



Checkliste der für die Entbindung benötigten Dinge

für die Mutter	
	Schlafanzug
	Bademantel
	Socken
	Hausschuhe
	Schwangerschaftsunterwäsche
	BH zum Stillen
	Brustpolster
	Wäsche zum Wechseln und bequeme Schuhe
	Toilettenartikel, einschließlich Zahnbürste
	Ggf. Haarband
	Lippenfettstift
	Papiertaschentücher
	Massageöle oder -lotionen
	Tennisbälle oder Massagerolle (für die Rückenmassage)
	Frisches Obst, Snacks
	Bücher, Zeitschriften, Musik
	Ggf. Brille/Linsen
	Handy mit Ladekabel und Liste mit wichtigen Telefonnummern
	Versichertenkarte
	Mutterpass

für die Begleitperson	
	Uhr zum Überprüfen der Wehen
	Fotoapparat/Videokamera
	Toilettenartikel, einschließlich Zahnbürste
	Kleider zum Wechseln
	Snacks und Bücher/Zeitschriften
	Bargeld oder Kleingeld für Warenautomat
	Handy mit Ladekabel und Liste mit wichtigen Telefonnummern

für das Baby	
	Windeln
	Decken
	Babykleidung
	Söckchen
	Babymütze
	Kindersitz für das Auto

Gesundheit und Glück wünscht Ihnen

Ihr PRAXISTEAM
Dr. med. Gabriele Kersten