

Lista wyprawkowa do szpitala

1

TECZKA Z DOKUMENTAMI

- ☐ DOKUMENT Z GRUPĄ KRWI
- ☐ KARTA CIĄŻY
- ☐ WYNIK GBS
- ☐ PLAN PORODU
- ☐ DOKUMENTY DOT.
EW. CHOROÓB W CIĄŻY
- ☐ DOKUMENTY TOŻSAMOŚCI

DLA MAMY NA ODDZIAŁ

- ☐ 2-3 ROZPINANE KOSZULE
(BAWEŁNIANE, DO KARMIENTA)
- ☐ ELASTYCZNE BIUSTONOSZE
DO KARMIENTA 2-3 SZTUKI
- ☐ MAJTKI POPRODOWE
SIATKOWE 5 SZTUK
- ☐ KOSZULA POPORODOWA
ZAKRYWAJĄCA POŚLADKI
- ☐ PODKŁADY POPORODOWE
90X60, 5 SZTUK
- ☐ WKŁADKI LAKTACYJNE
12 SZTUK

DLA MAMY NA PORÓD

- ☐ KOSZULA PORODOWA
ZAKRYWAJĄCA POŚLADKI
- ☐ KLAPKI POD PRYSZNIC
I CIEPŁE SKARPETKI
- ☐ 3 OPAKOWANIA PODPASEK
POPORODOWYCH
- ☐ SZLAFROK/SWETER DŁUGI,
ROZPINANY
- ☐ WODA 2L (NAJWYGODNIEJ
W BUTELCE Z DZIUBKIEM)
- ☐ POMADKA DO UST,
GUMKA DO WŁOSÓW,
SZCZOTKA DO WŁOSÓW
- ☐ ZWYKŁE PODPASKI CHŁONNE,
PAPIER TOALETOWY
- ☐ 2 DUŻE I 1 MAŁY RĘCZNIK
- ☐ KOSMETYKI (ŻEL POD PRYSZNIC,
SZAMPON, SZARE MYDŁO)
- ☐ SZCZOTECZKA I PASTA
DO ZĘBÓW
- ☐ SZTUĆCE, KUBEK
- ☐ WODA MINERALNA, PRZEKĄSKI
- ☐ LAKTATOR I LANOLINA DO
BRODAWEK (OPCJONALNIE)

Lista wyprawkowa do szpitala

2

RZECZY DLA DZIECKA ZARAZ PO PORODZIE*

- ☐ PAMPERSY 2 SZTUKI
ROZMIAR 1
- ☐ PAJACYK/BODY DŁUGI RĘKAW
I PÓŁSPIOCHY ROZMIAR 56
- ☐ CHUSTECZKI NAWILŻANE
- ☐ PIELUSZKA TETROWA/
MUŚLINOWA/BAMBUSOWA
1 SZTUKA WYBRANEJ

* RZECZY SPAKUJ DO WORECZKA
STRUNOWEGO, OZNACZ GWIAZDKĄ
I WŁÓŻ NA WIERZCHU DO TORBY

RZECZY DLA DZIECKA NA ODDZIAŁ

- ☐ PAJACYKI ROZPINANE LUB
BODY DŁUGI RĘKAW 5 SZT.
- ☐ PÓŁSPIOCHY 5 SZT.
- ☐ ROŻEK NIEMOWLĘCY
LUB KOCYK
- ☐ 5 PIELUSZEK TETROWYCH
(DUŻYCH NP. 70 X 80)
- ☐ CZAPECZKA 1 SZT.
- ☐ CHUSTECZKI NAWILŻANE,
MAŚĆ DO SMAROWANIA PUPY
- ☐ PAMPERSY ROZMIAR 1,
1 OPAKOWANIE

WYJŚCIE ZE SZPITALA

- ☐ UBRANIE CIĄŻOWE DLA MAMY
(LEGGINSY I TUNIKA/BLUZKA)
- ☐ BUTY I SKARPETKI
- ☐ UBRANKO DLA DZIECKA,
KOMBINEZON ZALEŻNY
OD TEMPERATURY
- ☐ FOTELIK SAMOCHODOWY
- ☐ KOCYK

PAMIĘTAJ!

- NAKLEJ NA TORBĘ LISTĘ
RZECZY DO ZABRANIA W
OSTATNIEJ CHWILI (TELEFON,
ŁADOWARKA DO TELEFONU,
LEKI)
- WSZYSTKIE RZECZY SPAKUJ DO
SIATEK I PODPISZ NA WYPADEK
CIĘCIA CESARSKIEGO
- ZABIERZ JAK NAJMNIEJ RZECZY