

Пакеты в родзал



Вещи для себя:

- Обменная карта беременной и паспорт;
- Халат (по погоде), рубашка (не в мелкую полоску или горошек — у партнера во время массажа будет рябить в глазах), носки (тонкие и теплые — ноги должны быть в тепле, независимо от окружающей температуры), тапочки (с нескользящей подошвой; удобные, чтобы, надевая, не приходилось наклоняться и поправлять);
- Косметичка (в основном ее содержимое будет необходимо после родов, но кое-что может понадобиться и во время схваток): - зубная щетка, [паста](#), расческа, гигиеническая помада (губы сохнут во время схваток), [крем для рук](#);
- Накладки на унитаз, пакеты для мусора, туалетная бумага, бумажные полотенца, гигиенические прокладки (послеродовые или урологические);
- Одноразовые пеленки 60x60 — 5-10 шт, 60x90 — 5-10 шт;
- [Масло для подготовки к родам](#) — во время потуг акушерки его используют для массажа промежности во время рождения головки малыша;
- Массажеры (нельзя электрические);
- Питьевая не газированная вода (во время схваток нужно часто пить), чай, или узвар, или отвар шиповника с сахаром или медом — лучше теплый (обычно на последних схватках придает силы);
- Что-нибудь покушать для себя во время родов (шоколад, сухофрукты, орехи,...) и в период после родов;
- Чашка, ложка, тарелка (красивые);
- Зарядка для мобильного телефона;

Вещи для создания комфортного пространства родов:

- Музыка, которая нравится (в телефоне или на флешке — в некоторых роддомах есть музыкальные центры или можно взять колонку);
- Мини-светильник;
- Красивое постельное белье (Один комплект для родзала, второй нужен будет после родов);
- Игрушка для малыша;

Вещи для малыша:

- Детские влажные салфетки, 2 шапочки, 2 пары носочков для малыша, 2 подгузника, 1 «человечек», 2 тонкие пеленки, 2 байковые пеленки, детское одеяло или плед (можно махровое полотенце)

Для партнера:

- Сменная одежда, тапочки, одноразовый халат, бахилы, шапочка, маска, какая-нибудь еда, чай, кофе, чашка, фотоаппарат, видео

Пакеты в послеродовое отделение

- 1-2 рубашки для кормления, бюстгальтер (для кормящих мам, немного большего размера, чем у Вас сейчас), прокладки для груди, прокладки для выделений, трусики (одноразовые или многоразовые);
- Шампунь, фен, косметика (на выписке из роддома Вас будут фотографировать — Вы должны выйти очень красивая!);
- Бумажные полотенца, полотенца обычные, накладки на унитаз;
- Одноразовые пеленки 10 шт (60x60 — 5 шт, 60x90 — 5 шт)

- Жидкое детское мыло или гель (максимально натуральное, ни в коем случае не антибактериальное), натуральное детское масло для гигиены малыша, вата или ватные диски, гигиенические палочки, детские влажные салфетки (обычно остаются из пакетов в родзал), крем для профилактики трещин сосков;
- Крем под подгузники, масло или молочко для ухода за кожей малыша
- Одноразовые подгузники № 1 или № 2 – 1 упаковка или многоразовые подгузники;
- Термометр электронный;
- Бумага, ручка: для записок мужу, для дневника малыша, для записи вопросов к врачу;
- Шапочки для ребенка 2-3 шт;
- Футболки или «боди», ползунки по 3 - 4 шт. 56-62 размер;
- И/или «человечки» 3 - 4 шт. 56-62 размер;
- Пеленки тонкие 4 шт.
- Пеленки байковые 4 шт.
- Носочки – 2 – 3 шт.