

Wyprawka

DO SZPITALA

Dla mamy

- ☐ Majtki poporodowe
- ☐ Podkłady poporodowe
- ☐ Żel do higieny intymnej
- ☐ Żel do mycia i szampon
- ☐ Balsam do ciała
- ☐ Pomadka do ust
- ☐ Ręcznik
- ☐ Ręcznik do higieny intymnej
- ☐ Szczoteczka i pasta do zębów
- ☐ Krem do twarzy
- ☐ Gumki do włosów
- ☐ Szczotka do włosów
- ☐ Krem na brodawki
- ☐ Wkładki laktacyjne
- ☐ Laktator
- ☐ Skarpetki
- ☐ 2-3 koszule do karmienia
- ☐ 2-3 staniki do karmienia
- ☐ Szlafrok
- ☐ Ubranie na wyjście
- ☐ Klapki pod prysznic
- ☐ kapcie
- ☐ Telefon
- ☐ Książka
- ☐ Ładowarka
- ☐ Woda (kilka butelek)
- ☐ Przekąski na czas porodu
- ☐ Słuchawki na czas porodu

Dla noworodka

- ☐ Chusteczki nawilżane
- ☐ Krem przeciw odparzeniom
- ☐ 3 pieluszki tetrowe
- ☐ Podkłady do przewijania
- ☐ 3 zestawy ubranek
- ☐ Ubranko na wyjście
- ☐ Pieluszki

Dokumenty

- ☐ Dowód osobisty
- ☐ Karta ciąży
- ☐ Plan porodu
- ☐ Wyniki badań
- ☐ NIP pracodawcy
- ☐ Skierowanie do szpitala (jeśli zostało wydane przez lekarza)

