

Natusan® bedtime

auttaa vauvaa nukkumaan paremmin



”Säännölliset iltarutiinit voivat auttaa vauvaa nukkumaan rauhallisesti.”

Uniongelmat ovat tavallisia perheissä, joissa on pieniä lapsia. Jos haluat muuttaa lapsesi nukkumistapoja, ryhdy toimeen ajoissa. Useimmat vauvat ovat fyysisesti valmiita nukkumaan kokonaisia öitä kuuden kuukauden ikäisinä, mutta unen tarve vaihtelee.

Nukkuakseen rauhallisesti vauva tarvitsee säännöllisiä ja turvallisia iltarutiineja, jotka olisi hyvä suorittaa samaan aikaan joka päivä. Mitä paremmin vauvasi on valmistautunut nukkumaanmenoon, sitä suuremmalla todennäköisyydellä uni tulee sujuvasti ja helposti. Jos vauvasi on tottunut nukahtamaan yksin, hänen on helpompi nukahtaa uudelleen yksin herättyään yöllä.

Kaikki vauvat ovat erilaisia, ja sinun tehtäväsi vanhempana on kehittää rutiinit, jotka sopivat juuri sinulle ja vauvallesi ja joita koko perhe pystyy noudattamaan joka päivä. Jotkut vauvat tarvitsevat toimintaa pystyäkseen rentoutumaan, kun taas toisille sopii paremmin tuutulaulu tai iltakylpy.



Natusanin hyvän unen iltarutiini

Me Natusanilla® olemme laatineet ehdotuksen hyvästä iltarutiinista, jossa on kolme vaihetta: 1. Iltakylpy, 2. Hieronta ja 3. Rauhoittuminen. Mieto tuotesarjamme Natusan® bedtime, johon kuuluu rauhoittavia ja rentouttavia tuotteita, auttaa tutkitusti yhdessä hyvien iltarutiinien kanssa vauvoja nukahtamaan ja nukkumaan yönsä paremmin.

1. Iltakylpy

Aloita iltarutiini kylvettämällä vauvaa noin 37-asteisessa vedessä. Lisää kylpyveteen muutama tippa Natusan® bedtime bath kylpysaippuaa ja sekoita, niin saat miedon ja hellävaraisen kylvyn vauvasi ihon ja hiusten pesemiseen. Jos lapsellasi on tuuheat hiukset, voi olla hyvä käyttää mietoaa shampooa. Suosittelemme hellävaraisesti puhdistavaa Natusan® bedtime -shampooa, jonka tuoksu rauhoittaa. Kylvyn jälkeen nosta vauvasi varovasti ylös ja kääri hänet pehmeään kylpypyyhkeeseen. Kuivaa huolellisesti kaikki ihopoimut.

2. Hieronta

Ennen kuin puuet vauvasi kylvyn jälkeen, voit antaa hänelle mukavan hierontahetken. Huoneessa tulee olla miellyttävä lämpötila, ja ympäristön olisi hyvä olla rauhallinen ja hiljainen koko hierontahetken ajan. Vauvahierontaan sopii hyvin Natusan® bedtime baby oil, joka myös kosteuttaa vauvan ihoa.

3. Rauhoittuminen

Kylvyn ja vauvahieronnan jälkeen voit auttaa vauvaasi rentoutumaan lukemalla ääneen satua tai hyräilemällä rauhallisesti hiljaisella äänellä. Vältä leikkimistä ja toimintaa, jotta vauva tulisi oikein uniseksi. Tällä tavalla annat vauvallesi mahdollisuuden oppia löytämään rauhallisuuden omasta itsestään, mistä on hyötyä myös yöaikaan. Laita vauva makuulle ennen unen tuloa, jotta vauva ei tottuisi nukuttamiseen tuudittamalla tai imettämällä. Luo makuuhuoneeseen rauhoittava ympäristö ja varmista, ettei huone ole liian lämmin. Sytytä yölampu ja kokeile vaikkapa rauhoittavan musiikin soittamista.



Haluatko lisätietoa? Jos haluat lisätietoa vauvan ihosta ja sen hoidosta, vieraile osoitteessa www.fi.natusanbaby.com.

Tai ota yhteyttä Natusaniin®: sähköposti: nordicconsumerservice@its.jnj.com, puhelin: 00 800 855 000 00 (maanantai–perjantai klo 10–13).

Natusan® bedtime

auttaa vauvaa nukkumaan paremmin



Iltarutiinien täydennykseksi Natusan® on kehittänyt Natusan® bedtime -tuotesarjan. Siihen kuuluu rauhoittavia ja rentouttavia tuotteita, jotka sopivat erinomaisesti yöunen edistämiseen.

Natusan® bedtime bath

Mieto pesuneste vauvan ihon ja hiusten hellävaraiseen puhdistamiseen. Rauhoittava Natural Calm® tuoksu. Lisää muutama tippa kylpyveteen tai levitä suoraan iholle. Puhdistaa ihon kuivattamatta sitä. Sopii hyvin iltarutiineihin ja vahvistaa rauhallisuuden ja levollisuuden tunnetta. No More Tears® -merkintä tarkoittaa, että saippua on yhtä hellävarainen silmille kuin puhdas vesi.

Natusan® bedtime shampoo

Mieto laventelintuoksuinen shampoo vauvan hiusten ja päänahan hellävaraiseen puhdistamiseen. Soveltuu hyvin vauvalle, jolla on tuuhea tukka. Hiero hiuksiin varovasti pieni määrä shampooa ja huuhtelee huolellisesti. No More Tears® -merkintä tarkoittaa, että shampoo on yhtä hellävarainen silmille kuin puhdas vesi.

Natusan® bedtime baby oil

Suojaava ja kosteuttava hoitoöljy, jossa on rauhoittava Natural Calm® -tuoksu. Kosteuta vauvan ihoa käyttämällä hoitoöljyä heti kylvyn jälkeen tai ihon tuntuessa kuivalta. Ota mielellään tavaksi tarkistaa vauvasi iho joka päivä, vaikka ennen nukkumaanmenoa tai vaipanvaihdon yhteydessä. Sopii erinomaisesti vauvahierontaan ennen nukkumaanmenoa.

Tutkitusti Mieto

Tutkitusti Mieto -merkintä on takuu siitä, että Natusan®-vauvatuotteet ovat mietoja ja hellävaraisia. Niissä on käytetty vain tarkkaan valittuja ainesosia. Kaikki tuotteet on testattu kliinisesti, ja ne ovat käyneet läpi kattavat ihoärsytys- ja allergiatestit.



No More Tears®

No More Tears® -merkintä tarkoittaa, että tuote ei kirvele silmiä. Se on erittäin tärkeää vauvoilla ja pienillä lapsilla, joiden silmän räpätysrefleksit ja kyynelkanavat eivät ole vielä täysin kehittyneet. Tuote on käynyt läpi kattavat tutkimukset, joissa sen vaikutusta silmiin on verrattu puhtaaseen veteen.



Haluatko lisätietoa? Jos haluat lisätietoa vauvan ihosta ja sen hoidosta, vieraile osoitteessa www.fi.natusanbaby.com.

Tai ota yhteyttä Natusaniin®: sähköposti: nordicconsumerservice@its.jnj.com, puhelin: 00 800 855 000 00 (maanantai–perjantai klo 10–13).