

Checkliste Kliniktasche: Die A-Z Packliste für Krankenhaus Geburten

Der berechnete **Geburtstermin** deines Babys steht unmittelbar bevor – nur **noch wenige Wochen** oder Tage und du bist frischgebackene Mama? Was für eine schöne Zeit! Damit du entspannt in den "Endspurt" gehen kannst und dir bei einsetzenden Wehen keine Gedanken mehr über das Packen einer Kliniktasche mehr machen musst, zeigen wir dir in unserer **Kliniktasche-Checkliste** auf, was du schon rechtzeitig in den **Klinikoffen** packen solltest. Gehe die Packliste Schritt für Schritt durch, dann bist du bestens vorbereitet! Jetzt nur noch **tief durchatmen** & es kann losgehen

Kliniktaschen-Geburts-Checkliste. Hast du alles auf der Packliste eingepackt?

Checkliste Kliniktasche (Mama & Baby)

Mutterpass

Personalausweis

Krankenversichertenkarte

Einweisungsschein

Heiratsurkunde, Geburtsurkunden, Familienbuch zur Anmeldung des Babys

weite Oberteile (zum Stillen geeignet)

Still-BHs

weite Hosen (z.B. Jogginghosen)

Unterhosen (keine teuren!)

warme Socken (kalte Füße hemmen die Wehen)

Schlafanzug / Nachthemd

Bademantel / Strickjacke

Haargummi

Taschentücher

Outfit für Fotoshooting in der Klinik (Mama & Baby)

Body

Strampelanzug

Söckchen

Mützen

Windeln (für den Fall der Fälle)

Babydecke

Babyschale für die Heimfahrt

Checkliste Hygieneartikel

Packlisten.com

Alles für dein Abenteuer!

- Deo (+ Parfüm)
- Bürste / Kamm
- Shampoo & Duschgel
- Creme
- Handtuch & Waschlappen
- Rasierer (absolut kein Muss als frischgebackene Mama!)
- Binden
- Öl für den Bauch
- Checkliste Sonstiges**
- Hausschuhe / Flip Flops
- Schlafbrille
- Fotoapparat + Ladekabel
- Traubenzucker / andere Süßigkeiten
- Kontaktliste zum Informieren der Verwandten und Bekannten
- Musik+ Kopfhörer
- Zeitschrift / Buch
- Kosmetik
- Bargeld (z.B. für den Kaffee- / Süßigkeitenautomat)

Oropax (nicht wegen dem Baby - wegen möglichen Zimmernachbarn)

Kuscheltier für das Baby

Packlisten Grundausrüstung – immer einpacken

- Unterwäsche
- Socken
- Zahnbürste & Zahnpasta
- Personalausweis / Reisepass
- Bankkarte (für's Ausland)
- Krankenversichertenkarte
- Fotokamera, Speicherkarte & Akku
- Wer will: Handy / Fotoapparat

Notfall-Reiseapotheke

- Pflaster (Anti-Blasen, wasserabweisend)
- Schmerztabletten (gegen Kopfschmerzen, Krämpfe, Durchfall)
- Desinfektionsmittel