

Einkaufsliste - Babyausstattung und Wochenbett

Organisatorisches für das Wochenbett:

- Info an Familie und Freunde über Bedeutung des Wochenbettes und eure Besuchszeiten zu Hause, schon im Voraus (viel liegen, wenig und kein unangemeldeter Besuch, Babyflitterwochen, evtl. Türklocke und Telefon ausschalten)
- evtl. Vorkochen und einfrieren
- Urlaub des Partners rechtzeitig organisieren (wenn möglich min. zwei Wochen)
- Hilfe organisieren und annehmen (Familie und Freunde), z.B. für Haushalt, Einkaufen, Kochen, Geschwisterbetreuung (Hol- und Bringe-Dienst Kindergarten, Schule, Hobbys, Bespaßung)

Kleidung:

Wichtiger Hinweis noch vorweg: alle neuen Kleidungsstücke sollten mindestens 1x vor Gebrauch gewaschen werden, um evtl. Schadstoffe zu entfernen. Von Vorteil ist auch Second Hand Ware, da diese bereits mehrfach gewaschen wurde. Achten Sie auch immer auf die Qualität der Kleidung- Baumwolle sollten Sie bevorzugen. Ein Baby wächst schnell, deshalb ist es ratsam, nicht allzu viel Kleidung von einer Größe zu kaufen, sondern immer auch schon einige Sachen in der nächsten Größe parat zu haben- oft wächst ein Baby über Nacht.

Sommerbaby

- 6 Baumwollbodys mit kurzem Arm (Gr. 50/56)
- 6 Strampler, möglichst mit Füßen (Gr.50/ 56)
- 6 Jäckchen und leicht zu öffnende Pullis mit langem Arm
- 2 Paar warme Socken
- 1 Ausgehjacke
- 1 dünne Baumwollmütze (Gr. 37 und 39)
- 1 Sonnenhut (Gr. 37 und 39)
- 1 dünne Decke

Winterbaby

- 6 Baumwollbodys mit langem Arm (Gr.50/ 56)
- 6 Strampler, möglichst mit Füßen (Gr.50/ 56)
- 6 dicke Jäckchen und leicht zu öffnende, warme Pullis mit langem Arm
- 2 Paar warme Socken
- 2 dünne Baumwollmützen (Gr. 37 und 39)
- 1 Wintersack oder eine dicke Ausgehjacke
- 1 dickere Mütze, 1 Schal und Fäustlinge
- 1 dicke Decke

Mutter

- -evtl. Nachmiederhose (z.B. ReBeltPanty von Fa. Anita)
- 2-3 Still BH's oder Bustiers
- evtl. Einmalunterhosen
- unparfümierte, saufähige Binden und Slipeinlagen

Schlafen:

- Babybett
- Matratze mit Schoner und Kantenschutz

Prozesseignerin: QB

geprüft von S. Donhauser

Hebammenpraxis
LUCINA



www.hebammenpraxis-lucina.de

Einkaufsliste - Babyausstattung und Wochenbett

- wasserdichte Unterlage
- 2 Spannbetttücher
- 2 Babyschlafsäcke
- 4 Spucktücher
- Spieluhr
- evtl. Pucksack
- evtl. Nachtlicht

Ernährung:

Für Stillende

- Stillkissen
- Stilltee (Fenchel- / Anis-Fenchel-Kümmel-Tee)
- 1 Teefläschchen und 1 Sauger (kleinste Größe 0-6 Monate)
- evtl. 2 Beruhigungssauger/ Schnuller (kleinste Größe 0-6 Monate)
- 6 Spucktücher
- evtl. (Hand-)Milchpumpe und Zubehör
- Stilleinlagen (1 Packung Einmalstilleinlagen und 1-2 Paar Wolle-Seide-Stilleinlagen)
- Quark (evtl. bei Milcheinschuss)
- Brustwarzensalbe (z.B. Purelan, Lansinoh)

Für Flaschenmilch

- Säuglingsnahrung (Pre oder Pre-HA-Nahrung)
- 6 - 8 Fläschchen mit Sauger (6xMilch / 1xTee, jeweils kleinste Größe 0-6 Monate)
- evtl. Flaschenständer
- evtl. Vaporisator
- Saugerbürste
- evtl. 2 Beruhigungssauger/ Schnuller(kleinste Größe 0-6 Monate)
- 2 Thermosflaschen
- Fläschchenwärmer (z.B. Babykostwärmer Fa. Beurer)
- Thermobox für die Flasche
- evtl. Wasserkocher
- 6 Spucktücher

Babypflege:

- Wickeltisch mit gepolsterter Auflage
- gut verschließbarer Windeleimer
- Windeln
- Schüssel für warmes Wasser am Wickeltisch (zweigeteilt)
- 6 – 8 Waschlappen oder Einmalwaschlappen
- 4 – 6 Handtücher als Auflage für den Wickeltisch oder Einmalwickelunterlagen (z.B. Molinea Krankenunterlagen – günstiger)
- 2 Badetücher mit Kapuze
- Babybadewanne oder Badeeimer
- Badeszusatz (Mandelöl – Apotheke oder Babybad nach Wahl)
- Badethermometer
- Baby-Nagelschere
- Baby Haarbürste mit weichen Borsten



Einkaufsliste - Babyausstattung und Wochenbett

- Baby-Feuchttücher
- 1 Pocreme für wunde Haut (z.B. Cicalfate Creme von Avène – Apotheke)
- 1 Sonnencreme bzw. Wind-und-Wetterbalsam (je nach Jahreszeit)
- Fieberthermometer (evtl. mit flexibler Spitze – Apotheke)
- evtl. eine Wärmelampe, Heizstrahler
- evtl. Mobile

Mutterpflege:

- Retterspitzlösung für äußerliche Anwendung – Apotheke (für Brust und Dammverletzungen)
- Meersalzbad für Spülungen oder Sitzbäder nach Dammverletzungen (z.B. Fa. Aromakunst – Martina Irzik Rosenheim)

Zuhause:

- Krabbeldecke für den Fußboden
- erste Spielsachen (Mobile, Rassel, Spieluhr)
- Babyphone
- evtl. Wärmflasche oder Kirschkernkissen gegen Blähungen
- Stillkissen
- evtl. Babywippe oder Hängematte

Unterwegs:

- Tasche mit Wickelausrüstung für unterwegs (Wickeltasche)
- Autositz / Babyschale
- Kinderwagen mit Babytasche / Babywanne
- Regenschutz für den Kinderwagen
- Sonnenblenden für das Auto
- Babydecke für den Wagen
- Sonnenschirm für den Wagen
- evtl. Tragetuch oder Tragesitz (evtl. Wahl so treffen, dass beide Elternteile es benutzen)

Alle Punkte sind Tipps und kein Pflichtprogramm, entscheide individuell was du / ihr braucht!

Hauptsächlich braucht das Baby viel Körpernähe, Essen und Liebe!

© Hebammenpraxis Lucina

