

Checkliste Kliniktasche

Viele werdende Mütter sind sich unsicher, was sie für einen Aufenthalt in der Klinik benötigen.

Daher finden Sie hier alle wichtigen Informationen darüber, was in Ihrer Kliniktasche nicht fehlen darf...

Dokumente und wichtige Unterlagen

- Mutterpass
- Krankenversichertenkarte
- Familienstammbuch (wenn Sie verheiratet sind)+
- Geburtsurkunde

Für Sie

- Bequeme Nachthemden (vorne zum Knöpfen fürs Stillen) oder mehrere weite kuschelige T-Shirts (auch für den Kreißsaal)
- Baumwollslips
- Dicke Socken (viele Frauen bekommen kalte Füße während der Geburt)
- Hausschuhe
- Badeschuhe
- Still-BH (vermutlich zwei Nummern größer)
- Stilleinlagen
- Waschlappen, Handtücher
- Körperpflege- und Kosmetikartikel (am besten unparfümiert)
- Bei langen Haaren: Spange oder Gummiband
- Evtl. Lieblingsmusik oder Playlist
- Evtl. eigenes Stillkissen

Während der Geburt

- Traubenzucker, Bonbons, etc.
- Snacks (Müsliriegel etc.)
- Getränke
- Lippenpflegestift (viele Frauen bekommen trockene Lippen durch das bewusste Atmen)

Für die Heimfahrt

- Kleidung, die Ihnen ungefähr im 6. Monat gepasst hat

Für die Begleitperson

- Bequeme Kleidung evtl. Wechselkleidung
- Snacks und Getränke (Schokolade, Kekse, Obst, etc.)
- Telefonnummern von wichtigen Personen
- Fotoapparat oder Videokamera

Für das Kind

Für den Klinikaufenthalt bekommen die Babys alles Nötige von der Klinik gestellt...

- Body oder Hemd und Höschen
- Strampelanzug
- Je nach Wetter: Jacke oder Overall
- Mütze
- Decke
- Tragetasche oder Babyschale fürs Auto