



PRIMA DI PARTIRE... COSE DA NON DIMENTICARE IN VALIGIA

Cara Mamma,

Nell'attesa del lieto evento, la Casa di Cura "Ospedale Internazionale" di Napoli, spera di farLe cosa gradita elencando, di seguito, tutto ciò che bisogna portare in Clinica, sia per il ricovero sia per il rientro a casa.

DOCUMENTAZIONE SANITARIA AL PRE-RICOVERO:

- Documento d'identità, codice fiscale ed eventuale impegnativa del medico di base;
- Scheda gravidanza completa di recenti esami del sangue e delle urine;
- Gruppo sanguigno;
- Ultima ecografia;
- Copia documento d'identità del padre (per riconoscimento).

OGGETTI PERSONALI:

- Cinque camicie da notte con bottoncini aperte sul davanti in fibra naturale (cotone o lino), taglia 1 comoda;
- Una vestaglia;
- Un golfino aperto;
- Un paio di pantofole antiscivolo;
- Mutandine monouso in rete taglia unica e mutande in cotone comode;
- Un paio di calzini di cotone;
- 2/3 reggiseni di misura superiore per l'allattamento (non di più perché il seno potrebbe cambiare taglia);
- Set di asciugamani completo e accappatoio;
- Ciabattine antiscivolo per doccia;
- Detergente intimo (specifico per post-parto o tintura madre di calendula);
- Spazzolino, dentifricio, burro di cacao, sapone, bagnoschiuma, shampoo, spazzola, caramelle per il travaglio, un buon libro;
- Salviette igieniche umidificate;
- Olio di mandorle per idratare il seno oppure lanolina pura;
- Scatola di coppette assorbi-latte;
- Assorbenti post-parto (consigliati quelli in ovatta e garza);
- Pennetta USB con una selezione della vostra musica preferita, che vi potrà accompagnare durante il parto spontaneo;

LISTA PER IL NEONATO:

- 6 body di cotone semplice per il periodo estivo, oppure felpato in inverno;
- 6 tutine o completini manica lunga in cotone Jersey per il periodo estivo, oppure in spugna, ciniglia o cotone caldo in inverno;
- 6 paia di calzini adeguati alla stagione;
- Bavaglino (tipo bavette);
- Cappellino semplice per il bonding (pelle a pelle) in sala parto;
- Quadrati di stoffa o di garza per un eventuale cambio improvviso;
- Crema o pasta per cambio pannolino;
- Bustine per la biancheria usata;
- E, per le dimissioni: completino e cappellino adeguati alla stagione, lenzuolino, coprispalle (in inverno), copertina ed eventuale trasportino, per portare a casa il neonato in tutta sicurezza.

