

Dominika Kanarkiewicz

Certyfikowany Doradca Noszenia w Chustach i Nosidłach Miękkich, prezes Fundacji Opieki Okołoporodowej, Dyrektor HAPPYMED. Od 2012 roku związana ze światem okołoporodowym, oddając się z pasją wspieraniu pacjentek w trakcie ciąży i po porodzie. Wiedza anatomiczna wyniesiona ze studiów i licznie przebytych kursów pozwala jej zadbać o zdrowie kobiet oraz noworodków ucząc prawidłowego chustonoszenia czy prowadząc zajęcia gimnastyczne dla ciężarnych. W placówkach HAPPYMED służy swoją wiedzą, uczy znajomości ciała, przygotowuje do porodu i dba o doskonałą formę mam już od pierwszych dni ciąży. Zarówno pacjentki, jak i osoby zainteresowane chustonoszeniem skupia wokół regularnych spotkań oraz grup w mediach społecznościowych.

Konsultacje online i stacjonarne:

- Konin i okolice
- Poznań i okolice

Zapraszam do kontaktu:

<https://www.facebook.com/doradcanoszeniadominikakanarkiewicz>

e-mail: dominika.kanarkiewicz@gmail.com

tel. 601-260-976

Centrum Laktacyjne HAPPYMED,
Galeria MM, ul. Święty Marcin 24, Poznań, Poziom 0
Tel. 884 666 887
www.happy-med.pl

Sklep HAPPYMED (stacjonarnie Galeria MM, sklep internetowy www.happy-med.pl)
Tylko wyselekcjonowane i polecane przez specjalistów produkty niezbędne na czas ciąży, porodu i opieki nad dzieckiem (Laktatory, Akcesoria laktacyjne, Poduszki do karmienia, Wkładki laktacyjne, Akcesoria niemowlęce, Suplementy, Kosmetyki, Książki, Eko Produkty, Bielizna dla kobiet w ciąży i karmiących).

Centrum Laktacyjne HAPPYMED- Najlepsza pomoc laktacyjna i okołoporodowa w Poznaniu

Najlepsi specjaliści w jednym miejscu: Konsultanci i doradcy laktacyjni (IBCLC, CDL), położne, fizjoterapeuci, osteopaci, neurologopedzi, doradcy noszenia oraz
Bezbolesne usuwanie owłosienia laserem Motus AX.

MACIERZYŃSTWO NIGDY NIE BYŁO ŁATWIEJSZE.

Kornelia

jaka chusta na początek?

Warto zwrócić uwagę **na kilka kwestii. Przede wszystkim na rodzaj tkaniny, splot, gramaturę oraz długość chusty.**

Moja rekomendacja na początek to chusta:

- utkana splotem skośno-krzyżowym, jodełkowym lub serduszkowym,
- 100% bawełniana lub z domieszką bambusa
- gładka lub w pasy, z krawędziami w innym kolorze,
- o gramaturze 200-250 g/m²,
- zakupiona u producenta, czyli nowa.

Chustę jak najbardziej można kupić jeszcze przed porodem, dobierając ją również do osób noszących (długość standardowo 4,6m).

Anna

Do którego wieku możemy nosić w chuście?

Nie ma ram czasowych, w które powinniśmy się wpisać. Najłatwiej można powiedzieć, że powinna być to wspólna decyzja osoby noszącej i dziecka noszonego. Najbardziej intensywny czas noszenia dziecka, to okres do pierwszego roku życia dziecka. Z czasem noszenia jest mniej, przez sporadyczne noszenie, do wykorzystywania chusty czy nosidła tylko na długich wędrówkach, aż do momentu kiedy dziecko nie będzie potrzebowało takiego wsparcia. W tej kwestii należy również wziąć pod uwagę możliwości fizyczne osoby noszącej.

Anna

Czy pierwsza chustę należy uprać przez zamotaniem?

Warto przed pierwszym wiązaniem taka chustę wyprać w środkach piorących, których używamy do prania ubranek dziecka...Proszę pamiętać, że nie należy używać środków zmiękczających (płyny tego typu „oblepiają” włókna i mogą powodować że wiązanie moge rozluźniać się podczas noszenia). Oczywiście pielęgnując chustę trzymamy się zaleceń producenta chusty (metka).

Paulina

Czy jest jakaś książka którą możesz polecić w tym temacie - rodzicielstwa bliskości?



Bardzo polecam przejrzanie pozycji książkowych wydawnictwa MAMANIA- znajdziecie tam wiele naprawdę świetnych książek w temacie rodzicielstwa. „Księga Rodzicielstwa Bliskości” Williama i Marthy Sears oraz „Dziecko z bliska” Agnieszki Stein to pozycje, które ja lubię najbardziej. Aby dobrze zrozumieć potrzebę bliskości, warto przeczytać także „Więź daje siłę” Evelin Kirkilionis.

Anna

Jakie splot chusty jest najlepszy dla noworodka?

Splot, który dobrze sprawdzi się dla noworodka to skośno-krzyżowy, jodełkowy lub serduszkowy, ale tak jak pisałam wyżej należy wziąć pod uwagę gramaturę i domieszki.

Natalia

jak przekonać partnera aby On nosił chustę ?

Każdy z nas może potrzebować innej motywacji 😊 Warto podpytać partnera co go ewentualnie stopuje? Być może strach, że zrobi krzywdę dziecku? Dlatego dobrym rozwiązaniem, będzie konsultacja z doradcą noszenia, który rozwieje wszystkie Jego (Wasze) wątpliwości oraz pozwoli nauczyć się prawidłowego noszenia. Można również odwołać się do literatury, polecam książkę Evelin Kirkilionis „Dobrze Nosić”.

Anna

Czy dziecko ważące 2.5kg możemy motać?

Jak najbardziej tak, oczywiście jeśli nie ma przeciwwskazań. Warto wtedy wykorzystać chustę specjalnie dedykowaną dla dzieci z niską masą urodzeniową.

Anna

czy noszenie w chuscie dziecka też obciąża barki? pytam bo próbowałam nosić w nosidle ale nie dałam rady, moje dziecko jest dość duże i ciężkie i po 10-15 min już odczuwałam ból w barkach? w chuscie nie próbowałam nosić

W dobrze dobranym nosidle powinniśmy nosić komfortowo... Oczywiście jest ciężar ciała dziecka będzie miał znaczenie, ale często rodzice niepoprawnie zakładają nosidło, co może prowadzić do dyskomfortu podczas noszenia. Może tu mieć znaczenie też jakość nosidła a zwłaszcza wypełnienia pasów ramiennych w nosidle. Przy noszeniu cięższego dziecka należy wybrać chustę o wyższej gramaturze. Może okazać się, że chusta będzie dla Was lepszym i bardziej komfortowym rozwiązaniem. Warto spróbować 😊 Dodam, że lepsza ergonomiczność noszenia jest kiedy dziecko znajduje się na plecach osoby noszącej.

Paulina

Nosidełko vs chusta - działanie jest podobne, czy jednak chusta lepsza?

Na początek chusta będzie najlepszym rozwiązaniem, zwłaszcza dla maleńkich dzieci... Kiedy dziecko samodzielnie będzie siedzieć możemy rozpocząć naszą przygodę z nosidłem. Nie potrafię odpowiedzieć co lepsze... dla każdego inne rozwiązanie będzie odpowiednie... Zadaniem doradcy jest pokazanie różnych rozwiązań dla rodziców... Jestem przekonana, że dla każdego chcącego nosić rodzica jesteśmy w stanie znaleźć odpowiednie wiązanie czy nosidło, a wachlarz możliwości jest dziś ogromny.

Patrycja

z jakich materiałów powinna być chusta ?

Ja na początek polecam chusty 100% bawełniane. Można również wybrać chusty z domieszkami. W zależności od naszych umiejętności wiązania oraz pory roku wybieramy różne domieszki, np. latem świetnie sprawdzi się chusta lniana lub z dodatkiem lnu czy konopii, a zimą np. z domieszką ciepłego kaszmiru. Ceny takich chust są dość wysokie i mogą wystraszyć, ale spokojnie.... chusta bawełniana sprawdzi się i latem i zimą 😊

Paulina

Chusta to fajna sprawa - trzeba tylko poćwiczyć wiązania pod kątem sprawdzonej osoby 😊

Tak to prawda. Naprawdę warto skorzystać z pomocy doradcy noszenia, który nie tylko nauczy prawidłowego noszenia, ale także wesprze emocjonalnie.

Anna

Czy nosząc w chuście nie przyzwyczajamy dziecka do noszenia? Rodzina mowu5nie nos bo przyzwyczaisz

😊 Uwielbiam kiedy ktoś tak mówi 😊 Przekornie odpowiadam wtedy czy : Widziałaś Ciciu (babciu, czy ktokolwiek inny) aby ktoś kiedyś nosił zdrowe 18 letnie dziecko? Także nie da się przyzwyczaić do noszenia. Tak jak wspomniałam wcześniej najintensywniejszy czas noszenia jest w pierwszym roku życia. Kiedy dziecko zaczyna chodzić, chce zająć się „zdobywaniem świata” 😊 oczywiście nadal będzie potrzebowało bliskości, ale z czasem wystarczy buziak i przytulas 😊

Alicja

Jakie nosidło pani poleca dla dziecka 9. miesięcznego (tyle co zaczęło siedzieć)?

Ja polecam nosidła z materiałów chustowych, najlepiej kiedy panel jest regulowany, aby nosidło było wykorzystane jak najdłużej. Dziś naprawdę jest z czego wybierać

😊 Nie chciałabym podawać tutaj konkretnej firmy, gdyż każdemu może odpowiadać inne.. Oczywiście mam ulubione nosidła, na których uwielbiam pracować, można do mnie napisać na fb

<https://www.facebook.com/doradcanoszeniadominikakanarkiewicz>

Anna

Ile czasu dziecko może przebywać w chuście?

Co prawda nie ma wyznaczonych ram czasowych, ale co dwie godziny należy dać dziecku czas na „rozruszanie kości”. Dziecko z pewnością da znać, że należy zrobić przerwę...

Anna

Czy to prawda że chustonoszenie pomaga w

Niedokończone pytanie? Ale i tak postaram się odpowiedzieć 😊

Chustonoszenie pomaga w życiu codziennym, jest to świetny sposób na wolne rece i nieprzeciążony kręgosłup, pomaga łagodzić dolegliwości brzuszkowe dziecka, pomaga w nawiązaniu dobrej relacji emocjonalnej z dzieckiem, pomaga nam żyć aktywnie. Jest bardzo wiele zalet chustonoszenia.

Anna

Czym kierować się przy doborze pierwszej chusty?

J.w.

Warto zwrócić uwagę **na kilka kwestii. Przede wszystkim na rodzaj tkaniny, splot, gramaturę oraz długość chusty.**

Moja rekomendacja na początek to chusta:

- utkana splotem skośno-krzyżowym, jodełkowym lub serduszkowym,
- 100% bawełniana lub z domieszką bambusa
- gładka lub w pasy, z krawędziami w innym kolorze,
- o gramaturze 200-250 g/m²,
- zakupiona u producenta, czyli nowa.

Chustę jak najbardziej można kupić jeszcze przed porodem, dobierając ją również do osób noszących (długość standardowo 4,6m).

Magdalena

od kiedy możemy nosić w chuście?

Dziecko w chuście można nosić od urodzenia.

Paulina

czy żeby wiązać dziecko na plecach potrzebna jest druga osoba do asekuracji malucha?

Kiedy uczymy się noszenia na plecach warto skorzystać z asekuracji. Kiedy dobrze opanujemy pracę z dzieckiem i chustą spokojnie radzimy sobie samodzielnie.

KLAUDIA

Jaki rodzaj chusty dla noworodka?

Moja rekomendacja dla noworodka to chusta:

- utkana splotem skośno-krzyżowym, jodełkowym lub serduszkowym,
- 100% bawełniana lub z domieszką bambusa
- gładka lub w pasy, z krawędziami w innym kolorze,
- o gramaturze 200-250 g/m².

Monika

Czy warto nauczyć się wiązać chustę przed porodem, czy dopiero po urodzeniu z własnym dzieckiem?

Według mnie najlepszy czas nauki chustonoszenia to czas po porodzie, aby w obecności doradcy noszenia spróbować już wiązania z dzieckiem.

Kiedy mama jest tuż po porodzie najlepiej, aby nosił tata dziecka, a mama w połogu powinna odpoczywać... Jeśli mama chce rozpocząć chustonoszenie jeszcze przed zakończeniem połogu warto byłoby wybrać się na wizytę do fizjoterapeuty uroginekologicznego na ocenę mięśni dna miednicy. Oczywiście są sytuacje różne i do każdej mamy podchodzę indywidualnie, dlatego na początek przeprowadzam dokładny wywiad, który pozwoli mi na dobór odpowiedniego wiązania dla mamy. Najlepszy czas na naukę chustonoszenia dla mamy to czas po połogu, natomiast dla taty dziecka najlepszym czasem, będzie to czas tuż po porodzie.

Alicja

Czy da się znaleźć dobrą chustę uniwersalną dla mamy 1,60 m i taty 2,00 m? (aby nie kupować dwóch)

Najbardziej uniwersalną długością w tym przypadku dla mamy i taty będzie chusta 4,6m. Jesteśmy w stanie do obu rodziców wybrać odpowiednie wiązanie do długości chusty. Dodatkowo należy zwrócić uwagę na gramaturę i splot chusty, np. splot jodełkowy.

W razie pytań zapraszam do kontaktu przez fb:

<https://www.facebook.com/doradcanoszeniadominikakanarkiewicz>

e-mail: dominika.kanarkiewicz@gmail.com

tel. 601-260-976