

Túi đi sinh: Danh sách kiểm tra số lượng đồ dùng cho mẹ và bé

Hãy chia túi của bạn thành các bộ riêng biệt cho giấy tờ, mẹ và bé. Các số lượng dưới đây là ví dụ biên tập cho thời gian lưu trú ban đầu từ 1 đến 2 ngày; đây không phải là tiêu chuẩn y tế, danh sách mua sắm bắt buộc hay yêu cầu phù hợp với tất cả các bệnh viện. Nhu cầu sẽ thay đổi tùy thuộc vào những gì cơ sở cung cấp, thời gian lưu trú, thời tiết, kế hoạch cho ăn và số lượng em bé. Chuẩn bị một bộ dự phòng mà người thân có thể mang đến cho những ngày bổ sung có thể thực tế hơn là nhồi nhét vào một chiếc túi lớn.

Giấy tờ và các vật dụng thiết yếu để tìm

	Vật dụng	Số lượng ban đầu	Ghi chú
☐	Giấy tờ tùy thân và giấy tờ cần thiết để nhập viện	1 tập	Hỏi xem có cần giấy giới thiệu và giấy bảo hiểm không
☐	Hồ sơ thai kỳ và các báo cáo xét nghiệm quan trọng	1 bộ	Thông tin cần thiết cho đội ngũ và kế hoạch sinh
☐	Danh sách thuốc và dị ứng	1 danh sách	Tên, liều lượng, lần dùng cuối; thống nhất thuốc với đội ngũ
☐	Điện thoại và sạc	1 bộ	Cũng lưu các số liên lạc riêng
☐	Kính hoặc dụng cụ hỗ trợ cá nhân	Bộ cần thiết	Các vật dụng bạn sử dụng hàng ngày

Kiểm tra lần cuối: ưu tiên kế hoạch liên lạc hơn là túi · Trả lời ngắn gọn: một túi chính nhỏ và một bộ dự phòng riêng

Túi đi sinh: Danh sách kiểm tra số lượng đồ dùng cho mẹ và bé

Cần bao nhiêu đồ dùng cho mẹ?

	Vật dụng	Số lượng ban đầu	Ghi chú
☐	Đồ ngủ	1-2 bộ	Rộng rãi, mềm mại; dễ mở để cho con bú
☐	Quần áo hàng ngày thoải mái và quần áo xuất viện	3 bộ	Kích thước không bó sát, một bộ để xuất viện
☐	Đồ lót thoải mái	5-6 chiếc	Dùng một lần hoặc có thể giặt, tùy theo bạn
☐	Áo ngực thoải mái	2-3 chiếc	Phù hợp cho con bú nếu bạn muốn
☐	Băng vệ sinh sau sinh	2 gói	Thấm hút tốt; kiểm tra số lượng trong gói
☐	Dép và tất	1 đôi dép, 2 đôi tất	Không trơn trượt, thoải mái; hỏi về quy định tắm
☐	Khăn tắm	1-2 chiếc	Có thể giảm nếu cơ sở cung cấp
☐	Túi đồ vệ sinh cá nhân	1 bộ nhỏ	Bàn chải đánh răng, kem đánh răng, lược và các vật dụng cá nhân thiết yếu

Kiểm tra lần cuối: ưu tiên kế hoạch liên lạc hơn là túi · Trả lời ngắn gọn: một túi chính nhỏ và một bộ dự phòng riêng

Túi đi sinh: Danh sách kiểm tra số lượng đồ dùng cho mẹ và bé

Bộ đồ dùng ban đầu cho bé

	Vật dụng	Số lượng ban đầu	Ghi chú
☐	Áo liền quần cotton	3-4 chiếc	Kích thước phù hợp, dễ mở
☐	Bộ đồ liền thân hoặc quần áo thoải mái cho bé	3-4 bộ	Dự phòng cho trường hợp bị bẩn
☐	Bộ đồ xuất viện	1 bộ	Phù hợp với thời tiết và phương tiện di chuyển
☐	Tã	1 gói nhỏ, ví dụ 20-24 chiếc	Thay đổi tùy theo cơ sở cung cấp và thời gian lưu trú
☐	Khăn ướt cotton hoặc phù hợp	1 bộ nhỏ	Phù hợp với quy định vệ sinh của cơ sở
☐	Khăn xô hoặc vải mềm	2-3 chiếc	Theo nhu cầu vệ sinh và cho ăn
☐	Chăn mỏng nhẹ cho chuyển đi	1 chiếc	Phù hợp với thời tiết, để mặt và đầu bé không bị che
☐	Mũ và tất khi ra ngoài	Theo thời tiết 1 bộ	Cởi bỏ các lớp quần áo thừa khi vào trong

Chăn mang theo cho chuyển đi không có nghĩa là đặt chăn lỏng lẻo, gối và đồ chơi vào nơi bé ngủ. Bé nên ngủ ngửa, trên một tấm nệm cứng và phẳng, ở một nơi an toàn không bị che mặt và đầu. Gối, chăn dày, tổ ngủ, chăn có trọng lượng và miếng bảo vệ mềm mại ở cạnh giường không phải là những vật dụng thiết yếu cho bé trong túi đi sinh. Đừng quấn bé quá chặt.

Kiểm tra lần cuối: ưu tiên kế hoạch liên lạc hơn là túi · Trả lời ngắn gọn: một túi chính nhỏ và một bộ dự phòng riêng