



VÝBAVA PRO MIMI

**„Mateřství způsobí u ženy zásadní změnu,
ale otcovství je pouhá sociální instituce.“**





VÝBAVA PRO MIMI

**„Mateřství způsobí u ženy zásadní změnu,
ale otcovství je pouhá sociální instituce.“**

Jste v nejkrásnějším období svého života a očekávání na nového člena rodiny se protahuje a vy už se nemůžete dočkat? Již od 30. týdne těhotenství se doporučuje připravit se na příchod nového miminka do vaší rodiny. Připravili jsme pro vás kompletní seznam výbavičky pro miminko.



RYCHLOZAVINOVAČKA NAHRADÍ MAMINČINO BŘÍŠKO

Měkká, mimořádně příjemná, bezpečná a pohodlná – taková je rychlozavinovačka, kterou nyní Matýsek nabízí starostlivým rodičům.

Rychlozavinovačka je vynikající pomocník v péči o novorozence. Jak už název napovídá, děťátko zavinete a rozbalíte snadno a rychle. Zapínání na suchý zip, umístěné na jedné straně, se snadno ovládá. Tyto rychlozavinovačky šijeme z kvalitní, stoprocentní bavlny, jako náplň používáme rouno.

Velkou výhodou rychlozavinovačky je, že poroste s vaším miminkem. Děťátko bude díky ní velice spokojené, zejména v prvních týdnech po porodu. V děloze bylo zvyklé na nedostatek místa, takže jakmile se ocitne v naší rychlozavinovačce, připomene mu to důvěrně známé prostředí a zklidní ho to. Uspávání tak bude trvat mnohem kratší dobu. Děťátko nepocítí zimu, zůstane neustále v teple.

Rychlozavinovačku nabízíme v různých barevných kombinacích, takže si můžete vybrat takovou, jaká se vám líbí. Všechny jsou z kvalitní stoprocentní bavlny, rozměry činí 77 x 77 centimetrů. Při výrobě používáme výhradně materiály, které mají atest pro děti do tří let. 300g rouno zajistí, aby byly maximálně pohodlné.

VÝBAVIČKA PRO MIMINKO

V seznamu uvádíme pouze základní výbavičku pro miminko, bez které se zpravidla neobejdete.

Další věci doporučujeme nakupovat postupně, podle potřeb dítěte. Spoustu potřeb pro miminko můžete koupit také v [dětském bazaru](#).

36. týden těhotenství

Oblečení

Na léto:

10 ks bodiček s krátkým a dlouhým rukávem

6 ks dupaček a overalů

2 mikiny, kabátky nebo svetříky

4 páry ponožek

2 čepičky na zavazování pod krkem

Na zimu navíc:

teplejší čepička a rukavice

2 svetříky, kabátky nebo teplejší mikiny

zimní kombinéza

fusak

Velikosti dětského oblečení odpovídají délce (výšce) dítěte v cm. Novorozencům se obvykle nakupuje oblečení ve velikosti 56. Oblečení v malých velikostech nekupujte moc, protože děti z nich rychle vyrůstají. Navíc hodně oblečení pravděpodobně dostanete jako dárky od přátel a rodiny.

Nenakupujte ani do zásoby oblečení větších velikostí, i kdyby to bylo výhodné, protože se vám pak snadno stane, že dítě oblečení vůbec nebude nosit.

Přebalování

přebalovací podložka

mast na opruzeniny – levná je Rybilka, dobrý, ale dražší je Bepanthen

1 balení buničitých tampónů z lékarny (nebo 1 balení kosmetických tampónů) na otírání zadečku

Pokud chcete používat jednorázové pleny:

100 ks jednorázových plen velikosti 3 až 6 kg

20 ks klasických látkových plen – budete je potřebovat na utírání, přikrývání a podkládání všeho možného

Pokud chcete používat látkové pleny:

80 ks klasických látkových plen (v tomto případě potřebujete ještě svrchní kalhotky, zcela postačí obyčejné ortopedické kalhotky – klasické T se suchým zipem)

Separální vložku – doporučuji takové, které se dají spláchnout do WC

Odpadkový koš na plenky s víkem

Spánek

bezpečná postýlka s pevnou matrací

3 prostěradla

tenká přikrývka

2 povlečení na přikrývku

2 zavinovačky

elektronická chůvička - není to nutnost, ale umožní vám se od spícího miminka trochu vzdálit

Do postýlky nedávejte žádné měkké předměty (polštáře, plyšové hračky apod.), protože ty zvyšují riziko syndromu náhlého úmrtí kojence

Lékárnička

nůžky na nehty s kulatou špičkou

teploměr - levné elektronické teploměry nejsou přesné, proto kupte buď kvalitní elektronický nebo rychloběžku

vatové tyčinky

odsávačka hlenů - stačí obyčejná hadičková z lékarny za 25 Kč, o nákupu dražšího přístroje se rozhodněte až podle nemocnosti miminka

olej nebo mast na promazávání suchých míst na pokožce – např: dětský měsíčkový olej líh na čištění pupíku

paralenové čípky pro kojence pro případ horečky

ophthalmo-septonex na oči

Cestou z porodnice se pravděpodobně stavíte v lékárně pro další potřeby, které vám doporučí v porodnici.

Koupání

vanička nebo koupací kyblík, samozřejmě můžete koupat i ve vaně lehátko do vaničky - není nutné, dítě můžete přidržovat rukou

4 tetra pleny (plenkové osušky) - sají vodu lépe než froté ručníky

5 žínek

jemný kartáček na vlásky

Vyhňte se různým kosmetickým přípravkům pro kojence (olejíčky do koupele, pleťové krémy, mýdla, šampóny), protože často způsobují kožní reakce.

Kojence je nejvhodnější mýt pouze vodou a po koupeli případná suchá místa na kůži namazat neutrálním olejem nebo mastí.

Cestování

kočárek

pláštěnka na kočárek

síťka proti hmyzu na kočárek

deka do kočárku, plimo

fusak na zimu

autosedačka

pytel do autosedačky

1 balení jednorázových nepromokavých podložek

1 balení vlhčených ubrousků – dobré na cesty, ale při pravidelném používání často způsobují opruzeniny

Kojení / Umělá výživa

Pokud plánujete, že budete kojit:

2 podprsenky s odepínacími košíčky – počítejte s tím, že se prsa po porodu obvykle výrazně zvětší

vložky do podprsenky (1 balení jednorázových nebo 10 ks látkových)

kojící polštář – vezměte si jej do porodnice, i když nechcete kojit, děťátko si na něj položíte a nemusíte je držet.

Nekupujte předem žádné kojenecké lahve.

V případě problémů s kojením se mléko podává alternativním způsobem (nejčastěji injekční stříkačkou nebo lžičkou).

Pokud jste rozhodnutí nekojit nebo nemůžete kojit ze zdravotních důvodů:

2 kojenecké lahve s dudlíky pro nejmenší kojence

parní sterilizátor do mikrovlnné trouby (ušetří vám mnoho času i práce)

kartáče na čištění lahví a dudlíků

doporučuji koupit lahve a sterilizátor od jedné společnosti.

KDY A JAK OBDAROVAT NOVOPEČENOU MAMINKU

Vytoužené miminko je konečně na světě, maminka po porodu odpočívá a šťastný tatínek dává vědět (téměř) celému světu, že se stal hrdým otcem. V tuto chvíli také přichází vhodný okamžik na obdarování maminky, alespoň tedy od těch nejbližších.

Novopečená maminka dostane nejčastěji jako dárek kytičku, šperk nebo něco trvalého, co jí zůstane na památku a připomene onen úžasný den, kdy přivedla své milované děťátko na svět.

Zatímco partner dává dárek obvykle jako první a ví přesně, co ženě udělá radost, kamarádky, sousedi nebo kolegové z práce přicházejí na řadu až po něm. Většinou počkají na to, až bude maminka s kojencem doma a zaklimatizuje se. Je dobré si návštěvu raději předem domluvit, aby se v jednom bytě nesešlo více skupinek gratulantů, kteří se navzájem neznají.

Výhodou takto organizovaných oslav a obdarování maminky je, že se gratulanti většinou složí na nějaký hodnotnější dárek. A zatímco tatínek dítěte chce jeho maminku potěšit a překvapit, u vzdálenějších příbuzných a přátel se většinou počítá s tím, že dárek může být i dražší a praktický. Jeho cena závisí na tom, kolik lidí se na něj složí.

A protože nikdo nechce, aby se mu doma kupily zbytečnosti, které nakonec nevyužije, je užitečné poradit se ještě před výběrem vhodného dárku s novopečeným tatínkem, co by jako rodiče uvítali, co jim ve vybavičce pro mrňouska případně ještě chybí nebo zda by rodina nedala raději přednost obálce s penězi.

Těch prvních pár náročnějších měsíců uteče jako voda a co když chtějí rodiče s batoletem vyrazit někam na příjemnou dovolenou a hotovost se jim bude hodit?

To samé platí pro vzdálenější příbuzné, kteří se přijdou podívat na miminko a chtějí přinést dáreček. Asi bude rozumnější se předem domluvit a v případě, že by cena přesahovala jejich finanční možnosti, je na zváženou, zda není lepší věnovat peníze, aby si rodiče na to, co si přejí a co potřebují, sami došetřili.



JAK VYBRAT MATRACI DO DĚTSKÉ POSTÝLKY?

Při zařizování dětského pokoje pro čerstvě narozené maminky je potřeba věnovat maximum pozornost výběru dětské postýlky, matrace a povlečení. Zvláště pak matrace je důležitá, protože nejen, že ovlivňuje kvalitu spánku, ale také formuje páteř. Vyberte matraci správně.

Poradte se odborníkem

Trh s matracemi, a to i těmi určenými do dětské postýlky, je velmi široký a pro laika je obtížné se v něm orientovat, natož si správně vybrat. Proto svůj výběr konzultujte s odborníkem, popřípadě s dětským lékařem nebo ortopedem. Nezapomínejte na to, že děti nejvíce rostou a vyvíjejí se ve spánku.

Jaký vybrat materiál?

Obecně se doporučují matrace s antialergickou výplní, které jsou vhodné pro děti s alergiemi, ale také slouží jako prevence před jejich vznikem. Velmi praktické jsou matrace se zimní a letní stranou. Mezi klasické se řadí matrace sendvičové s vnitřní částí z pevných materiálů a svrchní část je z přírodních měkčích materiálů.

kokosové matrace

latexové matrace

matrace z paměťové pěny

Kokosové matrace

Ideální jsou matrace z kokosového vlákna. Ty se vyznačují vzdušností materiálu a dobrými tepelně izolačními vlastnostmi. Kokosové matrace mají výborné ortopedické vlastnosti a tvrdost. Dospělému člověku nemusí připadat pohodlné, ale pro dítě poskytnou skvělou oporu páteře.

Navíc neobsahují toxické látky, protože se jedná o přírodní materiál. Kokos skvěle odvádí vlhkost a díky výbornému provzdušnění se vlhkost v matraci neudrží. Vyrábějí se také matrace kokos-pěna, které jsou protialergické a poskytují dítěti při spánku maximální komfort.

Snímatelné potahy

Matrace určená do dětské postýlky musí mít snímatelný a pratelný potah. Matrace do postýlek úplně těch nejmenších by měly být ochráněné před počůráním. Existuje na to speciální matracový chránič nebo nepromokavá plachta.

Bezpečnost matrace

Ze všeho nejdůležitější je, aby matrace do dětské postýlky perfektně zapadla. Mezi matrací a podložkou nesmí vzniknout žádný prostor. Ten by mohl dítěti způsobit i vážná zranění. Jednoduchá pomůcka. Pokud se vejdu mezi matrací a postýlku dva prsty, je matrace nevyhovující.

Kontrolujte dýchací rytmus, srdeční činnost a pohyby dítěte v postýlce

Matrace do dětské postýlky nesmí být ani moc měkká ani příliš tvrdá. To může způsobit a zvyšuje to riziko syndromu náhlého úmrtí. Proto odborníci doporučují do

deseti měsíců , což je kritický věk, vložit pod běžnou matraci speciální podložku. Podložka znamená pohyb dítěte, odezvy srdeční činnosti a dýchací rytmus dítěte. V případě, že by se některá z těchto akcí přerušila na dobu 20 vteřin, spustí se alarm, který se dá rychle vypnout.

