



Vad behöver man i BB-väskan?



Viktiga dokument

- ID-kort
- MVC-journal
- Sjukförsäkringskort
- Remiss
- Vigselbevis om ni är gifta
- Födelsebevis för ogifta mammor



Annat

- Tidskrifter eller en bok
- Älsklingsmusik & hörlurar
- Mobil & laddare
- Småpengar för cafeterian
- Massageolja
- Öronproppar, för att kunna koppla av
- Dagbok, för att skriva ner de första upplevelserna
- Kasse för smutstvätt



Mamma

Kläder för mamma

- Ett gammalt nattlinne eller en lång T-shirt för födseln
- 4-5 nattlinnen eller pyjamasar som kan knäppas upp för amning
- 2-3 amningsbehåar
- 6-8 bomullstrosor som även tål 95-graders tvätt
- Badrock
- Badtofflor eller inneskor
- Tjocka mysockor
- Träningsoverall
- En skön stickad kofta eller sweatshirtcardigan

Hygienartiklar för mamma

- Handdukar & tvättlappar
- Tandborste & tandkräm
- Duschgel & schampo
- Deodorant & bodylotion
- Ansiktskräm & vårdande läppstift
- Hårborste, hårsnodd & hårtork
- Bindor & amningsinlägg



Bebisen

För bebisen

- Kräddukar
- Bodys & sparkdräkter i storlek 56-62
- Blöjor
- Kofta
- Mössa
- Filt
- Napp
- Babybilstol



Info

De flesta sakerna tillhandahålls av sjukhuset. Men det är viktigt att ni har en sparkdräkt, en jacka, en mössa, en babybilstol, en filt och en blöja för hemfärden eller att pappa tar med dem sista dagen.



Pappa

För pappa

- ID-kort
- Sköna ombyteskläder & bekväma skor
- Handduk, tvätt- och duschgel
- Sprejflaska med vatten eller solfjäder för att svalka den blivande mamman
- Något ätbart för att lugna nerverna ;)





A series of horizontal red lines for writing, spanning the width of the page.

