

SEZNAM VĚCÍ DO PORODNICE

PŘED PORODEM

Kdy si připravit tašku do porodnice?

Tašku do porodnice je dobré si připravit v **35.–37. týdnu těhotenství**, případně i dříve, pokud váš zdravotní stav naznačuje předčasný porod. Připravte si ideálně 3 tašky: 1 malou na porodní sál – tu můžete po porodu poslat domů, 1 větší na pobyt na oddělení šestinedělí a 1 s věcmi na cestu domů – tu může přinést návštěva před odchodem z porodnice.

Jaké doklady si připravit?

- těhotenský průkaz**
- průkaz zdravotní pojišťovny**
- občanský průkaz**
- rodný list** – svobodné a rozvedené maminky
- oddací list** – vdané maminky
- rozsudek o rozvodu manželství** – rozvedené maminky
- prohlášení o určení otcovství** – pouze svobodné a rozvedené maminky (vystavuje matrika) – pokud chcete, aby byl otec zapsán v rodném listu a dítě mělo příjmení po otci
- dotazník o jménu dítěte** – většinou má každá porodnice vlastní formulář
- porodní plán**, pokud jej máte připravený

BĚHEM PORODU

Předem se informujte, jakou výbavu zabezpečuje vámi zvolená porodnice. Na základě této informace si můžete připravit svou tašku tak, aby vám opravdu nic nechybělo.

Co si vzít na porodní sál

- 2× noční košile nebo delší tričko – ideálně s rozepínáním na prsou, postačí starší (počítejte s tím, že se oděv může znečistit)
- 2× ručník – větší a menší (ideálně tmavé barvy)
- balzám na rty
- omyvatelné pantofle a teplé ponožky – v určité fázi porodu můžete mít zimnici
- hygienické potřeby (jemný gel na mytí, zubní kartáček a pasta, hřeben, toaletní papír, papírové kapesníky, ...), případně léky, které užíváte
- neperlivá voda, zdroj energie – např. hroznový cukr, kvalitní čokoláda, cereální tyčinky
- peníze na poplatky – např. parkování či nadstandardní pokoj, mince do automatu na kávu apod.

TIP: Do tašky přibalte svačinu a pití i pro tatínka.

PO PORODU

Co si vzít na oddělení šestinedělí

- 2× noční košile na knoflíky (na kojení), župan, omyvatelné přezůvky, pantofle a ponožky
- 2× ručník, 1× malý ručník na obličej (ideálně tmavé barvy, počítejte s tím, že se mohou znečistit)
- alespoň 2× mateřská podprsenka a vhodné vložky do ní
- 5× jednorázové / síťované kalhotky, nepropustné jednorázové podložky (dají se koupit ve zdravotnických potřebách) nebo jednorázové podložky na přebalování, hygienické vložky porodnické / menstruační
- hygienické a kosmetické potřeby, papírové kapesníky, toaletní papír – oceníte neparfémovaný jemný, může být i vlhčený
- nafukovací kruh (na pohodlnější sezení po porodu)
- čaj pro kojící maminky na podporu tvorby mateřského mléka
- Bepanthen Baby** na ošetření bradavek po kojení
- a vše, bez čeho se neobejdete (léky, nabíječku na telefon, knihu, časopisy, ...)

TIP: BepanGel Hojivý gel na ošetření drobného poporodního poranění.

Každodenní jemná péče s panthenolem



SEZNAM VĚCÍ DO PORODNICE

Co potřebuje děťátko během pobytu v porodnici

Některé porodnice mají pro miminka vlastní oblečení – předem se informujte.

- bavlněnou čepičku, ponožky a další oblečení (dupačky, dětské body, kabátky, overaly, ...), zavinovačku
- klasické čtvercové látkové pleny – při péči o miminko mají multifunkční využití
- Bepanthen Baby**, který pomáhá chránit před opruzeninami
- jednorázové papírové pleny vhodné velikosti, případně dětské vlhčené ubrousky

Na odjezd domů

- bezpečná dětská autosedačka
- oblečení pro miminko dle ročního období, přikrývka/zavinovačka/fusak
- oblečení a pohodlné boty pro vás na cestu domů
- látkové i jednorázové pleny na cestu domů

TIP: Po porodu se vejďte do oblečení, které jste nosila cca v 6.–7. měsíci těhotenství.

CO JE NUTNÉ ZAŘÍDIT V SOUVISLOSTI S PORODEM?

Kam zajít před porodem?

- pediatr – dohodnout se s ním na poskytování péče
- zaměstnavatel – nástup na mateřskou dovolenou a žádost o peněžitý příspěvek v mateřství (tzv. mateřská)
- Česká správa sociálního zabezpečení – nárok na peněžitý příspěvek v mateřství u OSVČ maminek

Kam zajít po porodu?

- matřka – vyzvednout rodný list dítěte
- zdravotní pojišťovna – vypsání přihlášky pojištěnce
- pediatr – sepsat dohodu o poskytování zdravotní péče, dohodnout termín 1. prohlídky
- odbor sociální podpory pod Úřadem práce - žádost o rodičovský příspěvek (po skončení mateřské dovolené), případně porodné a přídavek na dítě
- zaměstnavatel – nahlásit narození dítěte, případně vyřídit daňové zvýhodnění na dítě

Více informací je dostupných také na stránkách Ministerstva práce a sociálních věcí: <https://www.mpsv.cz/>

POZNÁMKY:

