HEBAMME MARLENE

KLINIKTASCHE

Tipp: Packe nicht zu viel ein, sondern lege evtl. zu Hause noch zusätzliche Kleidung für dich bereit, die dir dein Besuch mitbringen kann, falls nötig.

- [ ] Eltern-Kind-Pass
- [ ] e-card
- [ ] Ausweise
  z. B. Allergien, Blutgruppen

- [ ] Hausschuhe
- [ ] Bademantel / Morgenmantel
- [ ] warme Socken

- [ ] persönliche Medikamente
- [ ] Toilettetasche
- [ ] Podusche

- [ ] 2-3 Tops / lockere T-Shirts
- [ ] bequeme Hosen mit elastischem Bund
- [ ] evtl. Still-BH

- [ ] Handtuch für den Autositz
  nach Blasensprung

Tipp: Für das Baby gibt es üblicherweise Kleidung vor Ort. Am besten lebt dein Baby in den ersten Tagen und Wochen aber im Haut-zu-Haut-Kontakt auf euch.

Für die Begleitperson

- [ ] bequeme Kleidung
  evtl. etwas zum Wechseln

Für das Kreißzimmer

- [ ] Kolostrum, wenn vorhanden
- [ ] rotes Handtuch
- [ ] Geburtskamm
- [ ] Musikbox mit Playlist
- [ ] Ladekabel
- [ ] Haargummi
- [ ] Lippenpflege
- [ ] Trinkflasche / Strohhalm
- [ ] isotonische Getränke
- [ ] Traubenzucker und evtl. Snacks

Tipp: Falls du geplant ohne Wehen ins Krankenhaus musst (Einleitung oder Kaiserschnitt): evtl. Ohrstöpsel zum Schlafen.

Für den Heimweg

- [ ] Kleidung für Mama
- [ ] 1 Langarmbody
- [ ] 1 Strampler / Hose
- [ ] 1 Haube
- [ ] Socken
- [ ] je nach Jahreszeit Pullover oder Overall

Tipp: Babyschale erst beim Heimfahren mitbringen.

MARLENE BRUCKNER, BSC
info@marlene-hebamme.at +43 670 35 20 321
STAND 11/2026