

## **Materialliste für das ambulante Wochenbett**

### **Für das Baby**

- Fieberthermometer
- Kirschsteinsäckli oder Bettflasche
- Watte, Watte pads, Waschlappen oder Windeleinlagen
- Windeln
- Vaseline
- Kleider für das Baby (auch aus Wolle)
- Käppchen
- Badewanne oder Tummy Tub
- Badethermometer
- Wattestäbchen
- Evtl. Wärmelampe

### **Für die Mutter**

- Abspülflasche oder 0.5l Petflasche
- Coldpack
- Quark
- Evtl. Still-BH

### **Wochenbettpaket (wird von der Hebamme gebracht)**

- Mandelöl
- Massageöl für die Rückbildung
- Vitamin D auf Ölbasis fürs Baby
- Sterile Wochenbettbinden
- Einwegunterhosen
- Unterlage/Moltex
- Calendula-Tinktur zum abspülen
- Stilleinlagen
- Purelan

### **Vor der Geburt organisieren:**

- KinderärztIn (sollte wenn Möglich Hausbesuche machen)
- Unterstützung im Haushalt und Betreuung der älteren Geschwister (1-2 Wochen)