



## 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 Einmal slips
- 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

Piktogramme finden Sie auf: [www.gs-fewo-2.de/piktogramme/](http://www.gs-fewo-2.de/piktogramme/)

- 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

Piktogramme finden Sie auf: [www.gs-fewo-2.de/piktogramme/](http://www.gs-fewo-2.de/piktogramme/)

## **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.

Piktogramme finden Sie auf: [www.gs-fewo-2.de/piktogramme/](http://www.gs-fewo-2.de/piktogramme/)

## **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**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---