

Що взяти зі собою до лікарні:

список для мами



CENTRUM MEDYCZNE ŻELAZNA
Szpital i Przychodnia św. Zofii

За три тижні до терміну пологів упакуйте сумку з наступними предметами:

ДЛЯ ВАС:

- зручна сорочка або футболка (довша) для пологів і 2 сорочки для годування
- зручний халат, шльопанці
- бюстгальтери до годування груддю, мін. 2
- ідентифікаційний документ та аналізи зроблені підчас вагітності
- 2 пачки післяпологових прокладок
- післяпологові труси, з сіточки (не з фізеліни)
- гієнічні підклади
- туалетні принадлежности (якомога менше ароматизовані)
- два рушники (звичайний та до купання)
- паперові рушники
- вода мінеральна негазована або, що дуже рекомендуємо, пляшку з фільтром
- речі, без яких неможливо уявити час проведений у лікарні

ПАМ'ЯТАЙ ТАКОЖ ПРО:

- залиште вдома цінні прикраси
- змити лаків з нігтів рук та ніг (кольор нігтів є важливою інформацією про твій стан здоров'я)
- вкоротити нігті (без накладних нігтів) - вам буде легше доглядати за малюком

Що взяти зі собою до лікарні:

список для батька і дитини



CENTRUM MEDYCZNE ŻELAZNA
Szpital i Przychodnia św. Zofii

ДЛЯ ДИТИНИ:

- 5 кафтаників для немовля, пр. типу боди (розмір 56 або 62)
- три пари комбінезонів або 3 повзунки
- 10 пеленок тетрових і одну пачку одноразових
- 2 бавовняні шапки
- 2 пари скарпеток
- 2 ковдри і можливо конверт для немовлят
- рушник
- маленька подушка яка може знадобитися при годуванні груддю

Всі речі (навіть нові) слід попередньо випрати.

ДЛЯ ТАТА (СТОСУЄТЬСЯ СІМЕЙНИХ ПОЛОГІВ):

- зручний одяг
- взуття, наприклад, шльопанці, тапочки
- щось поїсти

Місце для ваших нотаток

Пам'ятай про сертифіковані маски для Вас та партнера!