

## ➤ **Wissenswertes : Vorteile für Eltern & Kind**

### **Vorteile des Tragens für das Baby**

Das Urbedürfnis nach Nähe und Geborgenheit wird befriedigt

Die Bindung zwischen Mutter / Vater und Kind wird gestärkt

Das Tragen hat positive Auswirkungen auf die körperliche und geistige Entwicklung des Babys

Blähschmerzen der Dreimonatskoliken werden durch die Wärme und leichte Massagen verhindert

Der Gleichgewichtssinn wird geschult

Die Spreizstellung der Beinchen im Tragetuch hat eine positive Auswirkung auf die Entwicklung der Hüfte

Das Tragetuch passt sich durch seine spezielle Webart optimal dem Körper des Babys an und stützt es

Ihr Baby kann überall mit dabei sein und die Welt mit Ihnen zusammen erkunden



### **Vorteile des Tragens für die Eltern**

Sie sind mobil und können Ihr Baby überall mitnehmen

Auch Ihr Bedürfnis nach Nähe wird durch das Tragen im Tuch befriedigt

Für ältere Geschwister sind immer noch ein oder zwei Hände frei

Leichte Haus- oder Gartenarbeiten können mit

dem Baby im Tuch erledigt

werden  
Das Tragetuch gibt Eltern von Adoptivkindern die Möglichkeit, Urvertrauen zu entwickeln und eine Bindung einzugehen

Sie haben mehr Zeit für sich in den Ruhepausen des Babys

Durch den engen Kontakt lernen Sie Ihr Baby und seine Bedürfnisse / Wünsche schneller kennen

Lange und schwere Arme gibt es für Sie mit dem Tragetuch nicht mehr

Das Tragetuch nimmt wenig Platz weg und ist schnell griffbereit

Speziell Väter können durch das Tragen im Tuch eine intensive Beziehung zu Ihrem Baby aufbauen und den Körperkontakt ganz bewusst erleben



## ➤ Wissenswertes über Vorurteile

Nachfolgend einige der Vorurteile, die sich Eltern anhören müssen, die ihre Kinder tragen möchten.

### **Ziehst Du Dir da nicht ein Muttersöhnchen heran, das später nur noch an Deinem Rockzipfel hängt?**

Nur weil ich meinem Sohn in den ersten Monaten immer das Gefühl gegeben habe, für ihn da zu sein, wenn er mich brauchte, ist aus ihm kein "Muttersöhnchen" geworden. Im Gegenteil, heute ist er eine kleine, selbstbewusste Persönlichkeit, die genau weiß, was sie will. Auch andere Mütter, die sogar mehrere Kinder getragen haben, bestätigten mir, dass keines von ihren Kindern ängstlich oder unselbständig oder ein "Muttersöhnchen- oder Töchterchen" ist.

### **Das machen doch nur "Alternative" mit Birkenstock und Schlabberklamotten**

"Alternativ" bzw. offen zu sein für neue Dinge, ist nichts Negatives. Einfach mal wieder „ein bisschen mehr auf seine innere Stimme bzw. seinen Instinkt zu hören“ hat noch niemandem geschadet. Gerade in der heutigen Zeit gehen immer mehr Mütter schon sehr früh nach der Geburt wieder arbeiten. Das Tragetuch ist eine geniale Möglichkeit, die Zeit mit Ihrem Baby ganz nah und intensiv zu verbringen, daneben noch Zeit für Ihren Partner zu finden und den Haushalt zu "schmeissen".

### **Bekommt das Baby im Tuch genug Luft?**

Ja, wenn Sie darauf achten, dass das Näschen Ihres Babys freiliegt und es genügend „frische“ Luft bekommt. Durch Ihre Bewegungen zirkuliert auch die Luft im Tuch und sorgt für den Frischluftaustausch. Es ist auch wichtig, die Babys im Tuch und evtl. unter einer Jacke nicht zu dick einzupacken, da sie dann eher überhitzen als frieren.

Lesen Sie zu diesem Thema auch die „Kölner Studie“ über die Sauerstoffaufnahme von Frühgeborenen im Tuch [Untersuchung der Universität Köln](#). (Testergebnissen direkt unter [www.HOPPEDIZ.de](http://www.HOPPEDIZ.de)). Bei dieser Studie wurde herausgefunden, dass die Sauerstoffaufnahme eines Neugeborenen im Tragetuch nur um ca. 1 % geringer ist als ohne Tuch. Das liegt daran, dass ein Baby im Tragetuch viel ruhiger und entspannter atmet.

### **Ist das Tragen nicht schädlich für den Rücken (des Babys und der Mutter)?**

Fast 10 Monate ist die Wirbelsäule des Säuglings im Bauch der Mutter gerundet. Sie muss sich erst langsam strecken (ca. 1-2 Jahre), um die S-Form des Erwachsenen zu erhalten. Deshalb muss der Babyrücken im stramm gebundenen Tuch auch leicht gerundet sein (durch die Spreiz-Anhock-Haltung). Das ist auf jeden Fall besser, als wenn der Rücken nur gerade liegt und „gestreckt“ wird oder in schlechten Tragegurten/-hilfen sogar ins Hohlkreuz fällt.

In folgenden Schritten erreicht die Wirbelsäule eines Säuglings seine S-Krümmung:



a) Die Halswirbel strecken sich nach oben bzw. vorne, wenn das Baby sein Köpfchen halten kann.

b) Die Brustwirbel strecken sich, wenn das Baby von alleine sitzen kann.



c) Die Lendenwirbel tragen das Baby, wenn es anfängt, sich an Gegenständen hochzuziehen bzw. zu stehen und zu laufen beginnt.

In den Tragekulturen, in denen viel getragen wird, haben die Menschen weniger Rückenprobleme als bei uns.

Ich habe unseren Sohn Jan seit der 2. Woche getragen, obwohl ich selber eine starke Krümmung der Wirbelsäule (Skoliose) habe. Dadurch, dass sich meine Rücken- und Bauchmuskulatur langsam an das steigende Gewicht von Jan angepasst hat, war es fast mit einem Rückentraining zu vergleichen. In der Zeit, in der ich regelmässig getragen habe, hatte ich weniger Rückenprobleme/-schmerzen.

Wenn Sie akute Rückenprobleme, wie z.B. Bandscheibenvorfälle und ähnliches haben, sprechen Sie auf jeden Fall vor dem Tragen mit Ihrem Orthopäden oder Krankengymnasten!

### **Verwöhne ich mein Kind, wenn ich es zu oft trage?**

Nein! Sie verwöhnen nicht Ihr Kind, sondern sich selber. Sie können ein kleines Wesen, das nur durch Schreien (Kontaktweinen) auf sich aufmerksam macht, nicht verwöhnen, wenn Sie es tragen. Der Wunsch nach Nähe, Kontakt und Geborgenheit ist eines unserer Grundbedürfnisse und sollte einfach und selbstverständlich befriedigt werden. Spätestens, wenn die Kleinen anfangen zu krabbeln oder zu laufen, wollen sie nicht mehr so oft in das Tuch. Der natürliche Bewegungsdrang und Entdeckergeist sind stärker und es ist ja auch viel spannender, alles auf eigene Faust zu entdecken.