



Was ziehe ich meinem Baby nachts an?

Die einfache Temperatur-Übersicht



Über 24 °C

- Leichter Body
- ggf. dünner Sommerschlafsack (0,5 – 1,0 TOG)



20 – 24 °C

- Body (kurz- oder langarm)
- Leichter Schlafsack



16 – 20 °C

- Langarmbody
- Strampler
- mittlerer Schlafsack



Unter 16 °C

- Langarmbody
- Strampler
- warmer Schlafsack
- ggf. leichte Mütze bei Neugeborenen

Besonderheiten



Bei Neurodermitis

- Nachts: Kratzschutz + Schlafsack
- Tagsüber: nur bei Bedarf



Bei Frühchen & Neugeborenen

- Oft +1 Schicht mehr
- Besonders auf Wärme achten

