



ЧЕК-ЛИСТ ВОЗЬМИ В РОДДОМ

то, что нужно для первой встречи
с вашим малышом




ЧТО НУЖНО БРАТЬ С СОБОЙ В РОДДОМ?

ДОКУМЕНТЫ

- ☐ Паспорт
- ☐ Договор на платное ведение родов и послеродового периода (при заключении)
- ☐ СНИЛС
- ☐ Родовой сертификат (при наличии)
- ☐ Обменную карту, выданную в женской консультации
- ☐ Копию больничного листа, выданного в женской консультации
- ☐ Медицинский полис

Остальные вещи следует разделить на три категории и в соответствии с этим упаковать их в разные **полиэтиленовые пакеты** (тканевые или кожаные сумки не разрешены).

КОМФОРТ МАМЫ

- ☐ Витаминно-минеральный комплекс для женщин, например, **Элевит 3 кормление¹** - для восстановления после родов и обогащения грудного молока 
- ☐ Средства личной гигиены (послеродовые прокладки или одноразовые трусы, бюстгальтеры для кормления)
- ☐ Чистые и удобные домашние вещи для пребывания в палате (халат, рубашка)
- ☐ Моющиеся тапочки
- ☐ Компрессионные чулки
- ☐ Лекарственные препараты, назначенные врачом для регулярного приёма (антигипертензивные, противозастойные средства, инсулин и др.)
- ☐ Чистая питьевая вода без газа, продукты питания при необходимости (например, фрукты для перекуса)
- ☐ Смартфон с зарядным устройством
- ☐ Туалетные принадлежности


А самое главное - иметь позитивный настрой и хорошее настроение. Совсем скоро случится такая долгожданная встреча.

БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

Первые часы после рождения малыша **очень** важны для успешного налаживания лактации. И именно контакт "кожа к коже" помогает активировать природные инстинкты и способствует образованию молока в молочных железах, поэтому после родов малыша сразу прикладывают к груди мамы. Во время грудного вскармливания мама должна питаться полноценно и разнообразно, просто важно следить за реакцией малыша на введение новых продуктов в свой рацион.

Однако очень важно обогащать грудное молоко омегой, йодом и другими витаминами для поддержки развития мозга и иммунитета малыша. По рекомендации специалистов мама может принимать витаминно-минеральный комплекс, например, **Элевит 3 кормление¹** - специально разработанный витаминно-минеральный комплекс для мам. Он также поможет маме восстановиться после родов и восполнить необходимые микроэлементы.

ДЛЯ МАЛЫША

- ☐ Средство под подгузник, например, **Бепантен Мазь²** - для профилактики опрелостей при каждой смене подгузника 
- ☐ Бумажные полотенца
- ☐ Одноразовые пелёнки 60x90 см
- ☐ Детское мыло и влажные салфетки
- ☐ Подгузники для новорождённых (newborn)
- ☐ Детские комбинезоны, шапочки, носочки

ВЫПИСКА УРА, ЕДЕМ ДОМОЙ

ДЛЯ ВАС

- ☐ Сезонная одежда и обувь

ДЛЯ МАЛЫША

- ☐ Конверт на выписку
- ☐ Костюм (комбинезон)
- ☐ Шапочка

²ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ!



скачай эллектронную
версию чек-листа

АО «Байер». 107113, г. Москва,
3-я Рыбинская ул., дом 18, строение 2;
тел.: (495) 231-12-00

