



Sandra Luczkowski-Ott
Metzinger Str. 18
72766 Reutlingen-Mittelstadt
0151-42899661
www.deine-hebamme-sandra.de

Kliniktasche

Für die Geburt

- bequemes langes Shirt
- zwei Paar dicke, warme Socken
- zwei bequeme Hosen
- einen Pullover oder eine Strickjacke
- Haus- oder Badeschuhe
(in die du schnell und ohne Hilfe rein und raus kommst)
- Haargummis
- Lippenpflegestift
- eine Brille / Kontaktlinsenutensilien
- Musik
- zur Stärkung während der Geburt: Getränke, Traubenzucker, Bonbons, kleine Snacks
(auch für deine Begleitung)
- einen Strohhalm mit Knick oder eine Sporttrinkflasche
- Bademantel (solltest du es gewohnt sein einen zu nutzen)
- evtl. Bikinioberteil / Bandeau (Wassergeburt)

Für die Zeit in der Klinik

- bequeme Kleidung die dir ca. im 6. - 7. Schwangerschaftsmonat gepasst hat
(am besten zum vorne Öffnen für das Stillen)
- 2 - 3 Nachthemden / bequeme Schlafanzüge
- evtl. Bademantel (sofern er dein Wohlfühl unterstützt)
- 2-3 große und kleine Handtücher, sowie Waschlappen
- Kulturbeutel und Pflegeutensilien
- Handy und Ladekabel
- persönliche Dinge zum Wohlfühlen

Für die Heimfahrt des Kindes

- Body
- Hemdchen/ Pullover
- Strampler/ Hose

- Jäckchen
- Socken/ Strumpfhose
- eine dünne/ warme Mütze
- Spucktücher
- Babyschale für die Autofahrt (+ Decke/ Wärmesack für den Winter)

Dokumente und wichtige Unterlagen

- deinen Mutterpass
- die Versicherungskarte deiner Krankenkasse
- deine Versicherungsnummer wenn du privat versichert bist
- Allergiepass und/oder andere relevante medizinische Unterlagen
- Medikamente, die du benötigst (z.B. Asthmaspray)
- auf Wunsch: individueller Geburtsplan

Für nach der Geburt:

- Personalausweis oder Reisepass
- Familienstammbuch
(bei Verheirateten)
- Geburtsurkunde, Vaterschaftsanerkennung und Sorgerechtsklärung
(bei unverheirateten Paaren)