



Raport Specjalny

Kompletowanie wyprawki noworodka

Na pewnym etapie ciąży przychodzi taki moment, w którym rodzice zaczynają kompletować wyprawkę dla mającego się urodzić dziecka. Podstawą jest tu dobre planowanie, zwłaszcza jeśli robimy to po raz pierwszy. Nie bójcie się więc prosić o pomoc swoich najbliższych i przyjaciół, którzy mają to już za sobą. Ich doświadczenie okaże się bardzo pomocne. **Unikniecie wielu pomyłek i będziecie dobrze przygotowani.** Możecie również skorzystać z gotowych podpowiedzi, których w Internecie jest całe mnóstwo.

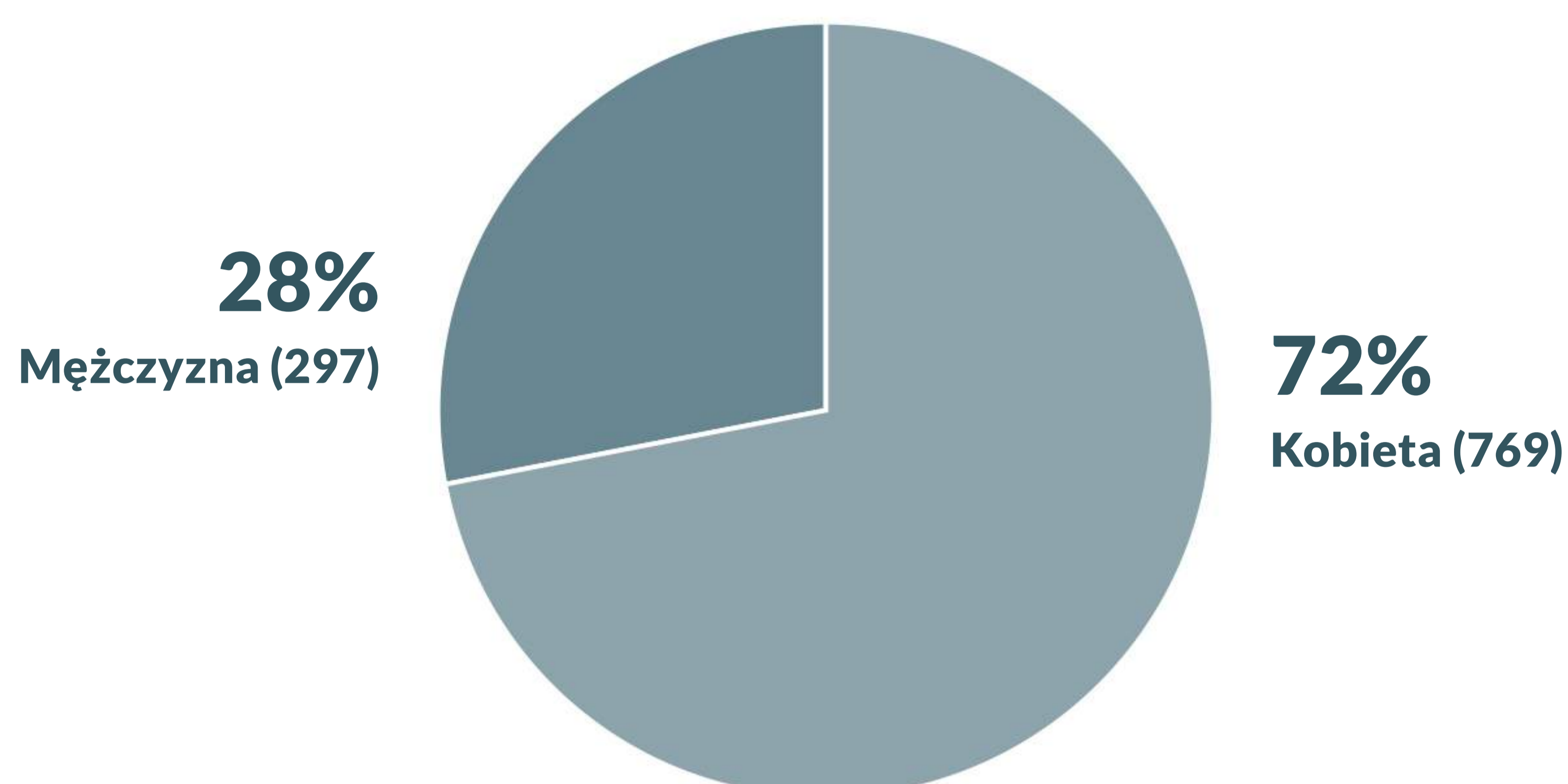
Nie zapominajcie jednak, że każdy ma własne upodobania i zwyczaje. Uwzględnijcie to podczas zakupów. To, że ktoś świetnie radził sobie bez przewijaka, nie oznacza, że tak samo będzie w waszym przypadku.

Na początek usiądźcie i omówcie kwestię wyprawki. Zapiszcie wszystko, co wydaje się wam niezbędne oraz to, co ewentualnie może się przydać. Przejrzyjcie oferty sklepów, szukajcie podpowiedzi wśród innych rodziców. Tak przygotowani wyruszą na zakupy.

By ułatwić zadanie związane z kompletowaniem wyprawki, serwis parenting.pl przeprowadził na ten temat ankietę. **Z prośbą o udzielenie odpowiedzi na zadane pytania zwróciliśmy się do młodych rodziców, którzy mają już doświadczenie w zakresie pielęgnacji niemowlęcia.** Na tej podstawie opracowany został niniejszy raport. Zapraszamy do zapoznania się z wynikami ankiety i korzystania z naszych porad.

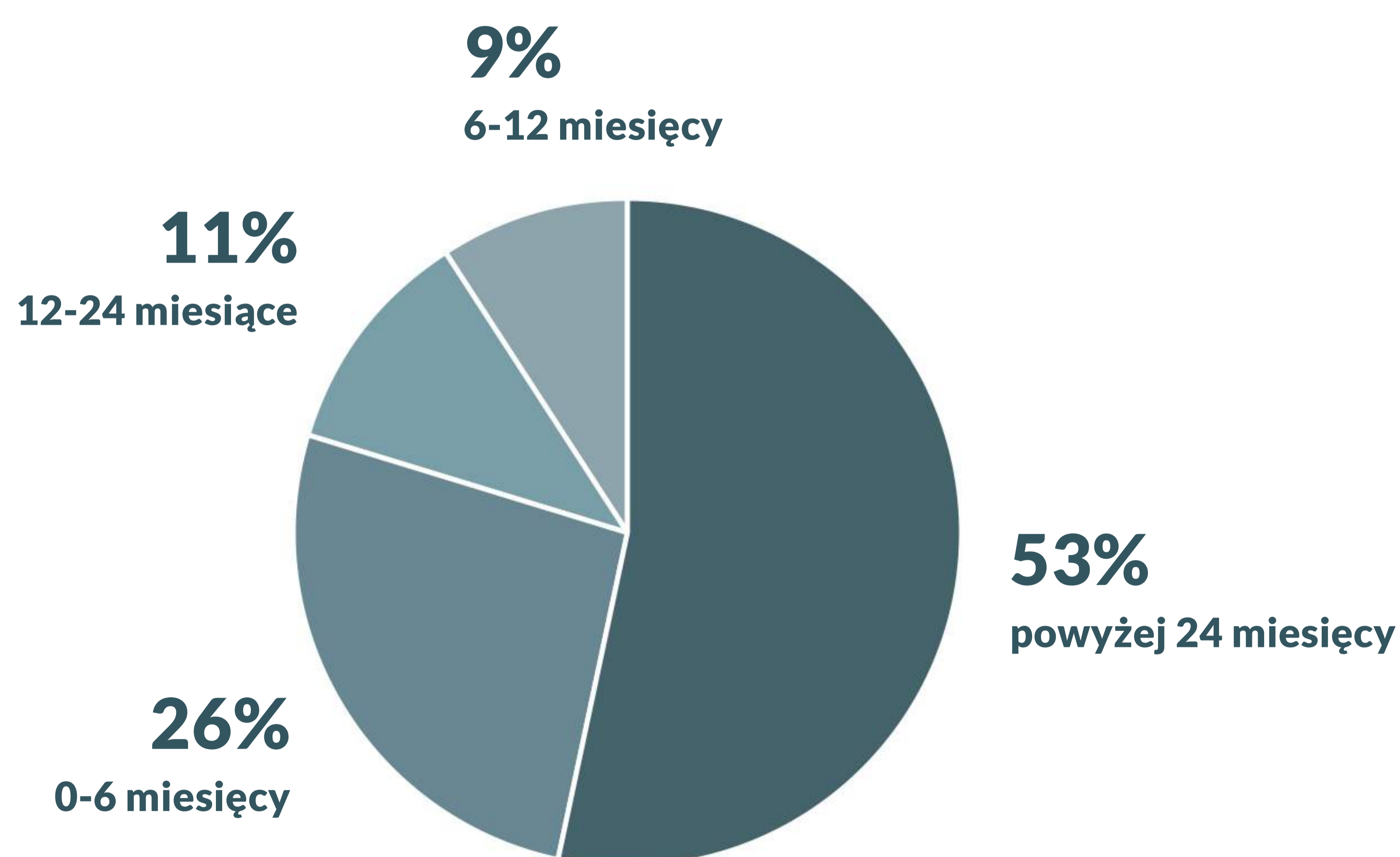


Płeć respondentów



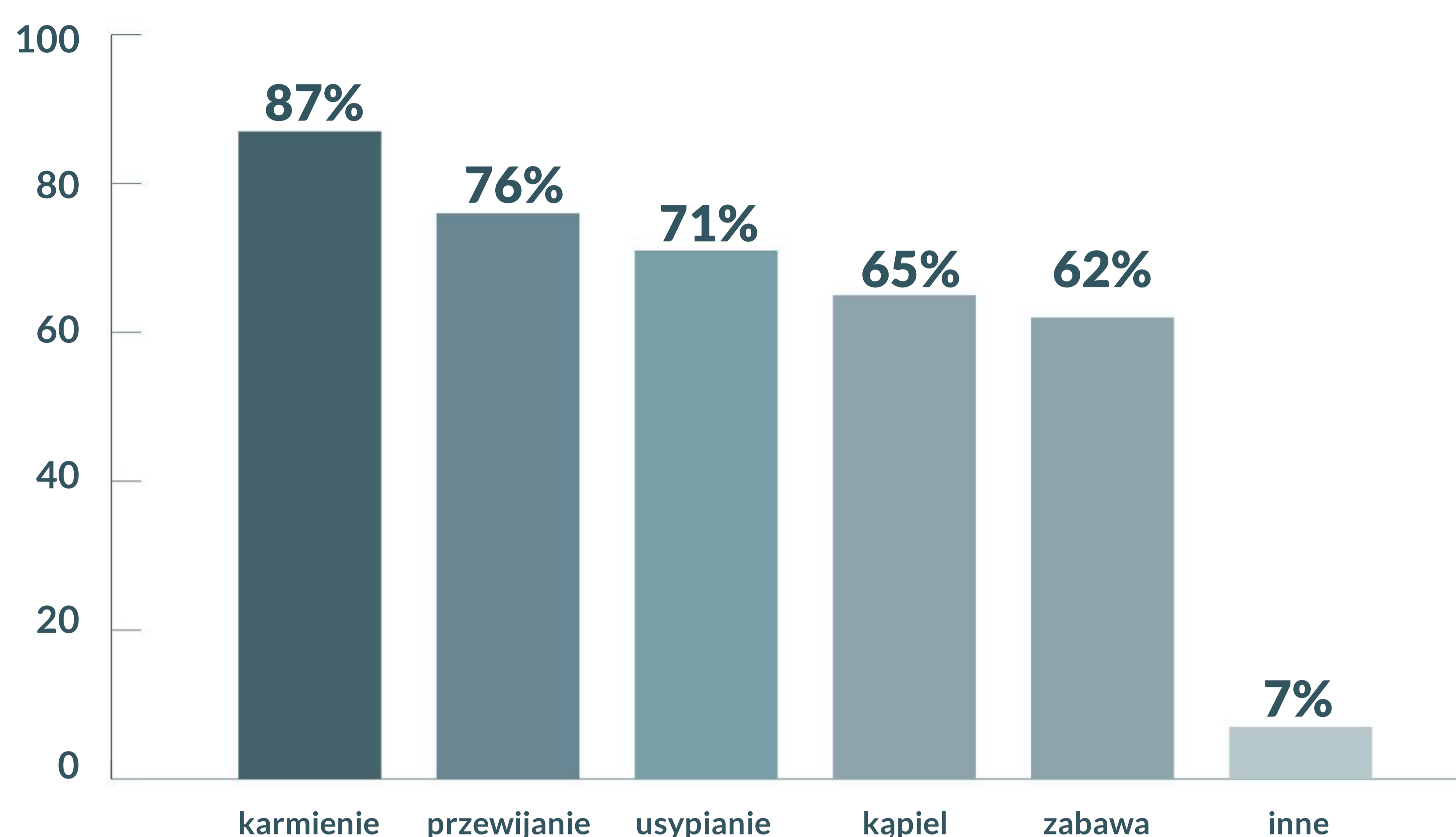
W ankiecie związanej z kompletowaniem wyprawki dla noworodka wzięło udział 1066 użytkowników. Na zadane pytania częściej odpowiadały kobiety (72 proc.). Wśród respondentów byli również mężczyźni (28 proc.), co oznacza, że ojcowie również są bardzo zaangażowani w przygotowania na narodziny dziecka.

84 proc. użytkowników, którzy wzięli udział w badaniu, ma jedno dziecko. 16 proc. ma dwoje lub więcej dzieci. Zapytaliśmy, w jakim są wieku. Uzyskaliśmy następujące odpowiedzi:



Zdecydowana większość respondentów ma dzieci w wieku powyżej dwóch lat. Ich odpowiedzi z zakresu pielęgnacji małego dziecka są więc bardzo przydatne.

Osoby biorące udział w badaniu poprosiliśmy również o udzielenie odpowiedzi na pytanie o to, **które czynności pielęgnacyjne przy dziecku wykonuje mama**. Wyniki, jakie otrzymaliśmy, są następujące:



Mamy najczęściej biorą na siebie odpowiedzialność za karmienie, co ma najpewniej związek z karmieniem piersią. Dziecko otrzymuje pokarm w sposób naturalny, bezpośrednio z piersi, choć możliwe jest również karmienie niemowlęcia mlekiem matki podawanym w butelce.

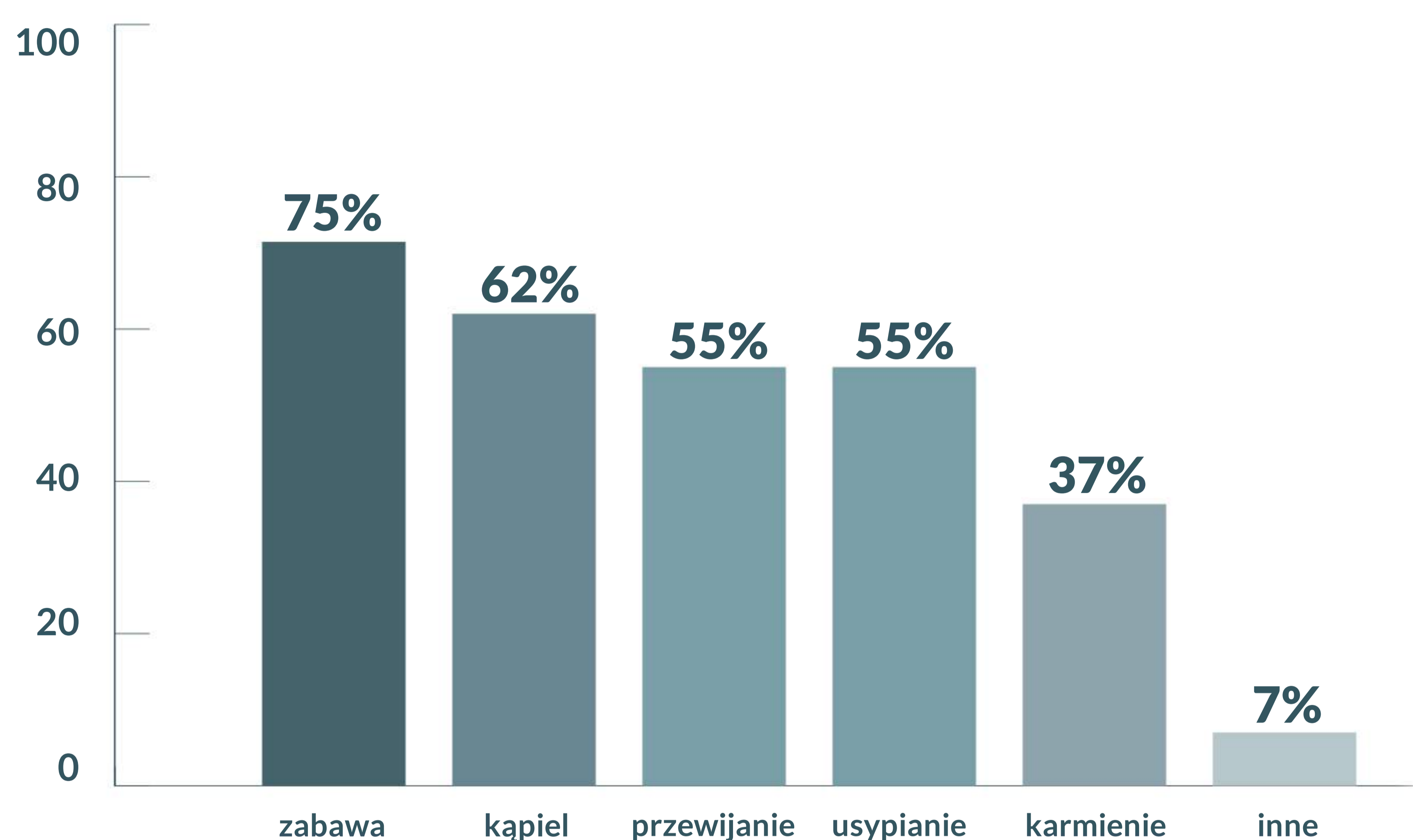
Światowa Organizacja Zdrowa (WHO) zaleca, by karmić wyłącznie piersią przez pierwsze sześć miesięcy życia dziecka. Zachęca również, by kontynuować karmienie w kolejnych miesiącach przy jednoczesnym rozszerzaniu diety.

Dlaczego warto karmić piersią?

- Mleko matki ma unikatowy skład. Dostarcza wszystkich niezbędnych dziecku składników. Jest też lekkostrawne i pożywne.
- Dzieci karmione naturalnie w późniejszym wieku są chronione przed nadwagą, otyłością i cukrzycą.
- Nawiązuje się specyficzna więź między matką a dzieckiem.
- Kobieta karmiąca piersią szybciej wraca do formy sprzed porodu. Dolegliwości połogowe są też mniej dokuczliwe.
- Karmienie piersią jest tanie i wygodne.

Kobiety również częściej niż mężczyźni przebierają dziecko. Można to tłumaczyć faktem, iż w naszej kulturze to matki pozostają z dzieckiem w domu przez pierwsze miesiące jego życia. W wielu rodzinach usypianie niemowlaka to także zadanie mamy.

Na przestrzeni lat wiele zmieniło się w kwestii wychowania dziecka. W proces ten angażują się oboje rodziców. Stąd też zapytaliśmy, **które z czynności wykonuje tata**. Respondenci odpowiedzieli następująco:



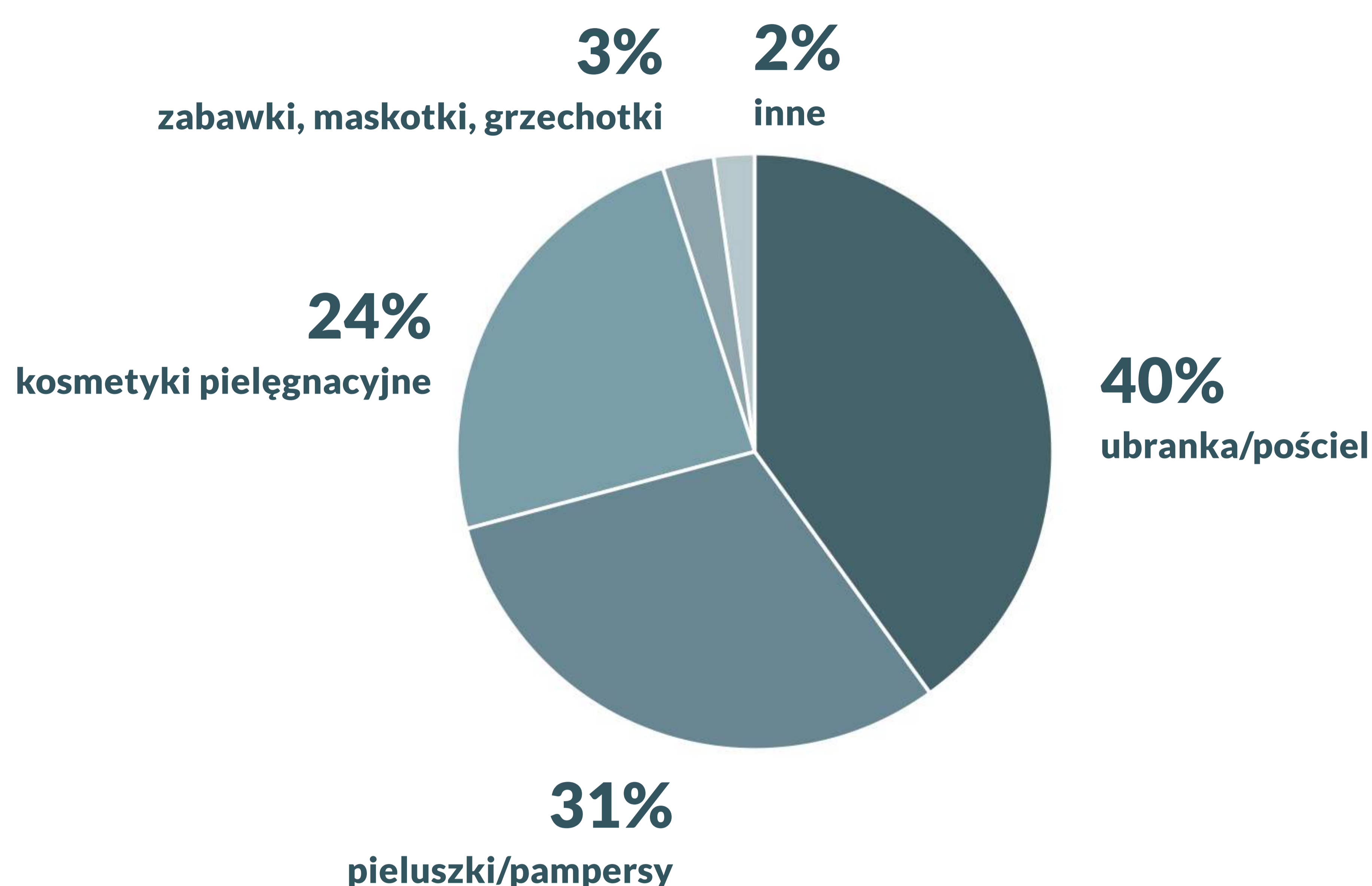
Mężczyźni nie uchylają się od obowiązku opieki nad dzieckiem. Chętnie uczą się, jak przewijać i kąpać niemowlę. Uczestniczą w zajęciach organizowanych w ramach szkoły rodzenia, angażują się również w kompletowanie wyprawki. To bardzo optymistyczny trend, który daje się zauważyć także w badaniu przeprowadzonym przez serwis parenting.pl.

Tatusiowie nie tylko zmieniają dziecku pieluszkę i je kąpią (choć robią to rzadziej niż mamy), ale też usypiają i karmią. Zdecydowanie częściej od kobiet bawią się ze swoimi pociechami.

Jak zaangażować tatę do opieki nad dzieckiem?

- Pozwól tacie opiekować się dzieckiem. Niech je nosi, przebiera, kąpie. W ten sposób między nimi narodzi się silna relacja, niezwykle ważna dla rozwoju niemowlęcia.
- Nie krytykuj. Nawet jeśli tata popełnia błąd, docień fakt, że się stara.
- Zaufaj partnerowi. Nie kontroluj go i pozwól samemu wdrożyć się w nowe obowiązki.
- Zwrócić uwagę na to, które obowiązki wydają się najłatwiejsze dla młodego taty i zachęcaj do ich codziennego wykonywania. Może kąpiel waszego dziecka będzie zadaniem mężczyzny, a mama w tym czasie zadba o siebie?
- Bawcie się wspólnie i spędzajcie ze sobą czas.

Po pytaniach ogólnych nadszedł czas na omówienie kwestii bardziej szczegółowych. Zapytaliśmy respondentów, **jakie przedmioty/produkty/akcesoria mają według nich największe znaczenie w kompletowaniu wyprawki dla noworodka**. Ich odpowiedzi kształtowały się następująco:



Najwięcej osób zadeklarowało, że najważniejszymi elementami wyprawki są ubranka oraz pieluszki, tuż za nimi są zaś kosmetyki pielęgnacyjne. Te trzy grupy produktów wydają się najbardziej potrzebne noworodkowi. Zabawki i grzechotki, zdaniem rodziców, nie mają większego zastosowania w pierwszych tygodniach życia dziecka, można więc pominąć ich zakup przed porodem.

By ułatwić rodzicom nieco bardziej szczegółowe omówienie wyprawki dla dziecka, skonstruowaliśmy pytanie z określeniem skali, gdzie:

- 1 to **niezbędny** element wyprawki,
- 2 to **potrzebny** element wyprawki,
- 3 to **przydatny**, ale niekonieczny element wyprawki,
- 4 to **niepotrzebny** element wyprawki,
- 5 to **zbędny** element wyprawki.



Ubranka 70 proc. rodziców uznało za niezbędne, 9 proc. – za potrzebne. To one jako pierwsze pojawiają się na naszej liście zakupów dla dziecka. Rodzice jednak mają często dylemat, w jakiej ilości je kupić. Wiadomo, że niemowlęta bardzo szybko rosną. Jeśli w szafie naszej pociechy ubranek będzie zbyt dużo, najpewniej połowy z nich i tak nie zdążymy jej założyć. Jak zatem rozsądnie podejść do tematu?

Ubranka dla noworodka

Kupując ubranka dla noworodka, trzeba uwzględnić porę roku, w której ma się urodzić. Nieco inaczej będzie wyglądać garderoba dla maluszka, który pojawi się na świecie zimą, inna dla dziecka urodzonego wiosną lub latem. Jest jednak kilka rzeczy uniwersalnych, które przydadzą się bez względu na aurę. Oto one:

- Body – najlepiej całkowicie rozpinane (kopertowe) lub z zatrzaskami w okolicy pieluszki. Przydadzą się body zarówno z krótkim rękawkiem, jak długim i na ramiączkach. Na początek wystarczy 6 szt. w rozmiarze 56 i 62 (więcej, jeśli dziecko urodzi się latem).
- Pajacyki – idealne do spania, bardzo łatwe do ubrania, o ile są zapinane na całej długości. Na początku warto kupić te, które mają wszyte niedrapki, ale nie jest to konieczne. Na pierwsze tygodnie życia dziecka warto mieć 5 szt. pajacyków w rozmiarze 56–62.
- Półspiochy – to nic innego jak dolna część pajacyka. Zakłada się je na body, idealnie sprawdzają się w cieplejsze dni. Powinny mieć szeroką gumę, która nie będzie uciskać brzuszka dziecka. Wystarczy, gdy w szafie noworodka będą 3 szt. tego rodzaju garderoby.
- Kaftanik lub rozpinany sweterek – dawniej niezbędne, dzisiaj kupowane coraz rzadziej. Mowa o kaftanikach, które mają swoich przeciwników i zwolenników. Mimo wszystko warto mieć rozpinany sweterek, by móc ubrać go dziecku w chłodniejsze dni. Przyda się też latem.
- Kombinezon – jest niezbędny, jeśli noworodek pojawi się na świecie jesienią lub zimą. Ważne, by móc go rozpiąć na całej długości, bo wówczas ubranie dziecka będzie o wiele prostsze.

Co jeszcze może się przydać?

- Czapeczka – jest potrzebna w czasie spacerów, choć latem niekoniecznie trzeba ją wkładać.
- Skarpetki – potrzebne będą ok. 4 pary.
- Niedrapki – wystarczy jedna para, możemy też ubierać dziecku na rączki skarpetki.



Ubranka stanowią taki element wyprawki, przy którym stosunkowo łatwo zaoszczędzić. Wiele z nich otrzymujemy w prezencie, czasem też otrzymujemy je w dużej ilości od znajomych i rodziny, których pociechy już ich nie potrzebują. Dobrym pomysłem są też zakupy na portalach społecznościowych lub śledzenie lokalnych ogłoszeń. Ubranka dla noworodków kupowane z drugiej ręki są często w idealnym stanie. Niektóre z nich ubrane były zaledwie kilka razy.

Respondenci uznali, że na liście niezbędnych zakupów dla noworodka powinien znaleźć się ręcznik (57 proc.) oraz pościel i kocyki (57 proc.). W obu przypadkach 15 proc. ankietowanych miało odmienne zdanie, uznając te elementy wyprawki za zupełnie niepotrzebne.

72 proc. respondentów za niezbędny element wyprawki uznało również pampersy. Pieluszki przydadzą się już w szpitalu. Warto, by miały specjalne wycięcie na pępek.

Jakie powinny być idealne pieluszki?

- chłonne,
- delikatne dla skóry,
- miękkie,
- elastyczne,
- łatwe w zakładaniu.

Pieluszki kupuje się biorąc pod uwagę wagę dziecka. Nie warto więc robić dużych zapasów, bo w pierwszych tygodniach życia dziecko bardzo szybko przybiera na wadze.

Przed narodzinami dziecka rodzice decydują się również na zakup łóżeczka. Ten element wyprawki 45 proc. ankietowanych uznało za niezbędny, 23 proc. za potrzebny. Stosunkowo dużo respondentów (13 proc.) uznało, że noworodek nie musi mieć własnego miejsca do spania.

Za przydatny, ale niekonieczny zakup rodzice uznali też elektroniczną nianię (35 proc.). 27 proc. ankietowanych uznało ją za zupełnie zbędną.

Za niezbędne z kolei respondenci uznali kosmetyki do kąpieli (47 proc.). Dla 25 proc. osób biorących udział w badaniu są one potrzebne, dla 11 proc. – przydatne, ale niekonieczne.

Przed zakupem kosmetyków dla noworodka upewnij się, że można je stosować od 1. dnia życia.

Ankietowanych zapytaliśmy również, czy według nich istotnym elementem wyprawki są zabawki, grzechotki i maskotki. Większość z nich (36 proc.) uznała je za przydatne, ale niekonieczne. 31 proc. osób określiło je jako potrzebne, 13 proc. – za niezbędne.

Czy istotnym elementem wyprawki jest butelka? Dla 44 proc. ankietowanych jest ona niezbędna, zaś dla 20 proc. potrzebna. Wielu respondentów (14 proc.) odpowiedziało jednak, że wcale się nie przyda.

Jeśli młoda mama chce karmić piersią, zakup butelki może odłożyć na później. W pierwszych tygodniach życia dziecko będzie uczyło się pić z piersi.

Obok ubranek, kosmetyków oraz zabawek, istotnymi elementami wyprawki są również: wózek lub chusta oraz fotelik samochodowy.

Wózek dla 63 proc. respondentów jest konieczny, dla 13 proc. – potrzebny. Coraz popularniejsze jednak staje się noszenie dziecka w chuście, nic zatem dziwnego, że 13 proc. ankietowanych jej zakup uznało za niezbędny, 35 proc. – za przydatny, ale niekonieczny.

Zakup wózka musi być bardzo dobrze przemyślany. Warto o nim pomyśleć jeszcze przed narodzinami dziecka. Dobrym pomysłem jest odwiedzenie sklepów z dziecięcymi akcesoriami, by móc dokładnie obejrzeć wózek. Dobrze jest porozmawiać na temat jego funkcjonalności ze sprzedawcą lub też skorzystać z opinii innych rodziców.

Jeśli chcemy nosić nasze dziecko w chuście, dobrym pomysłem jest skonsultowanie się z certyfikowanym doradcą chustowym.

W sytuacji, gdy jesteśmy zmotoryzowani, prawo nakazuje nam przewozić dziecko w foteliku samochodowym. Musi on być dostosowany do wzrostu i masy dziecka oraz spełniać wymogi określone w przepisach. Ze względów bezpieczeństwa powinien mieć odpowiednie certyfikaty. Noworodki oraz niemowlęta są przewożone w fotelikach typu "kołyska", mocowanych tyłem do kierunku jazdy. 61 proc. osób biorących udział w badaniu określiło go jako niezbędny element wyprawki. 16 proc. ankietowanych uznało fotelik samochodowy za potrzebny, tyle samo osób za zbędny.

Za przydatne, ale niekonieczne elementy dziecięcej wyprawki biorący udział w badaniu rodzice uznali: leżaczek (39 proc.), laktator (32 proc.), rondo kąpielowe do mycia głowy (27 proc.), poduszkę do karmienia (34 proc.) oraz parasolkę do wózka (33 proc.). Za zbędny wydatek ankietowali uznali elektroniczny tłumacz płaczu niemowlęcia (58 proc.) oraz gąbkę do kąpania dziecka w wannie (29 proc.).



Kompletowanie wyprawki zawsze powinno być kwestią indywidualną. Bardzo dobrze jest sugerować się podpowiedziami innych, ale warto samemu odpowiedzieć sobie na pytanie, czy dana rzecz faktycznie nam się przyda. Analizując odpowiedzi dało się zauważyć, że to, co dla jednych jest niezbędne, innym niekoniecznie się przydało. Przykładem może tu być rożek (becik), który 30 proc. respondentów uznało za niezbędny, zaś 25 proc. jedynie za przydatny. Podobne wyniki uzyskał przewijak, choć w tym przypadku aż 31 proc. osób zaznaczyło, że jest on obligatoryjnym elementem wyprawki. Dla 23 proc. ankietowanych jego posiadanie jest przydatne, ale i bez niego przebranie dziecka jest możliwe.

Ponad połowa badanych rodziców zaznaczyła, że na liście zakupów dla noworodka obowiązkowo musi znaleźć się wanienska (54 proc.). Za potrzebną uznało ją 20 proc. respondentów. Bardzo ważna jest też apteczka. Dla 42 proc. osób jest to konieczny element wyprawki, dla 22 proc. – potrzebny. Jedynie 7 proc. badanych stwierdziło, że jest ona niepotrzebna.

Co powinno się znaleźć w apteczce dla noworodka?

- termometr (np. bezdotykowy),
- sól fizjologiczna (do przemywania oczu),
- woda morską,
- aspirator do nosa,
- jałowe gaziki (m.in. do przemywania kikuta pępowinowego),
- lek przeciwgorączkowy i przeciwbólowy (paracetamol lub ibuprofen).

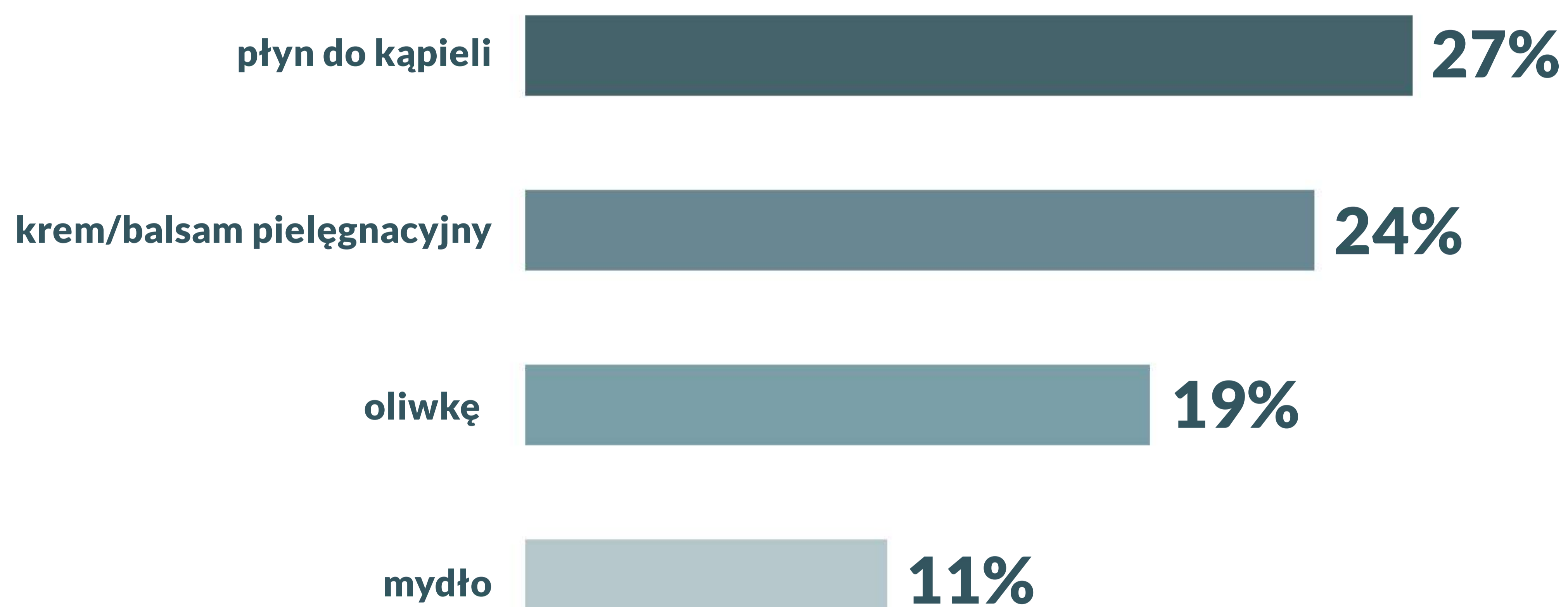
Gdy lista zakupów dla dziecka zostanie już uzupełniona, przychodzi czas na wybór konkretnych produktów. To bardzo trudne zadanie, gdyż na rynku jest całe mnóstwo produktów dedykowanych noworodkom i niemowlętom. Na co zatem zwracać uwagę? O odpowiedź na to pytanie poprosiliśmy użytkowników serwisu parenting.pl. Najwięcej respondentów zaznaczyło, że najwyższej ceni sobie jakość (77 proc.) oraz bezpieczeństwo (76 proc.). Nie bez znaczenia jest cena (39 proc.) oraz opinia innych rodziców (34 proc.). Istotna przy wyborze konkretnych produktów wydaje się być również rekomendacja specjalistów (26 proc.). Najmniejsze znaczenie ma marka (7 proc.).



Bardzo ważnym elementem wyprawki są kosmetyki dla dziecka. Za najważniejsze z nich rodzice uznali:

- płyn do kąpieli (27 proc.),
- krem/balsam pielęgnacyjny (24 proc.),
- oliwkę (19 proc.),
- mydło (11 proc.).

Jako najmniej przydatne badani ocenili puder dla niemowląt (9 proc.) i szampon (1 proc.). 5 proc. respondentów stwierdziło, że niemowlęciu nie jest potrzebny żaden kosmetyk. Zapytaliśmy również o to, jaki powinien być idealny kosmetyk dla małego dziecka. Najważniejsze jego cechy to zdaniem ankietowanych:



Kupując kosmetyki dla dziecka, rodzice najmniejszą uwagę zwracają na atrakcyjny zapach i kolor (5 proc.) oraz wysoki stopień pienienia się produktu (1 proc.).



Na co zwracać uwagę przy wyborze kosmetyków dla dziecka?

Sklepowe półki uginają się pod ciężarem kosmetyków dla dzieci. Trudno zdecydować się na jeden produkt. Jak więc sobie to zadanie ułatwić?

Warto przede wszystkim zwrócić uwagę na skład kosmetyku. Idealnie będzie, gdy na liście składników nie znajdziemy parabenów, alkoholu i barwników, które mogą podrażniać delikatną skórę dziecka. Pamiętajmy też, że jest ona zdecydowanie cieńsza niż w przypadku osób dorosłych. Szkodliwe substancje mogą więc z łatwością przenikać do organizmu. Zatem produkt musi być bezpieczny, co mogą potwierdzić badania kliniczne i dermatologiczne. Powinien też posiadać pH przyjazne dla skóry i nie szczypać w oczy. Istotnym kryterium jest również hipoalergicznosc kosmetyku.

Kupując kosmetyki dla dzieci, dobrze jest kierować się opinią innych rodziców, jak również zwrócić uwagę na historię samej marki. Jeśli jest ona obecna na rynku przez długi czas, oznacza to, że cieszy się dużym zaufaniem wśród rodziców, a jej popularność nie słabnie.

Co to są emolienty?

Wyjątkową grupą produktów są emolienty. Mają działanie nawilżające, natłuszczające uelastyczniające skórę. Zapobiegają utracie wody, zatrzymując ją w naskórku, niwelują świąd i stan zapalny. Jeszcze nie tak dawno temu emolienty zalecało się stosować u dzieci, które mają problemy dermatologiczne, np. atopowe zapalenie skóry lub alergię. Dzisiaj poleca się je wszystkim niemowlętom, zwłaszcza jeśli w rodzinie pojawiały się problemy skórne.



Podsumowanie

Niniejszy raport został przygotowany na podstawie odpowiedzi użytkowników serwisu parenting.pl. Ankieta była skierowana do rodziców dzieci w różnych grupach wiekowych. Jej głównym celem było określenie elementów wyprawki dla niemowląt z uwzględnieniem ich przydatności. Mamy nadzieję, że otrzymane i przeanalizowane w specjalnie opracowanym raporcie wyniki pomogą rodzicom w pierwszych zakupach dla dziecka.

Dziękujemy za poświęcony czas i zapoznanie się z raportem na temat kompletowania wyprawki noworodka.