

Checkliste: Kliniktasche zur Geburt



CHECKLISTE

Gut vorbereitet können werdende Eltern dem Krankenhaus-aufenthalt zur Geburt entspannt entgegensehen. Diese Checkliste ist vielleicht eine kleine Hilfe für Sie.

Das gehört in die Kliniktasche

- Krankenversichertenkarte
- Mutterpass, Personalausweise sowie Heiratsurkunde oder Geburtsurkunden der Eltern
- Telefonnummern parat haben für alle Fälle (Taxi, Hebamme, ggf. die Betreuungsperson der Geschwisterkinder zu Hause)
- Unterwäsche
- 2 Still-BHs
- Stilleinlagen
- Binden
- Bequeme Kleidung wie lange T-Shirts, Nachthemden und Hosen mit Gummibund
- Warme Socken
- Bademantel
- Hausschuhe
- Energiespender für die Gebärende und eventuelle Begleiter wie Müsliriegel, Traubenzucker
- Haargummi für lange Haare
- Ein Buch für Wartezeiten
- Eventuell Musik
- Handy und Ladekabel
- Etwas Vertrautes wie das Lieblingskissen
- Hygiene- und Kosmetikartikel, möglichst parfümfrei
- Lippenpflegestift
- Bargeld
- Fotokamera
- Babydecke
- Babyschale fürs Auto
- Erstausrüstung fürs Baby für die Heimfahrt (meist Größe 56 oder 62). Für die Klinikzeit wird das Baby vom Krankenhaus ausgestattet.

Tipp: Für die Dinge, die erst in letzter Minute eingepackt werden können, weil sie vorher noch benötigt werden, sollte eine separate Liste parat liegen, damit nichts vergessen wird.