

## **BEEBIASJADE NIMEKIRI (vastsündinu ja esimene aasta)**

\* - Tärniga on tähistatud asjad, mis pole ilmtingimata vajalikud, kuid muudavad elu lihtsamaks ja mugavamaks

### **RIIDED VASTSÜNDINULE**

Igähest paar eksemplari (esialgu suurused 56 ja 62):

**Pluusid** (õhemad, paksemad)

**Püksid** (õhemad, paksemad, sipupüksid)

**Lühikeste varrukatega body'd** (hõlmik)

**Pikkade varrukatega body'd** (hõlmik)

**Toakombed/ Õuekombed**

**Magamisriided**

**Sokid/Pehmed papud**

**Mütsid** (õhemad, paksemad)

**Kindad**

**Titesall/ilalapp** (kolmnurkne kaelarätt)

**Väljaskäiguriided vastavalt aastaajale –**

**Külmal ajal** näiteks villafliisist kombe (kombinesoon, talvekombekas) või villane kootud kampsun/jakk ja villased püksid, alusriided, kindad, sokid, sojemad papud, mütsid (alusmüts ja soe pealmine müts, üks neist võib olla ka tuukrimüts), villane kaelus (eriti kui tuukrimütsi pole).

### **HÜGIEENITARBED / NAHAHOOLDUS**

**Naatriumkloriidi 0,9% lahus (NaCl)** – nt Unadose või B.Braun

**Lapikesed silmapuhastuseks** – nt apteegist Mesoft, 5x5cm

**Vatitikud**

**Saialilletinktuur**

**Küünekäärid**

**Beebikreem\*** – nt Weleda BabyCreme

**Sudocrem\*** või **Bepanthen salv\***

**Beebiõli\*** – nt Neutral Baby Skin Oil ja **beebikamm või –hari\*** (beebikõõma korral)

**Näpuhambahari\***

**Hambahari**

**Beebide hambapasta\***

### **MÄHKMEVAHETUS**

**Mähkmed**

**Niisked salvrätikud** – nt Neutral

**Mähkimisalus (või -laud)\***

**Ühekordsed aluslinad/ mähkimislinad** – nt Sanaset Soft, 40x60cm

**Beebivoodi külge kinnitatav tarvikute organiseerija\***

**Mähkmekonteiner\*** - nt Tommee Tippee

### **VANNITAMINE/UJUMINE**

**Beebivann/ lastevann** (või tummy tub)

**Vanniiste ja vannijalad\***

**Vannitermomeeter\***

**Vannirätik** (vannilina, kuivatuslina)

**Ujumispüksid/ ujumismähkmed\***

## **MAGAMINE**

Võrevoodi

Madrats

Voodilina (nt alt kummiga kinnitatav)

Veekindel aluslina/ madratsikate

Beebi magamistugi (tõkised, magamisplokid)\*

Voodipehmedused\*

Mängukarussell\*

## **TRANSPORT**

Vanker-Käru

Vankrile mõeldud vihmakile

Vankrile mõeldud putukavõrk (või võrk-päikesevari)

Lambanahk vankrisse\*

Soojakott

Turvahälli soojakott\*

Turvahäll

Turvahälli Isofix alus\*

Turvahälli adapterid\*

Turvatool (ja selle kinnitus/alus)

Kandekott/Lina \* ja selle kate\*

## **IMETAMINE**

Nibukaitse\*

Piimakogujad\*

Nibusalv/Nibukreem\* – nt Purelan

MultiMAM kompressid\*

Rinnapadjad\*

Piimalapikesed\*

Öölamp\*

Imetamise aluslina/rätik\*

Rinnapump\*

## **APTEEK**

D-vitamiin

Kraadiklaas

Paratsetamool (nt Efferalgan küünlad, alla 10kg lapsele mõeldud) või **Ibuprofeen** (nt Nurofen siirup)

Humer (laste)

Inhalaator – nt KIWI

Ninaaspiraator (või imemisvoolik) – nt Rhinomer, Nosiboo vms

Hanerasv või Hustagil salv/palsam\*

Geelkott kõhule (gaaside leevendaja)\*

Probiotikumid (gaasivalusid leevendavad, nt Gefiluse tilgad)\*

Kui beebi on jäänud haigeks, siis konsulteerige oma perearsti, Lastehaigla nõuandetelefoni „Lastearst kuuleb“ (1599, vastavad kella 22-ni), ööpäevaringse perearsti nõuandetelefoni (1220) või ööpäevaringse ämmaemanda nõuandetelefoniga (12252).

## **SÖÖMINE**

**Pudipõll (lihtsastipestavast materjalist)**

**Lutipudel\*** – nt Medela lutipudel Calma otsikuga

**Söögitool**

**Sööginõud** - Lusikas, kauss, kruus, lekkimiskindel sangadega veetops (sippy cup) jms

**Toiduvõrk/ Puuviljavõrk\***

**Beebitoidu säilitusnõud\***

**Libisemiskindel lauamatt\***

## **EMMELE VAJALIKUD TARBED**

**Rasedajope, Lapsekandmisjope\***

**Suured hügieenisidemed**

**Suured mugavad puuvillased (või ühekordsed) aluspüksid**

**Imetamisrinnahoidjad**

**Imetamisriided\***

**Beebiootuse päevik\***

## **MUU**

**Tekid**

**Tegelustekk\***

**Lapikesed\*** – nt marlilapid

**Beebikaal\*** - Võib laenutada

**Beebimonitor\***

**Lutt\***

**Lutikett\***

**Sapiseep\***

**Lamamistool\*** – nt Babybjörn

**Turväravad ja piirded\***

**Väljaskäimise kott**

## **KASULIK KIRJANDUS**

Ina May Gaskin „Loomuliku sünnituse teejuht“

Ina May Gaskin „Imetamise teejuht“

Maarja Säde „Minu aktiivne beebi. Arendavad harjutused sünnist esimese sammuni“

Loodan, et sellest nimekirjast ja minu kommentaaridest on Sulle abi!

---

Loe kõikide asjade kohta pikemalt blogist: [anneliloorits.com](http://anneliloorits.com)