



# ČO SI SO SEBOU ZOBRAŤ DO PÔRODNICE

VECI POTREBNÉ PRE MAMIČKU A BÁBÄTKO





## DOKLADY, KTORÉ BUDETE POTREBOVAŤ

- 1 Tehotenský preukaz (knižka),
- 2 pôrodný plán (ak máte),
- 3 občiansky preukaz,
- 4 preukaz poistenca (pri EÚ prefotený 5-krát z oboch strán),
- 5 sobášny list (prípadne prehlásenie o otcovstve z matriky).

## HYGIENICKÉ POTREBY

### **Pôrod:**

- Obyčajné dámske hygienické vložky bez krídielok,
- prezuvky,
- šľapky do sprchy,
- toaletný papier,
- uterák, osušku, župan,
- nočnú košeľu (so zapínaním vpredu),
- kozmetické potreby,
- nesýtený nápoj v PET fľaši,
- lieky, ktoré dlhodobo užívate.

### **Pobyť v nemocnici:**

- Masť/krém na bradavky (Calcium, Lanolín),
- jednorazové popôrodné nohavičky,
- bavlnené nohavičky,
- materské podprsienky,
- príbor a pohár,
- nabíjačku na telefón,
- šampón, hrebeň a fén.

## OBLEČENIE PRE BÁBÄTKO

- Plienky najmenšej veľkosti 3 – 6 kg a vlhčené utierky na prebaľovanie,
- cumlík (treba si ho priniesť, ale z pohľadu dojčenia cumlík by sa bábätku nemal vôbec dávať),
- bavlnené plienky (2ks),



- 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 svetrík a čiapočku opäť do chladnejšieho počasia + teplejšiu deku,
- autosedačku.



## OBLEČENIE PRE MAMIČKU

- Nočná košeľa - približne 2-3 kusy na zapínanie vpredu. Jedna na pôrod (ideálne nejaká staršia alebo aj staršie dlhé tričko – treba rátať s ušpinením počas pôrodu) a potom jedna až dve na obdobie po pôrode,
- niekoľko párov ponožiek,
- oblečenie na cestu z pôrodnice.

## OTECKO PRI PÔRODE

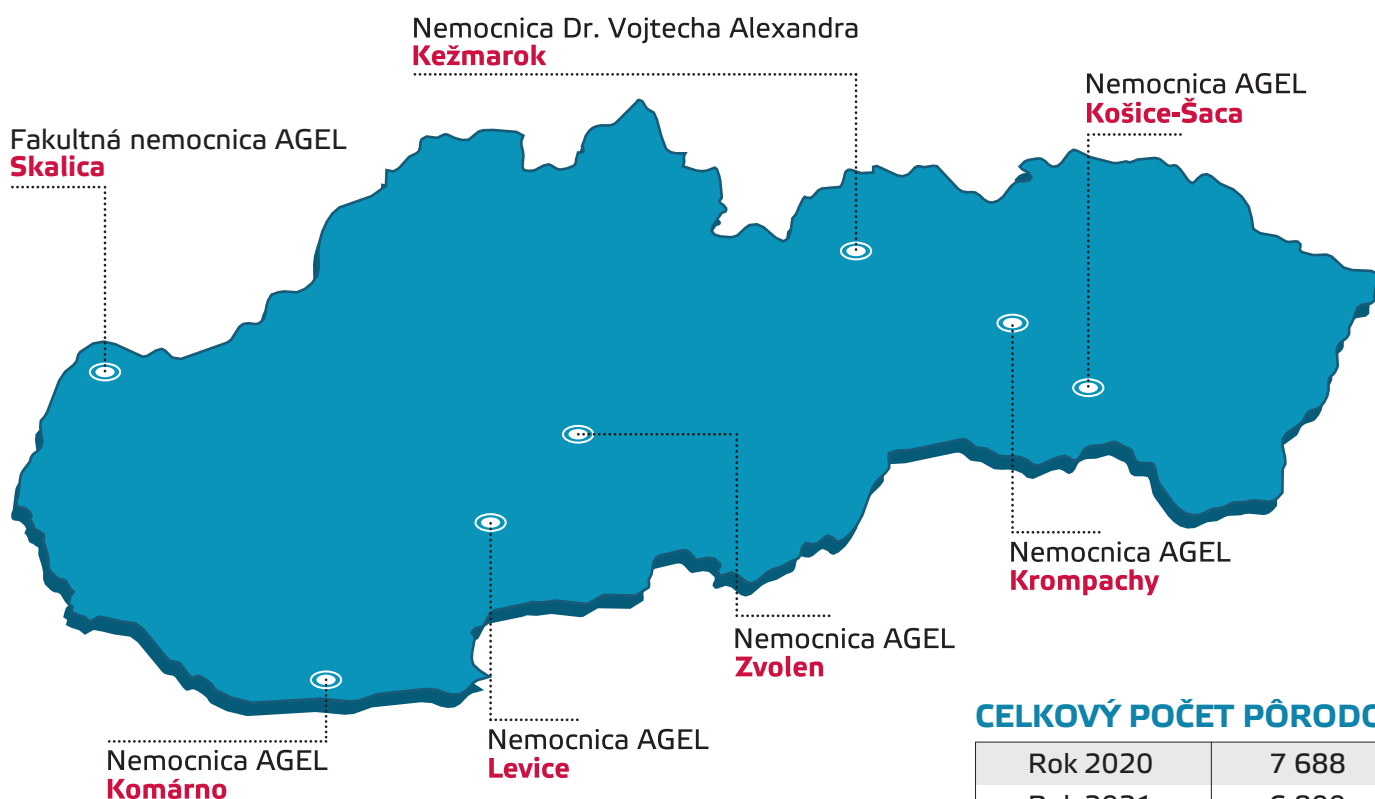
- Pohodlné oblečenie,
- prezuvky,
- v prípade záujmu aj fotoaparát (pri fyziologickom pôrode s odsúhlasením lekára).

## ĎALŠIE VECI, KTORÉ SA ZÍDU

- Nezabudnite na mobil a nabíjačku,
- hroznový cukor či kvalitná horká čokoláda na dodanie energie počas pôrodu,
- termofor 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 dojčiacu matku – na tvorbu materského mlieka.



# VYBERTE SI SVOJU AGEL PÔRODNICU:



**PARTNER VÁŠHO ZDRAVIA**

**MÁTE OTÁZKU ?**

**036/6379 631**

 **Nemocnica AGEL**  
Levice

 [www.nemocnicalevice.agel.sk](http://www.nemocnicalevice.agel.sk)

 [www.facebook.com/NemocnicaAgelLevice](https://www.facebook.com/NemocnicaAgelLevice)

