



## Checkliste Kliniktasche

### Checkliste Kliniktasche Dokumente

- Krankenversichertenkarte
- Mutterpass
- Ausweisdokument
- Überweisung des behandelnden Gynäkologen (sofern nicht bei Anmeldung schon vorgelegt)
- für die Anmeldung beim Standesamt: bei verheirateten Müttern Heiratsurkunde und Stammbuch, bei unverheirateten Müttern Geburtsurkunden beider Elternteile

### Checkliste Kliniktasche Geburt

- weites T-Shirt oder Nachthemd, das während der Geburt getragen wird
- warme Socken
- warme Strickjacke oder Kuschelpulli
- bei langen Haaren: Haargummis
- bei Brillenträgern: Brille, keine Kontaktlinsen!
- Müsli- oder Schokoriegel, Traubenzucker für zwischendurch (auch an den Papa denken!)
- Getränke
- Lieblingsmusik auf CD oder MP3-Player
- Massageöl mit Lieblingsduft (vorher testen!)
- Fotoapparat für das erste Bild
- Checkliste Kliniktasche Mutter
- bequeme Kleidung
- Schlafsachen
- Hausschuhe
- Kosmetiktasche mit Zahnbürste, Seife, Deo, etc.
- Bademantel
- evtl. Handtücher
- für eventuelle Wartezeiten: Lieblingsbuch
- Turnschuhe, Jacke für Spaziergänge im Klinikpark
- Stilloberteile/-nachthemden für die Zeit nach der Geburt
- Still-BH(s) und Stilleinlagen
- Unterwäsche (nicht die für besondere Anlässe)
- Checkliste Kliniktasche Baby
- Outfit für die Reise nach Hause: Body, Strampler, Jäckchen, Söckchen, Mütze
- Ersatzwindeln
- Decke
- erstes Kuscheltier/erste Spieluhr
- Spucktücher
- evtl. Schnuller
- Babyschale für's Auto
- bei Sommerkindern ist ein Sonnenschutz im Autofenster oft eine gute Idee