

Co zabrać ze sobą do szpitala?

Torba do porodu

Droga Mamo, przygotowując się do porodu spakuj torbę z następującymi rzeczami dla siebie i noworodka:



Niezbędne dokumenty

- ☐ Dowód tożsamości / Paszport
- ☐ Karta przebiegu ciąży
- ☐ Grupa krwi (oryginał, potwierdzona)
- ☐ Wyniki aktualnych badań: HIV, HCV, HbS, WR, posiew GBS
- ☐ Dokumentacja medyczna dotycząca przebytych ciąży i współistniejących chorób

Dla osoby towarzyszącej:

- ☐ Obuwie zmienne
- ☐ Przekąski

Dla Maluszka

- ☐ Pieluszki jednorazowe
- ☐ Pieluszki tetrowe
- ☐ Chusteczki nawilżane

Dla Siebie:

- ☐ Wygodna koszula do porodu i dwie koszule umożliwiające karmienie piersią
- ☐ Szafrok
- ☐ kaptcie, kłapki pod prysznic
- ☐ Podkłady higieniczne (2 opakowania)
- ☐ Podpaski poporodowe (2 opakowania)
- ☐ Majtki jednorazowe siateczkowe (nie fizelinowe)
- ☐ Przybory toaletowe
- ☐ Ręczniki
- ☐ Ręczniki papierowe
- ☐ Woda mineralna
- ☐ Przekąski (lizaki, musy, czekolada itd)
- ☐ Własne preferencje: poduszka ciążowa i do karmienia, olejek do masażu, przenośny głośnik, ulubiony kocyk
- ☐ Elektrody do przeciwbólowego stymulatora TENS (jeśli chciałabyś skorzystać z takiej metody uśmierzania bólu) Model: Perfect mama TENS