



## Mehr Sicherheit durch Babyschlafsäcke

Die ersten Monate nach der Geburt verbringen Babys überwiegend mit Schlafen. Damit sich der zarte Organismus gesund und sicher entwickelt, sollte die Schlafumgebung daher besonders sorgfältig ausgewählt werden. Das Zusammenspiel verschiedener Kriterien senkt zudem das Risiko des gefürchteten Plötzlichen Säuglingstodes.

- ✓ Anders als Erwachsene sollte ein Baby ohne Bettdecke und nur in einem Schlafsack in Rückenlage schlafen. Bei der Bettdecke besteht die Gefahr, dass das Kind überwärmt oder mit dem Kopf unter die Decke rutscht und dann zu wenig Sauerstoff bekommt.
- ✓ Aus diesem Grund gehören auch Kissen, Felle, Heizdecken, Wärmflaschen oder große Kuscheltiere nicht ins Babybett. Ein fixierbares oder stabiles Nestchen kann als Schutz vor den harten Gitterstangen und für ein umgrenzendes „Co-cooning“ eingesetzt werden.
- ✓ Der Schlafsack sollte immer zur Raumtemperatur, nicht zur Jahreszeit passen. Ideal sind Innentemperaturen zwischen 16 und 18 Grad Celsius, außerdem ab und an kurzes Stoßlüften für ein gesundes Raumklima.
- ✓ Neben Schlafsäcken mit Innen- und Außensack, mit und ohne Ärmel, sind auch dick wattierte Strampelsäcke zum Reinschlüpfen und Sleep-Overalls mit Fußöffnungen für ältere Kinder auf dem Markt.
- ✓ Das Baby ist in der Regel mit einem Body im Schlafsack ausreichend angezogen. Die Kleidung richtet sich nach der Raumtemperatur.
- ✓ Wie warm ein Schlafsack ist, erkennt man am TOG-Wert. Damit lässt sich der Wärmeleitwiderstand von Textilien feststellen. Je größer der TOG-Wert, desto wärmer hält auch der Schlafsack. TOG-Tabellen geben hier Orientierung.
- ✓ Für die Größe des Schlafsacks gilt: Das Kind muss aus dem passenden Schlafsack herauswachsen, nicht hineinwachsen. Ist der Schlafsack zu groß, kann er durch die Körpertemperatur nicht ausreichend erwärmt werden.
- ✓ Die Faustregel für die richtige Länge des Babyschlafsacks lautet: Körperlänge minus Kopflänge plus zehn Zentimeter. Das gilt auch und besonders für Frühgeborene. Hier sind schon Schlafsäcke ab 44 Zentimeter Länge im Fachhandel erhältlich. Für Normalgeborene ist anfangs die Größe 50/56 ratsam.
- ✓ Hals- und Armausschnitte des Babyschlafsacks sollten nicht zu groß sein, damit das Kind nicht aus Versehen in den Schlafsack hineinrutscht. Der Abstand zwischen Kinderhals und Schlafsack-Ausschnitt sollte nur fingerbreit sein.
- ✓ Achten Sie darauf, dass keine Bänder oder Druckknöpfe den Armausschnitt vergrößern, so wie generell keine Bänder oder Kordeln in der Nähe des Babys sein sollen.





- ✓ Knöpfe oder Druckknöpfe dürfen sich nur im Schulterriegelbereich oder in der vorderen Mitte befinden. Sie müssen geschlossen sein, wenn das Kind schläft. Außerdem sollten sie auf Abreißfestigkeit und Verschleißbarkeit geprüft werden.
- ✓ Der Stoff des Babyschlafsacks darf nicht zu schwer und sollte bis mindestens 40 Grad Celsius waschbar und trocknerbeständig sein. Für die Feuchtigkeitsaufnahme und Atmungsaktivität ist ein hoher Baumwollanteil vorteilhaft. Empfehlenswert ist eine Zertifizierung nach dem OEKO-TEX Standard 100.
- ✓ Für Kinder, die (noch) medizinisch überwacht werden müssen, gibt es Schlafsäcke mit speziellen Kabelauslässen.
- ✓ Babyschlafsäcke mit einem Rundum-Reißverschluss sind bei Wickelkindern besonders praktisch, weil die Windel schnell und unkompliziert gewechselt werden kann.
- ✓ Ein neues, innovatives Produkt von Alvi ist das Clean & Dry Schlafsack-Cover, das über den unmittelbaren „Spuckbereich“ über Schultergurt und Brust geknöpft wird. Damit bleibt das Baby trocken und Hautreizungen durch Feuchtigkeit können gar nicht erst entstehen. Auch der Wäscheberg wird dadurch klein gehalten.

**Der bekannteste, nach DIN-Norm gefertigte Ganzjahres-Babyschlafsack ist das Baby-Mäxchen®, in dem Kinder ab Geburt bis etwa eineinhalb Jahren gut und sicher schlafen. Der Bestseller von Alvi wurde im Dialog mit Hebammen, Ärzten und Pflegepersonal als vorbeugende Maßnahme gegen Überwärmung und Kohlendioxid-Rückatmung im Babybett entwickelt. Beide werden als mögliche Ursachen für den Plötzlichen Säuglingstod in Verbindung gebracht. Das Baby-Mäxchen® ist als dreiteiliges Schlafsystem aus wattiertem Außensack und zwei Innensäcken in aufeinanderfolgenden Größen konzipiert.**



#### **Kleine Helden leben sicher**

Presse & PR Lioba Hebauer | Tel. +49 (0)911 99 44 67 28 | [presse@kleineheldenlebensicher.de](mailto:presse@kleineheldenlebensicher.de)  
[www.kleineheldenlebensicher.de](http://www.kleineheldenlebensicher.de)

Facebook + Twitter @KleineHeldenB2B

Unsere Hinweise und Empfehlungen sind nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt worden und als allgemeine Information gedacht. Sie sind weder abschließend noch vollständig und stellen keine medizinischen Ratschläge dar.



**Alvi | [www.alvi.de](http://www.alvi.de)** zählt seit 60 Jahren zu den führenden Unternehmen für Babys Schlafumgebung. Der Markenhersteller ist Mitglied im Bundesverband Deutscher Kinderausstattungs-Hersteller e. V. (BDKH). Der Verband informiert über seine Initiative „Kleine Helden leben sicher“ über Servicethemen, gesundes Aufwachsen und Unfallprävention bei Kindern.