

Check-list DO PORODNICE

DOKLADY A DŮLEŽITÉ DOKUMENTY

- ☐ **Občanský průkaz** (cestovní pas u cizinek)
- ☐ **Kartička zdravotní pojišťovny**
- ☐ **Těhotenský průkaz** + zprávy z vyšetření, ultrazvuků a monitorů
- ☐ **Formulář se jménem dítěte**, vyplněný a podepsaný oběma rodiči (dostanete předem na matrice nebo v prenatalní poradně)
- ☐ **Oddací list** (vdané maminky), **rodný list matky** (svobodné, nebo rozvedené maminky), **rozsudek o rozvodu** (rozvedené maminky), **doklad o určení otcovství** (pokud nejste vdaná a chcete uvést otce)

Poznámka: Pokud máte vypracovaný **porodní plán**, vezměte si kopii. Některé porodnice také umožňují darování pupečnickové krve – v takovém případě si nezapomeňte **příslušné formuláře**.

MALÁ TAŠKA NA PORODNÍ SÁL

- ☐ Noční košile / tričko na porod
- ☐ Přezůvky / gumové pantofle do sprchy
- ☐ Teplé ponožky
- ☐ Balzám na rty
- ☐ Láhev s vodou
- ☐ Hroznový cukr / rychlá energie (banán, tyčinka)
- ☐ Nabíječka, telefon
- ☐ Gumička / čelenka do vlasů
- ☐ *Bonding deka (pokud chcete)*

TAŠKA NA ODDĚLENÍ ŠESTINEDĚLÍ

- ☐ Kojicí noční košile
- ☐ Župan
- ☐ Poporodní vložky (2 balení)
- ☐ Jednorázové sítované / bezešvé kalhotky
- ☐ Ručníky (2x)
- ☐ Kojicí podprsenka + prsní vložky
- ☐ Toaletní potřeby (ideálně i intimní gel, případně dubová kúra)
- ☐ Toaletní papír
- ☐ Oblečení na cestu domů
- ☐ Léky, které pravidelně užíváte

Poznámka: **Kompresní punčochy**, pokud máte plánovaný císařský řez.

PRO MIMINKO

- ☐ 20–30 ks jednorázových plenek
- ☐ 2–3 body + overálky, případně *kojenecká soupravička*
- ☐ Čepička
- ☐ Dětská kosmetika (krém na zadeček, vlhčené ubrousky)
- ☐ Přebalovací podložky
- ☐ 2–3 látkové pleny
- ☐ Oblečení na cestu domů (dle počasí)

-
- ☐ Autosedačka

VLASTNÍ POZNÁMKY
