1. Jaką chustę najlepiej kupić na początek? Proszę o polecenie marek

Zdecydowanie polecam spróbowanie różnego rodzaju chust na konsultacji i sprawdzenie w którym najlepiej będzie Wam się pracowało.

Ale jeśli nie macie takiej możliwości to podsyłam kilka wskazówek dotyczących tego jakie są dane sploty i w jakich firmach można je znaleźć:

Na początek wybieram na przykład takie chusty, na których próbujemy wiązań z rodzicami np.:

* splot skośno- krzyżowy cienka, lekko śliska :

Lennylamb moja pierwsza, Kenhuru basic,

* sploty jodełkowy lub serduszkowy które są bardziej puchate:

Lennylamb, Every Slings,

* splot diamentowy, bardziej zwarty i szorstki:

Storchenwiege Leo i Luna Dream

1. Czy chusta tkana nada się również od początku chustonoszenia (można pominąć chustę elastyczną)?

Chusta tkana nada się od pierwszych dni życia maluszka a nawet jest idealnym narzędziem przy motaniu wcześniaków. Chusty elastyczne niestety przy cięższych dzieciach bardzo sprężynują i nie dają takiego komfortu przy noszeniu jak chusty tkane.

1. Czy są przeciwwskazania do chustonoszenia?

Bezwzględnych przeciwwskazań do noszenia jest tak naprawdę bardzo mało. U dzieci należą do nich wady wrodzone, konieczność ciągłego monitorowania lub wspomagania oddychania, poważne przypadki wzmożonego lub obniżonego napięcia mięśniowego. W pozostałych przypadkach jeśli występują przeciwwskazania, dotyczą raczej konkretnej pozycji, a nie noszenia jako ogółu.

U rodziców również mogą wystąpić przeciwwskazania- schorzenia w obrębie narządów ruchu, ograniczenia ruchomości w stawach barkowych, wady kręgosłupa, ogólne samopoczucie i/ lub szwy po cesarskim cięciu w czasie połogu, stany powypadkowe i przepukliny, ale tutaj również dotyczyć to może sposobu wiązania. Warto pamiętać że nosić w chuście mogą również osoby niepełnosprawne, kwestią jest tylko znalezienie dla nich najlepszego sposobu na noszenie.

Zatem w razie wątpliwości, warto skonsultować się z doświadczonym doradcą noszenia, który w porozumieniu z lekarzem prowadzącym lub fizjoterapeutą pomoże dobrać najodpowiedniejszy sposób wiązania.

Pamiętajcie, że noszenie w chuście rozkłada ciężar równomiernie i symetrycznie, często będąc lepszym rozwiązaniem niż noszenie dziecka rękach.

1. Czy wcześniaki mogą być noszone w chustach?

Tak, wcześniaki również możemy nosić w chustach, najczęściej po osiągnięciu wagi 2,5 kg i uzyskaniu zgody od lekarza możemy zaczynać przygodę z noszeniem. Ale trzeba pamiętać, że każdy wcześniak to indywidualny przypadek i tu już na milion procent polecałabym konsultacje z doradcą.

1. Czy istnieje możliwość, aby jedną chustę używała zarówno mama jak i tata? Różnica wzrostu 18 cm.

Oczywiście, że możemy dobrać jedną chustę dla dwojga rodziców ( macie wystarczająco dużo innych wydatków 😊). Wtedy należy się sugerować wymiarami tego większego z dwójki osobnika.

1. Gdzie można te chusty wypróbować - u doradcy czy w jakimś sklepie? Jestem z Poznania

W Poznaniu są cudowne doradczynie które prowadzą konsultacje indywidualne oraz sklep Przy Tobie o którym wspomniałam podczas webinaru. Warto poszukać takich miejsc w swoim mieście, bo w przeciwieństwie do sklepów marketowych zatrudniają wykwalifikowanych doradców.

1. Jakie wiązanie będzie najprostsze na początek?

Na początek polecam dwa wiązania : kangur lub kieszonka. Niektórzy twierdzą że kieszonka jest prostsza.

1. Czy poleca Pani nosidła firmy Kavka? Obawiam się czasu wiązania chusty.

Polecałabym spróbować wiązania chusty na początek, a jeśli nie będzie to satysfakcjonujące dopiero pomyślałabym o nosidle.

Nosidła Kavka w obu wersjach to bardzo fajne nosidła ergonomiczne często wybierane przez doradców i rodziców, ale również polecałabym sprawdzić w którym maluch najlepiej się ułoży i Wam rodzicom będzie wygodnie.

1. Czy problemy z kręgosłupem, skrzywienia itp. będą przeciwwskazaniem do chustonoszenia?

Najlepiej przy każdym schorzeniu dopytać swojego fizjoterapeutę i skonsultować się z doradcą noszenia. Tak jak wspominałam wyżej, noszenie w chuście rozkłada ciężar równomiernie i symetrycznie, często będąc lepszym rozwiązaniem niż noszenie dziecka rękach.

1. Czy nosidło hybrydowe będzie dobre dla noworodka?

Nosidła hybrydowe są często lepiej układającymi malucha nosidłami, więc często polecamy je przymierzać przy maluchach w pierwszej kolejności , ale również polecam jeśli jest taka możliwość przymierzyć więcej niż jeden rodzaj takich nosideł.

1. Chusta kółkowa czy lepsza tradycyjna?

Zdecydowanie polecam chustę długą -tradycyjną jako chustę pierwszego wyboru, a chustę kółkową jako dodatkową, którą nosimy na krótko w sporadycznych sytuacjach. Chusty długie symetrycznie i równomiernie rozkładają ciężar dziecka na noszącym a chusta kółkowa jest asymetryczna, obciąża jedno ramię noszącego i często dużo mocniej musimy pilnować w niej symetrycznego ułożenia dziecka.

1. Czy wzmożone napięcie u dziecka jest przeciwwskazaniem?

Niekoniecznie, każdy przypadek trzeba rozpatrywać indywidualnie. Do mnie trafiają maluchy z WNMM i niejednokrotnie w chuście bardzo fajnie „ odpuszczają” to napięcie. Chusta w zupełnie inny sposób dociska maluszka i często mniej bodźcuje niż trzymanie na rękach.

Warto skonsultować się z fizjoterapeutą, a po zawiązaniu w chuście z doradcą noszenia przesłać mu zdjęcia pokazujące jak maluch układa się w danym wiązaniu.

1. Ile czasu dziennie dziecko może przebywać w nosidle/chuście?

Czym, starsze dziecko tym czas spędzany w nosidle można wydłużać, dla dzieci nie siedzących jest to ok 15-20 min jednorazowo.

W chuście z powodu zupełnie innego ułożenia dziecka niż w nosidle ten czas przy w prawidłowo zamotanym wiązaniu może trwać nawet 2- 3 godziny.

Ale pamiętajcie że maluszki potrzebują różnorodności w rozwoju wiec nie możemy z tym noszeniem też przesadzać, musza pobawić się w leżeniu na brzuchu, plecach itp.

1. Jakie jest najlepsze nosidełko dla niemowlaka, abym mogła zabrać je do samolotu?

Do samolotu dla takiego naprawdę maluszka zdecydowanie poszłabym w chustę kółkową, co do nosidła to polecam przymierzyć i poszukać już takiego w którym dziecko się najlepiej ułoży, oraz które będzie służyło na dłużej.

1. A co z nosidełkami, które mają head support i są dedykowane już od pierwszych dni?

Nie ma nosidła na rynku które będzie dedykowane dla noworodka i da mu taką pozycje jak chusta.

Jako doradca najwcześniej polecam myśleć o nosidle dopiero gdy maluch siedzi optymalnie przekręca się z brzuszka na plecy i odwrotnie.

Jeśli jednak maluch wymaga ciągłego noszenia a chusta nie spełni waszych oczekiwań, polecam udać się do sklepu z nosidełkami gdzie będziecie mogli przymierzyć kilka- kilkanaście rodzajów i firm a pod okiem doradcy wybrać takie nosidło, w którym najlepiej zadbacie o pozycje waszego dziecka, zwarcajac również uwagę jak podtrzymana jest główka przez różnego rodzaju kapturki itp.

1. Gdzieś usłyszałam, że dzieci nie lubią mieć luzem nóg (puszczonych w dół) przy noszeniu. Jest w tym jakaś prawda?

Hmm, nie wiem czy dobrze zrozumiałam ale ani w chuście ani w dobrze dopasowanym nosidle nóżki dzieci „ nie dyndają” 😉

W chuście poły przebiegają na udach dziecka oraz pod pupą podpierając guzy kulszowe co powoduje że dzieci nie zapadają się w niej.

W nosidle maluch powinien mieć panel pod pupą rozłożony na szerokość uda czyli od kolana do kolana, ale tak by swobodnie mógł zginać kolanka.

Tylko w nieergonomicznych „wisiadłach”, za małym lub niewyregulowanym nosidle istnieje możliwość wiszących nóżek.