



СПИСОК ЧТО ВЗЯТЬ В РОДДОМ

Сборы в роддом – очень важный этап радостного ожидания первой встречи с малышом. Заранее собранная сумка – это моральная подготовка к важному событию, и залог комфорта перед родами и после них. Список необходимых вещей для пребывания в родильном доме до и после родов, а также на выписку.

Сумка в Дородовое отделение

- Паспорт и 2 ксерокопии паспорта
Первая страница; прописка; семейное положение
- Полис ОМС и 2 ксерокопии полиса
- Родовой сертификат
Выдается на руки или в электронном виде.
- Страховое пенсионное свидетельство и 2 ксерокопии
- Копия больничного листа
Если есть
- Обменная карта
- Направление из женской консультации
при плановой госпитализации в отделение патологии
- Мобильный телефон и зарядное устройство
- Станок для бритья/средство для интим. гигиены

Туалетная бумага+накладки на унитаз(при желании)

использование влажной туалетной бумаги более комфортно в послеродовой период.

Предметы личной гигиены

ватные палочки,ватные диски,умывалка,гигиеничка и т.д.

Кружку и ложку

Имея в роддоме свой набор посуды вы сможете самостоятельно регулировать время приема пищи.(т.е. никто не будет вас торопить, желая забрать грязную посуду.)

Тапочки

желательно моющиеся

Халат+сорочка

в некоторых роддомах на фильтре вам возможно выдадут сорочку из гардероба роддома,но как показывает практика-лучше иметь несколько своих чистых и отглаженных сорочек.

Полотенца

1 среднее и 2 маленьких (для груди и лица)

Одноразовые пеленки 1-2 шт (60*60)

Два больших пакета с ручками для верхней одежды

если роды в холодное время года

Сумка в родовое отделение

Компрессионные чулки 1-2 шт

Надевать сразу перед родами во избежании образования тромбов

Резинка для волос

Гигиеническая помада

Во время родов пить нельзя,только часто и глубоко дышать,от чего губы сушатся и на следующий день трескаются. И здесь на помощь приходит увлажняющая гигиеническая

помада, которую можно использовать в предродовом отделении.

- Вода питьевая 1-2 бут. (*0,5л)
- Пеленки одноразовые 2-3 шт(60*60)

Сумка в послеродовое отделение

- Одежда для новорожденного

*Количество комплектов одежды желательно брать из расчета дней пребывания: 1 день=1 наряду. Среднее время пребывания в роддоме 3-5 дней.
(Слип, распашонка+ползунки, шапочка, носочки)*

- Влажные салфетки 0+

хорошо подойдет большая упаковка салфеток от 42шт

- Средство для подмывания младенцев.

- Жирный детский крем

с лисичкой или Бепантен

- Упаковка памперсов серии New Born

НЕ ВСКРЫТАЯ! на 3-5 дня достаточно упаковки из 24шт

- Чистая хлопковая сорочка

желательно 2шт(на смену)

- Тонкие/плотные носки для мамы 1-2 шт

в зависимости от времени года

- Зубной набор

щетка+зубная паста

- Шампунь д/волос;гель д\душа или мыло

хорошо иметь с собой шапочку для душа

Прокладки послеродовые 1уп

Одноразовые трисики 3-5шт

Стаканчики для сцеживания молока

Подойдут обычные одноразовые стаканы.В некоторых роддомах молокоотсосы запрещены.Уточняйте заранее.

Прокладки для груди

молоко обычно приходит на 2-3 сутки после родов,но все мы индивидуальны,поэтому 6-8шт не помешают.Особенно на время выписки!

Крем для сосков

Прекрасно себя зарекомендовал крем для груди от Medela Purelan 100.

Электронный термометр

Термометр будет необходим роженице для своевременного измерения температуры тела после родов (для своевременного обнаружения начинающихся воспалительных процессов)

Перекус

В роддоме кормят,но неизвестно в какое время произойдут роды,а после родов очень захочется перекусить.Хорошо подойдут для этого сухофрукты,печеньки,хлебцы.

Постельное белье(по желанию)

ПАКЕТ НА ВЫПИСКУ (пакет привозят в день выписки!)

Минимальный набор косметики

Удобная одежда для мамы

Ориентируемся по погоде

Одежда для малыша;

-чепчик и шапочка -слип(комплект на выписку) -выписной конверт(по погоде) -носочки -

Не принимаются: -Дорожные сумки -Махровые халаты - "Мохнатые" тапки -Фены

Ногти подстригаем дома,покрытие гель-лаком не приветствуется.Накануне желательно побриться.

Все украшения ,золото и ценные вещи рекомендуется оставить дома. Врачи рекомендуют приготовить всё необходимое уже на 31-32 неделе. По санитарным нормам ваш чемоданчик не может быть из кожи или ткани, требуется именно пакет или прозрачная сумка. Это полный список того, что взять с собой в роддом. С ним вы будете чувствовать себя комфортно и уверенно. Заказать готовую сумку с полным наполнением ты всегда можешь в магазине " Мама Вики" @mama_viki_store (г.Владимир ост."Всполье" ул.Горького д.44) Для тебя предусмотрено 3 комплектации сумок на выбор.С ними ты можешь ознакомиться на сайте магазина YOUMOM.RU. Сэкономь свои силы и время,заказав готовый набор по тел.+7-905-055-000-9 Анна ЖЕЛАЕЮ ТЕБЕ ЛЁГКИХ РОДОВ И СКОРЕЙШЕГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ!

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?