

Checkliste für die Kliniktasche

Für den stationären Aufenthalt

- Toilettensachen
- Handtücher, Waschlappen
- Aufknöpfbare Nachthemden
- T-Shirts
- Unterhosen (nicht zu eng)
- Vorlagen (am besten Vlieswindeln)
- Still-BH, Stilleinlagen
- Bademantel, Hausschuhe
- Geld
- Verpflegung (leichte Kost, Getränke, süße Stärkung)
- Dicke, rutschfeste Socken
- Lippenpflege
- Hautöl zur Massage
(z.B. Geburtsöl mit Rose, Muskatellersalbei, Jasmin, Eisenkraut)

Extras

- CDs, Musikkassetten
- Duftöl Gefäß für die Plazenta,
falls Sie sie mitnehmen wollen

Babys Garderobe für den Heimweg

- Zwei Windeln
- Zwei Bodys
- Zwei Strampler mit Pulli (oder Overall)
- Ein Strampelanzug
- Ein Baumwollmützchen
- Ein Jäckchen
- Söckchen
- Kinderautositz

Papiere

- Mutterpass
- Krankenkassenkarte
- Personalausweis
- Familienstammbuch bzw.
 - Geburtsurkunde der Mutter
- Allergiepass
- Telefonliste
(Wochenbetthebamme, Kinderarzt, Frauenarzt, Kinderbetreuung usw.)