



Was gehört in die Kliniktasche?

Für den Kreißsaal

- Ein altes langes T-Shirt oder Nachthemd, evtl. eine lockere bequeme Hose
- Dicke warme Socken
- Bei langen Haaren ein Haargummi
- Traubenzucker, Obst, Schokoriegel (für schnelle Energiezufuhr)
- Verpflegung für die Begleitperson
- Mutterpass, Personalausweis, Versichertenkarte, evtl. Einweisungsschein des Frauenarztes
- Familienstammbuch, bzw. Geburtsurkunde beider Eltern und die Vaterschaftsanerkennung
- Bequeme Hausschuhe
- Evtl. ein Fotoapparat
- Waschlappen und Handtuch sowie übliche Toilettenartikel

Für die Wochenstation

- 6-8 große kochfeste Baumwollslips
- 1 Still-BH, ca. 2 Cups größer als üblich
- Bademantel
- Mehrere Waschlappen und Handtücher
- Ca. 2 Schlafanzüge oder Nachthemden (vorne zu öffnen)
- 2 Paar Wolle-Seide-Stilleinlagen und ca 10 Paar Einmalstilleinlagen
- Kulturtasche mit üblichem Inhalt
- Bequeme Kleidung für den Aufenthalt (Jogginghose, bequeme T-Shirts etc.) ca in der Größe des 6. Schwangerschaftsmonats und bequeme Kleidung für den Weg nach Hause
- Evtl. weiche Monatsbinden
- Etwas Geld
- Schreibutensilien und eine Uhr (z.B. Armbanduhr, Wecker, Handy)
- Telefonnummer der Nachsorgehebamme und der wichtigsten Angehörigen

Für dein Baby

- Eine Garnitur bestehend aus Body, Strampler, Jäckchen (Dicke je nach Jahreszeit), Mützchen
- Eine Wolldecke (je nach Jahreszeit)
- Spucktücher
- Autositz, Kinderwagen oder Tragehilfe

Die Utensilien für das Baby müssen nicht direkt zur Geburt mitgenommen werden, sondern erst zu dem Tag der Heimfahrt.