

# Was gehört in die Kliniktasche?

## Für den Kreißsaal

- Mutterpass** und **Versichertenkarte** ggf. Geburtsplan
- Unterlagen vom Standesamt
- Zwei bequeme lange XL-Shirts o. Nachthemd
- Warme Socken
- Badelatschen
- Bademantel oder Jogging-Anzug
- Snacks und Traubenzucker
- Haarband und ggf. Haarspangen
- Lippenpflege, Massageöl oder Aromaöl
- Brille (für Kontaktlinsenträgerinnen)
- Handy und Ladekabel
- Telefonnummer der Hebamme fürs Wochenbett zu Hause
  - Möglichst zeitig Bescheid geben!

## Für den Partner

- Ersatzkleidung
- Zahnbürste, Deo

## Für die Wochenstation

- Nachthemden/Schlafshirts/Pyjamas
- Waschsachen/Kosmetika und Handtücher
- Weiches Luxus-Toilettenpapier
- Still-BH oder Stilltop/weite T-Shirts
- Intimdusche
- Stillkissen
- Lektüre/Spiele – für den Fall einer oft langwierigen Geburtseinleitung
- Bequeme Kleidung für die Heimfahrt

## Für das Baby

- Babyschale und Kleidung für die Heimfahrt

## Vom Krankenhaus gestellt werden

- Binden und Einmalunterwäsche
- Kleidung und Windeln für das Baby

