

Barnevogna parkeres og BabyBjörn får på pukkelen. Nå må de små henge med.

Trøste og bære



Bærebølge: Monica Løver (33) og barna Philip (1), Sol (2) og Winona (7) liker å gå tur til rullesteinsbeltet Mølen, som ligger like ved huset deres i Nevlunghavn. - Det er så mange steder man



ikke kommer fram med vogn! Særlig tvillingvogn. Å gå tur i skogen eller til Mølen er håpløst, selv med joggevogn eller off road, men med bæretøy kommer vi oss rundt, sier hun.



Kongen: Eva Barck (28) prøver en formsydd Beco i Elvis-mønster på datteren Liva Lykke (2).



Bæregæren: Jeanette Nathali Nielsen (18) og Tonje Folkestad Gonzalez (24) knyter opp døtrene Johanna (18 md.) og Ada (1) på ryggen nå ... Hva kan jeg si? Noen liker biler. Noen liker sko. Jeg liker

► **Leverposteibrodskiver.** Bleieskift. Amming. Pludring. Og bæretøy. Metervis med bæretøy. Med edderkoppmønster, Elvis-bilder og blomster. I bomull, lin og silke. Tjue mammaer med barn pluss én pappa og én onkel har tatt turen til parken på St. Hanshaugen i Oslo for det ukentlige bæretreffet avtalt på bærenettstedet Tett inntil. Mammaene er fra 18 år til 37 år, ingeniørstudenter, markedskoordinatører og lærere. I utkanten av gruppa står noen barnevogner parkert. Flesteparten brukt for å trille alt bæretøyet som nå spres utover pleddene.

- Oooh, det var nydelig. Hva er det for noe?
- Er det en sånn Beco?

Mens barnevogna ble populær først i viktariatidas England, har foreldre båret barna sine til alle tider. Men det er først de siste tiåra fagfolks interesse har våknet. I Canada har forskere undersøkt sammenhengen mellom bæring og gråt. Nybakte mødre ble bedt om å bære barna sine minst tre timer hver dag, mens en kontrollgruppe ikke fikk noen instruks. Etter tolv uker hadde mødrene i eksperimentet båret 1,7 timer mer enn de andre daglig. Hos disse barna stoppet gråten raskere,

og de gråt 43 prosent mindre enn barna som ikke ble båret. Studier som denne, sammen med anbefalinger om å bære barna fra bestselgende forfattere av foreldrehåndbøker som amerikanske doktor Sears og fødselslegen Gro Nylander, har ført til boom i bærebransjen. Samtidig har BabyBjörn, som solgte 10 000 bæreseler i Norge i fjor, falt i unåde hos flere ledende leger og fysioterapeuter. Nå er det mykt, lett og ergonomisk riktig bæretøy som gjelder. Og glem alt du trodde om hvem som bærer og hvordan bæretøy ser ut. Ut er batikkmønster og anemiske raddismødre, inn kommer luksusslynger i silke og hollywoodstjerner. Mens Madonna bærer sønnen David (2) i et grønt bomullssjal, foretrekker Brad Pitt en enklere, svart lommestykke, og rockemamma Gwen Stefani ringslynger av råsilke. Også i Norge blir stadig flere mødre bæregærne. Om vinteren kan de håpefulle holdes varme i ringslynger av firelags, nepalsk kasjmir. De mest entusiastiske investerer i vinterposer som tres utenpå bæretøyet eller egne bærejakk, som ser ut som de er sydd for et tohodet troll. Denne helgen er et høydepunkt i bæremiljøet. Da arrangeres det andre årlige landstreffet i bæring, i Trondheim.

- **Jeg hadde aldri klart meg** uten bæretøy. Det gjør hverdagen så mye enklere, sier Monica Løver (33). Den tidligere danseinstruktøren sitter på rommet til sønnen Philip (1) i Nevlunghavn i Vestfold mens han leker sjørøver med søstrene Winona (7) og Sol (2). Med en mann som jobber i Nordsjøen og er borte to uker i slengen, var Monica nødt til å finne en måte å få hverdagen til å fungere.

- I dag har Sol dusjet og vasket håret. Da bruker jeg badeslynga. Hun får ikke vann i ansiktet og jeg har begge hendene fri. Om morgenen tar jeg gjerne en av de små på ryggen i sjal, mens jeg stiller den andre. Når barna er urolige, får tenner eller er syke, bærer jeg ekstra mye. Monika trekker pusten.
- Og amming. Nevnte jeg det? Hvis lillebror ble sulten når jeg hentet Sol i barnehagen, kunne jeg bare la ham amme i sjalet. Når jeg støvsuger er det kjempekjekt. Jeg er helt avhengig!

Bak døra til det lyse barnerommet henger åtte ringslynger på rekke. Oppå hyllene med togsett og Duplo ligger bunker med sirlige brettete sjal og mei taier.



Gwen Stefani bærer sønnen Kingston i en svart silkeslynge.



Mel B bærer datteren Angel Iris i en storblomstret lommestykke.



Brooke Shields bærer døtrene Grier og Rowan i en sort lommestykke.





gen i sjal. Jeanette anslår at hun har over tjue forskjellige slags bæretøy. Hun har begge deler. Også liker jeg bærestøsj, sier Jeanette.

- Jeg har stæsj ned nå, men da jeg telte i går hadde jeg sju mei taier, ni ringslynger og 37 sjal.

Monika rister på hodet og ler.

- Jeg prøver å kutte ned, men plutselig kommer det nye sjal, og da må jeg bare prøve dem ut. Sjal faller ikke så mye i verdi, så det er bare å selge dem igjen. Egentlig trenger man bare ett.

Hjertet i det norske bæremiljøet er nettsida Tettinntil.no som startet i 2005, og nå kan skilte med over 60 000 sidevisninger daglig og 4450 bæreentusiaster. Her legger brukerne ut bilder av bæretøyet sitt, arrangerer bæretreff, finner bærehjelpere i sin by, skriver anmeldelser og diskuterer temaer som: «Er det mulig å bære to på en gang på et vis?», «Hva er best å amme i?» eller «Hvordan er det å kjøpe indio fra utlandet?»

Da Monica begynte å bære, fantes ikke noe slikt nettsted. Hun knøt sitt første sjal for sju år siden, da Winona på fem måneder fikk diagnosen hofteleddsdisplasi. Med en datter som måtte ligge med bena i skinner dag og natt, fungerte verken BabyBjörnen eller vanlig vogn.

- Jeg begynte å lese og endte opp med å bestille et sjal



Tett på nett: I en video på YouTube viser Torstein Greni (31) hvordan han knytter på et elastisk bæresjal.



Populært: - Aurora roet seg straks hun kom oppi sjalet. Da var hun tilbake i hiet sitt, sier Torstein Greni.

fra Tyskland. Etter det var jeg overbevist. I motsetning til BabyBjörnen ga sjalet ingen belastning på min rygg, og ingen belastning på babyens rygg.

Da Philip ble født tok bæreinteressen helt av. Han fikk hjerneinfarkt under fødselen, måtte ligge på nyfødtintensiven og gråt mye.

- På sykehuset fikk jeg beskjed om å bære ham så mye som mulig. De sa at kroppskontakten stimulerer hjernen positivt, så han har aldri ligget i vogn.

En rekke norske barselavdelinger og nyfødtintensiver tilbyr nå nybakte foreldre opplæring i babybæring

- Bæring er bra for tilknytningen mellom foreldre og barn. Barna får mer av den viktige hud til hud kontakten, og foreldrene får bevegelsesfrihet, sier sykepleier Anne Hellerud ved nyfødtintensiven på Sykehuset Buskerud.

- Barna roer seg merkbart når de blir båret. Det kan vi se på overvåkningsutstyret som er festet på de premature.

Hun forteller også om gunstig effekt på ammingen. - Nærheten til barnet øker hormonene som stimulerer melkeproduksjonen. Det er lett for barnet å gi beskjed om når det vil spise, og en del av mødrene hos oss ▶

Hva er forskjellen?

Sjal er et langt tøyestykke som kan knytes på en rekke forskjellige måter, både på mage, hofte og rygg. Det finnes to hovedtyper sjal: elastisk og vevd. Mens elastisk sjal knytes på før du plasserer barnet, må du knyte på nytt hver gang du tar barnet ut og inn av et vevd sjal. Elastisk sjal er vanligst å bruke på barn opptil seks måneder, mens vevd sjal kan brukes opptil fire år.

Mei tai er en asiatisk bæresele som kan brukes på mage og rygg. Den består av et stor firkantet tøyestykke med to kortere stropper som knytes rundt livet og to lange stropper som knytes over skuldrene. Mei taien må knytes på hver gang du tar babyen ut og inn, men den er rask og enkel å ta på og har ingen klips eller spenner som må tilpasses på forhånd. Samme sele kan brukes av folk med vidt forskjellig kroppsfasong. Kan brukes fra nyfødt til fire år.

Ringslynge er et langt stykke stoff med en ring i den ene enden. Kan brukes både på mage, hofte og rygg. Slingen bæres som et bånd på skrått over brystet, og justeres enkelt ved å løsne eller stramme stoffet i ringene. Samme slynge kan brukes av folk med ulik kroppsfasong, og barnet kan bæres i ringslynge fra det er nyfødt til det er fire år. Til større barn passer den best til kortere turer fordi du belaster skjevt.

Lommeslynge er et langt stykke stoff sydd sammen til et bånd og bæres på skrått over brystet. Kan brukes både på mage, hofte og rygg. Den er ikke justerbar og du må derfor velge en som passer din størrelse. Svært enkel i bruk, lommeslyngen trenger ikke justeres når du tar barnet ut og inn. Kan brukes fra nyfødt og så lenge du ønsker å bære, til større barn passer den best til kortere turer fordi du bare belaster skjevt.

Formsydd bæresele er en samlebetegnelse for seler der barna sitter ergonomisk korrekt med bena ut til siden. Stroppene er kortere og festes med klips, som strammes til og justeres avhengig av størrelsen på barn og bærer. Det finnes flere varianter, de mest populære er Beco, Ergo og Patapum. Kan brukes på mage og rygg, fra fire måneder til fire år. Enkelte varianter har også spedbarnsinnlegg som gjør at de kan brukes fra barnet er nyfødt.

Kilder: tettinntil.no, krusedull.net



Madonna bærer sønnen David i et grøntmønstrerte sjal.

Kerri Russel bærer sønnen River i en lyseblå lommeslynge.



Rachel Weisz bærer sønnen Henry i en blå denim lommeslynge.



Michelle Williams bærer datteren Matilda Rose i en svart ringslynge.



Bære lekkert: I Monicas samling av bærestøsj finnes blant annet fem ringslynger i silke og et sjal i kasjmir.
- Kasjmir er mykt og godt til nyfødte, hamp er sterkt til større barn, mens silke passer alt, sier hun.

► ammer barnet mens det fortsatt ligger i sjalet. Til sammen har avdelinga rundt tjue sjal til utlån.
- Det er ingen tidsbegrensning når du bærer i sjal. Så lenge barnet trives kan du bære så lenge du vil.

Seksjonsoverlege Vera Halvorsen på barneortopeden ved Ullevål universitetssykehus i Oslo mener bæring kan ha en gunstig effekt på barnets hofter.

- I Afrika er forekomsten av hofteladdysplasi betydelig mindre enn her. Det kan skyldes genetiske faktorer, men det kan også skyldes hvordan barna ligger eller bæres den første tida.

Overlegen presiserer at ikke all bæring er like bra. Bæretøyet må la barnet sitte ergonomisk korrekt.

- I en BabyBjörn henger beina rett ned. Det er ikke en spesielt gunstig posisjon for hoftene. Bæring for eksempel i sjal på ryggen, slik vi ser i Afrika, er noe helt annet. Når knærne vender ut til siden, med sprik i hoftene ligger hoftekula og hofteskåla korrekt i forhold til hverandre. Bæring i en slik posisjon er optimalt for barnets hofter, og noe jeg absolutt anbefaler.

De siste to åra har norske nettbutikker som tilbyr hjemmesyddede mei taier og sjal poppet opp som paddehatter, og til og med «vanlige» babybutikker fører nå bæresjal. Trondheimsbaserte Krusedull fikk sin spede begynnelse for fire år siden da Anne Camilla Vaalund begynte å sy mei taier til sin 8 måneder gamle datter Marie.

- Bæremeisen ble mye å bale med for å tusle en liten tur, og BabyBjörnen var tungvint til større barn. Jeg trengte noe nettere og hørte om mei taier. Fordi det var umulig å få kjøpt i Norge begynte jeg å sy selv, og snart sydde jeg også for andre.

De første åra kom hun i kontakt med kunder gjennom en blogg, men i 2006 etablerte hun sitt eget firma.

- Jungeltelegrafens sørget for at etterspørselen i løpet av kort tid økte så mye at jeg ikke lenger hadde sjanse til å sy nok. Derfor begynte jeg å importere bæretøy fra USA.

I dag er Krusedull blitt en fulltidsjobb for Vaalund.

- Fortsatt stiger etterspørselen, og sammenliknet med juni i fjor har jeg nesten tidoblet omsetningen. Nå jakter jeg på lokaler, så jeg kan åpne butikk i Trondheim.

I dette bæremiljøet er oslogutten Torstein Greni (31) blitt nettkjendis. Den snaut to minutt lange videoen der han viser oppknytting i elastisk sjal med sin ei uke gamle datter Aurora, er nå den mest sette babybærevideoen på nettstedet YouTube. Så langt er filmsnutten vist over 38 000 ganger.

- Jeg ville ha noe å frakte babyen rundt i og kom over et bæresjal på nettet, men ikke noe sted som viste hvordan jeg skulle binde det opp. Jeg sjekket ikke gravidetidene, bare sider der menn er innom, som YouTube.

Fordi en babybutikk skulle ha demonstrasjon av bæring fikk Torstein likevel hjelp til å knytte på seg datteren.

- Så lagde jeg min egen video for menn som har lyst til å gjøre det samme.

Hovedpersonen selv er blitt 14 måneder gammel. Hun har hatt god nytte av sjalet til pappa.

- Da jeg gikk på krykker knøt jeg henne fast til kroppen. Ute i vinterkulda hadde jeg bare en fluffy vinterjakke



Liev Schreiber, mannen til Naomi Watts, bærer sønnen Alexander Pete i en olivengrønn ringslyng.



Red Hot Chili Pepper **Anthony Kiedis** har ikke hørt om slynger eller mei taier, og bærer rockearvingen Everly i en BabyBjörn.



Enten veksler skuespiller **Naomi Watts** på bærestyret, eller så har hun glemt bæreslynga hjemme. Her er hun på flyplassen i Los Angeles med Alexander i en BabyBjörn.

«Jeg fraråder BabyBjörn på det sterkeste.»

Ute Imhof, spesialist i barnefysioterapi

over, med noen knapper kneppet opp for henne. Sånn kunne jeg henge ut med venner uten at de visste jeg hadde med baby før hun plutselig titta ut fra sjalet sitt.

Ute Imhof, spesialist i barnefysioterapi, arbeider ved den private Barneklivnikken i Oslo og har 20 års erfaring fra Akershus Universitetssykehus. Hun understreker at det er viktig å variere aktivitet og posisjon.

- Å bære ungen hele dagen i samme stilling fører til at barnet går glipp av nødvendig treningstid på bakken, noe som kan være uheldig for den motoriske utviklinga.

Hun er spesielt kritisk til den tradisjonelle BabyBjörnen.

- Jeg fraråder BabyBjörn på det sterkeste. Alle som har hengt i en klatresele vet hvor ubehagelig det er for bekken, hofter og rygg. For barn yngre enn tre måneder kan det være direkte skadelig.

Imhof anbefaler ergonomisk riktig bæretøy som slynger og mei tai, men maner til sunn fornuft.

- Hvis du bærer noen timer hver dag, men ellers gir barnet mulighet til å utfolde seg, går dette glimrende.

Kommunikasjonssjef for BabyBjörn i Danmark og Norge, Peter Fond, er kjent med kritikken mot bæreselen.

- Det jeg vet er at vi har solgt 8,5 millioner BabyBjörner totalt fra 1973 og aldri hørt om skader. Vi samarbeider nært med leger og testfamilier, og våre leger sier at selen gir en bra fysiologisk posisjon både for babyen og bæreselen. Vi er veldig sikre på det vi gjør.

Han mener det er trygt å bære i BabyBjörn for barn mellom 3,5 og 12 kilo.

- Barn sier fra når de ikke trives, så det viktigste er å lytte til barnet.

Kommunikasjonssjefen ser ikke på bæring i slynger og sjal som noen trussel.

- Det viktigste er at så mange som mulig bærer barna.

Tilbake på gressbakken på St. Hanshaugen har noen tuslet av gårde med de små sovende inntil seg, og nye bærere er kommet til. Anita Juveli (28) er på bæretreff for første gang.

- Jeg var ikke kjempeentusiastisk før jeg fikk barn. Barnet mitt skulle lære seg å sove fint i vogna.

På magen hennes sover sønnen Martin (3 md.) med åpen munn inni et grønnstripet sjal.

- Sånn gikk det jo ikke. Martin gråt hver gang jeg prøvde å legge ham ned. Heldigvis hadde jeg fått sjal i barselgave, ellers hadde jeg blitt desperat.

Anita klarer seg med ett elastisk sjal, og synes den største fordel med bæring er at hun får hendene fri.

- Også slipper jeg å dra med meg den forferdelige vogna på bussen. ●

ssk@dagbladet.no

Forskere om bæring

● En undersøkelse fra Montreal Children's Hospital Research Institute i Canada viste at når mødre bar babyene sine 1,7 timer mer enn vanlig hver dag gråt barnet 43 prosent mindre. Barna begynte å gråte like ofte, men varigheten av gråten ble nær halvert.

● En studie av nyfødte barn publisert i tidsskriftet Pediatrics i 2004 viste at barn som får mye fysisk kontakt sover mer, gråter mindre og blir sjeldnere syke enn kontrollgruppa der barna ikke fikk noe økt fysisk kontakt.

● Forskere ved Colombia University ga mødre med lav inntekt i indre by enten et bæretøy eller en babystol da de ble skrevet ut fra sykehuset. Mødrene som fikk bæretøy ble oppfordret til å bære barna daglig. Da barna var 13 måneder ble tilknytningen til mor målt med den anerkjente Ainsworth Strange Situation. Her studerer forskerne barnets reaksjon når det for en kort periode blir forlatt av mor. Konklusjonen var at 83 prosent av babyene som ble båret hadde fått en trygg tilknytning til mor, mot 38 prosent i kontrollgruppa.

Kilder: «Our Babies Ourselves» av Meredith F. Small, Pediatrics - Official Journal of the American Academy of Pediatrics.

DET ER STØRRELSEN DET KOMMER AN PÅ

MITSUBISHI COLT INSPORT – DEN STORE SMÅBILEN

Colt tok for 8. gang førsteplassen på den tyske ADAC-statistikken for driftssikkerhet



SPAR 15.000,- PÅ INSPORT UTSTYRSPAKKE

Stabilitetskontroll (ASC) · Antispinn-kontroll (TCL) · 6 kollisjonsputer · 16" lettmetallfelger · Tåkelys foran · Regnsensor · Kjørecomputer · Rattbetjent radio/CD · MP3-kompatibel · Sotede vinduer (5-dørs) · Klimateanlegg · Turbo takspoiler (3-dørs) · Lærtrukket ratt og girskifter · Utvendig designpakke

Priseks. COLT INSPORT 5-DØRS veil. pris kr. 184.900,-* NÅ TIL KAMPANJEPRIS KR. 169.900,-*

GARANTI
5 ÅR
100.000 km

For nærmeste forhandler ring 23 37 61 00

* Veil. pris pr. 01.01.08 levert Drammen bilhavn.
Enkelte utstyrsdetaljer kan avvike fra standard.
Drivstofforbruk: 4,4-6,8 l/100 km variert kjøring. CO₂-utslipp: 116-161 g/km.

www.mitsubishi.no | GARANTERT KVALITET

