

detkityumen.ru

Роды на Энергетиков 26

6 августа я родила сына. Роды длились 18 часов 05 минут. Период схваток – 18 часов, непосредственно родов – 05 минут. Выписка была через 5 дней. За это время я много натерпелась, увидела и сделала ошибок.

Для того, чтобы мой опыт был полезен будущим роженицам, привожу ниже дополнение к списку вещей, которые необходимо взять в роддом и купить домой, а также перечисляю на что нужно обратить внимание и настроиться во время родов. Данная информация актуальна для беременных, настроенных рожать на Энергетиков, 26.

Список вещей в роддом

(дополнение к основному списку, который висит на Энергетиков около регистратуры):

- 1. Специальные прокладки** (не экономьте на этом, т.к. после родов выделения очень обильны, поэтому лучше запастись заранее, чем потом гонять родственников по аптекам)
 - 1 уп. стерильных - продаются в аптеках (около 300 руб.)
 - 2 уп. самых толстых на послеродовой период – продаются в аптеке (около 200 руб.)
- 2. Специальные фиксирующие трусики** (продаются в аптеках, есть одноразовые (около 30 руб.) и многоразовые (около 70 руб.), экономичнее купить 2 пары последних и стирать по очереди)
- 3. Одноразовые пеленки**, 1 уп. (пригодятся для роженицы и младенца, продаются в «Монетке» (около 40 руб.)
- 4. Ночные рубашки** (в роддоме нужно менять каждый день, а т.к. день выписки при поступлении неизвестен, лучше взять 4-5 штук)
- 5. Бюстгальтер для кормления**, лучше 2 шт. для смены, продаются в аптеке
- 6. Вкладыши в бюстгальтер**, 1 уп. (продаются в «Оптима», аптеках, около 100-150 руб.)
- 7. Полотенце**, 1 шт. (на Энергетиков одно выдают, но оно маленькое и тонкое)
- 8. Туалетная бумага** (с расчетом 1 рулон на сутки, лучше купить самую нежную)
- 9. Лекарства:**
 - «Дюфалак», т.к. после родов часто бывают запоры
 - Марганец либо «Хлоргексин» (удобнее использовать, не нужно разводить) на случай родов с разрывами для обработки швов
 - Термометр (чтобы всегда знать температуру своего тела)
- 10. Шампунь, мыло** (на Энергетиков в палате не было)
- 11. Одежда на выписку для мамы** (с учётом того, что после родов сохраняется живот, т.к. матка ещё не сократилась, и могут быть пятна на одежде от молока, обильно выделяющегося из груди)
- 12. Бандаж** (для того, чтобы матка быстрее пришла в тонус, также в роддоме будут каждый день осматривать живот, делать уколы и рекомендовать лежать на животе)
- 13. Подгузники**, 1-2 уп. (у фирмы «Pampers» лучше брать 0 размер, к тому же в роддоме обычно дарят подгузники разных фирм, но по несколько штук)
- 14. Одежда для ребенка** с расчетом смены каждый день
- 15. Конверт для ребенка на выписку**
- 16. Питьевая вода без газов**, минимум 1 литр
- 17. Кружка** (в роддоме не предоставляют). Когда будут приносить еду, чай либо настой из шиповника будут наливать в Вашу кружку.

Список вещей домой (на послеродовой период для кормящих мам):

18. Обычные прокладки

- около 5 уп. обычных , т.к. выделения будут около месяца
- около 5 уп. ежедневных на последние дни

19. **Вкладыши в бюстгальтер**, много уп. (продаются в «Оптима», аптеках, около 100-150 руб.)

20. **Подгузники**, много уп.

На что следует обратить внимание:

- Мамам, рожаящим впервые, следует особое внимание обращать на грудь, т.к. на 2-3 день обильно начинает выделяться молоко и нужно избегать его застоя в груди, это очень серьезно. Главное – научиться кормить грудью. В случае неудачи можно попросить, не стесняясь дежурную на этаже сотрудницу сделать массаж на грудь, принести молокоотсос.
- Если ребенок плачет, и Вы не можете его долго успокоить, можно обратиться в отделение новорожденных (4 этаж), его заберут на время и покормят, а Вы и соседи по палате отдохнёте, ничего страшного в этом нет.
- До родов обязательно посетите курсы для будущих мам. Они проводятся на достойном уровне на Даудельной.
- Старайтесь после родов не заказывать еду у родственников, лучше есть то, чем кормят в роддоме, т.к. там строгая диета, составленная с учетом кормления грудью.

На что следует настроиться:

- В роддоме очень хладнокровно персонал относится к роженицам, поэтому **не ждите особого отношения, жалости** к Вам.
- **Бриться перед родами не обязательно**, т.к. это не требуют. Можно это сделать по собственному желанию, но не в день родов, а заранее, чтобы было меньше опасности заражения.
- **Лучше рожать платно**, т.к. персонал относится более внимательно и заранее можно выбрать понравившегося врача, а рожая бесплатно можно попасть на разных врачей, это кому как повезёт.
- **Лучше рожать с партнёром**, но он должен быть хладнокровным и не должен вмешиваться в процесс родов.

15 сентября 2014 года

elzbieta