

## Gefeliciteerd met de zwangerschap!

Prachtig dat je overweegt om jouw placenta te laten verwerken tot één van de vele producten die je ervan kunt maken. Van capsules tot zalf, van een afdruk tot een dromenvanger. Deze unieke producten zijn een mooi aandenken aan de zwangerschap én ze ondersteunen je in de kraamtijd!

Lees dit document goed door zodat je precies weet wat je allemaal met jouw placenta kunt doen, hoe dit in zijn werk gaat, waar je rekening mee kunt houden en wat de voordelen zijn. Ik geef antwoord op de meest gestelde vragen. Toch kun je na het lezen van dit alles nog vragen hebben. Ik beantwoord jouw vragen graag. Hierna kun je zelf beslissen of het laten verwerken van de placenta bij je past én wat je er dan graag van wilt laten maken. Als het nodig is denk ik met liefde met je mee!

Liefs Milou

06 41 011 344 | [www.lalouz.nl](http://www.lalouz.nl) | [milou@lalouz.nl](mailto:milou@lalouz.nl)

*Lalouz* 

### Voordelen van inname van de placenta

Je placenta is speciaal gemaakt door jou, voor jou!

Dit verbazingwekkende orgaan is er om je baby in de baarmoeder te voeden. En daarna ook de nieuwe moeder! Maak gebruik van de prachtige eigenschappen van de placenta.

1. Verkleint het risico op een postpartum bloeding en verkort het vloeien.
2. Versterkt de hormonen lactogeen en prolactine die helpen bij het op gang komen van de borstvoeding en een goede aanmaak van melk constant houdt.
3. Vult het ijzer weer aan wat bij de bevalling verloren is gegaan. Voorkomt bloedarmoede. IJzertekort kan leiden tot depressieve symptomen bij een nieuwe moeder.
4. Zorgt voor het uitbalanceren van de hormoonspiegels tot je lichaam weer in staat is dit zelf te doen.
5. Zorgt voor een natuurlijke pijnstilling na de weeën en het geboorte proces.
6. De placenta helpt je baarmoeder terug te keren naar de omvang van voor je bevalling.
7. Verleent je een constante flow van oxytocine; het hechting- en liefdeshormoon.
8. Vult je B-vitaminen aan en biedt je lichaam een verwarmende energie-boost.
9. Een tinctuur of bewaarde capsules zorgen voor hormonale balans tijdens je menopauze.

**Belangrijk:** Wees je ervan bewust dat het innemen van elk placenta product niet is getest en goedgekeurd door de Voedsel- en Warenwet en je het product op eigen risico tot je neemt!

## Hoe gaat het in zijn werk als je je placenta wilt laten bereiden?

De volgende 5 stappen vertellen je alles over mijn werkwijze:

1. Tijdens je zwangerschap neem je contact met mij op om de mogelijkheden door te spreken. Bij voorkeur doe je dat na het lezen van dit document zodat je een weloverwogen keuze maakt. En kies vooral voor producten die bij je passen.
2. Ik maak een overeenkomst waarin we alles wat we besproken hebben vastleggen. Bepaalde informatie is voor mij belangrijk om de gezondheid van jou en mij veilig te stellen. De overeenkomst onderteken je en stuur je aan mij retour. Daarbij maak je de aanbetaling over en na ontvangst reserveer ik een plek voor jou.
3. Zorg er altijd voor dat jouw geboorteteam op de hoogte is van jouw wens om de placenta te laten verwerken. Zij kunnen er dan op letten dat de placenta op de juiste manier wordt behandeld. Het is handig als je mij een kort berichtje stuurt (bij voorkeur via whatsapp of sms) met de tekst 'Het is begonnen!', als de bevalling van start is gegaan. Ik kan er dan in mijn planning rekening mee houden dat ik op korte termijn jouw placenta mag verwerken. Na de geboorte van de placenta zorg je dat deze binnen 4uur gekoeld wordt in de koelkast (niet in de vriezer).
4. Laat mij vervolgens binnen 24uur weten dat je kindje is geboren. We maken dan een afspraak om de placenta op te halen of bij mij te brengen, afhankelijk van wat we van te voren hebben afgesproken. Ik ga daarna zo snel mogelijk aan de slag met het verwerken van de placenta en zorg dat jouw producten binnen 72uur na ontvangst klaar liggen.
5. Nadat ik jouw placenta heb verwerkt, ontvang je van mij de factuur voor het resterende bedrag. Natuurlijk ontvang je ook jouw producten, inclusief gebruiksaanwijzing, zo snel mogelijk om er direct gebruik van te kunnen maken!

## Is het innemen van de placenta iets voor mij?

Jij bent de enige die kan bepalen of je de effecten van het innemen van je placenta wilt ervaren. Niemand kan je vertellen of het wel of niet iets voor je is. Toch kun je het moeilijk vinden om deze beslissing te maken. Neem bij vragen zeker contact met mij op. Ik help je graag op weg.

## Welke producten kan ik van mijn placenta laten maken?

- Placenta capsules (rauw, gestoomd of een mix van beiden)
- Placenta tinctuur (60ml)
- Placenta zalf (50ml)
- Placenta smoothie (aan huis bereid)
- Placenta afdruk
- Dromenvanger van de navelstreng

*De kosten voor de diverse producten kun je vinden op mijn website: [www.lalouz.nl](http://www.lalouz.nl).*

## Rauwe of gestoomde placenta capsules: wat is het verschil?

RAUW

Bij het prepareren van de rauwe placenta blijven voedingsstoffen en hormonen beter bewaard. De pillen die op deze manier zijn bereid kunnen je een grotere energie boost geven dan gestoomd bereide capsules, waardoor je soms al teveel gaat doen in je postpartum tijd. Rem jezelf dan echt een beetje af! De opbrengst van het aantal capsules is groter, dus je kunt langer met je capsules doen en je hebt er per dag minder van nodig.

Vrouwen die hormoongevoelig zijn of een geschiedenis hebben van angst, depressie, moodswings of slapeloosheid kunnen te sterk reageren op rauwe capsules. Dan raad ik deze methode af. In een aantal gevallen (GBS+, herpes of meconium aan de moederkant) zal deze methode niet veilig zijn en neem ik de beslissing je placenta te stomen. Dit laat ik je van tevoren weten. Als je voor deze bereiding kiest is het belangrijk de placenta binnen 48 uur te prepareren!

## GESTOOMD

Bereiden via de stoom-methode zou het voor de moeder makkelijker maken het aanwezige ijzer op te nemen. Capsules met gestoomde placenta werken meer als een levenselixir, het verwarmt en helpt de baarmoeder helen. Door het stomen van de placenta worden alle eventueel aanwezige bacteriën gedood. Als je kiest voor een combinatie dan krijg je van mij aparte capsules. Ik raad dan altijd aan om de eerste twee weken te starten met de gestoomde capsules en pas daarna deze te combineren met de rauwe variant.

De enige die kan beslissen welke wijze van bereiden bij jou past ben jij!

## **Wat is een placenta tinctuur en waarvoor kan ik het gebruiken?**

Deze vorm van placenta-medicatie is niet zo bekend als de werking van de gedroogde capsules. Toch is het heel gemakkelijk te maken en is het van grote waarde. Ik kies een klein deel van de rauwe placenta voordat ik de rest ga bereiden en zet het op alcohol (meestal 50% wodka). Nadat het minimaal 6 weken heeft getrokken, wordt de placenta eruit gezeefd om een zeer lang houdbare pure placenta “moeder” tinctuur te krijgen. Draai na gebruik het dopje goed op het flesje!

Een tinctuur gemaakt met placenta kan je helpen als je hormonale disbalans hebt zoals bij PMS, stemmingswisselingen, neerslachtigheid/depressie, tijden van verandering of menopauze. De tinctuur is tevens zeer heilzaam bij een verzwakt immuunsysteem, stress, ziekte en verwarmt je in de koudere seizoenen.

Richtlijn voor doseringen:

- Volwassenen: 5-10 druppels in een glas water maximaal 4x per dag
- Baby: 2-3 druppels onder de voetzolen wrijven. GEEF NOOIT ORAAL!
- Kinderen van 2-12 jaar: 2-4 druppels in een glas warm water en af laten koelen voor inname
- Voor je tienerdochter: 4-8 druppels maximaal 4x per dag in een glas water ten tijde van begin van menstruatiecyclus

## **Wat is een placenta zalf en waarvoor kan ik het gebruiken?**

De zalf wordt gemaakt van de placentapoeder nadat deze gedroogd is. Ik gebruik hiervoor plantaardige olie (o.a. kokosolie, amandelolie, olijfolie), bijenwas en etherische olie (lavendel of calendula). Alle producten zijn zoveel mogelijk van biologische oorsprong. Gedurende ruim een uur trekt de olie de werkzame stof uit de placentapoeder. Daarna wordt de poeder eruit gezeefd en mag de zalf in een potje uitharden.

De zalf is ongeveer een half jaar houdbaar (maar is vast al veel eerder op!). Bewaar het potje op een droge plek. In de koelkast zal de zalf harder worden en wees je ervan bewust dat de zalf bij warm weer vloeibaar wordt. Goed opletten als je de deksel eraf

haalt. Om de zalf langer goed te houden raad ik je aan om de zalf met een houten spatel of een lepeltje uit het potje te halen en niet met je vingers.

Je kunt de zalf gebruiken voor jezelf én je kindje.

En het is ondersteunen bij het volgende:

- Wondgenezing van een keizersnede
- Wondgenezing van een perineum scheurtje of knip
- Tepelkloven
- Laat striae minder opvallen
- Kalmeert de huid bij eczeem, psoriasis en huiduitslag
- Eczeem bij je baby
- Droge plekjes bij jou of je baby
- Baby acné
- Luierslag
- Verhelpt spruw bij extractie in kokosolie

### **Kun je me meer vertellen over de placenta smoothie?**

Een fruit-smoothie met een klein stukje van je placenta wordt steeds populairder en is één van de puurste vormen van het innemen van je placenta. De voordelen van het direct innemen van de placenta zijn snel na de bevalling voelbaar:

- Postpartum bloedingen stoppen sneller en baarmoeder geneest vlug
- Duidelijk minder bloedverlies
- Direct aanvullen van essentiële vitamines en voedingsstoffen
- Voorziet je lichaam direct van hormonen die je herstel bevorderen
- Geeft je snel je kracht terug
- Borstvoeding komt meestal op dag 2 al goed op gang ipv op dag 3-4
- De overgang van de hormonale disbalans verloopt soepeler en de 'baby blues' kan wat minder voelbaar zijn

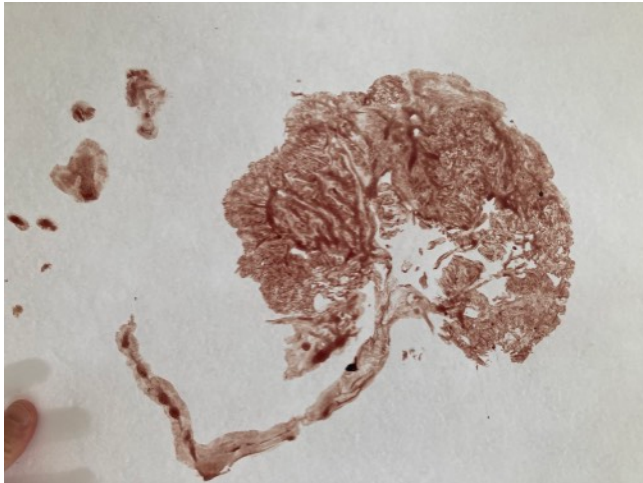
Voor het klaarmaken van een smoothie neem ik mijn eigen spullen mee. Ik gebruik (biologisch) vers en diepvries-fruit met kokoswater. Je zult versteld staan van de smaak, en niets merken van het stukje placenta dat erin zit, afgezien van het directe effect op je hele systeem! Mocht je ergens allergisch voor zijn, dan bespreken we dit van tevoren met elkaar. De rest van de placenta neem ik mee om er capsules van te maken. Ik laat je keuken volledig schoon en hygiënisch achter.

Als je in het ziekenhuis verblijft kan ik je placenta ophalen en deze (bij jou) thuis verwerken zodat je hem ook snel kunt drinken.

### **Wat is placenta art (afdruk of dromenvanger)?**

Bij placenta art laat je een waardevolle herinnering maken van je placenta en/of de navelstreng. Dat kan door het laten maken van een afdruk of een dromenvanger van de navelstreng. De afdruk maak ik met het bloed wat nog op de placenta zit. Je ontvangt van mij altijd 2 afdrucken op A3 papier. Iedere afdruk is uniek: licht, donker, meer of minder gedetailleerd. Op de afdruk zie je de 'tree of life', dat is de kant van de placenta die tegen je kindje aan zat. Je ziet de bloedvaten lopen en ook de navelstreng zie je terug op de afbeelding. De afdruk kun je afwerken met een laagje vernis voor een langer behoud en inlijsten. Ook is het leuk om deze te gebruiken voor je geboortekaartje.

De gedroogde navelstreng kan ik voor je verwerken in een dromenvanger. Ik heb divers materialen liggen die ik hiervoor gebruik en ik kies puur op gevoel wat passend is qua stijl. Altijd is dit vrij neutraal met natuurlijke en naturel tinten. Ik gebruik echt veren en diverse andere materialen zoals kralen, (gerecycled) wol en leren bandjes. De navelstreng droog ik in de vorm van een spiraal zodat deze passend is in de dromenvanger.



### **Wat moet ik regelen om mijn placenta bij Milou te krijgen?**

Van te voren maak je een keuze: je laat de placenta door iemand brengen of je laat hem door mij ophalen. Aan de ophaalservice zitten kosten verbonden, brengen is natuurlijk gratis. Als je je placenta laat brengen, zorg dan dat je dit van te voren bespreekt met je partner, familielid of vriend(in). Als het op het laatste moment onverwacht toch niet lukt, dan kun je altijd contact met mij opnemen of ik hem alsnog op kan halen.

*Mijn adres is: Koegelwieckplantsoen 37, 2651 NL in Berkel en Rodenrijs!*

Zorg dat je de placenta bewaart in een goed afsluitbaar bakje (ongeveer 1 liter inhoud). Voor vervoer doe je hem in een koeltas of koelbox met minimaal 1 koелеlement. Als ik hem kom ophalen neem ik dit laatste zelf mee. De placenta moet binnen 48 uur bij mij zijn om op tijd te kunnen beginnen met verwerken. Neem na de geboorte zo snel mogelijk contact met mij op om hiervoor een afspraak te maken.

### **Hoe neem ik contact op met Milou als mijn baby geboren is?**

Laat mij zo snel mogelijk weten, uiterlijk binnen 24 uur, dat jullie kindje geboren is. We maken dan een afspraak zodat ik zo snel mogelijk kan starten met het verwerken van de placenta. Het liefst hoor ik het ook al eventjes als de bevalling is gestart.

Je kunt mij op de hoogte brengen door:

- Whatsapp: 06 41011344 (Dit heeft de voorkeur!)
- Bellen: 06 41011344
- Mail: [milou@lalouz.nl](mailto:milou@lalouz.nl)

## **Hoe kan ik mijn placenta het beste bewaren en vervoeren?**

### **Belangrijk: plaats je placenta binnen 4 uur na de geboorte in de koelkast!**

Laat de placenta na het doorknippen/doorbranden van de navelstreng zsm (in ieder geval binnen 4 uur!) in de koeling doen. Gebruik hiervoor een goed afsluitbaar bakje van minimaal een liter inhoud. Je kunt trouwens gewoon de tijd nemen om de navelstreng uit te laten kloppen. Ook in ziekenhuizen kun je de placenta in de meeste gevallen in de koelkast bewaren. In een zeldzaam geval kan dat niet, neem dan zo snel mogelijk contact met mij op om te kijken wat er dan mogelijk is.

Voor het vervoeren van de placenta gebruik je het liefst een koeltas met minimaal 1 koelelement. Als ik de placenta kom ophalen, dan neem ik dit zelf mee. Als je de placenta komt brengen, dan ontvang je deze spullen natuurlijk ook retour met je placenta producten.

### **Hoe lang neemt het bereidingsproces in beslag?**

Ik behandel elke placenta met de grootste aandacht, respect, zorg en hygiëne. Dat is de reden dat ik de preparatie graag in mijn eigen omgeving doe waar ik vertrouwd ben met de spullen die ik hiervoor gebruik en ervoor kan zorgen dat de werkplek volledig ontsmet is.

Er zijn 2 dagen voor nodig om het gehele proces af te ronden. Op dag 1 wordt de placenta uitgebreid schoongespoeld, waarna deze eventueel wordt gestoomd. Dan volgt het versnijden en te drogen leggen. De placenta droogt op 70° gedurende 8 tot 14 uur. Vervolgens wordt je placenta vermalen en gecapsuleerd. Meestal is het mogelijk met bereiden te beginnen op de geboortedag of de dag erna. In elk geval zijn de capsules gereed binnen 72 uur nadat de placenta bij mij is binnen gekomen.

Een tinctuur bereiden duurt ongeveer 6 weken. Alle vitale elementen van je placenta moeten door de vloeistof (alcohol) worden opgenomen. Daarna is de tinctuur klaar om opgehaald te worden. Ook het maken van een dromenvanger neemt meer tijd in beslag en ontvang je op een later moment van mij.

## **Wat kost het om mijn placenta te laten verwerken?**

De actuele tarieven voor de diverse placenta producten kun je vinden op mijn website: [www.lalouz.nl](http://www.lalouz.nl). Ook kun je daar informatie vinden over de kosten voor de ophaalservice.

Zwangerschapscursus Geboortekracht | Draagconsult  
Geboortepatronen | Placenta Verwerking



LA LOUZ  
Milou van Luijk  
Koegelwieckplantsoen 37  
2651 NL Berkel en Rodenrijs

[www.lalouz.nl](http://www.lalouz.nl)

[info@lalouz.nl](mailto:info@lalouz.nl)

[06 41011344](tel:0641011344)