Сумка в пологовий

Чек-лист для мами й малюка

Зберіть за три тижні до терміну. Три пакети: у пологову залу, у палату й на виписку, його привезуть рідні.



ПОЛОГОВИЙ _____

ПЕРЕДБАЧУВАНА ДАТА _____

ТЕЛЕФОН ЛІКАРЯ _____

Документи й телефон

- [ ] Паспорт або ID-картка
- [ ] Обмінна карта, якщо паперова
- [ ] Договір з лікарем або пологовим
- [ ] Телефон і зарядка з довгим кабелем
- [ ] Павербанк
- [ ] Банківська картка й трохи готівки

У пологову залу

- [ ] Довга футболка чи нічна сорочка
- [ ] Теплі шкарпетки
- [ ] Гумка для волосся
- [ ] Вода з кришкою-трубочкою
- [ ] Бальзам для губ
- [ ] Легкий перекус

У палату для мами

- [ ] Халат
- [ ] Нічна сорочка із застібкою спереду
- [ ] Бюстгальтер для годування і вкладиші
- [ ] Післяпологові прокладки
- [ ] Одноразові або сітчасті труси
- [ ] Капці й шльопанці для душу
- [ ] Рушник, гребінець, засоби гігієни
- [ ] Чашка й ложка
- [ ] Ліки, які призначив лікар

Для малюка

- [ ] 2-3 боді, розмір 56 або 62
- [ ] 2-3 сліпи
- [ ] Тонка шапочка
- [ ] Шкарпетки або пінетки
- [ ] Рукавички-антицарапки
- [ ] Маленька пачка підгузків для новонароджених
- [ ] Вологі серветки без запаху або ватні диски
- [ ] 2-3 пелюшки

На виписку, привезуть рідні

- [ ] Боді, сліп і шапочка для малюка
- [ ] Конверт або комбінезон за погодою
- [ ] Плед, якщо мороз
- [ ] Одяг для мами
- [ ] Автолюлька, встановлена проти руху

Перед тим як закрити сумку

- [ ] Дитячі речі випрані при 30 °C
- [ ] Колючі етикетки зрізані
- [ ] Список звірений зі списком пологового
- [ ] Сумка стоїть біля дверей

Свої пункти

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____