

# WYPRAWKA

## NA CZAS PORODU I WIZYTY W SZPITALU

### Torba dla Mamy:

- Telefon komórkowy oraz ładowarka
- Woda mineralna niegazowana/butelka filtrująca
- Dropsy, landrynki, lizak itp.
- 2-3 koszule bawełniane, rozpinane u góry
- Szlafrok
- Biustonosze do karmienia
- Bielizna jednorazowa
- Skarpety, bluza dresowa lub sweterek
- Klapki/kapcie pod prysznic
- Ręczniki (mały do przecierania twarzy, średni i duży)
- Przybory toaletowe (łagodny żel pod prysznic)
- Szczoteczka i pasta do zębów, krem do twarzy
- Chusteczki higieniczne, pomadka ochronna do ust
- Opaska do włosów, spinka, gumka
- Szczotka/grzebień do włosów
- Wkładki laktacyjne
- Zestaw pobraniowy krwi pępowinowej (opcjonalnie)
- Leki przyjmowane stale (jeśli występują)

### Dokumenty

- Karta ciąży
- Dowód osobisty
- Wyniki badań USG, HIV, HBS, HCV, WR, GBS
- Oryginalny wynik badania grupy krwi
- Lista leków przyjmowanych stale (jeżeli występują) wraz z informacją nt. dawkowania

### Torba dla Maluszka

#### OPCJONALNIE

- 4 koszulki lub body
- 4 kaftaniki
- 4 czapeczki
- Skarpetki
- Mały kocyk lub rożek
- 4 pieluchy z tetry lub flanelki

#### KONIECZNIE

- Ubranko na wyjście ze szpitala

W związku z często dynamiczną sytuacją związaną z porodem, możliwością potencjalnego zranienia siebie, dziecka lub osoby w otoczeniu sugerujemy,

by **biżuterię zostawić w domu.**

**Bez nich, drogie pacjentki, też jesteście piękne!**

