



### **1. Ab welchem Zeitpunkt kann ich mein Baby in einem Tragetuch tragen?**

Im Prinzip vom 1. Tag an, wenn keine Krankheiten oder körperlichen Behinderungen vorliegen. Sollte das der Fall sein, sprechen Sie das Tragen im Tragetuch mit Ihrem Arzt oder Physiotherapeuten vorher ab.

### **2. Wie lange kann ich mein Baby im Tragetuch tragen?**

Im Prinzip können Sie Ihr Baby so lange tragen, wie es dem Baby und Ihnen gefällt. Babys machen sich bemerkbar, wenn sie keine Lust mehr haben und Sie selber merken auch, wann Sie genug haben. Frisch entbundene Frauen sollten aber mit kurzen Tragezeiten anfangen und diese allmählich steigern, da der Beckenboden oder die Kaiserschnittnarbe direkt nach der Geburt noch geschont werden sollen! Wenn Sie und Ihr Baby Lust haben, können Sie es bis zu ca. 3 Jahren (nach Bedarf auch länger) tragen.

### **3. Kann ich auch noch mit dem Tragen anfangen, wenn mein Baby schon älter ist?**

Auf jeden Fall! Es kann jedoch sein, dass sich Ihr Baby erst wieder an die neue Enge gewöhnen muss. Das verlangt von beiden Seiten manchmal etwas Geduld. Auch Sie sollten langsam die Tragezeiten steigern. Je später Sie anfangen, desto schwerer ist das Baby und Ihre eigenen Muskulatur muss sich erst allmählich an das neue Gewicht gewöhnen.

### **4. Welche Besonderheiten sind beim Tragen zu beachten?**

Das Tuch sollte so stramm gebunden sein, dass Sie nicht mehr das Gefühl haben, Sie müssten Ihr Baby zusätzlich mit den Händen halten. Beim Tragen ist zudem immer darauf zu achten, dass das Kind mit dem Gesicht zum Körper getragen wird. Es werden immer einige Versuche notwendig sein, bis das Binden richtig klappt.

Für Neugeborene und jüngere Traglinge empfiehlt sich zwingend eine Variante, die stets individuell am Kind und der tragenden Person nachgezogen werden kann. Dadurch wird die notwendige Festigkeit der Bindung erreicht.





### **5. Welche Tuchlänge ist für mich am besten geeignet?**

Die Standardlänge für Tragetücher beträgt ca. 470 cm. Bei Konfektionsgrößen bis 42 bei Frauen bzw. 48/50 bei Männern sind damit alle gängigen Trageweisen bindbar. Darüber hinaus richtet sich die Größe des Tuches nach der Größe und dem Gewicht der tragenden Person. Dabei ist darauf zu achten, dass das Tuch demjenigen optimal passt, der am meisten trägt!

Unsere Tragetücher gibt es in verschiedenen Längen. Damit sind alle gängigen Trageweisen bindbar. Es empfiehlt sich, einen Tragekurs zu machen, bzw. sich das Binden von erfahrenen Eltern zeigen zu lassen.

Das Tuch sollte nicht zu lang sein, da herunter hängende Enden eine Stolperfalle darstellen.

### **6. Kann das Baby in einem Tragetuch genug atmen?**

Grundsätzlich Ja! Es muss darauf geachtet werden, dass das Näschen Ihres Babys freiliegt und somit genügend Luft bekommt. Durch Ihre Bewegungen zirkuliert somit auch die Luft im Tuch und sorgt für entsprechenden Luftaustausch.. Es ist auch wichtig, die Babys im Tuch und evtl. unter einer Jacke nicht zu dick einzupacken, da es dann eher zu warm wird.

Verschiedene Studien haben gezeigt, 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.

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

Nein!

Säuglinge und Kleinkinder werden in allen Kulturen getragen! Zwei Drittel der Weltbevölkerung tragen ihre Kinder noch heute. 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. Das Tragen im Tuch kommt somit dem natürlichen Bedürfnis von Säuglingen nach Körpernähe als auch dem der Eltern nach Flexibilität und Mobilität entgegen.





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

Das „Herumgetragen-Werden“ fördert die motorische, kognitive und emotionale Entwicklung Ihres Babys. Besonders für die ganz Kleinen ist das Tuch sehr angenehm, da die Muskeln entspannen können, das Baby kann leichter atmen und das Verdauungssystem kann besser arbeiten, wodurch Reflux und Koliken gelindert werden. Das Urbedürfnis nach Körperkontakt und Geborgenheit wird befriedigt und der Gleichgewichtssinn des Babys wird geschult.

Die Spreizstellung der Beinchen im Tragetuch hat zudem 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.

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

Auch Ihr Bedürfnis nach Nähe wird durch das Tragen im Tuch befriedigt. Sie können Ihre Arme frei bewegen und somit auch kleinere Aufgaben erledigen.

Das Tragetuch gibt Eltern von Adoptivkindern die Möglichkeit, Urvertrauen zu entwickeln und eine intensive Bindung aufzubauen.

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

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

Ein Tragetuch wiegt weniger als z. B. ein Kinderwagen, benötigt weniger Platz und kann bequem überall mitgenommen werden – auch auf Reisen.

Das Tragen im Tuch kommt somit dem natürlichen Bedürfnis von Säuglingen nach Körpernähe als auch dem der Eltern nach Flexibilität und Mobilität entgegen.

**WIR WÜNSCHEN IHNEN VIEL SPASS UND FREUDE MIT IHREM  
BABYTRAGETUCH!**

**321Schnäppchen.de**

Elisa Manes

Siglstr. 6

82211 Herrsching

<http://www.321Schnaepchen.de>

[info@321schnaepchen.de](mailto:info@321schnaepchen.de)