

知乎上提及最多的 62 种待产包物品

实用度逐个解析

来源：[买错了网](#)

关于待产包，网上讨论有很多，搜索待产包清单、待产包最全清单、×月待产包、夏季、冬季待产包，能搜出来很多网页，但真正能把待产包需要准备什么说清楚、讲完整的很少。即使很多新爸新妈提前做足了功课，但是真正到下单的时候，又迷茫该怎么选，选哪个，买多少，多了怕用不上，少了怕不够用。

这篇待产包购买攻略，一是总结了自己的经验，二是总结了知乎、豆瓣、什么值得买、小红书等等网站上大家的分享，尽可能完善的。

本文很长，但都是干货，耐下心来认真阅读，胜过你百度搜索一下午。

开始准备待产包

首先摆正自己准备待产包的心态

在准备待产包的时候，有的人喜欢一股脑不加思索的看见什么买什么，有的人喜欢精打细算，希望买的东西都很实用，并且数量刚刚够用。

不论是前一种，还是后一种，都是不可取的。第一次做爸爸、妈妈，没有经验，很难真正把握得住产妇、宝宝究竟需要些什么，虽然有很多人分享自己的经验，有可取之处，但生孩子这种事毕竟是很私人的体验，更不要说每个宝宝都有自己独特的个性了。不同的人感受不同，需求不同，也就造成了你在很多地方看见同一种待用品有人说好用，有人说没用的现象。

在准备妈妈待产包的时候，可以参考妈妈的个性，是粗糙一点儿的性格呢，还是比较娇气的那种，前一种有些东西能将就就将就也无所谓，后一种则尽可能心疼点儿吧。

至于宝宝的物品，则考虑后期带宝宝的是谁，如果是个大大咧咧的人，就多准备一些东西，像什么食品温度计、水温温度计之类可有可无的都得准备，避免粗心造成宝宝受伤；如果是个细心，有耐心的人，有些东西则可以少备一些。

根据经济条件准备待产包

本文中推荐的品牌，都是国内外知名的母婴品牌，价格比起同类产品来说，可能要贵一些，甚至有的会贵不少。之所以推荐这些品牌，是因为这些品牌不论是在知乎、豆瓣、小红书等等网站被提及的概率、评价都很高，闭着眼睛买也很难出错。

但这样对那些条件一般家庭可能并不是那么友好，毕竟如果严格按照本文的攻略去购买，几千轻轻松松就花掉了。针对这类家庭，我的建议是，妈妈和宝宝的用品，如果不会直接影响到他们的身体健康，可以选择一些小品牌的，能省一点算一点。

不过，我还是建议宝宝的用品买好一点的，毕竟宝宝才来到这个世界，身体素质、抵抗力都不如大人的好。

文中提到的东西，不是全部都必须得准备，虽然有实用指数，但也只是针对大多数人而言。每样东西，我都仔细描述了其使用的场景，你可以幻想一下在同样的场景下，自己是否用得着，再酌情购买。

几个月开始准备待产包

待产包建议在怀孕 7 个月的时候就要着手准备了，这样的话有充足的时间精挑细选，而且即使遇到突发情况身边也有一个随时就能带走的待产包，要安心不少。最迟，也要在预产期前一个月准备好待产包。



强烈建议尽早准备，因为万一遇到需要提前破腹的情况，这个时候需要操心的事情太多，几乎不会有多少时间给你去选择待产用品。

另外，不太建议去育婴店购买。一个是育婴店的产品价格飘忽不定，水很深，二是育婴店的产品鱼龙混杂，很多育婴店几乎没有多少真正大牌的婴幼儿产品，有也不会推荐，反而力荐的是一些利润高却很一般的东西。反正我去的不少育婴店都是这样。

钱物证件要提前准备好

父母双方身份证、准生证、医保卡、孕妇保健手册（围产卡）、所有产检报告、现金和银行卡、手机及充电器、记事本和笔、干、湿纸巾、补充体力的零食（巧克力面包、士力架之类的）、饮料（尖叫之类的维生素饮料）

证件类的东西尽量放在一两个文件袋中，避免丢失。

其中身份证可以提前多复印几份，除了住院需要之外，后面给宝宝上户口也是需要的。顺便说说新生儿怎么上户口，宝宝上户口除了父母双方的身份证原件、复印件，还需要双方的结婚证原件、复印件，双方的户口本原件、复印件（复印首页和父母各自的那一页），出生医学证明（宝宝出院的时候医院出具）的原件、复印件。在整理证件的时候，可以连同这些一起整理出来，方便后面办理户口。

记事本和笔，主要是用来在住院的途中，可能需要记录一些数据，比如有的产妇可能会被要求记录尿量之类的。虽然可以随时告知护士尿量，但自己要是带了纸笔，不方便告知的时候，可以暂时自己先记录一下。

另外，由于住院的时候，需要家人陪护，根据医院的条件不同，有的可能还需要为陪护的人员准备被子、衣物，甚至是锅碗瓢盆之类的，方便后期给产妇熬汤什么的。

预产期前一周，就把所有需要的证件和待产包归置到一起，并把待产包收纳的地方告知家人，安排好家里近期的事务，同时确认不同时间段到医院的最佳线路，同时随时要有人陪伴。一有动静就马上去医院，要是发现羊水破了，就平躺，拨打 120 等待救援。

最后，去理个发吧，后面月子里很长一段时间洗不了头，也蛮痛苦的。

陪产、月子里干什么

其实不论是陪产的新爸，还是坐月子的新妈，这段时间都几乎没有多少事做，建议利用这个难得的空闲时间，适当的阅读一些育儿方面的书籍。第一次做爸妈，没有经验是可以学习的。书籍的话，不建议直接在淘宝或者京东瞎买，因为育儿类的书籍，太多的是东拼西凑的了，可以先上豆瓣看看书评，或者[戳这个链接](#)，看看知乎上大家的推荐。

如果你离预产期还有几个月，正在家待产，那么更方便阅读一下这些书籍了。

妈咪的待产包

● 哺乳家居服 | 实用指数：★★★★ 住院携带指数：★★★

虽然住院的时候，医院会提供统一的病号服，但是在产后如果能穿上哺乳衣会方便得多。一是尽可能的少露出肌肤，避免不必要的尴尬，二是天冷的话，如果衣服没有开口直接掀起 来哺乳，肚子和心口很容易着凉，如果生病了反而得不偿失。出院后，在家坐月子的时候，穿哺乳衣或者是前开扣的睡衣，其实都很方便，但要是外出的话还是哺乳衣更方便一些。

哺乳衣一般有三种开口的方式：交叉式、上下式、侧面开口式。交叉式和上下式适合妈妈坐着喂奶，而侧面开口式则适合躺着喂奶。建议三种开口方式的哺乳衣都先准备一件，因为产后一周妈妈的排汗量极高，起码要准备三件轮替着换洗用。

选购的时候有几个要点，一是材质为纯棉的，不仅透气，而且柔软、吸汗、耐洗，而且被宝宝细嫩的皮肤接触到也很舒服。二是尽量选择浅色的，这样脏了容易发现，避免宝宝接触到。三是冬季款尽量不要选择内里带绒、带毛并且贴身穿的那种哺乳衣，因为透气性不佳，而且月子里爱出汗，绒毛容易沾汗，即便透气效果很好，也容易闷。



另外，最好选择裤子是那种可以自己调节松紧的哺乳套装家居服，因为产后肚子有一个恢复缩小的过程，选择可以自己调节松紧的裤子更加实用。颜色的话，浅色最佳，因为浅色的脏了最容易被发现，以便及时更换，避免哺乳时宝宝吸入脏东西。

购买建议：如果条件允许，还是准备一些比较好，可以提升哺乳体验。

品牌推荐：[台湾的妈妈喂](#) | [日本的千趣会](#) | [英国嫚熙](#) | [国内的乔尼雅](#)

● 哺乳巾 | 实用指数：★★★ 住院携带指数：-

功能和哺乳家居服差不多，主要是为了避免在人多的时候哺乳的尴尬。哺乳巾有点儿像一条大大的围裙，哺乳的时候可以把宝宝完全遮挡住。使用过程中注意不要捂住宝宝的口鼻。

购买建议：虽然不是必须得有，但的确一定程度上可以提升哺乳体验，不过喜好与否还是看自己。

品牌推荐：[可优比](#) | [纽贝乐](#)

● 哺乳文胸 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★

哺乳文胸是一种专门设计给需要哺乳的妈妈们的一种内衣，可以一定程度上避免妈妈的乳房下垂，而且对促进乳汁的分泌和提高乳房的抗病能力都有好处，也能保护乳头不受擦伤和碰疼。

哺乳文胸一般有三种开口方式：全开口式、开孔式、前扣式。全开口式哺乳文胸的罩杯仅以钩环钩于肩带，要哺乳时罩杯可完全向下掀起，露出整个乳房；开孔式的则罩杯掀起时，只露出乳头、乳晕极其周围，遮蔽性较高；前扣式的扣钩在前面，方便用一只手解开文胸。（更详细的哺乳文胸选购指南参考：[《哺乳内衣选购指南 | 从哺乳内衣的款式、品牌、选购要点，到何时穿、怎么穿》](#)）

购买建议：因为从怀孕到最终宝宝出生，乳房的尺寸和下围都会有所增加，所以要根据个人情况选择比平时大一两码的。数量的话至少需要两三件用于换洗，特别是后面奶阵的时候，如果防溢乳垫侧漏了，会打湿文胸。

品牌推荐：[加拿大的 Bravado](#) | [台湾的妈妈喂](#)

提醒，Bravado 假货多，建议通过正常渠道购买。

● 防溢乳垫 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★

先普及一下奶阵的知识，奶阵是指女性在哺乳时期，突然乳房感到有几根茎隐约膨胀而伴有轻微胀痛，随即就会有奶呈喷射状或快速滴水状流出，奶阵易发生在婴儿每次吃奶前或婴儿

吸吮几分钟后。为了避免奶水浸湿衣物，需要把防溢乳垫垫在内衣里面，可以吸收溢出的奶水。



防溢乳垫分两种：一次性的和可重复使用的。一次性的干净、卫生、使用方便，特别是外出的时候，但是成本略高。而可重复使用的，是指那种可水洗的溢乳垫，经济实惠，但是需要勤换勤洗，有时会有细小棉毛会沾在乳头上。

购买建议：**尽量选择材质薄，吸水性好，而且外面有层防水膜和防滑胶带，一次性独立包装的。**每次喂奶之前，先清洗乳头，哺乳后更换新乳垫，每隔 3~4 个小时更换一次，以免滋生细菌。一次性的和可重复使用的各一两盒就行，不要囤货，产后根据奶水量多少再囤也不迟。

品牌推荐：[美国 Lansinoh](#) | [德国 NUK](#) | [日本贝亲](#) | [英国飞利浦新安怡 AVENT](#)

● 乳头保护霜 | 实用指数：★★★★ 住院携带指数：★★★★

在喂奶的时候，宝宝会咬破妈妈的乳头，甚至出血。**喂奶结束以后，及时涂抹乳头保护霜可以缓解疼痛，同时促进伤口愈合。**如果没有乳头保护霜，也可以挤出点儿乳汁涂抹，因为其中含有修复蛋白和抗体，也能促进乳头恢复。乳头保护霜一般都是用羊毛脂做的，很多人担心擦过以后，在宝宝吸奶时会被吃进嘴里，会不会有安全的风险，关于这个，在[《羊毛脂是什么，是否有害，以及用它做的乳头保护霜可以吃吗？》](#)里面有过详细的分析。

购买建议：一瓶就行，后面不够再买。

品牌推荐：[美国 Lansinoh 纯羊脂乳头保护霜](#)

● 乳头矫正器 | 实用指数：★★★ 住院携带指数：★★★

乳头矫正器，又叫乳头内陷矫正器，是一种矫正内陷乳头的简易装置。使用的时候只需将乳头套入乳头矫正器上的环状塑料套内，透过温和的吸力，乳头矫正器可以将乳头拉出。将乳头矫正器塞入胸罩内，白天和晚上均可使用。持续数周的治疗，乳头可以矫正成正常突出状。

购买建议：根据自身实际情况，如果没有乳头内陷的困扰，无需准备。

品牌推荐：[Lansinoh](#) | [贝亲](#) | [新安怡](#) | [美德乐](#) | [小白熊](#) | [洁莱康](#)

● **吸奶器 | 实用指数：★★★★ 住院携带指数：★★★★**

协助妈妈把奶泵出来的一种工具，有手动、单边电动、双边电动三种，一般来说价格递增。

手动吸奶器完全依靠腕力按压，和使用喷水壶差不多，但是每次使用一般要连续按压 30~40 分钟，由于一天需要挤奶好几次，所以十分累人。

单边电动吸奶器，是指依靠电机的吸奶器，但只能吸一侧，吸完以后再吸另外一侧，省力，但是不省时，同手动差不多，一次需要 30~40 分钟。

双边电动吸奶器则是依靠电机，但同时能吸两侧，所以不但省力还很省时。

购买建议：不同品牌价格差异较大，大品牌的手动吸奶器可能比小品牌的单边电动还贵。如果不介意价格，直接上双边电动，如果经济条件一般，就小品牌的单边电动，实在不是很推荐手动，因为实在是太累了。关于这三种吸奶器更详细的介绍、分析，以及选购的要点在[《电动吸奶器选购指南》](#)中有说过，品牌则看[《吸奶器什么牌子好 | 口碑销量最高的 14 个国内外吸奶器品牌推荐》](#)另外，可以顺便先看[吸奶器的使用教程](#)，如何提高奶量等等。

品牌推荐：[美德乐](#) | [新安怡](#) | [Lansinoh](#) | [贝瑞克](#) | [好女人](#) | [贝亲](#) | [小白熊](#) | [新贝](#) | [好孩子](#)

- **母乳保鲜袋 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：-**

吸奶器吸出的奶水，如果量比较多，可以暂时用母乳保鲜袋收集起来，然后放冰箱保存。

母乳保鲜袋分为直立型和平放型，个人觉得平放型更方便收纳，对空间的利用更加合理一些。当然，除了保鲜袋，也可以选择母乳储存瓶或者玻璃瓶。

购买建议：前期准备一盒就行，后面再根据自己奶水量适当补充。

品牌推荐：[美德乐](#) | [Lansinoh](#) | [贝亲](#) | [新贝](#) | [十月结晶](#) | [子初](#)

- **乳房冷热敷垫 | 实用指数：★★ 住院携带指数：★★**

乳腺堵塞是产后产后最常见的问题之一，严重点的可能会导致乳腺炎。热敷可刺激乳汁分泌，使乳腺通畅；利用冷敷效果可降低疼痛感，但长时间使用会抑制乳汁分泌。

购买建议：乳房冷热敷垫其实不是必备品，用毛巾完全能代替，只是乳房冷热敷垫保温时间更长，一定程度上能提升哺乳的体验。另外，刚生产完的时候，别猛吃下奶汤。如果有点堵奶就得赶紧吸空和热敷，不要偷懒。

品牌推荐：[Lansinoh](#) | [十月结晶](#) | [子初](#) | [小雅象](#)

- **月子帽 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

产后防止头部被风吹到的帽子。注意季节的不同，购买的帽子厚度也不同，不要买错了。

购买建议：也不一定就必须得是月子帽，如果家里有其他帽子，可以代替的话也很好。

品牌推荐：并没有特别的品牌值得推荐

- **内裤 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

产前见红，产后恶露很容易弄脏裤子、被子，所以需要多准备一些内裤。有一次性的内裤，但一定要选大品牌的全棉灭菌内裤，以免引起感染。

其实很多人在产前、产后几天都没怎么穿内裤的，直接用的护理垫，方便消毒、清洁。但是下床活动的时候，坐月子的时候会用到。

购买建议：一次性内裤买一包就行，但一定要先弄清楚型号。顺产的话选大一点宽松点儿的，舒服一些；破腹产的话不要选太大，否则可能会造成内裤的边缘刚好勒在伤口上。另外，纯棉的普通内裤也要准备 3~4 条。除此之外，还要准备拖鞋、袜子、外套。因为难免有时要透个气，而且出院的时候也需要，注意拖鞋一定要防滑。

品牌推荐：[全棉时代](#) | [开丽](#) | [子初](#) | [十月结晶](#) | [碧安适](#)

- **产褥垫 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

破水必备，待产见红 | 内检 | 产后恶露都得用。有的医院会提供，或者是要求买医院里面的，产前的时候可以咨询好，避免重复购买。当然，即使囤多了也没事，后面可以当宝宝换尿不湿的垫子。

购买建议：至少 20 片，多准备好过少准备。大中小码的都得准备，前期恶露较多的时候用大码的，中后期量少以后就用中、小码的了。

品牌推荐：[全棉时代](#) | [开丽](#) | [三洋](#) | [子初](#) | [十月结晶](#) | [哇爱](#)

- **卫生巾 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

月子期，其实就是一个月甚至更长时间的姨妈期，需要卫生巾吸收产后恶露。

购买建议：其实不用非买产妇用的卫生巾，平时常用的品牌也行。其中夜用的一两周多；中长号的用一周多；小号用一周多；护垫|迷你最后几天用。

品牌推荐：[三洋](#) | [苏菲](#) | [高洁丝](#) | [子初](#) | [十月结晶](#) | [开丽](#)

- **产妇专用一次性马桶垫 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

住院的时候，出于卫生的考虑，上厕所的时候会用到一次性马桶垫。

购买建议：一般一包就足够了。

品牌推荐：[开丽](#) | [子初](#) | [倍安适](#)

- **防妊娠纹按摩油 | 实用指数：★★ 住院携带指数：-**

根据丁香医生的说法，妊娠纹有的人会长，有的人不会，和基因有关系。而防妊娠纹按摩油并真正的防止妊娠纹的产生或者消除，倒是对孕期的皮肤瘙痒有一定的缓解作用。

购买建议：其实这东西一般在孕期就开始使用了。

品牌推荐：[德国维蕾德 WELEDA](#) | [Earth mama 地球妈妈](#) | [美国 palmer's 帕玛氏](#)

- **收腹带 | 实用指数：★★★ 住院携带指数：★★★**

宝宝出生后，由于产妇的身体虚弱，体内各韧带弹性没能立即恢复，很容易产生内脏下垂，赘肉增多，身材走形的现象。要是破腹产的话，肚皮上还有一条长长的口子，加之孩子出生，肚皮会耷拉下来。**收腹带则可以保护伤口，帮助机体支撑内脏器官，加速子宫恢复，防止器官，小腹下垂等。**

收腹带的种类有很多，比如松紧带式、内裤式、腰带式，但基本原理都是一样的，都是由高弹橡筋制成，通过将腹部赘肉压迫在小的范围内，以保持身体的曲线。具体说来，根据生宝宝方式的不同，又分为顺产专用束腹带、剖腹产专用束腹带、产后专用加强型束腹带、纱布束腹带、普通束腹带、功能性束腹带等多种类型。

购买建议：根据自己的生产情况选择，准备 2~3 条以便清洗更换。

品牌推荐：[十月妈咪](#) | [六甲村](#) | [三洋](#) | [全棉时代](#)

● 哺乳枕 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★

哺乳枕又叫做授乳枕头，在妈妈给宝宝哺乳时可以把宝宝包裹在里面，宝宝吃奶时可以采用不同姿势躺在哺乳枕上面。哺乳枕主要特征为 U 型，当母亲在喂哺时将哺乳枕套在腰上，而挽抱婴儿的手臂垫在枕面，有效地减轻了手臂挽抱的疲劳。

哺乳枕是为了让哺乳时的母婴二人更加舒适而设计的。它可以矫正妈妈哺乳姿势；分担妈妈哺乳时宝宝的重量，让妈妈全身肌肉放松，也有利于乳汁的排出；还可以防止因长时间哺乳引起的手腕痛、颈椎及肩背劳损。

需要注意的是，哺乳枕只能用于婴儿哺乳使用，绝对不能作为婴儿睡眠的枕头，更不能为了固定婴儿的头部而把它卡在婴儿头上，可能会造成窒息。

购买建议：准备一个就行。

品牌推荐：[Chicco Boppy](#) | [贝思奇](#) | [joyourbaby](#) | [小雅象](#)

● 其他 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★

饭盒、筷子、杯子、勺子、吸管杯或带弯头吸管，产后不能起身时，可用吸管喝水、喝汤，很方便。吸管的话，粗的细的都准备好，如果只有粗的，刚出来的产妇可能没有力气吸上来。

脸盆、脚盆、洗屁股盆，纯棉毛巾、小方巾若干条，注意区分颜色，不要都是一个色的，以免用的时候用混了。

牙刷，虽然很多老人说坐月子的时候不能刷牙，其实是可以的，但一定要用软毛的，推荐狮王的软毛牙刷。同时也要准备漱口水，因为有可能会有几天她完全没有力气起床刷牙。

梳子、镜子、头绳，毕竟女人还是爱美的。

洗手液、肥皂、洗涤剂这些也准备一点儿，毕竟要在医院至少呆几天呢。

口罩，刚出生的宝宝抵抗力特别差，哪怕是后面的婴儿期抵抗力都很差的，而来看望的亲戚朋友又很多，很多人是感冒了却没有任何症状，但是却携带了流感病毒，所以，提早要在家里准备好口罩，自己家里人和客人有必要的话都可以戴上，特别是感冒高发季节。购买口罩的话，注意分清是不是医用口罩，是不是能够防止病毒传播的那种。品牌的话，像海氏海诺、3M 等等，不要买太便宜的，我比较过价格，最便宜的也得要一块多一张。

隔音耳塞，如果是住的单间还好，多人间病房的话，会很嘈杂。不论是产前还是产后都需要很好的休息，准备个隔音耳塞会好很多。详细的参考[《隔音耳塞哪个牌子比较好，7 款国际大牌耳塞大比拼》](#)。

宝宝待产包

● 奶瓶 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★

奶瓶按照材质分类的话，有高硼硅玻璃的和塑料（PPSU、PES、PP）的，按口径分有宽口、标准口径两种，按容量的话一般分为 120ml 和 240ml。

从新生儿角度出发，建议选择玻璃材质的。口径的话，宽口、标准各有各的好处，详细的可以戳 [《奶瓶什么牌子好？从 8 个角度深度解析奶瓶的选购》](#)，专门对奶瓶进行了很深度的讨论。

购买建议：如果是纯母乳喂养，先 120ml 和 240ml 的各准备一个就行，后面如果需求可以再添置。奶粉喂养的话，可以先 120ml 和 240ml 各准备两个，方便替换着用，特别是晚上经常会因为疲惫来不及清洗奶瓶。至于品牌，强烈建议选择下面几个品牌，看似简单的奶瓶，其实蕴含了不少的技术。

品牌推荐：[NUK](#) | [Born Free](#) | [贝亲](#) | [新安怡](#) | [布朗博士](#)

● **奶瓶刷 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

宝宝喝完奶以后，尽量立刻清洗，不然附着在奶瓶壁上的奶粉会变硬，清洗起来更麻烦，而且立刻清洗也给奶瓶晾干、消毒争取了时间。[奶瓶清洗，使用专门的奶瓶刷会方便很多，奶瓶刷有海绵的、尼龙的，还有硅胶的。](#)

购买建议：可以在购买奶瓶的商家一并选购，或者去别家购买，现在网上有很多套装的奶瓶刷，各种清洗工具十分丰富，而且也很便宜。

品牌推荐：[与奶瓶品牌的一样或者到超市散买其他牌子。](#)

● **奶瓶清洗剂 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

不论是母乳还是奶粉里面都含有油脂，喂过奶以后瓶壁上黏糊糊，如果只是热水冲洗的话，基本上是洗不干净的，所以需要使用奶瓶清洗剂。

购买建议：奶瓶清洗剂尽量选择知名度高的大品牌，安全相对要有保障得多。数量一瓶就行，不够再买。

品牌推荐：[美国 babyganics](#) | [NUK](#) | [贝亲](#)

● 奶瓶架 | 实用指数：★★★★ 住院携带指数：★

奶瓶架是一种用于清洗奶瓶以后沥干水份的小架子，虽然是小东西，但蛮实用的。当然，沥干水份不是说只能用奶瓶架，如果有其他东西也可以代替。当然，也有人觉得因为空气污染，使用奶瓶架时会接触到外来空气，不卫生，这的话可以考虑奶瓶收纳盒，也可以沥水功能。

购买建议：奶瓶架也有大小之分，选购的时候注意一下。

品牌推荐：[德国 oidire](#) | [babycare](#) | [可优比](#)

● 奶瓶消毒器 | 实用指数：★★★ 住院携带指数：★

宝宝的奶瓶、餐具都是需要定期消毒的，如果经济条件允许，可以准备一个奶瓶消毒器，相对来说要方便很多。当然，这个东西算不得必需品，毕竟给奶瓶、餐具消毒的方式有很多，用水煮沸也可以的，只是稍微麻烦一点儿。

奶瓶消毒器一般采用的消毒方式有蒸汽高温消毒和紫外线消毒，但个人更倾向于蒸汽高温消毒的方式。

购买建议：建议选择那种有烘干功能的消毒器，因为这样可以在消毒的同时把奶瓶中的水滴清除掉，要方便不少。

品牌推荐：[NUK](#) | [贝亲](#) | [新安怡](#) | [小白熊](#)

● 温奶器 | 实用指数：★★★ 住院携带指数：★

小宝宝喝奶容易断断续续，无论是用吸奶器收集好的母乳还是冲泡好的奶粉都很容易就凉了，暖奶器能随时温奶，为妈妈们提供了便利。但需要提醒的是，泡好的奶恒温存放最好不要超过两个小时。

购买建议：温奶器的争议的蛮大的，有人觉得很有用，有人觉得没什么用，完全看各人的需求。

品牌推荐：[贝亲](#) | [新安怡](#) | [小白熊](#) | [苏格朗](#) | [babycare](#)

● 奶粉 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★

大多数人生产后并不是马上就可以下奶的，一般要几天甚至几周的时间，准备点奶粉或者是液体奶有备无患。

需要注意由于不同年龄大小的宝宝对营养的需求不同，所以奶粉是按照不同年龄阶段进行划分的：一段适合 0~6 个月的宝宝，二段 6~12 个月，三段 1~3 岁，4 段 3~6 岁，五段 6~12 岁。可能不同的品牌划分稍微会有点儿不同，购买时留意点儿。如果是早产宝宝，奶粉的话要选择早产儿奶粉，喂母乳的话可能需要添加母乳加强剂，听医嘱。

购买建议：由于奶粉开封以后保质期很短，一般不超过一个月，打算母乳喂养的话，这个时候就尽量买小罐的，虽然性价比更低。

品牌推荐：[荷兰牛栏](#) | [荷兰美素](#) | [德国喜宝](#) | [德国爱他美](#) | [美国美赞臣](#) | [雅培](#) | [惠氏](#) | [瑞士雀巢](#)

● 碗勺 | 实用指数：★★★★ 住院携带指数：★★★

宝宝的碗一般具有保温功能，而勺子的话，比起一般的勺子，边缘是软的，这样在使用的时候不怕划伤宝宝的嘴角。一般在给宝宝喂水、喂药的时候会用到，6 个月后开始添加辅食也会用到。

另外，在下奶前，给宝宝喂奶的时候使用软头勺子，这样可以避免有奶以后，宝宝只认奶嘴不认乳头。

购买建议：因为要直接入嘴，尽量选择大牌。

品牌推荐：[美国麦肯奇 Munchkin](#) | [Sassy](#) | [Nuby](#) | [thinkbaby](#) | [NUK](#)

- **洗发沐浴露 | 实用指数：★★★ 住院携带指数：-**

宝宝的皮肤很嫩的，洗发沐浴露要单独选择婴儿使用的，不要和大人的混用。选择的时候尽量挑那种配方温和，成分简单，知名度高的品牌。当然，宝宝 3 个月以内，平时使用清水就行；3 个月到 1 岁的话，每周用 1~2 次，其它时间用清水；1 岁以上，每 2 天使用一次。

购买建议：一定要选择知名的大品牌。

品牌推荐：[加州宝宝](#) | [德国施巴](#) | [美国 Aveeno](#) | [美国小蜜蜂](#) | [法国 mustela 妙思乐](#) | [欧润芙](#)

- **润肤霜 | 实用指数：★★★★ 住院携带指数：-**

根据《美国儿科学会育儿百科》的说法，婴儿一般是不需要润肤露的，除非皮肤特别干燥，可以在干燥的部位涂一点点，同时配合按摩，可以让宝宝感觉特别舒服。但注意不要用婴儿油，因为婴儿油的滋润和吸收效果都不如润肤露或者润肤霜。

购买建议：尽量选择配方温和、成分简单，知名度高的品牌，特别推荐加州宝宝金盏花面霜。买一瓶就足够了，不用多买，本身用得少，而且购买也很方便。

品牌推荐：[加州宝宝](#) | [德国施巴](#) | [美国 Aveeno](#) | [美国小蜜蜂](#) | [法国 mustela 妙思乐](#) | [欧润芙](#)

● 尿不湿 | 纸尿裤 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★

养娃必备，比起传统的尿布的，不用清洗、晾晒，十分的方便。而且，吸水、锁水能力都很强，只要更换及时，完全不用担心把宝宝捂着了。更换的时候注意室温，如果温度较低，可以用一条毛巾盖住宝宝的肚脐部位防止着凉。换好尿不湿以后，用手指将尿布边缘展开才能避免尿液侧漏弄湿衣服。

新生儿时期，一般 2 小时一换，每次喂奶前后、孩子大便后、睡觉前均需更换纸尿裤。婴儿时期，则 3~4 小时一换，再大一点 4~6 个小时换一次。

尤其需要注意的是，很多新爸新妈弄不清纸尿裤的型号，一般 NB 号适合 5 公斤以下的宝宝，S 号适合 3~8 公斤的宝宝，M 号适合 6~11 公斤的宝宝，L 号适合 9~14 公斤的宝宝，XL 号适合 12 公斤以上的宝宝。

购买建议：新生儿 NB 号的准备 3~4 包，婴儿发育得很快，千万不要胡乱囤货，不然可能到用的时候尺寸已经不够大了。

品牌推荐：[日本本土花王](#) | [日本大王](#) | [日本 Moony](#) | [妈咪宝贝](#) | [好奇金装](#) | [帮宝适特级绵柔](#) (注意花王假货很多，购买时多加甄别)

● 纱布尿布 | 实用指数：★★★★ 住院携带指数：★★★★★

夏天天气炎热，纸尿布捂着太热，或者是宝宝的红屁股严重的时候，白天可以使用纱布尿布，但要注意及时更换，消毒。

购买建议：先准备个 10 块左右，后面如果不够再添置。

品牌推荐：[小米米 minimoto](#) | [全棉时代](#)

● **隔尿垫 | 实用指数：★★★★ 住院携带指数：-**

给宝宝换尿布的时候，宝宝很容易尿尿或者拉，特别是小男孩，容易尿到自己脸上和身上。隔尿垫铺他身下再换防止尿湿床单。

购买建议：2 条就够了，方便换洗。

品牌推荐：无

● **婴儿湿巾 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

主要用来给宝宝擦屁股，吃奶后擦嘴的，特别是外出的时候，因为干纸巾擦屁股、擦嘴都容易吸收掉宝宝皮肤上的水分，使得宝宝皮肤干燥。但是注意，有的婴儿湿巾只能擦屁股，如果要擦嘴尽量选择那种婴儿手口专用的。擦屁股的话，如果有条件，建议还是用温水清洗比较好，但注意一定要先把便便擦干净再清洗。

虽然网上很多建议大家在选择婴儿湿巾的时候，要看配方、成分，但实际上由于国家要求湿巾只要列出主要成分即可，使得很多湿巾的成分看起来很美好，却有报道指出在实际检测中，很多婴儿湿巾检测出了很多其他成分。所以，在婴儿湿巾上看成分什么的其实没多大的作用，还是尽量选择大品牌吧，虽然大牌里面也只有 NUK 标注了全部成分。

购买建议：因为是易耗品，湿巾可以趁着活动多囤一些货，成箱囤吧。但前提是已经明确了选择哪个牌子，否则可以先各个品牌都试用一下。价格话，平时这些大牌的湿巾价格差别不是很大，倒是全棉时代的湿巾价格蛮贵的。

品牌推荐：[NUK](#) | [好奇](#) | [贝亲](#) | [全棉时代的棉柔巾](#)

● **护臀膏 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

因为婴儿的大小便会囤积在纸尿布上面，容易让宝宝娇嫩的皮肤得尿布疹，所以在日常对宝宝的护理中需要用到护臀膏。一般从宝宝生下来就得使用，所以务必提前准备好，宝宝皮肤娇嫩，所以选择的话还是尽量选择大牌的。

为了避免宝宝得尿布疹，要注意及时更换尿不湿，宝宝大便以后，先擦干净，然后用温水清洗，最后再适量的涂抹一些护臀膏在屁股上面。具体的操作方法，可以在网上搜一些视频来观看学习。第一次使用之前，可以先涂抹一点护臀膏在宝宝的大腿上，测试一下是否过敏。

购买建议：先买 2 瓶就够了，不用囤货，快用完的时候再买不迟。

品牌推荐：[美国 Desitin](#) | [德国 Bepanthen](#)

● **洗衣皂 | 洗衣液 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★**

宝宝的衣物是不能使用大人的洗衣液之类的东西清洗的，使用要准备一些婴儿专用的洗衣液、洗衣皂。

购买建议：虽然很多地方会推荐一些专门做婴儿产品的品牌，但这个东西我推荐还是选购传统的日化品牌的婴儿洗衣液、洗衣皂。另外，由于是易耗品，所以可以稍微多囤一点。

品牌推荐：[韩国 B&B 保宁洗衣液或洗衣皂](#) | [蓝月亮婴儿洗衣液](#)

- 脸盆、洗 PP 盆、澡盆 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★

出于卫生的考虑，建议给宝宝准备一个专用的脸盆、洗 PP 盆和澡盆。

脸盆、洗 PP 盆简单，小小的就行，也便宜，住院可以携带。

澡盆的话，如果家里有洗小孩的经验，普通浴盆就行，如果没有的话，尽量选择那种有澡盆架、托布，或者类似支撑的宝宝澡盆，怎么个洗法最好搜一些视频来看看。追求品牌、体验的话，可以选择 Okbaby 的澡盆、澡盆架，如果要外出旅行使用的话可以选择 Stokke Flexi Bath 折叠式浴盆。

新生儿洗澡的最佳时间是在两次喂奶之间，可以避免宝宝吐奶，切记喂奶后立刻洗澡。洗澡前先调整好浴室的温度，25°C 以上，特别是在温度较低的季节，然后给宝宝准备好更换的衣物、浴巾、纸尿裤、护臀膏、棉签、护脐贴、碘伏等，之后调整好水温在 38~40°C 为宜，再给宝宝洗澡。洗澡的时候，要保护好宝宝的眼睛和耳朵，新生儿还要注意肚脐。每次洗澡不要超过 15 分钟，洗澡的频率也不用太高，否则宝宝的皮肤容易干燥。

特别需要注意的是，洗澡的过程中不要使用浴霸，不要开浴室的灯，换句话说，不要有明显的光源，尽量使用散射光，否则宝宝很容易在洗澡的过程中眼睛追随灯光而成为斗鸡眼。

购买建议：选购澡盆的时候要考虑到收纳的问题，毕竟澡盆的不算小，澡盆不用住院携带，医院每天都会给宝宝洗澡。

品牌推荐：[Olkaby](#) | [Stokke Flexi Bath 折叠式浴盆](#)

- 护脐贴 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★

婴儿出生时，脐带会被剪断，结扎，留下的脐带根部一般在 2 周内会萎缩、脱落，最好才形成肚脐。护脐贴的话，一般就是洗澡的时候用一下，新爸新妈可能不太会用，可以浪费一片自己先摸索一下是怎么使用的，撕下来的时候注意力度，一定要轻柔。

肚脐消毒的话，一天 2~3 次，直至脐带残端脱落，刚脱落的时候，脐窝内会有少许分泌物，甚至脓性的，需坚持再消毒几天，并暴露局部（千万不要用纱布、护脐贴等覆盖着），一般再过 2~3 天脐窝会完全干燥。平时清理的话，如果是洗澡后，需要先用棉签将脐窝蘸干，如果有分泌物可以使用碘伏消毒，消毒后再用新的棉签蘸干。另外，不要仅局限在表面，要清理到脐带的根部，由于脐带残端已失去神经控制，清理时不会出现疼痛，但还是要轻柔。

购买建议：不用太多，一两盒就足够了。

品牌推荐：[开丽](#) | [贝莱康](#)

● **浴巾 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★**

浴巾的话，不用纠结太多，但注意不要选择太粗糙、掉毛的，要柔软，吸水的。推荐纯棉时代的纱布浴巾，是一大块纱布，秒吸水！另外好洗、易干、携带方便、柔软。

购买建议：一般 2 条就足够了，如果温度太低，不容易晾干的话，可以多备一点儿。

品牌推荐：[全棉时代](#) | [西松屋](#)

● **纱布方巾 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

平时给宝宝擦口水、擦乳汁、洗脸、洗澡的时候会用到。

购买建议：注意一定要是纱布的，最好有图案、颜色区分，否则很容易混用。要是实在外观一样，可以自己绣点什么做个标识。

品牌推荐：[子初](#) | [全棉时代](#) | [布比](#)

● **抱被 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

包被是一块四四方方毯子一样的东西，主要用来给宝宝保暖用的。而且新生宝宝的体形娇小，而且柔软，用抱被裹住以后，抱起来也更加顺手。待宝宝长大以后，还可以当作小被子使用。

抱被裹住宝宝以后，要注意宝宝的体温，不能太热了。判断宝宝的体温是否合适，不能以手脚的温度作为判断标准，因为婴儿的心脏较弱，四肢的供血不像成年人一样足够，所以会稍微凉一些，反而宝宝的手脚都非常的温热了的话，说明穿盖多了。一般判断宝宝是否穿盖合适，是通过摸他们的颈背处，只要是温热的就说明合适，如果出汗了，就穿盖多了。

购买建议：不建议提前准备太多，因为亲戚朋友来看宝宝的时候会送很多，提前准备 2 套就行。

品牌推荐：[aden anais 的多功能包巾](#) | [英氏](#) | [小米米](#) | [全棉时代](#)等

● **衣服帽子 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

新生儿本身很柔软，皮肤也很稚嫩，而且脐带残端没有脱落的话，在挑选衣服的时候尽量选择方便穿戴的，而且尽量避免有硬物的，像是带纽扣、拉链的上衣都不太建议。最方便的还是和尚服，新生儿的必备衣服。而且，如果有亲戚朋友送旧衣服更好，因为更加柔软，同时也不用担心衣服上残留有害物质。另外，如果是秋季、冬季出生的宝宝，还要准备帽子。

购买建议：各种码子的都可以准备点，因为宝宝长得很快，但不要太多，因为亲戚朋友会送，后面再添置也不迟。

品牌推荐：[珍妮和杰克 Janie and Jack](#) | [金宝贝 Gymboree](#) | [卡特 Carter's](#) | [Next](#) | [Crazy8](#) | [Mothercare](#) | [dave&bella](#) | [英氏](#) | [小米米](#) | [西松屋](#)

- 口水巾 | 围嘴 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★

用奶瓶给宝宝喂水、喂奶的时候，需要用口水巾垫在下巴下面，免得水、奶水流到宝宝的脖子上。

购买建议：如果是奶粉喂养的话，至少需要 10 块，如果是母乳喂养，至少 6 块，方便换洗。

品牌推荐：[英氏](#) | [全棉时代](#) | [好孩子](#) | [十月结晶](#)

- 儿童晾衣架 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★

宝宝的衣服尺寸很小，大人用的晾衣架完全不能套进去，所以必须得准备一些小号的儿童晾衣架。除了普通的晾衣架之外，还要准备一两个圆盘带夹子的晾衣架，好晾晒口水巾这些东西。

购买建议：至少 20~30 个小号的儿童晾衣架，1~2 个圆盘夹子晾衣架。

品牌推荐：无

- 耳温枪 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：-

耳温枪是用来给宝宝测量体温的，十分方便快捷，虽然比起一般的温度计价格小贵，但还是建议准备一个。

普通的温度计，检测一次要 5 分钟，宝宝不会老实 5 分钟的，一个电子的要 60 多，不如花 200 多买个耳温枪，5 秒出数，还准确，全家老小一起用，性价比还挺高的。

购买建议：尽量选着大品牌的。

品牌推荐：[德国博朗](#)

- **温度计 | 实用指数：★★★ 住院携带指数：★★★**

温度计的话，有三种：水温计、食品温度计、室内温湿度计。

这三种温度计其实被很多地方诟病过，吐槽说不用购买。但我个人的经验还是有必要，拿洗澡来说，最佳温度是 38~40°C，虽然说上下一点也没问题，但是新爸新妈很难把握的住水温究竟是多少。

再说食品温度，主要是用来给宝宝喂水、冲奶时检测水温的，冲奶粉的水温在 40~60 度最适宜（世卫组织的建议是 70°C），温度太高会损害奶粉营养。冲好奶粉后，等温度降到约 37 度时给宝宝喝。

同样的，很多人觉得用手背就可以大概感知温度，但我的经验这对很多人来说是个谬论。因为这种情况下感知温度有两种方式，一种是靠手腕感知奶瓶外壁的温度或者是滴上几滴在手背，前种是艺高人胆大，后种看似有道理，实际上滴几滴在手背上和全泼在手背上，同样的温度的水，感受却差异很大，更别说宝宝要喝下去了，滴几滴在手上，往往会低估真正水温。

当然，有丰富的经验以后，用手背、手腕是可以大概估摸出水的实际温度是多少的，但这对不少新爸新妈来说却是风险不小的挑战。

至于室内温湿度计就不说，用处也很简单，主要是用来准确判断宝宝该穿、盖多少的。

购买建议：除食品温度计要买好点儿以外，其他的一般的就行，不要选择水银温度计。

品牌推荐：[得力](#)

- **儿童指甲剪 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数： -**

宝宝出生便有指甲，很快就会开始乱抓，十分容易抓破自己的脸蛋，所以得给宝宝准备个指甲剪。儿童的指甲剪有几种，一种是剪刀式的，一种是指甲剪式的。

购买建议：个人觉得剪刀式的用起来更方便。

品牌推荐：[贝亲 Pigeon](#) | [日康](#) | [babycare](#)

● **喂药器 | 实用指数：★★★★ 住院携带指数：-**

给宝宝喂药是令很多爸妈头疼的事，好不容易喂进去，宝宝马上就给吐了出来，其实可以试试喂药器，喂药方便快捷不少。喂药器有很多种类，但主要有细管推药器、口腔注射器、橡胶头滴管、推压式滴管。

购买建议：个人觉得推压式滴管最好用，不建议橡胶头滴管的。不过也有很多妈妈觉得勺子最方便。

品牌推荐：[日康](#) | [babycare](#) | [好孩子](#)

● **婴儿专用棉签 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

对比起常见的医用棉签，婴儿专用棉签个头更小，而且一般都是两头棉，其中一头还是螺纹棉，相对来说更实用一些。棉签的用处很多，像是给肚脐消毒，洗澡后给女宝宝擦拭会阴时候都会用到。

购买建议：属于易耗品，可以多准备一些。

品牌推荐：[NUK](#) | [日康](#) | [哇爱](#) | [子初](#) | [十月结晶](#) | [好孩子](#)

● **保温杯 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：★★★★★**

保温杯有两个用处，一是用于平时外出的时候，给宝宝装一瓶热水，给宝宝冲奶粉或者是喂水喝，二是用保温杯给宝宝预存一些温度不那么高的水，便于直接冲泡奶粉或者喂水。

购买建议：保温杯属于必备用品，但不是那么着急必须马上就要，只是迟早得买。容量的话，600 ml 的最好，够用，但又不会太重。

品牌推荐：[象印](#) | [虎牌](#) | [膳魔师](#) | [富光](#)

- **妈咪包 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：-**

因为要带孩子外出的话，需要带上一大堆东西，尿不湿、奶粉、保温杯、奶瓶、衣物等等。所以一般还是需要一个专用的妈咪包，可以更好的归类、收纳这些东西。

购买建议：不用一味追求容量，能更好的归类收纳更为重要。

品牌推荐：[英国嫚熙](#) | [babycare](#) | [Five trucks](#) | [aardman](#)

- **婴儿床及床上用品 | 实用指数：★★ 住院携带指数：-**

根据自己家庭条件选择，好处是不用担心晚上睡觉压着宝宝，而且放在大床边也方便照顾宝宝。如果要购买婴儿床的话，先看看有没有亲戚朋友送个旧的，如果没有就选购原木无漆的。至少提前三个月买回家散味。如果准备了婴儿床，还需要准备挂袋、床围、床垫、床单、蚊帐，但不要用床铃。（推荐阅读：[婴儿床选购指南 | 详细说说婴儿床该不该买，怎么买，多大尺寸适合，什么牌子好](#)）

购买建议：切忌不要使用床铃，不要选择胶合板的。

品牌推荐：[Stokke](#) | [Graco](#) | [好孩子](#) | [小龙哈彼](#)

- **尿布台 | 实用指数：★★ 住院携带指数：-**

有人觉得有用，有人觉得没用，还是看各人的需求吧，毕竟站着给宝宝换尿布什么的，妈妈要轻松得多。

购买建议：不是必须，只是能提升带娃的体验。

品牌推荐：[honeyseed](#) | [史威比](#) | [泡泡熊](#)

- **遥控小夜灯 | 实用指数：★★★★★ 住院携带指数：-**

晚上宝宝总是不定期的哭泣、喂奶，如果有一个可以遥控的小夜灯要方便不少。而且夜灯的亮度不高，不会对宝宝产生强烈的刺激。如果不方便使用小夜灯，也可以将已有灯具更换可遥控的灯泡。

购买建议：根据自己的实际情况选择。

品牌推荐：[美的](#) | [欧普照明](#) | [飞利浦](#)

- **玩具 | 实用指数：★ 住院携带指数：-**

新生儿并不需要什么玩具，如果一定要买的话，就黑白卡片，因为宝宝的视力并不好，黑白卡可以对宝宝进行一些基本的追视训练。但是这东西并不急用。

购买建议：不需要多少玩具，实在要买就买黑白卡。

品牌推荐：[费雪](#) | [澳贝](#)

不建议装进待产包的东西

- **免洗洗发喷雾 | 跳坑指数：★★★**

功能主要是可以粗略的理解对头发进行简单清洗，但是不需要水，却能快速祛除掉头发上的油腻，使头发变得蓬松，效果十分明显，特别是针对女性的刘海。我们以前有介绍过它，戳[《英国 Batiste 头发干洗喷雾，油腻头发克星》](#)。

所以，我是不推荐它作为待产包的物品的，但很多待产包的文章有推荐它，所以我也顺便说说这玩意儿。使用它以后，可以暂时的缓解头发的油腻，但是一般需要当天洗掉。即使平时使用，也是作为应急之用，而坐月子医生一般建议半个月不洗澡，更别说洗掉它了。

- **吸鼻器 | 跳坑指数：★★★★**

鼻粘膜本身就是分泌腺，越刺激它，产生的分泌物越多。经常使用棉签或吸鼻器刺激宝宝的鼻粘膜，会出现更多的分泌物。使用吸鼻器，是正压抽吸过程，对鼻粘膜的刺激和损伤更大。

对鼻塞的婴幼儿，可能是鼻内分泌物阻塞所致，也可能是鼻内粘膜肿胀所致，后者在感冒时多见。可先用温湿毛巾敷鼻，易于排出鼻腔内分泌物。若鼻塞解除效果不满意，可用不含麻黄素的喷鼻药。然后用浸满橄榄油等油脂的面前涂抹鼻粘膜，减少分泌物分泌。

- **挖耳工具 | 跳坑指数：★★★★★**

宝宝的耳屎自己会掉出来，即使不掉出来，那么小的耳朵哪个妈敢自己弄！

- **宝宝防侧睡枕 | 跳坑指数：★★★★★**

这个枕头在美国其实已经被禁用了，不光没用不说，关键很危险，宝宝一旦改变睡眠姿势，就特别容易窒息。因为这种枕头而窒息死亡的案例也不少。包括乱七八糟的定型枕什么的，都特别不实用。。

- **新生儿小袜子、小手套 | 跳坑指数：★★★★★**

等你 42 天带宝宝体检的时候，医生就会告诉你带这些东西影响宝宝发育，你会追悔莫及！
怕宝宝抓脸就勤修指甲喽！

● 奶粉伴侣 | 跳坑指数：★★★

相信不少宝妈给孩子买过奶粉伴侣吧？商家们宣称说宝宝喝奶粉容易上火、消化不良，而添加了奶粉伴侣或者喝点清火宝后就可以解决这些问题了。真有这么神奇吗？

从营养和医学角度，没有依据应给“配方粉喂养儿”提供有助于奶粉消化吸收的伴侣性营养素。正常母乳或配方奶喂养，正常添加辅食，没必要添加“伴侣”。奶粉伴侣、清火宝等产品只会加重孩子的肾脏负担。

奶粉本身并不会导致上火，如果喝配方奶后出现大便恶臭、有奶瓣、胀气等消化不良现象，首先考虑是不是奶粉冲太浓了，或者奶粉成分中添加了过量的钙剂或 VD 而导致。

● 床铃 | 跳坑指数：★★★★★

很多人建议给婴儿准备床铃，特别是有准备的婴儿床的，但是，因为宝宝太小，视力还没有发育完全，使用不当，会造成宝宝一直盯着摇铃看，有让眼睛有发育成斗鸡眼的风险。

不是开玩笑，我身边有这样的案例，虽然小孩已经上小学了，但是还是没有完全治好，一直奔波在各地治疗，花了很多钱了。虽然床铃对宝宝发育略有好处，但是从风险、收益的角度来说，完全不值得！

顺便说一下，不论是寝室、浴室都不要有直接射入宝宝眼中的光源存在，特别是浴室的浴霸，稍不留神就可能造成宝宝斗鸡眼，严重的还可能失明。寝室的话，可以使用蚊帐，然后在蚊帐上放几张报纸，遮住光源。洗澡的话，可以提前先开浴霸，调整好浴室内的温度后，再带宝宝进入洗澡，同时关闭浴霸。

- 药物类 | 跳坑指数：★★★★★

很多地方在推荐待产包的时候，会说一些婴幼儿的常见用药，虽然大多是十分常见且安全度较高药物，但是，用药一定要遵医嘱。毕竟婴儿的体质远不如成人，耐药也远不如成人，而且由于婴儿发育不完全，身体结构异于成人，很多对于成年人来说是个问题的体征，对婴儿来说却完全正常。

医院的儿科门诊随时有医生候诊，不要为了贪图一时方便随意给宝宝用药，虽然概率很低，但是一旦发生，可能会毁掉整个家庭。

- 驱蚊产品 | 跳坑指数：★★★★★

几乎所有的驱蚊类产品都有年龄使用限制，特别是新生儿，新生儿只能使用蚊帐。像是常见的驱蚊贴这种东西不但没效果，而且质量参差不齐。关于驱蚊产品的使用建议，可以戳[《新妈必知 | 婴儿驱蚊液安全吗？带你了解是是非非的各种婴儿驱蚊产品》](#)。