

## Meine Tasche für die Geburt

### Dokumente:

- Mutterpass
- Chipkarte der Krankenkasse
- Ein- oder Überweisung, wenn vorhanden
- ggf. Dokumente für die Geburtsanmeldung beim Standesamt

### Körperpflege: *Im Kreißsaal gibt es ausreichend Handtücher, Slips, Binden*

- Lippenbalsam
- Zahnputzzeug, Duschgel, Shampoo, Deo, Cremes...
- Handtuch (klein und groß) für den Stationsaufenthalt
- Haarbürste, Haargummis
- ggf. Brille/ Brillenputztuch/ Etui oder Kontaktlinsenzeugs
- ggf. Po-Dusche (Spülbecher haben wir vor Ort für Dich)

### Kleidung: *Stilleinlagen, Binden, Slips gibt's auf der Station*

- Badelatschen, evtl. Bademantel
- Schlafanzug (noch schwanger auf Station? -> Ohrstöpsel)
- Wohlfühlsachen für tagsüber (babykuscheltauglich und gartentauglich)
- Wechselsachen falls die Fruchtblase platzt
- Still-BHs oder Still-Tops
- Warme Socken
- ggf. Bondingshirt

### Sonstiges: *Snacks und Getränke sind frei für Dich im Kreißsaal verfügbar*

- Lieblingsgetränk, isotonische Getränke
- Traubenzucker, Müsliriegel, Nüsse, Schokolade etc.
- Handy, langes Ladekabel, Kopfhörer
- ggf. Geburtselektroden 4 Stück à 40 x 100 mm für das Geburts-TENS Gerät

### Fürs Baby: *Strickmützchen, Windeln, Babywäsche, Stillkissen für den Aufenthalt bekommt ihr bei uns*

- Body, Jäckchen, Söckchen, Strampler in Gr. 50/56 für den Heimweg (und ggf. das Fotoshooting)
- Autoschale mit Decke oder Fußsack

### Für die Begleitung: *Kaffee, Tee, Wasser... haben wir im Kreißsaal für Dich frei verfügbar*

- Snacks, Lieblingsgetränk
- Frisches T-Shirt, Wohlfühlhose, Latschen
- Kleingeld für den Snack- und Getränkeautomaten
- Handy, langes Ladekabel, Kopfhörer