



ČO SI SO SEBOU ZOBRAŤ DO PÔRODNICE

VECI POTREBNÉ PRE MAMIČKU A BÁBÄTKO



DOKLADY, KTORÉ BUDETE POTREBOVAŤ

- ❶ tehotenský preukaz (knižka), ak máte, tak aj pôrodný plán vo viacerých kópiách
- ❷ občiansky preukaz
- ❸ preukaz poistenca (pri EÚ prefotený 5x z oboch strán)
- ❹ sobášny list (prípadne prehlásenie o otcovstve z matriky)
- ❺ výsledky špeciálnych vyšetrení v gravidite alebo z minulosti

HYGIENICKÉ POTREBY

Kategória pôrod:

- obyčajné dámske hygienické vložky bez krídeliek
- papuče na prezutie
- šľapky do sprchy
- toaletný papier v prípade citlivejšej pokožky, ak preferujete osvedčený druh
- uterák, osušku, župan (uterák zvlášť na prsia, tvár a spodnú časť tela)
- nočnú košeľu (1 - 2 so zapínaním vpredu)
- osušku/prikrývku pre bábätko
- kozmetické potreby
- nesýtená voda bez bubliniek v PET fľaši, ideálne s náustkom
- lieky, ktoré dlhodobo užívate

Kategória pobyt:

- jednorazové popôrodné nohavičky (minimálne 5 ks)
- bavlnené nohavičky
- materské podprsenky
- masť/krém na bradavky (Calcium, Lanolín)
- nabíjačku na telefón
- šampón, hrebeň a fén
- zubná pasta a kefka

OBLEČENIE PRE BÁBÄTKO

- plienky najmenej veľkosti 3 – 6 kg a vlhčené utierky na prebaľovanie
- ponožky, rukavičky, deku pre bábätko pre prípad potreby
- bavlnené plienky (2 ks)

- na cestu z pôrodnice si pripravte oblečenie pre bábätko podľa ročného obdobia, v ktorom sa vám narodí. Na jar a v lete stačia dieťaťku dupačky, podľa aktuálneho počasia bavlnenú čiapočku a treba mať pripravenú deku (teplejšiu na jar, nie veľmi hrejivú v lete). V chladnejších mesiacoch môžete bábätku obliecť napríklad body s dlhým rukávom, pančuchy, teplejšie spodné nohavice, teplejší svetrik a čiapočku opäť do chladnejšieho počasia a teplejšiu deku.
- autosedačku

Ak chcete bábätku prepichnúť ušká už v pôrodnici, pripravte si aj náušničky (treba počítať s tým, že prepichovanie ušík je spoplatnené). V prípade záujmu o prepichnutie uší bábätko by si mali rodičia pripraviť náušničky, ktoré boli predtým 24 hodín namočené v liehu.



OBLEČENIE PRE MAMIČKU

- nočná košeľa (cca 2 - 3 kusy). Jedna na pôrod (ideálne nejaká staršia alebo aj staršie dlhé tričko – treba rátať so zašpinením počas pôrodu) a potom jedna až dve na obdobie po pôrode. Ideálne s rozopínaním na hrudi.
- niekoľko párov ponožík
- oblečenie na cestu z pôrodnice (môže byť aj to isté, v ktorom ste prišli)

OTECKO PRI PÔRODE

- pohodlné oblečenie
- v prípade záujmu aj fotoaparát

ĎALŠIE VECI, KTORÉ SA ZÍDU

- nezabudnite na mobil a nabíjačku
- hroznový cukor či kvalitná horká čokoláda na dodanie energie počas pôrodu
- termofoor na úľavu od bolesti pri kontrakciách
- masť na hemoroidy, časopisy či knižka
- éterické oleje či homeopatické lieky na uľahčenie pôrodu
- nafukovacie koleso alebo vankúš na sedenie po pôrode
- čaj pre dojčiace matky – na tvorbu materského mlieka





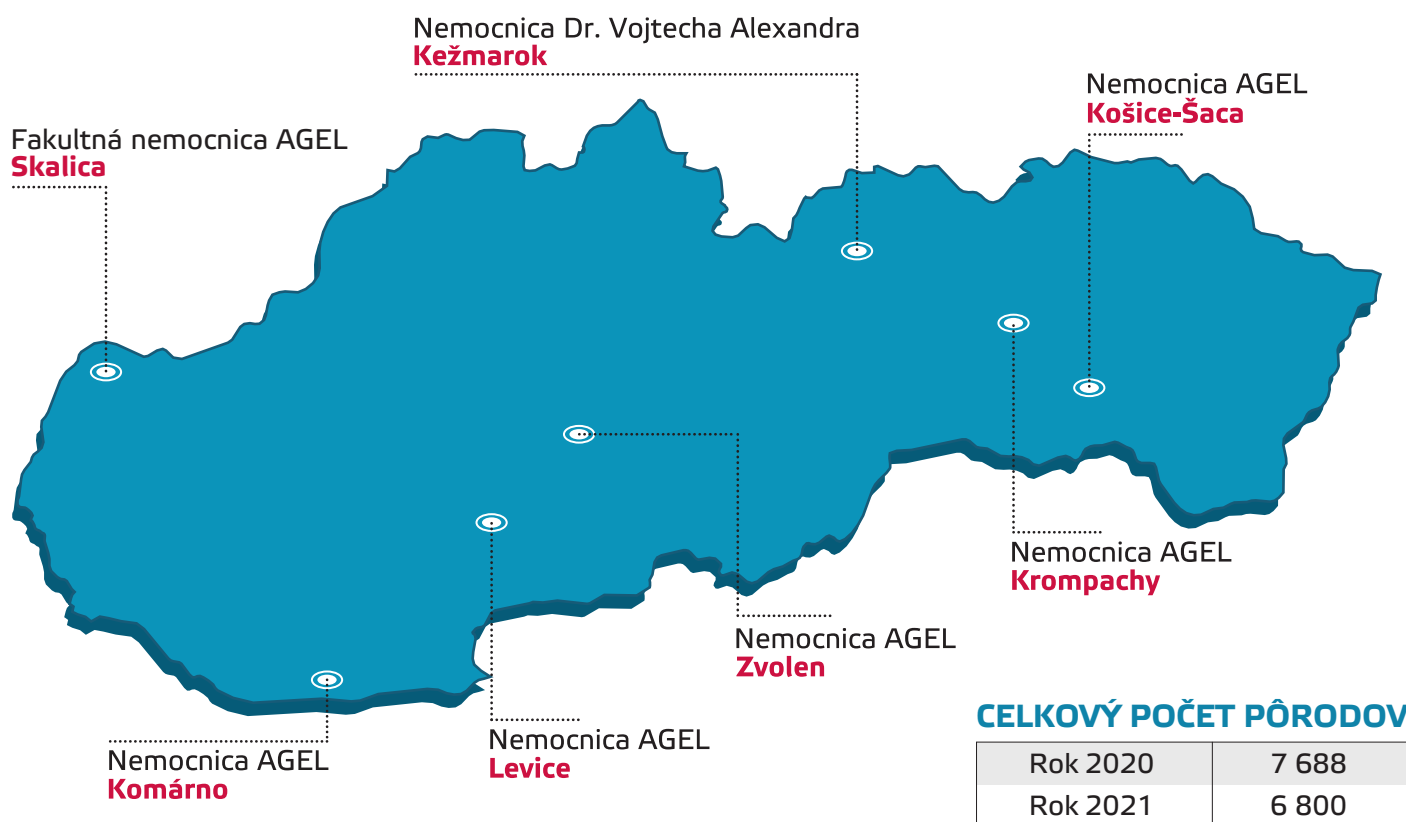
ČO RADŠEJ NECHAŤ DOMA

- Šperky, cennosti či väčší obnos peňazí nechajte z bezpečnostných dôvodov radšej doma. Potrebovať nebudete ani parfém či voňavé deodoranty a krémy. Novorodencom po pôrode je najpríjemnejšia vaša prirodzená telesná vôňa. Do pôrodnice je tiež zakázané nosiť kvety. Ak vás chcú najbližší obdarovať kyticou kvetín, nech tak urobia až doma. Problémové môže byť aj exotické ovocie kvôli možnej alergickej reakcii bábätka.

ĎALŠIE UŽITOČNÉ INFORMÁCIE

- Mamička má možnosť byť po pôrode so svojim bábätkom nerušene na pôrodnej sále. Po preložení na izbu preferujeme 24-hodinový rooming, podporujeme rozvoj citovej väzby medzi dieťaťom a matkou.
- Počas pobytu v pôrodnici je možné objednať si profesionálne fotografovanie bábätka.

VYBERTE SI SVOJU AGEL PÔRODNICU:



PARTNER VÁŠHO ZDRAVIA

MÁTE OTÁZKU ?

055/72 34 333
objednavanie@nke.agel.sk

 **Nemocnica AGEL**
Košice-Šaca



www.nemocnicakosicesaca.agel.sk



www.facebook.com/NemocnicaSaca

