

Taška do porodnice

Napsal uživatel Administrator

Neděle, 13 Duben 2008 20:43 - Aktualizováno Úterý, 16 Červen 2009 17:02

Také už máte sbaleno do porodnice?

Termín porodu se neúprosně blíží a vy nevíte, jestli se máte těšit nebo bát. No, přinejmenším musíte začít balit.

Co si musíte vzít s sebou?

- dvě podprsenky pro kojící matky
- teplé ponožky pro porod, nohy mohou být přes všechny stahy velice studené
- pohodlnou domácí obuv
- pokud máte dlouhé vlasy, pak i čelenku nebo gumičku do vlasů pro porod
- hřeben, kartáč, zrcátko, kartáček na zuby atd.
- šampon, tělový šampon, ručníky, žínka
- vložky do podprsenky zachycující unikající mléko
- dva balíčky dámských vložek (silně absorbující)
- kalhotky (asi 6 ks), buď tmavé, bavlněné, nebo raději kalhotky k jednorázovému použití
- dvě nebo tři noční košile s rozepínáním vpředu (pokud je porodnice vyžaduje. Ve většině porodnic košili dostanete.)

- župan

- igelitové sáčky na špinavé prádlo

Pro zápis v porodnici potřebujete:

- prohlášení k narození dítěte (dostanete v těhotenské poradně)
- občanský průkaz
- průkazku zdravotní pojišťovny
- rodinné doklady (oddací list, rodný list, občanský průkaz. Pokud nejste vdaná, pak rodný list a občanský průkaz, pokud jste vdova, pak rodný list, občanský průkaz a úmrtní list manžela, pokud jste rozvedená, pak rodný list, občanský průkaz a rozvodovou listinu s potvrzením právní moci.)

- vyžaduje se rovněž společné prohlášení otce a matky o jménu dítěte

Také si s sebou vezměte oblečení pro miminko pro odchod z porodnice a pro sebe oblečení na odchod domů. Co všechno bude miminko potřebovat?

- raději dvě až tři plínky
- tričko nebo bodíčko
- dupačky
- kabátek
- zavinovačku
- deku
- a pojedete-li autem, pak samozřejmě i dětskou autosedačku!



Tak co doma?

Porod jste úspěšně zvládla, a pomalu se chystáte na odchod domů. A víte, co všechno by vás tam mělo čekat, co by měl tatínek za pomoci babiček ještě přikoupit? Taková základní

Taška do porodnice

Napsal uživatel Administrator

Neděle, 13 Duben 2008 20:43 - Aktualizováno Úterý, 16 Červen 2009 17:02

výbavička obsahuje:

- 6 košilek,
- 6 kabátků,
- 3 bavlněné čepičky,
- 2 vložky do zavinovačky; nejvhodnější jsou flanelové, poněvadž je lze prát (pro zimní období je vhodná péřová vložka, má však tu nevýhodu, že ji nelze prát),
- 3 povlaky na zavinovačku,
- 5 tuctů plen anebo pleny na jedno použití,
- 2 nepromokavé podložky (jedna se používá na přikrytí matrace v dětské postýlce, druhá se používá při ošetřování dítěte po koupání),
- 3 flanelové pleny (jsou potřeba jenom pro zimní období),
- 3 osušky,
- 6 žínků na mytí (doporučujeme zakoupit žínky dvojí barvy, tři na mytí obličeje a tři na mytí tělíčka),
- 1 flanelová přikrývka,
- 1 peřinka (používá se jenom v zimě v chladných bytech).

Pro vyjíždění ven s dítětem si připravte:

- 2 vlněné čepičky,
- 2 vlněné kabátky,
- 1 spací pytel (pro zimní období).

Pro uložení dítěte doma se v prvních šesti týdnech nejlépe hodí prádelní košík. Musí být naprosto čistý, vydrhnutý v sodě. Na dno košíku se vloží matrace, na matraci se položí nepromokavá podložka. Místo prostěradla se používají pleny. Od 7. týdne po porodu je vhodné nahradit prádelní košík dětskou postýlkou. Dítě pak má možnost z postýlky pozorovat okolí.

Ke koupání dítěte si přichystejte:

- vaničku,
- molitanovou podložku pod dítě (je vhodná pro ošetřování dítěte po koupeli).

Dále si přichystejte:

- 2 speciální dětské lahvičky na čaj,
- teploměr na měření teploty vody, v níž se dítě bude koupat,
- dětský olej,
- kartáček na vlásy dítěte,
- malou krabičku s vatou,
- dětské mýdlo,
- čistý líh na ošetření pupíku a borovou vodu – předepíše vám lékař při propuštění z porodnického oddělení.

Uvedené potřeby vkládejte do větší krabice s víkem, do níž se nemůže dostat prach.

Velmi dobré služby vám prokáže v prvních týdnech po porodu:

- 1 hrnec na vyvážení lahví, dudlíků aj.,
- 1 kbelík na odkládání upotřeбенých plen.

Jak vybrat kočárek?

Předpokládám, že pokud už ležíte v porodnici, kočárek zřejmě vybraný máte. Pokud se ale na porod teprve chystáte, možná vás potěší pár rad, jak vybrat ten správný.

1. Je rozdíl v tom, zda sháníte kočárek do velkého města nebo na vesnici. Maminky ve městě určitě ocení lehčí, skladné kočárky, se kterými se snáze dostanou do MHD nebo je rychle složí do kufru auta.

2. Trojkolka versus čtyřkolka – když pominu vzhled, na který má každý jiný názor, je důležité si uvědomit, že zatímco rozdíl mezi drahým a levným čtyřkolákem je většinou jen ve váze a případném "vrzání", mezi drahou a levnou tříkolkou může být - kromě již zmíněného - obrovský rozdíl i ve stabilitě!

3. Trojkombinace versus sólo hluboký kočár a posléze sportřák – záleží na volbě každého. Někdo dá přednost na prvního půl roku klasickému hlubokému kočárku, (který se dá za dobré ceny koupit v bazárcích) a později koupí nový sportřák, jiný volí rovnou jeden kočár, který už od začátku nabízí všechny možnosti

4. Cena – tady platí každý podle svých možností. Jen radím dobře počítat, protože někdy mohou lacinější kočárky přijít ve finále draž. Pokud můžete, tak si za kvalitu raději připlaťte. Tím nechci říci, že nejdražší je ten nejlepší - kdepak - to ne, ale než půjdete nakupovat dobře zvažujte, co všechno od kočárku očekáváte, co nutně potřebujete a co naopak s klidem oželíte.

Čeho si všímat dále

Kola – obecně platí, že čím větší tím lepší. Určitě raději nafukovací než takové ty "golfáčové". V terénu nebo ve sněhu jsou malá kola strašně neobratná.

Rozměry korby – dítě tráví v hluboké korbě cca 6-7 měsíců. Pediatři doporučují, aby nepřecházelo na sportřák dokud samo nesedí. Musíte zvážit, zda vaše mimiko bude mít půl roku v létě či v zimě (kdy je zapotřebí fusak), obecně se ale dá říci, že vnitřní délka korbičky +/- 80cm je postačující.

Výška hluboké korbičky nad zemí – pokud jste vyšší, budete trávit polovinu procházky shrbení – zpočátku je člověk věčně skloněný nad miminkem, tak myslete na svá záda.

Výškově nastavitelná rukojeť – tak aby vyhovovala oběma rodičům.

Vybírejte si spojenou rukojeť – ne takové ty dvě ručky jako mívají golfáče – kočárek je snáze ovladatelný.

Rozpětí kol – pokud budete jezdit výtahem, dobře si vše přeměřte, stejně tak i případné dveře u pediatra či jiné překážky, které by vám v budoucnu mohly znesnadnit pohyb.

Dobře si zkontrolujte, aby dno korby bylo hladké, rovné – může se to zdát jako bláznivý nápad, ale věřte, že jsou na trhu i kočárky, které mají místo pevného dna jen jakousi kovovou mříž přes kterou je tenoučká vrstva molitanu – chudák miminko jako by leželo na roštu!

Také si pořádně překontrolujte brzdy! - bez legrace, ne u každého kočárku máte jistotu, že

opravdu drží.

Sportřák – po nebo proti směru jízdy – věčné dilema – ty z vás, kteří váhají nad určitým typem kočárku právě proto, že nenabízí sportovní sedačku čelem k rodičům mohou ujistit, že zhruba od 8-i měsíců bude dítě zajímat vše kolem něj (mimo vás) a bude stejně chtít sedět ve směru jízdy a mít rozhled – a vy si rychle zvyknete, že vidíte jeho zádička a ne obličejík. Jeho nálady i lumpárny poznáte úplně stejně.

Sportovní sedačka

Její záda by měla jít vždy polohovat do lehu – ať už plynule nebo v několika polohách. Raději se vyhněte kočárkům které nabízejí "sedící" sedačky – takové co se sklápí celé jako židlička. Uvědomte si, že vaše miminko přejde na sportřák okolo šesti měsíců a jeho páteř rozhodně nebude připravená na spaní v sedě! Snad pro starší děti, které už v kočárku nespí a nebo pokud mimi usne během nákupu – a pak hurá rychle domů, rozhodně tento typ sedačky ale není vhodný na to, abyste s ním vyráželi na delší "spací" procházky. Taky nespíte rádi na židli – nenuťte k tomu vaše miminko.

Materiály – vyhněte se bavlně jako vnějšímu potahu. Navzdory ujištěním prodavačů, že je to přírodní materiál speciálně ošetřený, můžete si být si být jistí, že za dva tři měsíce (obzvláště pokud budete mít letní mimi) bavlněná látka vyšisuje a kočárek bude vypadat jako po 3. dítěti. Vybírejte materiály, které jsou snadno ošetřitelné – omyvatelné, případně se dá celý potah z kočárku stáhnout a přeprat – až vaše miminko vylije v kočárku svůj první hrníček šťávy, určitě si vzpomenete...

Slunečník versus překlápěcí rukojeť kočárku – záleží na vás. Někdo bude bránit do krve přehazovací rukojeť, jiný vám řekne, že stejně bravurně zvládne bleskově nastavit slunečník, když zahne proti sluníčku – záleží na každém, co si zvolí. Určitě jsou obě varianty vyhovující. Pětibodové pásy - jednoznačně obrovská výhoda - obzvláště pokud je dítě živější

Údržba kočárku - informujte se u prodavače, které části potahu jsou odnímatelné a jakou údržbu daný materiál vyžaduje. Obecně platí - čím více lze kočárek "vystriptyzovat", tím lépe. Přeci jen za ty dva roky co ho budete používat se nastřádají různé nehody.

Vychytávky, které mít nemusíte, ale které jsou super, když je máte

Otočná kola usnadňující zatáčení kočárku - odpadá nadzvedávání na každém rohu
Ruční brzda na rukojeti kočárku - ocení hlavně ti, kteří budou častěji zdolávat kopce – odpadají takové ty situace, kdy kočár za sebou vláčí maminku, která brzdí podrážkami co to dá.

Plynulé polohování dna v korbičce - skvělé např. když je miminko nachlazené – můžete ho lehounce naklopit a lépe se mu dýchá.

Podvozek na který se dá nacvaknout autosedačka - oceníte např. při nákupech

Odvětrávání korbičky – prima proti "zapaření" miminka nejen v letních měsících

Slídové okénko ve střeše kočárku – na "hlídání"

Pumpička na kola – neurazí a při malém defektu může pomoci dojet.

Hurá do obchodu!

I když se rozhodnete kupovat kočárek přes internet - často to vyjde cenově lépe, určitě si napřed zajděte do obchodu. Nejlépe je udělat si s partnerem doma seznam věcí, které od kočárku očekáváte a pak vyrazit na "výlet" do obchodu. Udělejte si na to čas, určitě běžte oba - a nejlépe aby se vám to časově hodilo, žádná honička - no prostě "výlet". Jo a nezapomeňte se vyzbrojit vlastním centimetrem. Často se stává, že prodavači loví rozměry kočárku z různých brožur a stejně vám ve finále nejsou schopni říci, zda je to vnitřní či vnější rozměr korbičky. Pohrajte si tam. Vyberte si pár kočárků, které vás něčím zaujaly a pak si je otestujte. Nezapomeňte, že jej budete používat minimálně další dva roky a bylo by škoda dát spoustu peněz a po měsíci zjistit, že vás ten kočárek dohání k šílenství. A nenechte se nutit prodavačem do okamžitého nákupu. To, že jste 2 hodiny "trénovali" na prodejně, vás ještě k ničemu nezavazuje! Taky si nechejte radit jen v "rozumné" míře. Bohužel často platí, že prodavač chválí jen to, co má v obchodě (logicky), takže se vám klidně může stát, že ve vedlejším obchodě vám ten do nebe vychvalovaný kočárek naopak pomluví do posledního šroubku. Prostě nechte se informovat a pak se řiďte vlastním rozumem. Hodně štěstí při nákupech!

Taška do porodnice

Napsal uživatel Administrator

Neděle, 13 Duben 2008 20:43 - Aktualizováno Úterý, 16 Červen 2009 17:02

Zdroj:

www.miminko.estranky.cz ,www.zdravi4u.cz, www.porodnice.cz