

СОБИРАЕМСЯ В РОДДОМ

В РОДИЛЬНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

Обязательно взять

- ☐ Паспорт + копия
- ☐ Страховой полис + копия
- ☐ Обменная карта беременной
- ☐ Родовой сертификат
- ☐ СНИЛС
- ☐ Мобильный телефон + зарядка
- ☐ Моющиеся тапочки

Может пригодиться

- ☐ Одноразовый бритвенный станок
- ☐ Гигиеническая помада
- ☐ Одноразовые накладки на унитаз
- ☐ Влажные салфетки
- ☐ Бахилы
- ☐ Пакеты для одежды



В ПОСЛЕРОДОВОЕ ДЛЯ МАМЫ

Обязательно взять

- ☐ Послеродовые прокладки
- ☐ Послеродовые трусики
- ☐ Одноразовые вкладыши для груди
- ☐ Жидкое мыло для рук
- ☐ Туалетная бумага
- ☐ Влажная туалетная бумага
- ☐ Одноразовые накладки на унитаз
- ☐ Одноразовые впитывающие пеленки
- ☐ Шампунь и гель для душа
- ☐ Зубная паста и щетка
- ☐ Расческа и резинка для волос
- ☐ 2 полотенца: для лица и для тела

Может пригодиться

- ☐ Крем для сосков
- ☐ Гель для умывания и крем для лица
- ☐ Крем для рук
- ☐ Антиперспирант
- ☐ Носки
- ☐ Тапочки
- ☐ Блокнот и ручка
- ☐ Косметичка с декоративной косметикой на выписку
- ☐ Послеродовый бандаж
- ☐ Ватные диски и ватные палочки

В ПОСЛЕРОДОВОЕ ДЛЯ МАЛЫША

Обязательно взять

- ☐ Подгузники
- ☐ Влажные салфетки
- ☐ Крем под подгузник
- ☐ Одноразовые впитывающие пеленки
- ☐ Одежда для малыша (антицарапки, чепчик, распашонка, ползунки)

Может пригодиться

- ☐ Увлажняющий крем или масло
- ☐ Бутылочка
- ☐ Пустышка

