

Que Llevar Con Usted al Hospital

Para
la Madre

Artículos de cuidado personal:

- peine, cepillo, si tiene el cabello largo, ligas o cauchos para el cabello
- crema para el cuerpo o aceite
- toallas higiénicas
- desodorante y jabón
- pasta y cepillo dental, pañuelos desechables
- talco

Ropa:

- bata y pantuflas
- camisas de dormir (pijama) para después del parto
- medias de algodón
- brasier de maternidad y pezoneras
- ropa de calle para cuando salga del hospital, que sea cómoda

Cosas que Ayudan en el Trabajo de parto:

- una almohada (con fundas de colores)
- reloj, lubricante labial o gel
- punto de enfoque (un objeto o fotografía para mirar durante las contracciones)
- hielo, bolas de tennis, rodillo, bolsa de agua caliente

Otros artículos:

- estilógrafo, papel, revista o libro
- lista de números the teléfono, monedas para teléfono público
- bocados, por ejemplo: jugos, yogurt, galletas, fruta, verduras, nueces, frutas secas
- cámara fotográfica
- música o radio pequeño
- anteojos

Para
el Bebé

- pañales
- muda de ropa para salir del hospital
- asiento especial de seguridad para el carro

Averigue con su hospital qué otra cosa puede necesitar.

