

Wyprawka do szpitala



DOKUMENTY

- ★ dowód osobisty
- ★ karta ciąży
- ★ grupa krwi w oryginale (wynik POTWIERDZONY, jeśli posiadasz dwa różne wyniki to weź oba)
- ★ ostateczne wyniki badań: GBS, USG, HIV Hbs w III trymestrze
- ★ plan porodu



DLA MAMY

- ★ 2-3 koszule
- ★ szlafrok
- ★ siateczkowe majtki (nie z flizeliny) lub bawełniane ok. 5 sztuk
- ★ podkłady poporodowe
- ★ kapcie, klapki pod prysznic
- ★ biustonosze wygodne do karmienia ok. 2 sztuki
- ★ ręczniki 2-3 sztuki
- ★ przybory toaletowe i kosmetyki
- ★ chusteczki higieniczne
- ★ krem do smarowania brodawek (100% lanolina)
- ★ telefon i ładowarka
- ★ butelka filtrująca lub woda niegazowana
- ★ poduszka "jasiek" (przyda się do karmienia)
- ★ wkładki laktacyjne
- ★ rolka ręcznika papierowego
- ★ kubek i sztućce
- ★ długopis
- ★ grube skarpetki



NA CZAS PORODU

- ★ butelka filtrująca
- ★ ręcznik
- ★ przybory higieniczne
- ★ klapki pod prysznic
- ★ olejek do masażu
- ★ olejki do aromaterapii (jeśli chcesz)
- ★ telefon i ładowarka
- ★ przekąski (batony, orzechy, czekolada)
- ★ klapki dla osoby towarzyszącej
- ★ większa koszulka dla osoby towarzyszącej do kangurowania
- ★ balsam do ust



DLA DZIECKA

- ★ paczka pampersów
- ★ chusteczki nawilżane
- ★ kaftaniki
- ★ pieluszki tetrowe 2-3 sztuki
- ★ coś do pielęgnacji pośladków
- ★ cienki kocik, skarpetki



NA WYJŚCIE DO DOMU

(PRZYNOŚI OSOBA KTÓRA ODBIERA WAS ZE SZPITALA)

- ★ ubranie dla mamy (pamiętaj, nie od razu wrócisz do rozmiaru sprzed ciąży, choć brzuszeczek będzie widocznie mniejszy)
- ★ ubranie dla dziecka adekwatne do pogody
- ★ fotelik samochodowy