



CENTRUM MEDYCZNE ŻELAZNA
Szpital i Przychodnia Św. Zofii

CO ZABRAĆ DO SZPITALA

LISTA DLA MAMY



WAŻNE!

Trzy tygodnie przed planowanym terminem porodu spakuj torbę z rzeczami do porodu. **Prosimy o max. 2 opisane walizki (imię i nazwisko).**

Zabierz dla siebie:

- wygodna koszula lub T-shirt (dłuższy) do porodu oraz 2 koszule umożliwiające karmienie piersią
- szlafrok, klapki
- biustonosze do karmienia piersią, min. 2 szt.
- dokument tożsamości, badania z okresu ciąży
- 2 opakowania podpasek poporodowych
- majtki jednorazowe siateczkowe (nie flizelinowe!)
- podkłady higieniczne
- przybory toaletowe (jak najmniej zapachowe)
- dwa ręczniki (kąpielowy i zwykły)
- ręczniki papierowe
- woda wysoko zmineralizowana (wysoko sodowa)
- rzeczy, bez których nie wyobrażasz sobie spędzenia czasu w szpitalu

Pamiętaj również o:

- pozostawieniu cennej biżuterii w domu
- zmyciu lakieru u rąk i nóg (kolor płytki jest ważną informacją o Twoim zdrowiu)
- skróceniu paznokci (bez tipsów) – będzie Ci łatwiej zajmować się maleństwem



CENTRUM MEDYCZNE ŻELAZNA
Szpital i Przychodnia Św. Zofii

CO ZABRAĆ DO SZPITALA

LISTA DLA DZIECKA I OSOBY TOWARZYSZĄCEJ



WAŻNE!

Trzy tygodnie przed planowanym terminem porodu spakuj torbę z rzeczami do porodu. Pamiętaj! Wszystkie rzeczy dla dziecka, nawet nowe, powinny zostać uprzednio wyprane.

Zabierz dla dziecka:

- 5 kaftaników dla noworodka np. typu body (rozmiar 56 lub 62)
- trzy pary śpioszków lub 3 pajacyki
- dziesięć pieluszek tetrowych i paczkę jednorazowych
- chusteczki nawilżane
- dwie pary skarpetek i dwie bawełniane czapeczki
- 2 kocyki i ewentualnie rożek
- ręcznik
- mały jasek przydatny przy karmieniu lub poduszka rogal do karmienia

Zabierz dla osoby towarzyszącej (dot. porodów rodzinnych)

- wygodne ubranie na zmianę
- buty na zmianę (klapki, kapcie)
- coś do jedzenia
- cztery pieluszki do ogrzania dla dziecka

Twoje notatki:

WIĘCEJ INFORMACJI: www.szpitalzelazna.pl/szpital/porod-na-zelaznej