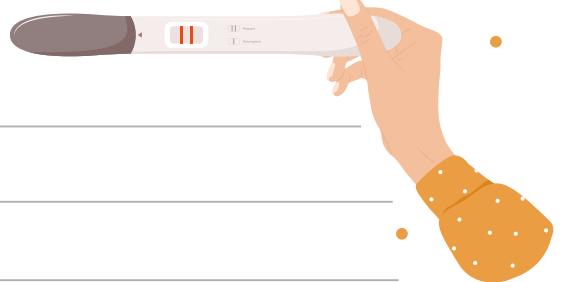


У НАС БУДЕТ МАЛЫШ!



Мы узнали о тебе (дата) _____

Наша реакция _____

ПДР _____

Меня зовут _____

Мой возраст в начале беременности _____ лет

ОБО МНЕ

ДАТА РОЖДЕНИЯ _____

ЦВЕТ ГЛАЗ _____ ЦВЕТ ВОЛОС _____

ВЕС _____ РОСТ _____ ГРУППА КРОВИ _____

ОБРАЗОВАНИЕ _____

МЕСТО РАБОТЫ _____

ДОЛЖНОСТЬ _____

ХОББИ _____

Я ЛЮБЛЮ _____

Я НЕ ЛЮБЛЮ _____

КОГДА Я ПОНЯЛА, ЧТО ХОЧУ РЕБЕНКА _____

Я ХОТЕЛА БЫ ИМЕТЬ _____ ДЕТЕЙ

ПОМЕЧТАЮ



ЭТО БУДЕТ (ПОЛ) _____

ОН(А) РОДИТСЯ (ДАТА) _____

ВЕС БУДЕТ (ГР) _____ РОСТ БУДЕТ (СМ) _____

ЦВЕТ ВОЛОС БУДЕТ _____ ЦВЕТ ГЛАЗ БУДЕТ _____

БУДЕТ ПОХОЖ НА _____

БУДУЩИЙ ПАПА

Имя _____

• Дата рождения _____

Цвет глаз _____ Цвет волос _____

Образование _____

Место работы _____

Должность _____

Хобби _____

• Когда понял, что хочет ребенка _____

Хотел бы иметь _____ детей

ФОТО, ГДЕ МЫ ВМЕСТЕ

ПОСТАНОВКА НА УЧЁТ

ДАТА _____

АКУШЕРСКИЙ СРОК _____ ВЕС _____

МОЁ САМОЧУВСТВИЕ _____

Мой врач

ФИО _____

КАБИНЕТ _____

НОМЕР ТЕЛЕФОНА _____

ВРЕМЯ РАБОТЫ

ПН _____

ЧТ _____

ВТ _____

ПТ _____

СР _____

СБ _____

РЕКОМЕНДАЦИИ

ТРИМЕСТРЫ БЕРЕМЕННОСТИ

1 ТРИМЕСТР

1 МЕСЯЦ

1 НЕДЕЛЯ

2 НЕДЕЛЯ

3 НЕДЕЛЯ

4 НЕДЕЛЯ

2 МЕСЯЦ

5 НЕДЕЛЯ

6 НЕДЕЛЯ

7 НЕДЕЛЯ

8 НЕДЕЛЯ

9 НЕДЕЛЯ

3 МЕСЯЦ

10 НЕДЕЛЯ

11 НЕДЕЛЯ

12 НЕДЕЛЯ

13 НЕДЕЛЯ

14 НЕДЕЛЯ

2 ТРИМЕСТР

4 МЕСЯЦ

15 НЕДЕЛЯ

16 НЕДЕЛЯ

17 НЕДЕЛЯ

18 НЕДЕЛЯ

5 МЕСЯЦ

19 НЕДЕЛЯ

20 НЕДЕЛЯ

21 НЕДЕЛЯ

22 НЕДЕЛЯ

23 НЕДЕЛЯ

6 МЕСЯЦ

24 НЕДЕЛЯ

25 НЕДЕЛЯ

26 НЕДЕЛЯ

27 НЕДЕЛЯ

28 НЕДЕЛЯ

3 ТРИМЕСТР

7 МЕСЯЦ

29 НЕДЕЛЯ

30 НЕДЕЛЯ

31 НЕДЕЛЯ

32 НЕДЕЛЯ

8 МЕСЯЦ

33 НЕДЕЛЯ

34 НЕДЕЛЯ

35 НЕДЕЛЯ

36 НЕДЕЛЯ

9 МЕСЯЦ

37 НЕДЕЛЯ

38 НЕДЕЛЯ

39 НЕДЕЛЯ

40 НЕДЕЛЯ

ПЕРВОЕ УЗИ

ДАТА _____

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ _____

ВРАЧ-УЗИСТ _____

МОИ ЭМОЦИИ

ВЫБОР ИМЕНИ

Имя

ФОРМЫ ИМЕНИ

Мы выбрали имя





1 ТРИМЕСТР

1-4
НЕДЕЛЯ

НА 4 НЕДЕЛЕ БЕРЕМЕННОСТИ РАЗМЕР ЭМБРИОНА СОСТАВЛЯЕТ ВСЕГО 2-4 ММ. ОН ПРИКРЕПЛЯЕТСЯ К МАТКЕ, А ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ, ПРОВЕДЕННЫЙ В ЭТО ВРЕМЯ, ПОКАЗЫВАЕТ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ.

5 НЕДЕЛЯ

В ЭТОТ ПЕРИОД ЭМБРИОН ВЕСИТ ОКОЛО 0.4 ГРАММ, ЕГО ДЛИНА 1.5-2.5 ММ. НАЧИНАЮТ ФОРМИРОВАТЬСЯ ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ И КОНЕЧНОСТИ.

6 НЕДЕЛЯ

ДЛИНА ЭМБРИОНА В ЭТОТ ПЕРИОД СОСТАВЛЯЕТ ОКОЛО 4-5 ММ. НАЧИНАЕТСЯ ФОРМИРОВАНИЕ ПЛАЦЕНТЫ. ФОРМИРУЮТСЯ МЫШЦЫ ЛИЦА.

7 НЕДЕЛЯ

ОКОНЧАТЕЛЬНО ЗАВЕРШАЕТСЯ ФОРМИРОВАНИЕ ПУПОВИНЫ И УСТАНАВЛИВАЕТСЯ МАТОЧНО-ПЛАЦЕНТАРНОЕ КРОВООБРАЩЕНИЕ.

8 НЕДЕЛЯ

ТЕЛО ЭМБРИОНА НАЧИНАЕТ ВЫПРЯМЛЯТЬСЯ, ДЛИНА СОСТАВЛЯЕТ 15 ММ В НАЧАЛЕ НЕДЕЛИ И 20-21 ММ НА 56 ДЕНЬ

9 НЕДЕЛЯ

ПЛОД НАЧИНАЕТ АКТИВНО ДВИГАТЬСЯ, МОЖЕТ СЖИМАТЬ ПАЛЬЦЫ. РАЗМЕР ПЛОДА СОСТАВЛЯЕТ ОКОЛО 22 ММ, К КОНЦУ НЕДЕЛИ – 31 ММ.

10 НЕДЕЛЯ

ДЛИНА ПЛОДА ОТ КОПЧИКА ДО ТЕМЕНИ СОСТАВЛЯЕТ 35-40 ММ. ПРОДОЛЖАЕТСЯ РАЗВИТИЕ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ.

11 НЕДЕЛЯ

ФОРМИРУЮТСЯ ГЛАЗА ПЛОДА. РАЗМЕР УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ДО 4-5 СМ.

12 НЕДЕЛЯ

КОПЧИКОВО-ТЕМЕННОЙ РАЗМЕР ПЛОДА СОСТАВЛЯЕТ 50-60 ММ. ОТЧЕТЛИВО ИДЕТ РАЗВИТИЕ ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ ПО ЖЕНСКОМУ ИЛИ МУЖСКОМУ ТИПУ.

13 НЕДЕЛЯ

РАЗМЕР ПЛОДА К КОНЦУ НЕДЕЛИ СОСТАВЛЯЕТ 70-75 ММ. ЛИЦО ПОЛНОСТЬЮ СФОРМИРОВАНО.

14 НЕДЕЛЯ

РАЗМЕР ПЛОДА К КОНЦУ НЕДЕЛИ УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ДО 8-9 СМ. НА ГОЛОВЕ ПОЯВЛЯЮТСЯ ПЕРВЫЕ ВОЛОСЫ.

6-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
РИСОВОЕ ЗЁРНЯШКО

7-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



Мой малыш как
ЧЕРНИКА

8-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



Мой малыш как
МАЛИНА

9-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
ВИШНЯ

10-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА _____

Планы на неделю: _____

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ _____



Мой малыш как
клубника

11-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

Мои ощущения, чувства, мысли



Мой малыш как
ИНЖИР

12-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



Мой малыш как
слива

13-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



Мой малыш как
ЛАЙМ

14-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



Мой малыш как
ПЕРСИК

2 ТРИМЕСТР

15 НЕДЕЛЯ

РАЗМЕР ПЛОДА СОСТАВЛЯЕТ ОКОЛО 10 СМ, ВЕС ПЛОДА – 70-75 ГРАММ. ПОЛНОСТЬЮ СФОРМИРОВАНЫ ПАЛЬЦЫ РУК И НОГ.

16 НЕДЕЛЯ

К КОНЦУ НЕДЕЛИ ПЛОД УЖЕ ПОЛНОСТЬЮ СФОРМИРОВАН, У НЕГО ЕСТЬ ВСЕ ОРГАНЫ И СИСТЕМЫ.

17-18
НЕДЕЛЯ

РЕБЕНОК НАЧИНАЕТ СЛЫШАТЬ. УЖЕ МОЖНО ПОЧУВСТВОВАТЬ ПЕРВЫЕ ШЕВЕЛЕНИЯ. ПРОДОЛЖАЕТСЯ РАЗВИТИЕ МОЛОЧНЫХ ЗУБОВ.

19 НЕДЕЛЯ

МАССА РЕБЕНКА УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ДО 250-300 ГРАММ, ДЛИНА ТЕЛА – ДО 22-23 СМ. СОВЕРШЕНСТВУЕТСЯ ЭНДОКРИННАЯ СИСТЕМА.

20-21
НЕДЕЛЯ

ПОЯВЛЯЕТСЯ РЕФЛЕКС МОРГАНИЯ. МАССА ТЕЛА ВЫРАСТАЕТ ДО 380 ГРАММ, ДЛИНА ПЛОДА – ДО 27 СМ.

22-24
НЕДЕЛЯ

МАССА ПЛОДА УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ДО 600 ГРАММ, ДЛИНА ТЕЛА – ДО 30-32 СМ. РЕБЕНОК НАЧИНАЕТ ИНТЕРЕСОВАТЬСЯ СВОИМ ТЕЛОМ.

25 НЕДЕЛЯ

ДЛИНА ПЛОДА СОСТАВЛЯЕТ 30-34 СМ, МАССА ТЕЛА УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ДО 650-700 ГРАММ. ЛИЦО ИМЕЕТ ПРИВЫЧНЫЙ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА ВИД.

26 НЕДЕЛЯ

У РЕБЕНКА ПОЯВЛЯЕТСЯ ОЩУЩЕНИЕ ЗАПАХОВ (ОБОНИЯНИЕ).

27 НЕДЕЛЯ

ВЕС УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ДО 850 ГРАММ, ДЛИНА ТЕЛА – ДО 37 СМ. ФОРМИРУЕТСЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ОБМЕН ВЕЩЕСТВ.

28 НЕДЕЛЯ

ВЕС УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ДО 950 ГРАММ, ДЛИНА ТЕЛА – 38 СМ. РЕБЁНОК НАЧИНАЕТ ВИДЕТЬ СНЫ.

15-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



Мой малыш как
яблоко

16-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
АВОКАДО

17-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



Мой малыш как
АПЕЛЬСИН

18-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



Мой малыш как
ГРАНАТ

19-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

Мои ощущения, чувства, мысли



Мой малыш как
ГРЕЙПФРУТ

20-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
БАНАН

21-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

Мои ощущения, чувства, мысли



Мой малыш как
огурец

22-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



Мой малыш как
манго

23-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



Мой малыш как
кукуруза

24-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

Мои ощущения, чувства, мысли



Мой малыш как
КАБАЧОК

25-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
БРОККОЛИ

26-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



Мой малыш как
канталупа

27-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
ПАПАЙЯ

28-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

Мои ощущения, чувства, мысли



Мой малыш как
помело

3 ТРИМЕСТР

- 29-30 НЕДЕЛЯ** МАССА ТЕЛА УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ДО 1300-1350 ГРАММ, РОСТ ОКОЛО 38-39 СМ. РЕБЁНОК ЗАНИМАЕТ ПРАКТИЧЕСКИ ВСЁ МЕСТО В МАТКЕ.
- 31 НЕДЕЛЯ** ВЕС РЕБЕНКА СОСТАВЛЯЕТ ОКОЛО 1500-1700 ГРАММ, РОСТ УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ДО 40 СМ. ПОЛНОСТЬЮ СФОРМИРОВАНЫ ГЛАЗА.
- 32-33 НЕДЕЛЯ** ВЕС ПЛОДА ВОЗРАСТАЕТ ДО 1900-2000 ГРАММ, РОСТ СОСТАВЛЯЕТ ОКОЛО 43-44 СМ. ЗАКРЕПЛЯЕТСЯ ПОЛОЖЕНИЕ ПЛОДА ПЕРЕД РОДАМИ.
- 34 НЕДЕЛЯ** РЕБЕНОК ЗАНИМАЕТ УСТОЙЧИВОЕ ПОЛОЖЕНИЕ В МАТКЕ. ИНТЕНСИВНО РАСТУТ ВОЛОСЫ НА ГОЛОВЕ И ПРИНИМАЮТ ОПРЕДЕЛЕННУЮ ОКРАСКУ.
- 35 НЕДЕЛЯ** ВСЕ ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ ПРОДОЛЖАЮТ СОВЕРШЕНСТВОВАТЬСЯ. ВЕС СОСТАВЛЯЕТ 2200-2700 ГРАММ. РОСТ УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ДО 46 СМ.
- 36 НЕДЕЛЯ** ВСЕ ОРГАНЫ И СИСТЕМЫ ПОЛНОСТЬЮ РАЗВИТЫ ДЛЯ СУЩЕСТВОВАНИЯ РЕБЕНКА ВНЕ УТРОБЫ МАТЕРИ.
- 37 НЕДЕЛЯ** РОСТ РЕБЕНКА УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ДО 48-49 СМ. ЗАКОНЧИЛОСЬ СОЗРЕВАНИЕ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ.
- 38 НЕДЕЛЯ** ПЛОД ЯВЛЯЕТСЯ ПОЛНОСТЬЮ ЗРЕЛЫМ И ГОТОВ К РОЖДЕНИЮ. ВНЕШНЕ РЕБЕНОК ВЫГЛЯДИТ КАК ДОНОШЕННЫЙ НОВОРОЖДЕННЫЙ.
- 39 НЕДЕЛЯ** МАССА ПЛОДА ЗНАЧИТЕЛЬНО УВЕЛИЧИВАЕТСЯ (ПО 30-35 ГРАММ В СУТКИ). ХОРОШО РАЗВИТЫ ОРГАНЫ ЧУВСТВ.
- 40 НЕДЕЛЯ** ВСЕ ПОКАЗАТЕЛИ РАЗВИТИЯ ПЛОДА СООТВЕТСТВУЮТ НОВОРОЖДЕННОМУ. РЕБЕНОК ПОЛНОСТЬЮ ГОТОВ К РОДАМ.

29-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

Мои ощущения, чувства, мысли



Мой малыш как
баклажан

30-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
ЦВЕТНАЯ КАПУСТА

31-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
КОКОС

32-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
ПЕКИНСКАЯ КАПУСТА

33-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
КАПУСТА

34-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
АНАНАС

35-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
ДУРИАН

36-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
МУСКАТНАЯ ТЫКВА

37-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
ДЖЕКФРУТ

38-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
ДЫНЯ

39-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

Мои ощущения, чувства, мысли



Мой малыш как
АРБУЗ

40-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
ТЫКВА

41-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
ТЫКВА

42-Я НЕДЕЛЯ

ДАТА

Планы на неделю:

ВЕС:

ОБХВАТ ЖИВОТИКА:

МОИ ОЩУЩЕНИЯ, ЧУВСТВА, МЫСЛИ



МОЙ МАЛЫШ КАК
ТЫКВА

Сумки в роддом

Сумка №1 (родовое/послеродовое отделение) для мамы

- 1. Документы: паспорт, обменная карта;
- 2. Моющиеся тапочки;
- 3. Хлопчатобумажные носочки;
- 4. Нижнее белье (хлопчатобумажные и одноразовые трусики);
- 5. Бюстгальтер, удобный для кормления (2-3 шт);
- 6. Ночная сорочка (2-3 шт);
- 7. Халат;
- 8. Полотенце для лица и тела;
- 9. Предметы личной гигиены;
- 10. Прокладки для груди (одноразовые);
- 11. Прокладки послеродовые;
- 12. Туалетная бумага, салфетки;
- 13. Бутылка негазированной питьевой/минеральной воды;
- 14. Шоколад или упаковка печенья;
- 15. Чашка и ложка;
- 16. Компрессионные чулки (при необходимости);
- 17. Послеродовый бандаж;
- 18. Шапочка и подгузник (для малыша).

Сумка №2 для малыша

1. Подгузники (на массу ребёнка от 2 до 5 кг);
2. Пелёнки (хлопчатобумажные или фланелевые);
3. Влажные салфетки для новорожденных;
4. Детское мыло;
5. Крем под подгузник для защиты от опрелостей;
6. Крем для новорожденных;
7. Полотенце;
8. Боди (2-3 шт);
9. Комбинезоны (2-3 шт);
10. Шапочки;
11. Носочки;
12. Антицарапательные рукавички;

Сумка №3 (на выписку) для мамы и малыша

МАМЕ: ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Малышу:

1. Конверт или комбинезон (в зависимости от времени года);
2. Ленточка (по желанию);
3. Подгузники (2 шт);
4. Комплект одежды (по сезону);
5. Шапочки (1-2 по сезону).



Список покупок

к рождению малыша

Список дел

выспаться

посмотреть интересный
сериал

сходить на
фотосессию

насладиться
беременностью

встретиться
с подругами

сходить в кино
или театр

день без
соцсетей

прочитать интересную
книгу

отправиться
в путешествие

избавиться от
ненужных вещей

погулять
в парке

кушать
вкусняшки

испечь
пирог

выпить чай/како
под пледом

день
шоппинга

АНКЕТА РОДОВ

Возраст на момент родов _____

• Вес до беременности _____ Прибавка веса + _____
ПДР _____ Дата родов _____

Срок беременности на момент родов (нед.) _____

• Роддом _____

Дата поступления в дородовое отделение _____

Пол Мальчик / девочка

Вес Рост

День недели

Время

Стимуляция Да Нет

Разрывы Да Нет

Обвитие Да Нет

ЕР/КС

Общее состояние _____

Дата выписки из роддома _____

Сколько дней провела в роддоме _____

Кто пришёл на выписку _____



История родов

КАК ЭТО БЫЛО

УЖЕ МАМА

ПЕРВАЯ ФОТОГРАФИЯ МАЛЫША

Имя _____

Цвет волос _____ Цвет глаз _____

Знак зодиака _____

Год (по восточному календарю) _____

Пожелания от мамы и папы _____

ПАМЯТНЫЕ МОМЕНТЫ МОЕЙ БЕРЕМЕННОСТИ









Письмо малышу

в будущее



Handwriting practice lines for the child's letter to the future. There are four sets of horizontal lines, each consisting of a solid top line, a dashed midline, and a solid bottom line.

С любовью, твои мама и папа