



## Checkliste:

# Klinikkofter und Erstausrattung

Ihre Hebamme

### Für den Klinikkofter

- Stammbuch, Mutterpass
- 1–2 Nachthemden, große T-Shirts und Jogginghose
- Strickjacke oder Bademantel
- 6 Baumwoll- oder Einmalslips (eine Größe größer)
- 2 Still-BHs (2 Nummern größer)
- Stilleinlagen
- Kosmetik- und Waschsachen
- Hausschuhe und Handtücher
- 6 energiereiche Riegel o. Ä. für die Zeit im Kreißaal
- 1 Hemdchen Gr. 50/56
- 1 Jäckchen Gr. 50/56
- 1 Strampler Gr. 50/56
- 1 dicke Babyjacke mit Mütze
- 1 Babydecke 75 × 100 cm

### Zum Transport

- 1 Kinderwagen
- 1 Matratze für Kinderwagen
- 2 Spannbetttücher für Kinderwagen
- im Winter: 1 Fußsack und/oder 1 durchgehender Skianzug
- 1 Bauchtrage/Tragetuch
- 1 Autosicherheitssitz Größe 0

### Grundausrattung Baby

- 6 Mullwindeln
- 1 Paket Einmalwindeln (kleinste Größe)
- 4 Moltontücher 80 × 80 cm
- 6 Hemdchen/Wickelbodys Gr. 50/56
- 6 Jäckchen Gr. 50/56
- 6 Strampler Gr. 50/56
- 2 Mützchen kleinste Größe
- 2–6 Paar Söckchen/im Winter aus Wolle
- 1 warme Jacke für den Spaziergang
- 1 Lagerungs- und Stillkissen
- 2 Babydecken

### Für den gesunden Schlaf

- 1 Gitterbett, Wiege, Moseskörbchen oder Stubenwagen
- 1 feste luftdurchlässige Matratze
- 2 Spannbetttücher
- 2 wasserdichte Bettelinlagen ca. 50 × 70 cm
- 1 Schlafsack
- 1 Nachtlicht
- 1 Babyfon® (evtl. mit Gegensprechanlage)
- 1 Spieluhr

### Zusätzlich möglich, aber nicht von den Kinderärzten empfohlen

- 1 Nestchen
- 1 Lammfell
- 1 Bettumrandung

### Rund um die Körperpflege

- 1 Wickelkommode oder Wickelaufsatz
- 1 Wickelaufgabe oder 1 dickes Badehandtuch
- 1 Babywanne
- 1 Waschschüssel
- 1 Badethermometer
- 6 Waschlappen (Molton o. Mull) alternativ: Feuchttücher
- 1 Windeleimer und passende Müllbeutel
- 1 weiche Babyhaarbürste
- 1 Babynagelschere mit abgerundeten Spitzen
- 1 Quecksilberthermometer
- 3 Badetücher mit Kapuze
- 1 kleine Wärmflasche
- saugfähige große Binden für Mama
- Olivenöl/Mandelöl für die Massage und Hautpflege

### Rund um die Mahlzeit

- Stillkind: Stilleinlagen z. B. Mehrweg-Stilleinlagen aus Seide/Wolle
- Flaschenkind: 6 Milchflaschen
- 1 Flaschenbürste und Spülmittel
- Sterilisier-Möglichkeit
- wenn gewünscht: 2–3 Beruhigungssauger zum täglichen Wechsel