

Eltern.de

Eltern

Baby-Boom

24 Stunden in einer Geburtsklinik

Spielend fördern

Warum alle Babys PEKiP-Kurse lieben

Danke!

Das Zauberwort von selbstbewussten Kindern

Österreich 2,90 €
 Schweiz 5,20 sfr
 Benelux 3,00 €
 Finnland 4,70 €
 Frankreich 3,50 €
 Griechenland 3,90 €
 Italien 3,80 €
 Portugal (cont.) 3,80 €
 Spanien 3,80 €



Hautnah unterwegs

Tücher und andere Tragehilfen im Test

Familienbande

Wie wichtig

Sonderdruck aus Eltern 10/03: „Im Wiegeschritt die Welt entdecken“
- 9 Babytragesäcke und 6 Tragetücher im Test -

Mit freundlicher Empfehlung von



www.weego.de

behandeln

Seine Heilkräfte nutzen.
Die Gefahren kontrollieren



DIE LUXUS-VERSION

⊕ einfache Handhabung
⊕ breiter Steg ⊕ Außensack
⊕ gepolsterte Schulter- und Verbindungsgurte zur Druckentlastung. Weego, ca. 89 Euro (Extra-Modell: Premie, speziell für Frühchen und Babys unter 2700 g, ca. 99 Euro)



Im Wiegeschritt die Welt entdecken

Die beste Startposition ins Leben ist die am Körper von Mama und Papa. Warum das so ist, was Sie beim Tragen beachten sollten und welche Tragemöglichkeiten ELTERN empfiehlt

Die besten Tragehilfen und ihre Vor- und Nachteile



DER KLASSIKER + einfache Handhabung + gute Seitenstützen + rücken-schonende Sportträger - etwas schmaler Steg. Babybjörn Active, ca. 98 Euro



DIE TRENDIGE + einfache Handhabung + verstärkte Kanten + fester Stoff - nicht als Rückentrage verwendbar. Prémáxx, ca. 80 Euro



DIE EINSTEIGER-VARIANTE + einfache Handhabung + Kanten und Schul-tern verstärkt - nicht als Rückentrage verwendbar. Tragidi, ca. 66 Euro



DIE TRADITIONSBEWUSSTE Weiterentwicklung des Ur-Tragesacks „Snuggl“. + durch den Außensack gute Rücken- und Beinchenstütze + breiter Steg - Handhabung. Glückskäfer, ca. 70 Euro



DIE ROBUSTE Durchdachte Tragehilfe ab dem 4.-5. Monat + einfache Handhabung + breiter Steg + Kind sitzt auf dem Beckengurt auf: rücken-schonend. Ergo Baby Carrier, ca. 86 Euro



DAS ZWISCHENDING Ein zugeschnittenes Tuch + leichte Handhabung, in allen Trage-Positionen verwendbar - Die Kanten müssen umgeschlagen werden. Anna-Mobil, mit Kissen 79,90 Euro

Gibt es etwas Schöneres, als ins Leben getragen zu werden? Umschlungen die Welt zu entdecken von einem Ort aus, an dem es warm, ein beruhigender Herzschlag zu hören und in regelmäßigen Abständen eine vertraute Stimme zu vernehmen ist? – Nein, etwas Schöneres gibt es nicht! Das belegt eine Schweizer Studie

sogar streng wissenschaftlich: Säuglinge, die etwa vier Stunden täglich getragen werden, weinen deutlich weniger und verbringen ihre Wachphasen in zufriedenerer Stimmung als Babys, die nicht getragen werden. Dazu kommt: Sie haben in ihrem Blut weniger Stresshormone und wachsen schneller. Außerdem haben diese Kinder die Chance, klüger als andere zu werden.

Denn im Wiegeschritt die Welt zu erleben, unterstützt die Entwicklung des Gehirns und schult den Gleichgewichtssinn – die Basis der Intelligenz. Bedenken wie „Babys bekommen so eng am Körper getragen keine Luft“ oder „Tragen verursacht Rückgratverkrümmung“ sind längst ausgeräumt. Dennoch gibt es einige Regeln, die man beim Tragen unbedingt beachten sollte.

TRAGEHILFEN



DIE ABENTEUERLICHE + natürliche Haltung + wenig Rückenbelastung, schadstofffreies Textil - nicht unter Jacken tragbar. Prémmaxx, Baby-Bag, 85 Euro



DAS OPEN-AIR-MODELL + sehr praktische Handhabung + breiter Steg, Rückenteil verstärkt - keine Kopfstütze. Baby Climber, 79,90 Euro



DER INTEGRIERTE Rucksack mit Trage (erst ab dem Sitzalter) + breiter Steg + rüchenschonend - keine Kopfstütze. Kangaroo, 99,95 Euro

DIE BEINE des Babys dürfen nicht schlaff herunterhängen. Neugeborene ähneln in ihrer Haltung Fröschen („Spreiz-Anhock-Haltung“): Ihre Hüftgelenke sind nach vorn orientiert. Hängen die Beine gestreckt nach unten, kann das die korrekte Ausbildung der Hüftgelenkpfanne behindern, die Knochen schlimmstenfalls sogar schädigen („Hüftdysplasie“). Ideal ist eine Stellung, in der die Oberschenkel auf mindestens 90 Grad angehockt sind.

Der Steg, auf dem die Kinder sitzen, darf deshalb nicht zu weich und vor allem nicht zu schmal sein. Er sollte von Kniekehle zu Kniekehle reichen. Die Beinöffnungen müssen zur Seite zeigen, auf keinen Fall nach unten. Ein zweiter Übersack („Glückskäfer“, „Weego“) unterstützt die Froschhaltung und hält die Beinchen nach oben. Trick bei kleinen Babys: Mit einer zusätzlichen Windel die Froschhaltung verstärken. Tragen Sie Ihr Kind bitte auch nicht zu tief: Wenn die Gurte des Tragebeutels zu lang sind, baumelt das Kind vor Ihren Oberschenkeln, und jeder Schritt drückt die Kinderbeinchen nach hinten in die Hüftpfannen.

DER RÜCKEN sollte so gestützt sein, dass das Baby aufrecht sitzt, auch wenn

es schläft. Das setzt voraus, dass das Kind eng an den Tragenden angeschmiegt transportiert wird. Babys haben anfangs einen leichten Rundrücken. Erst ab dem sechsten Monat ist die Rückenmuskulatur so stark, dass der Körper nicht mehr

Babys Körper ist aufs Ankuseln ausgerichtet, der Rundrücken im Tragetuch ganz natürlich

in sich zusammensackt. Deshalb dürfen Babys auch beim Tragen einen leichten Rundrücken machen. Die Doppel-S-Krümmung der Wirbelsäule ist ohnehin noch nicht ausgebildet.

DER KOPF muss ausreichend gestützt sein, d. h., das Rückenteil der Tragehilfe muss über den Kopf des Babys hinausragen und auch seitlich Stabilität geben. Wenn Sie das Gefühl haben, Sie müssen den Kopf zusätzlich von Hand halten, sitzt die Tragehilfe nicht richtig.

DIE POSITION sollte in den ersten drei Lebensmonaten so gewählt werden, dass das Baby zu Ihrem Körper schaut. Der Blick nach vorn ist jetzt noch schädlich. Denn dabei werden die Schultern nach hinten überstreckt, ein Hohlkreuz erzwungen, die Beinchen

hängen in der Luft. Außerdem ist so der Blickkontakt mit dem tragenden Elternteil nicht mehr gegeben, das Baby kann sich nicht vor den vielen visuellen Reizen schützen und wird überfordert. Ab dem vierten Monat ist der Hüftsitz ideal, auch die Rückenposition kann jetzt im „Ergo“, „Weego“ und „Glückskäfer“ be-

gonnen werden (im

Tuch auch schon früher). In ein Rückentragegerüst sollte ein Kind allerdings erst dann, wenn es ausdauernd sitzt (ab circa acht Monaten).

DER STOFF muss umwelt- und hautfreundlich sein – und auf Schadstoffe getestet, schließlich wird das Baby am Stoff nuckeln. Seine Haut hat noch keinen Schutzmantel und ist für Farb- oder Bleichmittel durchlässig.

Deshalb sollte die Tragehilfe auf jeden Fall das Siegel „Ökotex 100“ tragen. Damit werden Schadstoffe wie Formaldehyd, Pestizide, Schwermetalle und Krebs erregende Stoffe ausgeschlossen. Allerdings sind die Grenzwerte nicht sehr streng. Wesentlich umfassender sind die Richtlinien des Siegels „Naturtextil“ vom Internationalen Verband für Na-

TRAGETÜCHER

Darauf sollten Sie beim Tuch achten

Generell gilt: Tragetücher bieten mehr Möglichkeiten, das Kind zu transportieren, als Tragebeutel. Wichtig ist:

DIE WEBART Ein gutes Tuch darf nicht so starr wie ein Frottiertuch sein, aber auch nicht so elastisch wie ein T-Shirt. Wichtig ist, dass es in der Diagonalen nachgibt (wie ein Geschirrtuch), aber wieder elastisch zurückspringt, wenn sich das Kind bewegt. So umschließt es, ohne einzuengen. Das bietet keine Meterware, Selberrnähen ist deshalb nicht zu empfehlen.

DIE ZWIRNUNG Der Stoff darf nicht zu glatt sein, sonst geben die Knoten nach. Bei einer zu rauen Struktur dagegen können die Falten kaum nachgezogen werden.

DIE KANTEN Alle Kanten sollten doppelt umgenäht sein, sonst leiern sie mit der Zeit aus oder schneiden dem Baby in die Kniekehlen ein.

DIE LÄNGE Um alle Knoten binden zu können, ist eine Stofflänge von mindestens 4,20 Meter notwendig (ab Konfektionsgröße 40: 4,60 Meter, bitte beachten, wenn auch der Vater tragen soll). Breit sein sollte das Tuch 60 bis 70 cm.

Trage-Klassiker zum Weiterlesen:

E. Kirkilionis: „Ein Baby will getragen sein. Alles über geeignete Tragehilfen und die Vorteile des Tragens“, Kösel Verlag, 12,95 Euro

A. Montagu: „Körperkontakt. Die Bedeutung der Haut für die Entwicklung des Menschen“, Klett Verlag, 22,50 Euro

J. Liedloff: „Auf der Suche nach dem verlorenen Glück. Gegen die Zerstörung unserer Glücksfähigkeit in der frühen Kindheit“, C. H. Beck Verlag, 9,90 Euro



DER MARKTFÜHRER + strenge Schadstoffkontrolle. Das Tuch muss theoretisch vor dem ersten Tragen nicht einmal gewaschen werden + quer-elastisch gewebt + die Baumwolle stammt aus kontrolliert ökologischem Anbau + die Farben sind IVN zertifiziert. Didymos, ca. 95–115 Euro

turtextilien (IVN). Hier sind nur Produkte, die mit Pflanzenfarben oder unbedenklichen Synthetikfärbungen behandelt wurden, erlaubt und chemische Ausrüstungen und Bleichen grundsätzlich verboten.

DIE DAUER: Wie lang getragen wird, müssen Eltern und Kind gemeinsam herausfinden. Auch 30 Minuten am Tag tun dem Baby schon gut.

DER TRAGENDE sollte beim Transportieren des Kindes möglichst wenig Muskelkraft einsetzen. Das funktioniert am besten, wenn das Kind so nah wie möglich am Körper getragen wird. Je höher der Körperschwerpunkt des Kindes, desto weniger belastet das Gewicht des Babys den Träger. Probieren Sie im Geschäft aus, welche Tragehilfe für Sie am bequemsten ist und ob sich diese auf Ihre Schulterbreite, Körperlänge etc. einstellen lässt. Sabine Grüneberg

Hintergrundinformationen:

Dr. Evelin Kirkilionis, Forschungsgruppe Verhaltensbiologie des Menschen, Petra Schachtner, Tragetuchberaterin



UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR TÜCHER:

Die Preisspanne ist riesig (Tipp: Im Internet oft billiger).

1. **Didymos** Wertung siehe Foto
2. **Lana** + IVN Kriterien + Die Firma bietet gute Zwischengrößen mit 4,40 m und 4,80 m Länge + Webart ist noch etwas fester, gut für Winterbabys, heiß im Sommer. Preis: ca. 82 bis 109 Euro.
3. **Bebina** + gleiche Qualität wie Didymos, aber günstiger + IVN Kriterien Preis: ca. 75 bis 89 Euro.
4. **Storchenwiege** + Webqualität wie Didymos - Hat als Schadstoffkriterium „nur“ Ökotex 100. Preis: ca. 67 bis 77 Euro.
5. **easycare** + große Farbauswahl - Hat als Farbkriterium „nur“ Ökotex 100 - verkauft die Tücher ungewaschen, sie laufen 40 bis 50 cm ein (beim Anprobieren darauf achten). Preis: ca. 108 bis 119 Euro.
6. **Hoppediz** + das günstigste unter den empfehlenswerten Tüchern - nicht offiziell schadstoffzertifiziert - sehr weiches Tuch: Wenn die Kinder schwerer sind, rutschen sie bei längerem Tragen zu tief. Preis: ca. 44 bis 55 Euro.