# רשימת פריטים לבית החולים לקראת לידה

| **כן/לא** | **עבור האם** |
| --- | --- |
| כן/לא | פיג'מה |
| כן/לא | חלוק רחצה |
| כן/לא | גרביים |
| כן/לא | נעלי בית |
| כן/לא | תחתוני הריון |
| כן/לא | חזיית הנקה |
| כן/לא | רפידות הנקה |
| כן/לא | בגדים להחלפה ונעליים נוחות לנסיעה הביתה |
| כן/לא | כלי רחצה, כולל מברשת שיניים |
| כן/לא | גומייה לשיער, בהתאם לצורך |
| כן/לא | שפתון לחות |
| כן/לא | תחבושות היגייניות |
| כן/לא | שמן או קרם לעיסוי |
| כן/לא | סוכריות לרענון הפה וחטיפים |
| כן/לא | עזרים להרגעה: ספרים, מגזינים, מוסיקה |
| כן/לא | משקפי ראייה, בהתאם לצורך |
| כן/לא | טלפון נייד ורשימת מספרי טלפון חשובים |

| **כן/לא** | **עבור המאמן** |
| --- | --- |
| כן/לא | שעון עם מחוג שניות לתזמון הצירים |
| כן/לא | מצלמה/מצלמת וידאו וסרט צילום/קלטת |
| כן/לא | כלי רחצה, כולל מברשת שיניים |
| כן/לא | בגדים להחלפה |
| כן/לא | חטיפים וחומרי קריאה |
| כן/לא | מטבעות עבור מכונות החטיפים |
| כן/לא | טלפון נייד/כרטיס חיוג |
| כן/לא | רשימת מספרי טלפון חשובים |

| **כן/לא** | **עבור התינוק** |
| --- | --- |
| כן/לא | חיתולים |
| כן/לא | חיתולי בד |
| כן/לא | בגדים |
| כן/לא | גרביים |
| כן/לא | כובע |
| כן/לא | מושב לרכב |