



VRSTE NOSILJAKA

5 najčešćih tipova nosiljaka

Postoji puno vrsta nosiljaka, a s obzirom na popularnost možemo ih podijeliti na 5 najčešćih tipova:

- 1) tkana marama
- 2) sling
- 3) elastična marama
- 4) najčešće oblikovane nosiljke: SSC i NBC
- 5) ostale oblikovane nosiljke: meh dai (mei tai), podegi, onbuhimo, planinarske nosiljke

Tkana marama

(eng. *woven wrap*) je dugi komad tkanine tkan i krojen posebno za nošenje beba i djece. Ona ima dijagonalnu elastičnost ali ne i rastezljivost kao elastična ili hibridna marama koje su pletene.

U tkanoj marami može se već u jednoslojnim vezovima nositi sprijeda, na boku i na leđima.

Tkana marama i sling namijenjeni su nošenju beba od rođenja pa sve do kraja nošenja, ma kada god ono bilo.

Tkana marama i sling su često prvi i jedini izbor za nošenje prijevremeno rođenih, neurorizičnih i beba s posebnim potrebama jer daju idealni položaj. Potrebna je suradnja liječnika, terapeuta i savjetnice za nošenje kako bi pronašli najbolje rješenje za pojedinu bebu i roditelje, ili staratelje.

Sling

nosiljka s prstenima (eng. *ring sling*, *RS*) sašivena je od tkane marama, kepera za posebne namjene ili čvrstog lanenog platna. Na jedan su kraj ušivena 2 prstena kroz koje se provlači tkanina i zateže pramen po pramen da usko stoji oko tijela nositelja i bebe, i podržava idealni položaj tijela u nosiljci. U slingu se može nositi sprijeda, na boku, a iznimno, bebe starije od godine dana i na leđima.

Tkana marama i sling namijenjeni su nošenju beba od rođenja pa sve do kraja nošenja, ma kada god ono bilo.

Ovu nosiljku je popularizirao dr. William Sears, pedijatar i autor pojma **povezujuće roditeljstvo**, kupivši patent od Raynera Garnera koji je sling izumio za svoju ženu Sachi. Ovo je najbrža i najpraktičnija nosiljka za novorođenčad ali i male hodače koji trebaju odmoriti noge ili se smiriti uz nositelja.

A grayscale photograph of a woman holding a baby wrapped in a stretchy wrap. The woman is looking down at the baby with a gentle expression. The baby is wrapped in a light-colored, textured fabric. The background is softly blurred.

Elastična marama

(eng. *stretchy wrap*) nosiva je od rođenja za zdravu nošenčad. Nerijetko u sastavu pamučnog pletiva imaju i malo elastina. One su namijenjene nošenju naprijed i na boku, uvijek u troslojnim vezovima. Nisu dobre ljetne nosiljke jer je u njima vruće. Usprkos uputama proizvođača nisu udobne i preporučljive za nošenje nakon bebinih 8 kg jer se previše rastežu pod većom težinom.

(Hibridne marame napravljene su od pamučnog pletiva poput elastičnih marama, ali to je pletivo čvršće zbog smanjene rastezljivosti. Hibridne marame su u troslojnim vezovima sigurne čak i za nošenje na leđima, a u njima je udobno nositi i veće bebe i djecu.)

Najčešće oblikovane nosiljke: SSC i NBC

Kad se beba samostalno posjedne (ili malo ranije, ovisno o modelu nosiljke) preporučljive su i meke oblikovane (strukturirane) nosiljke sa širokom bazom, poput raznih nosiljki s kopčama. To su mahom tzv. “dobre klokanice”; eng. *soft structured carrier*, SSC.

U mekim oblikovanim nosiljkama beba nije u idealnom fiziološkom i anatomskom položaju već u **optimalnom** (najboljem mogućem), s obzirom na to da je nosiljka oblikovana unaprijed i pruža ograničene mogućnosti prilagodbe za razliku od tkane marame ili slinga.

Moramo paziti na to da je meka oblikovana nosiljka (SSC) dobro podešena kako ne bi dolazilo do pasivnog posjedanja i beba bila u što boljem položaju. Iz ovih razloga izbjegavaju se nosiljke s uskom bazom (eng. *narrow based carrier*, NBC). Također su nosiljke s uskom bazom vrlo neudobne.

! Pasivno posjedanje moramo razlikovati od samostalnog posjedanja. Pasivno posjedanje ometa zdravi razvoj i šteti razvoju kralježnice, a osobito je štetno bebama sa smetnjama u psihomotoričkom razvoju. U vertikalnom položaju u kojem je beba pasivno posjednuta pogoršava se svako patološko držanje.

Većina modela SSC-a namijenjena je nošenju sprijeda (prema nositelju ili iznimno od njega) i na leđima, a neki modeli omogućuju i nošenje na boku (no to je najmanje udoban položaj u SSC-u).

Ostale oblikovane nosiljke

Kad beba navrši 4 mjeseca (ili uz dobru kontrolu glave i trupa) može je se nositi u **mei taiju** (MT, meh dai), zapadnjačkoj inačici tradicionalne azijske meke nosiljke od tkanog materijala s panelom i četiri trake koje se vezuju oko tijela nositelja. Iznimke su određeni modeli koji imaju prilagodljivi panel i mogu se nositi od rođenja. Sve moderne meke oblikovane nosiljke koje su doživjele procvat u posljednjih desetak godina potekle su od mei taija ili podegija.

Podegi (eng. *podaegi*) je također azijska nosiljka nalik mei taiju, no on njega se razlikuje u tome što ima samo dvije naramenice i nema pravi panel pa se sjedište radi kao u tkanoj marami. Izgleda poput pregače. Podegi se može nositi od rođenja do kraja nošenja dok mei tai ima svoje razdoblje nošenja kao i većina drugih oblikovanih nosiljaka.

U mei taiju i podegiu može se nositi sprijeda, na boku i na leđima.

Sve popularniji **onbuhimo** zapadnjačka je inačica japanske nosiljke namijenjene za visoko nošenje na leđima beba koje se dižu uz namještaj ili već hodaju. Nema pojas; ima samo naramenice koje izlaze iz panela.

Planinarske nosiljke namijenjene su isključivo za nošenje na leđima. Imaju uske baze no dobar položaj omogućuju stremeni za noge. Namijenjene su za sigurno nošenje beba koje su se samostalno posjele. Bebu od pada na strmim opasnim planinarskim stazama štiti čvrsta konstrukcija nosiljke.