

## Consultatiebureau Widar, voor zuigelingen en peuters



### Gebruik van het voedingsbad voor kinderen. (ook goed voor vermoeide ouders)

Een voedingsbad is bij uitstek geschikt voor kinderen die 'kwakkelen'. Zo zijn er kinderen die continu verkouden of vatbaar zijn voor elk virus dat in hun buurt komt. Dit kan op verschillende oorzaken hebben. Een voedingsbad werkt versterkend. De voedingssubstanties die bij een voedingsbad gebruikt worden zijn: ei en citroen en melk en honing. Ei staat voor levenskiemkracht, citroen is samentrekkend en brengt bewustzijnskwaliteit en melk heeft een relatie met ons middengebied.

Als een kind verzwakt of uit evenwicht is en in een voedingsbad wordt gelegd, dan geeft dat weer gelegenheid om impulsen weer op te pakken. De normale behandelingsperiode is zeven keer in één maand met een pauze van zeven dagen alvorens een tweede kuur wordt gedaan. Bij een ernstige verzwakking kan men ook kiezen voor een kuur van zeven keer om de dag. Daarna weer een pauze van zeven dagen.

#### Benodigheden:

- Ligbad of een babybadje
- Badthermometer
- Badlaken of badjasje voorverwarmd met een kruik.
- Handdoek voorverwarmd met een kruik
- Voedingssubstanties: ½ liter melk, 1 rauw ei, 1 citroen, eventueel 1 theelepel honing.

#### Werkwijze:

- Laat een bad vollopen met water van een temperatuur rond 37 graden.
- Meng door een ½ liter lauwe melk van biologisch-dynamische kwaliteit, een theelepeltje honing en een geklopt rauw ei. Ook hiervoor geldt dat de voorkeur uitgaat van biologisch dynamische kwaliteit.
- Voeg dit mengsel toe aan het badwater.
- Het water kan worden geritmiseerd door met beide handen lemniscaatvormen (achtjes) te draaien. Het badwater gaat bewegen en er ontstaan twee cirkels. Doe dit heel rustig en ritmisch, ongeveer één minuutje.
- Snij onder water één citroen de schil in opdat de olie uit de schil in het water kan komen. Ook hier gaat de voorkeur uit naar een biologisch dynamische citroen.
- Breng het water nogmaals in beweging door lemniscaatvormen aan te brengen met twee handen.
- Laat het kind ongeveer tien minuten heel rustig baden.
- Niet afspoelen na het bad.
- Na het baden het kind in de warme pakking of badjasje doen en direct in bed leggen.
- Het kind droogt in de doeken of het badjasje en valt dan meestal in een diepe slaap.
- Deze behandeling kan voor het middagslaapje gebeuren. Dan moet het kind minimaal één uur blijven liggen.
- Deze behandeling is het meest effectief om voor het slapen gaan 's avonds te doen.

Veel succes met deze thuisbehandeling!

Sylvia Stroink,  
antroposofisch verpleegkundige en jeugdverpleegkundige