

1. Od razu pierwsze pytanie, czy nosidło czy chusta i czy kupić w ciąży czy po porodzie?

Z zakupem najlepiej poczekać dopiero po porodzie. Sam przebieg porodu również ma wpływ na to jak będziemy mogli nosić. A to co wybrać to już kwestia indywidualna, jednak zachęcam najpierw próbować z chustą. A jeśli nie czujesz się pewnie to skorzystać z usług doradcy noszenia.

2. A jak to jest z chustami elastycznymi? Od jakiego mca nosić w takiej chuście?

Można od urodzenia. Chusta elastyczna jednak starcza na krótko, do około 6-7 kg dziecka. Później zaczyna sprężynować i trudno nam uzyskać prawidłową pozycję dziecka.

3. Czy jest jakaś granica wieku do której można nosić dziecko?

Nie ma. Tak naprawdę dopóki dziecko na to pozwala i nie przekracza wymiarów i wagi podanej na chuście/nosidle. Najważniejsze to dobrze dobrać nosidło lub chustę. Dla starszaków fajnie sprawdzą się chusty o gramaturze powyżej 340 g i nosidła preschool/toddler.

4. A jak z noszeniem bliźniaków? Czy te nosidła podwójne są ok?

Są okej, jednak w tej kwestii warto skonsultować się z doradcą. Ewentualnie jedno nosić z przodu a drugie na plecach.

5. Lepiej nosić dziecko na plecach czy przodem do mamy?

Zachęcam aby zacząć nosić przodem do mamy, o ile sytuacja na to pozwala. W chuście można nosić na plecach od urodzenia, natomiast w nosidle dzieci, które już siadają samodzielnie. Dodatkowo dziecko musi być emocjonalnie gotowe na noszenie z tyłu.

6. Czy nosidło dopasowujemy do dziecka czy do rodzica?

Tak naprawdę do dziecka i do rodzica. Po pierwsze sprawdzamy czy dziecko układa się prawidłowo w nosidle, a potem czy rodzicowi w danym nosidle jest wygodnie. Modele różnią się od siebie i czasem niewielkie różnice mają wpływ na ogólny komfort noszenia. Zachęcam do zmierzenia kilku modeli, dla porównania.

7. Czy przy asymetrii można nosić dziecko w chuście, nosidle?

Można, jeśli fizjoterapeuta wyrazi zgodę. Warto wtedy pokazać fizjo jak dziecko układa się w chuście lub nosidle. Najczęściej wybiera się wtedy chustę tkaną i dopiero wiązanie tak, aby ryzyko zmiany pozycji było jak najmniejsze.

8. A czy dziecko ze zdiagnozowanym SMA można nosić w chuście?

Tutaj uzgodniłabym tę kwestię razem z lekarzem prowadzącym.

9. Czy z noszeniem dziecka w chuście należy poczekać do zakończenia porodu?

To zależy. Jeśli stan kobiety po porodzie pozwala na noszenie to nie trzeba czekać, ale zachęcam, żeby nie spieszyć się zbyt bardzo. Połóg to bardzo indywidualna kwestia plus każdy noworodek będzie miał inne potrzeby. Musimy przeanalizować sytuację i dopasować rodzaj noszenia.

10. W jaki sposób noszenie dziecka wspomaga laktację?

Każdy bliski kontakt z dzieckiem, jego zapach, bliskość wspomaga wydzielanie oksytocyny. Hormonu, który pomaga w produkcji mleka.

11. Co to znaczy, żeby nosić z umiarem? Ile mniej więcej godzin w ciągu dnia?

Zazwyczaj mówimy o noszeniu ciągiem około 1h godziny. Musimy zadbać o to aby dziecko miało czas na aktywne działanie np. leżenie na brzuchu, co jest bardzo ważne w jego rozwoju. Potrzebuje różnorodnych pozycji i powierzchni. Gdy dziecko pozwala się odłożyć na matę, do wózka itp. to z tego korzystamy. Natomiast gdy pojawiają się takie dni, że dziecko domaga się nie noszenia to nie patrzmy wtedy na zegarek. Lepiej nosić w chuście, nosidle niż zbyt długo na rękach.

12. A jak ubrać dziecko do chusty na zimowy spacer?

Tak jak siebie w domu. Na chustę lub nosidła dokładamy warstwy czyli np. kurtkę dla dwojga lub kurtkę, która pozwoli Wam się zapiąć. Dla dziecka fajnie sprawdzą się niechodki, kominiarka. Warstwa pod chustą/nosidłem nie powinna być zbyt gruba. Trudniej nam jest ułożyć dziecko prawidłowo, ciężko jest dociągnąć chustę i istnieje ryzyko, że będzie za ciepło. Pamiętajmy, że lepiej trochę zmarznąć niż się przegrzać.

Przygotowała Natalia Fuławka
Doradca Noszenia ClauWI