

## DO PORODU

- Woda niegazowana 1,5l
- Opaska, spinki lub gumka do włosów
- Klapki, ręcznik duży
- Koszula do porodu
- Przekąska np. banan, czekolada, herbatniki
- 2 pieluchy tetrowe
- telefon + ładowarka
- aparat, kamera itp.
- płyta z muzyką
- chusteczki higieniczne
- pomadka nawilżająca

## DLA DZIECKA

- pieluchy jednorazowe
- kocyk
- 2/3 pieluchy tetrowe
- 3 bluzeczki lub body
- 3 pajacyki
- 2 pary skarpetek
- rękawiczki niedrapki
- ręcznik kąpielowy
- cienka czapeczka
- mokre chusteczki
- kosmetyki dla dziecka
- opcjonalnie smoczek

## PO PORODZIE

- 2 koszule do karmienia
- 5 majtki siateczkowe
- podkłady poporodowe
- 2 staniki do karmienia
- ręcznik duży i mały
- przybory toaletowe
- szlafrok cienki
- opcjonalnie poduszka do karmienia i kółko poporodowe
- wkładki laktacyjne
- 3 pary skarpetek
- drobne pieniądze
- czasopismo

## BADANIA

- Grupa krwi i czynnik Rh
- Gdy Rh- /badanie na obecność przeciwciał anty Rh
- Badanie HBs po 32 tc lub zaświadczenie o szczepieniu WZW B
- Odczyn WR (2-krotnie)
- Badanie GBS po 35 tc
- Ewentualne konsultacje specjalistyczne np. od okulisty, kardiologa itp.

## DOKUMENTY

- dokument tożsamości
- karta ciąży
- plan porodu

## DLA TATY

- koszulka na zmianę
- klapki
- przekąska
- coś do picia
- telefon + ładowarka
- szczoteczka do zębów

## NA WYJŚCIE ZE SZPITALA

- ubranie dla dziecka (uwzględniające pogodę)
- ubranie dla mamy (uwzględniające pogodę)
- grubszy kocyk do przykrycia (jeśli zimno)
- fotelik samochodowy
- 
-