

Киркилионис Эвелин

Малыш хочет на ручки

**Все, что надо знать о физиологичных
переносках и преимуществах ношения
на руках**

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 613.89:613.7/.9
ББК 51.204
Э15

- Э15 **Эвелин К.**
Малыш хочет на ручки: Все, что надо знать о физиологичных переносках и преимуществах ношения на руках / Киркилионис Эвелин – М.: Lennex Corp, — Подготовка макета: ООО «Книга по Требованию», 2026. – 192 с.

ISBN 978-5-905392-38-2

В книге с научной точки зрения объясняется, почему маленькие дети просятся на руки и почему очень важно и полезно откликаться на эту потребность. Автор рассказывает, что пребывание на руках у взрослого в определенную историческую эпоху было жизненной необходимостью для малышей, а в наше время по-прежнему остается самым благоприятным условием физического и эмоционального здоровья младенцев. В книге наглядно показано, что ношение ребенка на руках в вертикальном положении полностью соответствует его анатомии и физиологии, а также является действенным методом профилактики и лечения заболеваний тазобедренных суставов. Для удобства ношения малышей на руках во всех культурах мира издавна использовались различные тканевые приспособления. Автор рассказывает о различных переносках для малышей и объясняет, как отличить безопасные приспособления для ношения детей (слинги, эргономичные рюкзаки) от тех, которые попросту вредны. В книге приводится обзор современных физиологичных детских переносок, объясняются правила их использования, даются иллюстрированные инструкции к самым популярным намоткам слингов

ISBN 978-5-905392-38-2

© Lennex Corp, 2026
© К. Эвелин, 2026

Evelin Kirkilionis

Ein Baby will **getragen** sein

Alles über geeignete Tragehilfen
und die Vorteile des Tragens

Эвелин Киркилионис

Малыш хочет на ручки

Все, что надо знать о физиологичных переносках
и преимуществах ношения на руках



Москва
2018

ББК 57.32
УДК 649.167

К43 Киркилионис Эвелин

Малыш хочет на ручки. Все, что надо знать о физиологических переносках и преимуществах ношения на руках / Эвелин Киркилионис. Перевод А. Будницкой, О. Семеновой — М.: СветЛо, 2018
ISBN 978-5-905392-38-2

Автор, специалист по биологии поведения человека, с научной точки зрения объясняет, почему маленькие дети просятся на руки и почему очень важно и полезно откликаться на эту потребность. Она рассказывает, что пребывание на руках у взрослого в определенную историческую эпоху было жизненной необходимостью для малышей, а в наше время по-прежнему остается самым благоприятным условием физического и эмоционального здоровья младенцев. В книге наглядно показано, что ношение ребенка на руках в вертикальном положении полностью соответствует его анатомии и физиологии, а также является действенным методом профилактики и лечения заболеваний тазобедренных суставов.

Для удобства ношения малышей на руках во всех культурах мира издавна использовались различные тканевые приспособления. Автор рассказывает о различных переносках для малышей и объясняет, как отличить безопасные приспособления для ношения детей (слинги, эргономичные рюкзаки) от тех, которые попросту вредны. В книге приводится обзор современных физиологич- ных детских переносок, объясняются правила их использования, даются иллю- стрированные инструкции к самым популярным намоткам слингов.

ББК 57.32
УДК 649.167

ISBN 978-5-905392-38-2

© ИП Лошкарева С. С. (Издательство «СветЛо»), 2018, перевод, оформление
© 2013 by Kösel Verlag, Muenchen
a division of Verlagsgruppe Random House GmbH, München, Germany

Примечание

Все примечания, рекомендации и руководства по намотке в этой книге тщательно проверены автором. Они основаны на многолетнем опыте и обширных исследованиях и зарекомендовали себя на практике. Ответственность за их применение несут читатели. Любая ответственность со стороны автора или издательства тем самым безоговорочно исключается.

Настоящее, новое, издание представляет собой полную переработку труда Эвелин Киркилионис, впервые опубликованного издательством Kösel в 1999 году.

Содержание

Введение	8	Особенности анатомии и физиологии младенцев	
1 Ношение: почему, отчего, как же так, собственно?		Таз и тазобедренные суставы	40
Предпосылки	13	Дисплазия тазобедренных суставов и ношение на руках	42
Близость и защищенность	14	Основы темы «Дисплазия»	42
Потребность в близости и страх избаловать ребенка	14	О хороших и плохих традициях — небольшое сравнение культур	46
Носимый. Экспресс-курс	20	Ношение. Речь в защиту осуществляемой в интересах ребенка профилактики дисплазии тазобедренных суставов	48
Человеческий младенец — совершенно особый тип	24	Всё о ношении: сказки, мифы и конкретные факты	52
Носимый и его специфическая история	24	Сказки о повреждениях позвоночника	52
Врожденные способы поведения сегодняшнего человеческого потомства	32	Правда и домыслы о доступе кислорода в слинге	55
Особенности анатомии и физиологии младенцев			
Позвоночник	35		





Досадная тема — человеческий
младенец: незрелорожденный
или носимый? 56

Отвечающее потребностям ребенка
естественное «раннее развитие» 60

Ношение: восприятие
родителей почти всеми
органами чувств 60

Контакт кожа-к-коже —
пища для тела и души 62

Незаметное, но принципиально
важное: восприятие
движения и равновесия 65

Взаимодействие ощущений:
волшебное слово
«интеграция» 67

Ношение — специфическое
«раннее развитие» 70

Значение детско-родительской
привязанности 74

Ношение — краеугольный
камень удачного развития 74

С двойным дном: старт
отношений привязанности 78

Накопление опыта
за пределами собственных
возможностей 84

Близость и дистанция —
развитие самостоятельности 87

Специфическое ношение:
особые ситуации и дети 90

Недоношенные дети —
отпуск от инкубатора 90

Особые дети — не самый легкий
старт в жизнь 93

Если что-то у малыша пошло
наперекосяк —
младенцы с асимметриями 96

Пожалуйста,
никакой идеологии! 98

2 Ношение:
когда начинать, как и в чем?
Практика ношения 107

Вопрос большой:
переносчик какой? 108

Ношение ношению рознь 108

Азы вертикального ношения младенца: правильное положение	112	Различные способы намотки	134
Маленькая поддержка в принятии решений	114	Общее для различных техник	134
Эргономичные рюкзаки и кенгуру	116	Другие переноски: слинги с кольцами, май-слинги, онбухимо	164
Особенности	116	Слинг с кольцами	165
На что родители должны обращать внимание при покупке	118	Слинг-карман	166
		Май-слинги	167
		Онбухимо	168
		Прочее	169
Ношение в слинге-шарфе	122		
Особенности	122	Ношение в направлении движения — лицом вперед	172
На что обратить внимание	122		
Лиха беда начало	122		
Что облегчает жизнь	124		
Качество слингов	129	■ Приложение	177
Дополнение: эластичные (трикотажные) слинги		Благодарю	178
для самых маленьких	132	О выборе фотографий	178
		Библиография	179

Введение



Сегодня младенец в слинге или рюкзаке, снабженном ремнями или лямками, представляет собой почти привычную картину. Преимущества этого вида транспортировки детей неоспоримы: мама энергично двигается по лестнице вверх и вниз, гуляет без затруднений, идет куда хочет, свободно проходит сквозь суету рынка без этих вечных «Извините, можно я пройду?», сопровождаемых этими взглядами, когда коляска в манере «стоп-вперед» прокладывает путь в толпе. Больше не чувствуешь себя препятствием, входя в автобус, колеса не застревают между колес других колясок на платформе. Так легче уладить множество мелких или крупных бытовых проблем. Для некоторых матерей, стремящихся справиться с ежедневными задачами, ношение малышей оказалось настоящей стратегией выживания. Все же работа о детях — не единственное, чем приходится заниматься в быту,

хотя и она одна вполне тянет на полноценный рабочий день.

И дополнительно — ощущение приятной близости для обеих сторон. Носить своих отпрысков так близко к телу означает ощущать их тепло и каждое их движение, а еще — непосредственно воспринимать их самочувствие в данный момент. И ребенок чувствует себя хорошо, пребывая так близко к своей «безопасной базе». Никакого визга, как только начинаешь спускаться по ступенькам навстречу свежему воздуху, максимум — это довольное похрюкивание, звучащее как «ну наконец-то», перед тем как малыш мирно задремлет.

Ясное дело, физический контакт и близость важны младенцу, но вся эта суета вокруг защищенности — это не преувеличенная восторженность? В конце концов, дети десятилетиями росли в колясках и стали нормальными людьми — или нет? Даже если акушерка подчеркивала, как важен

телесный контакт и прямо восхищалась этой техникой наматывания, при которой ребенок расположен спереди, крепко прижатый к маме. Эти метры ткани, намотанные вдоль и поперек, как парео для холодных широт, выглядят несколько замысловато. Компактная переноска — может быть, но относительно этого есть самые разные комментарии. Да еще с самого начала вертикально — это хорошо вообще? Наверное, предварительно лучше была бы эта техника намотки для горизонтального положения с такой кучей ткани — как это правильно делается? И с какого времени я могу носить мою крошку так или эдак без того, чтобы навредить?

Противоречивые чувства и комментарии, один вопрос за другим — как, когда, почему, собственно, — со-

провожают тему слингоношения с тех пор, как этот метод вошел в современный уход за детьми. Даже при том, что слингоношение уже утратило флер альтернативности, противостоящей общепринятому использованию колясок, а слинги и прочие переноски продаются сегодня почти в каждом магазине детских товаров, этот заново открытый — хотя, по сути, старинный даже в нашем культурном кругу — метод ухода за детьми и их транспортировки все еще не является неоспоримым. Практически те же сомнения, что и двадцать лет назад, продолжают тревожить или даже удерживать от ношения родителей, желающих носить своих детей. Вопросы, будет ли ребенок получать достаточно кислорода и не будет ли перегружен его позвоночник, уже стали традицией.



Бабушки и дедушки поджидают с аргументом избалованности, скепсис некоторых педиатров и физиотерапевтов¹ непоколебим. Вопросы совершенно посторонних людей, к какой секте вы принадлежите, еще могут забавлять, так же как и купюры, смущенно засунутые в слинг с комментарием «Это ребенку» [1]. Однако агрессивные вопросы вроде: «Вы вообще знаете, что вы делаете с ребенком?!» — уже не забавны.

¹ Автор упоминает физиотерапевтов, а в России их функции выполняют специалисты ЛФК и массажисты. (Прим. научного ред.)



Конечно, родители получают и положительные отзывы. Но даже если ношение грудничков утратило оттенок экзотики и все больше молодых матерей радуют глаз этим видом заботы о ребенке, изначально эта тема все же определяется предубеждениями. В борьбе с сомнениями такого рода помогают только основательные знания предпосылок слингоношения. Практические советы по ношению важны, но они не занимают центрального места в этой книге, хоть им и уделено изрядное количество страниц. В конце концов, почти везде можно найти компетентного слингоконсультанта. Существуют курсы по слингу, консультации акушеров², сертифицированные консультантки, компетентные эксперты по слингу и целые слингошколы. Производители слингов сами предлагают курсы, и обычно к каждому продукту прилагаются — или опубликованы в Интернете — иллюстрированные описания различных техник намотки. Можно целыми днями просматривать сотни вебсайтов и следовать указаниям из более или менее профессионально сделанных видео.

² В России совершенно иная система наблюдения беременности и послеродового периода, и в патронажные обязанности врачей и медсестер, к сожалению, не входит обучение ношению в переносках. (Прим. научного ред.)