

# Jak nosić niemowlę?

[Strona główna](#) » [Dziecko](#) » Jak nosić niemowlę?

W pierwszych kilku miesiącach życia malucha, wykonujesz przy nim bardzo dużo czynności, którym nie jest on w stanie wykonać samodzielnie. Jedną z nich jest noszenie. Przeczytaj nasz poradnik i dowiedz się, w jaki sposób powinnaś robić to prawidłowo!



Kiedy Twoja pociecha nie jest jeszcze w stanie chodzić samodzielnie, musisz mu pomóc i **nosić go na własnych rękach**. Ważne, abyś umiała robić to prawidłowo, aby nie zaszkodzić niemowlakowi.

## ABC noszenia niemowlaka

1. Bardzo ważną zasadą jest wolne tempo noszenia. Maluch nie lubi, kiedy rodzice wykonują zbyt gwałtowne ruchy. Może stać się przez to bardziej nadpobudliwy i mieć problemy z zasypianiem.
2. Podczas noszenia niemowlaka pamiętaj również o zachowaniu delikatności oraz płynności ruchów.
3. Bez względu na wybór ulubionej pozycji pociechy, zwróć uwagę, aby jego głowa zawsze stanowiła najwyższy punkt jego ciała, niech zawsze będzie skierowana prosto lub do góry, a nigdy w dół.
4. Warto nosić dziecko naprzemiennie. Raz na prawym, raz na lewym boku.



Czy wiesz o tym, że większość młodych matek (i ojców również) nosi swoje dzieci w **pozycji tzw. "fasolki"**. Pozycja ta jest bardzo często porównywana do naturalnego ułożenia płodu w brzuchu matki. Jest ona **bardzo łatwa w wykonaniu**. Polega na podtrzymaniu jedną ręką przez rodzica pupy niemowlaka. Połóż ją pod dwoma nogami dziecka.



Równie często praktykowaną pozycją noszenia niemowlaka jest **kładzenie głowy niemowlaka na ramieniu**. Jest ona niezwykle skuteczna po zjedzeniu posiłku przez malucha. Połóż jego głowę na ramieniu, tak aby ręce dziecka opadały luźno na Twoje plecy. Jeżeli Twoja pociecha jest bardzo ruchliwa i żywiołowa, koniecznie nie zapomnij o asekurowaniu jego ciała oraz główki swoją drugą ręką.

**Tekst: Emilia Czackowska-Bołtromiuk**

**Źródło: [MilionKobiet.pl](http://MilionKobiet.pl)**

**Przeczytaj również:**

**[Co zrobić ze śpiochem?](#)**

**[Mokry kłopot](#)**

**[Jak usunąć zajady](#)**

