

Elastisches Baby-Tragetuch

by **Hoppediz**



Bindeanleitungen zum **elastischen**
Baby-Tragetuch – für Früh- und Neugeborene





Warnung!

- 1 Lies diese Anleitung gewissenhaft durch, bevor Du das elastische Tragetuch benutzt.
- 2 Überwach Dein Kind stets und stell sicher, dass Mund und Nase frei sind.
- 3 Lass Dich von einer Gesundheitsfachkraft beraten, wenn Du dieses Produkt für Frühchen, Babys mit geringem Geburtsgewicht und kranke Kinder einsetzen willst.
- 4 Achte darauf, dass das Kinn Deines Kindes nicht auf seiner Brust liegt, da es dadurch zu Atemproblemen und Erstickung kommen kann.
- 5 Achte darauf, dass Dein Kind sicher im Tragetuch sitzt und keine Gefahr besteht, dass es herausfallen könnte.
- 6 Beginn mit kurzen Tragezeiten, die Du allmählich steigerst, um Deine Muskulatur an die ungewohnte Belastung zu gewöhnen. Grundsätzlich gibt es keine zeitliche Begrenzung für die Tragedauer.
- 7 Achte auf Gefahren im heimischen Umfeld, z. B. Wärmequellen, Verschütten heißer Getränke, Chemikalien.
- 8 Nutz das elastische Tragetuch nur für die Anzahl von Kindern, für die es vorgesehen ist.
- 9 Nutz nie mehr als eine Babytrage.
- 10 Deine Bewegung und die Deines Kindes können Dein Gleichgewicht beeinträchtigen.
- 11 Du solltest Dir immer des höheren Risikos bewusst sein, dass Dein Kind aus dem elastischen Tragetuch fallen kann, wenn es aktiver wird.
- 12 Sei vorsichtig, wenn Du Dich nach vorne oder zur Seite beugst und lehnst.
- 13 Trag Dein Kind nicht, wenn Dein Gleichgewicht oder die Mobilität durch Medikamente oder Krankheit eingeschränkt ist.
- 14 Das elastische Tragetuch ist nicht zur Benutzung bei sportlichen Aktivitäten, z. B. Rennen, Radfahren, Schwimmen und Skifahren, geeignet.
- 15 Trag Dein Kind nicht, wenn Du kochst oder putzt oder sonstige Aktivitäten unternimmst, bei denen Wärmequellen oder Chemikalien involviert sind.
- 16 Nutz das elastische Tragetuch nicht in oder auf (motorisierten) Fahrzeugen.
- 17 Überprüf das elastische Tragetuch regelmäßig auf Zeichen von Verschleiß oder Beschädigung (z. B. gerissener Stoff, beschädigte Nähte) und trag Dein Kind nicht in einem beschädigten Tragetuch.
- 18 Halt das elastische Tragetuch bei Nichtgebrauch von Kindern fern und bewahre es z. B. in einem Tragetuchbeutel oder im Schrank auf.
- 19 Stell sicher, dass Dein Baby gemäß den Bindeanleitungen dieser Anleitung sicher im Tragetuch positioniert ist und der Knoten noch fest ist.
- 20 Lass Dein Baby niemals im Tragetuch alleine, wenn Du es nicht trägst.
- 21 Bitte nutz bei kleinen Kindern, die ihr Köpfchen noch nicht selber halten können, die Möglichkeit die Stoffbahn als Stütze über den Hinterkopf des Babys zu ziehen.

Das Hoppediz® Baby-Tragetuch ist nicht geeignet für:



Das Hoppediz® Baby-Tragetuch ist geeignet für:



Pflegehinweis:

ohne Motivdruck:
waschbar bis 60° C



mit Motivdruck:
waschbar bis 40° C



keine optischen Aufheller

Inhalt

- 2 Warnhinweise
- 3 Inhaltsverzeichnis
- 4 Vorteile des Tragens im Baby-Tragetuch für das Baby
- 5 Vorteile des Tragens im Baby-Tragetuch für die Eltern
- 6 Praktische Erfahrungen mit dem Baby-Tragetuch
- 7 Falsches Tragen

BAUCHTRAGeweISEN

- 8 Wickel-X-Trage für Früh- und Neugeborene 
- 15 Und so geht es wieder raus aus der Wickel-X-Trage



Trageweisen ab dem ersten Lebenstag



ACHTUNG! DIESE ANLEITUNG DRINGEND FÜR SPÄTERES NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN!

WARNUNG!

GEFAHR DES HERAUSFALLENS UND ERSTICKUNGSGEFAHR

ERSTICKUNGSGEFAHR: Säuglinge unter 4 Monaten können in diesem Produkt ersticken, wenn ihr Gesicht eng an Ihren Körper gedrückt wird. Zu den Säuglingen mit dem größten Erstickenrisiko gehören Frühgeborene und Babys mit Atemproblemen.

- Prüfen Sie häufig nach, ob das Gesicht des Babys unbedeckt, deutlich zu sehen und jederzeit weit genug vom Körper der Bezugsperson entfernt ist.
- Achten Sie darauf, dass sich das Baby nicht in eine Position dreht, in der sein Kinn auf oder in der Nähe seiner Brust liegt. Diese Position kann das Atmen behindern, auch wenn Nase und Mund nicht bedeckt sind.
- Wenn Sie Ihr Baby in der Tragehilfe stillen, verlagern Sie es nach dem Füttern, damit das Gesicht des Babys nicht gegen Ihren Körper gedrückt wird.
- Verwenden Sie diese Tragehilfe niemals für Säuglinge unter 3,6 kg, ohne sich von einer Pflegefachkraft beraten zu lassen.

FALLGEFAHR: Wenn Sie sich nach vorne oder zur Seite beugen oder stolpern, kann Ihr Baby herausfallen. Halten Sie Ihr Baby immer mit einer Hand fest, wenn Sie sich bewegen.





Vorteile des Tragens

im Baby-Tragetuch für das Baby

- ✓ Babys sind nicht nur „Säuglinge“, sondern auch „Traglinge“ und mit dem Tragen wird eines ihrer Urbedürfnisse nach Nähe und Geborgenheit befriedigt.
- ✓ Bei Frühgeborenen kann die abgebrochene Tragezeit im Mutterleib außerhalb des Körpers, und doch ganz nahe bei der Mutter, nachgeholt werden. Das Tragen verbindet Mutter und Kind um so mehr, wenn Du in der ersten Zeit nur wenig Kontakt hattest.
- ✓ Dein Kind fühlt sich an Deinem Körper geborgen und geschützt. Es fühlt Deine Bewegungen, hört und riecht Dich. Das hat positive Auswirkungen auf die gesamte körperliche, motorische und geistige Entwicklung.
- ✓ Auch für Eltern von Adoptivkindern ist das Tragetuch das „Medium“, um Geborgenheit, Sicherheit und das Urvertrauen zu vermitteln.
- ✓ Blähungen und eventuelle Schmerzen der sogenannten Dreimonatskoliken können durch die leichte Massage der Bewegungen und die Wärme des Tragenden im Tragetuch stark vermindert werden.
- ✓ Durch die schaukelnde Bewegung, wie auch während der Monate im Bauch der Mutter, werden Babys sanft beruhigt (auch bei „Schreikindern“ und Blähschmerzen!) und schlafen oft während des Tragens ein.
- ✓ Der Gleichgewichtssinn wird durch die Vielzahl der Bewegungen, die Dein Baby von Anfang an mit Dir macht, besonders geschult. Der Stoffwechsel wird ebenfalls angeregt.
- ✓ Die Spreizstellung der Beine hat positive Auswirkungen auf die Hüftentwicklung und kann helfen (zusätzlich zu orthopädischen Maßnahmen), Fehlstellungen zu mindern und zu korrigieren. Frag bei Fehlstellungen jedoch zusätzlich Deinen Orthopäden oder Physiotherapeuten.
- ✓ Säuglinge haben von Natur aus eine runde Wirbelsäule. Daher ist es für die Entwicklung auch von Vorteil, nicht nur „gerade im Bettchen oder im Wagen“ zu liegen. Das elastische Baby-Tragetuch von HOPPEDIZ® stützt den Körper Deines Babys optimal ohne einzuengen.
- ✓ Dein Baby kann sich die Welt „von oben“ anschauen und fühlt von Anfang an: „Ich gehöre dazu“.



Vorteile des Tragens im Baby-Tragetuch für die Eltern

✓ Speziell den Eltern von Frühgeborenen bietet das elastische Tragetuch die Möglichkeit, Deinem Baby Nähe, Wärme, Geborgenheit und Urvertrauen zu geben. Im elastischen Tragetuch werden alle Sinne des Babys angesprochen und so wird es optimal gefördert.

✓ Du kannst Dein Kind immer und überall (Einkaufen, Strand, Wald, Trödelmarkt, Bus/ Bahn...) bei Dir haben. Das ist mit einem Kinderwagen nicht möglich.

✓ Auch Dein Bedürfnis nach Nähe zu Deinem Kind wird durch das Tuch einfach und selbstverständlich befriedigt, besonders bei Frühgeborenen.

✓ Wenn Du schon ein größeres Kind (oder mehrere) hast, das auch noch seine „Streichel-einheiten“ braucht, hast Du dafür immer noch die Hände frei, während das „Kleine“ im Tuch ist.

✓ Leichte Hausarbeiten (Staubputzen, Saugen,...) kannst Du auch mit dem Kind im Tuch erledigen und musst nicht warten, bis Dein Kind schläft. Dadurch hast Du auch etwas mehr Zeit für Dich und kannst die Schlafzeiten Deines Kindes anderweitig nutzen.

✓ Durch den engen Kontakt lernst Du Dein Kind besser kennen und kannst sehr schnell seine Bedürfnisse erkennen und darauf eingehen. Damit schaffst Du eine gute Basis für das Urvertrauen.



✓ Bei längerem Tragen (Du solltest mit kürzeren Tragezeiten anfangen, damit sich Deine Rücken-, Schulter- und Beckenbodenmuskulatur langsam an diese neuen Bewegungen gewöhnen kann) hast Du Dein Kind nahe bei Dir und bekommst keine „langen und schweren Arme“.

✓ Ein Tuch beansprucht wenig Platz und ist schnell griffbereit. Wenn Dein Kind z. B. laufen lernt und nach einiger Zeit müde wird, setzt Du es einfach in das Tuch. Dadurch kannst Du besser auf Dein Kind eingehen und Du musst Dich nicht die ganze Zeit mit dem Kinderwagen abmühen.

✓ Speziell Väter haben mit dem Tragen im Tragetuch die Möglichkeit, eine schöne und intensive Beziehung zu Ihrem/n Kind/ern aufzubauen und den Körperkontakt ganz bewusst zu erleben und zu genießen.



Praktische Erfahrungen

mit dem Baby-Tragetuch für Früh- und Neugeborene

Ich bin Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin und habe eine Trageberatungsausbildung abgeschlossen. In dieser Zeit habe ich Frühchen-Tragetücher kennengelernt.

Ich war sofort von dem wunderbaren Tragekomfort und den Stoffeigenschaften begeistert. Auf meiner Suche nach geeigneten Tragetüchern für Eltern mit Früh- oder Neugeborenen, lernte ich das elastische Tragetuch von HOPPEDIZ® kennen. Es verbindet den hohen Tragekomfort für Eltern mit wunderbarer Elastizität des Tuches für Kinder – einem Gefühl der „elastischen Begrenzung“. Da die Abmessung schmäler ist, als bei „normalen“ Baby-Tragetüchern, lässt es sich auch bei recht kleinen Kindern sehr leicht binden.

Warum ist das Tragen und getragen werden aber so wichtig für Eltern und das Frühgeborene? Die Antwort ist leicht: Der Lebensraum für Frühgeborene verändert sich im Vergleich zu den noch „im Bauch befindlichen Kindern“ dramatisch. Sie müssen viel nachholen, aufarbeiten und auch verarbeiten. Je mehr, umso früher sie zur Welt kommen!

Zeitgleich lernt das Kind im Körperkontakt diese „Reize“ zu verarbeiten. Denn die natürliche Umgebung für Neu- und erst recht für Frühgeborene ist der Körper der Eltern. Aus dem sicheren Gefühl heraus gehalten zu werden ist es in der Lage, bei drohender Überforderung, einzuschlafen und sich so vor ihr zu schützen.

Im Körperkontakt ist das Kind in der Lage, sein Erregungsniveau zu regulieren. Es wird ruhiger und die Eltern bekommen das Gefühl von Sicherheit im Umgang mit ihrem Kind. Du kannst gemeinsam mit dem Kind die Zeit der zu früh beendeten Schwangerschaft und die erste Zeit des Kontaktaufbaus emotional nachholen.

Mutter und Vater werden vertraut im Umgang mit dem Baby und können außerdem den „Kelch Urvertrauen“ ihres Kindes füllen.

Ich wünsche allen Babys, dass sie das Gefühl, in das Leben getragen zu werden, genießen dürfen – besonders aber den Frühgeborenen!



Getragen erfahren die folgenden Sinne des Kindes eine optimale Stimulation:

- ✓ **Gleichgewicht** ✓ **Tiefensensibilität**
- ✓ **Sehen** ✓ **Hören**
- ✓ **Riechen**
- ✓ **Nicht zuletzt die Haut, als größtes Sinnesorgan des Körpers.**



Herzlichst

Ihre Jutta Pipper

*Kinderkrankenschwester
Still- und Laktations-
beraterin (IBCLC)*

Falsches Tragen!

Viele Eltern denken, dass sie ihren Babys etwas Gutes tun, wenn sie sie mit dem Gesicht in Laufrichtung binden. Auch wenn Du es schon mal bei einem anderen Tuch oder Tragehilfen gesehen hast, ist dies aus folgenden Gründen falsch:



1 Der Steg zwischen den Beinchen kann nicht richtig breit gezogen werden (die „Spreiz-Anhock-Haltung“ ist nicht möglich und somit auch kein runder Rücken). Die Beinchen hängen unphysiologisch nach unten/hinten und baumeln herum.

2 Der Rücken wird nicht richtig gestützt, da er gegen den Bauch/die Brust des Trägers/der Trägerin gedrückt wird und dabei ins Hohlkreuz fällt.

3 Bei ganz Kleinen kann das Köpfchen nicht richtig abgestützt werden und es wackelt hin und her.

4 Das Baby kann zwar nach vorne „sehen“, aber am Anfang kann es nur die nächste Umgebung scharf erkennen. Durch diese vielen Eindrücke kann es zu einer Reizüberflutung kommen. Wenn dann auch noch ein unsicheres Baby den Blickkontakt zum Träger sucht und nicht findet, kann es anfangen zu weinen.



5 Das Baby sitzt auf dem tiefsten Punkt des Oberkörpers, da sein Gewicht nicht gleichmäßig stramm vom Tuch gehalten werden kann. Es drückt bei Jungen sogar auf die Hoden und bei Mädchen auf das Schambein.

Wenn Du jetzt immer noch der Meinung bist, Dein Baby mit dem Blick nach vorne im Tuch tragen zu müssen, dann bind es einmal so um und sieh Dir im Spiegel an, wie Dein Baby im Tuch „hängt“!

ALTERNATIVE:

Solltest Du ein sehr neugieriges Kind haben, das bei den Bauchtragevarianten nicht genug sieht, kannst Du auch die Hüfttrage- oder Rückentragevarianten ausprobieren. Bei diesen Varianten kann Dein Baby „in Fahrtrichtung“ schauen.



Wickel-X-Trage

für Früh- und Neugeborene

Von Anfang an



1



Fass die Mitte des Tuchs (siehe Markierung), breite das Tuch vor Dir aus und leg die Tuchkante auf Deine Brust.

2



Fahr an der oberen Tuchkante entlang und führ das Tuch stramm nach hinten, indem Du die Tuchkanten durch Deine Hände gleiten lässt.



3

Nimm beide Tuchkanten in eine Hand.



4

Fass mit der freien Hand unter das Tuch und greif nach der gegenüberliegenden oberen Tuchkante.



5

Kreuz die Tuchbahnen und zieh sie auseinander. Wenn Du nur die Kanten des Tuchs greifst, vermeidest Du Verdrehungen der Stoffbahnen.



6

Nimm die Tuchbahnen nach oben (Fledermausarme) und schüttel sie locker von hinten



7

nach vorne über Deine Schultern.



8

Das Tuch sollte komplett auf Deinen Schultern aufliegen.



9

Raff jetzt die Tüchenden zusammen in eine Hand



10

und führ sie unter der Querbahn des Tuchs vor Deinem Bauch hindurch.



11

Achte darauf, dass die Tuchbahnen sich dabei nicht verdreht haben.



12

Greif zum Festziehen weit nach hinten in Deinen Nacken ▶



13

und zieh von dort aus den Stoff der Tuchbahnen nach vorne,



14

auch unter der Querbahn hindurch.



15

Wiederhol diesen Schritt so oft, bis eine gute Grundfestigkeit entstanden ist und Du Dich selbst gestützt fühlst. Besonders die obere Kante der Querbahn über der Brust soll schön fest sitzen.



16

Jetzt misst Du die sogenannte Schlaufenlänge ab und kreuzt die Tuchbahnen vor Deinem Bauchnabel. So bestimmst Du, wie fest oder locker das Tuch am Ende sitzt.



17

Beim ersten Binden misst Du die Schlaufenlänge an der Höhe Deines Bauchnabels ab. Wenn das Bindeergebnis zu locker ist, kreuzt du die Tuchbahnen das nächste Mal ein oder zwei Finger breit oberhalb, wenn es zu fest war, unterhalb des Bauchnabels.



18

Führ die Tuchbahnen jetzt



19

möglichst parallel nach hinten,



20

kreuz sie hinter Deinem Rücken,



21

hol sie zurück nach vorne und binde einen Doppelknoten vor Deinem Bauch.



22

Jetzt ist das Tuch fertig vorgebunden und Du kannst es theoretisch und praktisch über einen längeren Zeitraum so anbehalten.



23

Um Dein Baby ins Tuch zu setzen, raff die Querbahn nach unten in Deine Taille.



24

Zieh mit beiden Händen die Schlaufen etwas nach unten vorne über die Querbahn des Tuches hinaus.



25

Nimm Dein Baby auf Deine Schulter



26

und greif mit einer Hand durch die gegenüberliegende Schlaufe.



27

Dann fass das Füßchen Deines Babys und führ es vorsichtig nach unten.



28

Leg Dein Baby langsam auf die andere Schulter und



29

fädel auch das



30

zweite Füßchen durch die Schlaufe.



31

Du solltest Dein Kind nun so hoch auf der Brust vor Dir haben, dass Du sein Köpfchen küssen kannst. Die Tuchstränge verlaufen in den Kniekehlen. >



32

Such die innere Tuchbahn



33

und zieh sie auf den Rücken Deines Babys.



34

Fächer sie gleichmäßig über dem Rücken Deines Kindes



35

von Kniekehle zu Kniekehle und von Schulter zu Schulter auf.



36

Um wirklich richtig in die Kniekehle zu kommen, musst Du unter dem zweiten Strang hergreifen.



37

Gleiches gilt für die Schulter.



38

Wiederhol dies mit der oberen Tuchbahn.



39

Fächer sie über den gesamten Rücken Deines Babys und



40

von Kniekehle zu Kniekehle



41

und von Schulter zu Schulter auf.



42

Jetzt wird noch die Querbahn des Tuchs über den Rücken Deines Babys gezogen. Das ist der Tuchstrang, der seitlich von hinten kommt.



43

Führe beide Füßchen unter



44

der Tuchbahn durch.



45

Greif die Kante der Querbahn und zieh sie langsam über den Rücken Deines Babys,



46

bis Du so viel Stoff im Nacken hast, dass eine kleine Tuchwulst entsteht.



47

Zum Schluss greifst Du noch in Deinem Nacken an die innenliegende Tuchkante und ziehst den Stoff nach vorne. Dadurch strafft sich die Tuchkante am Köpfchen Deines Babys und es verschwindet nicht mehr unter den Seitenbahnen.



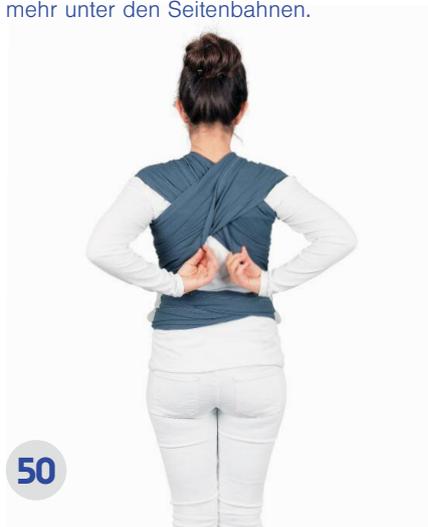
48

Ziehe den Stoff von Deinem Halsbereich auf Deine äußeren Schultern.



49

So verteilt sich das Gewicht Deines Kindes weg von Deiner Halsmuskulatur auf die Schultern.



50

Um den Sitz des Tuches bequemer zu machen, greifst Du nach hinten und ziehst die unteren Kanten in Deinen unteren Rücken.



51

Um zu verhindern, dass schwerere Babys mit der Zeit nach unten sacken, zieh nach dem ersten Binden noch einmal den Knoten nach vorn, >



52

löse ihn und binde ihn fester nach.



53

Die zu langen Tuchbahnen kannst Du, wenn möglich, auf Deinen Rücken bringen und dort verknoten



54

So sieht das fertig gebundene elastische Tragetuch aus. Es ist fest genug gebunden, wenn Du Dich nach vorne beugen kannst und Dein Baby Körperkontakt hält (bis auf das Köpfchen).



55

Wenn Du Deinem Baby mehr freie Sicht ermöglichen möchtest, greif unter dem Tuchstrang nach der inneren Kante und führ sie



56

nach außen über die Schulter. Der Tuchstrang ist nun gekippt.



57

Dadurch liegt der Stoff enger an Deiner Schulter an und das Baby hat eine freiere Sicht.



58

Du kannst das Köpfchen stützen, indem Du die andere Tuchbahn über den Hinterkopf ziehst. Achte jedoch darauf, dass Dein Baby beim Tragen nicht immer in die gleiche Richtung guckt. •



Und so geht es wieder raus aus der Wickel-X-Trage!



Wenn Du Dein Baby wieder aus dem elastischen Tragtuch herausnehmen möchtest...



1

...musst Du nicht das ganze Tuch abbinden. Zieh einfach die Querbahn unten,



2

fädelt die Füßchen wieder heraus.



3

Zieh die Tuchbahnen über dem Rücken



4

zur Seite



5

und nimm Dein Baby aus dem Tuch heraus.



6

Du kannst das Tuch einfach umbunden lassen und das Baby später einfach wieder hineinsetzen. •



Elastisches Baby-Tragetuch

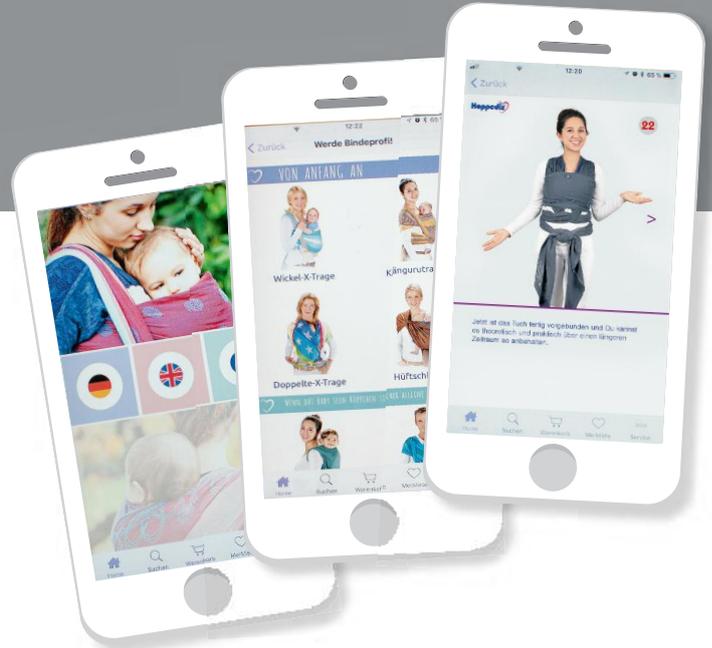
by **Hoppediz**



HOPPEDIZ® to go – auch unterwegs immer gut gebunden!

Weitere Bindevarianten, Tipps und Informationen findest Du unter www.hoppediz.de

Und mit der HOPPEDIZ®-App hast Du immer alle Bindevarianten und viele tolle Features auf Deinem Tablet oder Mobiltelefon dabei.



Hoppediz®

Aus Liebe zu Dir!

Hoppediz GmbH & Co. KG
Zum Scheider Feld 45 · D-51467 Bergisch Gladbach
☎ +49 (0) 22 02-98 35 0 · ✉ info@hoppediz.de
www.hoppediz.de · www.hoppediz.com · www.hoppediz.fr



Copyright by **Hoppediz**
Nachdruck und Kopien jeglicher Art nur in Absprache und mit Erlaubnis der Firma HOPPEDIZ® GmbH & Co. KG.



4 250431 300224