

## 1.1 Lista rzeczy do spakowania do szpitala oraz wyprawka dla noworodka

Gdy zacznie się zbliżać data porodu warto pomyśleć o przygotowaniu siebie i dziecka do szpitala. Nigdy nie wiadomo, kiedy nasze maleństwo postanowi przyjść na świat, a wcześniej przygotowana wyprawka może okazać się wybawieniem. W tej sekcji znajdziesz listy, które pozwolą Ci lepiej zaplanować Twoją wizytę w szpitalu.

### WYPRAWKA DLA MAMY DO SZPITALA

#### DOKUMENTY:

- dowód osobisty
- karta ciąży
- wyniki badań (morfologia, GBS, USG, grupa krwi)
- dodatkowe wyniki badań zaświadczające o Twoim stanie zdrowia
- plan porodu

#### UBRANIA:

- koszule do porodu i karmienia
- szlafrok
- kapcie/klapki
- skarpetki
- bielizna poporodowa

#### ARTYKUŁY HIGIENICZNE:

- wkładki poporodowe
- podpaski
- ręczniki
- kosmetyki
- krem na brodawki

#### PRZYDATNE AKCESORIA:

- butelka z wodą
- przekąski
- ładowarka do telefonu
- książka
- gumki do włosów
- pomadka
- laktator

#### MIEJSCE NA TWOJE NOTATKI:

.....

.....

.....

.....

