BabyLane

CHECKLISTE ZUM ABHAKEN

Erstausstattung ohne Ballast



Online findest du Listen mit 80, manchmal über 100 Positionen. Dabei braucht ein Neugeborenes in den ersten Wochen erstaunlich wenig: Wärme, einen sicheren Schlafplatz, Windeln, ein paar Kleidungsstücke und Nähe. Deshalb je Bereich zwei Listen: was vor der Geburt da sein sollte und was warten kann.

Das Nötigste bis etwa zur 36. Woche

Ab dann kann die Geburt jederzeit losgehen. Für den Start reichen diese vier Dinge, alles andere findet sich in den ersten Wochen.

- [ ] **Sicherer Schlafplatz**
- [ ] **Kleidung in zwei Größen**
- [ ] **Windeln**
- [ ] **Gepackte Kliniktasche**

Wickeln & Pflege

Der Bedarf lässt sich hier schon vor der Geburt gut abschätzen: Windeln braucht ihr ab Tag eins.

VOR DER GEBURT

- [ ] **Windeln Größe 1** (kleiner Vorrat)
- [ ] **Wickelunterlage** (fest oder mobil)
- [ ] **Feuchttücher oder Waschlappen & Wasser**
- [ ] **Wundschutzcreme**
- [ ] **Ein paar Mullwindeln oder Spucktücher**

KANN WARTEN

- [ ] **Größere Windelpackungen auf Vorrat**
- [ ] **Zweite Wickelunterlage** fürs andere Zimmer
- [ ] **Spezial-Pflegeserie für Babyhaut**
- [ ] **Nagelschere oder -feile fürs Baby**
- [ ] **Babybadewanne oder Badeeinsatz** plus Badethermometer (Wasser etwa 36–37 °C)

Ein Wickeltisch ist praktisch für den Rücken, aber kein Muss. Bei Fragen zu Hautpflege oder Nabelpflege sind Hebamme oder Kinderarzt die richtige Anlaufstelle, nicht eine Produktliste.

Kleidung

Faustregel: etwa 5–7 Bodys und 5–7 Strampler oder Schlafanzüge pro Größe, und bewusst zwei Größen (z. B. 50/56 und zusätzlich 62), statt alles auf eine Größe zu setzen.

VOR DER GEBURT

- [ ] **Bodys, kurz- und langärmlig** (2 Größen)
- [ ] **Strampler oder Schlafanzüge** (2 Größen)
- [ ] **Ein dünnes Mützchen**
- [ ] **Söckchen oder Strumpfhosen**
- [ ] **Ein Jäckchen oder eine Strickjacke**

KANN WARTEN

- [ ] **Kleidung für die übernächste Größe**
- [ ] **Winterjacke oder -overall** (je nach Jahreszeit)
- [ ] **Kratzfäustlinge** (nicht alle brauchen sie)
- [ ] **Lätzchen** (erst mit Beikost oder starkem Spucken)
- [ ] **Feste Schuhe** (Babys laufen noch nicht)

Ich hatte vor meinem ersten Kind drei solcher Listen parallel offen und am Ende eine Kommode, in der Kleidung in Größe 50 lag, die nie getragen wurde. – Jana

Schlafen

Steht wirklich vor der Geburt. Amtlich empfohlen: Rückenlage, Schlafsack statt Decke, im ersten Jahr eigenes Bett im Elternschlafzimmer. Individuelles mit Hebamme oder Kinderarzt.

VOR DER GEBURT

- [ ] **Schlafplatz** mit fester, passender Matratze
- [ ] **Passender Schlafsack** (Größe & TOG)
- [ ] **Beistellbett oder eigenes Babybett**
- [ ] **Ein bis zwei Spannbettlaken**

KANN WARTEN

- [ ] **Babyphone mit Zusatzfunktionen**
- [ ] **Zweiter Schlafsack** (andere Jahreszeit)
- [ ] **Umbau- oder Mitwachsbett**
- [ ] **Verdunkelungsvorhang**

Stillen & Füttern

Entscheidet sich oft erst nach der Geburt. Stillfragen gehören zu Hebamme, Stillberatung oder Kinderarzt.

VOR DER GEBURT

- [ ] **Stillkissen**
- [ ] **Ein paar Spucktücher**

KANN WARTEN

- [ ] **Stillhütchen oder -einlagen** (falls nötig)
- [ ] **Milchpumpe** (elektrisch oder manuell)
- [ ] **Flaschen & Sauger** (falls nicht voll gestillt)

Unterwegs

Hängt davon ab, wie mobil ihr sein wollt und in welcher Jahreszeit euer Baby kommt.

VOR DER GEBURT

- [ ] **Babyschale fürs Auto** (auch zur Taxi-Heimfahrt mitnehmen: Taxis müssen keine dabeihaben)
- [ ] **Kinderwagen oder Buggy** (mit Babyeinsatz)
- [ ] **Kleine Wickeltasche** oder Tascheneinsatz

KANN WARTEN

- [ ] **Kinderwagen-Aufsatz für ältere Babys**
- [ ] **Regenschutz, Fußsack, Sonnensegel**
- [ ] **Babytrage oder Tragetuch**

Fürs Krankenhaus

Die ausführliche Packliste zum Abhaken gibt es extra: babylane.de/downloads/kliniktasche-checkliste.pdf

VOR DER GEBURT

- [ ] **Mutterpass, Versichertenkarte, Ausweis**
- [ ] **Gepackte Kliniktasche** (ab ca. 36. Woche)
- [ ] **Heimfahrt-Outfit fürs Baby** (passende Größe)

KANN WARTEN

- [ ] **Zweite Kliniktasche** (falls sinnvoll)
- [ ] **Extra-Kleidung für längeren Aufenthalt**
- [ ] **Fotoausrüstung oder Erinnerungsstücke**

Kannst du dir sparen

Steht auf vielen Listen, wird selten wirklich gebraucht. Was ins Babybett gehört, klärt ihr mit der Hebamme.

- ✕ ~~Komplettpakete „Erstausstattung XXL“~~
- ✕ ~~Wickeltisch UND Wickelaufsatz~~
- ✕ ~~Windeleimer-System mit Spezialbeuteln~~
- ✕ ~~Nestchen, Kissen, Kuscheltiere im Bett~~
- ✕ ~~Beikost-Ausstattung schon zur Geburt~~
- ✕ ~~Mehrere Tragehilfen oder Kinderwagen~~
- ✕ ~~Fläschchen-Set „auf Verdacht“~~
- ✕ ~~Themen-/Markensets in Erstlingsgröße~~

Meine Ergänzungen

Was eure Hebamme empfiehlt oder du nicht missen willst.

weniger ist mehr

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

Die ganze Checkliste mit Erklärungen: babylane.de/erstausstattung-baby/erstausstattung-checkliste/

Ausstattung, keine medizinische Beratung. © BabyLane · Impressum: babylane.de/impressum/

BabyLane