

## **Checkliste Kliniktasche / Krankenhaustasche zur Geburt**

- Einweisung ins Krankenhaus
- Personalausweis oder Reisepass
- Krankenversichertenkarte
- Mutterpass
- Familienstammbuch oder, wenn man verheiratet ist, die Heiratsurkunde beziehungsweise die Geburtsurkunde
- Im Falle, dass die werdende Mama ledig ist, die Vaterschaftsanerkennung
- bei vorhandenen Allergien der Allergiepass

## **Ich packe in meine Krankenhaustasche – Sachen für die Mama**

- Zahnbürste und Zahncreme
- Duschgel, Shampoo, Deo
- Hausschuhe
- Socken, Unterwäsche oder Einmalstücher
- 2 bis 3 Still-BHs (sinnvollerweise 2 Nummern größer als die normalen BHs)
- Stilleinlagen
- Saugfähige Binden
- T-Shirt oder ein altes Nachthemd für während der Geburt
- Bademantel
- Weite, leichte Hosen
- Sweatshirt, Pulli oder Strickjacke
- Handtücher
- Dinge zum Wohlfühlen und Entspannen (Glücksbringer, MP3-Player, Buch oder Zeitschrift zum Lesen, Handy, ...)

## **Ich packe meine Tasche – Sachen für die Begleitperson**

In manchen Krankenhäusern oder Geburtshäusern ist es möglich, dass eine Begleitperson mit im Zimmer untergebracht wird.

- Zahnbürste und Zahncreme
- Duschgel, Shampoo, Deo
- Hausschuhe
- Unterwäsche
- Kleidung zum Wechseln
- Snacks und Getränke
- Handtuch
- Behälter für Schmutzwäsche

## **Ich packe meine Tasche – Sachen für das Baby**

Auch für den kleinen Erdenbürger werden im Vorfeld Sachen eingepackt. So gehören folgende Dinge in die Kliniktasche:

- Erstlingsausstattung (Bodys, Strampler, Jäckchen, Söckchen) in Größe 50/56
- Windeln (wobei diese oftmals in der Klinik zur Verfügung stehen)
- Baumwolltücher, Mulltücher oder -windeln
- Kleidung – der Jahreszeit angepasst -, wenn es endlich nach Hause geht (Jäckchen, Mütze, Söckchen)
- Babydecke
- Babyschale für den sicheren Transport im Auto

**Kostenlos zur Verfügung gestellt von Kinderinfo.de**