

Zbliża się termin porodu !!!

Jak przygotować się do porodu w szpitalu:

1. Niezbędne dokumenty:

- Dowód tożsamości (np. dowód osobisty, paszport),
- Karta przebiegu ciąży,
- NIP pracodawcy

2. Wyniki badań z okresu ciąży:

- Grupa krwi i Rh z przeciwciałami odpornościowymi (oryginał),
- Morfologia i badanie moczu - z ostatnich 6 tygodni,
- HBS Ag - wykonane w ciąży,
- WR - wykonane w ciąży,
- Wynik posiewu z przedsionka pochwy i odbytu w kierunku nosicielstwa bakterii *Streptococcus agalactiae* (paciorkowiec typu B) - wykonanego po 35 tygodniu ciąży,
- Wszystkie wyniki badań usg wykonane w obecnej ciąży,
- Inne istotne wyniki badań i/lub konsultacji np.: konsultacja okulistyczna, kardiologiczna, ortopedyczna itd.
- Plan porodu.
- Wynik badania na obecność HIV
- Dla zainteresowanych pacjentek konsultacja anestezyjologiczna do znieczulenia zewnątrzoponowego.

3. Dla siebie:

- Wygodna koszula lub T-shirt (dłuższy) do porodu oraz min. dwie koszule umożliwiające karmienie piersią;
- Szlafrok, klapki;
- Biustonosz do karmienia piersią;
- Jednorazowe zwykłe podpaski (bez kleju)
- Przybory toaletowe (bardzo przydaje się pomada bezbarwna, bezzapachowa do nawilżenia ust) ;
- Dwa ręczniki (kąpielowy i zwykły);
- Woda mineralna niegazowana;
- Rzeczy, bez których nie wyobraża sobie Pani spędzenia czasu w Szpitalu,
- 5 - 6 par majtek (najlepiej siatkowe, jednorazowe);
- Wkładki laktacyjne;
- Dla większego komfortu pobytu można zabrać: piłkę „język”, poduszkę „jasiek”, rogal do karmienia, kółko do siedzenia.

4. Dla Dziecka:

- 5 kaftaników dla noworodka np. typu body (rozmiar 56 lub 62);
- Trzy pary śpioszków lub 3 pajacyki;
- Pięć pieluszek tetrowych;
- Dwie bawełniane czapeczki;
- Dwie pary skarpetek;
- Kocyk lub rożek;
- Krem do pielęgnacji pośladków noworodka;
- Wilgotne chusteczki do pielęgnacji;
- Pieluchy jednorazowe.

Wszystkie rzeczy (nawet nowe) powinny zostać uprzednio wyprane i wyprasowane.

5. Dla osoby towarzyszącej przy porodzie:

- Wygodne ubranie na zmianę;
- Buty na zmianę (klapki);
- Dopuszczalne: aparat fotograficzny/kamera.

6. Przy wypisie:

- Ubranie dla mamy i dziecka (w zależności od pogody):
 - kaftanik lub body
 - czapeczka
 - śpioszki lub pajacyk
 - sweterek lub bluza
 - kocyk lub rożek/becik
 - pieluszki jednorazowe i tetrowe
- Fotelik samochodowy.

Drogie Panie pamiętajcie o:

- Pozostawieniu cennej biżuterii w domu
- Zmyciu lakieru u rąk i nóg (kolor płytki paznokciowej jest ważną informacją o Waszym zdrowiu)
- Skróceniu paznokci (bez tipsów) - będzie Wam łatwiej zajmować się maleństwem.