CHECKLISTE ERSTAUSSTATTUNG

DAS BRAUCHT **DEIN BABY WIRKLICH**

Von **Hebamme & Stillberaterin (IBCLC) Alexandra Habermeier** ♥ Aktualisiert November 2026

Wann kaufen? ab SSW 28 **Größen** 50/56 und 62



ALEXANDRAS TIPP

Kauf lieber zu wenig als zu viel – vieles bekommst du geschenkt oder gebraucht. Kleidung in Größe 50/56 passt oft nur wenige Wochen, also nimm direkt auch ein paar Teile in 62.

SCHLAFEN

sicher und geborgen

- [ ] Beistellbett oder Babybett
- [ ] Feste, passende Matratze
- [ ] 2–3 Spannbettlaken
- [ ] 2 Babyschlafsäcke
  statt Decke und Kissen
- [ ] Babyphone
- [ ] Dimmbares Nachtlicht
  fürs nächtliche Stillen und Wickeln

WICKELN & PFLEGE

- [ ] Wickelauflage oder Wickelkommode
- [ ] Windeln Größe 1
- [ ] Waschlappen oder weiche Tücher
- [ ] Wundschutzcreme
- [ ] Digitales Fieberthermometer
- [ ] 2 Kapuzenhandtücher
- [ ] Babynagelschere
- [ ] Babybadewanne oder Badeeimer
- [ ] Wärmelampe über dem Wickelplatz
- [ ] Windeleimer

KLEIDUNG

Größe 50/56 und 62

- [ ] 6–8 Bodys
  Wickelbodys lassen sich leichter anziehen
- [ ] 4–6 Strampler oder Hosen
- [ ] 3–4 Oberteile oder Jäckchen
- [ ] 2–3 Mützchen
- [ ] Söckchen
- [ ] 10 Spucktücher
- [ ] Overall oder Ausfahrsack
  je nach Jahreszeit
- [ ] Schlafanzüge

UNTERWEGS

- [ ] Babyschale fürs Auto
  Pflicht für die Heimfahrt aus der Klinik
- [ ] Kinderwagen mit Liegewanne
- [ ] Tragetuch oder Tragehilfe
  am besten mit Trageberatung
- [ ] Wickeltasche
- [ ] Sonnen- oder Regenschutz für den Kinderwagen

STILLEN & FÜTTERN

- [ ] 2–3 Still-BHs
- [ ] Stilleinlagen
- [ ] Brustwarzensalbe
- [ ] Stillkissen
- [ ] Milchpumpe
  nur bei Bedarf – kann auf Rezept geliehen werden
- [ ] Wenn du nicht stillst: Fläschchen, Sauger, Vaporisator
- [ ] Stillvorbereitung in SSW 32
  das beste „Zubehör" fürs Stillen ist Wissen

FÜR DICH IM WOCHENBETT

du zählst genauso

- [ ] Große Wochenbett-Vorlagen
- [ ] Netz- oder Baumwollunterhosen
- [ ] Wochenbett-Tee
  fürs Wochenbett und die Stillzeit
- [ ] Trinkflasche und Snacks am Stillplatz
- [ ] Kühlpads oder Sitzbad für den Beckenboden
- [ ] Hebamme für das Wochenbett
  kostet dich nichts, die Krankenkasse zahlt



MEIN TIPP FÜRS WOCHENBETT

Jungblatt Wochenbett-Tee Selection

Drei Bio-Kräutertees fürs Wochenbett und die Stillzeit

Scannen & entdecken