



Checkliste Klinikkofter

Es ist sinnvoll, etwa einen Monat vor dem errechneten Entbindungstermin einen Klinikkofter vorzubereiten. So sind Sie bestens gerüstet, wenn es endlich losgeht. Machen Sie sich aber keine Sorgen, etwas Wichtiges zu vergessen – Dinge wie Babykleidung, Monatsbinden und Spucktücher werden von den meisten Kliniken gestellt. Andere Dinge kann Ihr Partner oder anderer Besuch auch im Nachhinein für Sie besorgen.

Für das Baby

- 2 Bodys Größe 56-62
- 2 Strampler 56-62
- 2 Hemdchen 56-62
- 2 Paar Baumwollsöckchen
- 2 Mützchen
- evtl. Fäustlinge
- Überkleidung, um das Krankenhaus zu verlassen:
 - im Winter: 1 Schneeanzug oder 1 Mucki-Sack
 - im Sommer: 1 Moltontuch oder 1 Babydecke
- evtl. Schnuller Größe 1
- Autoschale für den Transport nach Hause

Eigene Notizen

Wichtige Unterlagen

- Personalausweis
- Mutterpass
- Familienstammbuch
- Krankenversicherungskarte
- Einweisungsschein des Gynäkologen
- bei Nabelschnurblut: Entnahmeset und Einverständniserklärung

Mamas Koffer

- 3 Nachthemden, die sich vorne leicht öffnen lassen (wenn Sie stillen möchten)
- 1 weiches Stilltuch, damit Sie die Brust beim Stillen bedecken können
- 1 Bademantel
- 1 Paar Hausschuhe oder Badeschlappen
- dicke Socken
- 3 Oberteile, die Sie leicht anziehen können, damit Sie sich für Ihre Besucher hübsch machen können
- 8 dehnbare Einwegunterhosen (bekommen Sie bei Bedarf aber auch in der Klinik)
- extra-saugfähige Binden für die Wochenbettzeit nach der Entbindung (keine Tampons! – aber auch die Binden können Sie direkt im Krankenhaus bekommen)
- Ihre Kulturtasche
- Traubenzucker
- einen Beutel für die schmutzige Wäsche
- Kleidung für Spaziergänge oder für die Entlassung (Größe etwa wie im 7. Monat)
- Ohrstöpsel, falls Sie kein Einzel- oder Familienzimmer haben

Eigene Notizen

Für die Geburt

- Nachthemd oder knöpfbare T-Shirt
- Haargummi für lange Haare
- Getränke und Knabbereien für Sie und Ihre Begleitung (falls es länger dauert)
- Musik
- etwas zum Zeitvertreiben wie Rätselhefte, Kartenspiele, Bücher etc.

Stillzubehör

- 2 Still-BHs
- Einweg-Stilleinlagen (mindestens 3 Paar pro Tag)
- 1 Brustwarzencreme, evtl. Milchbildungstee
- Stillkissen
- ein paar Baumwoll-Spucktücher (werden aber häufig von der Klinik gestellt)



Eigene Notizen

Das Onmeda-Team wünscht Ihnen alles Gute für die Geburt!