


Checkliste für Deine Kliniktasche

Als praktisches PDF direkt zum ausdrucken.

 Diese wichtigen Unterlagen solltest Du dabei haben:

- Mutterpass
- Krankenversicherungskarte
- Personalausweis
- Einweisungsschein Frauenarzt
(wenn vorhanden)
- Allergiepass (wenn vorhanden)
- Geburtsurkunde wenn Du ledig bist
(Hier dann auch nicht die Vaterschafts-
anerkennung vergessen)
- Familienstammbuch wenn Du
verheiratet bist

 Das braucht Dein Baby:

- Strampelanzüge 50 / 56 -
Wartungsfreundlich - lassen sich vorne
Auf- und zumachen
- Erstlingsmütze (Baumwolle) und ganz
wichtig, nicht zu eng!
- 2 - 3 Bodys (Lang- oder kurzarm, je nach
Jahreszeit
- Erstlingssöckchen
- Windel für den Nachhauseweg
- Babydecke (Dicke je nach Jahreszeit)
- Jacke, Größe 50 / 56
- Babyschale für das Auto - Funktionsweise
schon vor der Heimfahrt ausprobieren

 Für Dich als werdende Mama gehört in die Tasche:

- Waschlappen /Schwamm
- Handtücher
- eventuell Bademantel
- Bequeme Hausschuhe
- Socken
- Hygieneartikel
- Bequeme Hose. Am besten Jogginghose
mit elastischem Bund oder Hausanzug
- Für die Geburt lange T-Shirts oder ein
weites Nachthemd oder Schlafanzug
zum aufknöpfen
- Stilleinlagen - Nach der Geburt sollten
sehr saugstarke verwendet werden
- Schwangerschaftsunterwäsche, Slips aus
kochfester Baumwolle
- Still BH's - 1-2 Cups größer als normal,
ohne Bügel
- Binden für den Heimweg (Keine
Tampons!)
- Bequeme Kleidung für den Heimweg -
Z.B. Jogginganzug
- Schlafanzug oder lange Nachthemden
die zum Stillen aufgeknöpft werden
können
- Brille

NICE To have:

- Kamera für die Tage in der Klinik
- MP3 Player für Musik
- Was zum lesen
- Kleingeld
- Handy
- Stift und Papier
- Verpflegung für die Geburt (Obst, Saft,
Tarubenzucker, Müsliriegel

 Bitte informier Dich bei der Anmeldung im Krankenhaus aber noch mal, was es dort vom Krankenhaus gibt und gleiche diese Infos mit Deiner Liste ab.