

# Geburtshilfe und Kreißsaal-Checkliste

## für werdende Eltern

Viele werdende Eltern sind sich unsicher, was sie für einen Aufenthalt bei uns benötigen. Daher finden Sie hier alle wichtigen Informationen darüber, was in Ihrer Kliniktasche nicht fehlen darf...

### Dokumente und wichtige Unterlagen

- Mutterpass
- Krankenversichertenkarte, ggf. Zusatzversichertenkarte
- Familienstammbuch (wenn Sie verheiratet sind)
- Geburtsurkunde (wenn Sie unverheiratet sind)

### Für Sie

- Bequeme Nachthemden (vorne zum Knöpfen fürs Stillen) oder mehrere weite T-Shirts
- Baumwollslips
- Morgen- oder Bademantel
- Dicke Socken
- Hausschuhe
- Badeschuhe
- Still-BH
- Stilleinlagen
- Waschlappen, Handtücher
- Körperpflege- und Kosmetikartikel (am besten unparfümiert)
- Bei langem Haar: Spange oder Gummiband
- Eventuell Lieblingsmusik oder Lieblingsbuch
- Eventuell eigenes Stillkissen

### Zum Erfrischen während der Geburt

- Traubenzucker
- Lutschbonbons
- Lippenpflegestift

### Für die Heimfahrt

- Kleidung, die Ihnen ungefähr im sechsten Monat gepasst hat

Das Krankenhaus haftet nicht bei Verlust oder Beschädigung Ihres Privateigentums.

### Für ihn oder die Begleitperson

- Bequeme Kleidung
- T-Shirts zum Wechseln
- Stärkungen wie Schokolade, Gebäck, Müsliriegel, Traubenzucker
- Handy
- Telefonnummern von wichtigen Personen
- Fotoapparat oder Videokamera

### Für das Kind

Alles für den Heimweg – für den Krankenhausaufenthalt bekommen die Babys alles Nötige von der Klinik

- Body oder Hemd und Höschen
- Strampelanzug
- Jacke oder Overall
- Mütze
- Wolldecke
- Tragetasche
- Babyschale für die Rückfahrt im Auto

### Was benötigen Sie sonst nach der Geburt?

- Nachsorgehebamme
- Kinderarzt
- Anmeldung zur Rückbildungsgymnastik
- Große Binden mit möglichst wenig Klebestreifen (luftdurchlässig)
- Für stillende Frauen Quark oder Weißkohl (zum Kühlen der Brust)

bitte wenden

Für den neuen Familienzuwachs einzukaufen, macht werdenden Eltern oft besonders viel Spaß. Aber das Baby benötigt meistens weniger als man denkt.

Die von uns zusammengestellte Liste kann Ihnen zur Orientierung dienen, damit Sie bei der Planung für die erste Zeit mit Ihrem Baby nicht zu viel Überflüssiges erwerben, aber auch nichts Wichtiges vergessen...

## Kleidung

- 6 bis 8 Bodys in Größe 56 - 62, kurz- und langärmelig
- 6 bis 8 Strampler in Größe 56 - 62
- 1 bis 2 Mützen in Größe 34 und darunter
- 1 bis 2 Wolljäckchen
- 4 bis 6 Paar Söckchen
- Handschuhe und Wollschuhe (im Winter)
- 1 Jacke oder 1 Schneeanzug für draußen
- 6 weiche Spucktücher oder Lätzchen

## Zum Schlafen

- Eine nicht zu große Wiege, Stubenwagen, Korb oder Gitterbett ohne Himmel und Nestchen
- Eine passende Matratze (antiallergisch)
- Ggf. 2 Matratzenschoner
- 2 Betttücher
- 2 Babyschlafsäcke in Größe 56 - 62
- Eine Babydecke zum Tragen

## Zum Wickeln

- Wickelplatz in rüchenschonender Arbeitshöhe
- Wärmelampe
- Plastikunterlage
- Moltontücher oder Handtücher als Auflage
- Je nach Wickelmethode Windeln und eventuell Wollhöschen in der kleinsten Größe
- Waschlappen
- Ggf. Feuchttücher (für unterwegs praktisch)
- Müll-Treteimer
- Wickeltasche oder Rucksack für unterwegs

## Zum Baden

- Evtl. eine Babybadewanne (je nachdem mit Gestell für die Badewanne) oder einen Bade-eimer; man kann das Baby anfangs auch im Waschbecken baden
- 2 Handtücher (vorgewärmt)
- Waschlappen
- Badethermometer
- Süße Sahne oder Öl und Milch als Badezusatz
- Babynagelschere
- Kleidung inkl. Mütze (vorgewärmt)

## Für den Transport

- Kinderwagen mit Einkaufsnetz und Regenschutz (Fliegennetz je nach Jahreszeit)
- Babyschale für das Auto
- Evtl. Tragetuch oder Tragesack

## Sonstiges

- Stillkissen
- Fläschchen
- Bei Flaschenernährung:
- 6 Flaschen
- 6 Sauger
- 1 Flaschenbürste
- 1 Flaschenwärmer
- Evtl. Sterilisationsgerät