

Was ihr in die Klinik mitnehmen solltet.

Papiere

- Mutterpass
- Papiere zum Beantragen der Geburtsurkunde (s. Kopie)
- Versichertenkarte oder Kostenübernahmeschein der Krankenkassen.

Kleidung

- mehrere Nachthemden, Schlafanzüge oder T-Shirts, die sich vorne bis zum Bauchnabel aufknöpfen lassen und somit das Stillen erleichtern.
- Für die Geburt ein Hemd, das ihr u.U. Wegschmeißen könnt danach
- Slips aus kochfester Baumwolle, die nicht zu knapp sitzen
- Still-BH's, die ein bis zwei Nummer größer sind, als die bisherige Größe. Praktisch sind auch Still-Bustiers, die sich der Brustgröße gut anpassen
- Stilleinlagen (schön sind waschbare aus Seide/Wolle/Baumwolle)
- warme, möglichst rutschfeste Socken
- Hausschuhe, in die Sie leicht hineinschlüpfen können

(Bademantel)

- Kleidung für die Zeit in der Klinik, z.B. Jogginganzug oder -hose, bequeme Shirts, Strickweste.
- bequeme Kleidung für dich und dein Kind für den Weg nach Hause
- bei Kontaktlinsenträgerinnen: Brille nicht vergessen
- Haarband und Haargummi, um lange Haare zurückzubinden.

Zur Stärkung

- Traubenzucker, etwas Obst, Kekse

Pflege

- Lippenbalsam
- Zahnbürste und Zahncreme
- Waschlappen, Duschgel, Shampoo, Deo, Kamm/Bürste, Haarfön, Handtücher
- auf Parfüm besser verzichten (Babys werden von dem Geruch irritiert und gehen dann eventuell nicht an die Brust)

Sonstiges

- Bücher, Musik, vertraute Kleinigkeiten wie z. B. Kuscheltiere
- eventuell eigenes Stilkissen

