

## Liste für die Entbindungsstation

Der Augenblick naht, zu dem Sie sich in die Entbindungsstation begeben werden. Anbei eine Liste, die keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt und Ihnen dabei helfen soll, die erforderlichen Sachen für sich und Ihr Baby vorzubereiten. Es empfiehlt sich, keine Wertgegenstände bei sich zu haben (Schmuck, Luxusartikel, ...).

Denken Sie zuallererst an die behördlichen und ärztlichen Unterlagen, die für Ihren Klinikaufenthalt von Nutzen sind: Ihr **Ausweis** oder **Pass**, Ihre **Sozialversicherungskarte**, die **Karte Ihrer Zusatzversicherung**, Ihre **Blutgruppenkarte**, Ihr **Impfausweis**, Ihr **Mutterschaftspass** oder **Schwangerenausweis** und die **Kopien der Untersuchungen**, die während Ihrer Schwangerschaft durchgeführt und von Ihnen in einer zu diesem Zweck vorgesehenen Mappe aufbewahrt wurden.

### Ihr Koffer

Für den Kreissaal:

- eine bequeme Bekleidung (für sich und denken Sie auch an eine bequeme Bekleidung für Ihren Begleiter),
- ein Stillkissen,
- ein Zerstäuber, ein Handtuch für die Mobilisierung auf dem Ball, Musik, ...

Für Ihren Aufenthalt auf der Entbindungsstation:

- Nachtbekleidung, die sich leicht öffnen lässt, sofern Sie sich für das Stillen entschieden haben.
- Für die ersten Tage Einwegnetzslips.
- Einige Still-BH sowie Stillkissen. Vermeiden Sie BH mit Armaturen, die die Brust komprimieren.
- Weite und weiche Kleidung, sofern Sie nicht im Schlafanzug bleiben möchten.
- Hausschuhe.
- Bademantel.
- Für die Pflege denken Sie an das Handtuch + Waschlappen und Ihren Kulturbeutel.
- Die Binden werden von der Klinik zur Verfügung gestellt. Vergessen Sie aber nicht, dass Sie auch nach Ihrer Rückkehr nach Hause Binden benötigen.
- Ein Haartrockner, ein Fotoapparat, ein Kugelschreiber, ein Buch etc.
- ....

### Der Koffer Ihres Babys

Unmittelbar nach der Geburt im Kreissaal bleibt das Baby unbedeckt **Haut auf Haut**. Sie können seine erste Kleidung vorbereiten, die es anlässlich seiner Einrichtung in der Wiege der Geburtsabteilung trägt.

- Babykleidung (bereiten Sie eine ausreichende Anzahl vor, um den Klinikaufenthalt abzudecken):
  - 8 langärmelige oder kurzärmelige Bodys in Abhängigkeit von der Jahreszeit,
  - 8 Schlafanzüge oder leicht überzustreifende Bekleidungsstücke aus Baumwolle, die jahreszeitgerecht sind,
  - 4 Jäckchen aus einem dicken und warmen Material für die ersten Tage und Strümpfe,
  - Lätzchen.
- Für seinen Komfort und seinen Schlaf: ein altersgerechter Schlafsack (0-6 Monate) mit oder ohne Ärmeln. Steppdecken und/oder Decken sind in der Babywiege nicht erlaubt.
- Für die Pflege Ihres Babys: Waschlappen. Handtücher und Pflegeartikel werden täglich ebenso wie die Windeln zur Verfügung gestellt. *Sofern Sie andere Windeln oder Säuglingspflegeartikel verwenden möchten, steht es Ihnen frei, sie mitzubringen.*

Für die Rückkehr nach Hause:

- eine Mütze, eine Jacke (in Abhängigkeit von den Witterungsbedingungen),
- ein Schlupfsack (Fußsack) oder Einschlagdecken mit Öffnungen, um den Gurt der Babyschale durchführen zu können,
- eine Babyschale oder ein geeignetes Transportsystem in Übereinstimmung mit den Sicherheitsnormen.

### Ratschläge:

Es wird empfohlen, alle Bekleidungsstücke und waschbaren Hüllen vor der Benutzung für Ihr Baby mit einem Bio-Waschmittel ohne Duftstoff zu waschen.

Das Material, das nicht waschbar ist, sollte solange wie möglich gelüftet werden (beispielsweise Babyschale fürs Auto).

Testen Sie im Vorfeld die Einrichtung der Babyschale oder des Transportsystems im Fahrzeug, um unangenehme Wartezeiten zu vermeiden, da die Befestigungssysteme teilweise „Kopferbrechen“ bereiten.

Alle wichtigen Informationen erhalten Sie im Verlauf Ihrer geburtsvorbereitenden Sitzungen und Workshops.  
Einschreibungen: [www.acteurdemasante.lu](http://www.acteurdemasante.lu) / Geburtsvorbereitung / Live-Sitzungen