

Torba do szpitala

Twoja torba do szpitala powinna być jedna, nie za duża. Najlepiej aby to była to średniej wielkości walizka na kółkach. Podziel ją na dwie części. Do jednej spakujesz rzeczy dla siebie, a w drugiej dla maluszka, do tego powinnaś zostawić miejsce na niezbędne dokumenty. Spakuj ją trzy tygodnie wcześniej przed planowanym porodem. Zrób to z partnerem lub kimś bliskim, tak abyście oboje wiedzieli, gdzie znajdują się wybrane rzeczy.

Poniżej znajduje się lista, dzięki której z pewnością nie zapomnisz niczego do szpitala. Wydrukuj ją i odznaczaj kolejne elementy podczas pakowania torby. Dzięki temu unikniesz niepotrzebnego stresu i będziesz miała pewność, że jesteś dobrze przygotowana.

Niezbędne dokumenty:

- Dowód osobisty lub paszport
- NIP pracodawcy
- Karta przebiegu ciąży
- Wyniki badań
 - Grupa krwi (w oryginale!)
 - Morfologia z ostatnich dwóch tygodni
 - Badanie ogólne moczu
 - WR
 - HBs – Ag
 - HCV
 - HIV
 - Wyniki przeciwciał: toksoplazmoza, różyczka, cytomegalia
 - Wszystkie badanie USG
 - Posiew z pochwy i odbytu w kierunku obecności paciorkowca hemonizującego Typu B, tzw. GBS
 - Inne istotne badania i konsultacje lekarzy specjalistów
 - Plan porodu



I połówka walizki - rzeczy dla Mamy:

- Dłuższy T-shirt, koszula lub sukienka porodowa
- 2 koszule umożliwiające karmienie piersią
- 2 biustonosze do karmienia piersią
- Szlafrok
- Klapki
- Skarpety
- Jednorazowy podkład na łóżko 3szt.
- Majtki jednorazowe siateczkowe 6szt.
- Duże wkłady poporodowe 2 paczki
- 2 ręczniki (zwykły, kąpielowy)
- Wkładki laktacyjne
- Przybory toaletowe – sprawdzone, najlepiej bezzapachowe
- Pomadka ochronna do ust
- Gumka do włosów
- Leki przyjmowane na stałe
- Glukometr (niezbędny w przypadku pacjentek z cukrzycą ciężarnych)
- Sztućce
- Długopis
- Ulubiona lektura do czytania
- Ładowarka do telefonu
- Drobną przekąską (do przechowywania poza lodówką)

II połówka walizki - rzeczy dla Dziecka:

Pakiet startowy - potrzebny maluszkowi zaraz po urodzeniu. Pakiet spakuj osobno, aby łatwo go było przekazać położnej, kiedy o to poprosi.

- Rożek (becik)
- Miękki kocyk
- Pielucha tetrowa
- Pielucha jednorazowa
- 1 Pajacyk
- 1 Body z długim lub krótkim rękawem (zależnie od pory roku)
- Czapeczka

Pozostałe rzeczy dla Dziecka na dalszy pobyt:

- 3 pajacyki lub śpioszki
- 3 body
- 3 czapeczki
- 2 pieluchy tetrowe
- 1 pielucha flanelowa
- 1 ręcznik kąpielowy
- 20 pieluch jednorazowych typu pampers
- Chusteczki wilgotne
- Maść do pupy noworodka
- Poduszka lub rogal do karmienia
- Mała butelka ze smoczkiem (gdyby wskazane było dokarmienie noworodka)

To już wszystko!

Poza rzeczami, które zabierzecie ze sobą pamiętaj także o wcześniejszym przygotowaniu fotelika samochodowego i wierzchniego ubrania np. kombinezonu. **Miej na uwadze, że Twoje dziecko na początku potrzebuje jednej, dodatkowej warstwy odzieży niezależnie od temperatury na zewnątrz.** Przygotowane rzeczy niech czekają w domu i będą dostarczone Ci w dniu wypisu.

Jeśli już wszystkie elementy z listy masz w swojej walizce to możesz być pewna, że jesteś gotowa na ten wyjątkowy dzień 😊

Pomyślnego rozwiązania życzy
Instytut Matki i Dziecka