

حقيبة المستشفى: قائمة تحقق بالأعداد للأم والرضيع

قسّمي حقيبتك إلى مجموعات منفصلة للوثائق، وللأم والطفل. الأرقام أدناه هي مثال تحريري لإقامة أولية لمدة 1-2 أيام؛ وهي ليست معيارًا طبيًا، أو قائمة تسوق إلزامية، أو متطلبًا يناسب جميع المستشفيات. تتغير الاحتياجات بناءً على ما توفره المؤسسة، ومدة الإقامة، والطقس، وخطة التغذية، وعدد الأطفال. قد يكون إعداد مجموعة احتياطية يمكن لشخص مقرب إحضارها لأيام إضافية أكثر عملية من ملء حقيبة كبيرة.

الوثائق والأغراض الأساسية سهلة الوصول

	الفرض	العدد الأولي	ملاحظات
☐	وثائق الهوية والقبول المطلوبة	1 مجلد	اسأل إذا كانت هناك حاجة إلى إحالة ووثيقة تأمين
☐	سجلات الحمل وتقارير التحاليل الهامة	1 مجموعة	المعلومات المطلوبة من الفريق وخطة الولادة
☐	قائمة الأدوية والحساسية	1 قائمة	الاسم، الجرعة، آخر جرعة؛ نسق الأدوية مع الفريق
☐	الهاتف والشاحن	1 مجموعة	احتفظ بأرقام الاتصال بشكل منفصل أيضًا
☐	نظارات أو أداة مساعدة شخصية	المجموعة المطلوبة	الأدوات التي تستخدمها يوميًا

الفحص الأخير: أعط الأولوية لخطة الاتصال وليس الحقيبة • إجابة مختصرة: حقيبة أساسية صغيرة ومجموعة احتياطية منفصلة

حقيبة المستشفى: قائمة تحقق بالأعداد للأم والرضيع

كم عدد القطع للأم؟

	الغرض	العدد الأولي	ملاحظات
☐	ملابس نوم	1-2 قطعة	فضفاضة، ناعمة؛ سهلة الفتح للرضاعة
☐	ملابس يومية مريحة وملابس الخروج	3 تغييرات	مقاس غير ضيق، واحدة للخروج
☐	ملابس داخلية مريحة	5-6 قطعة	يمكن التخلص منها أو قابلة للغسل، حسب راحتك
☐	حمالة صدر مريحة	2-3 قطعة	مناسبة للرضاعة حسب رغبتك
☐	فوط صحية بعد الولادة	2 عبوة	امتصاص قوي؛ تحقق من العدد في العبوة
☐	شيشب وجوارب	1 زوج شيشب، 2 زوج جوارب	غير قابلة للانزلاق، مريحة؛ اسأل عن سياسة الاستحمام
☐	منشفة	1-2 قطعة	يمكن تقليل العدد إذا كانت المنشأة توفرها
☐	حقيبة نظافة شخصية	1 مجموعة صغيرة	فرشاة أسنان، معجون، مشط، وأداسيات شخصية

الفحص الأخير: أعط الأولوية لخطه الاتصال وليس الحقيبة • إجابة مختصرة: حقيبة أساسية صغيرة ومجموعة احتياطية منفصلة

حقيبة المستشفى: قائمة تحقق بالأعداد للأم والرضيع

مجموعة أولية للرضيع

	الغرض	العدد الأولي	ملاحظات
☐	بودي قطني	3-4 قطعة	مقاس مناسب، سهل الفتح
☐	بدلة نوم أو ملابس رضيع مريحة	3-4 قطعة	احتياطي للتلوث
☐	مجموعة الخروج من المستشفى	1 مجموعة	مناسبة للطقس والنقل
☐	حفاضات	1 عبوة صغيرة، على سبيل المثال 20-24 قطعة	تختلف حسب توفير المنشأة ومدة الإقامة
☐	مناديل مبللة قطنية أو مناسبة	1 مجموعة صغيرة	متوافقة مع سياسة التنظيف في المنشأة
☐	قماش موسلين أو قطعة قماش ناعمة	2-3 قطعة	للتنظيف والتغذية حسب الحاجة
☐	غطاء خفيف للسفر	1 قطعة	مناسب للطقس، مع إبقاء الوجه والرأس مكشوفين
☐	قبعة وجوارب للخروج	حسب الطقس 1 مجموعة	أزل الطبقات الزائدة عند الدخول إلى الداخل

الغطاء الذي يؤخذ للسفر لا يعني وضع غطاء فضاء، وسادة، ولعبة في مكان نوم الرضيع. يجب أن ينام الرضيع على ظهره، على مرتبة صلبة ومستوية، في مكان آمن لا يغطي وجهه ورأسه. الوسادة، البطانية السميكة، عش النوم، الغطاء الثقيل، والواقيات الناعمة لجانب السرير ليست من مستلزمات الرضيع الضرورية في حقيبة المستشفى. لا تبالغ في تغطية الرضيع.

الفحص الأخير: أعط الأولوية لخطة الاتصال وليس الحقيبة - إجابة مختصرة: حقيبة أساسية صغيرة ومجموعة احتياطية منفصلة