

Kliniktasche für die Geburt

Für die Geburt:

- Dicke, warme (Woll-)Socken, Hausschuhe
- 2 bequeme lange T-Shirts, Nachthemden oder ähnliches, eines für vor der Geburt, eines für danach
- Bequeme Jogginghosen
- Bequeme Unterhosen (evtl. Einmal-Unterhosen)
- Haargummi für längere Haare
- Brille für Kontaktlinsenträgerinnen
- Lippenpflege
- Traubenzucker, Lutschbonbons, Müsli- oder Schokoriegel, Getränke
- Fotoapparat
- Bei Bedarf: Lieblingsmusik, Massageutensilien, Duftlampe, Badezusätze oder Öle

Für den werdenden Vater:

- Bequeme Kleidung und Schuhe. Achtung: im Kreißsaal kann es warm werden!
- Kulturbeutel
- Proviant und Getränke

Gegebenenfalls für die Geburt eine extra „Kreißsaal-Tasche“ packen, in der alles übersichtlich zu finden ist.

Aufenthalt im Krankenhaus:

- Kulturbeutel und Pflegeutensilien (Zahnbürste, Deo, Creme ...)
- Nachthemden oder bequeme Schlafanzüge
- Bequeme Kleidung, Hausschuhe und warme Socken
- Bademantel
- Mehrere bequeme Baumwoll-Unterhosen
- Binden werden normalerweise im Krankenhaus zur Verfügung gestellt
- Handtücher und Waschlappen
- Bücher, Zeitschriften
- Lieblingskissen und Decke
- Für Stillende: weite, bequeme Kleidung, evtl. zum Knöpfen, Still-BH, Stilleinlagen, Stillkissen

Für die Heimfahrt mit dem Baby:

- Body, Strampler, Jäckchen, Mütze je nach Jahreszeit
- Windel
- Warme Socken
- Decke und Spucktuch
- Autositz
- Für Mama bequeme normale Hosen

Formalitäten:

- Mutterpass
- Einweisung vom Frauenarzt
- Versicherungskarte
- Leistungen der Privatkasse / Zusatzversicherung im Voraus abklären
- Allergiepass oder andere relevante medizinische Unterlagen
- Personalausweis
- Wenn unverheiratet: Geburtsurkunde; wenn verheiratet: Stammbuch