

# Checkliste Kliniktasche

## Wichtige Unterlagen

- Mutterpass
- Krankenkassenkarte
- Einweisungsschein des Frauenarztes
- Heiratsurkunde / Familienstammbuch
- Geburtsurkunden und ggf. Vaterschaftsanerkennung
- Medizinische Unterlagen (z.B. Allergiepass)
- Kleingeld / EC Karte (für Café / Restaurant)
- Personalausweis
- Impfnachweise

## Für den Kreißaal

- Wohlfühl T-Shirt / Nachthemd
- Bademantel / Strickjacke / Leggings
- Hausschuhe / Warme Socken
- Brille anstelle von Kontaktlinsen
- Lippenpflege
- Leichte Snacks und Traubenzucker
- Gerne ein oder zwei Lieblingskissen
- Musik / Lieblings-Geburtsplaylist / kleine Box

## Für das Wochenbett

- Nachthemden mit Knopfleiste
- Still BHs (ein bis zwei Nummern größer als vor der Schwangerschaft)
- Bequeme Kleidung für den Tag und die Entlassung
- Oberteile (stilltauglich)
- Persönliche Hygieneartikel
- Evtl. Ohrstöpsel
- Handtücher

## Für Ihr Baby

- Wettergerechte Kleidung für die Fahrt nach Hause in Gr. 50/56, je nach Jahreszeit:
- Body, Strampler, Strumpfhose
  - Jäckchen, Mützchen
  - (dicke) Wollsöckchen
  - Babyschale
  - Decke

## Für den Papa / die Begleitperson

- Bequeme Kleidung und Schuhe
- Pullover / Jacke für die Nacht, auch im Sommer!
- Handy mit Ladekabel oder Fotokamera
- Snacks und etwas zu trinken
- Personalausweis
- Bei Familienzimmer:  
Reisetasche für die Zeit der gebuchten Tage

## Nach der Geburt

- Kind bei der Patientenaufnahme am nächstmöglichen Wochentag anmelden (vor Entlassung!)
- Hebamme benachrichtigen und Nachsorgetermin vereinbaren
- Nachsorgetermin beim Frauenarzt vereinbaren
- Termin beim Kinderarzt vereinbaren
- Antrag auf Familienkrankenversicherung für das Kind stellen
- Antrag auf Kindergeld stellen
- Antrag auf Elterngeld stellen
- Elternzeit beantragen (7 Wochen vor Antritt)
- zum Rückbildungskurs anmelden
- frühzeitig einen Kinderbetreuungsplatz suchen

## Das erhalten Sie von uns!

### Im Kreißaal und auf der Wochenstation

- Handtücher (nur im Kreißaal)
- Badezusätze
- Massageöl / Igelball
- Kaffee / Tee / Wasser
- Binden in verschiedenen Größen
- Einmalstlips
- Waschhandschuhe
- Stilleinlagen
- Brustpflegeprodukte / Stillhilfen
- Stillkissen

### Für Ihr Baby

- Kleidung
- Schlafsack
- Windeln
- Feuchttücher
- Pflegeprodukte
- Badehandtücher
- Waschlappen
- Spuck- / Mulltücher
- Fieberthermometer