BEBA FAMILY

Baby-Erstausstattung

Deine praktische Checkliste zum Abhaken

Nur das, was ihr wirklich braucht.

Klar gegliedert. Liebevoll gestaltet.
Für Kleidung, Pflege, Schlafen, Füttern und unterwegs.
Mit Extras für Sommer- und Winterbabys.

KLEINER TIPP

Nicht alles muss vor der Geburt perfekt sein.
Startet mit den Must-haves und ergänzt später.

Nach dem BEBA Family Magazinartikel "Baby-Erstausstattung: Alles was ihr wirklich braucht"

So nutzt ihr die Checkliste

Hakt ab, was bereits da ist, und markiert, was ihr noch besorgen oder ausleihen möchtet. Die Mengen sind Richtwerte und dürfen zu eurem Alltag passen.

1. Kleidung

- [ ] Wickelbodys, lang- und kurzarm (6-8)
  Praktisch, weil sie nicht über den Kopf gezogen werden.
- [ ] Strampler oder Schlafanzüge (6-8)
  Am besten mit Knöpfen oder Reißverschluss bis unten.
- [ ] Bequeme Hosen (4-5)
  Weich, elastisch und einfach zu kombinieren.
- [ ] Oberteile oder Jäckchen (4-5)
  Für kühlere Momente und den Zwiebellook.
- [ ] Söckchen oder Stulpen (4 Paar)
  Für warme Füßchen an kalten Tagen.
- [ ] Dünne Erstlingsmützchen (2)
  Je nach Jahreszeit für drinnen oder draußen.
- [ ] Kratzfäustlinge (1-2 Paar)
  Optional, wenn sich euer Baby häufig kratzt.
- [ ] Spucktücher (10-15)
  Echte Allrounder im Babyalltag.

Größen-Tipp: Ein paar Teile in 50, den Großteil in 56. Wenn ihr ein großes Baby erwartet, kann 56/62 sinnvoll sein.

2. Wickeln und Pflege

- [ ] Windeln (2-3 Pakete)
  Einweg oder Stoff - passend zu euch.
- [ ] Feuchttücher oder Waschlappen (Vorrat)
  Sensitiv und ohne Parfüm oder einfach Wasser.
- [ ] Wundschutzcreme (1 Tube)
  Für den Fall der Fälle.
- [ ] Babyöl (1 Flasche)
  Zum Beispiel Mandelöl bei trockener Haut.
- [ ] Abwaschbare Wickelauflage (1)
  Plus 2-3 Bezüge oder Handtücher.
- [ ] Windeleimer mit Deckel (1)
  Hilft, Gerüche im Alltag zu reduzieren.
- [ ] Babybadewanne oder Badeeimer (1)
  Für die ersten Bäder.
- [ ] Badethermometer (1)
  Für eine passende Wassertemperatur.
- [ ] Kapuzenhandtücher (2-3)
  Weich und kuschelig.

- [ ] Weiche Haarbürste (1)
  Angenehm für die Kopfhaut.
- [ ] Baby-Nagelschere, abgerundet (1)
  Für kleine, scharfe Nägel.

Schlafen und Füttern

Ein sicherer Schlafplatz und eine Fütterungsausstattung, die zu eurer Entscheidung passt, sind die Basis für einen entspannten Start.

3. Schlafen

- [ ] Beistellbett, Stubenwagen oder Babybett (1)
  Wählt, was in euer Schlafzimmer passt.
- [ ] Feste, atmungsaktive Matratze (1)
  Passend zum Bettchen.
- [ ] Wasserundurchlässige Auflagen (2)
  Zum Schutz der Matratze.
- [ ] Spannbettlaken (2-3)
  Aus Baumwolle oder Jersey.
- [ ] Babyschlafsäcke (2-3)
  Passende Größe und Dicke wählen.
- [ ] Babyphone (1)
  Praktisch, wenn ihr in einem anderen Raum seid.

Schlaf-Tipp: Im ersten Lebensjahr sollte euer Baby im eigenen Bettchen im Elternschlafzimmer schlafen.

4. Stillen

- [ ] Stillkissen (1)
  Entlastet Arme und Rücken.
- [ ] Stilleinlagen (1-2 Packungen)
  Einweg oder waschbar.
- [ ] Still-BHs (2-3)
  Bequem und gut sitzend.
- [ ] Brustwarzensalbe (1)
  Für empfindliche Haut.
- [ ] Silberhütchen (optional)
  Bei Bedarf zur Entlastung.
- [ ] Milchpumpe (optional)
  Kann bei Bedarf geliehen werden.
- [ ] BPA-freie Aufbewahrungsgefäße (nach Bedarf)
  Für Muttermilch im Kühlschrank oder Gefrierfach.

5. Fläschchen

- [ ] Milchfläschchen, ca. 150 ml (4-6)
  Aus Glas oder BPA-freiem Kunststoff.
- [ ] Trinksauger, Größe 1 (4-6)
  Altersangabe beachten.
- [ ] Flaschenbürste (1)
  Für die tägliche Reinigung.

- [ ] Sterilisator oder großer Topf (1)
  Zum Auskochen von Flaschen und Saugern.
- [ ] Säuglingsanfangsnahrung Pre (1-2 Packungen)
  Nur wenn ihr mit dem Fläschchen füttert.

Unterwegs und saisonale Extras

Für Spaziergänge und Fahrten zählt vor allem, dass die Ausstattung zu eurem Alltag passt und sicher verwendet wird.

6. Unterwegs

- [ ] Babyschale fürs Auto (1)
  Neu oder aus vertrauenswürdiger Quelle kaufen.
- [ ] Kinderwagen mit Babywanne (1)
  Schiebehöhe, Federung und Klappmaß ausprobieren.
- [ ] Wickeltasche (1)
  Übersichtlich und schnell griffbereit.
- [ ] Tragetuch oder Babytrage (1)
  Beratung und korrekten Sitz einplanen.
- [ ] Reisebett (optional)
  Für Übernachtungen und Urlaub.

Sicherheits-Tipp: Lasst euch zu Babyschale, Kinderwagen und Trage professionell beraten.

7. Für ein Winterbaby

- [ ] Wollwalk- oder Schneeanzug (1)
  In der Babyschale ausziehen, damit Gurte eng anliegen.
- [ ] Dicke Mützen, Schal und Handschuhe (je 2-3)
  Aus Wolle oder Fleece.
- [ ] Dicke Socken oder Wollschuhe (2-3 Paar)
  Für Spaziergänge an kalten Tagen.
- [ ] Langarm-Bodys und Strampler (6-8)
  Zum Beispiel Wolle oder Wolle-Seide.
- [ ] Fußsack (1)
  Für Kinderwagen oder eine geeignete Babyschalenlösung.
- [ ] Wind- und Wettercreme (1)
  Am besten ohne Wasseranteil.
- [ ] Heizstrahler für den Wickeltisch (optional)
  Kann beim Wickeln angenehm sein.

8. Für ein Sommerbaby

- [ ] Kurzarm-Bodys (6-8)
  Aus leichter Baumwolle oder Wolle-Seide.
- [ ] Dünne Hosen und Shirts (je 4-5)
  Luftig und leicht.
- [ ] Sonnenhut mit Nackenschutz (1)
  Für draußen.
- [ ] Dünne Schlafsäcke (2)
  Zum Beispiel TOG 0,5.

- [ ] UV-Schutz für Kinderwagen und Auto (je 1)
  Babys direkte Sonne vermeiden.
- [ ] Leichte Baumwolldecke (1)
  Für unterwegs.
- [ ] Zusätzliche Spucktücher (nach Bedarf)
  Als vielseitiger Allrounder.

Sonnen-Tipp: Für Babys sind Schatten und luftige Kleidung der wichtigste Schutz vor direkter Sonne.

Eure persönliche Planung

Nicht alles muss neu sein. Kleidung, Möbel und viele Alltagshelfer lassen sich leihen oder gebraucht kaufen. Bei sicherheitsrelevanten Produkten sollte die Herkunft verlässlich sein.

Bereits vorhanden
Was habt ihr schon?

_____

_____

_____

_____

Noch besorgen
Was fehlt wirklich?

_____

_____

_____

_____

Leihen oder gebraucht kaufen
Was könnt ihr nachhaltig organisieren?

_____

_____

_____

_____

Wünsche zur Geburt
Was darf auf eure Wunschliste?

_____

_____

_____

_____

Quelle und redaktionelle Basis

BEBA Family Magazin: "Baby-Erstausstattung: Alles was ihr wirklich braucht". Abgerufen am 24.08.2026. https://www.bebafamily.de/magazin/baby-erstausstattung-liste

Hinweis: Die Checkliste ist eine alltagsnahe Orientierung und ersetzt keine individuelle medizinische oder sicherheitsbezogene Beratung.