Материал подготовлен сотрудниками лаборатории клинической неонатологии, реабилитации новорожденных и детей первого года жизни ГУ РНПЦ «Мать и дитя»

Становясь отцом...

Рождение ребенка вызывает много сильных эмоций. Наряду с радостью, гордостью, чувством облегчения, что мама и ребенок здоровы, появляется осознание ответственности перед своей семьей. Иногда эти изменения в жизни захлестывают Вас. Бесконечная смена пеленок, кормления, бессонные ночи, нехватка времени для приготовления еды и уборки дома. Также как и мама ребенка, Вы можете испытывать эмоциональный спад после рождения ребенка. Это время, когда взаимная поддержка и разделение обязанностей становиться столь необходимыми. Вы оба должны осознавать, что происходит с Вашими эмоциями и чувствами. Ваша новая роль родителя полностью захватывает Вас, но не забывайте находить время для поддержания ваших взаимоотношений. Общение, любовь и взаимопонимание очень важны и послужат тому, что радость быть родителем перевесит все огорчения.

Приданое новорожденного

Гардеробчик

Одежда и другие принадлежности для новорожденного в этом списке рассчитаны на стирку 2 раза в неделю в течение 3 месяцев:

- от 2 до 3 десятков подгузников, мешок для подгузников,
- 20-30 пеленок хлопчатобумажных (100?100 см),
- 4-6 теплых пеленок,
- 8-10 распашонок хлопчатобумажных (размер - 12 месяцев),
- 4-6 кофточек фланелевых,
- 2-4 пары пинеток или носков,
- 3 нагрудника,
- 2-3 чепчика или косыночки,

- 1 свитер,
- 1 одеяло для прогулок (по сезону),
- 1 одеяло для кроватки,
- 3-4 простыни,
- 4-6 непромокаемых подстилок для кроватки,
- 2 банных полотенца,
- 2 губки для мытья ребенка.

Жилое место:

Ребенку в квартире или комнате желательно выделить отдельное жилое пространство, убрав лишние вещи и предметы, вбирающие пыль.

Мебельный набор включает:

- кроватку,
- шкафчик для хранения белья,
- пеленальный столик,
- коляску прогулочную,
- ванночку.

Полезные предметы

Желательно приготовить предметы ухода за новорожденным ребенком до его появления в доме, прокипятить их и содержать в чистом виде.

Вам понадобятся:

- мыльница и мыло “Детское”,
- кувшин с кружкой для кипяченой воды,
- три термометра (для измерения температуры тела, воды в ванне и воздуха в помещении, где находится ребенок),
- баночка с ватой,
- баночка с пипетками для глаз и для носа,
- груши для клизм в чистой кружке,
- газоотводная трубка,
- 1 детская клеенка,
- ножницы для подстригания ногтей новорожденному и обычные,
- средство для обработки складок кожи: прокипяченное растительное масло, детский крем, присыпка и др.,
- ведро с крышкой для использованных пеленок и подгузников,

- домашняя аптечка.

Готовимся к встрече...

До выписки мамы и ребенка из родильного дома их близкие и семья готовят:

• Пакет с детским бельем:

- пеленки хлопчатобумажные,
- 1 пеленку фланелевую,
- 3 подгузника,
- 1 распашонку хлопчатобумажную,
- 2 распашонки фланелевые,
- 1 чепчик или косынку на головку хлопчатобумажную,
- 1 чепчик фланелевый,
- 1 одеяло (по сезону).

• Чистое, свежеубранное жилье с гардеробом, мебелью и полезными предметами ухода за новорожденным ребенком

• И конечно... подарочек или что-либо приятное для мамы.

Здоровья Вам и Вашему малышу! Согласия и мира Вашей семье!