

## WYPRAWKA DO SZPITALA DLA DZIECKA I MAMY

### Rzeczy dla mamy

#### 1. Dokumenty

- ✓ Dowód osobisty
- ✓ Karta przebiegu ciąży
- ✓ NIP pracodawcy (lub własny w przypadku prowadzenia działalności gospodarczej)
- ✓ Skierowanie do szpitala (w przypadku planowego cięcia cesarskiego)
- ✓ Plan porodu
- ✓ Długopis

#### 2. Wyniki Badań

- ✓ Oryginalny wynik grupy krwi (z adnotacją „potwierdzony” lub dwa wyniki z odrębnych oznaczeń) lub karta grupy krwi
- ✓ Przy ujemnym czynniku Rh (Rh-) – poziom przeciwciał anty Rh (przeciwciała odpornościowe/Test Coombsa)
- ✓ Odczyn WR – badanie w kierunku kiły
- ✓ Wynik badania na obecność HCV
- ✓ Wyniki badań na obecność HBsAg oraz HIV (z III trymestru ciąży)
- ✓ Wynik posiewu z pochwy i odbytu w kierunku paciorkowców B-hemolizujących (z 35–37 tygodnia ciąży – tzw. badanie GBS)
- ✓ Wynik oznaczenia przeciwciał w kierunku Toksoplazmozy w klasach IgG i IgM (z I i II trymestru ciąży)
- ✓ Ostatnie wyniki morfologii krwi oraz badania ogólnego moczu
- ✓ Inne istotne wyniki badań (w przypadku schorzeń przewlekłych lub wnikających ciążę) oraz konsultacji (np. okulistyczna, ortopedyczna, kardiologiczna itp.)

#### 3. Na czas porodu

- ✓ Wygodna koszula do porodu oraz szlafrok i ciepłe skarpety
- ✓ Kłapki (najlepiej takie, które łatwo wyczyścić na wypadek zabrudzenia)
- ✓ Woda do picia (niegazowana: zapas + mała, podręczna butelka z „dziubkiem”)
- ✓ Przekąski (czekolada, lizaki, landrynki)
- ✓ Pomadka ochronna do ust
- ✓ Gumka do włosów

#### **4. Po porodzie**

- ✓ 1-2 koszule poporodowe (z rozcięciem – wygodne do karmienia)
- ✓ 5-6 par majtek poporodowych (tzw. „siatkowych”, jednorazowych)
- ✓ Przybory toaletowe (szczoteczka i pasta do zębów, szczotka do włosów, szampon, żel pod prysznic)
- ✓ 2 ręczniki
- ✓ Klapki pod prysznic
- ✓ 1-2 biustonosze do karmienia oraz wkładki laktacyjne
- ✓ Telefon oraz ładowarka
- ✓ Leki przyjmowane na stałe
- ✓ Woda mineralna, przekąski
- ✓ Długopis

Dodatkowo proponujemy zabrać ze sobą:

- ✓ 2 opakowania wkładek poporodowych
- ✓ 5 podkładów poporodowych na łóżko (ok. 70x90cm)

#### **Rzeczy dla maluszka**

- ✓ 6 x body/kaftanik
- ✓ 6 x pajacyk
- ✓ 2 x skarpetki
- ✓ 1 x czapeczka
- ✓ 5 x pielucha tetrowa
- ✓ 2 x miękki kocyk
- ✓ ewentualne pampersy i mokre chusteczki
- ✓ wg uznania smoczek „uspokajacz”

#### **Rzeczy dla osoby towarzyszącej przy porodzie**

- ✓ Ochraniacze na buty / obuwie zmienne
- ✓ Woda do picia (ewentualnie coś do jedzenia)