

**LINES
SPECIALIST**

Maternity

il Viaggio della Vita

La valigia per l'ospedale

I CONSIGLI DELL'OSTETRICA CARLA RUCCI

Manca poco al grande evento ed è arrivato il momento di preparare la valigia da portare in ospedale. Ma, cosa è realmente utile e necessario a una futura mamma? Secondo l'ostetrica Carla Rucci, è consigliabile preparare il borsone già un mese prima della data presunta del parto, così da non dover pensare a quest'incombenza all'ultimo minuto, e per completarla in avvicinamento alla data del parto qualora ci fosse la necessità di aggiungere qualcosa, dimenticato in precedenza.

Per evitare spiacevoli sorprese, di seguito la lista di ciò che non deve mancare nella valigia per il parto.





Checklist



Non possono mancare nella valigia per il parto:

- Calzini antiscivolo** sia per tenere i piedi caldi durante il travaglio, sia per camminare a piedi scalzi qualora la futura mamma sentisse il bisogno per una maggior comodità durante le doglie
- 4 camicie da notte** con abbottonatura che favorisca l'allattamento
- Ciabatte in gomma**
- 2 confezioni dei Pants LINES Specialist Maternity**
- Beauty case** con tutto ciò che serve per l'igiene personale (non devono mancare burrocacao e mollette per i capelli)
- Asciugamani e carta assorbente** (consigliata per l'igiene intima personale)
- 2 reggiseni da allattamento**
- Una bottiglietta di tipo squeezable**
- 1 telo mare** (in caso di parto in acqua)

Per l'igiene intima un consiglio naturale:

- Tintura madre di caledula**, semplice da preparare (basta mettere circa 40 gocce in una bottiglia grande d'acqua fresca) e da utilizzare, una volta pronta si lascia cadere la soluzione sui genitali. È utile per lavarsi, e grazie alle sue proprietà, oltre a non essere aggressiva, cicatrizza e lenisce dolori e fastidi



Non dimentichiamoci poi **una playlist musicale** per la sala parto, oltre, ovviamente, tutta **la documentazione riguardante la gravidanza**

Per il neonato serviranno:

- Pannolini**
- Asciugamano di spugna**
- Maglia intima**
- Una copertina di cotone o lana** a seconda della stagione
- Tutine e calzini**



Inoltre, potranno essere utili: **4-6 quadratini 10 x 10 di lino**, **2-3 tovagliette di lino**, **1 bacinella piccola**, **1 tovaglia di spugna grande per avvolgere il neonato**

NB: L'elenco può variare a seconda dell'organizzazione dell'ospedale in cui si partorisce e dei professionisti che seguiranno la donna durante il parto.