



IWK Health

لیست جمع آوری وسایل برای زایمان در بیمارستان

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

آیا مطمئن نیستید چه چیزی را با خود به بیمارستان بیاورید؟ لطفاً از این لیست به عنوان راهنمای پیشنهادی برای کمک به برنامه ریزی اقلام مناسب برای اقامت در بیمارستان استفاده کنید. ممکن است نیازی نباشد که همه چیز را در این لیست با خود بیاورید.

تغذیه نوزاد

- بالش برای شیر دادن (اختیاری)
- سینه بند (کرست) مخصوص شیردهی
- شیر آغوز دوشیده شده (اگر قصد دارید استفاده کنید)
- اگر تصمیم آگاهانه ای گرفته اید که شیر خودتان را به نوزاد ندهید، لطفاً شیر خشکی را که قرار است به نوزادتان بدهید، با خود بیاورید.

برای نوزاد

- صندلی اتومبیل نوزاد (با برجسب نشان ایمنی ملی (National Safety Mark))
- لباس نوزاد برای رفتن به خانه (+ یک دست اضافه)
- پوشک
- پتوی نوزاد
- اختیاری: دستمال مرطوب (پارچه شستشوی نخی در بیمارستان ارائه میشود)

برای فرد همراه

- لوازم بهداشتی
- لباس خواب (پیژامه)
- لباس کامل برای تعویض
- میان وعده + نوشیدنی
- وسایل سرگرمی

سایر موارد

-
-

موارد اختیاری برای راحتی

- پتو
- بالش اضافی
- پلیور/ژاکت کلاه دار (هودی)
- کمپرس گرم
- کیسه یخ (سرد)
- چشم بند
- فلش کارت های انگیزشی
- هر گونه وسیله تزئین یا ایجاد فضای آرامبخش برای زایمان و تولد
- وسایلی که موجب سرگرمی/حواس پرتی میشود

وسایل الکترونیکی اختیاری

- شارژر موبایل با سیم بلند
- گوشی (هدفون)
- دوربین + شارژر
- لپ تاپ + شارژر
- بلندگوی قابل حمل (پرتابل)
- پنکه قابل حمل / پنکه مه پاش

غذا + نوشیدنی

- میان وعده (اسنک) هایی که خوردن آنها آسان باشد
- بطری آب چند بار مصرف
- نوشیدنی

وسایل اساسی برای خودتان

- لباس کامل برای تعویض
- دارو
- لباس زیر اضافی
- لباس برای رفتن به خانه
- لباس مناسب شیردهی
- جوراب راحت و ضد لغزش
- دمپایی
- لباس بلند (رب دوشامیر)
- برس مو / شانه
- شامپو/ نرم کننده
- صابون/ مایع شستشوی بدن
- مسواک + خمیردندان
- خوشبو کننده (دئودورانت)
- نرم کننده (بالم) لب
- لوسیون
- کش برای بستن مو
- عینک/ لنز
- آینه دستی
- هر گونه وسیله کمکی حرکتی یا تجهیزات پزشکی که روزانه استفاده میکنید

موارد اداری

- برنامه/ترجیح زایمانتان
- کارت بهداشت
- کارت بیمه
- کیف پول