

Moja wyprawa

TORBA PORODOWA

Dokumenty

- Dowód osobisty
- Karta ciąży
- Potwierdzony wynik grupy krwi
- Wynik GBS
- Ostatnie USG i morfologia
- Dokumenty dotyczące ewentualnych chorób ciąży (np. dzienniczek pomiarów glukozy, ciśnienia tętniczego krwi)

Dla dziecka

- Rożek/becik
- 2 pieluchy tetrowe
- Pajac rozpinany (rozmiar 56 i 62)
- Body z krótkim rękawem (rozmiar 56 i 62)
- 2 czapeczki (w różnych rozmiarach)
- Chusteczki mokre
- 2 pampersy – rozmiar 1

Dla Mamy

- Koszula do porodu
- Kapcie
- Ciepłe skarpetki
- Duże podpaski – 1 opakowanie
- Majtki z siatki – 1 sztuka
- Ręcznik kąpielowy
- Mały ręczniczek (do wytarcia czoła, pleców)
- Klapki pod prysznic
- Woda z dziubkiem
- Przekąski dla Ciebie i osoby towarzyszącej
- Pomadka
- Ładowarka do telefonu + powerbank
- Gumka do włosów
- Termoфор

Opcjonalnie: lewatywa, zestaw ochronny dla osoby towarzyszącej (fartuch, kapcie), drobne pieniądze do automatu/parking

- Leki, które przyjmujesz

Moja wyprawka

TORBA NA ODZIAŁ CZ. I

Dla dziecka

1. 4 pajacyki rozpinane
2. 4 bodziaki z krótkim rękawem
3. 5 pieluszek tetrowych
4. 3 pieluszki flanelowe
5. 2 bawełniane kocyki
6. Skarpetki
7. Krem przeciw odparzeniom
8. Pampersy – 1 opakowanie rozmiar 1
9. Chusteczki mokre
- Smoczek

Dla Mamy

- Rozpinane koszule do karmienia x3
- Luźniejsze staniki do karmienia x2
- Majtki z siatki – 2 opakowania
- Duże podpaski poporodowe – 2 opakowania
- Podkłady poporodowe – opakowanie
- Szlafrok
- Wkładki laktacyjne
- Papier toaletowy
- Kosmetyki
- Ręcznik kąpielowy
- Mały ręcznik
- Kubek termiczny, sztucce
- Nakładka jednorazowa na toaletę
- Lanolina
- Muszle laktacyjne

Moje

Moja wyprawka

TORBA NA ODZIAŁ CZ. II

Opcjonalnie

- laktator
- woreczki do przechowywania pokarmu
- woreczki do sterylizacji w mikrofalówce
- żelowy kompres na piersi
- poduszka do karmienia (do szpitala tylko z możliwością zdjęcia i wyprania poszewki)
- femaltiker na pobudzenie laktacji (po CC obowiązkowy)

Na wyjście

- Ubrania dla mamy z okresu ciąży + buty
- Ubranko dla dziecka – kombinezon dopasowany do pory roku
- Fotelik samochodowy – zamontowany wcześniej w aucie
- Dodatkowy Kocyk

Moje