



**AZIENDA SANITARIA UNIVERSITARIA FRIULI CENTRALE**

OSPEDALE DI LATISANA/PALMANOVA

SC OSTETRICIA E GINECOLOGIA

TEL. REPARTO 0431-529374

DIRETTORE FF: DOTT.SSA SIMONA MELAZZINI



### **PER LA MAMMA CONSIGLIAMO:**

- CAMICIE DA NOTTE O PIGIAMI COMODI CON AMPIA APERTURA SUL DAVANTI (PIÙ PRATICI PER ALLATTAMENTO)
- VESTAGLIA O GOLFINO
- CALZINI COMODI E/O ANTISCIVOLO PER POTER CAMMINARE
- UN PAIO DI CIABATTE COMODE A PROPRIA SCELTA CON SUOLA IN GOMMA ANTISCIVOLO E UN PAIO DI CIABATTE DI PLASTICA (PER LA DOCCIA O IN CASO DI TRAVAGLIO IN ACQUA)
- NECESSARIO PER L'IGIENE PERSONALE ED ASCIUGAMANI
- SLIP IN COTONE AMPI E COMODI OPPURE MONOUSO (PREFERIBILMENTE IN RETE, QUELLI IN CARTA SONO PICCOLI)
- ASSORBENTI POST-PARTUM VENGONO FORNITI DAL REPARTO (SI POSSONO PORTARE I PROPRI IN CASO DI ALLERGIE O PER UN MAGGIOR COMFORT)
- RIMUOVERE PIERCING, MONILI E SMALTO DALLE UNGHIE
- BOTTIGLIA DI ACQUA MINERALE NATURALE
- CD CON LA MUSICA PREFERITA DA ASCOLTARE DURANTE IL TRAVAGLIO

**CHIEDIAMO GENTILMENTE DI PORTARE, AL MOMENTO DEL RICOVERO, TUTTA LA DOCUMENTAZIONE RELATIVA ALLA GRAVIDANZA ED IN GENERALE RELATIVA AL SUO STATO DI SALUTE.**

## PER IL BEBE' CONSIGLIAMO:

- **AUTUNNO/INVERNO:** 4 BODY MANICA LUNGA E 4 TUTINE IN CINIGLIA O COTONE PESANTE
  - **PRIMAVERA:** 4 BODY MANICA CORTA E 4 TUTINE IN COTONE LEGGERO
  - **PIENA ESTATE:** 4 BODY SENZA MANICHE E 4 TUTINE IN COTONE MOLTO LEGGERO (NON PAGLIACCETTI)
  - CALZINI, CAPPELLINO (ANCHE IN ESTATE) E BAVAGLINI ASSORBENTI
  - 1 COPERTINA IN COTONE O LANA O PILE A SECONDA DELLA STAGIONE
  - ASCIUGAMANI PICCOLI IN COTONE
  - PER MEDICAZIONE DEL CORDONE OMBELICALE, UNA VOLTA A CASA, PROCURARSI SOLUZIONE FISIOLÓGICA E GARZE STERILI
- N.B.** SI CONSIGLIA LA SUDDIVISIONE DEI CAMBI COMPLETI (BODY, TUTINA E CALZINI) IN SACCHETTI SINGOLI. SUGGERIAMO DI PRENDERE TUTINE DI TAGLIA 0-3 MESI (NON TAGLIA ZERO, E' TROPPO PICCOLA) E PREFERIBILMENTE CON L'APERTURA A LIVELLO DEI PIEDINI.

### ***Lettera per la neomamma***

*Cara mamma,*

*sono felice di avere la possibilità di restare in camera con te, per me è la cosa migliore.*

*Per poter realizzare tutto ciò, il personale ha bisogno della tua collaborazione.*

*Avrei così qualche piccolo suggerimento da darti... sono appena arrivato/a e, si sa, tutti vorrebbero vedermi e toccarmi. Più che giusto! Però per me è molto importante stare con te nella tranquillità e serenità assoluta, soprattutto quando mi allatti. Io ho bisogno di scoprirti e di conoscerti nell'intimità che solo tu e papà potete darmi. Quindi, ti prego, cerca di far rispettare l'orario di visita ai nonni, zii ed amici... avranno tutto il tempo a casa per coccolarmi. Ti chiedo questo non solo per noi, ma anche nel rispetto della mamma e del bambino/a che ci sono vicini e che hanno le nostre stesse esigenze.*

*I fiori sono bellissimi e te li sei proprio meritati, però alcuni hanno un profumo veramente intenso che mi confonde le idee. Mamma, in questo momento il profumo che più mi attrae è quello della tua pelle. Cerca quindi di sistemare i fiori fuori dalla nostra stanza o di darli al papà che li porti a casa.*

*Per quanto ti è possibile cerca di mantenere intorno a me un ambiente ordinato e pulito. E' importante per me scoprire questo mondo nel migliore dei modi.*

*Sono certo/a che seguirai i miei piccoli consigli nell'interesse del reparto, ma soprattutto per il MIO bene.*

*Il tuo bimbo/a*

