



IWK Health

## قائمة التجهيزات للولادة في المستشفى

### [Arabic translation of "Packing List for Hospital Birth" PL-0341]

لست متأكدة مما ينبغي إحضاره إلى المستشفى؟ يرجى استخدام هذه القائمة كدليل مقترح للمساعدة في تجهيز الأغراض المناسبة لإقامتك. قد لا تحتاجين أو ترغبين في إحضار كل ما تم ذكره في القائمة.

#### أغراض أساسية من أجلك

- ملابس للتغيير
- الأدوية
- ملابس داخلية إضافية
- ملابس خروج عند العودة
- ملابس مناسبة للرضاعة
- جوارب مريحة تمنع الانزلاق
- خف منزلي
- روب/رداء
- فرشاة شعر/ مشط
- شامبو/ بلسم للشعر
- صابون/ غسول للجسم
- فرشاة الأسنان+معجون للأسنان
- مزيل للعرق
- مرطب شفاه
- مرطب للجسم
- ربطات للشعر
- النظارات الطبية/العدسات
- مرآة يدوية
- أي جهاز يساعدك على الحركة أو أي معدات طبية مستخدمة يوميا

#### مستندات إدارية

- خطتك للولادة/ تفضيلاتك
- بطاقتك الصحية
- بطاقة التأمين
- المحفظة

#### أغراض اختيارية للراحة

- بطانية
- وسادة إضافية
- سترة/ رداء ذو غطاء للرأس
- كمادة (كمادات) دافئة
- كمادة (كمادات) باردة
- غطاء للعين
- بطاقات عبارات إيجابية
- أي ديكور أو غرض مريح لمكان الولادة
- وسائل للترفيه/ مشتتات للانتباه

#### أجهزة إلكترونية اختيارية

- شاحن بسلط طويل للهاتف المحمول
- سماعات للرأس
- كاميرا+ شاحن
- كمبيوتر محمول+ شاحنه
- سماعة محمولة
- مروحة هواء / مروحة رذاذ محمولة

#### طعام+ شراب

- وجبات خفيفة سهلة الأكل
- قارورة ماء قابلة لإعادة الاستخدام
- مشروبات

#### تغذية الرضيع

- وسادة الرضاعة (اختياري)
- حمالة الصدر الخاصة بالرضاعة
- مضخة للحليب (إذا أردت استخدامها)
- إذا اتخذت قرارًا مستنيرًا بعدم إرضاع طفلك رضاعة طبيعية، يرجى إحضار كمية من الحليب الصناعي لإرضاع طفلك بها.

#### أغراض خاصة بالمولود

- مقعد السيارة الخاص بالطفل (عليه ملصق علامة السلامة الوطنية)
- ملابس للعودة إلى المنزل (+ غيار إضافي)
- حفاظات
- بطانية (بطانيات) للطفل
- اختياري: مناديل (توفر المستشفى فوط قطنية)

#### أغراض خاصة بالشخص المرافق الداعم

- مستلزمات النظافة الشخصية
- ملابس للنوم
- ملابس للتغيير
- وجبات خفيفة + مشروبات
- وسائل ترفيه

#### أشياء أخرى

- 
-