

**Adresa:** Calea Giulești Nr. 5, intrare Str. Boișoara, Sector 6, București | **Email:** panaitsirbu@gmail.com | **Website:** www.panaitsirbu.ro  
**Telefon:** (021) 316 12 81 / (021) 316 12 83 / (021) 316 12 87 / (021) 316 12 88 | **Fax:** (021) 316 12 96

## BAGAJUL PENTRU MATERNITATE

Pregătirea bagajului pentru maternitate este una dintre ultimele etape specifice statutului de viitoare mămică. E bine să te gândești din timp la ceea ce îți va fi de folos în spital și să ai bagajul gata făcut când vei pleca la maternitate.

Pentru geantă alege o variantă ușor de manevrat, compartimentată, astfel încât să nu fi pusă în situația de a răscoli peste tot după o periută de dinți sau un deodorant. Cu siguranță vei primi numeroase sfaturi referitoare la conținutul bagajului, însă cuvântul-cheie este "util", nu „variat”. În **geanta pentru naștere** trebuie să ai tot ceea ce îți poate fi de folos în perioada de internare în spital.

Nu se știe niciodată momentul precis când cel mic va dori să te cunoască, de aceea este bine chiar din săptămâna 32 Sarcină să începi să schițezi lista lucrurilor necesare în maternitate.

### **Țată ceea ce trebuie să iei cu tine:**

În primul rând ai nevoie de lucrurile pe care le folosești în fiecare zi: pastă și periută de dinți, , deodorant, perie de par . Alege acele produse cosmetice care nu au un miros puternic deoarece pot accentua o eventuală stare de greață. Totodată, atingerea și mirosul pielii tale vor fi printre primele senzații pe care micuțul tău le va asocia cu mămica sa.

După ce vei naște se va declanșa și lactația. Inițial nu va avea anumite ore la care va fi mai abundentă. Ritmicitatea va fi indusă, treptat, de pofta de mâncare a celui mic. Așadar, din bagaj nu trebuie să îți lipsească absorbante din bumbac tip discheta pentru sâni pentru a proteja îmbrăcămintea de scurgerile de lapte. Pentru eventualitatea în care te vei confrunta cu rani la sani cauzate de neatasarea corectă a copilului, spitalul va ofera un unguent special dedicat acestei probleme (vorbeste cu doctorul tau sa iti recomande cea mai potrivita solutie)

În primele zile de la naștere vei elimina sange, cheaguri de sânge, resturi celulare, membranoase cunoscute și sub denumirea de "lohi". Scurgerile sunt absolut normale și sunt semnul începerii refacerii uterine. De aceea chiar după naștere îți sunt necesare absorbante externe. Nu uita să le pui în geanta pentru maternitate

**Adresa:** Calea Giulești Nr. 5, intrare Str. Boișoara, Sector 6, București | **Email:** panaitsirbu@gmail.com | **Website:** www.panaitsarbu.ro  
**Telefon:** (021) 316 12 81 / (021) 316 12 83 / (021) 316 12 87 / (021) 316 12 88 | **Fax:** (021) 316 12 96

## IMBRACAMINTE

În clinica noastră camasa, halatul, camasa de noapte și papucii vor fi numai de la spital

Puteti sa va puneti in bagaji lenjerie intima de bumbac cu talie inalta sau lenjerie intima destinata special lauzelor Alegerea va apartine !

## MEDICAMENTE

În clinica noastră medicația este asigurată de spital și nu se percepe de la pacienți, niciodată, cu nici o excepție, medicamente sau material sanitar

## Mancare

Nu vei avea nevoie de hrană la pachet. Înainte de a naște, aparatul digestiv are nevoie să fie relaxat. Apa plată, ceai neindulcit.

Ca ustensile auxiliare ce trebuie incluse în geanta pentru maternitate: una, două căni, o linguriță, câteva paie și servetele.

Pe lângă sfera emoțională pe care o presupune venirea pe lume a bebelușului, nașterea necesită și aspecte birocratice, inerente. Acestea sunt reprezentate bineînțeles de către acte: carte de identitate, certificat de căsătorie, card de sanatate și dosarul cu analizele efectuate pe perioada sarcinii.

Pentru cel mic nu trebuie să aduceți nimic de acasă.

Pentru clipa emoționantă în care vei ieși din maternitate, pregătește în geanta pentru naștere hăinuțe din bumbac adaptate anotimpului spalate și calcate (body, bluzițe, șosete, căciuliță, pantaloni sau salopetă) și o păturică, un coșuleț sau un port-bebe.

Nu te teme că vei pierde ceva din vedere. Ai suficient timp pentru a tăia sau a adăuga lucruri pe listă. Chiar și în cazul în care vei uita să cumperi și să incluzi anumite lucruri în bagajul de maternitate, nu îți face probleme. Viitorul tătic și viitorii bunici îți vor fi alături și vor fi mai mult decât fericiți să îți aducă lucrurile de care ai nevoie.

Ideal ar fi ca vederea genții pregătite să nu te sperie sau să te emoționeze excesiv ori de câte ori o vezi. Este semnul că în curând te vei întoarce acasă având lângă tine cel mai de preț cadou din viața ta: pușorul tău.

