



## VÝBAVIČKA – SEZNAM POTŘEB A VYBAVENÍ PRO MIMINKO

### Oblečení pro miminko

Velikost oblečení pro první 2–3 měsíce je 50-56-62 (dle délky dítěte v cm).  
Pro děti vybírejte 100% bavlnu – vše vyperte v pracím prášku vhodném pro miminka a přežehlete.

- 6–8 „bodýček“ se spodním zapínáním, na zimu s dlouhým rukávem
- 4–6 dupaček/„polodupaček“ – do pasu/ tepláčků
- 3–4 overálky na spinkání
- 1–2 svetříky nebo lehké kabátky, bez gumy na bříšku – podle ročního období
- 2–4 pářů ponožek (na zimu froté, na léto tenké bavlněné)
- 1–2 rukavičky (teplé na zimu, bavlněné na podzim/ jaro), slabší rukavičky se hodí i přes noc jako ochrana proti poškrábání nehty
- 1–2 čepičky, kloboučky (teplé na zimu, bavlněné na léto)
- na zimu teplá kombinéza, punčošky pod dupačky

### Na přebalování

- přebalovací podložka plastová s pevným dnem/ přebalovací pult s měkkou podložkou
- přebalovací podložky jednorázové – např. na přebalování venku nebo na návštěvě, u lékaře atd.
- jednorázové plenky (spotřeba cca 7 denně, velikost 1–2 dle váhy miminka) nebo systém látkových plenek
- vlhčené ubrousky nebo savá netkaná jednorázová látka
- Bepanthen Baby** – ochranná mast nejen na zadeček – pomáhá chránit před vznikem opruzení
- košík/ nádoba na kojenecké potřeby k přebalovacímu pultu

### Na koupání a péči o miminko

- 2–3 žínky (na obličej, tělo, zadeček)
- 1–2 froté osušky nebo 3 tetra osušky – silnější 100×100cm
- vanička na koupání nebo koupací kyblík
- lehátko do vaničky/ vany
- stojánek na vaničku (máte-li na něj místo)
- teploměr do vody (voda 37–39 °C) - některé vaničky ho mají integrovaný
- měkký kartáč, hřebínek na vlásy
- vatové tyčinky na čištění nosíku a pupíku (tvarované, s dětskou „pojistkou“)
- nůžky na nehty se zakulacenými hroty nebo dětské štípací kleštičky, pilníček
- dětské mýdlo/ mycí emulze
- tělový olejíček/ mléko/ krém na tělo na hydrataci po koupání
- dětský šampon až pro delší vlásy, na začátku není třeba
- na zimu krém do mrazu na obličej – vyzkoušejte mast **Bepanthen Baby** i na suchá místa, která hezky promastí
- na léto opalovací krém s vysokým faktorem (SPF 50)

**TIP** Speciální koš na jednorázové pleny nebo antibakteriální sáčky na špinavé jednorázové plenky

### Na spinkání

- postýlka 60×120 nebo 70×140
- kvalitní matrace 60×120 nebo 70×140
- 2 fleecové deky (do kočárku nebo jen tak na doma)
- rychlozavinovačka/ klasická zavinovačka
- peřinka na spaní v postýlce (nejlépe praní na 60 °C) nebo spací pytel (polštářek není zpočátku nutný)
- 2–3 prostěradla
- 2 povlečení na peřinku, pokud dítě nespí v pytli

- ochranný mantinel do postýlky
- chránič matrace 60×120 nebo 70×140 (dle velikosti postýlky)
- cestovní postýlka na denní spánek (vhodné pro větší dům nebo na cesty)
- případně kolotoč nad postýlku, nebesa atd.
- elektronická chůvička (vhodná pro větší dům či na dovolenou)
- látková plena pod hlavičku - mějte jich připraveno více – miminka někdy ublinknou
- pokud je třeba: dudlíky vhodné velikosti – na začátek stačí 1–2 na vyzkoušení, řetězek a krabička na dudlík pro větší hygienu

**TIP** Monitor dechu pro starostlivé maminky

## Na převoz miminka

- autosedačka typu „vajíčko“ (0–13 kg), ideálně kombinovatelná s podvozkiem kočárku
- případně základna či isofix základna do auta, která usnadní manipulaci s připoutáním – prověřte, zda máte přípravu v autě
- kočárek s hlubokou korbou
- prostěradlo do kočárku či poslouží napůl přeložená tetra osuška
- síťka proti hmyzu (moskytiéra) – hlavně v létě
- sluneční clona/ slunečník – stačí i zavěšená látková plena (je třeba nechat prostor pro proudění vzduchu)
- pláštěnka na kočárek
- přebalovací taška/ batoh
- teplý fusak na zimní období
- případně nosící šátek/ ergonomické nosítko
- lehátko na krátkodobé odložení miminka – poslouží i autosedačka

**TIP** Návleky na kola, pokud bude kočárek parkovat v bytě

## Do lékárničky

- dětské léky na snížení teploty (mějte určitě na 1. očkování)
- rychloměřicí teploměr – nejlépe digitální s ohebným koncem
- líh 60% z lékárny – na ošetření pupečního pahýlu (stačí malé balení jen do zhojení pupíčku)
- buničité/ gázové čtverečky na čištění pupíčku
- odsávačka nosního hleny – manuální, elektrická nebo odsávačka na vysavač
- případně rektální trubička – první pomoc v akutních stavech koliky
- jemný nosní sprej s mořskou vodou
- dětské probiotické kapky pro případ koliky

Bepanthen Baby je kosmetický přípravek.

## Na kojení/krmení

Při potížích s kojením kontaktujte vašeho pediatra nebo laktační poradkyni – seznam laktačních poradkyň najdete na stránkách Laktační ligy [www.kojeni.cz](http://www.kojeni.cz).

- kojící polštář
- 2–3 bryndáčky – užijí se již u kojení na odřihnutí
- látkové vaflové pleny – cca 10ks 70×70 – na utírání po krmení
- Bepanthen Baby** – na péči o bradavky kojících maminek – aplikujte po každém kojení
- vhodná odsávačka mateřského mléka
- sterilizátor (do mikrovlnné trouby/ samostatný)
- sáčky na uskladnění mateřského mléka
- pomůcky na krmení a ochranu bradavek (chrániče, kloboučky) podle doporučení laktační poradkyně
- lahvičky, kartáč na čištění
- ohřívačka na lahve

## A hlavně byt či dům plný lásky

### POZNÁMKY

