



Packliste Kliniktasche

Für die Frau:

- mind. **vier bequeme, weite Nachthemden** oder Herrenhemden
- Stilleinlagen und **zwei Stillbüstenhalten** (zwei Nummern größer als bisher)
- mehrere **kochfeste Slips** oder Wegwerfslips
- Bademantel oder Sweatshirtjacke
- Handtücher und Waschlappen
- eine große Packung starker Binden
- Toilettenartikel und Feuchttücher, evtl. Klopapier (oft rauh)
- weite und bequeme Kleidung (z.B. Jogginganzug oder etwas, das Ihnen im 5./6. Monat gepasst hat)
- Bücher, Zeitschriften, MP3-Player, Smartphone oder Tablet und die zugehörigen Ladegeräte
- Adressbuch und Kleingeld (falls in der Klinik Handyverbot herrscht)
- Kontaktlinsenträgerinnen: Brille

Papiere:

- [Mutterpass](#)
- Personalausweis
- Krankenversicherungskarte
- falls vorhanden: Allergiepass
- evtl. den Einweisungsschein des Frauenarztes/der Frauenärztin
- Familienstammbuch oder Heiratsurkunde (wenn Sie verheiratet sind) bzw. Geburtsurkunde und ggf. Vaterschaftsanerkennung (wenn Sie ledig sind)

Für die Geburt:

- Ein bis zwei bequeme, weite Hemden oder Shirts zum Wechseln während der [Wehen](#)
- Warme Socken oder Wärmflasche
- Hausschuhe
- bei langen Haaren Haarspange oder –gummi
- Lippenbalsam, Massageöl, Badezusatz
- Verpflegung, z.B. Tees, Fruchtsäfte, Obst, Traubenzucker, Müsliriegel
- Fotoapparat/Kamera

Für das Baby:

- zwei bis drei [Windeln](#) für den Entlassungstag
- ein bis zwei Bodys in Größe 50 oder 56
- ein Strampelanzug und ein Wickeljäckchen
- ein Jäckchen (im Winter: Winteroverall)
- Mützchen und Socken; falls Ihr Baby im Winter geboren wird auch Handschuhe
- Spucktücher
- Trageschale und Decke oder Babyautositz (kann auch zur Abholung bei der Entlassung jemand mitbringen)