

Geanta pentru maternitate

Pentru mama

- haine comode și lejere (vei aprecia în mod deosebit pijamalele sau cămășile de noapte care se deschid în față)
- papuci
- 1 schimb de haine pentru ieșirea din spital (doar se vor face multe poze, nu?)
- lenjerie intimă (chiloți din bumbac sau de unică folosință, 2-4 buc)
- absorbante igienice (tampoane speciale pentru primele zile de după naștere)
- trusa de cosmetice și de machiaj (minimul necesar, dar e important să te simți îngrijită)
- sutien special pt. alăptare (este de mare ajutor; și mai bine dacă ai 2 buc, oricând se pot produce accidente)
- protecție pentru sâni din silicon (ar putea fi de un real ajutor pentru a-ți proteja sânii de disconfortul primelor zile de alăptare)
- absorbante pt. sâni pentru perioada alăptării (foarte absorbante)
- balsam pentru mameloane pt. perioada alăptării
- prosop (1 de față, 1 pentru corp)
- încărător pentru telefon și telefonul, desigur!
- cartea de identitate (plus dosarul cu analizele de pe perioada sarcinii)

Pentru bebe

*tot ce vei găsi pe această listă vei folosi și acasă, în primele zile alături de bebelușul tau.

- scutece mărimea 0 sau new born (vei avea nevoie de 6-8 buc pe zi)
- cremă pentru schimbarea scutecului
- șervetele umede pentru bebeluși
- 1 prosop (îți recomandăm să alegi un prosop mic)
- gel de dus 3 in 1 (pt. corp, față și păr)
- apă de curățare 500 ml & dischete pentru curățare
- haine spălate în prealabil (din bumbac; în primul rând body 2-3, plus haine pentru ieșirea din spital)
- biberon 150 ml Initiation+, perie biberon, suzeta anatomica 0-2 luni
- pentru ieșirea din spital: scaunul auto pentru bebeluș instalat în mașină