



Packliste zur Entbindung

DOKUMENTE

- Mutterpass
- Krankenkassen-Versichertenkarte
- Allergiepass oder andere relevante medizinische Unterlagen
- Dokumente für die Geburtsurkunde (Heiratsurkunde, bei unverheirateten Mamis Geburtsurkunde)
- Familienstammbuch
- Geburtsplan

FÜR DIE GEBURT

- Handtuch
- Verordnete Medikamente
- Gebärkleid, langes Baumwoll-Shirt/Hemd, Kimono oder ähnliches
- warme Socken, bequeme Hausschuhe
- Trinkflasche mit Sportaufsatz oder Strohhalm
- Lippenpflege
- Musikbox & Geburtsplaylist
- Handy / Kamera, Ladegeräte
- Snacks (Müsliriegel, Cracker, Traubenzucker etc.)
- Persönliches zum Wohlfühlen (Stillkissen, Buch, Rolle weiches Klopapier, Massageöl etc.)

FÜR NACH DER GEBURT

- Kulturbeutel mit Zahnbürste, Zahnpasta, Kosmetika, Creme, Deo, Haarbürste, Haargummis, Trockenshampoo, ggf. Kontaktlinsen
- pH-neutrale Seife zum Duschen nach der Geburt Waschlappen, Handtuch
- Schlaf-/ Stillkleidung, bequeme Hose, bequemes Shirt
- Kleidung für den Weg nach Hause
- Slips, Still-BHs
- Slip-, Stilleinlagen
- Still-/ Nachtlicht
- Brustwarzensalbe/Kompressen (wird i.d.R. auch in der Klinik gestellt)
- Ohrstöpsel, Schlafmaske
- Wäschebeutel

FÜR DAS BABY

- Kleidung für den Heimweg (auf Jahreszeit abgestimmt)
- Baby-Trageschale für den Transport nach Hause
- Deckchen, Puck-Sack oder -Tuch
- Schnuller
- Spucktücher/ Mullwindeln
- Spieluhr

FÜR DIE BEGLEITPERSON

- Hausschuhe
- Bequeme Kleidung (evtl. Wechselkleidung)
- Kulturbeutel mit Zahnbürste, Zahnpasta, Deo etc.
- Thermoskanne für Tee, Kaffee
- Bargeld (z.B. für die Cafeteria)
- Snacks