**Kangurowanie – magia czułości**

**Kiedy oczekuje się dziecka, świadomość nadchodzących zmian wzbudza w przyszłych rodzicach radość, ekscytację, ale również obawy. Czy łóżeczko jest odpowiednie, czy ubranka będą pasować, czy wybraliśmy właściwe pieluchy – te i inne pytania piętrzą się w głowie niejednej przyszłej mamy. Tymczasem zdaniem ekspertów nic nie dorówna czułości i bliskości, którą maluszek otrzymać może od swoich rodziców. Jaką siłę ma kangurowanie, wyjaśnia Magdalena Cichońska, doradca noszenia dzieci w chustach i nosidłach miękkich, ekspert marki Mama i ja.**

**Najbliżsi sobie nieznajomi**

Dla wielu kobiet chwila, w której dowiadują się o ciąży, całkowicie zmienia ich świat. Nadaje mu nowej, dotąd nieznanej wartości - bezwarunkowej potrzebie ochrony niezdolnej do samodzielnego życia istoty. Od tej pory najważniejsza staje się myśl o bezpieczeństwie i zdrowiu dziecka, które pojawiło się w ich życiu. Dla wszystkich maluszków, które opuściły bezpieczne ciało mamy, świat zewnętrzny jest zupełnie obcy, a jedyną znajomą osobą jest mama. Jak mówi ekspert marki Mama i ja Magdalena Cichońska: Donoszony noworodek urodzony w 40 tygodniu ciąży nazywany jest fizjologicznym wcześniakiem – tzn., że kolejne 3 miesiące dojrzewa na ciele rodzica, najczęściej matki. Dzieci, które przyszły na świat przed ukończeniem 37 tygodnia nazywane są noworodkami przedwcześnie urodzonymi, czyli wcześniakami. Wszystkie maleństwa, które dopiero poznają nowe otoczenie, potrzebują bliskości i czułości. Jak podkreśla Magdalena Cichońska, należy dostrzegać, że dla dzieci urodzonych przed czasem dotyk i bujanie są szczególnie ważne i pozwalają "domknąć" przedwcześnie ukończoną ciążę. Ponadto noszenie dobrze wpływa nie tylko na niemowlę, ale także na mamę – dając jej czas na budowę więzi z dzieckiem.

**Kangurowanie i czuły dotyk**

Bardzo przyjemnym sposobem, wpływającym na więź między rodzicami a maluszkami, które dopiero co przyszły na świat, jest polecane przez wielu ekspertów kangurowanie. Nazwa tej metody bierze się z sugerowanego opiekunom ułożenia maluszka. Jak mówi ekspert marki Mama i ja: Do kangurowania niepotrzebna jest chusta, dziecko kładzie się bezpośrednio na klatce piersiowej rodzica i okrywa delikatnie kocykiem lub pieluszką. Najlepiej jeśli kontakt zachodzi w formie skóra do skóry. Dziecko słysząc bicie serca opiekuna, staje się spokojniejsze, a temperatura jego ciała wyrównuje się. Dodatkowo wcześniaki z powodu dużej ilości interwencji medycznych np. igieł czy rurek, bywają nadwrażliwe na dotyk. Boją się, że będzie to kolejny zabieg, dlatego tak ważne jest to, by rodzice dotykali je z miłością i kangurowali tak często, jak to tylko możliwe. Wcześniaki, ale i wszystkie niemowlęta, o które się troszczymy, nosi się również w chustach z przodu w wiązaniu typu kangurek. Takie ułożenie pozwala widzieć dziecko, kontrolować jego oddech, a w razie potrzeby umożliwia szybkie wyjęcie maluszka z chusty. Co najważniejsze jest to pozycja zapewniająca odpowiednie odwodzenie stawów biodrowych – podkreśla doradca noszenia dzieci w chustach Magdalena Cichońska, ekspert marki Mama i ja.

Kangurowanie i korzystanie z chust pozwala zbudować więź opartą na poczuciu bezpieczeństwa poprzez bliskość i dotyk, które w nowej sytuacji są potrzebne zarówno maluszkowi, jak i jego rodzicom. Ważnym jest, by pamiętać, że wcześniaki można nosić w chuście gdy osiągną wagę 2kg. Wykorzystuje się do tego specjalną chustę wcześniaczą, która jest węższa niż normalna – dodaje ekspert.

**Woda źródlana Mama i ja**

Cena:

1,5 L – cena: 2zł

0,5 L – cena: 1,50zł

0,33 L – cena: ok. 1,20 zł