



Checkliste Kliniktasche (Geburt)

Die Informationen auf dieser Seite wurden sorgfältig recherchiert. Trotzdem können wir keine Gewährleistung für Vollständigkeit, Korrektheit und Aktualität geben und keine Haftung für eventuell eintretende Schäden übernehmen.

Im Auto falls mit dem eigenen Wagen gefahren wird

- große Decke für den Notfall
- 4-5 € in Kleingeld für Parkautomaten / Parkhaus

Kleidung für die Mama

- langes, weites Oberteil für die Geburt
- 3x Paar warme Socken
- 4-6x weite Unterhosen oder Einmalslips
- 4x weite, bequeme T-Shirts oder langärmelige Oberteile
- Bademantel
- bequeme Jogginghose
- 2x weite Hemden
- 2-3x Schlafanzüge oder Nachthemden (vorher darauf achten, dass man sie vorne aufknöpfen oder bequem hochschieben kann, damit das Baby gestillt werden kann).
- 2x Still-BHs (2 Nummern größer als normal)
- 4x Stilleinlagen
- Kleidung für den Heimweg
- Hausschuhe zum Reinschlüpfen
- Beutel für benutzte Wäsche

Hygieneartikel (Kulturbeutel)

- Zahnbürste, Zahnpasta
- Duschcreme
- Shampoo
- 3-4x Handtuch und Waschlappen oder Einwegwaschlappen
- Ggf. Brille / Kontaktlinsen / Aufbewahrungsbox
- Bürste
- Tages-/Nachtcreme
- Schminktäschchen
- Kosmetiktücher

Checklisten/Piktogramme finden Sie auf: www.gs-fewo.de - info@gs-fewo.de

- Bodylotion
- Lanolin-Creme
- Große Packung saugfähiger Binden
- Massageöl
- Lippenbalsam
- Haargummi / Haarspange
- evtl. weiches oder feuchtes Toilettenpapier

Ernährung

- Flasche des Lieblingsgetränkes (kein Alkohol), z.B. Malzbier
- Müsli-/Proteinriegel und Snacks
- Kaugummis oder Bonbons, Traubenzucker (als Energielieferant)

Unterhaltung & Kommunikation

- Buch / Zeitschrift
- Notizheft / Tagebuch
- Stift
- Handy, Handy-Ladekabel
- Foto-/Videokamera (vorher erkundigen, ob Geburt gefilmt werden darf; Blitzlicht vermeiden)
- Tablet / iPad
- MP3-Player / iPod / Musik auf dem Handy
- Kopfhörer
- Oropax / Ohrstöpsel für Mehrbettzimmer

Medikamente

- Private Medikamente

Dokumente

- Mutterpass
- Personalausweis oder Reisepass
- Krankenkassenkarte (bei Privatversicherten den Versicherungsnachweis)
- Überweisungsschein / Einweisungsschein in das Krankenhaus
- Allergiepass
- Verheiratete: Familienstammbuch oder Heiratsurkunde
Ledige: Geburtsurkunde und ggf. Vaterschaftsanerkennung
- Familienstammbuch
- Optional: Geburtsplan

Checklisten/Piktogramme finden Sie auf: www.gs-fewo.de - info@gs-fewo.de

Für das Baby

- Babyschale
- 2-3x Body Größe 50/56
- 2-3x Strampler Größe 50/56
- 2x Söckchen
- 8-10x Windeln in Größe 1
- Jäckchen
- 1 leichtes Baumwollmützchen
- Decke
- Spucktücher (Moltontücher)
- 2x Pre-Nahrung, falls nicht gestillt werden soll

Persönliche Gegenstände

- Fotos der Familie
- Kuscheltiere
- Aromaduft
- Das eigene Kissen
- Namen und Telefonnummern aller Personen, die zur Geburt informiert werden sollen.

Für die Begleitung

- Kleidung zum Wechseln
- Leichte Kleidung für warmen Kreißsaal
- Beutel für Schmutzwäsche
- Handtuch
- Waschutensilien wie Zahnbürste, Deo und usw.
- Evtl. Wasser-Spray oder Fächer für Mama
- Genügend Snacks & Getränke zur Stärkung
- Dinge zum Entspannen
- Kleingeld für die Cafeteria oder Telefon
- Handy mit Ladekabel
- Fotoapparat oder Videokamera (vorher fragen)
- Ladekabel oder Batterien
- Leere Taschen für Geschenke von Besuchern
- Uhr mit einem Sekundenzeiger, damit er die Abstände zwischen den Wehen messen kann.

Checklisten/Piktogramme finden Sie auf: www.gs-fewo.de - info@gs-fewo.de

Von der Klinik nach Hause

- Babyschale fürs Auto oder Taxi
- Babytasche
- Hemdchen, Jäckchen, Strampler, Söckchen
- Sommerbabys: Mütze, Jacke
- Winterbabys: Schneeanzug, warme Mütze mit Ohrenklappen, Handschuhe
- Babydecke

Notizen

Checklisten/Piktogramme finden Sie auf: www.gs-fewo.de - info@gs-fewo.de