

Checkliste Kliniktasche

Was du für die Geburt brauchst

Für die Mama

WICHTIGE DOKUMENTE

- ☐ PERSONALAUSWEIS ODER REISEPASS
- ☐ KRANKENVERSICHERUNGSKARTE UND GGF. UNTERLAGEN DER ZUSATZVERSICHERUNG
- ☐ BLUTGRUPPENAUSWEIS, ALLERGIEPASS
- ☐ HEIRATSURKUNDE BZW. GEBURTSURKUNDE
- ☐ GEBURTSPLAN (FALLS VORHANDEN)

FÜR DIE GEBURT

- ☐ LANGES, WEITES T-SHIRT
- ☐ WARME SOCKEN
- ☐ GGF. BRILLE (BEI KONTAKTLINSENTRÄGERINNEN)

KLEIDUNG NACH DER GEBURT

- ☐ BEQUEME PYJAMA ODER NACHTHEMD
- ☐ MORGENMANTEL
- ☐ WARME SOCKEN ODER HAUSSCHUHE
- ☐ STILL-BHS MIT STILLEINLAGEN
- ☐ UNTERWÄSCHE AUS BAUMWOLLE
- ☐ JOGGINGHOSEN, LEGGINGS
- ☐ KLEIDUNG FÜR DEN HEIMWEG

HYGIENEARTIKEL

- ☐ ZAHNBÜRSTE UND ZAHNPASTA
- ☐ DUSCHGEL UND SHAMPOO
- ☐ HAARBÜRSTE UND HAARGUMMIS
- ☐ GESICHTS- UND KÖRPERCREME, DEODORANT
- ☐ EINWEGSLIPS ODER BEQUEME BAUMWOLLSLIPS
- ☐ WOCHENBETTBINDEN

WEITERE WICHTIGE DINGE

- ☐ HANDYLADEGERÄT
- ☐ AUGENMASKE UND OHRSTÖPSEL
- ☐ SNACKS UND GETRÄNKE
- ☐ BÜCHER, MAGAZINE ODER EIN TABLET
- ☐ BRILLE ODER KONTAKTLINSEN UND -BEHÄLTER



Für das Baby

KLEIDUNG

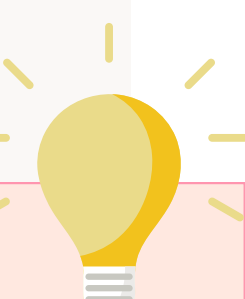
- ☐ LANGÄRMLIGE STRAMPELANZÜGE (GR. 56 BIS 62)
- ☐ MÜTZCHEN
- ☐ SÖCKCHEN
- ☐ HANDSCHUHE
- ☐ EINE WARME DECKE

HYGIENEARTIKEL:

- ☐ WINDELN
- ☐ BABY-FEUCHTTÜCHER
- ☐ BABYHANDTUCH
- ☐ SPUCKTÜCHER ODER MULLTÜCHER

WEITERE WICHTIGE DINGE

- ☐ BABYSCHALE, KINDERWAGEN
- ☐ SCHNULLER (FALLS VERWENDET)

 **Tipp:** Das Spital stellt Ihnen meistens Binden, Stillhilfen, Babykleidung, Windeln, Schnuller und Waschlappen zur Verfügung.

