

KLINIKKOFFER CHECKLISTE

3 Schritte zum Klinikoffener

Schritt 1

Für die Mami



- 1 altes XXL T-Shirt oder Oberhemd vom Partner (für den Kreissaal)
- 2 Still-BHs + Stilleinlagen
- 1 bequemer nahtloser Bustier für nachts, zum fixieren der Still-Einlagen
- 1-2 Pyjamas/ Nachthemden mit Stillfunktion
- Hausschuhe oder Schlappen und dicke Socken
- 6-8 Stk. Unterwäsche
- 1-2 bequeme Shirt- oder Jogginghosen für tagsüber
- 3-4 Basic Shirts mit Stillfunktion für tagsüber
- 1 Sweatshirtjacke oder Strickjacke (je nach Jahreszeit)
- Komplettes Outfit + Schuhe für die Entlassung
- Handtücher
- Hygiene- und Pflegeprodukte

Ich packe meinen Koffer und nehme mit...



Schritt 2

Für das Baby



- Erstlingsausstattung (Größe 50 -56) für den Nachhauseweg!
- 1 Body
- 1 Strampler oder 1 Höschen + Oberteil
- 1 Mütze + Söckchen
- 1 Jacke
- 1 Babydecke
- Spucktücher / Stoffwindel
- Maxi Cosi für den Transport im Auto evtl. mit Sack im Winter

Schritt 3 Dokumente im Klinikoffener

- Mutterpass (sehr wichtig!)
- Versicherungskarte / Gesundheitskarte
- Familienbuch / Stammbuch
- Geburtsurkunde bei ledigen Müttern

Packe eine Tasche, Rucksack, Koffer oder Ähnliches, womit Du Deine ganzen Sachen, Babybekleidung, persönliche Dinge, usw. bequem transportieren kannst. Den fertig gepackten Koffer stellst Du möglichst griffbereit in Haustürnähe ab. Dies sollte bis spätestens zur 37. Schwangerschaftswoche (SSW) erledigt sein. Mit unserer Checkliste für den Klinikoffener bist Du für Deinen großen Tag der Geburt bestens gerüstet.