



Cosa Mettere in Valigia...

E in ospedale cosa mi porto?

È consigliabile preparare l'occorrente per la degenza in ospedale in prossimità del termine di gravidanza:

- Tutti gli esami eseguiti nel corso della gravidanza e la cartella ostetrica;
- Documento d'Identità e Tessera Sanitaria;
- Effetti personali per mamma e bimbo.

Per la MAMMA:

- Abbigliamento intimo comodo per travaglio ed allattamento;
- Calzini;
- Reggiseno comodo e slip che consentano l'utilizzo di assorbenti;
- Assorbenti per il post partum;
- Prodotti per l'igiene personale;
- Eventuali farmaci assunti a domicilio;
- Ciabatte, possibilmente con suola di gomma antiscivolo;
- Asciugamani di varie misure ed accappatoio.

Per il NEONATO:

- Quattro cambi di abbigliamento adeguati alla stagione in corso:
 - Autunno/Inverno: Body manica corta + tutina in ciniglia o caldo cotone manica lunga;
 - Primavera: Body manica corta + tutina lunga cotone;
 - Estate: Body senza maniche + pagliaccetti corti e tutine lunghe cotone (almeno il primo giorno);
- Asciugamani di piccole dimensioni in cotone;
- Bavaglino;
- Cuffietta e Calzine.

Si consiglia di preparare una busta, con Cognome e Nome della Mamma e del Bambino, contenente il primo cambio completo + cuffietta e calzine da consegnare agli operatori al momento del parto (eventualmente camicino della fortuna).