

走佬去醫院

預產期臨近，是時候準備「走佬袋」了！記得將以下物品放於旅行袋，方便隨時入院。



走佬袋

△代表要帶 ○代表醫院一般會提供

物品	數量	公立醫院	私家醫院 (住院前可先查詢住 院包會提供的物品)
孕媽媽用品			
<input type="checkbox"/> 文件：入院信、孕媽媽及孕爸爸身份證正副本、產前記錄、驗血報告等		△	△
<input type="checkbox"/> 即棄墊床紙	1 包	△	○
<input type="checkbox"/> 產婦衛生巾	1-2 包	△	○
<input type="checkbox"/> 網褲	2-3 條	△	○
<input type="checkbox"/> 餵奶胸圍及衣服	3 件	△	△
<input type="checkbox"/> 替換衣服	2-3 件	△	△
<input type="checkbox"/> 乳墊	1 盒	△	△
<input type="checkbox"/> 生理沖洗瓶	1 個	△	○
<input type="checkbox"/> 防滑拖鞋	1 對	△	△
<input type="checkbox"/> 梳洗及衛生用品	1 套	△	△

物品	數量	公立醫院	私家醫院 (住院前可先查詢住 院包會提供的物品)
<input type="checkbox"/> 面盆（盛載盪水之用）	1 個	△	△
<input type="checkbox"/> 櫃鎖（鎖起貴重物品）	1 個	△	○
<input type="checkbox"/> 充電器	1 個	△	△
<input type="checkbox"/> 保暖壺及飲水杯	各 1 個	△	○
<input type="checkbox"/> 個人用品，如書、雜誌、 小攬枕等等	按需要	△	△

嬰兒用品

<input type="checkbox"/> 初生嬰兒紙尿片	1 包	△	○
<input type="checkbox"/> 棉花 / 嬰兒用濕紙巾	1 包	△	○
<input type="checkbox"/> 餵奶小毛巾	6-8 條	△	○

出院袋

- 記得別攜帶大量現金及貴重物品入院
- 出院時媽媽的衣服，寶寶的衣服、包被、帽、襪、手套等，可在出院前請爸爸或家人帶來



小提示

生完寶寶後，身體會開始製造母乳，如果媽媽們覺得胸脹或有積奶情況，可以問問姑娘有沒有冰袋冷敷，也可問姑娘借樽嘗試擠奶。但一般生第一胎的媽媽都不需要這麼快擠奶，每天定時讓寶寶埋身吸嘍已可以。

如果母乳不足，不需灰心，醫院都會為寶寶提供奶粉，媽媽亦可提早諮詢可選擇的品牌。