

# Checkliste für Ihren Klinikaufenthalt

Am besten packen Sie Ihren Klinikoffen in der 36. Schwangerschaftswoche.

## Das brauchen Sie für sich:

- Still-BH (eine Nummer größer als im 6. Monat)
- Stilleinlagen
- Dicke, warme Socken
- Bequeme, lange T-Shirts oder Nachthemden oder Pyjamas
- Bequeme, weite Hosen
- Bademantel bzw. Strick- oder Sweatshirtjacke
- Unterwäsche (ca. 8 kochfeste Baumwollslips oder Wegwerfslips)
- Besonders saugfähige Binden (keine Tampons)
- Kulturbeutel/Kosmetik
- Haargummi für längere Haare
- Hausschuhe
- Lippenpflegestift
- Mutterpass
- Versichertenkarte der Krankenkasse

## Das brauchen Sie für den Kreißaal:

- Bequeme Kleidung, beispielsweise ein langes T-Shirt, weite Hose
- Dicke, warme Socken
- Musik/Hörbücher
- Bücher, Zeitschriften
- Snacks/Süßes
- Getränke (Mineralwasser ist vorhanden)
- Lippenpflegestift

## Das brauchen Sie für Ihr Baby:

- Kleidung für den Heimweg: Body, Strampler, Söckchen, Mütze, Jäckchen
- Babydecke
- Wenn Sie mit dem Auto nach Hause fahren: Autositz/Babyschale mit der nötigen Ausstattung für Neugeborene
- Wenn Sie zu Fuß gehen: Kinderwagen oder Tragetuch
- Spucktuch

## Ihr Kontakt zur Mülheimer Frauenklinik – Geburtshilfe

Tel. 0208 309-2501 (Sekretariat) | Tel. 0208 309-4512 (Kreißaal)

Wertgasse 30 | 45468 Mülheim an der Ruhr