

## Что взять в роддом?

### Список вещей и документов для роддома:

#### Документы:

- ✓ Удостоверение (+ ксерокопия)
- ✓ Обменная карта - заполненная с результатами необходимых анализов.
- ✓ Направление в роддом или договор с роддомом, или договор с личным доктором
- ✓ Адрес роддома, контактный телефон врача, и др. контактные телефоны.

#### Для пребывания в роддоме:

- ✓ Гигиенические прокладки макси или специальные родовые - 1 упаковка
- ✓ Одноразовые пеленки - 1 шт.
- ✓ Удобная одежда (пижама или ночная сорочка с халатом)
- ✓ Бюстгалтеры для кормления
- ✓ Впитывающие прокладки для груди
- ✓ Одноразовые трусы - 5-7 шт.
- ✓ Крем для сосков (против трещин)
- ✓ Косметические средства и предметы туалета (зубная щетка, паста, расческа, шампунь, мыло жидкое, крем, туалетная бумага (можно влажную), влажные салфетки, если необходимо, косметику)
- ✓ Носки или гольфы несколько пар.
- ✓ Домашнее полотенце
- ✓ Ежедневник, ручку (для записей, пометок)
- ✓ Мобильный телефон, зарядка
- ✓ Тапочки для палаты, сланцы для душа
- ✓ Чашку, ложку, тарелку
- ✓ Вода питьевая без газа - 2 бутылки по 0,5 л

#### Для малыша:

- ✓ Упаковка памперсов (самые маленькие)
- ✓ Нижняя распашонка (со швами наружу)
- ✓ Комбинезон, кофточка со штанишками или с ползунками (зависит от времени года)
- ✓ Конверт, детское одеяло или плед
- ✓ Носочки
- ✓ Две шапочки: нижняя - более тонкая и верхняя - теплая по времени года

#### Не забудьте взять с собой из роддома перед выпиской:

- ✓ Обменная карта, выписка
- ✓ Лист с рекомендациями, а также заключение о здоровье ребенка в роддоме.