

Mit hozz magaddal?!

A kismama kórházi csomagja mindenképpen két táskából áll. Készíts elő egy kisebbet és egy nagyobbat. A kisebb táska a szülőszobára kell, a nagyobb pedig a kórházi tartózkodásotokra.

Kórházi csomag szülőszobára:

- Iratok:** várandóskiskönyv, TAJ kártya, személyi igazolvány, lakcímkártya, házassági anyakönyvi kinonat/apasági nyilatkozat, ha nem vagytok házasok
- Szénsavmentes ásványvíz**
- Szőlőcukor-** vajúdás alatt energiát ad
- Nedves törlő**
- Kisebb törölköző-** benedvesíteni az ajkad, megtörölni az arcod
- Papucs** (lapos, kényelmes + zuhanyozáshoz gumitalpú), **esetleg zokni**
- Telefon, telefontöltő, fényképezőgép**
- Harapnivaló, innivaló** (apának, szülés után anyának)
- + Apukának papucs és egyszerhasználatos szülési szett**

Kórházi csomag a kórházi tartózkodásra:

- Hálóing, köntös vagy pizsama, papucs** - intézményünk a kórházi hálóing viselését preferálja, mely praktikus és higiénikus a szoptatás szempontjából
- 2 db. törölköző**
- Papírzsebkendő, WC papír, esetleg nedves törlőkendő**
- Méretre vásárolt egyszerhasználatos bugyi betéttel**
- Szoptatós melltartó, melltartóbetét**
- Mellszívó, bimbóvédő krém** (szükség esetén)
- Innivaló**
- Piperetáska:** tusfürdő, fogkefe, fogkrém, fogmosópohár, fésű, hajgumi
- Tányér, evőeszközök, pohár, szalvéta**

Újszülött ápoláshoz:

- nedves törlőkendő, popsikenőcs, pelenkázóalátét,**
- ha szeretnél hozni: saját babaruha, pelenka**

Ki is pipálhatod listánkon, amit már bekészítettél!