

Tipps für Ihre Kliniktasche

Um dem Geburtstermin entspannt entgegenzusehen, sollte Ihre Tasche spätestens vier Wochen vor dem errechneten Geburtstermin fertig gepackt sein. Hier finden Sie eine Liste mit den wichtigsten Dingen, die Sie für sich und Ihr Baby im Krankenhaus brauchen.

Für die werdende Mutter

- Bademantel
- Toilettensachen, ggf. Desinfektionsspray
- Hausschuhe
- warme Socken
- Flipflops/Badelatschen für die Dusche
- 2 Nachthemden zum Knöpfen oder Still-T-Shirts
- bequeme, weite Hosen (Jogginghose/Hausanzug)
- eine leichte (Strick-)Jacke zum Überziehen
- 1 bis 2 Still-BHs
- kochfeste Baumwoll- oder Wegwerfhöschen
- Kamera, Handy, Adressbuch
- Buch/Zeitschrift, Schreibzeug
- Stillkissen
- Stilltee
- Binden für den Wochenbettfluss (keine Tampons)

Wichtige Papiere

- Mutterpass
- Personalausweis
- Heirats- oder Geburtsurkunde
- Karte der Krankenkasse (ggf. private stationäre Zusatzversicherung)
- ggf. Einweisungsschein
- Allergiepass (falls vorhanden)
- Familienstammbuch (falls vorhanden)

Für das Baby

- Neugeborenenmützchen (schützt auch im Sommer vor zu viel Sonne und Lärm)
- Bodys und Strampler sind meist im Krankenhaus vorhanden. Am besten vorher absprechen und dann nur eine eigene Garnitur fürs Foto und den Nachhauseweg mitnehmen.

Für den Weg nach Hause

- Windeln (mini)
- Baumwollhemdchen
- einen Strampler (Größe 56)
- Söckchen
- Mützchen und Jacke
- Kindersitz (Babyschale) fürs Auto
- evtl. Babydecke oder gefütterter Fußsack (für den Winter)