



Noszenie dziecka



Jak nosić niemowlę ??

ul. Jeleniogórska 16B/4
60-179 Poznań

ul. Hallera 188/1
53-203 Wrocław

tel. +48 530 812 811
e-mail: kontakt@mamagaja.pl , <http://www.mamagaja.pl/>

Przedmiotowy dokument i wszelkie materiały udostępniane w trakcie zajęć lub w związku z działalnością Szkoły Rodzenia MAMA GAJA w tym ich wygląd, rozmieszczenie treści, wszystkie zapisy oraz zawarte w nich przekazy edukacyjne, regulacyjne, informacyjne stanowią wyłączną własność POZ PRO MED Sp. z o.o.

Zakazane jest ich plagiowanie, kopiowanie oraz naśladownictwo w jakiegokolwiek formie.

Młodzi rodzice czują treść, gdy mają wziąć noworodka na ręce. Ale noszenie maleńkiego dziecka nie jest wcale trudne. Cała sztuka polega na tym, żeby czuło się bezpieczne.

- Dla małego człowieka, który przez kilka miesięcy poruszał się tylko w brzuchu mamy, gwałtowne uniesienie w górę może być doznaniem równie silnym co dla dorosłego skok na bungee. Dlatego staraj się nie unosić malucha znienacka.
- Najpierw mu się pokaż, spójrz w oczy, powiedz coś. Obróć malca na bok, wsuń jedną rękę między jego nóżki, tak żeby oparł brzusek o twoje przedramię. Wsuń rękę tak daleko, aby twoje palce ułożyły się pod ramieniem malca. Dziecko cały czas leży na boku. Wsuń drugą dłoń pod jego główkę. Chwilkę poczekaj, żeby oswoił się z dotykiem twoich rąk, a potem spokojnie unieś ku sobie, bokiem do podłoża.
- Staraj się nie podnosić malca tyłem do podłoża, trzymając go tylko pod szyję i pod pupę lub plecy. Delikatnie obejmuj jego ciało, używając jednego z kilku proponowanych chwytów. Z pewnością instynktownie nachylnisz się ku niemu, żeby jak najszybciej go przytulić. I bardzo dobrze.
- Dobrze jest nie ograniczać się tylko do jednej ulubionej pozycji, aby dziecko miało możliwość np. kierować wzrok w różne strony i rozwijać różne grupy mięśni.

Jak fasolka (do 3-4 miesiąca)

- Ta pozycja daje dziecku poczucie bezpieczeństwa, a równocześnie pozwala na swobodę ruchów.



- Dziecko leży przytulone z jednej strony do twojego przedramienia, a z drugiej do brzucha. Główka bezpiecznie spoczywa w zgięciu ręki (druga dłoń podtrzymuje pupę). Tyłów jest nieco zaokrąglony (kształtem przypomina fasolkę), tak że maluch nie może się odchylić do tyłu. Lekko zgięte w kolanach nóżki fikają swobodnie, a jednocześnie sam chwyt wystarczająco zabezpiecza stawy biodrowe.

W pionie na naszym barku

To wygodna pozycja zarówno do noszenia malucha, który będzie obserwował spokojnie otoczenie, ale także jest to pozycja ułatwiająca dziecku odbicie po posiłku. Układamy malucha w ten sposób, aby jego klatka piersiowa opierała się o nasz bark a rączki znalazły się na naszych plecach. Układamy dziecko dość daleko na naszym barku!!! Nie trzymamy dziecka w pionie w taki sposób, aby podparać dłonią jego kark, maluch musi mieć możliwość swobodnego oparcia głowy o nasz bark i swoje rączki. Pupę dziecka podtrzymujemy ręką, lekko zginamy stawy biodrowe dziecka zapobiegając tym samym ewentualnym prężniom się malucha.



a) krzeselko od 3 miesięcy

- Dziecko siedzi na dłoni jak w wygodnym fotelu. Tyle tylko, że ten twój fotel musi się bardzo odchylić do tyłu, by nie przeciążyć słabych jeszcze stawów i kręgosłupa niemowlęcia. Druga ręka asekuje malucha, by nie przechylił się na bok.
- Taka pozycja dla dzieci poniżej 3 miesięcy jest jeszcze zbyt trudna, a i tak stosując ją u dzieci cztero-, pięciomiesięcznych, warto odchylić się znacznie do tyłu.
- Niemowlęta lubią tę pozycję, bo pozwala im swobodnie obserwować świat. Ale uwaga! Jeśli główka mocno się chwieje, to znak, że jeszcze za wcześnie, by tak nosić malca.

a) w pionie na barku od urodzenia

b) bokiem do siebie -gdy dziecko stabilnie trzyma główkę

Pozycja na brzuszku - „samolocik”

Niemowlaki uwielbiają tą pozycję dzięki niej mogą oglądać świat ze znacznie ciekawszej perspektywy a dodatkowo pozycja ta ułatwia odchodzenie gazów z małego brzuszka. Połóż niemowlę twarzą do dołu, tak by policzek opierał się o twoje ramię, a szyja niemowlęcia znajdowała się w zagłębieniu twojego łokcia a tułów maleństwa opierał się na przedramieniu. Drugą rękę włóż między nogi dziecka tak by dłonie twoich rąk spotkały się na brzuszku maluszka.

Pozycja na brzuszku

Na rękach Mamy albo Taty wymaga od dziecka dość dużej pracy mięśni karku, pleców. Jeśli widzimy ze tej pozycji maluch zaczyna się nam prężyć, spróbujmy podeprzeć go dobrze tzn. tak, aby główka znalazła podparcie na naszych rękach, pupa na naszym przedramieniu. Najmniejsze dzieci możemy trzymać na jednej ręce!



Pamiętaj by przy każdej czynności pielęgnacyjnej Twoje ruchy były delikatne, ale pewne. Staraj się opanować swoje zdenerwowanie tak by nie przenosić negatywnych emocji na niemowlę. Przy każdej czynności mów do dziecka, co będziesz robić, traktując swoje maleństwo z szacunkiem dajesz mu poczucie bezpieczeństwa i wpływasz pozytywnie na jego rozwój.

Autor tekstu Kinga Kańduła położna