

Kliniktasche: Checkliste mit Mengen für Mutter und Baby

Teilen Sie Ihre Tasche in separate Sets für Dokumente, Mutter und Baby auf. Die folgenden Zahlen sind ein redaktionelles Beispiel für einen anfänglichen Aufenthalt von **1–2 Tagen**; sie sind keine medizinische Norm, obligatorische Einkaufsliste oder eine für alle Krankenhäuser geltende Anforderung. Was die Einrichtung bereitstellt, die Dauer des Aufenthalts, das Wetter, der Ernährungsplan und die Anzahl der Babys ändern den Bedarf. Für zusätzliche Tage kann es praktischer sein, ein Ersatzset vorzubereiten, das eine nahestehende Person mitbringen kann, anstatt eine große Tasche zu überfüllen.

Dokumente und leicht auffindbare Grundausrüstung

	Artikel	Anfangsmenge	Hinweis
☐	Personalausweis und für die Aufnahme erforderliche Dokumente	1 Mappe	Fragen Sie, ob eine Überweisung und Versicherungsdokumente benötigt werden
☐	Schwangerschaftsaufzeichnungen und wichtige Analyseberichte	1 Set	Vom Team gewünschte Informationen und Geburtsplan
☐	Medikamenten- und Allergieliste	1 Liste	Name, Dosis, letzte Einnahme; Medikamente mit dem Team abstimmen
☐	Telefon und Ladegerät	1 Set	Bewahren Sie Kontaktnummern auch separat auf
☐	Brille oder persönliche Hilfsmittel	Benötigtes Set	Täglich verwendete Hilfsmittel

Letzte Überprüfung: Priorisieren Sie den Kontaktplan, nicht die Tasche · Kurze Antwort: eine kleine Haupttasche und ein separates Ersatzset

Kliniktasche: Checkliste mit Mengen für Mutter und Baby

Wie viele Artikel für die Mutter?

	Artikel	Anfangsmenge	Hinweis
☐	Nachtwäsche	1-2 Stück	Locker, weich; leicht zu öffnen zum Stillen
☐	Bequeme Tages- und Entlassungskleidung	3 Wechsel	Nicht einengende Größe, eines für die Entlassung
☐	Bequeme Unterwäsche	5-6 Stück	Einweg oder waschbar, passend für Sie
☐	Bequemer Still-BH	2-3 Stück	Stillfreundlich nach Wunsch
☐	Wochenbetteinlagen	2 Packung	Stark saugend; Packungsanzahl prüfen
☐	Hausschuhe und Socken	1 Paar Hausschuhe, 2 Paar Socken	Rutschfest, bequem; nach Duschregeln fragen
☐	Handtuch	1-2 Stück	Kann reduziert werden, wenn das Krankenhaus sie stellt
☐	Kulturtasche	1 kleines Set	Zahnbürste, Zahnpasta, Kamm und persönliche Essentials

Letzte Überprüfung: Priorisieren Sie den Kontaktplan, nicht die Tasche · Kurze Antwort: eine kleine Haupttasche und ein separates Ersatzset

Kliniktasche: Checkliste mit Mengen für Mutter und Baby

Anfangsset für das Baby

	Artikel	Anfangsmenge	Hinweis
☐	Baumwollbody	3–4 Stück	Passende Größe, leicht zu öffnen
☐	Strampler oder bequeme Babykleidung	3–4 Stück	Reserve für Verschmutzung
☐	Entlassungsset	1 Set	Wetter- und transportgerecht
☐	Windeln	1 kleine Packung, z.B. 20–24 Stück	Variiert je nach Krankenhausversorgung und Aufenthalt
☐	Baumwoll- oder geeignete Feuchttücher	1 kleines Set	Entsprechend den Reinigungsrichtlinien des Krankenhauses
☐	Musselin- oder weiches Stofftuch	2–3 Stück	Nach Bedarf für Sauberkeit und Fütterung
☐	Leichte Decke für unterwegs	1 Stück	Wettergerecht, Gesicht und Kopf frei lassen
☐	Mütze und Socken für draußen	Je nach Wetter 1 Set	Zusätzliche Schichten beim Betreten des Innenbereichs entfernen

Eine Decke für unterwegs bedeutet nicht, lose Decken, Kissen und Spielzeug in den Schlafbereich des Babys zu legen. Das Baby sollte auf dem Rücken, auf einer festen und flachen Matratze, an einem sicheren Ort schlafen, dessen Gesicht und Kopf nicht bedeckt sind. Kissen, dicke Decken, Schlafsäcke, gewichtete Decken und weiche Bettschutzvorrichtungen sind keine notwendigen Babyartikel für die Kliniktasche. Wickeln Sie das Baby nicht zu fest ein.

Letzte Überprüfung: Priorisieren Sie den Kontaktplan, nicht die Tasche · Kurze Antwort: eine kleine Haupttasche und ein separates Ersatzset