



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

[Startseite](#) > 5. Lebensmonat

Teile diesen Article

X



5. Lebensmonat

In Bewegung sein. Sehen, fühlen und begreifen.

<https://www.babyservice.de/5-lebensmonat> ^[1]

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]



5. Lebensmonat

In Bewegung sein. Sehen, fühlen und begreifen.

- Teilen

Eine kleine Rolle schafft dein Liebling vielleicht schon. Und auch spielen kann dein Kind bereits alleine: Sachen anfassen, umdrehen, in den Mund schieben.

Kaum zu glauben, wie sich dein Schatz in den letzten Monaten entwickelt hat. Seine Neugier ist unstillbar wie sein Appetit – und er zeigt ausgeprägten Bewegungsdrang.

Dein Baby wird mobil

Dein Baby startet im 5. Lebensmonat die ersten Versuche, sich vom Rücken auf den Bauch zu drehen. Vielleicht klappt sogar schon eine Rolle seitwärts. Also, Vorsicht besonders beim Wickeln – dein Liebling bleibt nicht mehr einfach auf dem Rücken liegen. Dein Kleines beginnt jetzt, sich selbst zu beschäftigen und bekommt immer mehr Bewegungsdrang. Übrigens werden Schreikinder mit zunehmender Aktivität oft ruhiger.

Die Welt begreifen

Wenn dein Baby auf dem Rücken liegt, greift es nach Dingen, die es über sich sieht. Überhaupt will dein Liebling jetzt seine Welt begreifen. Er fasst Gegenstände an, lässt sie wieder los und schließt die Hand zur Faust. Spielzeug wird immer wichtiger. Besonders geeignet ist Babyspielzeug, das dein Kind leicht greifen und gefahrlos in den Mund stecken kann. Unterschiedliche Materialien wie Baumwolle, Kunststoff und Holz fördern den Tastsinn. Und Schmusepuppen und Schlaftiere stehen jetzt hoch im Kurs.

Das erste Löffelchen

Sein Köpfchen hält dein kleiner Schatz nun schon allein. Mit etwas Unterstützung kann er sitzen – am liebsten natürlich auf Mamis Schoß. Und alles wird neugierig in den Mund gesteckt und untersucht. Dabei trainiert er für sein erstes Löffelchen. Auch die Verdauung ist nun so weit entwickelt, dass sie neue Nahrung verarbeiten kann. Es kommt also allmählich die Zeit für Beikost, doch es eilt noch nicht.

Kleine Rituale geben Sicherheit

Langsam kannst du dein Kind an einen regelmäßigeren Tagesrhythmus gewöhnen. Der Schlaf verlegt sich immer mehr in die Nacht. Ein abendliches Ritual hilft beim Ein- und Durchschlafen – vielleicht bringst du dein Baby immer gemeinsam mit deinem Partner zu Bett. Oder schaffe einen festen Ablauf: Baden, noch ein bisschen spielen, ein Lied singen oder vorlesen.

Auch beim Füttern, Wickeln und Baden kannst du kleine Rituale einführen. Dies gibt deinem Kind Sicherheit und macht Dinge vorhersehbarer.

Wie du Rückenbeschwerden vermeidest

Dein Kind hat im 5. Lebensmonat schon ein ziemliches Gewicht. Das kann schnell auf den Rücken gehen.

- Achte beim Wickeln und Baden darauf, dass es für dich bequem ist. Wähle für Babywanne und Wickeltisch eine angenehme Höhe.
- Du musst dein Kind nicht ständig auf dem Arm haben, es spielt jetzt gerne mal auf seiner Decke und der Bewegungsdrang wächst.
- Wenn du dein Kind länger trägst, nimm ein Tragetuch oder einen Tragesitz.
- Achte auf deine Haltung, wenn du den Kinderwagen ins Auto ladest oder dein Kleines hochhebst. Statt den Rücken zu beugen, gehe beim Heben besser in die Knie.
- Zu guter Letzt: Überlege, ob du alles brauchst, was du täglich mitschleppst. Mütter neigen oft dazu, sich komplett auszurüsten – auch wenn es gar nicht weit ist.

Weiterlesen ^[6]

Quell-URL: <https://www.babyservice.de/5-lebensmonat>

Links

[1] <https://www.babyservice.de/5-lebensmonat>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/5-lebensmonat&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/210202_beba_newsletter_postnatal_pnw18artikel_310x310.jpg&description=5. Lebensmonat

[3] <https://twitter.com/share?text=5.%20Lebensmonat&url=https%3A//www.babyservice.de/5-lebensmonat>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyservice.de/5-lebensmonat>

[5] <https://www.babyservice.de/printpdf/3147966>

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