

Checkliste für die Kliniktasche

Das brauchen Sie für sich:

- Still-BH (eine Nummer größer als im 6. Monat)
- Stilleinlagen
- Dicke, warme Socken
- Bequeme, lange T-Shirts oder Nachthemden oder Pyjamas
- Bequeme, weite Hosen
- Bademantel bzw. Strick- oder Sweatshirtjacke
- Unterwäsche, ca. acht kochfeste Baumwollslips oder Wegwerfslips
- besonders saugfähige Binden (keine Tampons)
- Kulturbeutel/Kosmetik
- Haargummi für längere Haare
- Hausschuhe
- Mutterpass
- Versichertenkarte der Krankenkasse

Das brauchen Sie für Ihr Baby:

- Kleidung für den Heimweg (Body, Strampler, Söckchen, Mütze, Jäckchen)
- Babydecke
- Wenn Sie mit dem Auto nach Hause fahren: Autositz/Babyschale mit der nötigen Ausstattung für Neugeborene
- Wenn Sie zu Fuß gehen: Kinderwagen oder Tragetuch
- Spucktuch

Das brauchen Sie im Kreißsaal:

- Bequeme Kleidung, z. B. ein langes T-Shirt, weite Hose
- Dicke, warme Socken
- Musik/Hörbücher
- Bücher, Zeitschriften
- Snacks/Süßes
- Getränke (Mineralwasser meist vorhanden)
- Lippenpflegestift