



Checkliste Kliniktasche



Dokumente/ Technik

- Personalausweis/ Reisepass
- Krankenkassenkarte
- Mutterpass
- Allergiepass (falls vorhanden)
- Heiratsurkunde/
Familienstammbuch
- Ggf. Geburtsurkunde des
Vaters
- Snacks & Getränke
- Handyladegerät

Hygiene

- Stilleinlagen
- Brustwarzenbalm
- Binden f. starke Blutungen
(werden meist vom KH gestellt)
- Zahnbürste und Zahnpasta
- Shampoo und Duschgel
- Haarbürste und Haargummis
- Lippenpflege
- Deodorant
- Gesichtscreme ggf. Makeup

Bekleidung

- Hausschuhe/ Flip-Flops
- Warme Socken
- Still-BHs
- Slips (praktisch sind
wegwerfbare Baumwollslips)
- Bademantel
- Bequemes Outfit Heimfahrt
- Bequeme Kleidung für den KH
Aufenthalt
- Pyjama (stilltauglich)
- Lange Shirts für die Geburt

Für dein Baby

- 1-2 Bodies
- 1 Overall
- 1 Jäckchen
- Söckchen
- Mützchen
- Spucktücher/ Musselintücher
- 2-3 Windeln (für Entlassungstag)
- Jahreszeitengerechte Kleidung
- Babyschale