

БЕБЕШКИТЕ ПОКУПКИ

Какво трябва в началото и какво може да почака

Списъкът е кратък нарочно. В първите седмици бебето има нужда от безопасно място за сън, топли дрехи, пелени и столче за колата. Повечето други неща могат да почакат, да дойдат назаем или да се окажат ненужни. Не препоръчваме марки: изберете каквото ви е удобно и по джоба.

СЪН

По препоръките на NHS за безопасен сън

- ☐ Кошара, кошче или креватче за спалнята на родителите (там бебето спи поне първите 6 месеца)
- ☐ Твърд, плосък матрак, който пасва точно на леглото
- ☐ 2–3 чаршафа с ластик
- ☐ Бебешки спален чувал по размер и по сезона
- ☐ Без възглавница, обиколник, пухена завивка, хлабави одеяла и плюшени играчки в леглото

ПЪТ И РАЗХОДКИ

- ☐ **Столче за кола** за новородено, монтирано гърбом напред
- ☐ Количка: за новороденото с кош или седалка, която се разгъва до легнало положение
- ☐ Ергономично кенгуру или слинг (по желание)
- ☐ Чадърче или сенник и дъждобран за количката

ДРЕХИ (РАЗМЕР 56–62)

- ☐ 6–8 бодита
- ☐ 6–8 гащеризона или ританки с крачета
- ☐ 2–3 жилетки
- ☐ Шапчица и чорапки
- ☐ Пелени за повиване или муселинови кърпи
- ☐ Връхна дреха и шапка по сезона

ПОВИВАНЕ И КЪПАНЕ

- ☐ Пелени за новородено и следващия размер
- ☐ Памук или мокри кърпички
- ☐ Крем против подсичане
- ☐ Подложка за повиване
- ☐ Легенче или вана
- ☐ Мека хавлия с качулка
- ☐ Ножичка или пиличка за нокти
- ☐ Термометър за измерване на температура

ХРАНЕНЕ

- ☐ При кърмене: сутиени и подплънки за кърмене
- ☐ Възглавница за кърмене (по желание)
- ☐ При шише: шишета, биберони и четка
- ☐ Лигавници и кърпи за оригване

МОЖЕ ДА ПОЧАКА

- ☐ Столче за хранене: трябва около 6-ия месец, когато започва захранването
- ☐ Купички, лъжички и чаша за захранването
- ☐ Голямо столче за кола, когато бебето надрасне първото
- ☐ Предпазители за контакти и шкафове, преди бебето да пълзи
- ☐ Играчки и книжки с твърди страници
- ☐ Бебелефон (по желание)

Столчето за кола е покупката, която не отлагаме: бебето се прибира с него от родилния дом. Монтирайте го предварително по инструкцията му. Дете в столче, обърнато назад, не се вози на седалка с включена челна въздушна възглавница.

ИЗТОЧНИЦИ

- NHS: Reduce the risk of sudden infant death syndrome (SIDS): www.nhs.uk/baby/caring-for-a-newborn/reduce-the-risk-of-s...
- Директива 2003/20/ЕО за системите за обезопасяване на деца (EUR-Lex): eur-lex.europa.eu/eli/dir/2003/20/oj
- C30: Infant and young child feeding (захранване от 6 месеца): www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young...