

Szpitalny niezbędnik dla Ciebie i Twojego dziecka

Wyprawka do szpitala

Najlepiej spakować się już w 36 tygodniu ciąży. W ten sposób ma szansę uniknąć niepotrzebnych nerwów przy pakowaniu się w ostatniej chwili. Jeśli będziecie rodzić razem, zróbcie to wspólnie. Tata musi wiedzieć gdzie co jest, bo to właśnie on w czasie porodu będzie podawał różne niezbędne rzeczy. Oto nasza propozycja niezbędnych (i nieco zbędnych) rzeczy, na której możesz zaznaczyć co już masz

Dokumenty

Dowód osobisty	
Karta ciąży	
NIP Twojego pracodawcy	
NIP pracodawcy męża, jeśli będzie potrzebne zwolnienie dla niego na opiekę	

Wyniki badań

Oryginalny wynik grupy krwi i Rh	
GBS – posiew z pochwy w kierunku paciorkowców	
WR/VDRL	
Hbs (ważny 3 mies.)	
USG z 36 tygodnia ciąży	
Morfologia	
Ewentualnie wyniki badań lub konsultacji dodatkowych, np. okulistycznej, kardiologicznej itp.	

Ubrania

Dla Mamy

Dla Dziecka

2 koszule do porodu np. dłuższy T-shirt		Skarpetki/rękawiczki	
2-3 koszule do karmienia piersią, rozpinane z przodu		Chusteczki nawilżane	
Szlafrok		2 ręczniki do kąpieli	
Kapcie		Rożek lub kocyk	
Klapki pod prysznic		Paczka pieluch jednorazowych - najmniejszy rozmiar	
Siateczkowe majtki (nie z flizeliny) albo bawełniane 5-6 sztuk		Pieluszki tetrowe – ok. 10 sztuk	
Podkłady poporodowe np. Bella 2-3 paczki (po 10 sztuk)		Pieluchy flanelowe – 3 szt. do okrycia po porodzie	
Biustonosz do karmienia		Maść na pośladki – np. Linomag	
Skarpetki		Ewentualnie dodatkowe ubranka dla noworodka:	
Wkładki laktacyjne		3 bawełniane koszulki lub body (najlepiej kopertowe, a nie wkładane przez głowę)	
2 ręczniki: mniejszy i kąpielowy		3 pajacyki lub śpioszki i kaftaniki	
Rolka ręczników papierowych		2 pary skarpetek cieplejszych	
Poduszka typu jasek		2 czapeczki bawełniane	
Gumka do włosów			
Kubek i sztućce (przyjemnie jest mieć swoje)			
Woda mineralna niegazowana			
Czekolada lub landrynki			
Ulubiona muzyka i odtwarzacz			
Telefon+ ładowarka			
Mydło/ płyn do higieny intymnej używany do tej pory			
Olejek do masażu kręgosłupa			
Balsam do ust			
Inne sprawdzone rzeczy, bez których zwykle nie możesz się obejść			

Do porodu rodzinnego dla Taty:

Wygodne ubranie i buty na zmianę	
Kilka kanapek i coś do picia	
Aparat fotograficzny, kamera	
Telefon+ ładowarka	
Chusteczki do ocierania łez wzruszenia	

Co zrobić kiedy poczuję, że zaczynam rodzić?

Zabierz dokumenty oraz przygotowaną wcześniej torbę z wyprawką i zgłoś się do Izby Przyjęć w naszym szpitalu. Po załatwieniu niezbędnych formalności zostaniesz skierowana na oddział położniczy, gdzie następnie trafisz do sali porodowej.

Dodatkowo:

- cenną biżuterię zostaw w domu.
- zmyj lakier z paznokci rąk i nóg – kolor płytki paznokciowej jest dla nas ważną informacją o Twoim zdrowiu
- skróć paznokcie – będzie Ci łatwiej zajmować się maluchem

Pamiętaj o pozytywnym nastawieniu. Powodzenia!

Informacja opracowana przy współpracy położnej Jeannette Kalyta, położnej oddziałowej Anny Komaczyńskiej i położnej środowiskowo-rodzinnej Pauliny Żyłkowskiej-Pindel.