Torba do szpitala

Na podstawie list oddziałów położniczych. Zaznacz, gdy rzecz jest spakowana.

Dokumenty i wyniki badań

- ☐ Dowód osobisty (lub dokument potwierdzający tożsamość).
- ☐ Karta przebiegu ciąży.
- ☐ Oryginał grupy krwi i czynnika Rh (przy Rh ujemnym także wynik przeciwciał).
- ☐ Wyniki badań z ostatniego trymestru: WR, HBs, HCV, HIV oraz posiew GBS.
- ☐ Aktualna morfologia i badanie moczu oraz wszystkie wyniki USG.
- ☐ Plan porodu (nie jest obowiązkowy) i dokumenty o chorobach przewlekłych, jeśli są.

Dla mamy: porodówka i po porodzie

- ☐ Koszule rozpinane z przodu, szlafrok, ciepłe skarpetki, klapki i kapcie.
- ☐ Ręczniki (kąpielowy i zwykły) oraz przybory toaletowe.
- ☐ Biustonosz do karmienia i wkładki laktacyjne.
- ☐ Majtki jednorazowe, podkłady i podpaski poporodowe.
- ☐ Woda, przekąska, kubek i sztućce; ładowarka do telefonu.

Dla noworodka

- ☐ Pieluchy w rozmiarze dla noworodka oraz chusteczki.
- ☐ 3-4 body, 3-4 śpioszki lub pajacyki, 2 cienkie czapeczki.
- ☐ Skarpetki bez ucisku i rękawiczki niedrapki.
- ☐ Rożek lub kocyk oraz ręcznik z kapturkiem.
- ☐ Ubranko na wyjście ze szpitala, dopasowane do pogody.

Na wyjście ze szpitala

- ☐ Fotelik samochodowy zamontowany i sprawdzony przed porodem.
- ☐ Osoba, która odbierze Was ze szpitala, i ubranie na zmianę.

Zapytaj w swoim szpitalu o jego listę.

Szpitale podają własne wymagania, na przykład dotyczące ubranek dla dziecka czy rzeczy do sali, a niektóre rzeczy dostaniesz na miejscu.

Wyprawka w domu: lista i budżet

Wpisz status (kupione, pożyczone, odłożone na później) i uwagi. Ceny dopisz sam lub sama.

Rzecz	Kiedy	Status	Cena (zł)	Uwagi
Fotelik samochodowy	przed porodem			
Łóżeczko lub kołyska z materacem	przed porodem			
Pieluchy i chusteczki (ok. 8-12 na dobę)	przed porodem			
Ubranka: body, śpiochy, czapeczki	przed porodem			
Termometr elektroniczny	przed porodem			
Witamina D (wg zaleceń lekarza)	pierwsze dni			
Wózek lub nosidełko	po porodzie			
Wanienka	po porodzie			
Laktator (jeśli potrzebny)	po porodzie			
Butelki i smoczek (jeśli potrzebne)	po porodzie			
Kojec lub drugie miejsce do snu	później			
Mata do zabawy	później			

Zwykle zbędne (według zaleceń AAP i ośrodków pediatrycznych):
ochraniacze do łóżeczka, poduszka, kołderka i luźna pościel dla noworodka, puder oraz chodzik na kółkach.