1. Jakie są przewagi wiązanych chust nad nosidłami gotowymi?

Ja lubię myśleć o chuście, że jest najbardziej uniwersalnym rodzajem nosidła – dopasujemy ją do każdej sylwetki, na każdej osobie zaciągniemy odpowiednio mocno, żeby dać dziecku fizjologiczną, stabilną i bezpieczną pozycję, niezależnie od wieku. W tą samą chustę możemy zawiązać noworodka i przedszkolaka. Z odpowiednio dużej chusty zrobimy mnóstwo różnych wiązań. Nie trzeba zmieniać rozmiaru chusty jak dziecko rośnie. Można jej użyć również jako kocyk albo hamak, osłonę od słońca. Nosidła też są super – przez to, że są pozszywane, to trzymają formę nawet w sytuacjach, gdy dziecko mocno się rusza. Ale nosidełka polecam trochę już „odrośniętym” dzieciom. Dla noworodków i najmniejszych niemowląt polecam chusty tkane.

1. Czy 1 chusta może służyć kobiecie i mężczyźnie?

Tak. W ogromnej większości przypadków oboje rodziców może używać tej samej chusty. Przy czym rozmiar chusty dobieramy do rodzaju robionego wiązania i do rozmiaru swojej bluzki. Rozmiar dobieramy do większego rodzica i wiązania bardziej „chustożernego” – wówczas drobniejszy rodzic ma po prostu trochę dłuższe ogony za węzłem. Zawsze można je sobie gdzieś dodatkowo przewiązać, żeby nie przeszkadzały.

1. Czy chusta 5metrow będzie dobra na poczatek?

5 metrów sugeruje, że ma pani na myśli chustę elastyczną, bo tylko one występują dokładnie w takim rozmiarze. Chusty tkane mają rozmiary 3,6, 4,2, 4,6, 5,2 (i mniejsze i większe). Najbardziej popularny rozmiar chusty tkanej, pasujący na większość sylwetek to 4,6. Przy wyborze dobrze posiłkować się tabelami udostępnianymi przez producentów chust. W tabelach są uwzględnione rozmiar ubrań, płeć rodzica i rodzaj wykonywanego wiązania. Gdy mamy wątpliwość jaki wybrać rozmiar lepiej wziąć dłuższą, bo zawsze można ją skrócić jakby nam przeszkadzały ogony. Jak weźmiemy za krótką, to już niewiele jesteśmy w stanie z tym fantem zrobić. Ja gorąco polecam chusty tkane. Ale na taki sam-sam początek i elastyczna powinna dać radę, chociaż nie ściska dziecka tak mocno jak tkana.

1. Ile czasu można nosić dziecko w chuście? Noworodka a półroczne dziecko?

Nie ma sztywnych wytycznych. Jeśli dziecko jest w chuście w dobrej pozycji, to nosimy ile potrzebujemy, do zaspokojenia potrzeb swoich i dziecka, i z zachowaniem zdrowego rozsądku – dziecko do prawidłowego rozwoju ruchowego musi mieć możliwość swobodnie się poruszać, leżeć na brzuszku. Jeśli jest w złej pozycji, to nosimy krótko.

1. Jak z wpływem chust na kręgosłup dziecka?

Jeśli dziecko jest ułożone w chuście w prawidłowej pozycji zgięciowo-odwiedzeniowej, to kręgosłup nie podlega nadmiernym obciążeniom. Ta pozycja pozwala też na zachowanie prawidłowej aktywności mięśniowej u dziecka. Nie każde wiązanie chusty pozwala na utrzymanie tej pozycji. Niektóre wiązania z tego względu są polecane dla noworodków, a inne dla większych dzieci. Tutaj polecam rozmowę z doradcą noszenia, który ma wiedzę i doświadczenie i poleci co się sprawdzi w Waszym konkretnym przypadku.

1. Czy chusty są uniwersalne czy różnią się długością?

Tak jak napisałam w pytaniu 3 – chusty mają rozmiary. Poza tymi wiązanymi są jeszcze chusty kółkowe, które również można spotkać w różnych długościach.

1. Czy noworodka musze motać do chusty elastycznej czy może być bawełniana? Taka na której widnieje, ze jest od 3kg. Moja ma gram. chyba 320.

Nieee, chusta elastyczna wcale nie jest etapem w chustonoszeniu, można całkowicie ją pominąć. Ja osobiście polecam zaczynać od razu od chusty tkanej, bo lepiej trzyma, na dłużej wystarczy i dzięki temu mamy jeden wydatek mniej 😊 Przy czym chusta o gramaturze 320 GSM najprawdopodobniej będzie dość gruba. A to oznacza, że może być problem z tym, żeby ją zmieścić pod pupką małego noworodzia w niektórych wiązaniach. Trzeba wypróbować 😉

1. Kiedy możemy zacząć nosić dziecko w chuście, od razu po powrocie ze szpitala, czy należy odczekać jakiś czas?

Tutaj głównym wyznacznikiem jest samopoczucie mamy. Jeśli nie ma przeciwwskazań do noszenia dziecka na rękach, to można nosić w chuście. Dziecko w chuście w prawidłowej pozycji jest ułożone tak, jakby leżało na brzuszku, więc można nosić od pierwszych dni życia. Polecam ocenić swoje siły. Jeśli zdarza się, że kręci nam się w głowie, robi się słabo, to znak, że ciało potrzebuje jeszcze regeneracji. Nie bez powodu połóg ma swoją nazwę – warto w nim sobie poleżeć 😉 Jeśli czujemy się świetnie, to spokojnie można zaczynać przygodę z chustą.

1. Czy chustę warto kupić nową, czy używane mogą być już rozciągnięte?

Chusty elastyczne polecam nowe, bo one się mocno zużywają w trakcie noszenia. Chusty tkane mają dłuższą żywotność, więc spokojnie można szukać na rynku wtórnym. Mówi się, że chusty używane są łatwiejsze w dociąganiu, bo są już „złamane”, miękkie. Ogólnie rzecz biorąc tak, ale – są takie modele, są zrobione z takiej jakości włókien, że sztywne będą zawsze (mniej lub bardziej). Zwykle modele z serii basic u różnych producentów są produkowane tak, że po pierwszym praniu są już tak miękkie, że można je super dociągnąć.

1. Jaki splot chusty wybrać na czerwiec?

Jakąś odmianę splotu skośnego – skośno-krzyżowy, diamentowy, jodełkowy, serduszkowy, żakardowy itd. Tak naprawdę to nie splot ma największe znaczenie na ciepłe dni, a gramatura chusty i skład tkaniny. Gdyby to miała być chusta dla noworodka, to może się sprawdzić chusta o gramaturze ok. 200-230GSM. Dla większego, cięższego dziecka poleciłabym chustę trochę grubszą z domieszką lnu, tencelu, konopii, bambusa, jedwabiu, wełny itd.

1. Czy latem, w upały można bezpiecznie używać chusty? Dziecko może się przegrzać w chuście?

Można w lecie używać chusty, ale trzeba uważać właśnie, żeby się nie przegrzać. Ciało od ciała grzeje się nawet w warunkach domowych, do tego osłaniamy się jeszcze warstwą tkaniny z chusty (polecam przewiewne wiązania – kangur, chusta kółkowa). Gdy temperatura przekracza ok. 25 stopni, to nawet noszenie na rękach jest już uciążliwe, jesteśmy upoceni. Dlatego na spacery w chuście dobrze się wybierać wcześnie rano lub późnym popołudniem, a w ciągu dnia szukać cienia i chłodnych pomieszczeń. Te wskazówki nie różnią się znacznie od tego, jak poleca się spacerować z dzieckiem w wózku. Ogólnie nie wystawiamy dziecka na ostre słońce. Poza tym, nawet jeśli dziecko się nie przegrzeje, to może się odparzyć od nas, jeśli się mocno spociliśmy. Dlatego dobrze, żeby między ciałem dziecka i rodzica była zawsze warstwa materiału, w którą będzie wsiąkał pot.

1. Czy do nosidła, w czasie upałów, niezbędne są wkładki antypotowe?

Nie są niezbędne, ale zwiększają komfort noszenia. Tu dużo zależy od modelu noszenia jaki ma dana rodzina. Bo nawet jeśli prowadzi się aktywne życie, dużo się podróżuje przed pojawieniem się dziecka, to czasem trzeba swoje przyzwyczajenia podróżnicze trochę modyfikować, aby uwzględniać potrzeby dziecka. Jeśli dziecko chętnie bierze udział w naszych wyprawach i nie chcemy się w tym ograniczać, to warto w taką wkładkę zainwestować. Podobnie jak w dobre nosidło czy chustę. Prawda jest taka, że nie każdy w upały potrzebuje nosić dziecko, albo nie każde dziecko wymaga zawsze dużo noszenia. Nawet dziecku może być lepiej jeździć w wózku (o ile lubi ;p), bo ma przewiewniej. Jak ze wszystkim – wkładka nie jest obowiązkowa. Ale pomaga 😊

1. Na co zwrócić uwagę przy zakupie nosidełka? Lepiej nowe czy używane też może być?

Nosidło powinno mieć szeroki panel, podpierający dobrze uda dziecka. Na wysokość powinno sięgać do karku (osłaniać barki dziecka). Nosidło musi być rozmiarowo dopasowane do dziecka, o co łatwiej w modelach, które mają regulowaną wysokość i szerokość panelu. Ogólnie polecam mierzyć nosidełka przed zakupem, bo w tym temacie jest podobnie jak z butami – ten sam rozmiar może na jednej stopie być luźny, na drugiej cisnąć, a na trzeciej leżeć jak ulał. I to szczególnie polecam przymiarki jeśli dziecko jeszcze nie umie samodzielnie siadać. Spokojnie można korzystać z nosideł używanych, o ile nie mają żadnych uszkodzeń, dziur, naderwanej tkaniny, snujących się pasów, co przekłada się na bezpieczeństwo noszenia.

1. Jak układać rączki dziecka w nosidle?

A to zależy jak duże jest dziecko i co robi w nosidle :D Polecam te rączki układać tak, jakby dziecko leżało na brzuszku, czyli niech się oprze o naszą klatkę piersiową. To pozwoli mu dobrze ustabilizować obręcz barkową, panować dobrze nad głową i utrzymywać ciało w symetrycznym ułożeniu. Większe dzieci lubią te ręce wyciągać górą i bokami panelu – to jest ok, trudno czasem dziecko od tego powtrzymać. A i większe dziecko ma już na tyle rozwinięte umiejętności motoryczne, że jak będzie potrzebowało, to schowa rękę do środka i samo się oprze o nasze ciało. Jak dziecko zaśnie, to dobrze je ułożyć tak, jakby dziecko leżało na brzuchu. Czyli po bokach ciała, z dłoniami na wysokości ciumkania w buzi 😉

1. A co z dodatkowymi rzeczami na spacerach w chuście? Np. butelka, pielucha? Gdzie to nosić, żeby było wygodnie, kiedy jesteśmy same na spacerach? Czy wózek też musimy brać?

Spokojnie można sobie poradzić bez wózka. Gdy nosimy dziecko z przodu, to bez problemu założymy plecak na plecy. Gdy nasze spacery układają się tak, że przez część czasu dziecko jest na naszym brzuchu, a część na naszych plecach, to praktyczniejsza może być duża nerka, którą można mieć zawsze z przodu czy na biodrze. Tu się sprawdzą duże, pojemne modele, nieraz żartobliwie nazywane nie nerkami, a płucami 😉

1. Jaka dbać o chustę?

Prać w delikatnych środkach na delikatnych programach. Jeśli mamy chusty ze szlachetnymi domieszkami, jak wełna czy jedwab, może być konieczność prania ręcznego. Bawełniane chusty zwykle nie potrzebują jakiegoś specjalnego dopieszczania, część można nawet suszyć w suszarce bębnowej. Dlatego bawełna to jest to, co szczególnie polecam na sam początek noszenia, bo utrzymanie jej w czystości jest bezproblemowe.