

# Geborgenheit von Anfang an

**Babys suchen gerade im ersten Lebensjahr den Körperkontakt zu ihren Eltern. Aber mit einem Baby auf dem Arm ist der Alltag oft mühsam zu bewältigen. Abhilfe schaffen Tragehilfen: Sie sind u.a. gut für die Entwicklung der Hüfte der Babys.**



Foto/Grafik:ORF

Damit der Umgang mit den knapp fünf Meter langen, dicht gewebten Tragetüchern auch klappt, sollte man sich den Umgang mit ihnen von einer Trageberaterin erklären lassen. Sie kennen die verschiedenen Bindetechniken und auch Tricks gegen klassische Anfängerfehler.

So ist es laut Michaela Lehner, der Gründerin der ersten Trageschule in Baden, zu Beginn oft ein Problem für Eltern, das Tuch fest genug zu binden. Doch nur dadurch wird das Kind ausreichend gestützt. Hat es nicht genügend Halt, muss es zu viel an eigener Kraft aufwenden, um die Position zu bewahren.

## Auf Beinhaltung achten

Wichtig ist auch die richtige Position der Beine, die so genannte Anhock-Spreiz-Haltung. Das Kind kann vorne, hinten oder seitlich getragen werden, allerdings sollte das Kind nie nach vorne blicken, erklärt die Trageberaterin. Dabei wird die Hüfte nicht unterstützt, die Beine haben eine falsche Haltung. Auch die Wirbelsäule nimmt die falsche Haltung ein. Denn die ist bei Babys anfangs noch leicht gerundet. Und das Kind ist auch ob der vielen Eindrücke oft überfordert und gestresst.



Foto/Grafik:ORF

## Tragehilfen als Alternative

Wer nicht so gerne lange Tücher knotet, für den sind Tragehilfen eine Alternative. Allerdings sind sie im Gegensatz zum Tragetuch nicht universell für jedes Alter einsetzbar. Wer das Kind länger tragen will, muss zwischendurch das Modell wechseln.

Doch egal ob Tuch oder Trage, hat man das System durchschaut, so erleichtern sie den Eltern den Alltag, etwa bei der Hausarbeit oder wenn man Wege zu erledigen hat, die mit Kinderwagen mühsam zu bewältigen sind, etwa bei Häusern ohne Lift oder auf Wanderungen. Auch Eltern mit Rückenproblemen oder Kinder mit speziellen Bedürfnissen können meist tragen beziehungsweise getragen werden, hier bedarf es allerdings einer ausführlichen Beratung und Rücksprache mit einem Arzt.

**Sendungshinweis:** „NÖ heute“, Sendung vom 7.9.2012

---

Publiziert am 07.09.2012