



Ruggupokinn er eitt þeirra hjálpartækja sem ég hef ávallt talið það nauðsynlegasta, barnið verður mun léttara og óþarfi að skjóta út mjöðminni þegar haldið er því. Við mæðgurnar hættum að nota pokann þegar dóttir mín var um tveggja ára, en hún hélt áfram að bera brúðurnar sínar um í sínum ruggupoka. Í dag fást fleiri gerðir en þegar ég var að ala mín börn upp. Þar má helst nefna Moby Wrap. Mundu bara að það að halda á barninu gerir það ekki óþekkt.

Arnheiður Sigurðardóttir lýðheilsu- hjúkrunarfræðingur og brjóstagjafaráðgjafi, IBCLC, og LLL-leiðbeinandi, MEd. nemi við HR.

Heimild

Þóra Þóroddsdóttir (2001). Að hreyfa sig og hjúfra. Reykjavík. Ásútgáfan.

Nursing mothers' Association of Australia (1991). Why is my baby crying? Nursing mothers' Association and Australia.

Opið hús í Grensáskirkju
Háaleitisbraut 66
sjá
www.brjostagjof.is

Facebook.com
Brjostagjof.is

The breast is best

“WHO and unicef now recommend that every infant should be exclusively breastfed for the first six months of life, with continued breast-feeding for up to two years or longer”



Leiðbeinendur:

Arnheiður Sigurðardóttir lýðheilsu- og hjúkrunarfræðingur, IBCLC, LLL-leader og nemandi í kennslufræðum við HR

Hulda Sigurlína Þórðardóttir hjúkrunarfræðingur, brjóstagjafaráðgjafi og nemi í ljóðmóðurfræðum við HÍ.

Þess vegna vill barnið
láta halda á sér?





Þess vegna vill barnið láta halda á sér

Foreldrar velta eflaust fyrir sér hvort og hversu mikið á að halda á barninu. Verður barnið óþekkt eða er það að halda á barninu nauðsynlegt til eðlilegs hreyfingarproskana fyrir það. Ég vitna hér í bók Þóru Þóroddsdóttur sjúkraþjálfara „Að hreyfa sig og hjúfra” og tel ég þá bók mikilvæga lesningu fyrir alla foreldra.

Hún segir “Þyngdarskynið þróast snemma á lífsleiðinni og á undan flestum öðrum skynsviðum. Sem átta vikna gömul fóstur erum við þegar farin að nota þyngdarskynið og efla það með tilsvarendi heilahluta. Fóstrið lifir nokkurn veginn í þyngdarleysi í legvatninu, flýtur, vaggar og hringsólar í samræmi við hreyfingar og hraða móðurinnar.

Þannig hefur það náð umtalsverðum þroska þegar við fæðingu og þetta er í góðu samræmi við það, að mænukyllfan hluti I byrjar að þroskast snemma og að grundvallarstarfsemi taugakerfisins kemur þaðan.



Við fæðingu gjörbreytist umhverfi barnsins. Nú er ekki lengur hægt að fljóta né sveiflast með sama léttleika og fyrr. Við búum á jörðinni, sem er föst og hörð. Þyngdin togar stöðugt og afgerandi í okkur, bremsar okkur af. Barnið, sem hefur öðlast nógu mikinn þyngdarþroska í móðurkviði, sættir sig engan veginn við þessar hömlur. Það vill halda áfram, hefur löngun og þor til að rannsaka nýtt umhverfi og finna fyrir eigin þunga á mismunandi hraða og í öllum hugsanlegum víddum.

Þess vegna biður það ómeðvitað um að vera tekið upp, að gengið sé um gólf með það, því sé vaggð og sveiflað. Við svörum barninu með eðli okkar og líkama og erum þess vegna aldrei kyrr, þegar við höldum á hvítvoðungi. Við stöndum kyrr með mjólkurfarnu og smjörlíkisstykki, en fáum við lítið barn í fangið, kemur upp í okkur dans og taktur. Barnið þakkar fyrir sig og launar okkur í ríkum mæli, með því að slaka á og aðlagast okkur líkamlega. Upplifunin bætir báða aðila”. (Þóra Þóroddsdóttir 2001).

Ávinningur af notkun burðarpoka

Rannsókn nokkur sem fram fór í Bandaríkjunum leiddi eftirfarandi í ljós: Börn foreldra sem notuðu burðarpoka að staðaldri grétu minna. Þau virtust sjaldnar fá kveisu og virtust almennt ánægðari. Auk þess gátu foreldranir betur áttað sig á þörfum barnsins og nutu þess frekar að vera með því. Hvað eldri börnin áhræði, var niðurstaðan sú, að helsti kosturinn væri hve mikið auðveldara væri að halda á þeim. Aðskilnaðarhræðslan virtist dvína við notkun burðarpoka og var tekið eftir því hve auðvelt var að gefa ungum börnum brjóst á almannafæri.

Ruggupokinn og Moby Wrap bjóða upp á fjölbreytta notkunarmöguleika, allt eftir aldri og stærð barnsins. Þeir geta verið í notkun allt frá fæðingu til a.m.k. tveggja ára aldurs sem kemur í veg fyrir að það þurfi að kaupa röð af burðarpokum eftir því sem barnið eldist.

Í fyrstu liggur barnið þétt upp við maga og brjóst foreldranna, þar sem auðvelt er að gefa því brjóst ef svo ber undir. Móðirin þarf aðeins að lyfta undir barnið og leggja það á. Þegar barnið stækkar, þyngist og verður meira um sig, þá er það sett í mjaðmastöðu en þar dreifist þungi barnsins jafnt milli axla og mjaðma.