

Wyprawka do szpitala

DOKUMENTY:

- Skierowanie do szpitala (nie jest wymagane, ale mile widziane)
- Dowód osobisty (z aktualnym nazwiskiem, ew. akt ślubu)
- Karta ciąży
- NIP pracodawcy lub własny (w przypadku prowadzenia działalności gospodarczej)

WYNIKI BADAŃ:

- HBS (badanie krwi na nosicielstwo antygeny wirusa żółtaczkę zakaźnej, zrobione po 32. tygodniu ciąży), WR (badanie w kierunku kiły, robione dwukrotnie: na początku i pod koniec ciąży), grupa krwi
- USG: najlepiej wszystkie, ale już koniecznie ostatnie, czyli zrobione w III trymestrze
- Ostatnia morfologia i badanie moczu
- Wynik badania na obecność HIV
- Przy ujemnym czynniku Rh u matki – określony poziom przeciwciał anti-Rh
- Posiew z pochwy w kierunku GBS (Streptococcus agalactiae, czyli badanie GBS paciorkowca z grupy B)
- Inne istotne wyniki badań w ciąży i konsultacji np.: konsultacja okulistyczna, kardiologiczna czy ortopedyczna
- Dodatkowo w przypadku planowego cięcia cesarskiego należy na 4-5 dni przed planowanym zabiegiem wykonać jonogram (sód i potas) i koagulogram (INR, APTT)

NA CZAS PORODU:

- 1 czy 2 koszule nocne lub dłuższe t-shirty (bluzki weź takie, których nie będzie żal wyrzucić), szlafrok, ew. rozpinany sweter lub bluza, ciepłe skarpetki, kapcie
- Jednorazowe pieluchy w kształcie podpasek lub duże podpaski o największej chłonności (tzw. na noc)
- Jednorazowe chusteczki, chusteczki nawilżane oraz ręczniczki papierowe
- Pielucha tetrowa lub bawełniana chusteczka (do przecierania twarzy, do okładów)
- Woda kosmetyczna w aerozolu do odświeżania twarzy
- Bezbarwna pomadka do ust

- Olejek lub oliwka do masażu i ulubione olejki aromaterapeutyczne
- Mp3 i słuchawki
- Coś do jedzenia i picia: niegazowana woda mineralna, herbatniki, sok owocowy (jabłkowy lub brzoskwiniowy), banany, czekolada
- Kanapki dla osoby towarzyszącej

PO PORODZIE:

- 2 koszule z rozcięciem, wygodne do karmienia piersią
- 5 par majtek poporodowych (najlepiej siatkowych, jedno- lub wielorazowych)
- Kapcie
- Przybory toaletowe (dezodorant, pasta i szczoteczka do zębów, płyn do higieny intymnej, żel pod prysznic, szampon, ewent. kosmetyki do makijażu, szczotka lub grzebień), klapki pod prysznic
- 2 ręczniki
- 20 poporodowych dużych podpasek (np. Bella) lub najbardziej chłonnych podpasek, typu Na noc lub maxi
- Ręczniki papierowe, miękki papier toaletowy
- Poduszka fasolka lub jasiek do karmienia
- 2 staniki do karmienia i wkładki laktacyjne
- Telefon komórkowy i ładowarka
- Ubranie na wyjście (uwaga, najlepiej ciuchy ciążowe lub inne wygodne i obszerne. Po porodzie nie wejdiesz od razu w ulubione dzinsy)

NIEZBĘDNIK DZIECKA:

- 20-30 pieluszek jednorazowych
- Paczka nawilżonych chusteczek
- Krem przeciw odparzeniom
- 4 pieluchy tetrowe
- Ubranka: trzy cienkie bawełniane kaftaniki lub body rozpinane na całej długości i trzy pary śpioszków (lub zamiast poprzedniego – trzy pajacyki)
- 2 bawełniane czapeczki (zwróć uwagę na szycia; szwy nie powinny uciskać delikatnej główki dziecka)
- 2 pary skarpetek i para rękawiczek „niedrapek”
- Rożek lub śpiworek, ewent. kocyk
- Łagodne mydło, do stosowania od 1. dnia życia dziecka
- Ręcznik z kapturkiem
- Ubrania na wyjście, zgodnie z porą roku