

Beata

Jak prawidłowo zawiązać taką chustę przy noworodku?

Najlepiej z pomocą doradcy noszenia lub dobrą instrukcją wiązania.

Ważne przy wiązaniu jest dobre dociągnięcie chusty, co przekłada się na prawidłową pozycję dziecka oraz rodzica noszącego. Ponadto trzeba dobrać wiązanie do tej pary rodzic-dziecko, do wieku i etapu rozwojowego maluszka.

Dla noworodków najczęściej polecam kangurka lub kieszonkę.

Anna

Czy chustę przed pierwszym użyciem trzeba uprać?

W większości – tak. Niektóre firmy produkują chusty gotowe do użycia. Ja polecam jednak zawsze na początek wyprać chustę. Włókna w chustach muszą się odpowiednio poukładać.

Wtedy pozbywamy się też ewentualnych „brudów” poprodukcyjnych czy zapachów, które będą obce i czasem mogą być drażniące dla dziecka. Pamiętajmy, aby nie używać płynów zmięczających do płukania, a tylko płyny lub proszki do prania. Zachęcam aby to były te same, które używamy do prania odzieży dla dzieci – jeśli używamy specjalnych płynów.

Ja w ogóle mam manię prania nowych rzeczy, więc nie używam niepranych 😊 zwłaszcza do dzieci 😊

Anna

Czy masażu można nauczyć się samemu?

Masowanie i kontakt poprzez dotyk jest niejako intuicyjny. Rodzice często sami z siebie masują maluszki. Można znaleźć różne instrukcje masowania dzieci, natomiast warto też wiedzieć co i dlaczego robimy, jakie są przeciwwskazania, jak modyfikować masaż w zależności od potrzeb dziecka.

Podczas moich sesji masażu Shantala przekazuję Rodzicom wiedzę z zakresu przyjaznej pielęgnacji, która wspiera rozwój psychomotoryczny dziecka. Uczę, jak nosić i podnosić maluszki, aby dawać dzieciom prawidłowe wzorce do kolejnych etapów rozwoju. Nauka masażu to nie tylko sam masaż, ale sporo pobocznych informacji i wiedzy.

Katarzyna

od kiedy można zacząć chustonoszenie?

Tak jak wspominałam, teoretycznie od urodzenia. Praktycznie – gdy mama dojdzie do siebie po porodzie. Najczęściej zachęcam, aby dać sobie 3-4 tygodnie na poznanie się z dzieckiem, nauczenie się siebie wzajemnie. Dać dziecku czas na aklimatyzację w nowym świecie i otoczeniu.

Generalnie uważam, że pierwsze tygodnie maluszek powinien spędzić w gronie najbliższych tylko osób, a rodzice powinni odnaleźć się w nowej rzeczywistości na własnych warunkach, bez niepotrzebnego udziału osób trzecich.

Weronika

Mój bobas przy chuscie strasznie płakało. Teraz 7 msc przyzwyczajamy do nosidełka- ale również każda próba to płacz. Robimy coś złe?

Powodów może być wiele. Bez obejrzenia jak wygląda maluch w chuście czy nosidle, nie jestem w stanie odpowiedzieć na takie pytanie. Nie każde dziecko lubi tę formę bliskości i kontaktu. Może to wynikać zarówno z charakteru, jak i np. ewentualnych problemów z napięciem mięśniowym czy nadwrażliwością dotykową. Może mu być za ciepło, niewygodnie, niepewnie (bo np. chusta jest źle dociągnięta albo nosidło jest niedopasowane do pary rodzic-dziecko). Warto skontaktować się z doradcą, który podpowie, w którą stronę iść i szukać lepszych rozwiązań.

Generalnie uważam, że poza wizytami u pediatry, obowiązkowa powinna być wizyta u fizjoterapeuty dziecięcego, który potwierdzi lub wykluczy, a na pewno uspokoi nasze domysły. Czasem modyfikacja sposobu noszenia dziecka może dać efekty w postaci spokojnego snu dziecka.

Martyna

Od kiedy można najwcześniej zacząć używać nosidła ergonomicznego?

To bardzo indywidualna sprawa, nie ma sztywnego kryterium „od kiedy”. Wiele zależy od wieku, etapu rozwojowego malucha (czyli co potrafi), ale także od potrzeb rodzica.

Zapraszam do siebie na konsultacje nosidłowe z doбором nosidła. Jednocześnie zachęcam też do wypożyczenia nosidła, posiadam wypożyczalnię z której wielu rodziców korzysta, jeśli nie na co dzień to np. na wyjazdy w góry czy nad morze.

Agnieszka i Katarzyna zapytały o noszenie w chustce dzieci ze wzmożonym napięciem mięśniowym oraz czy są przeciwwskazania do noszenia (asymetria, obniżone lub wzmożone napięcie itp.)

Przy zaburzeniach napięcia wymagany jest dobór wiązania do potrzeb dziecka, a to wymaga indywidualnego sprawdzenia w praktyce. Zazwyczaj wiązaniem, które się sprawdza w takich przypadkach jest 2x, ale trzeba w tym wiązaniu zwrócić szczególną uwagę na pozycję malucha – zwłaszcza takiego mniejszego. Zdarzało mi się, że udało się zawiązać dziecko napięciowe w kieszonkę i dopóki było aktywne, był problem z uzyskaniem pozycji odpowiedniej, natomiast gdy poczuło się bezpiecznie w wiązaniu i zasnęło, pozycja malucha i komfort rodzica były idealne.

Generalnie nie ma przeciwwskazań do chusto noszenia dla dzieci zdrowych, a wszystkie odstępstwa od fizjologii wymagają zgody specjalisty prowadzącego. Warto skontaktować doradcę ze specjalistą (np. fizjoterapeutą), który ma wątpliwości co do chusty - w celu ich rozwiania. Niestety często niechęć niektórych specjalistów do chusto noszenia wynika z nieznajomości tematu, a po wspólnym rozpatrzeniu potrzeb pacjenta i możliwości chusty udaje się znaleźć kompromis. Jako doradca jestem otwarta na takie spotkania.

Magdalena

czy popularna tula jest dobrą alternatywą dla chusty?

Tula ma różne nosidła. Jako alternatywa dla noworodka – nie. Dla niemowlaka powiedzmy 4mc+ – ewentualnie Tula Free To Grow, bo jest regulowana. Ale dobór nosideł dla takich maluszków to bardzo indywidualna sprawa i zalecam porównanie nosideł u doradcy, dobór odpowiedniego dla Was i dopasowanie do dziecka.

Swoją drogą jestem patriotką jeśli chodzi o marki chust i nosideł i zdecydowanie polecam rozejrzeć się na polskim rynku, gdzie jest cała masa różnych, niekiedy dużo lepszych nosideł niż wspomniane w pytaniu.

Paulina

Czy chustonoszenie nie obciąża kręgosłupa?

Noszenie dziecka w chustce – prawidłowo zawiązanej – odciąża kręgosłup i uwalnia ręce. Proszę przyglądnąć się swojej pozycji, gdy ma Pani dziecko na rękach. Zazwyczaj jest to wykrzywiony, odchylony kręgosłup do tyłu, biodra i miednica wypięte do przodu. To sprawia, że mamy obciążony kręgosłup. Natomiast chusta pozwala nam kontrolować naszą pozycję ciała.

Najczęstszym powodem bólu pleców rodzica podczas noszenia jest słabo dociągnięta chusta (luzy powodują zmianę pozycji dziecka, a my to kompensujemy własnym wygięciem ciała i w konsekwencji bólem), źle dobrane wiązanie (przy powiedzmy 10kg Szczęścia, lepiej nosić dziecko na plecach niż na brzuchu ☺) lub jakieś dysfunkcje kręgosłupa rodzica.

Katarzyna

czy w najbliższym czasie odbędą się zajęcia na żywo z chusotnoszenia?

Indywidualne spotkania prowadzę cały czas, na tyle, na ile zdrowie pozwala ☺ Polecam także formę nauki Online.

Natomiast grupowe spotkania póki co zawiesiłam ze względu na bezpieczeństwo uczestników.

Sandra

dzień dobry proszę powiedzieć od kiedy można wprowadzić masaż dla bobasa?

Masaż Shantala możemy wprowadzać po 6 tygodniu życia dziecka.

Marta

czy można nauczyć się wiązania chusty poprawnie przez internet?

Na pewno można w Internecie znaleźć zarówno wartościowe instrukcje, jak i totalnie nieprawidłowe. Dlatego warto rozeznaczyć temat, zanim zaczniemy uczyć się wiązania z błędami.

Sama tak zaczęłam. Znalazłam jakiś film na youtube. Po miesiącu uczyłam się u doradcy. Okazało się, że robię sporo błędów, które powodowały dyskomfort noszenia, złą pozycję moją i dziecka. Miałam masę luzów, których nie umiałam dociągnąć. Było mi bardzo ciężko pozbyć się złych nawyków.

Można nauczyć się przez Internet. Można też uczyć się z doradcą Online.

Ja zachęcam oczywiście do nauki pod okiem doradcy, bo wiem jak bardzo mi to pomogło ☺ poza tym, po konsultacji pozostajemy w kontakcie przez długi czas. Jestem do dyspozycji, pomagam korygować wiązanie na podstawie filmików i zdjęć które dostaję od rodziców.

.....

Dodatkowo jeszcze chciałam poruszyć temat zakupu pierwszej chusty. Nie musicie się z tym spieszyć i mieć chustę przed konsultacjami. Doradcy najczęściej zapewniają chusty i lalki specjalne do nauki. Warto też dobrać na konsultacji rozmiar chusty, dopasować jej gramaturę i skład do Waszych potrzeb. Często doradca ma ze sobą różne chusty lub wzorniki, a także może Wam pomóc w zakupie chusty lub zaoferować rabaty.

Więcej na temat wyboru pierwszej chusty znajdziecie w artykule na moim fan pejdżu:

<https://www.facebook.com/chustomania.doradca/posts/1462329757288967>

Zachęcam do polubienia mojej strony <https://www.facebook.com/chustomania.doradca> i do kontaktu za pośrednictwem fb lub telefonicznie – 781170184.

Stacjonarnie pracuję w Kielcach i okolicy.

Zachęcam też do przyłączenia do lokalnej grupy na fb zrzeszającej rodziców noszących dzieci w chustach i nosidłach – Nosimy w świętokrzyskim.

Dziękuję Wam za ten wspólny czas, pozostaję do Waszej dyspozycji i polecam się do nauki wiązania maluszków w chusty i nosidła.

Dziękuję też Zespołowi Świadomej Mamy za zaproszenie i głoszenie dobrej nowiny o chusto noszeniu
😊

Pozdrawiam

Karina Klusek vel. Chustomania