

Kliniktasche packen

Was gehört in die Kliniktasche?

Checkliste für die Kliniktasche

Ungefähr 4 bis 6 Wochen vor dem errechneten Geburtstermin sollte die Tasche für das Krankenhaus gepackt werden. So ist man auch gut gerüstet, wenn das Baby schon eher kommen sollte. Am besten legt man noch eine Liste mit Sachen dazu, die im letzten Moment noch eingepackt werden müssen. Im Notfall ist es ausreichend den Mutterpass dabei zu haben. Alle anderen Dinge kann der Partner oder eine andere Vertrauensperson im Nachhinein mitbringen. Damit Sie im Ernstfall schneller aufgenommen werden, empfehlen wir Ihnen sich vorab in der Klinik anzumelden.

Dokumente & wichtige Unterlagen

- Mutterpass
- Versicherungskarte oder Kostenübernahmebescheinigung der Krankenkasse
- evtl. Einweisungsschein des Frauenarztes
- Personalausweis
- Familienstammbuch (wenn Sie verheiratet sind)
- Geburtsurkunde (wenn Sie unverheiratet sind)
- Schreibutensilien & Papier, etwas Geld, evtl. Adress- oder Telefonbüchlein
- Telefonnummer der betreuenden Hebamme

Für Sie

- bequemes Nachthemd (vorn zum Knöpfen, zum Stillen) oder weites kuscheliges T-Shirt
- Baumwollslips
- Morgen- oder Bademantel
- dicke, kuschelige Socken
- bequeme Schuhe/ Hausschuhe
- Still-BH
- Waschlappen, Handtücher
- Körperpflege- & Kosmetikartikel
- evtl. Brille/ Kontaktlinsen
- bei langem Haar: Spangen/ Gummiband
- evtl. Lieblingsmusik, Buch...

Außerdem zum Erfrischen während der Geburt

- Traubenzucker, Lutschbonbons, Getränke, Snacks...
- Lippenpflegestift
- evtl. Duftöl (z.B. Ganz Entspannt-Öl Primavera®)

Für die Heimfahrt

- bequeme lockere Kleidung

Für Ihn

- bequeme Anziehsachen, evtl. Wechselsachen
- Thermoskanne/ Getränke
- Stärkungen wie Schokolade, Traubenzucker, Müsliriegel
- Smartphone
- Massageöl, Lieblingsmusik, Kamera fürs Erste Bild....

Für das Kind

Die meisten Kliniken stellen Bodys und Strampelanzüge zur Verfügung, solange Sie und Ihr Baby dort untergebracht sind. Die Babysachen für den Heimweg braucht man in der Kliniktasche nur bei ambulanten Entbindungen. Ansonsten nehmen Sie nur Platz in der Kliniktasche weg. Legen Sie die Sachen am besten auf den Autositz und wenn Sie abgeholt werden, kann alles zusammen mitgebracht werden.

- Windeln (kleinste Größe)
- Body, Hemd, Höschen
- Strampelanzug & Langarmshirt
- Jacke oder Overall
- Mütze
- Woldecke
- Baumwollwindel (Spucktuch)
- Tragetasche/ Kinderwagen/ Babyschale für die Rückfahrt im Auto



Wir wünschen Ihnen für Ihre Schwangerschaft, für die bevorstehende Geburt und für die Zeit mit Ihrem kleinen Schatz alles erdenklich Gute.

