

Material für die Wöchnerin:

- Abspülflasche (PET-Flasche oder Krug)
- Stilleinlagen *
- 2 Pack Wattenbinden

zusätzlich bei ambulanten Geburten oder Entlassung vor dem 4. Tag nach der Geburt:

- Magerquark (für Brustwickel)
- Eiswürfel oder cold-hot-Pack
- 2 Pack sterile Wochenbettbinden
- Normal dicke Binden für die Zeit nach der starken Wochenbettblutung – am besten NICHT plastifizierte Binden aus der Drogerie (z.B. der Marken „Natracare“ oder „Organyc“)

für das Neugeborene:

- Calendulaessenz oder Alkohol 70% (für die Nabelpflege) *
- Wattenstäbli (nicht steril)
- Möglichst naturbelassenes Mandelöl * (z.B. von Farfalla)
- Digitalthermometer mit flexibler Spitze
- Babybadewanne

*wird häufig vom Spital mitgegeben