

Artikel 2 af 10



## Gravide på kursus i nydelse

Berlingske Tidende | 16.01.1996 | | Sektion: 1.\_sektion Side 8 | 583 ord | Artikel-id: AZ626175

Før fødsel Stadig flere gravide vælger at skræddersy deres eget fødselsforberedelseskursus, så de traditionelle åndedrætsøvelser bliver suppleret med zoneterapi, kinesiologi, visualisering, orientalske energiøvelser og massage

af Kirsten Sørrig

Tobias på tre uger er en uhyre fredsommelig lille fyr. Graviditeten med ham var uden komplikationer, det samme var fødslen, og siden har han spist, sovet, knirket, motioneret, kigget nysgerrigt på verden og opført sig eksemplarisk - bortset fra fire tilfælde af lettere mavekneb. De blev straks behandlet med en serie lette tryk under hans bittesmå fødder, for hans mor, Mette Høiberg, og hans mormor er begge zoneterapeuter. Desuden har Mette Høiberg fulgt det utraditionelle fødselsforberedelseskursus »Nyd din graviditet« hos zoneterapeut Gabriella Bering Liisberg på Frederiksberg.

Gabriella Liisberg har sammen med Rigshospitalets ledende jordemoder, Dorte Taxbøl, og zoneterapeut Dorte Christiansen sammensat et all-round fødselsforberedelseskursus med blandt andet fødselsforberedelse i vand, visualisering, Qi Gong - orientalske energiøvelser, kostvejledning samt mulighed for individuel zoneterapi og shinkido-massage. Kurset bliver holdt som aftenskoletilbud gennem LOF.**Aftenskoletilbud**

»Vi oplever en stor interesse for en mere alsidig fødselsforberedelse,« siger Gabriella Liisberg, der har været zoneterapiens pioner på fødselsområdet i Danmark og assisteret over 150 fødende. I slutningen af 1980erne gennemførte hun en række forsøg med zoneterapi som smertelindring og ve-stimulation på Amtssygehuset i Gentofte med overbevisende resultater. Dengang oplevede 58 ud af 60 kvinder en betydelig smertelindring gennem zoneterapi.

Et andet forsøg viste, at zoneterapi også var meget effektivt til at løsne moderkager, der have sat sig fast, og at langt størstedelen af kvinderne dermed kunne undgå et manuelt indgreb under fuld narkose. Et indslag fra TV-Avisen om forsøgene blev vist på CNN, og derefter væltede det ind med henvendelser fra hele verden. Både Dorte Christiansen og Gabriella Liisberg tager ud til fødsler på privat basis. Prisen er 2.500 kroner uanset tid og sted. Den sidste fødsel, Gabriella Liisberg var med til, fandt sted den 24. december, mens hendes familie tilberedte julemiddagen og holdt den klar, til hun kom hjem.

»På selve kurset forsøger vi at komme hele vejen rundt, så ud over de mere alternative tilbud gennemgår vi fødselsforløbet, viser de nyeste fødselsfilm, ser på kropsbevidsthed, fysisk træning og åndedrættet. Desuden har vi fødselsforberedelser i vand. Der er fælles undervisning for mænd og kvinder, men vi holder også en særlig mandeaften for de kommende fædre. Vi oplever, at de kommende forældre er meget bevidste om tilbuddene og meget aktive, når det gælder om at forberede sig,« siger Gabriella Liisberg. For Mette Høiberg var valg- og handlemuligheder den vigtigste begrundelse for at melde sig på kurset. »Jeg ville være aktiv og selv kunne sammensætte min fødselsforberedelse.«

»Jeg gik udelukkende efter, hvad jeg følte, jeg havde behov for. Trods min egen baggrund som zoneterapeut fik jeg hverken zoneterapi i forbindelse med graviditet eller fødsel, for det følte jeg ikke, at jeg havde brug for. Men jeg havde en aftale med en zoneterapeut om, at hun skulle være stand by under fødslen. Til gengæld opsøgte jeg en kinesiolog for at blive afbalanceret, så jeg kunne komme af med den stress, jeg følte over at være gravid og skulle føde. Det hjalp, og jeg fik lige den fødsel, som jeg havde planlagt og ønsket,« siger Mette Høiberg, der fødte i vand på Amtssygehuset i Gentofte. For højgravide Gitte Kyhl, der venter sit andet barn, har zoneterapi derimod været helt centralt. Hun har fået behandlinger hver tredje uge, fordi

hun i begyndelsen var temmelig generet i sin graviditet. »Jeg har kunnet mærke en klar forbedring efter hver behandling,« siger hun. »Ellers valgte jeg det utraditionelle kursus, fordi det kursus, jeg gik på ved min første graviditet, var kedeligt og ikke gav ret meget. Det kunne jeg ikke se noget formål med igen,« siger Gitte Kyhl.**Løsnede moderkagerAf med stress**

Artikel 2 af 10

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

**Videreformidling**

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

/wEdAAIWYSrDv

Artikel 7 af 10



