

FUCHSI



BABY TRAGETUCH



Lieber Kunde,

wir freuen uns, dass Sie sich für das FUCHSI Baby Tragetuch entschieden haben. Das FUCHSI Baby Tragetuch ist genau die richtige Entscheidung für ein bequemes und sicheres Tragen Ihres Babys. Es ist davon auszugehen, dass das Tragetuch seit Urzeiten die übliche Form für die Beförderung kleiner Kinder war. Bis heute tragen zwei Drittel der Weltbevölkerung ihre Babys in einem Tragetuch. Auch in Deutschland wurde dieser Trend, wenn auch etwas spät, erkannt. So wurde am 8. Juni 2018 der Internationale Verband Babytragen e.V. gegründet, um das ergonomische Tragen von Babys zu fördern und die Gesundheit sowohl von Babys als auch von Eltern zu fördern. Sie sehen also, mit der Wahl unseres Baby Tragetuchs haben Sie alles richtig gemacht!

Stärken Sie die emotionale Bindung zu Ihrem Baby

Es ist bewiesen, dass Babys weniger schreien, wenn sie regelmäßig getragen werden. Dazu stärken die Körperwärme und der enge Körperkontakt die emotionale Bindung zwischen Mutter/Vater und Kind. Der vertraute Herzschlag beruhigt das Baby und es fühlt sich durch die Wärme und Nähe zu seinen Eltern besonders wohl und geborgen. Durch die warme, geborgene Umgebung schlafen Babys zudem schneller ein und beruhigen sich bei Unwohlsein in kürzester Zeit wieder. Und auch Sie als Eltern reagieren sensibler auf Ihr Kind. Sie werden ganz vertraut mit der Körpersprache Ihres Babys durch den engen Kontakt und wissen genau, was das Baby braucht. Das Tragen im Tragetuch wird daher von verschiedenen Experten immer wieder als eine der sinnvollsten Maßnahmen zur Förderung der frühkindlichen Entwicklung genannt. Das gesamte Ohrenschmalz auszuspülen. Halten Sie sich am besten eine Auffangschale unter Ohr oder führen Sie diesen Schritt über dem Waschbecken aus, um das herauslaufende Sekret aufzufangen.

Gesundheitliche Vorteile

Wichtig ist natürlich vor allem die Gesundheit des Kindes: Durch den sog. Anhock-Reflex, den das Kind von sich aus entwickelt, wird es ganz nah an den Elternteil gebracht, wodurch ihm ein großes Sicherheitsgefühl vermittelt wird. Zudem unterstützt die Haltung die Hüftreifung Ihres Babys und möglichen Hüftgelenkserkrankungen kann vorgebeugt werden. Auch das Wachstum der Rückenmuskulatur wird angeregt. Das Tragen begünstigt außerdem

die Körpertemperatur des Babys, denn diese kann sein kleiner Körper noch nicht alleine regulieren. Auch die Sinne Ihres Kindes werden geschärft, da es die Welt „auf Augenhöhe“ wahrnehmen kann und durch die Bewegung wird die Motorik angeregt. Nicht zuletzt können durch das Tragen und die Bewegung die Beschwerden bei 3-Monats-Koliken gelindert werden.

Aber nicht nur für das Kleinkind ist das Tragen im Tragetuch wichtig und gesund, auch Eltern helfen damit ihrer Gesundheit. Mehreren Berichten zufolge wurden durch das Tragen beispielsweise Rückenschmerzen gelindert sowie die Rückenmuskulatur aufgrund der nötigen Körperkraft gestärkt. Auch können unangenehme orthopädische Folgeprobleme im Rücken, die evtl. durch die Schwangerschaft entstanden sind, gemildert werden.
gefüllt ist.

Die praktische Hilfe im Alltag

Das FUCHSI Baby Tragetuch punktet durch seine praktische Verwendung im Alltag: Das Baby ist schnell fest an Sie gebunden und Sie haben beide Hände frei. Egal, ob im Haushalt, auf Ausflügen oder in öffentlichen Verkehrsmitteln – das Tragetuch ist eine große Erleichterung, wenn der Kinderwagen zu umständlich ist oder das Baby sich nach Nähe sehnt. Außerdem können Sie Ihr Baby durch das Tragetuch sehr diskret stillen, da es gleichzeitig als Sichtschutz dient. Unterwegs können Sie das Tuch zusätzlich als Decke für Ihr Baby verwenden.

Das Baby kann des Weiteren im Tragetuch nicht in den Tiefschlaf fallen und schläft somit in der Nacht besser – dies sorgt für ruhigere und angenehmere Nächte für Eltern und Kind.

Bis wann kann ich mein Baby tragen?

Auch wenn Ihr Baby schon krabbeln oder sogar laufen kann, wird es noch viel Zeit auf Ihrem Arm verbringen wollen. Daher kann Ihnen unser Tragetuch lange Zeit das Leben mit einem kleinen Kind vereinfachen. Das Tuch ist, abhängig vom Gewicht des Kindes, auf die Benutzung über mehrere Jahre ausgelegt. Es wird jedoch empfohlen, ein Tragetuch ab einem Gewicht von 20kg nicht mehr zu verwenden, da sonst die Belastung für Ihren Rücken zu hoch werden kann. Das Tuch lässt sich, wie bereits erwähnt, im Gegensatz zum Kinderwagen überall hin mitnehmen- die Investition lohnt sich also nicht nur für die erste Babyzeit!

Vorteile gegenüber anderen Tragetüchern

- Hochwertiges Material
- Hoher Tragekomfort
- Energiesparend waschbar bei 30-40 Grad
- Leichter und atmungsaktiver Stoff – auch für den Sommer geeignet!
- Inklusive praktischem Aufbewahrungsbeutel
- Unser Logo ist in der Mitte des Tuchs angebracht – vereinfacht das Binden!
- Länger als Konkurrenzprodukte – damit es für jede Mutti passt!
- Von Ärzten und Hebammen empfohlene, orthopädisch korrekte Anhock-Spreiz-Haltung des Kindes wird unterstützt

Wickel-Techniken

Es gibt viele Möglichkeiten, wie ein Tragetuch eingesetzt werden kann. Wichtig ist, dass die gewählte Trageweise die Gesundheit von Eltern und Kind unterstützt. Mit dem FUCHSI Tragetuch können Sie Ihr Baby vor dem Bauch, auf der Hüfte oder mit etwas Übung auf dem Rücken tragen. Wir stellen Ihnen die 3 Wickeltechniken nochmal detailliert vor. Keine Sorge: Die Techniken sind super leicht zu erlernen und nach 1-2 Versuchen hat man ganz schnell den Dreh raus! Üben Sie am Anfang am besten vor einem Spiegel, sodass Sie jeden Handgriff besser sehen können. Jede Technik garantiert Sicherheit, einen festen Sitz Ihres Babys im Tragetuch und unterstützt die von Ärzten und Hebammen empfohlene M-Position (Anhock-Spreiz-Haltung).

- Die Atemwege Ihres Babys müssen immer frei sein. Achten Sie darauf, dass immer zwei Finger Luft unter dem Kinn Ihres Babys sind. Sein Kopf sollte weder auf seine Brust sinken noch sollten Gesicht und/oder Nase von dem Tuch bedeckt sein.
- Kopf und Rücken Ihres Babys müssen immer ausreichend gestützt sein. Dies sollten Sie auch zwischendurch immer mal wieder kontrollieren.
- Seien Sie immer vorsichtig, gerade beim nach vorne Lehnen oder Beugen, da das Gleichgewicht durch die Bewegung Ihres Kindes beeinträchtigt sein kann. Verwenden Sie das Tragetuch bitte keinesfalls bei sportlichen Aktivitäten, im Auto oder im Flugzeug.
- Das Baby und Sie bilden eine Einheit. Ihr Kind sollte an Ihnen sitzen und nicht hängen. Sie sollten stets ein angenehmes Gefühl beim Tragen haben.

Bauchtrage (von Beginn an)

Diese Variante ist besonders gut für Frühchen geeignet, da Sie Ihr Baby wie maßgeschneidert am Körper tragen. Da Sie hier allerdings das meiste Gewicht im Schulter- und Nackenbereich tragen, sollten Sie auf andere Techniken umsteigen, wenn Ihr Kind größer und schwerer wird.



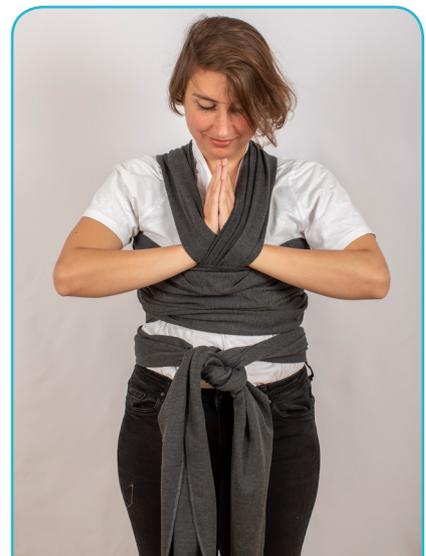
Das Tuch umbinden



- Legen Sie sich das Tuch so auf den Oberkörper, dass das Logo in der Mitte erscheint.
- Wickeln Sie das Tuch um Ihre Taille und überkreuzen Sie die Tuchenden hinter Ihrem Rücken, ohne sie zu verdrehen. Dabei „wechseln“ Ihre Hände.



- Nehmen Sie Ihre Arme nach oben und ziehen Sie dann die beiden Enden fest. Auf Ihrem Rücken sollte sich jetzt ein schönes Kreuz gebildet haben.
- Führen Sie die Enden nun wieder nach vorne, sodass sie lose von Ihren Schultern herabhängen.
- Von dort aus nehmen Sie die beiden Tuchstränge zusammen und stecken Sie mittig durch die querliegende Tuchbahn vor Ihrem Oberkörper.



- Überkreuzen Sie nun die beiden Tuchenden wieder hinter Ihrem Rücken, führen Sie vor Ihren Bauch und verknoten sie dort.
- Greifen Sie nun mit Ihren Händen von beiden Seiten unter die Schulterteile und führen Sie die Hände zusammen, als würden Sie beten. Drücken Sie die Tuchstränge dann mit Ihren Unterarmen so auseinander, dass sich eine Öffnung ergibt, in die Sie später Ihr Baby setzen können.

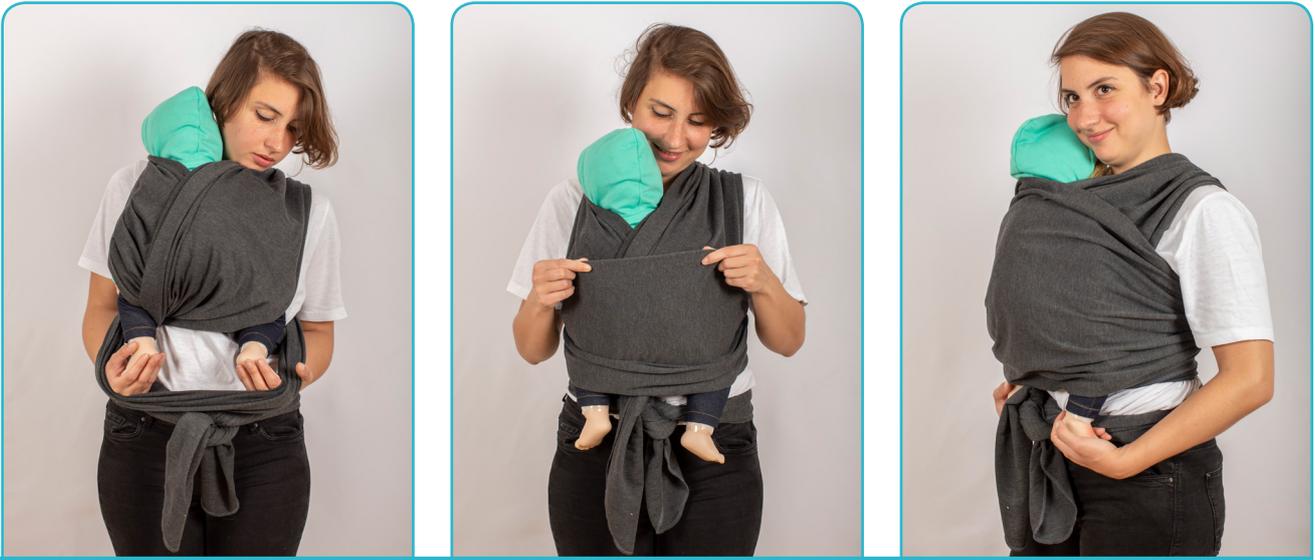
Das Baby ins Tuch setzen



- Nehmen Sie Ihr Baby mittig vor Ihre Brust hoch und führen jeweils ein Bein unter eine „Öffnung“ der Schulterstränge.
- Halten Sie Ihr Baby immer mindestens mit einer Hand fest!



- Breiten Sie die untere Tuchbahn unter dem Po und Rücken Ihres Babys aus.
- Straffen Sie die Bahn, indem Sie sie unter dem Knie Ihres Babys greifen und festziehen.
- Breiten Sie dann den darüber liegenden Teil des Tuches aus, indem Sie ihn in beide Richtungen auffächern.



- Kümmern Sie sich nun um die Beine Ihres Babys, indem Sie jeweils von hinten durch den Querstrang greifen und das jeweilige Bein unter den Strang legen.
- Haben Sie die Beine unter dem Querstrang „versteckt“, fächern Sie nun noch die Querbahn über dem Rücken Ihres Babys auf.
- Kontrollieren Sie abschließend noch, ob Ihr Baby in der richtigen M-Position liegt, die Atemwege frei sind, der Rücken gestützt ist und der Kopf auf Kusshöhe liegt.

Vorteile der Bauchtrage:

- Geeignet ab Geburt bis ins Kleinkindalter
- Ergonomisch sehr gut für das Baby
- Rückenschonend

Achtung: Setzen Sie Ihr Baby bitte ausschließlich wie angegeben in das Tuch, da sonst die Sicherheit nicht gewährleistet werden kann. Wenn Sie das Baby mit Blick nach vorne in das Tuch setzen, kann der Kopf nicht richtig gestützt werden. Auch der Steg zwischen den Beinen Ihres Kindes kann nicht richtig breit gezogen werden und die korrekte Anhock-Spreiz-Haltung ist nicht gegeben – das Kind fällt in eine unnatürliche Hohlkreuzstellung. Ihr Kind kann in den ersten Monaten nur die nahe Umgebung scharf erkennen und so kann es sein, dass Sie es einer Reizüberflutung aussetzen, wenn Sie es mit dem Gesicht nach vorne in das Tuch setzen. Wenn Sie dennoch ein sehr neugieriges Kind haben, bieten sich die im Folgenden beschriebenen Hüft- und Rückentrage-Varianten an.

Hüfttrage (ca. ab der 10. Woche, wenn Ihr Baby sein Köpfchen alleine halten kann)

Die Hüfttrage eignet sich optimal, wenn Ihr Kind etwas älter und schwerer wird. Denn dadurch, dass Sie das Gewicht Ihres Kindes optimal auf Ihre Hüfte und Ihre Schulter verteilen, können Sie es länger bequem tragen. Gleichzeitig wird der Rücken Ihres Kindes abgestützt, was wichtig ist, da es noch nicht selbstständig sitzen kann.



Das Tuch umbinden



- Entscheiden Sie sich zunächst, auf welcher Seite Sie das Tuch tragen möchten. Legen Sie sich dann das Tuch so auf den Arm, dass das Logo auf Ihrer Schulter erscheint. Wenn Sie Ihr Kind auf der linken Seite tragen möchten, legen Sie sich das Tuch auf die rechte Schulter und umgekehrt.
- Raffen Sie das Tuch bis zu Ihrer Schulter komplett zusammen.
- Greifen Sie mit Ihrer Hand nach der Kante des Tuchs, die außen an Ihrer Schulter liegt und verdrehen Sie das Tuch einmal hinter Ihrem Rücken. Bringen Sie die Tuchbahn nun unter Ihrem Arm hindurch nach vorne und breiten sie vor Ihrem Oberkörper aus.



- Raffen Sie mit jeweils einer Hand beide Teile des Tuchs zusammen, sodass Sie einen vertikalen und einen horizontalen Tuchstrang in der Hand halten.
- Ziehen Sie den horizontalen Strang in die Richtung des vertikalen, der an Ihrer Schulter herunterhängt. Legen Sie den horizontalen über den vertikalen Tuchstrang.
- Legen Sie dann den vertikalen Strang nach hinten über Ihre Schulter und führen ihn über die Seite unter Ihrem Arm hindurch wieder nach vorne.



- Ihre Schulter sollte nun komplett von Stoff bedeckt sein und eine Bahn des Tuches sollte schräg vor Ihrem Oberkörper zu Ihrer Taille führen.
- Klemmen Sie sich jetzt die beiden Tuchenden zwischen Ihre Knie.

Das Baby ins Tuch setzen



- Nehmen Sie Ihr Baby auf die nicht von Stoff bedeckte Schulter und führen es mit dem Po in die diagonale Tuchbahn.
- Ziehen Sie das Tuch so zwischen den Beinen Ihres Kindes durch, dass der Stoff einen Beutel um Ihr Baby bildet.
- Ziehen Sie den Teil, an dem der Kopf Ihres Babys liegt, gut fest und achten Sie darauf, dass die Tuchstränge noch zwischen Ihren Knien klemmen.



- Greifen Sie mit dem Arm auf der Seite, auf der Ihr Baby liegt, den Tuchstrang, ziehen Sie ihn hinter Ihrem Rücken fest und ziehen Sie das Tuch anschließend zur Seite.
- Ist alles straff, verdrehen Sie die Tuchbahn mit beiden Händen. Dadurch sollte sich auf Ihrem Rücken ein kleines Kreuz gebildet haben.



- Ziehen Sie das ausgebreitete Tuch über den Rücken Ihres Babys nach vorne und stecken es unter seinen Po.
- Führen Sie den gerafften Tuchstrang nun unter dem Knie Ihres Kindes und gleichzeitig hinter dem vertikalen Tuchstrang hindurch nach hinten.



- Den Tuchstrang in Ihrer Hand führen Sie nun einmal um Ihre Taille herum nach vorne und legen ihn wieder zwischen Ihre Knie.
- Mit dem anderen Strang ziehen Sie die Kanten noch einmal richtig fest, sowohl seitlich als auch nach unten.



- Ist alles fest, verdrehen Sie die Tuchbahn wieder mit beiden Händen.
- Diese verdrehte Bahn legen Sie nun über Rücken und Po Ihres Babys und ziehen sie erneut fest.
- Raffen Sie das Tuch wieder zusammen und führen es unter dem Knie Ihres Babys nach hinten.



- Abschließend führen Sie beide Tuchenden nach vorne und verknoten sie vor Ihrem Körper. Falls Ihnen die Enden zu lang sind, können Sie diese auch noch einmal um die Taille legen und wieder verknoten.
- Kontrollieren Sie abschließend noch, ob Ihr Baby in der richtigen Position liegt, die Atemwege frei sind und der Rücken gestützt ist.

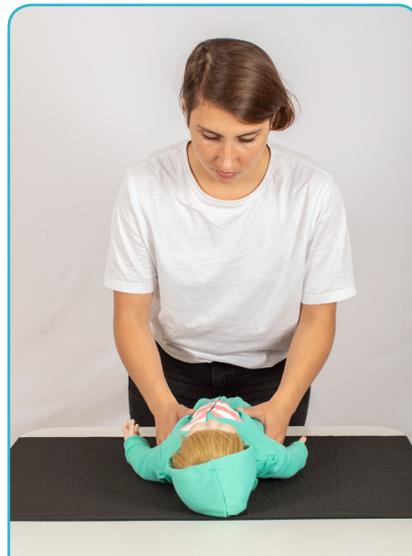
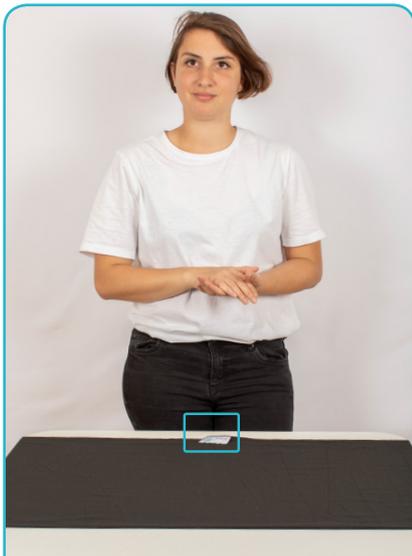
Tipp: Wenn Ihr Baby eingeschlafen ist, ziehen Sie die Tuchkante etwas über den Kopf, um sein Köpfchen zu stützen.

Rückentrage (ca. ab dem 4. Monat, wenn Ihr Baby sein Köpfchen alleine halten kann)

Wenn Ihr Baby auch für die Hüfttrage zu schwer wird, Sie aber trotzdem nicht auf das Tragen verzichten möchten, bietet sich die Rückentrage an. Durch diese können Sie Ihren Rücken stark entlasten, fördern die gesunde Haltung Ihres Kindes und ermöglichen ihm außerdem die perfekte Aussicht, beispielsweise bei Ausflügen. Außerdem haben Sie hierbei den Bauch frei und sind somit gleichzeitig wieder wesentlich freier in Ihren Bewegungen.



Das Tuch umbinden



- Breiten Sie das Tuch so auf einer flachen Unterlage aus, dass das Logo mittig zu sehen ist und legen Sie ihr Baby darauf ab. Die obere Kante des Tuchs sollte dabei ungefähr auf Ohrenhöhe Ihres Babys liegen.
- Raffen Sie die untere Kante in Richtung der Kniekehlen Ihres Babys zusammen, bringen Sie die daraus entstehenden Tuchstränge über Ihr Baby und greifen Sie sie auf der Höhe seines Brustbeins mit der Hand zusammen



- Ziehen Sie nun die untere Kante des Tuchs in die Kniekehlen Ihres Babys. Dabei hocken Sie seine Beine ein wenig an und straffen die untere Kante auf beiden Seiten.
- Ziehen Sie nun mit der rechten Hand die oberen Kanten nach, sodass Ihre linke Hand das Brustbein Ihres Babys berührt.
- Heben Sie Ihr Kind an den Strängen in Ihrer linken Hand hoch, unterstützen seinen Po mit der rechten Hand und halten es quer vor Ihren Körper. Beachten Sie, dass sich ein Tuchstrang vor und einer hinter Ihrem Baby befinden sollte.



- Heben Sie Ihr Baby nun ungefähr bis auf Höhe Ihres Kinns an und legen es anschließend über Ihre rechte Schulter auf den Rücken. **Tipp: Lassen Sie sich am besten am Anfang von einer zweiten Person helfen.**
- Ihre rechte Hand muss dabei immer stützend auf Ihrem Kind liegen, während Sie mit Ihrer linken Hand den hinten liegenden Tuchstrang seitlich über Ihre Schulter nach vorne ziehen.
- Es sollten nun beide Tuchbahnen jeweils links und rechts über Ihre Schultern nach vorne fallen.



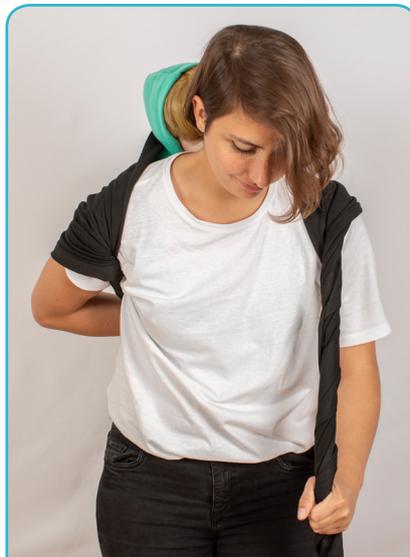
- Legen Sie Ihre linke Hand nach hinten an die Füße Ihres Babys.
- Beugen Sie sich mit durchgestrecktem Rücken weit nach vorne und bringen Sie Ihr Baby in eine für Sie angenehme Position.
- Greifen Sie mit Ihrer linken Hand nun durch die Beine Ihres Kindes nach der unteren Kante des Tuchs und breiten sie über seinem Po aus. Stützen Sie Ihr Baby dabei auch gleichzeitig mit derselben Hand.



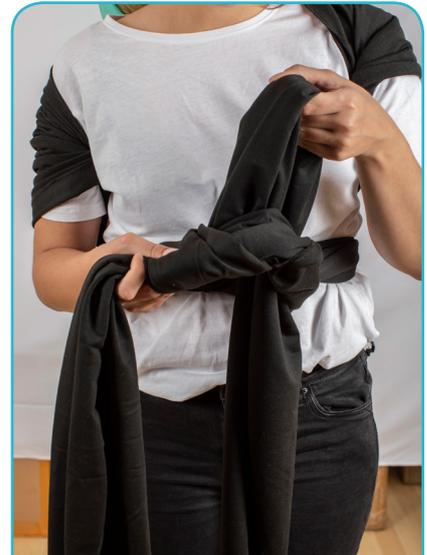
- Fassen Sie nun mit beiden Händen an die untere Kante des Tuchs und bringen diese zwischen sich und die Beine Ihres Babys. Dadurch entsteht ein „Beutel“, in dem Ihr Kind schon etwas getragen wird.
- Während Sie Ihr Baby wieder mit der linken Hand stützen, straffen Sie mit der rechten Hand die rechte Kopfkante.
- Dafür ziehen Sie sie solange nach, bis der komplette Strang in Ihrer Faust liegt.



- Diesen gestrafften Strang drehen Sie jetzt etwa drei- bis viermal ein.
- Anschließend bringen Sie den Strang unter Ihrer Achsel nach hinten, legen ihn über das Bein Ihres Babys unter seinen Po und lassen Ihre Hand dort.
- Die Kopfkante auf der anderen, also der linken Seite straffen Sie jetzt genauso wie eben auf der rechten Seite.



- Drehen Sie auch diesen Strang wieder entsprechend ein und führen ihn auf dieselbe Art über das Bein des Babys unter seinen Po.
- Kreuzen Sie die beiden Stränge unter dem Popo Ihres Babys und führen sie unter seinen Beinen hindurch wieder vor Ihren Bauch.



- Machen Sie zunächst einen einfachen Knoten vor Ihrem Bauch.
- Anschließend führen Sie den unteren Strang unter dem oberen Strang her und halten ihn dabei fest.
- Mit Ihrer freien Hand greifen Sie von oben in die Schlinge, ziehen den oberen Strang nach oben zurück und ziehen den Knoten fest.



- Ziehen Sie ggf. noch lockeren Stoff im Knoten fest.
- Sind die Tuchstränge jetzt länger als Ihr halber Oberschenkel, führen Sie sie nach hinten und verknoten sie dort wieder.
- Kontrollieren Sie abschließend noch, ob Ihr Baby in der richtigen Position sitzt, die Atemwege frei sind und der Rücken gestützt ist.

Vorteile der Rückentrage:

- Sehr sichere Trageweise
- Mehr Bewegungsfreiheit für den Träger
- Blickfreiheit für das Baby
- Für größere Babys geeignet

Allgemeine Checkliste:

- Sitzt Ihr Baby richtig?** Die Kniekehlen sollten einen 90°-Winkel bilden oder höher als das Windelpaket liegen. Der Kopf Ihres Babys sollte auf Kuschhöhe sein.
- Sitzt Ihr Baby bequem?** Das Tuch sollte bis in seine Kniekehlen reichen und keine Falten haben, damit es nicht scheuert. Außerdem sollten die kleinen Beinchen nicht durch zu engen Stoff abgedrückt werden.
- Schmerzen im Schulter- oder Nackenbereich?** Überprüfen Sie die Bindung, ziehen Sie die Tuchstränge nach und glatt oder wechseln Sie ggf. die Variante.
- Ist das Baby warm genug angezogen?** Gerade im Winter ist es wichtig, das Baby warm genug anzuziehen, damit es nicht auskühlt. Besonders Kopf, Beine und Füße sollten dick eingepackt werden, weil sie nicht vom Tuch bedeckt werden.
- Überhitzt das Baby nicht?** Im Sommer sollten Sie Ihr Kind nicht zu dick anziehen, da es durch das Tuch und den Körperkontakt bereits gewärmt wird und es sonst überhitzen kann. Weder Sie noch Ihr Baby sollten schwitzen beim Tragen.

Allgemeine Tipps:

- Vor dem ersten Versuch das Tragetuch umzubinden sollten Sie die gewählte Technik in der Theorie verstanden haben. Es bietet sich auch an eine zweite Person um Hilfe zu bitten.
- Warten Sie am besten ab, bis Ihr Baby ruhig und entspannt ist. So ist das Umbinden leichter.
- Sie wissen Ihr Baby sitzt richtig und fest, wenn Sie sich nach vorne, hinten oder zur Seite lehnen können, ohne das Gefühl zu haben, Ihr Baby „fällt“ ins Tuch und Sie müssten es mit der Hand festhalten.
- Wenn Sie mit öffentlichen Verkehrsmittel wie Bus oder Bahn unterwegs sind, setzen Sie sich am besten entgegen der Fahrtrichtung, um bei einer starken Bremsung das Köpfchen des Kindes abfangen zu können.

Pflegehinweise:

- Das Tuch benötigt ausreichend Platz in der Waschmaschine. Lassen Sie es zudem nicht in der Maschine liegen, da sich sonst Falten bilden, die schwer auszubügeln sind.
- Waschen Sie das Tuch am besten im Schonwaschgang bei niedriger Schleuderdrehzahl.
- Es sollte Waschmittel ohne Aufheller verwendet werden, da sonst die Farbe verblasen kann.
- Lassen Sie das Tragetuch schonend trocknen.
- Das Tuch aus Baumwolle sollte im leicht feuchten Zustand gebügelt werden, um Faltenbildung an denselben Stellen zu verhindern.