



Nachtwäsche

In den letzten Schwangerschaftsmonaten ist es mit der ungestörten Nachtruhe für die werdende Mutter oft vorbei, sodass ausreichend Schlaf noch wichtiger wird. Nach der Geburt bestimmt dann der Stillrhythmus des Babys die Nächte.

Die Gründe für Schlafprobleme während der **Schwangerschaft** sind vielfältig. Nicht zuletzt macht der wachsende Bauch der werdenden Mutter mehr und mehr zu schaffen. Gegen Ende der neun Monate wird es für sie immer schwieriger, sich im Bett zu **drehen und zu wenden**, um eine bequeme Schlafposition zu finden. Umso ärgerlicher ist es dann, wenn der ersehnte Schlaf durch ein zu enges Nachthemd oder einen kneifenden Pyjama gestört wird.

Nachtwäsche mit viel Platz für zwei

Damit Sie sich nachts nicht eingeengt fühlen, benötigen Sie **Nachtwäsche**, die genügend Weite bietet und Sie zudem mit weichen Materialien verwöhnt. Nachthemd und Pyjama sollten mit Bauch und Brust problemlos mitwachsen können. Ideal sind z.B. Pyjamahosen mit Kordelzug, da sie an jede Bauchweite angepasst werden können.

Mit Nachtwäsche auch nachts bequem stillen

Hochwertige Schwangerschafts-Nachtwäsche können Sie nicht nur in den Monaten vor der Geburt, sondern auch in der **Stillzeit** danach tragen. Dafür sorgen unsichtbar eingearbeitete, leicht zugängliche Stillöffnungen, mit denen Sie die Brust schnell freimachen können und die Ihnen die Handhabung beim **Stillen** enorm erleichtern. Weder müssen Sie sich mitten in der Nacht ausziehen, noch müssen Sie Ihr Nachthemd oder Pyjama-Oberteil hochziehen und umständlich unter dem Arm verstauen. So braucht Ihr **Baby** nicht lange auf seine Mahlzeit warten und wird danach satt und zufrieden weiterschummern.

Autor: Redaktion / Diana

Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ Die Brust nach der Geburt. Warum ein Still-BH?
- ▶ Brustpflege in der Stillzeit
- ▶ Nur zu Hause und trotzdem überfordert?

[zum Artikel Nachtwäsche](#)