

Аурухана сөмкесі: ана мен нәресте үшін сандық тізім

Сөмкені құжаттар, ана және нәресте үшін бөлек жиынтықтарға бөліңіз. Төмендегі сандар **1–2 күндік бастапқы жату үшін редакциялық үлгі болып табылады**; бұл медициналық норма, міндетті сатып алу тізімі немесе барлық ауруханаларға сәйкес келетін талап емес. Мекеменің беретін заттары, жату ұзақтығы, ауа райы, тамақтану жоспары және нәрестелер саны қажеттілікті өзгертеді. Қосымша күндер үшін жақын адам әкеле алатын қосалқы жиынтықты дайындау үлкен сөмкені толтырудан гөрі практикалық болуы мүмкін.

Құжаттар және оңай табылатын негізгі заттар

	Зат	Бастапқы саны	Ескерту
☐	Жеке куәлік және қабылдау үшін талап етілетін құжаттар	1 қалта	Жолдама және сақтандыру құжаты қажет пе, сұраңыз
☐	Жүктілік жазбалары және маңызды талдау есептері	1 жиынтық	Топтың сұраған ақпараты және босану жоспары
☐	Дәрі-дәрмек және аллергия тізімі	1 тізім	Аты, дозасы, соңғы қабылдау; дәрі-дәрмектерді топпен келісіңіз
☐	Телефон және зарядтағыш	1 жиынтық	Байланыс нөмірлерін бөлек сақтаңыз
☐	Көзілдірік немесе жеке көмек құралы	Қажетті жиынтық	Күнделікті қолданатын құралдар

Соңғы тексеру: сөмкені емес, байланыс жоспарын бірінші орынға қойыңыз · Қысқа жауап: шағын негізгі сөмке және бөлек қосалқы жиынтық

Аурухана сөмкесі: ана мен нәресте үшін сандық тізім

Ана үшін неше зат керек?

	Зат	Бастапқы саны	Ескерту
☐	Түнгі киім	1–2 дана	Бос, жұмсақ; тамақтану үшін оңай ашылатын
☐	Ыңғайлы күнделікті және үйге шығу киімі	3 ауыстыру	Қыспайтын өлшем, біреуі үйге шығу үшін
☐	Ыңғайлы іш киім	5–6 дана	Бір реттік немесе жуылатын, сізге ыңғайлы
☐	Ыңғайлы бюстгальтер	2–3 дана	Қалауыңыз бойынша емізуге ыңғайлы
☐	Босанғаннан кейінгі гигиеналық жөргек	2 пакет	Күшті сіңіргіш; пакеттегі санын тексеріңіз
☐	Тәпішке және шұлық	1 жұп тәпішке, 2 жұп шұлық	Таймайтын, ыңғайлы; душ ережесін сұраңыз
☐	Сүлгі	1–2 дана	Мекеме берсе, азайтуға болады
☐	Гигиеналық сөмке	1 шағын жиынтық	Тіс щеткасы, паста, тарақ және жеке негізгі заттар

Соңғы тексеру: сөмкені емес, байланыс жоспарын бірінші орынға қойыңыз · Қысқа жауап: шағын негізгі сөмке және бөлек қосалқы жиынтық

Аурухана сөмкесі: ана мен нәресте үшін сандық тізім

Нәресте үшін бастапқы жиынтық

	Зат	Бастапқы саны	Ескерту
☐	Мақта боди	3–4 дана	Ыңғайлы өлшем, оңай ашылатын
☐	Комбинезон немесе ыңғайлы нәресте киімі	3–4 дана	Ластану үшін қосалқы
☐	Үйге шығу жиынтығы	1 жиынтық	Ауа райына және көлікке сәйкес
☐	Жөргек	1 шағын пакет, мысалы 20–24 дана	Мекеме қамтамасыз етуіне және жатуға байланысты өзгереді
☐	Мақта немесе ыңғайлы дымқыл майлық	1 шағын жиынтық	Мекеменің тазалау ережесімен үйлесімді
☐	Муслин немесе жұмсақ мата бөлігі	2–3 дана	Тазалық және тамақтануда қажеттілікке қарай
☐	Жол үшін жеңіл жамылғы	1 дана	Ауа райына сәйкес, беті мен басы ашық қалсын
☐	Сыртқа шығу үшін бас киім және шұлық	Ауа райына қарай 1 жиынтық	Ішке кіргенде артық қабаттарды шешіңіз

Жолға алынған жамылғы нәресте жататын жерге бос жамылғы, жастық және ойыншық қою дегенді білдірмейді. Нәресте арқасымен, қатты және тегіс матрасы бар, беті мен басы жабылмаған қауіпсіз жерде ұйықтауы керек. Жастық, қалың көрпе, ұйқы ұясы, салмақты жамылғы және төсек шетіндегі жұмсақ қорғағыш аурухана сөмкесінің қажетті нәресте заттары емес. Нәрестені шамадан тыс орамаңыз.