

# WYPRAWKA DO SZPITALA - JAK SIĘ SPAKOWAĆ?



## CHECKLISTA DO WYDRUKOWANIA

### DO PORODU

- koszula do porodu
- karta ciąży, wyniki badań
- ręcznik
- gąbka lub mały ręcznik do schłodzenia twarzy
- woda niegazowana z ustnikiem
- pomadka nawilżająca
- klapki
- ładowarka do telefonu i telefon

### PO PORODZIE

#### DLA MAMY

##### ARTYKUŁY HIGIENICZNE:

- podkłady na łóżko (2-3 paczki)
- podkłady poporodowe (3 paczki)
- majtki poporodowe (6 sztuk)
- stanik do karmienia
- maść na brodawki sutkowe
- wkładki laktacyjne

##### PRZYDADZĄ SIĘ:

- koszule do karmienia (2 sztuki)
- skarpetki
- klapki pod prysznic
- szlafrok
- sztućce, kubek
- drobne pieniądze
- luźne ubrania na wyjście do domu
- poduszka do karmienia

##### PRZYBORY TOALETOWE:

- papier toaletowy
- płyn do higieny intymnej
- chusteczki higieniczne
- ręcznik
- ręczniki papierowe
- pasta i szczoteczka
- szampon
- żel pod prysznic
- szczotka do włosów
- krem do twarzy

#### DLA DZIECKA

##### ARTYKUŁY HIGIENICZNE:

- pieluszki, najmniejszy rozmiar
- chusteczki nawilżane
- płatki kosmetyczne
- krem do pupy
- pieluszki tetrowe lub flanelowe (6 sztuk)
- sól fizjologiczna w ampułkach

##### PRZYDADZĄ SIĘ:

- smoczek
- becik i kocyk
- skarpetki
- czapeczki
- pajacyki lub inne ubranko dla dziecka (3 sztuki)
- fotelik samochodowy / nosidełko
- ubranko do wyjścia ze szpitala