

Petit guide d'hôpital pour les parents

Quoi mettre dans sa valise?

- Carte d'hôpital et carte RAMQ
- Les médicaments que vous prenez, y compris les vitamines prénatales
- Kit de prélèvement de sang de cordon (le cas échéant)
- Oreillers (2-3)
- Pyjamas
- Pantoufles
- Collations légères et nutritives
 - Jus
 - Bouillon de soupe
 - Purée de fruits
 - Jello
 - Sucettes glacées
 - Thé, etc.
- Bouteille d'eau
- Huile de massage, sac magique (pour la chaleur), poche de glace, balle de tennis pour soulager la douleur
- Elastiques pour cheveux
- Mouchoirs
- Monnaie pour les distributeurs automatiques
- Appareil photo, piles, carte mémoire
- Musique, haut-parleur, iPad pour votre divertissement
- Téléphone et chargeur
- Sous-vêtements de couleur foncée
- Serviettes hygiéniques larges et absorbantes (plusieurs)
- Soutien-gorge d'allaitement et compresses d'allaitement
- Couches pour nouveau-nés (plusieurs)
- Articles de toilette pour vous et votre partenaire
- Des vêtements de rechange pour votre partenaire
- Vêtements pour le retour du bébé à la maison
 - Y compris un bonnet, des chaussettes, des mitaines et une couverture (selon la saison).
 - Le bébé sera à l'aise dans une couche de vêtements de plus que vous.

- Des vêtements de rechange pour vous
 - Correspond à votre taille à 6 mois de grossesse
- Petit cadeau du bébé à son frère ou sa sœur aîné(e)
- Siège auto portant la marque nationale de sécurité

Avant le début du travail...

- Trouvez un pédiatre
- Prévoyez un moyen de transport fiable pour vous rendre à l'hôpital
 - Ne conduisez jamais pendant que vous êtes en travail
- Organisez la garde de vos autres enfants, de vos animaux domestiques et la collecte du courrier.
- Remplissez votre congélateur de repas faciles à préparer
 - Soupes
 - Casseroles
 - Sauces
 - Quiches, etc.
 - Vos priorités en rentrant à la maison seront le bébé et le sommeil !
- Réservez votre service de couches réutilisables
 - N'oubliez pas que bébé utilisera 8 à 10 couches par jour.
- Installez la base du siège d'auto dans la voiture

Hôpital Royal Victoria

Numéro du centre des naissances 24/7

(514) 843-1592