

Hinweise zur Baby-Erstausrüstung

Werdende beziehungsweise frisch gebackene Eltern stehen oft vor der Herausforderung, eine adäquate Baby-Erstausrüstung parat zu halten. In Zusammenarbeit mit erfahrenen Familienhebammen hat die Koordinierungsstelle der Frühen Hilfen eine Liste zusammengestellt.

Kleidung

Babykleidung sollte funktional und praktisch zugleich sein. Folgende Kleider brauchen Sie:

- 4 Wickelbodys (Größe 50/56) oder Erstlingshemdchen und z. B.: Babyhosen
- 6 Baumwollbodys
- 4 Oberteile (Babywickeljäckchen, Größe 50/56)
- 4 Strampelhosen (Größe 50/56) oder Hosen
- 3 Babystumpfhosen
- 1 bis 2 Baby-Overalls (Strampler)
- 2 bis 4 Paar Babysöckchen oder Wollschuhe
- 2 Jäckchen, 1 bis 2 Kuschedecken für Spaziergänge
- 2 Baumwollmützchen
- 2 Paar Handschuhe (für die kalte Jahreszeit)
- 2 Schlafanzüge
- Baby-Decke (in den Klinikoffen einpacken!)

Schlafplatz

Babys schlafen in den ersten Monaten viel. Für einen guten Schlaf benötigen sie:

- 1 Stubenwagen, Wiege oder Gitterbett mit Matratze (nicht zu weich) oder Beistellbett
- 2 wasserdichte Unterlagen
- 2 Moltontücher
- 2 Spannbetttücher
- 6 Mullwindeln als Spucktücher
- 2 Schlafsäcke (kein Kopfkissen und keine zusätzliche Bettdecke wegen Erstickungsgefahr)
- 1 Baby-Phone
- 1 Spieluhr
- 1 Mobile

Wickeln und Pflege

Für die Babypflege sollten Sie folgende Utensilien bereitstellen:

- Windeln (Größe neugeboren oder 1) bzw. Stoff-Windeln
- 1 Wickelkommode mit Auflage
- 1 Windeleimer (mit Deckel)
- Feuchttücher und/oder Einmal-Waschlappen
- Vaseline, Wundcreme für den Po
- 1 Baby-Nagelschere
- 1 Baby-Haarbürste
- 1 Badethermometer
- 2 (Kapuzen-) Badetücher
- mehrere Waschlappen, die heiß gewaschen werden können
- 1 Badeimer oder Babybadewanne
- Eventuell Heizstrahler (über der Wickelkommode anzubringen)

Ernährung

Ob Stillen oder Flaschennahrung – gerade in den ersten Lebensmonaten bekommt Ihr Baby beim Füttern nicht nur Nahrung, sondern auch Nähe und Zuwendung.

- 1 Stillkissen
- 3 Still-BHs (Faustregel: eine Körbchengröße größer und eine Umfanggröße weiter als Ihre übliche BH-Größe, z. B. 75C à 80D) und Stilleinlagen
- 6 Mullwindeln (als „Spucktücher“)
- evtl. Milchpumpe
- bei nicht (voll) gestillten Säuglingen sollten Sie nach Absprache mit Ihrer Hebamme oder Kinderärztin Pre-Nahrung oder 1er-Nahrung bereitstellen
- 3 Flaschen mit Saugern
- 1 Flaschenbürste
- eventuell „Vaporisator“ zum Sterilisieren (oder im Topf abkochen)

mit dem Baby unterwegs

benötigen Sie:

- Kinderwagen
- Kinderwagen-Regenschutz
- Kinderwagen-Sonnenschutz (im Sommer)
- Babyschale für das Auto
- Fußsack
- Alternativ dazu: 1 Tragetuch, Tragesack oder Tragesitz
- Wickeltasche mit Wickelunterlage usw.