



# Слинг-мама

Выполнила студентка  
3 курса 12 группы  
педиатрического факультета  
Горшкова  
Кристина Алексеевна

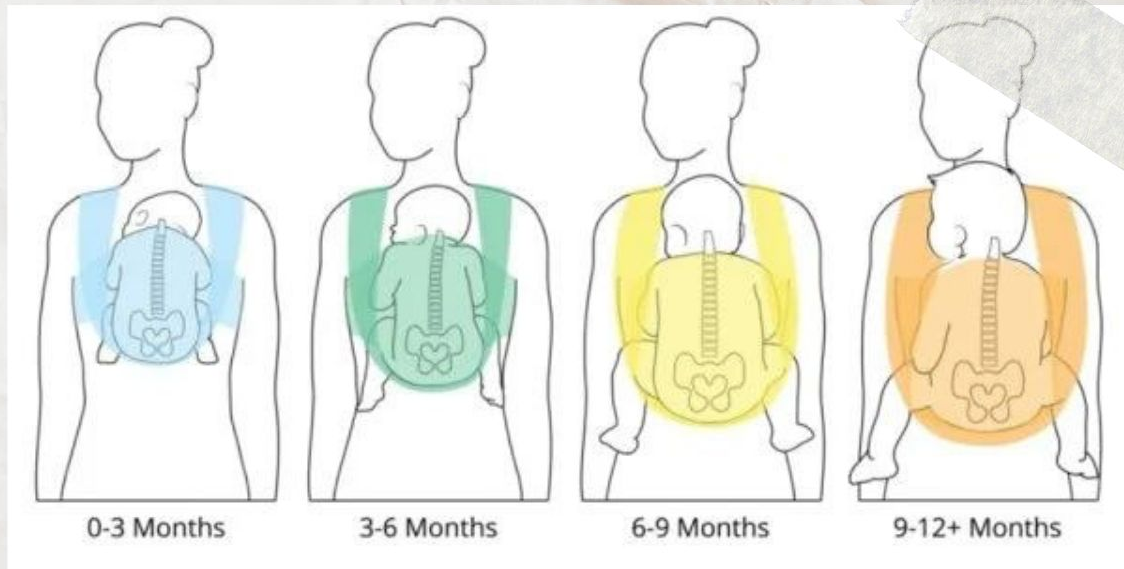
# Что такое слинг?

Слинг - это тканевая перевязь, предназначенная для переноски малыша на себе. Название происходит от английского to sling - вешать через плечо. Среди жителей Африки, Азии Южной Америки прототипы слингов пользуются большой популярностью.



# С какого возраста можно пользоваться слингом?

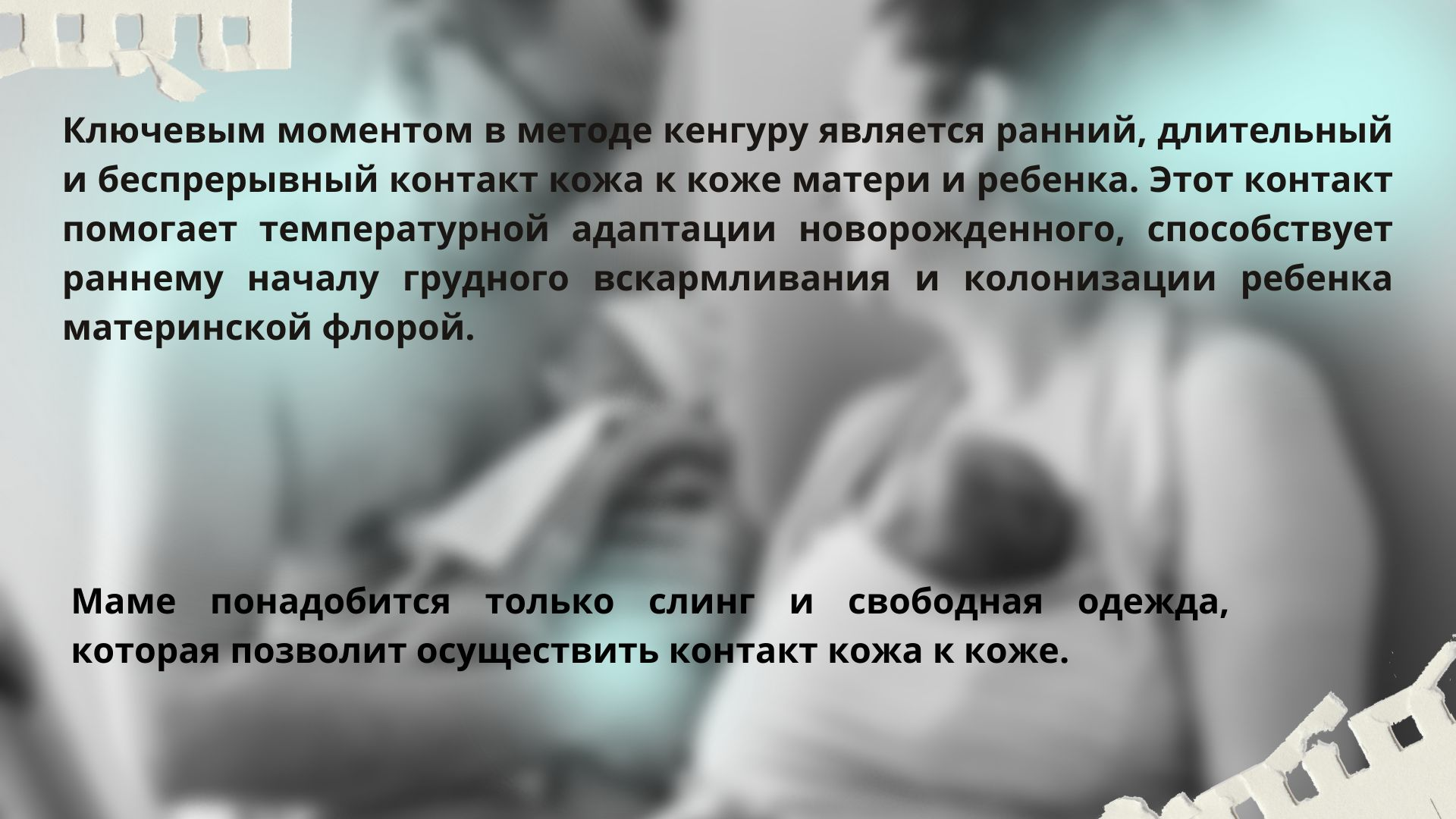
Слинг можно пользоваться с первых дней жизни малыша, примерно с пяти месяцев можно пользоваться слингом-рюкзаком.



# Метод кенгуру

Уход по методу кенгуру заключается в ношении недоношенного ребенка в контакте "кожа к коже" с матерью. Это эффективный, легкий в использовании метод, поддерживающий и улучшающий здоровье и благополучие недоношенных, и доношенных новорожденных.





**Ключевым моментом в методе кенгуру является ранний, длительный и непрерывный контакт кожа к коже матери и ребенка. Этот контакт помогает температурной адаптации новорожденного, способствует раннему началу грудного вскармливания и колонизации ребенка материнской флорой.**

**Маме понадобится только слинг и свободная одежда, которая позволит осуществить контакт кожа к коже.**

# Плюсы и минусы слингов



# Положительные стороны

- тесный контакт с матерью: сердцебиение, дыхание, ритм ходьбы – всё это знакомо ребёнку и действует на него успокаивающе;
- мягкая адаптация к внешнему миру;
- лучшее психоэмоциональное развитие;
- устранение или облегчение колик;
- положение с широко расставленными бедрами является способом профилактики дисплазии тазобедренных суставов.

# Отрицательные стороны

- неправильное формирование позвоночника, сколиоз;
- остеохондроз у мамы;
- неправильное формирование тазобедренных суставов;
- удушье малыша;
- травмы, связанные с неаккуратным ношением слинга (ожоги, ссадины)





**В основном все минусы связаны с отсутствием опыта и знаний у мамы, поэтому в первые разы слинг нужно надевать под контролем консультанта**

# Правильное положение ребенка в слинге

- Ребенок в слинге должен быть достаточно плотно прижат к маме.
- Таз и бедра ребенка располагаются симметрично относительно позвоночника.
- Спина должна быть физиологично скруглена.
- Ножки разведены на комфортный для ребенка угол (как правило, 60–110 градусов). Колени находятся выше таза и упираются в маму. Ступни "смотрят" в разные стороны, либо свободно свисают.



## Эргономичные переноски



тканый  
слинг-шарф



слинг  
с кольцами



май-слинг



эрго-рюкзак



регулируемая  
слингомайка



трикотажный  
слинг-шарф

## Неэргономичные (нефизиологичные) переноски



кенгуру



хипсит



rognae step one



нерегулируемая  
слингомайка



псевдослинг-  
сумка



китайская  
подделка

## Опасные переноски (псевдослинги и подделки)

рюкзак-кенгуру



Жесткая спинка не обеспечивает поддержку спины ребенка в верхнем отделе позвоночника

Пояса нет или он находится на уровне живота ребенка и не переносит вес на бедра взрослого; взрослый вынужден прогибаться в пояснице

слинг-рюкзак



Подголовник фиксирует головку ребенка во время сна или если малыш еще не держит головку

Широкий пояс под попку ребенка переносит вес на бедра взрослого, поясница не напряжена

Тканая мягкая спинка обеспечивает поддержку спины ребенка во всех отделах позвоночника

рюкзак-кенгуру

Узкие лямки  
впиваются  
взрослому в  
плечи спину  
и бока

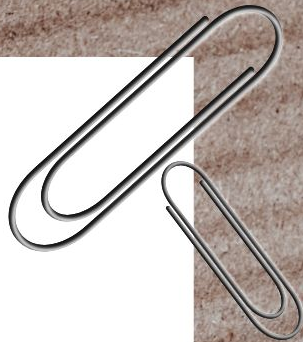
Ножки ребенка  
свисают вниз.  
Вес малыша  
приходится на  
промежность и  
нижний отдел его  
позвоночника,  
ребенок тянет  
взрослого вперед  
и вниз, ножки  
мешают взрослому  
при ходьбе



слинг-рюкзак


Широкие лямки  
распределяют  
вес по плечам  
и спине  
взрослого

ножки ребенка  
широко разведены  
и приподняты  
(колени выше  
попы), обнимают  
взрослого.  
Вес распределяется  
на бедра малыша и  
талию и бедра  
взрослого



# Список литературы

- Слинги рекомендации ВОЗ
- Основные принципы ношения слинга - единая инструкция по слингоношению - Слинголига ([slingoliga.ru](http://slingoliga.ru))
- Рекомендации Международного института дисплазии - Мамуас ([mamuas.ru](http://mamuas.ru))

A blurred background image of a person in winter clothing standing in a snowy field. The person is wearing a grey jacket, dark pants, and a bright pink hat. They are holding a blue object, possibly a bag or a piece of equipment. The background shows a snow-covered ground and a dark, out-of-focus tree trunk on the left side.

**Спасибо за  
внимание!**