



Veröffentlicht auf Nestlé Babyservice (<https://www.babyservice.de>)

[Startseite](#) > Sichere Schlafumgebung

Teile diesen Article

X



## Sichere Schlafumgebung

Wiege, Stubenwagen, Kinderbettchen – oder mit Mama und Papa?

<https://www.babyservice.de/schlafumgebung> <sup>[1]</sup>

Disclaimer

Die folgende Funktion ist nicht Teil der Website der Nestlé Nutrition GmbH. Bitte beachten Sie, dass mit der Bestätigung des Dialogs Daten von Ihnen an sämtliche in unsere Website integrierte Social Plugin – Anbieter (siehe hierzu den Punkt Werden auf unseren Websites Social Plugins verwendet? in unseren Datenschutzbedingungen) übermittelt werden können.

Um welche Daten zu welchem Zweck es sich handelt, können Sie den Datenschutzbedingungen des jeweiligen Anbieters auf deren Website entnehmen. Mit der Bestätigung des Dialogs erklären Sie sich mit dieser Datenübermittlung einverstanden.

Wenn Sie diese Seite/ dieses Produkt teilen möchten, dann klicken Sie bitte im Anschluss nochmals auf das jeweilige Icon.

\_ [2] \_ [3] \_ [4]



## Sichere Schlafumgebung

Wiege, Stubenwagen, Kinderbettchen – oder mit Mama und Papa?

- Teilen

Wie und wo soll dein kleiner Schatz schlafen? Hauptsache Bettchen und Ausstattung sind sicher und gesund für deinen kleinen Schatz. Der Rest ist Familiensache.

Dein selig schlafendes Baby ist ein wunderbares Bild, an dem sich frische Eltern meist nicht sattsehen können. Genieße dein schlummerndes Schätzchen, sein Anblick wird dich für manch schlaflose Stunde entschädigen.

## **Kinderbettchen**

Viele Kinderbettchen sind wahre Wandlungskünstler und können deinen Schatz bis ins Schulalter begleiten. Wichtig ist hier, dass sie je nach Alter die Höhe der Liegefläche anpassen und für ausreichend, aber nicht zu großen Strampelraum sorgen (hier kann ein festes Polster helfen).

## **Wiege und Stubenwagen**

Entscheide dich nach der Geburt für eine Wiege, kannst du dein Baby in den Schlaf schaukeln. Oder im Stubenwagen durch die Wohnung fahren. Für beides ist dein Schatz aber schnell zu groß.

## **Der beste Schlafplatz**

Das Säuglingsbettchen ist in den ersten Monaten am besten im elterlichen Schlafzimmer aufgehoben. Dort ist der sicherste Platz. Lese dazu bitte auch weiter unten: Sichere Schlafumgebung zur Vorbeugung vor dem so genannten plötzlichen Kindstod.

## **Bei Mama und Papa**

Wenn dein Baby in deinem Zimmer schläft, kann es gut sein, dass du von seinen nächtlichen Bewegungen aufwachst. Die meisten Eltern stehen anfangs auf, um nachzusehen, ob alles in Ordnung ist. Sei leise, denn dein kleiner Schatz könnte dadurch neugierig und richtig wach werden. Vielleicht wartest du auch erst ein bisschen, denn Babys wachen häufig nachts auf, blicken sich ein bisschen um und schlafen dann wieder ein.

## **Praktische Nähe**

Natürlich ist es sehr bequem für die Nacht Mahlzeiten, wenn dein Baby ganz nah ist. Manche Mütter können auch perfekt im Halbschlaf stillen, ihr Baby zurücklegen und sofort wieder einschlafen, was natürlich leichter geht, wenn das Bettchen ganz nah steht.

## **Gesunde, vorbeugende Schlafumgebung**

Neueste internationale Forschungsergebnisse haben gezeigt, dass der gefürchtete plötzliche Säuglingstod am wirksamsten durch die richtige Schlafumgebung verhütet werden kann. In enger Zusammenarbeit mit

dem Bundesverband der Kinder- und Jugendärzte haben wir dir hier die wichtigsten Maßnahmen in Kurzform zusammengestellt:

- Keine schweren Bettdecken, Federbetten oder große Kopfkissen verwenden, in denen sich Säuglinge verfangen können. Auch Lammfelle und weiche Matratzen können vor allem bei Bauchlage die Atmung behindern.
- In Rückenlage schlafen Babys am sichersten, in Bauchlage am unsichersten.
- Geräumige Betten bieten Bewegungsfreiheit, Gitterbetten und offene Wiegen ist der Vorzug zu geben. Der sicherste Platz ist im Elternzimmer - aber im Babybett, nicht im Elternbett.
- Die Zimmertemperatur sollte nicht höher als 18°C liegen.
- Eine rauchfreie Umgebung ist wichtig. Zigarettenrauch und Autoabgase schädigen die Atemwege des Säuglings.
- Die Kleidung sollte luftig und nicht zu warm sein, zweilagige Kleidung und ein Schlafsack reichen völlig aus.

Weiterlesen <sup>[6]</sup>

**Quell-URL:** <https://www.babyservice.de/schlafumgebung>

### Links

[1] <https://www.babyservice.de/schlafumgebung>

[2]

<https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/schlafumgebung&media=https://www.babyservice.de/schlafumgebung>

[3] <https://twitter.com/share?text=Sichere%20Schlafumgebung&url=https%3A//www.babyservice.de/schlafumgebung>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyservice.de/schlafumgebung>

[5] <https://www.babyservice.de/printpdf/3147906>

[6] <https://www.babyservice.de/javascript%3A%3B>