

## Wichtige Dokumente:

- Mutterpass
- Versichertenkarte  
(bei Privatversicherten den Versicherungsnachweis)
- Personalausweis, Stammbuch oder  
(bei Unverheirateten) Geburtsurkunde  
und, wenn vorhanden, Vaterschafts-  
anerkennung
- Allergiepass
- Einweisungsschein
- Wenn Sie möchten:**  
Entnahmeset und Einwilligung gegenüber  
der Klinik, wenn Sie Nabelschnurblut  
spenden wollen



## Für die Entbindung:

- Ein bis zwei weite, lange T-Shirts  
(die dreckig werden können, bestenfalls  
aus Baumwolle)
- Zwei weite Jogginghosen, eine Strickjacke
- Dicke Socken
- Kaugummis oder Bonbons, Traubenzucker  
oder etwas anderes Süßes als Energie-  
lieferant
- Müsliriegel oder Kekse
- Lieblings-CD und/oder Aromaduft  
zum Wohlfühlen
- Buch, Hörbuch, Zeitschrift
- Massageöl, Pflegelippenstift
- Kissen für bequemes Liegen
- Kamera (vorher erkundigen, ob Geburt  
gefilmt werden darf; Blitzlicht vermeiden)

## Für Sie:

- Kulturbeutel:**  
Shampoo, Duschgel, Deo, Schmink-  
täschchen, Kosmetiktücher, Zahnbürste,  
Zahnpasta, Haarbürste, Haargummis,  
Föhn, Papiertaschentücher, eine Body-  
lotion oder Hautcreme, die nicht geruch-  
sintensiv ist, evtl. weiches oder feuchtes  
Toilettenpapier
- Drei bis vier Handtücher und Wasch-  
lappen oder Einwegwaschlappen
- Hausschuhe zum Reinschlüpfen
- Drei bis vier Schlafanzüge oder Nacht-  
hemden (vorher darauf achten, dass man  
sie vorne aufknöpfen oder bequem hoch-  
schieben kann, damit Sie das Baby stillen  
können), Strümpfe, weite Hosen
- Zwei Still-BHs
- Einmalunterhosen sowie Binden werden  
in den meisten Krankenhäusern gestellt

## Sonstiges:

- Beutel für Schmutzwäsche
- Handy mit Ladekabel
- Geld und wichtige Adressen mit Telefon-  
nummern, falls Sie Ihr Handy nicht  
benutzen dürfen
- Falls vorhanden, sollten Sie Ihre Brille  
tragen, da Kontaktlinsen für Wehen und  
Geburt nicht ratsam sind
- Wenn Sie möchten und es erlaubt ist:**  
eigene Bettwäsche, Kissen, Bilder  
Ihrer Liebsten



## Für die Begleitperson:

- Leichte Kleidung
- Gegebenenfalls Badekleidung und Handtuch
- Essen und Trinken
- Bequeme Schuhe
- Uhr mit einem Sekundenzeiger, damit er die Abstände zwischen den Wehen messen kann



## Für Ihr Kind:

- Windeln werden oft gestellt
- Für Entlassungstag:** Body, Jäckchen, Strampler (Größe 50/56), Mützchen, Spucktuch, Kuschedecke, je nach Jahreszeit dicke Jacke/Hausschuhe zum Reinschlüpfen
- Flaschen- oder Milchnahrung
- Babytrage, Kinderwagen, Baby-Sicherheitschale

## Für die Entlassung:

- Bequeme Kleidung, die ungefähr im fünften bis sechsten Monat noch gepasst hat
- Dehnbare Slips, die auch über Kaiserschnittnarbe führen
- Evtl. zusätzliche Tasche für Geschenke zur Geburt

