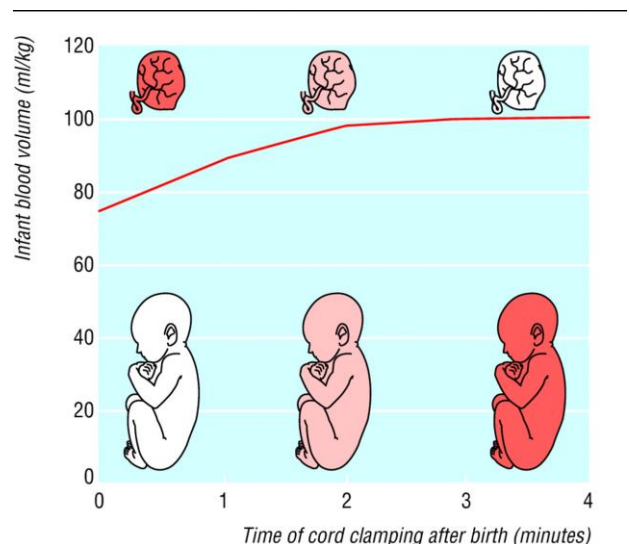
Wanneer het kind na de geboorte op gelijke hoogte (of lager) met de placenta wordt gehouden, kan de bloedtransmissie zo snel mogelijk plaatsvinden.

Twee belangrijke organisaties hebben het belang van laat afnavelen erkend en verwerkt in hun richtlijnen. De WHO stelt dat laat afnavelen een meer fysiologische aanpak is. Eerder stelde de WHO dat afnavelen zo snel mogelijk moet gebeuren, om bloedverlies bij de moeder te voorkomen. De International Confederation of Midwives en de International Federation of Gynaecologists and Obstetricians hebben vroeg afnavelen definitief van een aanbevelingen lijst geschrapt.

De voordelen van laat afnavelen

- Baby's ontvangen hun normale bloedvolume, rode bloedcellen, stamcellen en immuuncellen (bij vroeg afnavelen blijft een gedeelte van het bloed van de baby achter in de placenta).
- baby's hebben hoger ijzergehalte (Daardoor minder kans op anemie 6 uur en 2-3 mnd post partum).
- verlaagt de kans op een hersenbloeding en behoefte aan bloedtransfusie (Coolen, 2008; Abalos, 2012)
- Ook te vroeg geboren baby's hebben voordelen bij het laten uitkloppen van de navelstreng, ze hebben meer rode bloedcellen en hoeven minder vaak een bloedtransfusie (Committee Opinion American College of Obstetricians and Gynecologists, 2012). Daarnaast hebben ze ook minder kans op infecties door proteïne tekort. (Barton, 2012)(Scherjon & Smit, 2008).

Bron afbeelding: <http://midwifethinking.com/>



Naast voordelen op fysiek vlak is er volgens Stecker (Rachana, 2011) ook een psychologisch component in het spel. Omdat de baby een gedeelte van het bloed niet krijgt op het moment dat de navelstreng direct wordt doorgesneden, kan dit de rest van het leven het gevoel van 'niet genoeg krijgen' versterken. In onze materialistische maatschappij is het 'nooit genoeg hebben' sterk aanwezig.

Nadelen van laat afnavelen:

Fluxus (PPH Postpartum hemorragie, meer dan 500 ml. bloedverlies bij de moeder) wordt soms genoemd als nadeel voor de moeder bij laat afnavelen, maar uit onderzoek kan geen significant verschil worden gevonden tussen vroeg of laat afnavelen.

Voor het kind wordt een verhoogd risico op polyctemie (teveel rode bloedcellen) genoemd, maar ook dit wordt niet gevestigd door onderzoek. Ook Icterus (geelzucht) wordt genoemd als risico voor de baby, maar door Hutton en Hassan (2007) als Andersson (2011) wordt geen verhoogd risico gevonden. Er lijken geen nadelen te zijn van laat afnavelen.

Er is nog veel meer te schrijven over dit onderwerp, maar wat dit onderzoek betreft wil ik me hier tot beperken. Het lijkt duidelijk dat de voorkeur ligt bij laat afnavelen, zodat het kind zijn volle bloed quota ontvangt. Dit lijkt een logisch onderdeel van een natuurlijke geboorte

Afnavelen is wel een belangrijk onderwerp als het gaat over Lotus geboorte, omdat de vraag nu blijft: Zijn er dan nog voordelen van lotusgeboorte ten opzichte van laat afnavelen?

Lotus geboorte

Zoals ik eerder beschreef zijn baby en placenta eigenlijk één. Een moeder geeft geboorte aan de eenheid 'baby-placenta'. De placenta is niet zomaar een aanhangsel. Veel mensen zijn zich dit niet bewust, omdat de navelstreng over het algemeen al wordt doorgesneden voordat de placenta wordt geboren. De eenheid wordt daardoor niet ervaren.

Over het algemeen besluit de verloskundige of gynaecoloog op een gegeven moment dat het tijd is om de navelstreng door te knippen en plaatst de kochers op de navelstreng. Aangezien een bevalling iets is dat door de bevallende vrouw zou moeten worden geleid, lijkt het mij logisch om ook dit, ideaal gezien, in samenspraak met de moeder en vader te doen. Een verloskundige zou kunnen vragen, als er geen sprake is van Lotus Geboorte, of de moeder klaar is om de baby en placenta te scheiden. Nog mooier zou zijn wanneer de verloskundige aangeeft dat de moeder zelf mag laten weten wanneer zij klaar is om de navelstreng door te knippen. Zo laat je vanaf het eerste (belangrijkst) moment de nieuwe moeder voelen dat zij het beste weet wat goed voor haar kind is en dat ze daarin de regie heeft en haar hart mag (moet!) volgen. Ik vind dit belangrijk omdat ik zie dat veel jonge moeders niet durven te vertrouwen op hun moeder instincten en daarom kwetsbaar zijn voor (onkundige) adviezen van anderen ('zij zullen het wel beter weten').

Wanneer ouders kiezen voor een Lotus Geboorte wordt de navelstreng niet doorgesneden. Het moment van actie wordt dus nog even uitgesteld.

Lotus geboorte is vernoemd naar Clair Lotus Day, de vrouw die als eerste op het idee kwam om de placenta intact te laten. Zij wilde dit graag bij haar zoon omdat ze, als

helderziende, het trauma van het doorknippen van de navelstreng in mensen hun aura kon zien. Lotus geboorte is een nieuw fenomeen dat nu sinds 11 jaar wordt toegepast in Amerika. In 1986 werd in Australië de eerste lotusbaby geboren.

Lotus geboorte in de praktijk

Een lotus geboorte gaat (ongeveer) als volgt (Rachana, 2011; Lotus Birth, 2011):

- Er wordt gewacht tot de placenta op een natuurlijke manier wordt geboren. Gebruik hierbij geen oxytocine, dit zorgt voor een te heftige bloed toevoer naar de baby (Rachana 2011; Buckley 2009)
- Plaats de placenta in een kom (deze kan tot 24 uur blijven liggen zonder iets te doen).
- Was de placenta met wat water en dep voorzichtig droog.
- Wikkel de placenta in absorberend materiaal, wat je vervolgens iedere dag verschoont. Je kunt hem ook met zout bestrooien om hem sneller te laten uitdrogen. De in gewikkelde placenta kan ook in een speciale placentazak* worden bewaard.
- Zorg ervoor de de placenta dicht bij de baby ligt zodat er niet aan de navelstreng wordt getrokken
- Pak de baby voorzichtig op voor voedingen en knuffels
- Kleed de baby losjes
- De navelstreng droogt langzaam op, je kunt hem zacht maken om van vorm te veranderen door hem nat te maken.

Vertel de baby tijdens het verzorgen van de placenta wat je aan het doen bent, volgens Rachana (2011) vinden baby's dit prettig.

De periode waarin de placenta nog verbonden is met de baby is een periode van rust. Zorg voor stilte, geen televisie, geen mobiele telefoons, geen (of niet te veel) visite en zachtjes praten.

* Een placentazak is een zak die je zelf maakt om de placenta de eerste week in te bewaren. (bron foto: <http://www.livingmom.net>)

De voordelen van lotus geboorte

Voor de baby is er na de bevalling geen moment van stress, er heerst volkomen rust, zodat de eerste imprint een gevoel van gelukzaligheid en ontspanning is. Het belang de eerste indrukken wordt erg onderschat



van

(Tonetti-Vladimirova, 2010).

Ondanks dat het lijkt alsof de placenta na een aantal minuten uitgeklopt is, blijft er toch iets gaande tussen placenta en baby, levenskracht wordt overgedragen tot, na 3-7 dagen het aura van het kind compleet is. Volgens Clair Lotus Day zorgt een compleet energieveld voor een sterker immuunsysteem.

De baby en placenta delen hetzelfde bewustzijn en hetzelfde energetisch veld. Ieder mens heeft een energieveld, ieder mens is energie.

Renuka Potter beschrijft in het boek van Rachana (2011) dat de placenta een diep bewustzijn heeft waarin ons collectieve onderbewustzijn is opgeslagen. Dat collectieve onderbewustzijn is gerelateerd aan onze voorouders. Deze energie moet zich samenvoegen met de meer individuele bewustzijn van de baby, zodat deze heel is.

(en missen wij niet het contact met onze voorouders, in onze westerse maatschappij? Het gevoel onderdeel te zijn van een lange keten wijze mensen?)

Bovenstaande is vooral een vooronderstelling, voor mensen die geen aura's kunnen zien. Toch is er nog een 'bewijs' dat de placenta er langer over doet om uit te kloppen.

In het boek Lotus Birth beschrijft de osteopaat Dr. Luca Daini hoe hij na de geboorte van zijn dochter zelf het uitkloppen van de navelstreng wilde voelen. Volgens de gyneacoloog was de navelstreng na drie minuten uitgeklopt.

Luca Diani was niet alleen geïnteresseerd in de arteriële pulsatie, maar ook in het craniale ritmische impuls (CRI), dit is een basale pulsatie die zich doorzet in het lichaam, in een ritme van 8-14 pulsen per minuut (Nijhuis, 2004). Je kunt deze pulsatie voelen in alle afzonderlijke levend weefsel van het menselijk lichaam.

Diani controleerde de CRI bij zijn dochter en vervolgens bij de placenta, die uitgeklopt leek te zijn. Tot zijn verbazing was de CRI aanwezig en pulseerde gelijk en de CRI van zijn dochter, alsof baby en placenta één geheel waren.

Tot drie dagen na de geboorte kon Diani de CRI voelen in de placenta, deze werd steeds zwakker, tot hij niet meer voelbaar was op de vierde dag.

Deze vader heeft verschillende osteopaten zijn bevindingen laten controleren, zij kwamen tot dezelfde conclusies.

Voor baby's en dreumesen is het vaak heel belangrijk dat hun moeder in de buurt is. Ze hoeft niets te doen of te zeggen, haar aanwezigheid geeft hen genoeg vertrouwen om de omgeving te gaan ontdekken. Ze durven steeds iets verder weg. Zo zou het kunnen zijn dat voor een pasgeboren baby de nabijheid van de placenta, naast de nabijheid van de moeder, iets belangrijks zou kunnen zijn. De placenta is het enige bekende in de nieuwe wereld van de pasgeborene en daarbij ook zijn aller eerste relatie. Door sommige wordt verondersteld dat een gemis van deze relatie (door een abrupt einde) nooit meer kan worden opgelost door latere relaties.

Een lotus geboorte brengt ook rust. Het geeft de baby tijd om afscheid te nemen van de placenta en het geeft de ouders tijd om het nieuwe wezentje in rust te leren kennen. Je neemt je baby met placenta nou eenmaal niet snel mee naar de supermarkt (Appelman - de Geboortenis, 2011). Door deze handelswijze wordt er ruimte gemaakt voor het kind om ongestoord te wennen aan het nieuwe leven dat is begonnen.

Je pakt je kindje ook met nog meer bewustzijn op, omdat je voorzichtig moet zijn met de navelstreng en placenta. Ook geef je je kindje minder snel uit handen, wat helemaal geen slechte keuze is in de eerste tijd samen.

Geen lotus geboorte, maar..

Misschien is Lotus Geboorte niet iets dat bij je past, maar wil je de placenta toch niet achteloos bij het oud vuil zetten. Er zijn tal van mogelijkheden!

- *Begraaf de placenta op een speciale plaats en plant er (evt. later samen met je kind) een boompje op.*

- *Capsuleren*

Je kunt de placenta drogen (op internet vind je precies hoe je dit kunt doen) en vervolgens fijnmalen. De poeder kan je capsuleren. Deze capsules kan de moeder nemen om haar energie weer te herstellen, maar ook het kind kan het tijdens moeilijke periode in zijn of haar leven innemen. Er zijn in Nederland ook mensen die dit voor je kunnen doen.

- *Smoothies of stampot*

Een voorbeeld van een placenta smoothie recept

Frozen Fruit and Veggie Smoothie

4 bevroren aarbeien
30 gram bevroren bessen
1 banaan
4 kleine wortelen
1/3 cup spinazie
3/4 – 1 cup sinasappelsap
1 theelepel droge quinoa (voor proteïne)
Placenta (per glas een stukje placenta ter grote van je duim top)
3 ijsblokjes
Evt. wat honing

(<http://codenamemama.com/2012/01/09/placenta-smoothie-recipes/>)

- *Homeopathische placenta medicijnen*

Deze kan je laten maken van je placenta.

- *Placenta Huidcreme*

- *Placenta tinctuur*

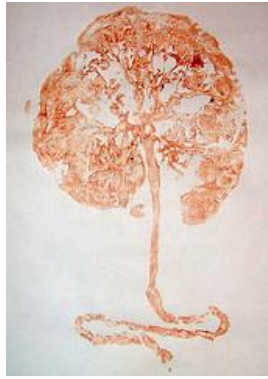
De tinctuur kan je gebruiken om jezelf hormonaal weer in balans te brengen na de bevalling of tegen menopauze gerelateerde klachten.

- *Placenta print*

Hierbij maak je een afdruk van je placenta op papier, als een soort van kunstwerk.

(bron: Three of life placenta

Je kunt zelfs DIY (do it
placenta te capsulieren of



services:
<http://www.portlandplacentaservices.com>)

yourself) kits bestellen om zelf je
placentahuidcreme te maken.

Conclusie

Dat de voorkeur ligt bij laat afnavelen is duidelijk. Een kind heeft een betere en rustigere start wanneer de navelstreng uit mag kloppen, of anders gezegd, een kind heeft de start die het zou moeten hebben. Het direct afklemmen van de navelstreng geeft het kind een achterstand.

Het intact laten van de navelstreng, een lotus geboorte, heeft geen nadelen. Behalve het feit dat je het als lastig zou kunnen ervaren in de kraamtijd. Daarbij zou je er voor kunnen kiezen om het niet te doen, omdat je het raar vind, of omdat je bang bent dat anderen het raar vinden (dat hoor ik vaak).

Wat mij betreft past een lotus geboorte prachtig in deze tijd. Het lijkt alsof tegenwoordig alles dat wij doen een middel is, dat moet leiden naar een hoger doel. Alles moet sneller en groter. Als je het doel dat je voor ogen hebt behaald, dan moet dat je ook gelukkiger maken. Het kan gaan om grote doelen, het afronden van een studie, het kopen van een auto, het krijgen van een kind. Maar ook om kleine doelen, je kookt om een maaltijd om op tafel te kunnen zetten, kleeft je kinderen aan om de dag eindelijk te kunnen beginnen en maakt de badkamer schoon zodat dat 'ook maar weer gedaan is'.

Het doen zelf is in deze zin altijd negatief, omdat het in staat tussen jou en het doel (dat je gelukkig gaat maken) genieten van het doen is er meestal niet bij. Zo zijn mensen de hele dag (en hun gele leven) druk in de weer om van alles te doen met een reden, om geluk te ervaren, uiteindelijk blijkt dat de nieuwe baby/auto geen intens geluk brengt en.. zo zoek je je hele leven suf naar iets dat daar niet te vinden is en ben je constant 'nog niet gelukkig'.

Voor mij past het in de vuilnisbak gooien van de placenta in dit kader. Na de bevalling, hup, alles opruimen, zodat er genoten kan gaan worden. Weg met de troep, de kraamtijd kan beginnen. Nu zal je wat gaan beleven, daar komt de roze wolk.

Dan beginnen de slapeloze nachten en lijken de dingen niet zoals je je had voorgesteld de roze wolk lijkt ver te zoeken (ja.. maar na de kraamtijd, dan wordt het echt beter, en als mijn kind straks doorslaapt, dan ga ik echt genieten, nee, als ik met pensioen ga, dan ga ik écht genieten!).

Ik denk dat bevallen en de eerste momenten met een pasgeboren baby dé uitgelezen kans is om geluk te (leren?) ervaren. Geluk is alleen nu, nooit gister of morgen. Als pas bevallen moeder ben je helemaal in het nu en bestaat er even geen later. Door alles zo te laten zijn als het is blijft de 'mind' even buiten spel, er hoeft niets te gebeuren, alles komt vanzelf. Je hoeft je als vader niet druk te maken over het doorknippen van de navelstreng (doe ik het wel goed? doet het geen pijn? Op deze plek?) De placenta valt er vanzelf af als de tijd rijp is. We hoeven niet elk moment te kunnen vluchten voor wilde dieren, dus er is geen noodzaak om interventies te plegen.

De eenheid van baby en placenta maakt het in de kraamtijd moeilijker om de baby uit handen te geven en als je het al doet moet je het veel bewuster doen. Dat lijkt me alleen maar een positief gevolg. Pasgeboren baby's zijn heel ontvankelijk en kwetsbaar, ze hebben geen baadt bij het inademen van de parfum van hun oom of tante.

De kraamtijd biedt kans om een week in stilte door te brengen, om te kijken, te ruiken en te luisteren naar de nieuwe baby. Ook voor broertjes en zusjes is het de tijd om het nieuwe wezentje in huis te leren kennen, te voelen en te knuffelen.

Of het doorknippen van de navelstreng echt een gat in het aura veroorzaakt, ik zal het vast nooit zeker weten, want ik kan het niet zien. Maar waarom zou je het risico nemen?

Literatuur

- Abalos E. (2008) *Effect of timing of umbilical cord clamping of term infants on maternal and neonatal outcomes*. The WHO Reproductive Health Library; Geneva: World Health Organization.
- Andersson (2011) *Effect of delayed versus early umbilical cord clamping on neonatal outcomes and iron status at 4 months: a randomised controlled trial*. Opgevraagd op 2 november 2012, van <http://www.bmj.com/content/343/bmj.d7157>
- Barton, A. (2012). Delaying cord cutting reduces iron deficiencies. Opgevraagd op 2 december 2012, van <http://m.theglobeandmail.com/life/parenting/infant/infant-health/delaying-cord-cutting-reduces-iron-deficiencies-study-finds/article2258134/?service=mobile>
- Biemans, N. (2011). Direct of later afklemmen van de navelstreng? Powerpoint presentatie 3^e jaar verloskunde.
- Buckley, S.J. 9 (2009) *Gentle Birth, Gentle mothering*. Berkeley: Celestial Arts.
- Committee Opinion American College of Obstetricians and Gynecologists. (2012) Timing of umbilical cord clamping after birth. Opgevraagd op 2 december 2012, van http://www.acog.org/Resources_And_Publications/Committee_Opinions/Committee_on_Obstetric_Practice/Timing_of_Umbilical_Cord_Clamping_After_Birth
- De Placenta (2004) *De placenta: beschrijving-ontwikkeling-structuur-functies*. Opgevraagd op 2 november 2012, van http://www.gezondheid.be/index.cfm?fuseaction=art&art_id=2223
- Selander, J. (2012). *Cultural Beliefs Honor Placenta*. Opgevraagd op 2 november 2012, van placentabenefits.info/culture.asp
- Hutton, E.K. & Hassan, E.S. (2007). *Late versus early clamping of the umbilical cord in full-term neonates*. The Journal of the American Medical Association, 297(11), 1241-1252.
- IPEN: Independent placenta encapsulation network (2010). Homeopathic placenta remedy. Opgevraagd op 5 oktober 2012, van <http://www.placentanetwork.com/remedies/Homeopathic.asp>
- Nijhuis, V. (2004) *Principes van de osteopathie*. Opgevraagd op 5 oktober 2012, van http://www.tigweb.nl/TIG20_1_05_Nijhuis.pdf
- Pinxten, I. (2009). *Een antropologische kijk op placenta en navelstreng*. Bachelorproof Vroedvrouwkunde Limburg: KHLim.
- Rachana, S. (2011) *Lotus Birth. Leaving the umbilical cord intact*. Melbourne, Australia: Good creation Publications.
- Rheenen, van (2012) Minder ijzerebrek na laat afnavelen. Kinderarts & wetenschap. Nummer 4 - december 2012.
- Scherjon, S.A. & Smit, Y. (2012) Late afnaveling in het belang van het pasgeboren kind. Nederlands tijdschrift voor geneeskunde. 2008;152:1409-12
- Tonetti-Vladimirova, E. (2010) The Limbic Imprint - The Effects of the Limbic Imprint. Opgevraagd op 19 december 2012, van <http://icpa4kids.org/Wellness-Articles/the-limbic-imprint/The-Effects-of-the-Limbic-Imprint.html>

Afbeelding titelblad: <http://www.mamamordolls.com>

Bijlage

Interview met kraamverzorgende

Had je, voordat je de eerste lotus geboorte meemaakte, al eerder van het fenomeen lotus geboorte gehoord?

- Ik had nog nooit gehoord van lotus birth.
Het eerste wat ik zag toen ik in het gezin kwam was de placenta maar ik zei direct dat ik het goed vond.

Hoe heb je de lotus geboorte ervaren als kraamverzorgende/doula?

- Ik ben helaas niet bij de bevalling geweest maar vond het een hele mooie ervaring die ik als erg prettig heb ervaren. Eerst dacht ik dat het lastig was maar na een tijdje raakte ik er aan gewend.

Was de kraamperiode voor jou anders dan een 'normale' kraamperiode?

- Het was wel anders want de placenta zat vast aan het kindje je moest ze beiden oppakken en het kindje kon geen kleding aan van boven. De ouders waren ook voor gebruik van katoenen luiers en ze hadden van die ouderwetse hemdje's die open waren. De placenta werd elke dag met zout bestrooit en dan het water eruit laten trekken en weg gespoeld en dan in een celstof matje gedaan. Het was als een kussentje zoals moeder zei. Het rook niet en het oppakken ging prima en ook de borstvoeding. Alleen weinig kleding was lastig er moest een muts op en een kruikje bij hem.

Na hoeveel tijd viel de navelstreng er af? Kan je hier misschien iets over vertellen?

- Op dag 6 viel hij er al af 'we are free' zei zijn moeder. Hij rook niet droogde goed in en liet ook niet echt los eerst. Het ging heel natuurlijk de navel zag er daarna prima uit.
Ik ben aan het eind van de zorg er nog bij geweest dat de placenta werd begraven met een liedje en een ritueel, erg mooi

Is je mening/houding t.o.v. het fenomeen lotus geboorte veranderd nadat je het van dichtbij het meegemaakt?

- Ja mijn mening is veranderd ik had het zelf ook wel willen doen bij mijn kinderen maar helaas wist ik niet dat het bestond. Het knippen van de navelstreng vonden wij maar zielig en een noodzakelijk kwaad. Dus ik wil het nog wel eens meemaken.

Zou je mensen een lotus geboorte aanraden, of juist afraden? En waarom?

- Ik zou als mensen het willen zeker toejuichen

Hoe verliep de periode tot de daadwerkelijke lotus geboorte praktisch gezien, is dat niet lastig een kindje met een placenta aan één?

- De kraamperiode is er niet anders van geworden het was alleen wat lastig het kindje warm te houden maar veel huid op huid contact is dan het beste en dat is goed voor de hechting en de borstvoeding. Dus een hele positieve ervaring die ik graag van direct na de bevalling mee wil maken.