

Richtige Lage

Wie soll mein Baby liegen?

Es ist für Ihr Baby am besten, wenn Sie es nicht nur in einer Lage legen, sondern es immer mal auf eine andere Seite drehen.

Seitenlage

Das Baby soll abwechselnd auf beide Seiten gelegt werden. Da ein Säugling leicht auf den Rücken oder den Bauch umkippen kann, soll es am Rücken gestützt werden. Dafür ist ein Kissen sehr gut geeignet, es kann aber auch ein großes Stofftier oder ein gerolltes Handtuch sein.

Rückenlage

Die Rückenlage ist vorteilhaft, weil das so Baby alle Muskeln seiner Vorderseite trainieren, sich frei umschauen, das über das Bettchen baumelnde Spielzeug und die Umgebung betrachten kann. Es lernt auch seinen Körper kennen: Hände aufeinander zu bewegen, mit Fingern spielen, Daumen in den Mund stecken, Füßchen anfassen. Direkt nach dem Trinken ist die Rückenlage abzuraten, um die Gefahr, dass das Baby sich verschluckt zu vermeiden.

Bauchlage

In dieser Lage kann das Baby am besten üben, seinen Kopf zu heben und zu halten, was überhaupt nicht leicht ist. Durch diese Übungen werden die Nackenmuskeln richtig trainiert.

Zum Schlafen dürfen die Kinder nicht in die Bauchlage gelegt werden. Die Beobachtungen haben gezeigt, dass die grosse Mehrzahl der Kinder, die am plötzlichen Kindstod starben, wurden in dieser Lage vorgefunden.