

ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ В РОДДОМ

Полный и понятный
список для будущей мамы

чек-лист для мам



ПОДГОТОВЬТЕ НЕОБХОДИМЫЕ ДОКУМЕНТЫ:

- паспорт;
- полис ОМС;
- СНИЛС;
- обменная карта беременной;
- родовой сертификат;
- результаты анализов и УЗИ;
- контракт на роды (если заключён).

ВЕЩИ ДЛЯ МАМЫ

- халат, ночные сорочки (2-3 шт.);
- тапочки (моющиеся и тёплые);
- послеродовые прокладки;
- белье, бюстгальтер для кормления;
- средства гигиены (мыло, шампунь, зубная паста и т.д.);
- полотенце, чашка, ложка, вилка;
- минеральная вода без газа;
- мобильный телефон и зарядка для него, наушники;
- компрессионные чулки.

ВЕЩИ ДЛЯ МАЛЫША

- по желанию можете взять подгузники и комплект одежды

ЧТО БРАТЬ НЕ НУЖНО

- Духи, декоративную косметику
- Украшения
- Тяжелые книги, ноутбук
- Лекарства (кроме назначенных врачом)

ВАЖНЫЙ СОВЕТ

- Соберите сумки заранее, **на 36-й неделе беременности.**
- Разложите всё по спискам, подпишите пакеты и поставьте их на видное место.

Тогда в любой момент вы будете полностью готовы.

**УДАЧИ ВАМ
И ЛЕГКИХ РОДОВ!**

ИРМА ТЕРЕНТЬЕВНА СВИРИДОВА

Заместитель главного врача ГKB
СМП г. Ставрополя по акушерско-
гинекологической помощи

