

# محتويات حقيبة الولادة للأم والمولود الذكر

يفضل أن تبدأ الحامل بتجهيز حقيبة الولادة منذ بداية الشهر التاسع من فترة الحمل. وينصح في بعض الأحيان بتحضير هذه الحقيبة خلال الشهر السابع تحسبًا للولادة المبكرة، وتتضمن هذه الحقيبة العديد من الأمور الرئيسية التي عليك أخذها معك إلى المستشفى والتي بالتأكيد سوف تحتاجين إليها وسيحتاجها طفلك الرضيع.

## اليك محتويات شنطة الولادة الخاصة بك:

- الأوراق والتحاليل الطبية وأخر سونار لك وغيرها من أوراق.
- عدد من الملابس الداخلية للرضاعة.
- ملابس واسعة بها أزرار لإرتدائها بعد الولادة لتسهيل عملية الرضاعة عليك.
- زجاجات مياه ووجبات خفيفة لتناولها في حال شعرت بالجوع.
- مناشف نظيفة لك.
- فرشاة شعر.
- فرشاة أسنان ومعجون الأسنان.
- حقيبة مكياج صغيرة.
- عدد من الملابس الداخلية الواسعة والمريحة والتي ستجعلك تشعرين بالراحة بعد الولادة.
- فوط صحية.
- روب مريح لإرتدائه فوق ملابس النوم ولدى الخروج من المستشفى.
- روب أنيق لإرتدائه عندما يأتي الزوار.
- مناديل مبللة معقمة.
- مجلة وكتاب للقراءة والتسلية والشعور بالراحة في حال لا تستطيعين النوم.

## اليك محتويات شنطة الولادة الخاصة بالمولود الولد:

- 12 حفاض بأصغر مقاس.
- مشمع خاص لتغيير حفاضات طفلك.
- علبة صغيرة من المناديل المبللة المعقمة الخاصة بالأطفال.
- عدد من الملابس السالوبيات الخرجية باللون الأخضر أو الأصفر أو الأزرق.
- عدد من الملابس الداخلية السالوبيات متناسقة مع لون الملابس

الخارجية .

- قبعات صغيرة مناسبة مع لون ملبسه .
- زوج قفازات .
- زوج جوارب .
- غطاء مناسب لرحلة العودة الى المنزل ويكون مناسب مع الطقس في وقت الولادة .
- ملابس ثقيلة في كانت الولادة في فصل الشتاء .