

Wat is het belang van natuurlijke wol-zijde kleding voor je baby?

Deze vraag wordt mij heel vaak gesteld tijdens een kennismaking of een intake gesprek met aanstaande ouders die natuurlijke kraamzorg willen ontvangen. Dit artikel is bedoeld als extra informatie voor de keuze van kleding voor jullie baby. Er is zoveel babykleding te koop maar welke soort stof van kleding past het beste bij jullie baby en waarom dan precies.

Kleding en de huid

De keuze van materiaal waarvan kleding gemaakt is van belang voor het welzijn van de mens in het algemeen maar nog meer geldt dit voor baby's. Een babyhuid staat nog volledig open en is nog niet volledig ontwikkeld en daardoor extra kwetsbaar en gevoelig. De huidcellen staan nog minder dicht op elkaar, de talgklieren moeten zich nog ontwikkelen en de beschermende zuurmantel is nog onvolledig. De huid heeft een belangrijke functie bij het regelen en het op peil houden van de lichaamstemperatuur. De huid is een omhulling van ons fysieke lichaam, het vormt de grens tussen onze binnen- en buitenwereld. Het is ons grootste waarnemingsorgaan, ons grootste zintuig waarmee we ook onze omgeving kunnen aftasten. Via de huid kunnen we warmte, kou, druk en pijn ervaren en voelen wat we aanraken. (tastzintuig) En daar moeten we heel zuinig op zijn vanaf het aller eerste begin.



Alle stoffen uit de kleding worden direct opgenomen in de bloedbaan, het is dus van het grootste belang dat deze kleding vrij is van chemische onnatuurlijke stoffen. Het is ook belangrijk dat het ademend is, warm en dat er omhulling geboden wordt.

Kleding kan niet de basisfuncties van de mens overnemen, maar het dient om de functies van de mensen op een goede manier te ondersteunen. Kleding is een stukje buitenwereld, dat het dichtstbij ons is als een tweede huid. Kleding zorgt voor warmte en heeft invloed op ons welbevinden, warmte die er nodig is voor een baby om zich prettig te voelen, te kunnen ontspannen, te ontwikkelen en om goed te kunnen in- en doorslapen en warmte vermindert de kans op krampjes.

Het is dus belangrijk dat we natuurlijke materialen gebruiken voor de babykleding zoals, wol, wol-zijde of eventueel bio-katoen en bamboe. Ieder materiaal heeft zijn eigen eigenschappen. Ook zijn er veel ontwikkelingen gaande om ook andere natuurlijke materialen geschikt te maken om als textiel voor kleding beschikbaar te krijgen zoals turf, hennep en brandnetel, deze verkrijgbaarheid is nu nog beperkt.



Maar wat is nu de allerbeste keuze van babykleding?

De beste keuze van Babykleding is kleding die het beste aansluit bij de huid van baby en dat die vrij is van chemische onnatuurlijke stoffen (zowel in teelt als in productie) want ook natuurlijke stoffen kunnen met een chemisch en daardoor met een goedkoper productiemethode worden vervaardigd tot kleding.

In de natuurlijke kraamzorg ligt de voorkeur daarom bij dierlijke stoffen zoals wol, zijde of de combinatie wol-zijde, deze combinatie bestaat vaak uit 70 procent wol en 30 procent zijde. Door deze 2 natuurlijke dierlijke stoffen te combineren die elkaar versterken profiteer je optimaal van de allerbeste eigenschappen van zowel wol als zijde.

Dit is de allerbeste keuze voor een baby omdat dit het dichtste bij onze eigen huid komt omdat het van een dier komt (wol van een Merino schaap en zijde van de zijderups) het bevat keratine dat is een zeer elastische eiwit. (Een stof die van nature voorkomt in onze nagels en haren) Het vormt zich als het ware onze tweede huid. De andere keuzes komen van planten en hebben mindere kwaliteiten dan wol en zijde en maken ze daarom minder geschikt.



Wol is lekker warm en het kan 30 procent van zijn eigen gewicht aan vocht, waterdamp en zweet opnemen zonder dat het onbehagelijk wordt in het dragen. Het laat het opgenomen vocht ook weer makkelijk los waardoor het kan verdampen. Daardoor voelt wollen kleding niet nat en klam aan. Mensen scheiden voortdurend vocht uit via de huid en dat is de reden waarom het dragen wollenkleding zo comfortabel is. Daarbij heeft wol nog iets bijzonders, wollenstof bestaat voor meer dan 60 procent uit lucht, deze hoeveelheid lucht zorgt voor een isolerende werking. Lucht is een slechte geleider van warmte (en koude). Hierdoor is wollen kleding bijzonder geschikt om lichaamswarmte vast te houden, de zijde in de kleding zorgt ervoor dat het zeer zacht en prettig aanvoelt op de huid. Wol-zijde stimuleren de huidontwikkeling en reguleren perfect de warmte. De zijde helpt je baby te beschermen tegen straling en prikkels. En zijde is zeker aan te raden bij baby's die extra kwetsbaar zijn zoals kindjes die veel te vroeg geboren zijn of baby's met een extra kwetsbare huid zoals met eczeem klachten. Ook zijde kan 30 procent van zijn eigen gewicht aan vocht opnemen.

Het beste advies is dan ook als eerste laag op de huid, onderkleding te dragen van wol-zijde, het is duurder in aanschaf maar je hebt er veel minder van nodig en je baby kan gerust een week lang een wol-zijde rompertje aanhouden. Als tweede laag is de beste keuze kleding van Merino wol maar als je kiest voor een alternatief kies dan zo natuurlijk mogelijk zoals kleding van biologische katoen of bamboe.

Hoeveel kledingstukken heb je dan nodig voor je baby?

- 2 omslag rompertjes met lange mouw van wol-zijde
- 2 truitjes/vestjes van wol-zijde
- 2 broekjes/boxpakjes van wol-zijde of een legging met voetjes
- 1 paar wollen sokjes die goed sluitend zijn
- 1 of 2 mutsjes van wol-zijde, bij voorkeur helmmodel met koordjes (strikmutsje)
- 1 overalpakje/ jasje van wol voor buiten
- 1 wollen omslagdoek tricot gebreid 80x100 dun



Het wassen van wol-zijde en wol

Wol heeft een zelfreinigend vermogen, waardoor je kleding heel lang kan dragen, een week kan prima, het liefst was je de kleding van wol helemaal niet, je lucht de kleding buiten en eventuele vlekken behandel je plaatselijk met een wol wasmiddel (Ecover of Sonnet zolang er maar geen alkaline in het product zit) of ossengalzeep.

Als je plaatselijke vlekjes wil behandel dan neem je handwarm water, een beetje wolwasmiddel om de vlek mee te behandelen, uitspoelen met handwarm water, licht uitknijpen en in een handdoek rollen, daarna het liefst liggend laten drogen maar niet in de zon.

Eigen ervaring

Ik ben enthousiast geworden over het dragen van wol-zijde kleding doordat ik gezien heb in de praktijk hoe de zachtheid en van de zorgvuldig uitgekozen wol-zijde kleding doorwerkt op de baby en daardoor ook op de ouders. Tevens heb ik ervaren hoe belangrijk het evenwicht in warmte is bij de pasgeboren baby zodat de baby zich comfortabel, geborgen en welkom voelt op deze aarde.

Dat gun ik iedere pasgeboren baby!

Met warme groet,
Sandra Vos
Natuurlijke kraamverzorgende



Websites en winkeltjes voor wol en wol-zijde kleding:

<https://www.dilling.nl/baby-ondergoed/babypakjes-en-baby-rompers/>

<https://www.natur-el.nl/kinderen/babys/> (winkeltje in Rotterdam)

<https://www.mijnhemeltje.nl/product-categorie/basics/baby-basics/> (winkeltje in Rotterdam)

Literatuur:

Gezichtspunten nr 55 Warmte, kleding en gezondheid, te bestellen bij

www.gezichtspunten.nl

Dit artikel is gemaakt door Sandra Vos (sandra@kraamzorgsandravos.nl), natuurlijke kraamverzorgende (werkgebied van Breda tot Rotterdam)

Dit artikel is geschreven als eindwerkstuk van de opleiding Natuurlijke Kraamzorg.

**NATUURLIJKE
KRAAMZORG**

