

OSNOVNA OPREMA IN PRIPOMOČKI ZA NEGO DOJENČKA - PRIPOROČILO

Osnovno opremo za dojenčka pripravite vsaj en mesec pred predvidenim terminom poroda. Nova oblačila je potrebno oprati in prelikati.

1. OBLAČILA & PRIPOMOČKI OB ODHODU V PORODNIŠNICO (Torba za v porodnišnico)

- Zdravstvena izkaznica,
- napotnica in originalni izvidi iz posvetovalnice (krvne skupine in preiskav),
- osebni dokument,
- materinska knjižica,
- poročni list ali izjava o priznanju očetovstva,
- toaletna torbica s pripomočki za nego,
- rezervno spodnje perilo,
- higienski vložki,
- nogavice,
- copati.

2. OBLAČILA & PRIPOMOČKI OB ODHODU IZ PORODNIŠNICE

Očka oz. kdor koli pride po mamico in dojenčka na dan odhoda iz porodnišnice prinese:

- Za mamo: oblačila za odhod iz porodnišnice,
- tri tetra pleničke,
- pleničko za enkratno uporabo,
- povijalno plenico,
- bombažne žabice,
- dve bombažni majčki ali bodija z dolgimi rokavi,
- komplet (jopica, hlačke in bombažna kapica),
- copatke,
- odejico,
- avtosedež oz. lupinico.

3. OSNOVNA OBLAČILA ZA DOJENČKA

- 20 tetra pleničk,
- pleničke za enkratno uporabo v velikosti od 2 do 5 kg oz. pralne plenice,

- 2 povijalni plenici,
- 10 bombažnih majčk ali 5 bodijev na preklop (velikost 62). Z dolgimi rokavi; če je vroče poletje pa s kratkimi,
- 5 pajackov ali spodnjih bombažnih žabic (velikost 62),
- 2 bombažni kapici (velikost 56 in 62),
- slinčki,
- poleti: klobuček; pozimi: topla kapa,
- 2 para toplih nogavičk ali copatk iz pliša,
- pozimi: topla zimska oblačila (kombinezon z rokavičkami & copati),
- en ali dva kompleta jopice, hlače, kapica.
- poleti: tanjše bombažne materiale, pozimi: toplejše materiale pliš ali flis,
- odejica za pokrivanje; poleti: bombažna, pozimi: toplejša.

4. OSNOVNE POTREBŠČINE ZA OTROKOVO OSEBNO HIGIENO

- Banjica oz. kopalna kad s stojalom,
- dve posodi za umivanje,
- nevtralnno milo za kopanje,
- naravno otroško olje (mandljevo ali oljčno),
- hladilno mazilo (za ritko pod plenice),
- fiziološka raztopina (za čiščenje popka ali vnetih oči),
- bombažne umivalne krpice,
- 70% alkohol za razkuževanje pripomočkov (na primer škarjic za nohte),
- škarjice za nohte, ki so obvezno zaobljene,
- glavnik ali krtačka (pride prav že kmalu po rojstvu pri preprečevanju & odstranjevanju temenc),
- termometer (telesni ali ušesni),
- brisača za nego,
- sterilni zloženci iz gaze (za čiščenje popka),
- robčki za enkratno uporabo (osvežilni robčki) za nego ritke.

5. OSNOVNO POHIŠTVO & OPREMA

- Posteljica (prve tri/štiri mesece jo lahko nadomesti zibka ali košara) – v vsakem primeru s trdim, ravnim ležiščem, brez vzglavnikov,
- vzmetnica,
- posteljna garderoba: tri rjuhe, dve prevleki, odeja, nepremočljiva podloga za posteljico,
- varna previjalna miza (v višini tistega, ki najpogosteje previja) – zavarovana z ograjicami ali postavljena na varno mesto, da ni nevarnosti padca,
- previjalna podloga,

- voziček z dežnikom ali dežno prevleko,
- previjalna torba, avtomobilski varnostni sedež skupine 0 ali 0+,
- ščitniki za električne vtičnice,
- plastični vogalniki za ostre robove,
- koš za umazano bombažno perilo,
- koš za umazane pleničke.

Prostor: Idealna temperatura med 20 in 22 stopinj Celzija ter vlažnost zraka med 40 in 55%.

6. OPREMA ZA DOJENJE & HRANJENJE OTROKA PO STEKLENIČKI

- Bombažne tetra-plenice,
- blazina za dojenje (ni nujna).

V primeru, da boste hranili dojenčka po steklenički, potrebujete še:

- prilagojeno/adaptirano mleko,
- steklenička za mleko – 250 ml.

7. NEKAJ POTREBŠČIN ZA MAMICO

- Vložki,
- mazilo za prsne bradavice (z lanolinom),
- blazinice za zaščito pred iztekanjem mleka,
- nedrček za dojenje,
- črpalka za črpanje mleka.