



Wyprawka do szpitala – CHECKLISTA DO DRUKU

WYPRAWKA DLA PRZYSZŁEJ MAMY

-
-
-
-
-

Dokumenty:

dowód osobisty
NIP pracodawcy
karta przebiegu ciąży
plan porodu
przy cesarskim cięciu – skierowanie



-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Badania:

grupa krwi
morfologia
posiew GBS
mocz
WR
USG
HBs
HCV
przy cukrzycy – poziom glukozy we krwi



- -
 -
 -
 -
- koszula do porodu i koszule poporodowe
szlafrok – 1 sztuka
wkłady poporodowe – 20 sztuk
majtki poporodowe – 5-6 sztuk
biustonosze do karmienia – 2-3 sztuki

Ręczniki:

- -
- kąpielowy duży
mały

Przybory toaletowe:

- -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
- antyperspirant
szczoteczka i pasta do zębów
szczotka do włosów
gumka i spinka (przy długich włosach)
żel do kąpieli
szampon
mydło
woda termalna
gumowe klapki – 2 pary
skarpetki – 2 pary
chusteczki higieniczne – 1-2 opakowania
ręczniki papierowe – 1 opakowanie
wygodne ubrania na wyjście ze szpitala
woda – 1 zgrzewka
drobne przekąski do zjedzenia po porodzie



WYPRAWKA DLA NOWORODKA

- -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
- Niemowlęce ubranka (3-4 zestawy):**
śpioszki
body
rampersy
kaftaniki
pajace
czapeczka – 2 sztuki
skarpetki – 2 pary
ubranka na wyjście ze szpitala dopasowane do pory roku
kocyk, rożek lub otulacz – 1 sztuka
pieluszki jednorazowe – 20-30 sztuk w rozmiarze 1
pieluszki tetrowe – 5-6 sztuk
mokre chusteczki – 1-2 opakowania
podkłady do przewijania – 3-4 sztuki
opcjonalnie: dziecięcy ręcznik kąpielowy – 1 sztuka



Kosmetyki i akcesoria do pielęgnacji maluszka:

- szczoteczka do włosów
- maść do pupy
- sól fizjologiczna – kilka fiolek
- gaziki – 1 opakowanie
- opcjonalnie: bezzapachowy krem nawilżający



RZECZY DLA OSOBY, KTÓRA BĘDZIE CI TOWARZYSZYĆ PODCZAS PORODU

- wygodne ubranie na zmianę
- szpitalne ochraniacze – 1 sztuka
- klapki – 1 sztuka
- aparat fotograficzny
- telefon
- ładowarka
- muzyka
- książka
- czasopismo dla zabicia czasu
- notes
- długopis
- woda i drobne przekąski (ewentualnie drobne pieniądze do automatu/bufetu)



JEŻELI TATA NOCUJE W SZPITALU

- przybory kosmetyczne
- ręcznik
- ubranie na zmianę
- dowód osobisty



DODATKOWE AKCESORIA, KTÓRE MOGĄ CI SIĘ PRZYDAĆ W SZPITALU

- poduszka lub rogal do karmienia
- muzyka relaksacyjna
- płyn odkażający i środek przyspieszający gojenie się krocza
- krem na sutki
- nakładki na sutki
- wkładki laktacyjne – 3-4 sztuki
- poporodowa poduszka do siedzenia
- kubek i sztućce
- laktator



Miejsce na notatki przyszłej Mamy

A series of 18 horizontal dotted lines for taking notes.