

Βρεφικά είδη

Μεταφέροντας το μωρό

Μπορείτε να χρησιμοποιείτε καθημερινά μάρσιπο, ακόμη και για μετακινήσεις εντός του σπιτιού, όταν το μωρό θέλει αγκαλίτσα. Το καροτσάκι διευκολύνει πολλές μαμάδες καλύτερα όταν πρέπει να βγούνε για απαραίτητα ψώνια.

- Το κάθισμα αυτοκίνητου θα δώσει ασφάλεια σε εσάς και στο μωρό σας και είναι ένα απαραίτητο και σημαντικό αξεσουάρ για κάθε μεταφορά του παιδιού με το αυτοκίνητο. Οι επιπτώσεις για μαμά και μωρό ακόμη και σε μικρά φρεναρίσματα/ατυχήματα είναι δραματικές με σοβαρούς τραυματισμούς για το μωρό.
- Καροτσάκι με ελαστικό πορτ-μπεμπέ ή κούνια με προστατευτικό κάλυμμα για τον ήλιο.

Συμβουλή: Η κούνια καταλαμβάνει περισσότερο χώρο και είναι βαρύτερη σε σχέση με το πορτ-μπεμπέ είναι όμως πιο σταθερή και άνετη για να ξαπλώνετε το μωρό σας.

- Βρεφικό κάθισμα αυτοκίνητου για μωρό – ένα απαραίτητο αξεσουάρ.

Συμβουλή: Στην αγορά θα βρείτε πολύ οικονομικά μοντέλα από 50 ευρώ, φροντίστε ωστόσο να μην υστερούν όσον αφορά στην ασφάλεια του παιδιού σας.

Ανάλογα με την εποχή: Γούνινο κάλυμμα ή κάλυμμα από φλις για το καροτσάκι

- Μάρσιπος ή σάκος μεταφοράς

Συμβουλή: Δανειστείτε πριν την αγορά σας το αξεσουάρ από γνωστούς σας, για να διαπιστώσετε εάν βολεύει εσάς και το μωρό σας.

Πολλά μωρά, τις πρώτες εβδομάδες της ζωής τους, ησυχάζουν όταν έρχονται σε στενή σωματική επαφή με τη μητέρα ή κάποιο οικείο πρόσωπο, ενώ ηρεμούν γρηγορότερα όταν τα μεταφέρουν. Ωστόσο, ορισμένες γυναίκες αισθάνονται ότι επιβαρύνουν υπερβολικά την πλάτη τους.

Ειδική τσάντα για τη φροντίδα του μωρού

Συμβουλή: Συγκριτικά με τις μεγάλες τσάντες χειρός, οι ειδικές τσάντες για τη φροντίδα του μωρού διαθέτουν ακόμη πιο πρακτικά αξεσουάρ, όπως σελτεδάκι και θήκες για μπιμπερό.

Οι ειδικές τσάντες σας προσφέρουν χώρο για πάνες, μωρομάντηλα, κρέμα φροντίδας με καλεντούλα για κόκκινα ποπουδάκια, πλαστική σακούλα (σε περίπτωση που δεν είναι δυνατή η άμεση απόρριψη της χρησιμοποιημένης πάνας), σελτεδάκι (μπορεί να είναι ακόμη και πετσέτα), καθαρά ρούχα (ανάλογα με τις ανάγκες του μωρού, ζιπουνάκι, καλσόν, φορμάκι), επιπλέον πιπίλες και σαλιάρια.

Για τα μωρά που δεν θηλάζουν, η τσάντα πρέπει να διαθέτει χώρο για μπιμπερό, γάλα σε σκόνη και θερμός με ζεστό νερό.

Ρουχαλάκια του μωρού

Τα μωρά αναπτύσσονται γρηγορότερα τις πρώτες εβδομάδες της ζωής τους. Ούτως ή άλλως, θα λάβουν κάθε ειδών μοδάτα ρουχαλάκια από γνωστούς, συγγενείς και φίλους, ενώ κι εσείς φροντίστε να μην αγοράσετε πάρα πολλά ρούχα για νεογέννητα.

Είναι προτιμότερο τα πρώτα τους ρουχαλάκια να είναι μεγαλύτερα σε μέγεθος και να διπλώνετε τα μανίκια.

Για το σπίτι

- Έξι μικρά ζιπουνάκια (μεγέθη: 56 έως 68) με πλαϊνές σούστες, κορδόνια ή φαρδιά λαιμόκοψη. Ανάλογα με την εποχή, τα ζιπουνάκια έχουν μακριά ή κοντά μανίκια, ενώ για το χειμώνα διατίθενται και πετσετέ ζιπουνάκια με μακριά μανίκια.

Δεν αρέσει στα νεογέννητα όταν προσπαθείτε να τους φορέσετε κάποιο ρούχο περνώντας το από το κεφάλι τους, γι' αυτό στην αγορά θα βρείτε ρουχαλάκια με σούστες ή κορδόνια.

- Έξι μπλουζάκια με μακριά μανίκια (μεγέθη: 56 έως 68)
- Πέντε φορμάκια (μεγέθη: 56 έως 68)
- Τέσσερα ολόσωμα φορμάκια που καλύπτουν τις πατούσες (μπορείτε να τα χρησιμοποιείτε και για πιτζάμες)
- Δύο σκουφάκια (για να τα φοράνε εναλλάξ). Καλύτερα να είναι βαμβακερά και όχι μάλλινα.
- Τρία ζευγάρια χοντρά βρεφικά καλτσάκια (τα μωρά συχνά έχουν κρύα ποδαράκια)
- Τρία ζευγάρια λεπτά καλτσάκια (για να τα φοράνε πάνω από το φορμάκι)

Για τη βόλτα

- Δύο πανωφόρια και σκουφάκια (μεγέθη: 62/68)

Ανάλογα με την εποχή: Χειμωνιάτικο σύνολο με επένδυση

- Χνουδωτή κουβέρτα για σκέπασμα

Συμβουλή: Εάν κοιμηθείτε μερικά βράδια με αυτή την κουβερτούλα στο μαξιλάρι σας – με την προϋπόθεση ότι δεν έχετε κρυολογήσει – η κουβερτούλα έχει τη μυρωδιά σας και το μωρό σας νιώθει πιο όμορφα μέσα στα σκεπάσματά του.

Για τον ύπνο

- Τρεις έως τέσσερις ολόσωμες πυτζάμες με δυνατότητα εύκολης αφαίρεσης της πάνας (αυτά τα φορμάκια έχουν συνήθως κουμπιά στο κάτω μέρος).

Συμβουλή: Το σύστημα εύκολης αφαίρεσης της πάνας είναι ιδιαίτερα πρακτικό για τα βράδια, καθώς μπορείτε να αφαιρείτε την πάνα του μωρού γρήγορα.

- Υπνόσακος για μωρά

Συμβουλή: Είναι προτιμότερος συγκριτικά με το πάπλωμα, καθώς το μωρό δεν ξεσκεπάζεται εύκολα και παραμένει ζεστό. Επίσης, δεν μπορεί να τραβήξει το πάπλωμα πάνω από το κεφάλι του.

- Σύστημα ενδοεπικοινωνίας

Η εμβέλεια του συστήματος ενδοεπικοινωνίας για μωρά καλύπτει την απόσταση στην οποία θα μπορείτε να βρίσκεστε, μετά από μερικές εβδομάδες, χωρίς να ανησυχείτε για το μωρό σας. Ελέγξτε την εμβέλεια του συστήματος ενδοεπικοινωνίας: είναι πιθανό να καλύπτει απόσταση μέχρι το γειτονικό σπίτι ή ακόμη και την καφετέρια της γειτονιάς σας (εννοείται ότι δεν θα το χρησιμοποιήσετε για τόσο μακρινές αποστάσεις, απλά έχει πιο ισχυρό σήμα).

Σημαντικό: Εξαιτίας της επιζήμιας ηλεκτρομαγνητικής ρύπανσης, τοποθετήστε τη συσκευή σε απόσταση μεγαλύτερη του 1,5-2 μέτρων από το κρεβάτι του μωρού.

Χρήσιμες πληροφορίες:

Όσον αφορά στα ρουχαλάκια και τα παιχνίδια του παιδιού σας, ρωτήστε φίλους και τους γνωστούς εάν μπορούν να σας δανείσουν ή να σας μεταπωλήσουν ορισμένα από εκείνα που χρησιμοποιούσαν τα δικά τους παιδιά.

Μη αγοράσετε ακριβά ρούχα γιατί σε αυτή την ηλικία χρειάζονται συχνά ανανέωση και δεν έχει και νόημα. Επίσης σε αυτή την περίπτωση μπορούν να σας δώσουν κάποιοι φίλοι ρούχα των παιδιών τους που δεν χρησιμοποιούν πια.

Ιδίως τα ρούχα για τον πρώτο χρόνο, τα οποία είναι ελάχιστα φθαρμένα καθώς τα παιδιά αναπτύσσονται με γοργούς ρυθμούς, μπορούν κάλλιστα να φορεθούν από κάποιο άλλο παιδί, αφού είναι σχεδόν καινούργια.

Έπιπλα βρεφικού δωματίου

- Αλλαξιέρα-έπιπλο ή αλλαξιέρα-μπάνιο για αλλαγή πάνας.

Κατάλληλο είναι κάθε έπιπλο με ικανοποιητικό ύψος και βάθος καθώς και συρτάρια.

Πρακτική συμβουλή: Εάν υπάρχει η δυνατότητα αλλαγής της πάνας στο μπάνιο προτιμήστε την, καθώς μπορείτε να πλύνετε το μωρό επί τόπου.

Σημαντικό: Η αλλαξιέρα θα πρέπει να έχει ψηλές πλευρές. Τα μωρά μαθαίνουν εύκολα να στριφογυρνάνε και είναι πολύ εύκολο να πέσουν από την αλλαξιέρα.

Επιπλέον, φροντίστε η αλλαξιέρα να έχει το κατάλληλο ύψος ώστε να μην χρειάζεται να σκύβετε όταν αλλάζετε την πάνα του μωρού σας.

Τα επόμενα τρία χρόνια θα αλλάξετε έως και 4.000 πάνες: προσέξτε, λοιπόν, γιατί η κακή στάση καταπονεί την πλάτη σας.

- Σιλτεδάκι αλλαξιέρας
- Μόμπιλε (κάποιο παιχνιδάκι) πάνω από την αλλαξιέρα-έπιπλο ή ακόμη και ένα καδράκι με ζωηρά χρώματα.

- Παιδικό κρεβατάκι

Συμβουλή: Προτιμήστε ένα κρεβάτι το οποίο έχει δυνατότητα επέκτασης για να μπορέσετε να το χρησιμοποιήσετε για τα επόμενα επτά χρόνια

- Κούνια με ροδάκια ή λίκνο (εαν θέλετε το μωρό να κοιμάται και σε άλλους χώρους εκτός από αυτόν του δωματίου του που βρίσκεται η κούνια).

Συμβουλή: Ρωτήστε τους γνωστούς ή τους συγγενείς σας εάν έχουν φυλάξει στο πατάρι μια κούνια με ροδάκια. Ή αγοράστε ένα μεταχειρισμένο λίκνο.

Εφόσον το μωρό σας θα κοιμάται μόνο για λίγους μήνες σε αυτό το κρεβατάκι, δεν αξίζει τον κόπο να αγοράσετε καινούργιο.

- Βρεφικό στρώμα

Φροντίστε το κάλυμμα του στρώματος να είναι βαμβακερό ή μάλλινο, ύψους 10 εκ. το μέγιστο, όχι πολύ μαλακό και χωρίς βλαβερές ουσίες

- Δύο σεντόνια

Για τα μωρά που θα γεννηθούν το χειμώνα: Εαν η κεντρική θέρμανση δεν επαρκεί, ίσως χρειαστεί στο δωμάτιο του μωρού να έχετε και μία θερμάστρα, ειδικά όταν αλλάζετε το μωρό και είναι γυμνό.

Χρήσιμες πληροφορίες

Τα ακριβά έπιπλα, όπως καροτσάκι, αλλαξιέρα και βρεφικό κρεβατάκι, διατίθενται μεταχειρισμένα:

Μπορείτε να βρείτε αυτά τα αντικείμενα μέσω Διαδικτύου, σε αγγελίες. Είναι πιθανό κάποιος γνωστός σας να θέλει να σας πουλήσει αυτά τα αντικείμενα; Προσέξτε το θέμα της ασφάλειας αυτών των επίπλων καθώς και τις προδιαγραφές υγιεινής.

Είναι σημαντικό να ενημερώσετε όσο το δυνατόν περισσότερα άτομα σχετικά με το ποια βρεφικά είδη σας λείπουν. Θα διαπιστώσετε ότι ο κύκλος των μαμάδων λειτουργεί καταπληκτικά, κυρίως όταν πρόκειται για βρεφικά είδη.

Παιδικό Δωμάτιο: Εταιρίες -Καταστήματα

Βρεφικά παιχνίδια

Για να είμαστε ειλικρινείς, τα νεογέννητα στην αρχή δεν χρειάζονται κανένα παιχνίδι.

Η χαρά όμως για τον ερχομό του παιδιού είναι τόσο μεγάλη που σπάνια αγνοούμε την αγορά λούτριων ζώων και άλλων παιχνιδιών.

Εάν φίλοι και συγγενείς σας ρωτήσουν τι δώρα θα θέλατε για τη γέννηση του μωρού σας ή εάν εσείς οι ίδιες επιθυμείτε να αγοράσετε κάτι, επιλέξτε τα παρακάτω:

- Μουσικό κουτί
- Κάποιο μικρό μαλακό παιχνιδάκι-ζωάκιμαλακό (καλής ποιότητας που δεν μαζεύει πολύ σκόνη και πλένεται).
- Κρίκους

Βρεφική φροντίδα

- Πάνες μικρού μεγέθους για νεογέννητα (για μωρά 2 έως 5 κιλών)
- Κάδο απόρριψης για πάνες με καπάκι (μπορείτε να βάζετε την πάνα και σε κάποια σακουλίτσα για να μην μυρίζει και μετά να την πετάτε στον κοινόχρηστο κάδο απορρημάτων).
- Μωρομάντηλα για το ποπουδάκι του
- Ένα σφουγγαράκι και μια λεκάνη χλιαρό νερό είναι προτιμότερα για το ποπουδάκι του μωρού σας αλλά και για το περιβάλλον. Μπορείτε να χρησιμοποιείτε και τον νιπτήρα για να πλύνετε το μωρό τώρα που είναι ελαφρύ.
- Κρέμα φροντίδας με καλέντουλα
- Θερμόμετρο μπάνιου
- Βρεφικό μπανάκι

Το βρεφικό μπανάκι δεν είναι απαραίτητο καθώς μπορείτε, αρχικά, να πλένετε το μωρό σας στο νιπτήρα ή και στην μπανιέρα αν όχι μαζί σας, μπορείτε να χρησιμοποιείτε και μία βάση απο αυτές που υπάρχουν στα καταστήματα βρεφικών ειδών.

- Βρεφικό λαδάκι ή λοσιόν για μετά το μπάνιο
- Απαλή βούρτσα
- Βρεφικό ψαλιδάκι για τα νύχια (με στρογγυλεμένες άκρες για να μην τραυματιστεί)
- Σφουγγαράκι
- Έξι υφασμάτινες σαλιάρες

Για το θηλασμό

- 4 σουτιέν κατάλληλα για θηλασμό (για να τα χρησιμοποιείτε εναλλάξ)
- Βάτες στήθους (μίας χρήσης με βαμβακερή σύνθεση ή με σύνθεση από μετάξι, που μπορούν να πλυθούν). Ειδικά για την βόλτα για να αποφεύγετε το να λερωθείτε απο την έκκριση γάλακτος.
- Έξι μπιμπερό, γυάλινα ή πλαστικά

Τα γυάλινα μπιμπερό έχουν το πλεονέκτημα ότι δεν περιέχουν καμία χημική ουσία που μπορεί να βλάψει το μωρό σας.

Σε περίπτωση που το γάλα είναι πολύ ζεστό, μπορείτε να πετύχετε την κατάλληλη θερμοκρασία κρατώντας το μπιμπερό κάτω από τρεχούμενο κρύο νερό ή αφήνοντας το για λίγο σε μπόλ με κρύο νερό.

Το γεγονός ότι τα γυάλινα μπιμπερό είναι εύθραυστα και πιο βαριά από τα πλαστικά δεν έχει καμία σημασία, καθώς το μωρό σας δεν μπορεί ακόμη να κρατήσει μόνο του το μπουκάλι.

- Θηλή μπιμπερό από σιλικόνη ή λάτεξ, μέγεθος 1
- Βούρτσα καθαρισμού για το μπιμπερό

Προαιρετικά είδη

- Αποστειρωτής για πιπίλες, μπιμπερό (υπάρχει μεγάλη ποικιλία μεθόδων αποστείρωσης. Επισκεφτείτε ένα ενημερωμένο μαγαζί και δείτε ποιά απο αυτές σας εξυπηρετεί καλύτερα). Μπορείτε αντί για αποστειρωτή, απλώς να βράζετε για δέκα λεπτά τα είδη σε μια κατσαρόλα και έχετε το ίδιο αποτέλεσμα.
- Συσκευή για ζέσταμα μπουκαλιών . Εαν δεν την αγοράσετε μπορείτε απλώς να βυθίζετε το μπιμπερό σε ζεστό νερό για λίγη ώρα.
- Θήλαστρο (προκειμένου να βγάξετε γάλα για να αφήνετε στο μωρό). Τα ηλεκτρικά είναι συνήθως πιο εύχρηστα.
- Πάρκο (όχι για τους πρώτους μήνες).
- Μαξιλαράκια θηλασμού και χαλάρωσης