Checkliste Kliniktasche Geburt

Was braucht die Mama:

- 1 - 2 lange T-Shirts oder Hemden für die Geburt und eventuell warme Socken
- 2 - 3 Nachthemden (am besten mit Knöpfen fürs einfachere Stillen) oder zwei- drei Schlafanzughosen plus 3 Stilloberteile
- 2 bequeme Umstandshosen (es dauert eine Zeit, bis sich der Bauch so weit zurückgezogen hat, dass die normalen Hosen wieder passen)
- 2 bequeme T-Shirts / Pullover
- Hausschuhe und ggf. Badeschlappen
- 3 – 4 bequeme Unterhosen
- 2 - 3 Still-BHs (zwei Nummern größer als bisher)
- Stilleinlagen
- Bademantel
- Waschzeug (auch Waschlappen sind ratsam)
- Handtuch
- Kamera
- Bücher, Zeitschriften und Lieblingsmusik
- Smartphone oder Tablet inkl. Ladegeräte
- Snacks für die Geburt (auch für den werdenden Vater wichtig)
- etwas Bargeld (um Kleinigkeiten einzukaufen)
- für Kontaktlinsenträgerinnen die Brille

Kliniktasche Geburt für das Baby:

- Body
- Langarm-Shirt
- Strampler
- Strumpfhose oder Socken
- Jacke und Mütze (ggf. Overall im Winter)
- Ersatzwindel und Spucktuch
- Decke für die Heimfahrt
- Babyschale fürs Auto um das Baby sicher nach Hause zu bringen

Papiere:

- Mutterpass
- Personalausweis / Pass
- Familienstammbuch oder Heiratsurkunde (wenn Sie verheiratet sein)
- bei unverheirateten Müttern die Geburtsurkunde der Mutter und ggf. die Vaterschaftsanerkennung
- Krankenkassenkarte
- falls vorhanden: Allergiepass

Quelle: www.babynachrichten.de