



CHECKLISTE: KLINIKTASCHE ZUR GEBURT

FÜR DICH

- ☐ bequeme Shirts, Nachthemd oder Pyjama (stillgeeignet)
- ☐ Still-Shirts oder T-Shirts, Kuschelpulli
- ☐ Jogginghosen mit breitem Bund
- ☐ Still-Bhs (eine Nummer größer)
- ☐ Kuschelsocken und Hausschuhe
- ☐ Slips aus Baumwolle
- ☐ Bademantel
- ☐ Kleidung für die Heimfahrt
- ☐ Zahnbürste, Zahnpasta, Duschgel, Haarbürste, Creme, Deo (parfumfrei)
- ☐ Lanolin-Creme für empfindliche Brustwarzen
- ☐ Binden

FÜR DEIN BABY

- ☐ 2-3 Bodys
- ☐ 2 Strampler
- ☐ 2 Strumpfhosen und Höschen
- ☐ 1 leichtes Mützchen
- ☐ warme Söckchen
- ☐ Schlafsack für Neugeborene
- ☐ Jacke oder Overall für die Heimfahrt
- ☐ Decke oder Tuch für die Heimfahrt
- ☐ Windeln
- ☐ Feuchttücher oder Waschlappen
- ☐ Babycreme
- ☐ kuschelige Babydecke
- ☐ Stillkissen
- ☐ Babyschale für die Heimfahrt

DOKUMENTE

- ☐ Mutterpass
- ☐ Personalausweis oder Reisepass
- ☐ Krankenversicherungskarte
- ☐ Geburtsplan (falls vorhanden)
- ☐ Bescheinigungen von
- ☐ Vorsorgeuntersuchungen
- ☐ Medikamentenliste

SONSTIGES

- ☐ Proviant, kleine Snacks, Getränke
- ☐ Handy und Ladekabel
- ☐ Bücher, Magazine, Tablet
- ☐ Entspannungsmusik
- ☐ -----
- ☐ -----
- ☐ -----