

Hebamme Iris Wagner, BSc
Trattnach- Arkade 2A
4710 Grieskirchen
+436604702115
kontakt@hebamme-iris.at



Checkliste Kliniktasche

- Mutter-Kind-Pass
- Ausweis (Allergie, Blutgruppe, Personalien)
- Ggf. ausständige Befunde (Labor, Reverse,..)
- Versicherungsunterlagen/ ecard
- Überweisung vom Frauenarzt (falls nicht schon vorher abgegeben)
- Geld für Kaffee etc.
- Medikamente (die regelmäßig eingenommen werden z.B. Asthma Spray etc.)
- Für die Hinfahrt saugfähige Unterlage (Handtuch, Wickelauflage)
- Hausschuhe
- Wechselkleidung gemütlich (Unterwäsche, Jogging Hosen, T Shirt (Stillfreundlich), Pullover, Socken, Pyjama,
- Warme Socken
- Bademantel
- Musik (CD, etc.)
- Trinkflasche
- Müsliriegel, Traubenzucker, Studentenfutter etc.
- Kaugummi, Lutschbonbons
- Lippenbalsam
- Kontaktlinsen/Brille inkl. Utensilien
- Buch, Kartenspiel
- Kamera
- Handy inkl. Ladegerät
- Still BH (erst nach dem Milcheinschuss!)
- Stilleinlagen
- Toilettasche (Zahnbürste, Zahnpasta, Haarbürste, Haargummi, ph neutrale Seife und Deo geruchtsneutral)
- Taschentücher
- Föhn
- Für die Begleitperson: Hausschuhe, Wechselkleidung, Toilettasche, Snacks
- Fürs Heimgehen: Body, Strampler, Jäckchen/Overall, Babysocken, Haube, Decke, Stoffwindel, Babysitz fürs Auto)

Die Kliniktasche sollte spätestens 3 Wochen vorm Geburtstermin gepackt sein und griffbereit stehen!!