



MEMORIX *Kliniktasche*

Für die Geburt:

- Warme Socken
- 2 lange T-Shirts
- Bequeme, weite Hosen
- Hausschuhe
- Haargummi für längere Haare
- Brille für Kontaktlinsenträgerinnen
- Lippenpflege
- Lieblingsgetränk
- Kleine, schnelle Snacks (Traubenzucker, Bonbons, Studentenfutter, Obstschitze)
- Fotoapparat

Für den Vater:

- Bequeme Kleidung/ Schuhe (im Kreißsaal kann es sehr warm werden)
- Evtl. Kulturbeutel
- Proviant & Getränke

Für die Zeit im Krankenhaus:

- Kulturbeutel
- Bequeme, stillfreundliche Kleidung/ Schlafanzüge
- Still-BH (1-2 Cups größer als im letzten Schwangerschaftsdrittel, vorerst einen anschaffen, 2-3 Wochen nach der Geburt mehrere passende kaufen)
- ggf. Bademantel
- ggf. bequeme Slips
- Handtücher & Waschlappen
- Buch/ Zeitschriften, Schreibzeug
- Kniffel o.ä. (falls das Baby auf sich warten lässt)
- Persönliches zum Wohlfühlen
- Adressbuch mit den wichtigsten Telefonnummern

Für die Heimfahrt:

- Body
- Strampler/ Hemdchen/ Hose/ Pullover...je nach Jahreszeit
- Jäckchen
- Mütze
- Warme Wollsöckchen
- Decke
- Spucktuch
- Kindersitz fürs Auto (Testeinbau vorher ohne Kind sehr zu empfehlen!)

Formalitäten:

- Mutterpass
- Einweisung vom Frauenarzt
- Versichertenkarte
- Leistungen der Privatkassen/ Zusatzversicherungen vor dem Krankenhausaufenthalt abklären
- Allergiepass oder andere medizinisch relevante Unterlagen
- Personalausweis
- Bei unverheirateten Frauen: Geburtsurkunde
- Bei verheirateten Frauen: Stammbuch der Familie