Сумка в роддом

Чек-лист для мамы и малыша



Соберите за три недели до срока. Три пакета: в родзал, в палату и на выписку, его привезут родные.

РОДДОМ _____

ПРЕДПОЛАГАЕМАЯ ДАТА _____

ТЕЛЕФОН ВРАЧА _____

Документы и телефон

- [ ] Паспорт или ID-карта
- [ ] Обменная карта, если бумажная
- [ ] Договор с врачом или роддомом
- [ ] Телефон и зарядка с длинным кабелем
- [ ] Пауэрбанк
- [ ] Банковская карта и немного наличных

В родзал

- [ ] Длинная футболка или ночная рубашка
- [ ] Теплые носки
- [ ] Резинка для волос
- [ ] Вода с крышкой-трубочкой
- [ ] Бальзам для губ
- [ ] Легкий перекус

В палату для мамы

- [ ] Халат
- [ ] Ночная рубашка с застежкой спереди
- [ ] Бюстгальтер для кормления и вкладыши
- [ ] Послеродовые прокладки
- [ ] Одноразовые или сетчатые трусы
- [ ] Тапочки и шлёпанцы для душа
- [ ] Полотенце, расческа, средства гигиены
- [ ] Чашка и ложка
- [ ] Лекарства, которые назначил врач

Для малыша

- [ ] 2-3 боди, размер 56 или 62
- [ ] 2-3 слипа
- [ ] Тонкая шапочка
- [ ] Носки или пинетки
- [ ] Рукавички-антицарапки
- [ ] Маленькая пачка подгузников для новорождённых
- [ ] Влажные салфетки без запаха или ватные диски
- [ ] 2-3 пеленки

На выписку, привезут родные

- [ ] Боди, слип и шапочка для малыша
- [ ] Конверт или комбинезон по погоде
- [ ] Плед, если мороз
- [ ] Одежда для мамы
- [ ] Автолюлька, установленная против хода

Перед тем как закрыть сумку

- [ ] Детские вещи постираны при 30 °C
- [ ] Колючие этикетки срезаны
- [ ] Список сверен со списком роддома
- [ ] Сумка стоит у двери

Свои пункты

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