

# MEIN BABY SCHLÄFT NICHT - WAS TUN? [9 TIPPS]

Natürlich entwickeln

by Shaline



1

## MEIN BABY SCHLÄFT NICHT LÄNGER ALS 1 STUNDE

- Der Schnuller könnte herausgefallen sein
- Dein Baby möchte gestillt werden
- Die Entwicklung deines Babys braucht noch Zeit

2

## MEIN BABY SCHLÄFT TAGSÜBER NICHT, TROTZ MÜDIGKEIT

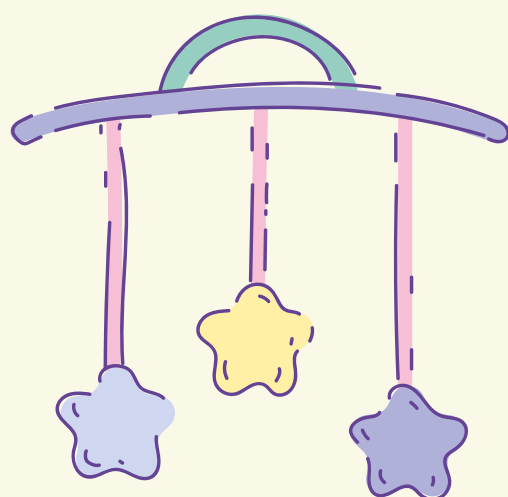
- Meist ist es übermüdet
- Ein fester Schlaf-Rhythmus ist wichtig
- Schlafzimmer genügend abdunkeln
- Vermeide Reizüberflutung im Schlafzimmer
- Nutze weiche Stoffe



3

## MEIN BABY SCHLÄFT NICHT DURCH

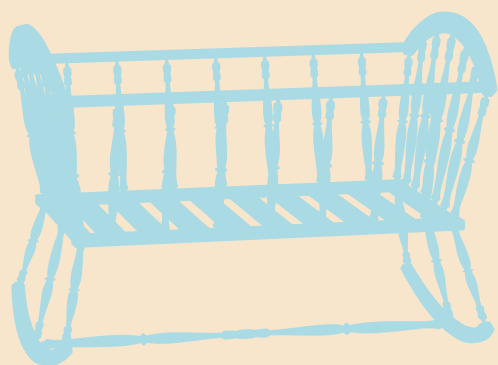
- Das ist weitestgehend normal
- Achte auf einen etwa gleichen Tagesablauf
- Gib deinem Baby tagsüber genug Ruhe



4

## MEIN BABY SCHLÄFT NICHT IM EIGENEN BETT

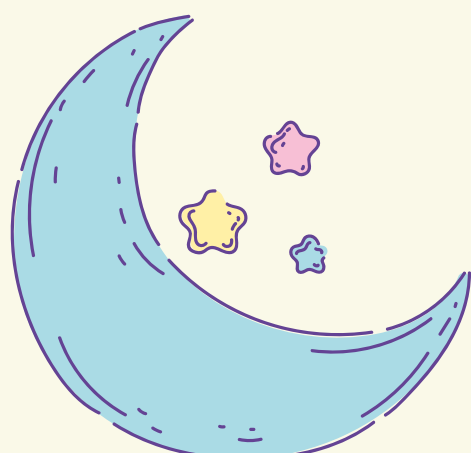
- Trennungsprozess von der Bezugsperson weitestgehend normal -> es ist ein klassischer Gewöhnungsprozess
- Spende deinem Kleinen solange Nähe, bis es einschläft



5

## MEIN BABY SCHLÄFT NACHTS NICHT EIN

- Dein Baby darf nicht übermüdet sein
- Achte auf Müdigkeitszeichen z.B. Augen reiben, sich ans Ohr fassen
- Achte auf täglich frische Luft & einen gleichen Tagesablauf



# MEIN BABY SCHLÄFT NICHT - WAS TUN? [9 TIPPS]

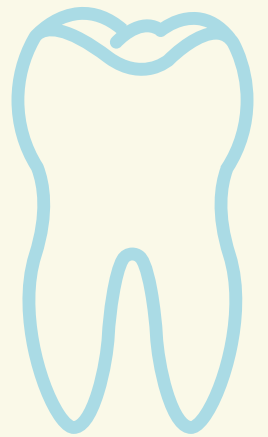
Natürlich entwickeln

by Shaline

6

## MEIN BABY ZAHNT UND SCHLÄFT NICHT EIN

- Nutze einen gekühlten Beißring
- Massiere die Zahngegend deines Baby
- Spende Nähe, bis dein Kind einschläft
- Bei sehr starken Schmerzen sprich mit dem Kinderarzt bzgl. Schmerzmitteln



7

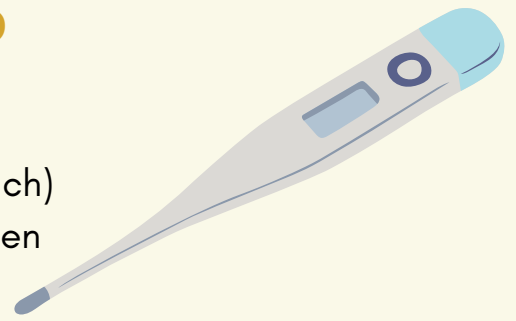
## WACHSTUMSSCHUB: MEIN BABY SCHLÄFT NICHT

- Spende Nähe und Berührung
- Warte, bis der Schlafdruck hoch genug ist
- Übe keinen Druck aus: Lass dein Kind dem Bewegungsdrang nachgehen bis es müde wird und begleite dann erneut in den Schlaf

8

## MEIN BABY IST KRANK UND SCHLÄFT NICHT

- Spende viel Körperkontakt (z.B. im Tragetuch)
- Erhöhte Luftfeuchtigkeit im Raum hilft gegen trockene Schleimhäute (z.B. Stoßlüften)
- Erhöhte Platzierung des Oberkörpers bei Erkältung
- Ätherische Öle (z.B. Lavendel, Thymian)



9

## MEIN BABY SCHLÄFT NUR BEIM STILLEN EIN - IST DAS OK?

- Ja, das ist völlig natürlich und okay
- Wenn du im Liegen stillst, warte bis sich dein Baby im Tiefschlaf befindet und löse es dann von deiner Brust



BESUCHE MEINEN ONLINEKURS "**DAS GEHEIMNIS RUIGER NÄCHTE**" FÜR WEITERE INFORMATIONEN:

<https://natuerlich-entwickeln.de/product/baby-schlaf/>