



Huskeliste til fødslen

Her er en liste over de ting, der er gode at have med til fødslen.

TIL DEN FØDENDE:

- Vandrejournal
- Læsestof eller anden underholdning
- Snacks, frugt, druesukker osv. Fødegangen har lidt forskelligt, men hvis du ønsker noget specielt, må du gerne selv medbringe det.
- Eventuelt drikkedunk. Hospitalet tilbyder juice, saft og vand.
- Læbepomade
- Musik: Vi har bluetooth-højttalere på fødestuerne.
- Eventuel ønskeliste vedrørende fødslen.

EFTER FØDSLEN

- Pjecen: "Amning – en tryk start", som I har fået hos konsultationsjordemoderen.
- Behageligt tøj, eventuelt morgenkåbe
- Lette sko/"klip-klappere"
- Amme-BH + ammeindlæg
- Eventuelt ammepude
- Toilettaske med tandbørste, tandpasta, shampoo, hårbørste osv.
- Eventuel fast medicin
- Mobiltelefon samt oplader.

TIL FAR/PARTNER

- Tøj + nattøj
- Toilettaske med tandbørste, tandpasta, eventuelt shampoo osv.
- Kamera/mobiltelefon + oplader
- Dankort til at købe mad i kantinen. Der kan også betales med mobilepay.
- Eventuel mad/snacks. Der er køleskab på barselsgangen.
- Der tilbydes et måltid mad til far efter fødslen, men efterfølgende skal far selv købe i personalekantinen eller medbringe mad.

TIL BABY

- Tøj. Beregn 2-3 sæt tøj per dag til opholdet på barselsgangen.
- Slå-om-bodystocking, som gør hud-mod-hud nemt i dagene efter fødslen.
- Babydyne med flere sæt betræk.
- Lidt varmere tøj til hjemrejsen og eventuelt et tæppe/dyne.
- Lift/autostol til hjemrejse.
- Eventuelt babytæppe.

I er velkomne til at medbringe egne stofbleer, hvis I ønsker det, men hospitalet stiller stofbleer samt bleer til rådighed under opholdet.