

*Ach packe meine Kliniktasche*

## DAS BENÖTIGEN SIE FÜR IHREN KRANKENHAUSAUFENTHALT

- Zwei oder mehrere Nachthemden oder Longshirt**  
praktisch sind hier weite, bequeme Hemden, die ggf. auch vorne zum Stillen geöffnet werden können.
- Mehrere Paar bequeme Unterwäsche**  
Nehmen Sie Unterwäsche mit, in denen Sie sich wohl fühlen, Hygienebinden für starke Blutungen sind im Krankenhaus vorrätig
- Bademantel, Handtücher**  
für Ihren täglichen Bedarf.
- Hausschuhe & ein Paar warme Socken**  
auch im Sommer kann es passieren, dass durch die Dauer der Eröffnungsphase kalte Füße entstehen. Das kann sich wehenhemmend & damit ungünstig auf die Geburt auswirken.
- Stilleinlagen & Still-BHs**  
Stilleinlagen werden auch von der Klinik gestellt. Bevorzugen Sie aber bestimmte Einlagen, empfiehlt es sich, diese mitzubringen
- Handy & Ladegerät**
- Körperpflegeprodukte & Make-up**  
Alle Produkte, die Sie Zuhause benutzen, sollten Sie auch in die Klinik mitbringen, um sich wohl zu fühlen. Zudem hilft ein Lippenpflegestift und Körpercreme dabei, trockene Haut/Lippen bedingt durch die hormonelle Umstellung feucht zu halten.
- Bequeme Kleidung**  
Eine Geburt ist kräftezehrend, daher sollten Sie sich in Ihrer Kleidung wohl fühlen
- Unterlagen wie Mutterpass, Allergiepass, Versichertenkarte**  
Der Mutterpass sollte mitgenommen werden sowie die Ausweise und Versichertenkarten von Ihnen und Ihrem Partner. Auch eine Einweisung Ihres Frauenarztes, sofern vorhanden, sollten Sie in der Klinik mitbringen
- Proviant zu Stärkung**  
Nehmen Sie Proviant für sich und Ihre Begleitung mit :-)

