

Những thứ cần mang theo khi đi vào bệnh viện

What to bring to hospital

Vietnamese

Dự trù trước

Tốt nhất bạn nên chuẩn bị sẵn túi xách khoảng vài tuần trước ngày dự sanh. Quần áo em bé nên giặt sạch trước khi dùng. Không để băng phiến (naphthalene) chung với quần áo bé hay khăn trải giường/nệm vì mùi của băng phiến rất độc hại. Bạn nên mang đủ đồ dùng trong thời gian bạn ở bệnh viện khoảng 2 hay 3 ngày tùy theo tình trạng sức khỏe của bạn và em bé.

Nếu bạn không định cho bé bú sữa mẹ thì bạn phải mang theo sữa bột

Nhớ gắn ghế an toàn em bé trong xe trước khi mang bé từ bệnh viện về nhà

Đừng mang theo nhiều tiền hay nữ trang vào bệnh viện

Những thứ chúng tôi đề nghị bạn nên mang theo để dùng khi ở bệnh viện:

- Đồ mặc ban đêm như pyjama hay áo ngủ
- Đồ mặc thoải mái ban ngày như đồ bộ mặc thể dục
- Nhiều quần lót
- Áo ngực loại cho bú (không có vòng chì nâng vú) và vài miếng lót thấm sữa
- Băng vệ sinh cho bà mẹ (không quá mỏng và loại không có khử mùi (not-deodorised))
- Vật dụng vệ sinh cá nhân (sà bông, bàn chải & kem đánh răng, kem thoa/xịt thơm (deodorant), sà bông gội v.v...)
- Vải bọc/túi nhỏ để gói quần áo dơ về nhà giặt và mang hoa và quà biếu về nhà.
- Dép mang trong nhà (như dép êm hay dép nhựa)
- Tiền trả chi phí đậu xe
- Cây viết để chọn đặt thức ăn và ghi giờ giấc bé bú.

Mang những thứ cần dùng sau đây lúc ở phòng sanh:

- Hồ sơ tiền sản hay giấy tờ khám thai
- Quần áo mặc lúc chuyển dạ như áo ngủ bằng vải hay áo thun cũ, vớ ấm, quần lót cũ
- Túi gel giữ ấm để dùng lúc chuyển dạ (không dùng bột lúa mì - wheat)
- Nhạc - nếu bạn thích nghe trong thời gian chuyển dạ
- Vài thức ăn vặt cho bạn và người nhà
- Máy chụp hình, hộp khăn giấy (tissues), son bóng dùng để tránh khô môi

Những thứ sau đây để dùng cho em bé:

- Vải bộ quần áo ngủ sơ sinh hay quần áo dính liền và áo thun lá (cỡ 0000 hay 000)
- Vải cái khăn quấn và mền
- Vớ, bao tay và nón (tùy ý)
- Tả (nếu dùng tả vải nhớ mang theo khay cài an toàn (fastener))

Bệnh viện sẽ cung cấp:

Khăn tắm, ra trải giường

Bạn sẽ mang quần áo của mình và của bé về nhà giặt

Tác giả: Nhóm Soạn thảo những Hướng dẫn Hộ sản

Ngày: 14 tháng Bảy 2014