

Monika

Jak znaleźć sprawdzonego doradcę w swoim mieście?

Doradców ze szkoły, którą ja reprezentuję można znaleźć na stronie www.clauwi.pl. Jest tam też informacja o poziomie zaawansowania, bo szkolenia są trzystopniowe (podstawowy, zaawansowany, certyfikat). Warto kierować się opiniami osób, które korzystały z usług danego doradcy.

Jadzia

chusta fajnie wygląda ale nie wiem czy bym umiała zawiązać

Wielu rodziców ma takie wątpliwości, czasem nawet boją się podjąć próbę. A chustę można zawiązać na wiele sposobów - są wiązania łatwiejsze, trudniejsze, szybkie i trwałe trochę dłużej. Rola doradcy polega na tym, żeby dobrać wiązanie do możliwości i potrzeb danej rodziny. Warto próbować :)

Monika

Chusta czy nosidło?

Zależy dla jakiego dziecka. Dla noworodków i najmniejszych niemowląt chusta. Dla większych dzieci, które są bardziej rozwinięte motorycznie, można sięgnąć po nosidełko. Można też obu tych narzędzi używać zamiennie w zależności od potrzeb.

Ela

na co zwrócić uwagę przy kupnie nosiła ? czy droższe są lepsze?

Nosidło musi mieć odpowiednie wymiary panelu, żeby pasowało na dziecko. Na rynku dostępne są dwa typy nosideł - takie, w których panel jest regulowany (są z reguły droższe), o takie, w których panel ma stałe wymiary (te są tańsze). Nosidła z regulowanym panelem wystarczą na dłużej, bo rosną wraz z dzieckiem. Nosidła nieregulowane mają rozmiary. Gdy dziecko wyrasta z jednego, trzeba kupić kolejne. W przypadku droższych nosideł możemy liczyć również na wysoką jakość zastosowanych tkanin, mocne klamry i taśmy. Znaczenie ma też marka.

Jednak zawsze przy wyborze nosidła należy szukać takiego, które ma miękki, szeroki panel, bez usztywnień na plecach dziecka (gąbka to też usztywnienie), które ma regulowane pasy naramienne i pas biodrowy oraz jest zrobione z nieelastycznej tkaniny.

Aleksandra

Nie nosiłam córki w chuście od urodzenia, ale chciałabym nosić ją w nosidle, gdy już będzie siedziała. Jakie nosidła są najlepsze?

Najlepsze nosidło, to dobrze dobrane nosidło. Poza tym, że ma dobrze podierać ciało dziecka, to powinno zapewnić wygodę użytkownikowi. Dlatego nosidło przed zakupem warto przymierzyć, bo jeszcze nie spotkałam modelu, który na wszystkich układa się równie dobrze. Nosidła mają fasony, jak ubrania czy buty - na każdej sylwetce mogą się ułożyć inaczej. Modele, które rodzice najczęściej wybierają w Centrum Noszenia to Kavka Multi Age, Lenny Lamb Lennyupgrade, Fidella Fusion 2.0, Storchenwiege Baby Carrier, Tula.

Monika

Do jakiego wieku można noś dziecko?

Dopóki dziecko da się noś, a rodzic udźwignie :) pierwsze półtora roku można nazwać czasem intensywnego noszenia. Potem nosidło czy chusta może się przydać na wycieczki i do usypiania. Przy dużym i ciężkim dziecku nasz kręgosłup szczególnie będzie nam wdzięczny

za nosidło, które dobrze rozłoży słodki ciężar na naszym ciele. Na rynku można znaleźć nosidła, które pozwolą nosić sporego przedszkolaka, nawet o rozmiarze ubrań 122.

Jadzia

do ilu kg nosić dziecko w chustce? i jak to wpływa na nasz kręgosłup

Chusta ma udźwig kilkudziesięciu kilogramów. A to jak nam będzie komfortowo znosić ciężar dziecka zależy w dużej mierze od tego, jakiego używamy wiązania. Najbardziej łaskawe dla kręgosłupa są wiązania kangurek i plecak prosty. Ale nawet te mniej komfortowe pozwolą nam na lepsze odciążenie kręgosłupa niż w przypadku noszenia dziecka na rękach.

Monika

Czy da się nosić w tandemie?

Da się. Wówczas trzymamy się zasady, że każde dziecko ma być zawiązane w osobną chustę. Najwygodniejszy wariant to jedno dziecko na brzuchu, a drugie na plecach.

Daria

Jak dobrać dobrze chustę rozmiar gramaturę materiał. Od czego to zależy

Rozmiar chusty zależy od gabarytów noszącego i rodzaju wiązania, które chcemy wykonywać. Gramatura i materiał to już głębszy temat ☺ Jeśli bierzemy pod uwagę bawełnę 100%, to przy lekkich maluszkach rozważałabym niższą gramaturę, do 260gsm. Dużym i ciężkim dzieciom poleciłabym ok. 300gsm.

Monika

Czy są jakieś przeciwwskazania do noszenia?

Jest ich naprawdę niewiele. Jeśli mama nie ma przeciwwskazań do noszenia dziecka na rękach, to może swobodnie nosić w chustce. A po stronie dziecka, poza poważnymi problemami zdrowotnymi, które uniemożliwiają zawiązanie chusty, najczęstszym przeciwwskazaniem jest silna asymetria ułożeniowa, która nie pozwala ułożyć maluszka w chustce symetrycznie. W każdej sytuacji warto zapytać doradcę noszenia czy chustonoszenie jest możliwe. Doradca we współpracy ze specjalistami, którzy mają Was pod opieką, wypracuje najbardziej optymalny sposób noszenia. Czasem chusta musi trochę poczekać, aż efekty rehabilitacji będą zadowalające.

Jadzia

czy tatusiowie też mogą nosić w chustce? czy nie będzie to obciach?

Oczywiście, że mogą! Jeżeli ktoś uważa zaangażowane rodzicielstwo za obciach, to na to nie mam rady. Chustonoszenie pomaga mężczyźnie budować więź z dzieckiem, a to procentuje w ich relacji na przyszłość :) Z roku na rok coraz więcej tatów dzwoni do mnie, żeby umówić się na szkolenie.

Bartek

jakie nosidło pani poleca dla taty na długie spacerzy?

Tak jak napisałam wyżej. Żeby noszenie było wygodne, to musi być dobrze dopasowane, a tu już trzeba by mierzyć. Z pewnością na długie noszenie sprawdzi model z pasem biodrowym, który przenosi znaczną część ciężaru dziecka na nasze biodra. No i polecam noszenie na plecach :)

Magdalena

czy można nosić w chustce zimą? jeśli tak to jak ubrać dziecko?

Domyślam się, że chodzi o noszenie na spacerach ;) ubieramy wtedy dziecko "jak po domu", ewentualnie dokładając jedną, nieśliską warstwę jeśli na zewnątrz jest naprawdę zimno. Na główkę zakładamy czapeczkę, na stopy drugie skarpetki, wiążemy w chustę i dopiero na chustę zakładamy kurtkę (np. ciążową, oversize, odzież dla dwojga). W chuście ciało dziecka i rodzica grzeją się wzajemnie, więc nie trzeba się ubierać bardzo ciepło. Z pewnością różnego rodzaju puchowe kombinezony się zdadzą egzaminu.

Monika

Jak wybrać chustę idealną?

Dla każdego ten ideał będzie inny :) początkującym rodzicom polecam chusty w różnokolorowe pasy, o niezbyt dużej gramaturze, bo takie są przyjazne do nauki. A rozmiar chusty i typ używanego wiązania może się zmieniać w zależności od sytuacji. Dla niektórych ideałem będzie chusta wełniana, dla tych co nie lubią prania ręcznego lepsza będzie bawełna. Jedna mama będzie chciała chustę jak najbardziej gładką, stonowaną, druga może sobie wymarzyć chustę w smoki. Więc pytanie brzmi - na czym ma polegać ten ideał, jakie konkretnie mamy oczekiwania?

Ela

do jakiego wieku można nosić dziecko w nosidle?

Tu nie wiek będzie wyznacznikiem, a raczej etap rozwoju motorycznego. Najczęściej poleca się czekać do momentu, aż dziecko nauczy się samodzielnie siadać. Niektóre robią to w szóstym miesiącu życia, niektóre w dziesiątym. Jeśli potrzebujemy nosidła wcześniej, to dobrze jest je dobrać pod okiem doradcy, żeby mieć pewność, że daje małemu ciałku odpowiednie podparcie.

Magdalena

jak wiązać dziecko zaraz po urodzeniu?

Dla noworodków szczególnie polecam wiązanie kangurek lub chustę kółkową. Oba te wiązania są dobre dla kobiety w połogu, ponieważ nie uciskają brzucha. Oczywiście wiązań dla noworodka jest więcej, ale od tych bym zaczęła :)

Monika

Czego nie wolno robić nosząc?

Nie skaczemy, nie biegamy, nie jeździmy na rowerze, nie wsiadamy z dzieckiem w chuście za kierownicę samochodu, jak gotujemy i z patelni pryska, to lepiej dziecko mieć na plecach lub w ogóle odłożyć. Należy zachować zdrowy rozsądek. Chusta uwalnia nam ręce, ale wciąż mamy na sobie małe dziecko ;) W chustę wiążemy po to, żeby chronić mały kręgosłup, więc unikamy czynności, które będą dzieckiem potrząsać. Należy też pamiętać, że chusta nie przykrywa głowy dziecka, więc jeśli mamy konieczność się pochylić, to trzeba tę główkę asekurować.

Anna

Od ilu i do ilu kg można nosić dziecko?

Górnej granicy nie ma. Dolna granica to 1,5kg. Dla dzieci z niską masą urodzeniową używa się specjalnych, węższych chust.

Monika

Czy jest jakiś maksymalny czas ile dziecko może spędzić czasu w chuście?

Dziecko samo trochę steruje tym czasem, bo co jakiś czas trzeba je wyciągnąć na karmienie czy przewijanie. Maluch potrafi się też upomnieć o ruch, prężąc się w chuście po dłuższym noszeniu. Dziecko w chuście może być noszone naprawdę długo, nie ma jakichś sztywnych

ram czasowych. Ale warto zachować zdrowy rozsądek i w dbałości o harmonijny rozwój układać malucha w różnych pozycjach. Dla rozwoju ruchowego szczególnie polecam układanie na brzuszku na twardym podłożu, np. na macie.

Magdalena

jakie pozycje przyjmować u niemowlaka?

Maluszek w chuście jest ułożony w pozycji zgięciowo-odwiedzeniowej.

Anna

Chusta czy jednak nosidło ergonomiczne?

Wszystko zależy od wieku dziecka, potrzeb i możliwości rodzica. Dla najmniejszych dzieci gorąco polecam chustę.

Magdalena

Słyszałam opinie że lepsze są chusty używane niż nowe ponieważ są już uformowane i wyrobione. Czy to prawda?

Nie wszystkie chusty wymagają tzw. łamania. Ogromna większość chust, szczególnie tych polecanych przez doradców, jest miękka już po pierwszym praniu.

Monika

jakiej firmy chustę wybrać?

Ja pracuję i polecam następujące marki: Little Frog, Everyslings, Luna Dream, Lenny Lamb, Storchenwiege.

Jadzia

z jakiego tworzywa najlepiej kupić chustę i czy jakość uszycia jest ważna

Bardzo uniwersalne są chusty bawełniane, ewentualnie z domieszkami lnu, bambusa, wełny, tencelu. Jakość szycia oczywiście jest ważna. Ale w chuście szycia jest niewiele, więc zwykle nie ma problemu ze szwami :)

Anna

Czy noszenie zaraz po cc to dobry pomysł?

Dużo zależy od tego jak goi się blizna i jak czuje się mama. Ogólnie czas połogu to czas na odpoczynek i regenerację, więc jeśli tylko dzidzius na to pozwoli to nie trzeba od razu nosić "na pełen zegar". Jeśli maluszek jest bardzo wymagający, mama dobrze się czuje, to można nosić w wiązaniu kangurek lub chuście kółkowej.

Monika

Czy można siadać z chustą?

Można :) Ale trzeba kontrolować co się dzieje z chustą gdy zmieniamy ułożenie swojego ciała.

Agnieszka

Czy dane wiązania są przeznaczone do wieku dziecka? Jaki rodzaj wiązania będzie najlepsze dla 6 miesięcznego dziecka? Cały czas noszę dziecko w „kieszonce”, i nie wiem czy powinnam zmienić rodzaj wiązania.

Jeśli jest Ci wygodnie, nie odczuwasz bólu kręgosłupa ani ze strony mięśni dna miednicy, to spokojnie kieszonka się nada nawet dla większego dziecka. Ja polecam większe dzieci nosić na plecach, w plecaku prostym - to zupełnie nowa jakość :) Ale nie jest to przymusem jeśli noszenie z przodu Wam wystarcza.

Anna

Czy są chusty na lato i na zimę?

Chusta generalnie ma służyć do noszenia, więc patrzymy przede wszystkim jak trzyma pozycję dziecka. Na lato mogę polecić bardziej przewiewne wiązania :) Na pewno nie jest tak, że zawsze na lato chusta cienka, a na zimę gruba. Dla lekkiego, małego dziecka chusta cienka będzie super na każdą porę roku. A dla ciężkiego, dużego bobasa cienka chusta może już dobrze nie trzymać pozycji. Można kombinować domieszkami do bawełny, np. lnem, który jest cienki i przewiewny, a równocześnie mocny. Albo wełną, bambusem lub tencel, które świetnie wspomagają termoregulację.

Ela

kiedy przejść z chusty na nosidło?

Kiedy poczujesz taką potrzebę :) Jeśli dziecko będzie jeszcze na wczesnym etapie rozwoju ruchowego, to polecam wybrać nosidło pod okiem doradcy

Jadzia

czy "uprana" chusta się nie zniekształci np powyciąga?

Jeśli będzie prana zgodnie przepisem prania z metki, to nie powinno się z nią nic stać.

Magdalena

Czy chustonoszenie można rozpocząć w każdym wieku dziecka?

Tak :) Co prawda łatwiej jest z maluszkami, które jeszcze się mało w chuście ruszają, ale można zacząć naukę nawet z rocznym dzieckiem.

Wiktoria

do którego miesiąca można nosić dziecko w chuście

Jeśli nie ma przeciwwskazań związanych ze stanem zdrowia, to można nosić od pierwszych dni życia, nawet dzieci przedwcześnie urodzone.

Katarzyna

Czy jeżeli mi jest zawsze ciepło to nosząc dziecko w chuście mogę je przegrzać?

Do noszenia w chuście trzeba się ubierać lżej, ponieważ ciało grzeje się od ciała, a chusta to dodatkowa warstwa, jakby dodatkowe ubranie.

Anna

Jak należy ubierać dziecko pod chustę? Czy to prawda że nie należy zakładać pajacyki?

Tak, żeby nie było Wam za gorąco :) W trakcie wiązania chusty nogawki od ubranka podciągają się trochę do góry. Więc jeśli używamy pajacyków, to trzeba kontrolować czy materiał nie zacznie cisnąć w paluszki u stóp. Jeśli robi się ciasno, to zmieniamy ubranko na większe, albo takie bez zakrytych stopek.

Jadzia

jak samemu umieścić dziecko w chuście na plecach?

Ostrożnie :D Polecam na początek wiązanie plecak prosty. Wbrew pozorom nie jest ono takie trudne. A jeśli się obawiasz próbować, to przy pierwszych próbach poproś kogoś aby Cię asekurował, albo umów się na spotkanie z doradcą noszenia.

Daria

Jak dbać o chustę?

Chusty bawełniane są bardzo łatwe w pielęgnacji - pierze się je jak bawełniane ubrania. Chusty z niektórymi domieszkami to już inna historia - pranie ręczne, delikatne wyżymanie. Dlatego początkującym polecam bawełnę 100% ;)

Radosław

kiedy można zacząć nosić dziecko w chustce?

Jeśli nie ma przeciwwskazań związanych ze stanem zdrowia, to można nosić od pierwszych dni życia, nawet dzieci przedwcześnie urodzone.

Anna

Czy można dobrać jedną chustkę dla obojga rodziców?

Tak. Natomiast jeśli między rodzicami jest duża różnica w gabarytach i planują robić różne wiązania, to czasem dobrym pomysłem jest kupić chustkę dla każdego osobno. Jeśli np. tata jest postawny i robi wiązanie kieszonka, to będzie potrzebował do niego chusty nawet 5,2m. A drobnej mamie, która uwielbia wiązać kangura spokojnie wystarczy 3,6m albo nawet czasem 3,2m. Wtedy te długie ogony z chusty 5,2 mogą się plątać i przeszkadzać. Jak rodzice rozważają szkolenie pod okiem doradcy, to radzę żeby nie kupowali chusty wcześniej. Na szkoleniu spróbują różnych wiązań i chust i będą już wiedzieli co dla nich będzie najlepszym wyborem.

Magdalena

Jak długo można nosić w chustce?

Tak jak już pisałam wyżej, nie ma sztywnych ram czasowych. Jeśli dziecko jest dobrze ułożone w chustce, to nosicie tyle ile potrzebujecie - z zachowaniem zdrowego rozsądku. Dziecko dla prawidłowego rozwoju ruchowego musi mieć możliwość swobodnego poruszania się.

Magdalena

dostałam nosidło ergonomiczne manduca, czy nogę nosić w nim siedniamiesięczne dziecko? Jeśli tylko jest dobre rozmiarowo, maluch ruchowo prawidłowo się rozwija i dobrze układa w nosidełku, to możecie zacząć używać. Manduca to bardzo fajne nosidełko :)

Anna

Czy przy wadach kręgosłupa można nosić?

Zależy jakie są zalecenia lekarzy. Jeśli nie zabraniają nosić dziecka na rękach, to w chustce też będzie można nosić. Warto dobrać wiązanie pod okiem doradcy, ponieważ niektóre obciążają kręgosłup bardziej niż inne.

Jadzia

czy zimą lepiej w chustce czy w nosidle? przecież jeszcze dochodzi ubranko

W chustce zdecydowanie nosimy dziecko pod swoją kurtką lub osłonką. Właśnie ze względu na to, żeby nie trzeba było zakładać zbyt wielu warstw na malucha. Na kurtkę lepiej sprawdzi się nosidło. Tym bardziej, jeśli mamy większe dziecko, które na spacerach lubi podreptać na własnych nóżkach, do czego musi być odpowiednio ubrane. Przy nosidle kombinezony nie stanowią dużego utrudnienia.