



Lista rzeczy dla mamy do szpitala

Dokumenty

- | | |
|---|---|
| ☐ dowód osobisty | ☐ karta ciąży |
| ☐ plan porodu | ☐ wynik grupy krwi |
| ☐ wynik p/ciał HBs | ☐ wynik HCV |
| ☐ wynik GBS | ☐ USG ciążowe |

Ubrania

- | | |
|--|--|
| ☐ 1 szt. koszula do karmienia do porodu | ☐ 5 szt. bielizny poporodowej |
| ☐ 2-3 szt. koszul do karmienia po porodzie | ☐ podpaski poporodowe |
| ☐ szlafrok | ☐ podkłady higieniczne (opcj.) |
| ☐ klapki pod prysznic | ☐ 1-2 szt. biustonosza do karmienia |
| ☐ skarpetki (po porodzie często jest zimno) | ☐ bluza rozpinana polarowa (opcj.) |
| ☐ klapki dla osoby towarzyszącej | ☐ ubrania na czas wyjścia ze szpitala w oddzielnej reklamówce |

Kosmetyki

- | | |
|--|---|
| ☐ mydło, żel pod prysznic 3w1 | ☐ szczotka do włosów |
| ☐ płyn do higieny intymnej np. Hexatiab | ☐ suszarka |
| ☐ antyperspirant | ☐ krem do twarzy |
| ☐ szczoteczka i pasta do zębów | ☐ pomadka do ust |
| ☐ golarka | ☐ szampon do włosów |

Przybory kąpielowe

- | | |
|--|--|
| ☐ ręcznik kąpielowy | ☐ ręcznik średni |
| ☐ ręcznik mały | ☐ ręczniki jednorazowe np. Seni (opcj.) |





Lista rzeczy dla mamy do szpitala

Przybory kuchenne

- | | |
|--|---|
| ☐ kubek | ☐ sztućce |
| ☐ talerzyk | ☐ ręcznik kuchenny |
| ☐ mały czajniczek (opcj.) | |

Pożywienie (przykłady)

- | | |
|---|--|
| ☐ biszkopty | ☐ kisiel |
| ☐ bułki maślane | ☐ herbata |
| ☐ woda | ☐ biała czekolada |
| ☐ woda z dziubkiem (potrzebna na sali porodowej) | |

Pozostałe

- | | |
|---|--|
| ☐ ulubiona poduszka do spania (opcj.) | ☐ drobne pieniądze (opcj.) |
| ☐ mała lampka nocna (opcj.) | ☐ długopis |
| ☐ poduszka do karmienia (opcj.) | ☐ reklamówka na brudną odzież |
| ☐ telefon i ładowarka | ☐ gumka, spinka do włosów |
| ☐ Granudacyn lub Microdacyn w żelu (opcj.) | |

Uwagi

W oddzielnej reklamówce najlepiej zabrać koszule do porodu, biustonosz do karmienia (ew. sportowy), szlafrok oraz klapki. Dodatkowo należy zabrać 2 szt. pustych reklamówek na rzeczy oraz buty które mamy na sobie, ponieważ przed przejściem na oddział będzie trzeba się przebrać na izbie przyjęć.

Na wierzchu miejmy też przygotowane dokumenty!





Lista rzeczy dla dziecka do szpitala

Ubranka na 2-3 dni:

- | | |
|---|--|
| ☐ 3 szt. pajacyka | ☐ 3 szt. skarpetek |
| ☐ 2 szt. kaftanika | ☐ ubranka na wyjście ze szpitala :)
(warto zapakować oddzielnie) |

Dodatkowo:

- | | |
|--|---|
| ☐ rożek lub kocyk | ☐ pampersy |
| ☐ ręcznik z kapturkiem | ☐ chusteczki mokre |
| ☐ mała plastikowa miseczka (opcj.) | ☐ smoczek (opcj.) |
| ☐ 2 szt. czapczek | ☐ 5 szt. body |
| ☐ 4 szt. pieluszek tetrowych | ☐ 2 szt. pieluszek flanelowych |
| ☐ duże gaziki kosmetyczne (do przemywania pupy dziecka) | ☐ krem do pupy np. Linomag, Bepanthen Baby |

