

## Checkliste für Ihren Klinikkofter

<b>Wichtige Unterlagen</b>	<b>besorgen</b>	<b>erledigt</b>
Mutterpass	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Personalausweis oder Reisepass	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Versichertenkarte oder Kostenübernahmeschein der Krankenkasse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verheiratete: Familienstammbuch oder Heiratsurkunde Ledige: eigene Geburtsurkunde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>Für die Geburt</b>	<b>besorgen</b>	<b>erledigt</b>
Zwei bequeme, weite T-Shirts oder Hemden zum Wechseln	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jogginganzug	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rutschfeste Hausschuhe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haargummi, um lange Haare während der Geburt zurückzubinden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dicke rutschfeste Wollsocken oder eine Wärmflasche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lippenbalsam	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
CDs, falls Sie im Kreißsaal Musik abspielen dürfen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Duftlampe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kleine Snacks wie Traubenzucker, Obst oder Müsliriegel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fotoapparat (Blitz ausschalten, wenn das Baby fotografiert wird)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Für die Wassergeburt: Lieblings-Badezusätze	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>Für das Neugeborene</b>	<b>besorgen</b>	<b>erledigt</b>
Strampler und Wickelbodys mit Druckknöpfen in Gr. 50 und 56	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Söckchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spucktücher (Stoffwindeln)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ein Mützchen und eine warme Jacke für die Heimfahrt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eine kuschelige Babydecke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eine Baby-Autoschale für die Heimfahrt im Auto, ansonsten Tragetasche oder Kinderwagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ihr eigenes Stillkissen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>Für die Zeit in der Klinik</b>	<b>besorgen</b>	<b>erledigt</b>
Still-BHs	0	0
Stilleinlagen	0	0
8 - 10 kochfeste Slips aus Baumwolle oder Einwegslips	0	0
Mehrere geknöpfte Nachthemden, T-Shirts oder Schlafanzugoberteile aus Baumwolle	0	0
1 - 2 weite, bequeme Hosen	0	0
Eine Strickjacke	0	0
Bademantel	0	0
0 Hausschuhe	0	0
Handtücher und Einmal-Waschlappen	0	0
Eine Rolle extraweiches Toilettenpapier	0	0
Extradicke, weiche Monatsbinden für den Wochenfluss	0	0
Pflegeprodukte:		
- Zahnbürste und Zahnpasta	0	0
- Duschgel, Shampoo, Körperlotion	0	0
- Nagelfeile	0	0
- Föhn, Kamm und Bürste	0	0
Brille oder Kontaktlinsen mit Pflegezubehör	0	0
Bequeme Kleidung für den Heimweg	0	0
Wichtige Telefonnummern, Notizbuch, Schreibzeug	0	0
Mobiltelefon und Ladegerät (falls erlaubt), Telefonkarte	0	0
Kleingeld	0	0