

Waarom zijn een romper en een muts goed voor de baby?



Het dragen van een romper en een mutsje van wol direct vanaf de geboorte heeft veel voordelen, wist je dat?

Direct vanaf het moment dat je baby geboren wordt, moet het alles zelf gaan doen. En dat is nogal wat! Het is belangrijk dat je baby de temperatuur goed kan reguleren. Je kunt je kindje daar heel goed bij helpen met een romper en een mutsje van 100% Merino wol.

Bij een pasgeborene functioneert de warmteregulatie niet goed. Baby's hebben bijvoorbeeld moeite om hun warmte vast te houden. Dat leren ze geleidelijk aan in de eerste drie levensjaren. Als ouders zullen we daarom in het begin ervoor moeten zorgen dat de temperatuur van onze kinderen constant blijft. Een wol en zijde mutsje helpt daarbij, net als een wol en zijden rompertje en andere wollen kleertjes.

Wol

Het maakt veel uit voor het welzijn van je kindje met welk materiaal de kleding, romper en mutsje is gemaakt. De huid van een baby staat nog volledig open en alle stoffen uit de kleding worden direct in de bloedbaan opgenomen. Daarom is het van belang dat kleding en hier met name het rompertje en het mutsje onbelast zijn, dit betekent "vrij van chemische onnatuurlijke stoffen". Ook het ademend vermogen en de mate waarin warmte en omhulling geboden wordt is van belang. Een hemdje van bijvoorbeeld kunststof ademt niet en zorgt ervoor dat de baby zijn warmte niet kwijt kan en gaat transpireren. Een katoenen hemdje houdt de warmte niet vast en daardoor moet het kindje 'hard' werken om op temperatuur te blijven. Daarom is wol zo'n prettig materiaal.

Je kindje zal beter gedijen als het een romper en een mutsje van wol aan krijgt, het behoudt zijn warmte zonder benauwd te worden, wol ademt, en stimuleert de doorbloeding van de huid, ontladend elektrische lading en voorkomt stuwings door opgehoopte lading. Je kent dat misschien wel als je over kunststof wrijft, je kunt dan plotseling een schok krijgen. Je schrikt er van en een baby al helemaal. Kleding, rompertje, en mutsje, is als onze 2de huid, en daarmee ook zeer belangrijk voor de gezonde ontwikkeling van onze zintuigen, met name de tastzin die overal in de huid aanwezig is.

En wol heeft nog veel meer voordelen:

- Wol voelt zacht aan op de gevoelige huid van je pasgeboren baby.
- Wol absorbeert vocht tot 30% van zijn eigen gewicht zonder nat aan te voelen of onbehaaglijk te zijn.
- Wol prikkelt de doorbloeding van de huid van je baby
- Wol is antibacterieel, bedenk je maar eens dat ondergoed van wol nooit stinkt.
- Wol bestaat voor meer dan 60% uit lucht, hierdoor trekken geurtjes snel uit wol. Je hoeft wol daarom niet vaak te wassen, even luchten is voldoende.

Ik geef ouders altijd het advies om hun kindje een wollen strikmutsje te laten dragen.

Waarom een mutsje?

Baby's hebben in verhouding tot hun lichaam een vrij groot hoofd. De meeste warmte (is energie) verliezen ze dan ook via het hoofd. Een wol/zijden mutsje zorgt ervoor dat er minder warmte verloren gaat en dat de baby zijn energie kan gebruiken om zich te ontwikkelen en te groeien. Ook helpt het mutsje tegen een overmaat aan prikkels van buitenaf zoals geluiden en beelden. Alles wat rondom baby's gebeurt komt bij hen binnen. Een strikmutsje beschermt de baby en houdt hem aangenaam warm zonder dat hij oververhit raakt.

Strikmutsje van 70% wol en 30% zijde is de meest gebruikelijke. Deze combinatie brengt alle voordelen van wol en zijde in één mutsje samen. Het heeft als eigenschap dat het bescherming biedt tegen de vele zintuigprikkelers die op hem afkomen. Ook belangrijk omdat een pasgeborene nog een open fontanel in zijn schedel heeft. Katoen en synthetische materialen missen die eigenschappen. Zo neemt katoenvezel minder goed vocht op, waardoor de baby kan afkoelen. Synthetische stoffen zijn minder geschikt omdat ze geen vocht binden en de warmte stuwen. Het materiaal van het mutsje is daarom erg belangrijk en raad ik ouders aan een wollen of wol/zijde strikmutsje aan te schaffen.

Hoe maak je een strikmutsje vast ?

- . Zet het mutsje op
- . Kruis de koortjes op de borstkas
- . Breng de koorden onder de armen door naar de rug
- . Strik (afhankelijk van de lengte en je voorkeur) de koortjes op de rug, onder de oksel of verder naar voren op de buik.



Een ontspannen baby is een tevreden baby. Daarom ben ik zo enthousiast over warmte zorg en dat je dit zo gemakkelijk kan verzorgen door bijv. een wollen rompertjes en wollen mutsjes. Mijn ervaring is dat door die uitgeruste baby, moeders en vaders ook meer ontspannen zijn en daardoor gemakkelijker contact krijgen met hun kindje.

Dat gun ik, als kraamverzorgster van de Natuurlijke Kraamzorg alle nieuw ouders want het is van belang dat je vanaf de start af een goede band met je kindje hebt.

Tekst: Trudi van Heerbeek, kraamverzorgster, Natuurlijke Kraamzorg

Wil je meer weten?

boek: E. Schoorel. Warmte [2e druk] uitgeverij Christoffor

Websites:

www.schaapjeschaapje.nl

www.ziloen.nl/strikmutsje-hoe-krijg-ik-mijn-baby-goedgemutst/

