



Für die Geburt

- Hausschuhe
- Warme Socken, denn kalte Füße bremsen die Wehen
- Altes oder kochfestes T-Shirt und ein Ersatz-Shirt
- CD mit der Lieblingsmusik
- Evtl. Badezusatz und Massageöl
- Etwas zu Essen (auch für den werdenden Papa wichtig), Kleinigkeiten wie Traubenzucker oder ein Schokoriegel
- Brille (bei Kontaktlinsenträgern)

Für das Baby

- Babykleidung wird in fast allen Kliniken während des Aufenthalts gestellt.
- Für den Heimweg brauchen Sie eine komplette Garnitur, d. h. Body, Hose und Pulli oder ein Strampler in der Größe 56 sowie eine Jacke
- Mütze und Socken
- Spucktuch und Decke
- Maxi Cosi/Kinderwagen oder Tragetuch

Papiere

- Mutterpass
- Personalausweis oder Reisepass
- Familienstammbuch
- Heiratsurkunde, bei unverheirateten die eigene Geburtsurkunde
- Versichertenkarte der Krankenkasse

Für die Zeit nach der Entbindung

- 2 bequeme Jogginghosen
- 2 Nachthemden/Schlafanzugjacken, die sich zum Stillen vorne öffnen lassen
- Bademantel
- Extra weiches Toilettenpapier
- Still-BHs (eine Nummer größer als im sechsten Monat)
- Still-Einlagen
- Genügend kochfeste Baumwollunterhosen (in manchen Kliniken gibt es Wegwerfslips)
- Fotoapparat
- Geld (z. B. für Telefonkarten)
- Handtücher und Waschlappen
- Schreibzeug