

Die Wickelkreuztrage

Schritt für Schritt erklärt.

Mehr als
zehn Tragetuch-
beraterinnen gehören
zum Team Winterberg.
Probieren Sie es
aus - sprechen Sie
uns an.



Klinikum Saarbrücken
DER WINTERBERG



Eine bebilderte Anleitung, die jeden einzelnen Schritt erklärt, damit Sie ihr Baby sicher tragen können.

1. Das Tuch hat eine **obere sogenannte „Kopfkante“** und eine **untere „Fuß- und Pokante“**...



2. ...und ganz **viele Stoffsträhnen dazwischen, die wir auf Grund der speziellen Webart (Kreuzkörperwebung) einzeln und individuell straffen können.**



3. Jedes neuere Tuch hat einen markierten Mittelpunkt, der Ausgangs- oder Orientierungspunkt aller Bindemethoden ist.
Hat Ihr Tuch das nicht: Bitte ziehen Sie zur Orientierung einen Wollfaden ein!



4. Nehmen Sie die Mitte des Tuches vor Ihren Oberkörper.



5. Geben Sie die
Kopfkanten nach
hinten...



6. ...in eine Hand (6a).
Die Zweite greift
von unten (6b)...



7. unter der Tuchbahn
durch nach der gegenüber-
liegenden Kopfkante. ▶



8. Jetzt mit den Fingern an den
Kopfkanten nach außen wandern (8a) und das Tuch „wie
Engelsflügel“ ausbreiten (8b).



9. Jetzt legt „**der Engel die Flügel zum Schlafen über die Schulter**“.

**Wichtig: Nichts in den
Tuchbahnen ist verdreht!**



10. (Von Ihnen aus gesehen)
In meiner linken Hand
habe ich die Kopfkante
und in der rechten Hand
die Fußkante.



11. Durch Ziehen an den Kanten
können Sie den Stoffbeutel,
der das Baby aufnimmt,
Ihrem Körper anpassen.
**Es sollte weder zu weit
noch zu eng sein.
Das Kind muss mühelos
hinein gleiten können.**



12. Legen Sie ihr Kind auf
eine Schulter.



13. Eine Hand hält das Kind,
die andere geht unter die
Tuchbahn...



14. ...und nimmt das Kind an
den Beinchen in Empfang.



15. Kind und Tuch nähern sich. Das Baby gleitet vorsichtig über die Führung der Beine und das Hochziehen des Tuches hinein.



16. Um das Baby beim Eingleiten in das Tuch stabil zu halten, heben Sie die Schulter auf der Ihr Kind liegt hoch und halten mit ihrem Kopf dagegen. **Diese Hilfe werden Sie nur anfänglich brauchen. Später ist das Eingleiten des Kindes eine einfache und fließende Bewegung.**



17. Die Kopfkante bis etwa 5cm über den Kopf des Kindes, alles Tuch über dem Rücken gut straffen und allen restlichen Stoff tief unter den Po des Babys schieben. Der Stoff geht von Kniekehle bis Kniekehle.



18. Sie können auch so den Stoff zwischen Oberkörper des Trägers und des Kindes ziehen.



19. Jetzt werden nacheinander zuerst die Kopfkanten gestrafft. **Die Kopfkante ist die wichtigste Kante, sie fixiert das Baby zum Oberkörper.** Nutzen Sie den Spielraum und ziehen Sie das Tuch gerade schräg nach seitlich oben.



20. **Grundregel: Alles was gestrafft ist, wird straff gehalten.**

Die Haltehand ist unter dem Po des Kindes. Sie geben zuerst die Kopfkante einer Seite in die Hand...



21. ...dann ziehen Sie Strähne für Strähne (je kleiner das Kind umso mehr einzelne Strähnen) den Stoff straff und geben Sie alles in die Haltehand. **Durch das Straffen Strähne für Strähne, erreichen wir das Abstützen der einzelnen Wirbel und somit die gute Stützung für den kleinen, gerundeten Rücken. Der leicht gerundete Rücken ist die natürliche Haltung!**



22. Ist die eine Seite fertig, arbeiten Sie bitte auf der anderen Seite genau gleich.



23. Jetzt ist die andere Hand die Haltehand.



24. Jetzt sind beide Tuchbahnen fertig.



25. So straffen Sie beide Seiten nochmals nach



26. Überprüfen Sie bitte, ob die Fußkante vielleicht noch zu locker ist, indem Sie die Kante von vorne nach hinten ziehen. Durch Ziehen der Fußkante auf der anderen Seite straffen Sie das ausgezogene Tuch. Jetzt ist es schön straff.
Übrigens: Das Tuch weitet sich ein wenig durch die Körperwärme. Sie können es eigentlich nie zu fest, immer nur zu locker binden. Das Kind beschwert sich, wenn es schmerzhaft straff ist. Ist es zu locker, können Sie es über das kindliche Verhalten nicht bemerken.



27. Tuchbahnen unter den Po des Kindes kreuzen, ...

27



28. ...unter den Beinchen des Babys nach hinten führen...

28



29. ...und auf dem Rücken mit einem Doppelknoten fixieren.

Sollten Sie sich später setzen oder legen wollen, machen Sie den Knoten auf die Seite.

29



30. Abschließend mit dem Daumen zwischen Tuch und Knie. **So stellen Sie fest, ob das Tuch nicht zu straff oder zu locker ist, gleichzeitig überprüfen Sie, ob der Stoff bis zur Kniekehle reicht.**

30



31. Ziehen Sie die Tuchstränge nach hinten und ...

31



32. ...schieben das Babys gleichzeitig tief in das Tuch. Beugen Sie sich ein wenig nach vorne und bewegen Sie leicht Ihren Oberkörper hin und her, so „beutelt“ das Kind am besten ein.



33. Nun noch die Kopfstütze: Eine quadratisch gefaltete Mullwindel (oder ein ähnliches Stoffstück, z. B. ein Schal) ...



34. ...wird in die obere Tuchkante eingerollt. **Diese breite Stütze hält das Köpfchen sehr schön und ermöglicht ein unterstütztes, eigenständiges Drehen des Kopfes.**



35. Schläft das Kind und Sie möchten es mehr im Tuch haben, ziehen Sie die Tuchbahn auf der Kopfhinterseite des Babys ganz über Po und ...



36. ...komplett über den Rücken des Kindes. So ist es mehr eingehüllt und geschützt.



37. **Ganz Wichtig: Achten Sie darauf, dass die Nase immer „Frischluftzufuhr“ hat. Das ständige Einatmen verbrauchter Luft kann zu Atemstillständen führen. Wir sprechen dann von sogenannten „CO²-Nestern“.**



38. Über das Vorbeugen ohne Haltekontakt überprüfen Sie den korrekten Sitz. **Bleibt das Kind fest an ihrem Körper fixiert, dann ist es perfekt! Übrigens: Die Höhe ist dann am besten, wenn Sie problemlos den Kopf küssen können.**



39. Zum guten Schluss, die Rückversicherung, dass das Kind in der korrekten Spreiz-Anhockstellung sitzt: **Im Spiegel zeichnen Fuß-Knie-Po-Knie-Fuß ein M und/oder die Knie sind spürbar höher (etwa Nabelhöhe) als der Po (leicht durch die Zeigefinger zu tasten).**



Wenn das Tragen Sie so begeistert wie uns, dann ist später der Kontakt mit einer zertifizierten Trageberaterin sinnvoll. Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten ein Kind zu tragen. In dem Maße, wie das Baby größer und schwerer wird, profitieren Sie von einer ausführlicheren, persönlichen Beratung.

www.tragenetzwerk.de

Das Video zum Thema „Tragetuch“ finden Sie hier:

SCAN ME



www.klinikum-saarbruecken.de

Klinikum Saarbrücken
DER WINTERBERG

