



*- vi er til for dig*

## **Huske-liste til ophold på føde- og barselsafsnit på Holbæk Sygehus**

Kontakt os altid inden I tager hjemmefra på tlf. 59 48 42 93. Her vil I få kontakt til vagthavende jordemoder.

Fra kl. 23-06.00 er der kun indgang til sygehuset fra hovedindgangen i Smedelundsgade.

Har I brug for råd, hjælp og vejledning efter hjemkomsten fra føde- eller barselsafsnit, kan I kontakte os på barselsgangen på tlf. 59 48 43 00 i ugen efter fødslen.

### **Til mor:**

Behageligt, let tøj. Gerne ammevenligt med knappefunktion foran

En støttende, men rummelig amme-BH eller en simpel amme-top i bomuld

Badesandaler, sutsko eller anden let sko

Toilettaske

Evt. vanlig medicin

Tyggegummi

Læbepomade

Evt. druesukker i tabletform eller energibarer

Evt. ammeindlæg

Evt. din egen hovedpude

Telefon og oplader

Lav gerne en playliste på din telefon e. lign. Vi har små højtalere til at afspille musik på

(Vi har praktiske og behagelige nettrusser, hygiejnebind i forskellige størrelser, håndklæder og hospitalsskjorter)

### **Til far eller anden pårørende:**

Skiftetøj

Badesandaler, sutsko eller anden let sko

Toilettaske

Fotoudstyr

Telefon og oplader

Evt. din egen hovedpude

Far får serveret mad under fødslen, men ikke i barselsdagene. Tag gerne læskedrikke, snacks, frugt o. lign. med. Der er mulighed for at benytte barselsgangens køleskab.

Sygehusets kantine har åben i hverdage kl. 7.30-18.15 og i weekender og helligdage kl. 8.30-15.00

### **Til baby:**

Babydyne

Tæppe eller svøb, gerne i uld

Tøj efter årstiden. Gerne uld-bodystockings i perioden september til april. 2- 4 sæt i str. 50 eller 56

Tøj til hjemturen

Babyhue; bomuld om sommeren, uld om vinteren

Autostol. Øv jer gerne inden med en bamse eller dukke i selen

(Vi har bleer, håndklæder, stofbleer og hospitals- babytøj)

### **Godt at have når du kommer hjem:**

Hygiejnebind i forskellige størrelser

Lanolincreme til brystpleje

Ammeindlæg

Pinex eller panodil