



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

[Startseite](#) > Das erste Bad deines Babys

## Das erste Bad deines Babys

Dein Baby das erste Mal zu baden, ist wunderschön und aufregend zugleich. Unsere Tipps helfen dir, daraus ein einzigartiges Erlebnis zu machen.

1. Dein Baby wirkt zufrieden und ist nicht zu schläfrig? Super, denn das ist der perfekte Zeitpunkt für ein entspannendes Babybad!
2. Damit sich dein Baby vor, während und nach dem Baden rundum wohlfühlt, sollte die Zimmertemperatur angenehm warm sein.
3. Bereite am besten alles, was du brauchst, vor, damit ihr das Bad entspannt und ohne Unterbrechungen genießen könnt: eine Babybadewanne oder eine saubere Spülschüssel, eine Schüssel mit abgekochtem und abgekühltem Wasser, ein Badethermometer, einen Waschlappen, saubere Handtücher, eine frische Windel sowie saubere Kleidung.
4. Wenn du dir alles zurechtgelegt hast, wasche dir gründlich die Hände und entferne deine Ringe und Armbänder.
5. Die Babybadewanne sollte etwa 8 bis 10 cm tief mit Wasser befüllt sein. Lass zuerst kaltes, dann heißes Wasser einlaufen und vermische es anschließend gut, sodass es keine vereinzelt heißen Stellen mehr gibt.
6. Die Badewassertemperatur sollte 37 bis 38 Grad Celsius betragen. Du kannst sie ganz einfach mit einem Thermometer überprüfen. Teste dennoch zusätzlich mit deinem Ellenbogen, ob die

Wassertemperatur angenehm ist, bevor du dein Baby hineinlegst – sicher ist sicher.

7.  
Ziehe dein Baby bis auf die Windel aus und halte es in ein Handtuch gewickelt warm, während du ihm zunächst sanft Gesicht und Augen wäschst. Dafür eignet sich ein Waschlappen, den du mit dem abgekochten und etwas abgekühlten Wasser befeuchtest. Achte auch hier darauf, dass die Temperatur angenehm ist und wische dann von der Augeninnenseite nach außen, wobei du für jedes Auge ein neues Stück des Waschlappens verwendest.
8.  
Nun kannst du die Windel deines Babys entfernen und zunächst alle Unreinheiten säubern, bevor du es in die Badewanne legst. Halte dein Kleines dabei fest in der Armbeuge, indem du ihm eine Hand um den Rücken legst und es unter dem Arm fasst, wobei dein Handgelenk oder Unterarm den Kopf des Babys stützt. So bleibt deine andere Hand frei, um dein Baby zu waschen. Lass dir die sicheren Handgriffe am besten von einer Hebamme zeigen.
9.  
Mit deiner Hand oder einem feuchten Waschlappen kannst du beginnen, die Kopfhaut deines Babys behutsam zu massieren. Spüle anschließend sein feines Haar aus und gieße auch über seinen Körper sanft warmes Wasser. Der Kopf deines Babys bleibt dabei und während des gesamten Badens über Wasser.
10.  
Falls dein Kind noch immer Vernix (auch Käseschmiere genannt) auf der Haut hat, lass sie dort. Sie unterstützt und fördert nämlich die Entwicklung der Hautbarriere.
11.  
Lass dein Baby nie unbeaufsichtigt in der Badewanne, nicht einmal für eine Sekunde.
12.  
Wenn ihr fertig seid, hebe dein Baby aus der Badewanne, indem du eine Hand um seinen Rücken legst und mit der anderen unter seinen Arm greifst. Stütze mit deinem Handgelenk oder Unterarm den Kopf deines Babys und denke daran, dass die nasse Haut deines Kleinen ziemlich rutschig sein kann.
13.  
Nun geht es ans Abtrocknen: Wickle dein Baby dafür in ein kuscheliges Handtuch, trockne es einschließlich aller Hautfalten sanft ab und ziehe ihm im Anschluss eine frische Windel an.
14.  
Nach dem Bad ist vor der Massage. So kann sich dein Baby besonders gut entspannen und schlafen. Aber auch hier gilt: Alles kann, nichts muss. Wenn du keine Zeit hast, zu müde bist oder dir schlichtweg nicht danach ist, kannst du die Massage natürlich weglassen. Höre darauf, wie du dich fühlst. Du weißt selbst am besten, was gerade richtig für dich und dein Baby ist. Für Tipps zur Babymassage, kannst du unsere zugehörige [Checkliste lesen](#) [1].

15. Damit dein Baby nicht anfängt zu frieren, ist es wichtig, ihm direkt nach dem Bad bzw. der Massage etwas Sauberes anzuziehen und am besten auch eine Decke bereit zu halten.
16. Falls dein Baby noch etwas ängstlich ist, versuche es zunächst mit einem gemeinsamen Bad. Das hilft ihm dabei, sich an das Wasser zu gewöhnen und ist gleichzeitig ein schöner Moment der Nähe. Vergewissere dich auch hier, dass das Wasser nicht zu heiß ist und dass jemand da ist, der dein Baby – während du in die Wanne ein- und aussteigst – halten kann. Papa eignet sich z.B. prima als erster Badegefährte!
17. Ein Bad zwei- bis dreimal pro Woche reicht für die Pflege deines Babys vollkommen aus. Dabei kann es sich wunderbar entspannen und ihr könnt gemeinsam die Nähe genießen.

**Quell-URL:** <https://www.babyservice.de/0-6-monate/das-erste-babybad>

#### **Links**

[1] <https://www.babyservice.de/0-6-monate/babymassage>