TORBA DO SZPITALA

Pakowanie torby do szpitala to kolejny ważny etap przygotowań do porodu. Na początku należy sprawdzić na stronie internetowej wybranego przez siebie szpitala, czy nie udostępnia listy potrzebnych rzeczy - wtedy mamy ułatwione zadanie.

Podstawowa zasada to brać jak najmniej rzeczy – większość kobiet opuszcza szpital po upływie 48h po porodzie. Jeśli z jakiegoś powodu będziesz musiała zostać dłużej w oddziale, rodzina na pewno dowiezie Ci potrzebne rzeczy.

Sala Porodowa:

- przede wszystkim dokumenty – karta ciąży, dowód osobisty, oryginalny wynik grupy krwi, oryginalny wynik wymazu GBS, wszystkie wyniki badań wykonywanych w czasie ciąży (laboratoryjne, USG) plan porodu oraz dokumentacja medyczna związana z Twoim stanem zdrowia sprzed ciąży, jeśli taką posiadasz,

- koszula w której chcesz rodzić, ręcznik, obuwie pod prysznic,

- woda niegazowana, przekąski,

- jeśli jest wymagane - ubranie do porodu dla osoby towarzyszącej,

- dla noworodka, w zależności od szpitala – dwie pieluchy tetrowe lub flanelowe do osuszenia po porodzie, jeden pampers, kocyk lub ręcznik do przykrycia,

Oddział Położniczy:

- koszule do karmienia (2-3szt),

- biustonosz do karmienia,

- szlafrok (w zależności od pory roku),

- ręcznik kąpielowy,

- przybory toaletowe wg uznania (najlepiej małe opakowania),

- podkłady poporodowe (2 opakowania), najlepiej duże i chłonne,

- podkłady do przewijania (90x60), idealne też na łóżko dla mamy (3-4szt),

- majtki poporodowe wielorazowe, siateczkowe!,

- kilka sztuk wkładek laktacyjnych (na pewno nie przyda się całe opakowanie),

- woda niegazowana (spory zapas - możecie mieć ją przygotowaną w samochodzie),

- kubek i sztućce,

- długopis (zawsze się może przydać),

- kocyk,

- 3 zestawy ubranek dla noworodka (body na krótki rękaw + pajacyk + czapeczka),

- pieluchy tetrowe/flanelowe (4-6szt, mogą służyć do wycierania, do otulania),

- pieluchy jednorazowe (rozmiar 1, małe opakowanie),

- chusteczki nawilżane (1opakowanie),

- maść natłuszczająca do pupy noworodka – świetnie sprawdza się też do poranionych sutków (np., alantan, linomag),

Wyjście do domu:

- ubranie i buty dla mamy,

- ubranie dla noworodka (taki sam zestaw + kombinezon, w zależności od pory roku),

-fotelik samochodowy.

Pamiętajcie, że wszystkie rzeczy używane w szpitalu, po powrocie do domu, powinny zostać wyprane w wysokiej temperaturze. Dlatego nie zabieramy do szpitala pluszaków, szumisiów, czy poduszek do karmienia - których nie da się w całości wyprać.

Jeśli istnieje medyczne wskazanie do podania noworodkowi mleka modyfikowanego, zamiast kobiecego, to szpital powinien zapewnić butelkę oraz smoczek – nie musisz zabierać swojej „w razie czego". Kwestia laktatora jest bardzo indywidualna – z punktu widzenia fizjologii laktacji nie jest on potrzebny na samym początku.

Marta Dopierała
Magister Położnictwa