

An alles gedacht: Klinikpackliste für werdende Eltern

Bald ist es so weit! Die Geburt rückt näher.

Mit einer **gepackten Kliniktasche** (Tipp: Rollkoffer) sind Sie für die Geburt, die Wochenbettstation und den Weg nach Hause bestens vorbereitet. Wir haben Ihnen alle Dinge aufgelistet, die **notwendig oder einfach praktisch** sind.

Unser Tipp: Packen sie die Tasche am besten schon etwas früher, denn nicht jedes Kind hält sich an den geplanten Geburtstermin. Daher empfiehlt es sich, die Tasche ab der **36. Schwangerschaftswoche** griffbereit zu haben, damit es im Ernstfall direkt los gehen kann.

Checkliste für Ihren Aufenthalt

Wichtige Dokumente:

- Mutterpass
- Krankenversichertenkarte
- Ausweisdokumente
- Allergiepass/Medikamente
- Heiratsurkunde bzw. Geburtsurkunde (verheiratete Paare) und Familienstammbuch (optional)
- Vaterschaftsanerkennung und ggf. Sorgerechtsklärung (Ledige und unverheiratete Paare)

Das sollte unbedingt in die Kliniktasche:

- Bequeme lockere Kleidung
- Morgenmantel
- Zwei bis drei Pyjamas oder Nachthemden mit Stillöffnung oder Knopfleiste vorne
- Baumwollunterwäsche (kochfest)
- Zwei bequeme Still-BHs (1-2 Cups größer)
- Rutschfeste Hausschuhe oder Flip-Flops und warme Socken
- Hygieneartikel (Tipp: neutrale bzw. duftstofffreie Produkte)
- Handtuch und Waschlappen
- Medikamente (Tipp: Folsäure/Jodid aus Schwangerschaft kann aufgebraucht werden)
- Ggf. Kleingeld für Automaten
- Tüte für Schmutzwäsche
- Babykleidung für den Nachhauseweg
- Ggf. besondere Babykleidung für das Babyshooting bei uns
- Snacks und Getränke zur Stärkung während der Geburt
- Entspannungsmaterialien und etwas zur Beschäftigung
- Der Autositz kann auch erst zur Abholung mitgebracht werden

Diese Dinge bekommen Sie für Ihren Aufenthalt von uns:

- Alles für einen guten Stillstart
 - Pflegeprodukte rund um die Brust
 - Kompetente Beratung durch Still- und Laktationsberaterinnen, sowie geschultes Fachpersonal
- Falls zufüttern notwendig werden sollte, können wir als Alternative zur Formulanahrung auch Frauenmilch anbieten
- Einmalunterwäsche
- Einlagen für den Wochenfluss
- Babykleidung und Spucktücher sowie Windeln und Reinigungstücher zum Wickeln
- Ohrstöpsel

Muss die Begleitperson auch eine Kliniktasche packen?

Bei uns gibt es die Möglichkeit ein Familienzimmer zu belegen. Hier darf eine beliebige Person zur Begleitung (vor, während und nach der Entbindung) mitaufgenommen werden. An der Rems-Murr-Klinik Schorndorf dürfen auch Geschwisterkinder mit ins Familienzimmer und können über Nacht bleiben. Voraussetzung dafür natürlich, dass auf Station der Platz gegeben ist.

- Bequeme Wechselkleidung
- Hausschuhe oder bequeme Sportschuhe
- Hygieneartikel
- Badehose bei Wassergeburt
- Etwas zum Lesen oder Musik

Tipp:

In einem **Geburtsplan** können Sie Ihre Wünsche für den Ablauf der Geburt und die Zeit danach schriftlich fixieren.

Wenn Sie für sich schon einen Geburtsplan angefertigt haben, nehmen Sie auch diesen mit ins Krankenhaus. Die Ärzte und Hebammen können sich daran orientieren. Vergessen Sie nicht, die Liste entsprechend Ihrer persönlichen Bedürfnisse anzupassen.

Gut zu wissen:

Wir bieten Ihnen die **Beantragung der Geburtskunde** als Serviceleistung an.

Kursangebot:

Aktuelle Angebote online unter www.rems-murr-kliniken.de/service/eltern-kind-zentrum.html

Wir wünschen ihnen alles Gute für die Geburt ihres Kindes und freuen uns darauf, Sie bei uns begrüßen zu dürfen!

Ihr Geburtshilfeteam der Rems-Murr-Kliniken