

# Torba do porodu

## Dokumenty:

Dokument tożsamości

Karta przebiegu ciąży

Plan porodu

Należy mieć ze sobą wszystkie badania wykonane dotychczas w ciąży (badania krwi, moczu wszystkie badania USG) oraz dokumentację dotyczącą chorób przewlekłych i operacji przebytych przed ciążą !!!!

Niezbędne są w szczególności oryginały poniższych wyników badań:

- **grupa krwi** (zawierająca numer PESEL i oznaczenie przeciwciał odpornościowych)
- VDRL, **HBsAg**, HIV, HCV
- w przypadku przewlekłych chorób będących pozapłoźniczymi wskazaniami do cięcia cesarskiego (na przykład: choroby neurologiczne, tętniaki, problemy psychiczne, + ortopedyczne) wymagana jest precyzyjna konsultacja specjalistyczna.

## Na czas porodu:

### Rzeczy osobiste dla matki:

- kosmetyki (mydło w płynie, szampon, pasta do zębów, szczoteczka do zębów)
- ręczniki: 2x kąpielowe i 2x do rąk
- koszule nocne bawełniane umożliwiające karmienie (min2)
- szlafrok, bieliznę bawełnianą; siatkowe majtki poporodowe
- kaptcie, klapki pod prysznic
- biustonosz do karmienia (z otwieranymi miskami), wkładki do biustonosza, wkładki higieniczne (nie z siateczką i bezzapachowe!), jak największe, np. typu nocnego lub maxi
- akcesoria ułatwiające karmienie piersią (jasiek, specjalna poduszka "dla mamy").
- lanolinowa pomadka do ust,
- podkłady poporodowe
- wygodna koszula z rozcięciem do karmienia

### **Rzeczy dla dziecka:**

Noworodek może być ubrany we własne rzeczy i pielęgnowany własnymi kosmetykami.

- 3-5 szt. ciepłych i cienkich kaftaników
- 3-5 szt. śpiochów lub pajacyków, body
- skarpety, czapeczki bez wiązania
- kocyk lub śpiworek
- kosmetyki do kąpieli, chusteczki do pielęgnacji, ręcznik
- paczkę pieluch jednorazowych dla noworodka (typu newborn), flanelowe i tetrowe pieluchy.

Bielizna noworodka powinna być wykonana z naturalnych włókien, najlepiej bawełny. Wszystkie te rzeczy powinny być świeżo uprane w specjalnym proszku do prania dziecięcej bielizny oraz wyprasowane.

### **Napoje i przekąski.**

butelka wody z dziubkiem/bidon z wodą

### **Na wyjście ze szpitala (osobna torba, która zostanie przywieziona w dniu wyjścia ze szpitala)**

ubranie dla mamy - dla większości kobiet będzie to ubranie w rozmiarze z 5.-6. miesiąca

ubranie dla dziecka - dopasowane do pory roku.

W dniu wypisu w sezonie zimowym należy przynieść grubszy kocyk, śpiwór, ciepłą czapkę, sweterek, kombinezon lub dodatkowy ciepły kocyk.

Zmotoryzowani rodzice powinni mieć ze sobą specjalne nosidełka pełniące funkcję fotelika samochodowego dla niemowląt.