

Checkliste für die **Kliniktasche**



Packen Sie neben Kleidung und Hygieneartikeln auch persönliche Dinge ein, die Ihnen die ersten Tage im Krankenhaus verschönern. Achten Sie bei Pflegeprodukten möglichst auf parfümfreie Varianten. Neugeborene reagieren empfindlich auf Gerüche. Neutrale Produkte sind angenehmer für Ihr Baby.

Für Ihr Baby brauchen Sie in den ersten Tagen vor allem eine kleine, gut abgestimmte Grundausrüstung. Vieles stellt die Klinik bereit. Planen Sie trotzdem die wichtigsten Dinge für Ihr Neugeborenes ein. **Hinweis:** Erkundigen Sie sich bei Ihrer Hebamme oder der Klinik, welche Dinge vor Ort gestellt werden.

Für die Mutter

Bequeme Kleidung
(z. B. Nachthemd, weite Shirts)

Jogginghose oder Leggings für die
Tage nach der Geburt

Strickjacke oder leichter Bademantel

Warme Socken und rutschfeste
Hausschuhe

Unterwäsche
(mehrere bequeme Slips)

Still-BHs oder Bustiers

Binden bzw. Wochenbett-Einlagen

Pflegeprodukte (Zahnbürste,
Zahnpasta, Duschgel, Shampoo)

Gesichtspflege

Haarbürste, Haargummis
oder Spangen

Lippenpflege

Handtücher und Waschlappen

Snacks und Getränke
für zwischendurch

Smartphone inklusive Ladekabel,
evtl. Kopfhörer

Kleingeld für Automaten und Kiosk

Buch oder E-Book-Reader

Medikamente, die Sie
regelmäßig einnehmen

Stillkissen oder kleines
eigenes Kissen

Fürs Baby

Bodys (Größe 50/56,
am besten 2-3 Stück)

Strampler

Jäckchen oder leichter Pullover

Mützchen

Söckchen

mehrere Spucktücher

kleine Decke

Windeln (für Neugeborene)

Feuchttücher oder Waschlappen

Outfit für die Heimfahrt

Legen Sie alle benötigten Unterlagen bereit, damit die Aufnahme in der Klinik reibungslos läuft. Damit können Sie sich als Eltern ganz auf sich und Ihr Baby konzentrieren. **Unser Tipp:** Legen Sie am besten alle Unterlagen in eine Mappe ganz oben in Ihre Kliniktasche für die Geburt. So greifen Sie schnell auf alles zu, wenn Sie es brauchen.

Wichtige Dokumente

Mutterpass

Personalausweis oder Reisepass

Krankenversicherungskarte

Geburtsplan (falls vorhanden)

Heiratsurkunde oder Stammbuch
(bei Verheirateten)

Geburtsurkunde und
gegebenenfalls Vaterschafts-
anerkennung (bei Unverheirateten)



Du bist nicht allein.



Genossenschaftliche FinanzGruppe
Volksbanken Raiffeisenbanken