

Checkliste für die Klinik-Tasche



Weitere
Informationen unter
[geburt-einleiten.de](https://www.geburt-einleiten.de)



Für die Mutter

- Dokumente (Krankenkassenkarte, Personalausweis, Mutterpass, ggf. Stammbuch)
- Bequemes Outfit für den Kreißsaal (Nachthemd, weites T-Shirt, Socken)
- Ein paar Müsliriegel als Snack
- Ein bisschen Kleingeld
- Bequeme Schlafkleidung (möglichst zum Knöpfen für mögliches Stillen)
- Bademantel
- Socken und Hausschuhe
- Bequeme Kleidung für Besuche und Spaziergänge im Freien
- Still-BHs und Stilleinlagen
- Kulturbeutel
- Saugfähige Damenbinden
- Handtücher

Für das Kind

- Bodys (je nach Witterung lang- oder kurzärmelig)
- Dem Wetter angepasste Kleidung (für einen eventuellen Spaziergang)
- Söckchen
- Mütze
- Handtücher
- Spucktücher
- Einige Windeln
- Ggf. schon Kuscheltier oder Spieluhr
- Babydecke