

AOK Nordost – Die Gesundheitskasse

Checkliste: Ich packe meinen Koffer.....

Sie fahren das erste Mal zu einer Kur/Rehabilitation in eine Rehabilitationsklinik? Oder Ihr letzter Aufenthalt liegt schon einige Zeit zurück?

Um Sie bei Ihren Überlegungen zu unterstützen, was Sie mitnehmen könnten, haben wir eine Checkliste für Sie vorbereitet. Sie ist natürlich nicht vollständig und jeder Mensch wird andere Dinge für wichtig halten. Bitte bedenken Sie, dass der Platz in den Schränken und im Bad der Patientenzimmer meistens eingeschränkt ist. Außerdem werden in vielen Kliniken Waschmaschinen und Wäschetrockner für die Patienten bereitgestellt.

Kleidung für Tag/Nacht:	Wäsche	<input type="checkbox"/>
	Schlafanzüge/Nachthemden	<input type="checkbox"/>
	Bademantel	<input type="checkbox"/>
	Jogginganzüge oder ähnlich bequeme Kleidung	<input type="checkbox"/>
	Hemden, Blusen, Röcke, Stoffhose, Jeans, T-Shirts	<input type="checkbox"/>
	Hausschuhe, dicke Socken	<input type="checkbox"/>
Sportbekleidung:	Badebekleidung	<input type="checkbox"/>
	Badekappe	<input type="checkbox"/>
	Badeschuhe	<input type="checkbox"/>
	Badehandtuch	<input type="checkbox"/>
	Sportschuhe mit heller Sohle/leichte bequeme Schuhe	<input type="checkbox"/>
	festes Schuhwerk (für Aktivitäten im Freien) leichte Trainingsbekleidung/bequeme Kleidung für die Therapie	<input type="checkbox"/>
Für die Körperpflege:	Handtücher	<input type="checkbox"/>
	Seife, Duschgel, Shampoo	<input type="checkbox"/>
	Zahnputzzeug, ggf. Behältnis für Zahnprothese	<input type="checkbox"/>
	Kamm/Haarbürste, ggf. Haarband	<input type="checkbox"/>
	ggf. Utensilien für Kontaktlinsen	<input type="checkbox"/>
	ggf. Rasierapparat	<input type="checkbox"/>
	Fön	<input type="checkbox"/>
Taschentücher, Damenhygieneartikel	<input type="checkbox"/>	
Für die medizinische Versorgung:	Medikamentenliste	<input type="checkbox"/>
	Medikamente, die auch zu Hause regelmäßig eingenommen werden	<input type="checkbox"/>
	Medizinische Unterlagen wie z. B. Allergiepass, Röntgenpass, Impfbuch, Marcumarausweis, Herzschrittmacherausweis, Diabetikerausweis, etc.	<input type="checkbox"/>
	ärztliche Befunde und Berichte, Röntgen-/Computertomografie (CT)-/Magnetresonanztomografieaufnahmen (MRT)	<input type="checkbox"/>
Für die Unterhaltung/Ablenkung:	Schreibzeug	<input type="checkbox"/>
	Bücher und Zeitschriften	<input type="checkbox"/>
	Musik-CDs und/oder Hörbücher und Abspielgerät (inklusive Ohrstecker)	<input type="checkbox"/>
	Spiele	<input type="checkbox"/>
	Laptop, etc.	<input type="checkbox"/>
Sonstiges:	Bargeld	<input type="checkbox"/>
	Personalausweis	<input type="checkbox"/>
	AOK-Gesundheitskarte	<input type="checkbox"/>
	Gehörschutz (Ohropax)	<input type="checkbox"/>
	Adressen/Telefonnummern von Angehörigen und Freunden	<input type="checkbox"/>
	Tragetasche/Rucksack für Sportzeug, Einkauf oder Wanderung	<input type="checkbox"/>
Nicht mitnehmen:	größere Geldbeträge, Wertgegenstände oder Schmuck	

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen und erfolgreichen Aufenthalt in der Kurklinik. Werden Sie schnell wieder gesund!

Ihre AOK Nordost – Die Gesundheitskasse