



PRZED WYJAZDEM

Dokumenty i rzeczy potrzebne na poród

DOKUMENTY I BADANIA

11 poz.

- ☐ Dowód osobisty lub paszport
- ☐ Karta przebiegu ciąży
- ☐ Wynik grupy krwi / KrewKarta
- ☐ Wynik posiewu GBS
- ☐ Aktualna morfologia krwi
- ☐ Wyniki badań: HIV, HBsAg, WR/VDRL, HCV - jeśli są dostępne
- ☐ Wyniki USG, w tym ostatni wynik
- ☐ Dokumentacja chorób przewlekłych, konsultacje lekarskie i wypisy ze szpitala
- ☐ Plan porodu - jeśli jest przygotowany
- ☐ Dane położnej POZ / przychodni dla dziecka - jeśli placówka ich wymaga
- ☐ Lista przyjmowanych leków i alergii (opcjonalnie, jeśli dotyczy)

DLA MAMY - NA PORÓD

12 poz.

- ☐ Luźna koszula do porodu, np. rozpinana lub przeznaczona do tego celu
- ☐ Ciepłe skarpetki
- ☐ Klapki pod prysznic
- ☐ Kapcie
- ☐ Gumka lub spinka do włosów
- ☐ Pomadka ochronna do ust
- ☐ Woda niegazowana, np. w butelce z ustnikiem lub dzióbkiem
- ☐ Mały ręcznik lub pieluszka tetrowa do odświeżenia
- ☐ Chusteczki nawilżane lub mgiełka do twarzy
- ☐ Telefon
- ☐ Długa ładowarka lub powerbank
- ☐ Słuchawki (opcjonalnie)

NOTATKI PRZED WYJAZDEM



POBYT W SZPITALU

Rzeczy dla rodzica i dziecka

DLA MAMY - PO PORODZIE

17 poz.

- ☐ 2-3 koszule nocne rozpinane z przodu, wygodne do karmienia
- ☐ Szlafrok lub bluza
- ☐ 2 biustonosze do karmienia
- ☐ Wkładki laktacyjne
- ☐ Maść z lanoliną na brodawki
- ☐ Kilka par majtek siateczkowych lub poporodowych
- ☐ Duże podpaski / podkłady poporodowe
- ☐ Podkłady higieniczne na łóżko - jeśli placówka ich wymaga
- ☐ 2 ręczniki: kąpielowy i mniejszy
- ☐ Kosmetyczka: szczoteczka, pasta, żel, szampon, dezodorant, szczotka
- ☐ Używany wcześniej płyn do higieny intymnej
- ☐ Papier toaletowy, chusteczki, ręczniki papierowe
- ☐ Ubranie na wyjście - może je dowieźć bliska osoba
- ☐ Mała lampka nocna (opcjonalnie)
- ☐ Własna poduszka, mały jasiek lub poduszka do karmienia (opcjonalnie)
- ☐ Laktator (opcjonalnie)
- ☐ Woreczki na brudną bieliznę (opcjonalnie)

DLA DZIECKA

10 poz.

- ☐ 3 komplety ubranek: body + pajacyk/śpioszki
- ☐ 2 czapeczki bawełniane
- ☐ 2-3 pary skarpetek
- ☐ Pieluchy jednorazowe rozmiar 1 - ok. 15-20 sztuk lub mała paczka
- ☐ 3-5 pieluszek tetrowych
- ☐ Chusteczki nawilżane dla noworodka
- ☐ Krem lub maść do okolicy pieluszkowej
- ☐ Rożek, kocyk lub otulacz
- ☐ Ubranko na wyjście ze szpitala
- ☐ Fotelik samochodowy - na odbiór ze szpitala

NOTATKI DOTYCZĄCE POBYTU

**DLA OSOBY TOWARZYSZĄCEJ**

6 poz.

- ☐ Dokument tożsamości
- ☐ Wygodne ubranie i klapki - jeśli placówka ich wymaga
- ☐ Woda i przekąski
- ☐ Ładowarka
- ☐ Drobne monety lub karta do automatów
- ☐ Maseczka lub środki higieniczne - jeśli wymagane przez placówkę

5 poz.

- ☐ Duża ilość kosmetyków
- ☐ Biżuteria i cenne rzeczy
- ☐ Wiele kompletów ubrań "na wszelki wypadek"
- ☐ Duże butelki i ciężkie opakowania
- ☐ Smoczki, butelki i mleko modyfikowane - sprawdź zasady wybranej placówki przed spakowaniem

WŁASNE POZYCJE I WYMAGANIA PLACÓWKI