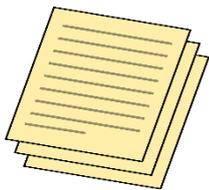


Сумка в роддом

(check list)



ДОКУМЕНТЫ:

- Паспорт
- Полис ОМС/ДМС
- СНИЛС
- Обменная карта
- Родовой сертификат
- Копия больничного листа (отпуск по беременности и родам)
- Договор с родильным домом (если есть)
- Направление на госпитализацию (при плановой госпитализации)



ДЛЯ МАМЫ В РОДЗАЛ

- Моющиеся тапочки
- Сорочка
- Мобильный телефон
- Зарядное устройство для телефона
- Одноразовые пеленки
- Одноразовые покрытия на унитаз
- Вода без газа (как минимум 1л)
- Влажная туалетная бумага
- Легкий перекус (печенье «Мария»)
- Носочки
- Гигиеническая помада
- Компрессионные чулки (степень компрессии по рекомендации врача)

МАМЕ ПОСЛЕ РОДОВ

- Одноразовые пеленки
- Послеродовые прокладки
- Послеродовые одноразовые сетчатые трусики
- Вкладыши для груди (2-3 пары)
- Крем от трещин на сосках «Purelan»
- Зубная щетка и паста
- Шампунь и гель для душа (мини формат)
- Расчёска
- Дезодорант
- Ватные диски и палочки
- Полотенце (по желанию)
- Кружка, ложка, тарелка (по желанию)
- Бюстгальтер для кормления (2шт.)
- Халат и сорочка (удобная для кормления)
- Послеродовые бандаж (по желанию)



ДЛЯ МАЛЫША

- Подгузники (примерно 10шт.)
- Средство для подмывания малыша
- Одноразовые пеленки для малыша
- Влажные салфетки
- Крем от опрелостей под подгузник
- Пустышка 0+ (по желанию)
- Одежда для малыша (слипы с антицарапками, чепчики, носочки) и пеленки (по желанию)



НА ВЫПИСКУ

- Одежда для мамы
- Косметика для мамы
- Одежда для малыша + конверт на выписку
- Презент медперсоналу



[Instagramm @doctor_bessudnova](https://www.instagram.com/doctor_bessudnova)
сайт: bessudov.com