

Checkliste: Was muss in meine Kliniktasche?

Für die Geburt und Wohlfühlen im Kreißsaal:

- Bequeme Kleidung, in der Sie sich wohlfühlen
- Warme Socken
- Bequeme Hausschuhe, zum einfachen Rein- und Rauschlüpfen
- Snacks (z.B. Müsliriegel, Traubenzucker, Brezeln, Süßigkeiten) und Getränke (bei uns gibt es Wasser, Kaffee und Tee)
- Handy, Ladekabel, Kopfhörer und Playlist für die Geburt
- Massageöl und Massageball sowie ein Kamm
- Wärmeflasche und/oder Kirschkernkissen
- Schlafmaske und Ohrstöpsel

Checkliste: Was muss in meine Kliniktasche?

Pflegeprodukte:

- Haarbürste, Haargummis
- Zahnbürste, Zahnpasta
- Duschgel, Shampoo, Spülung
- Tagescreme, Lippenpflege
- Intimdusche

Für das Wochenbett:

- Still-BH und Stillkissen (bei Bedarf)

Für das Baby:

- Babykleidung für den Heimweg
- Ggf. Babydecke

Checkliste: Was muss in meine Kliniktasche?

Dokumente und wichtige Unterlagen:

- Mutterpass
- Personalausweis und Versichertenkarte
- Geldbeutel

Auch Ihre Begleitperson darf sich eine Kliniktasche mit frischer, bequemer Kleidung, Hausschuhen, Zahnbürste und Zahnpasta sowie Snacks mitnehmen.