

PRZYGOTOWANIE DO PORODU!!

Każdy szpital zapewnia swoim pacjentkom inne warunki, dlatego poniżej przedstawiliśmy listę rzeczy, które na pewno powinna każda z przyszłych mam zabrać ze sobą do porodu i pobytu w szpitalu.

Przygotowania najlepiej rozpocząć już z końcem 7 miesiąca, kiedy jest jeszcze trochę czasu, żeby upewnić się, co będzie potrzebne. Proponowana przez nas lista pomoże wszystkim przyszłym mamom na przygotowanie najpotrzebniejszych rzeczy bez zbędnego pośpiechu. Znacznie łatwiej będzie znaleźć to, co jest potrzebne, jeśli rzeczy zostaną w odpowiedni sposób posegregowane: na czas porodu, po porodzie oraz rzeczy dla dziecka. Pokaż również swojemu partnerowi, gdzie co jest, zwłaszcza jeśli planujecie wspólny poród. Unikniecie w ten sposób stresu, kiedy poprosisz go o wyjęcie z czegoś torby podczas porodu.

PAMIĘTAJ O:

- dowód osobisty
- karta ciąży
- grupa krwi
- badania: HIV, WR, HbS, posiew GBS, ostatnia morfologia
- wszelkie dodatkowe badania zaświadczające o stanie zdrowia
- plan porodu

DROGI TATO, PAMIĘTAJ ŻEBY DOWIEŹĆ:

- ubranie i buty dla mamy na wyjście
- ubranie dla dziecka na wyjście (dostosowane do pory roku)
- fotelik samochodowy

TORBA DO PORODU

- co spakować

NOWORODEK

- body / kaftaniki (3 sztuki)
- pajacyk / śpiochy (3 sztuki)
- czapeczka (3 sztuk)
- skarpetki (2 pary)
- kocyk bądź rożek
- opakowanie gazików sterylnych
- pieluszki – pampersy (około 20 sztuk)
- pieluszki tetrowe (5 sztuk)
- ręcznik frotte
- maść do smarowania pupy
- chusteczki nawilżane (1 opakowanie)

MAMA

- koszula do porodu
- koszula nocna, wygodna rozpinana pod szyją, ułatwiająca karmienie (2 sztuk)
- szlafrok
- wygodny biustonosz, rozpinany z przodu, co znacznie ułatwia karmienie (3 sztuki)
- majtki poporodowe, jednorazowe (najlepiej siateczkowe, gdyż są bardziej praktyczne; przy fizelinowych wybieramy rozmiar większy) (5 sztuk)
- kaptcie, klapki pod prysznic, ręcznik
- zapas podpasek ginekologicznych na cały okres pobytu wkładki laktacyjnej
- podkłady na łóżko (60x90 cm) (5 sztuk)
- chusteczki jednorazowe
- maść z lanoliną na brodawki
pomadka natłuszczająca
gumka do włosów (jeśli są do spięcia)
woda mineralna niegazowana
kubek i sztućce
ładowarka do telefonu

**UBRANKA DLA DZIECKA POWINNY BYĆ
WYPRANE I WYPRASOWANE!!!**