

Diese **DIDYMOS**-Bindeweise empfehlen Hebammen und Ärzte für noch sehr junge Babys, die nicht (oder nicht mehr) liegend getragen werden möchten. Ihr Kind wird von drei Stoffbahnen gehalten – eine Tuchbahn verläuft quer, die beiden anderen stützen diagonal seinen Rücken.

## ANLEITUNG



**1** Legen Sie sich Ihr **DIDYMOS**-Tuch mittig wie eine Schürze um Ihren Bauch.



**2** Kreuzen Sie die Tuchbahnen auf Ihrem Rücken, ohne sie zu verdrehen.



**3** Führen Sie die Enden über die Schultern wieder nach vorne. Sie hängen nun lose von Ihren Schultern herab.



**4** Ziehen Sie die querlaufende Stoffbahn einmal auseinander, damit nichts verdreht ist.



**5** Lassen Sie Ihr Baby von oben **unter** die Bauchschärpe gleiten, die **untere Stoffkante verläuft in seinen Kniekehlen**.



**6** Halten Sie **Ihr Kind gut fest** und fächern Sie das Tuch bis in seinen Nacken auf.



**7** Anschließend straffen Sie die seitlichen Tuchbahnen, indem Sie zuerst die inneren Tuchkanten ...



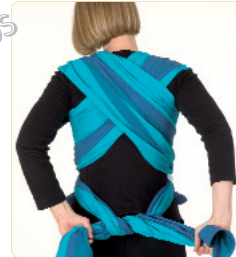
**8** ... dann die äußeren **einzel**n **fest nachziehen**. Dabei halten Sie mit einer Hand immer auch Ihr Kind.



**9** Beide **straff gespannten** Tuchbahnen werden seitlich am Kind entlang geführt, unter seinem Po gekreuzt ...



**10** ... und **unter seinen gespreizten Beinchen** wieder auf Ihren Rücken geführt, ...



**11** ... wo Sie die Enden mit dem flachen Weberknoten verknöten.



**12** So wären Sie schon fertig.



**13** Damit Ihr Baby noch besser gestützt wird, fächern Sie die seitlichen Stoffbahnen auf: **Zuerst die innere Tuchbahn**, dann die äußere.



**14** Wenn Sie möchten, ziehen Sie die Tuchbahnen auf Ihren Schultern breiter, dann verteilt sich das Gewicht besser.

## TIPP

- > Wenn Ihnen das Binden anfangs kompliziert scheint, denken Sie daran, wie lange Sie zunächst zum Windelwechseln gebraucht haben. Und jetzt? Genau so schnell klappt das Binden nach einiger Übung mit diesem Tragetuch.

## HINWEISE

- > Das Tuch muss **so fest gebunden** sein, dass Sie Ihr Baby auch dann ganz eng an Ihrem Körper spüren, wenn Sie sich **nach vorn beugen**.