

BALENIE DO PÔRODNICE

www.LaskavyPorod.sk

© 2016 - 2021 Ing. Ludmila Vedrussa Tóthová

Inšpirátorka zrodu Láskavého života

Doklady

- občiansky preukaz
- preukaz poistenca
- sobášny list
- prípadne vyhlásenie o otcovstve z matriky
- tehotenský preukaz (knižka)
- pôrodné priania (plán) - viac kópii

Hygienické potreby

- toaletný papier
- vložky
- vreckovky
- uteráky
- podložky do postele (podložky na prebaľovanie alebo inkontinenčné podložky v lekárni)
- zubná hygiena
- mydlo/šampón
- kefa/hrebeň/fén
- vložky do podprsenky - radšej nie
- šlapky/papuče
- pohár, príbor, misku (niektoré nemocnice)
- nafukovacie koleso na sedenie v prípade
- nástrihu (nemusí byť potrebné)
- iné hygienické potreby podľa osobných zvykov

- nočná košela/pyžamo na dojčenie
- ponožky
- podprsenka (ale nemusí byť, podprsenka nie je povinná výbava dojčiacej ženy)
- nohavičky
- župan
- oblečenie na cestu z pôrodnice (pohodlné)

Bábätko

- plienky
- vreckovky na prebaľovanie (nemusia byť klasické jednorázové, môžu byť aj bavlnené na pranie alebo celulózové)
- autosedačka
- oblečenie na cestu z pôrodnice podľa počasia - body, čiapočka, dupačky, overál (v zime), deka (v zime), svetlík
- šatka alebo ergonomický nosič na nosenie bábätka

Čo NEPOTREBUJETE alebo nie je potrebné kupovať vopred, pokiaľ na to nie je konkrétny dôvod

- masť na zadoček (bábätká nepotrebujú žiadnu kozmetiku)
- cumlík, klobúčiky, fľaša
- odsávačka
- krém na bradavky
- čaje na dojčenie
- nepotrebujete žiadnu špeciálnu vodu na pitie (dojčiace matky nemusia piť dojčenskú vodu)
- poštolkové nohavičky, ktoré sa kedysi dávali na plienku
- zavinovačku/perinku (bábätko potrebuje priami kontakt)

Nezabudni sa k nám pripojiť na Facebooku!

V skupine **Láskavý pôrod** sa vždy dozvieš cenné a dôležité informácie o zdravom tehotenstve, **ľahkom pôrode** a ako zdravým pôrodom zabezpečiť **dlhodobé zdravie svojich detí**.

Nezabudni pozvať aj ĎALŠIE nastávajúce mamičky, ktoré poznáš :)



Vziať si ĎALŠÍ darček vo FB skupine
ZDARMA

