

# 準媽媽入院「走佬袋」 Checklist



一·文件類	已準備 <input checked="" type="checkbox"/>
1.準媽媽身份證	
2.準爸爸身份證副本	
3.醫院的入院通知書	
4.填妥醫院提供的「生產計劃書」（政府醫院適用）	
5.完成產前運動證明書（政府醫院適用）	
6.覆診咭（政府醫院適用）	
7.產前檢查報告（私家醫院適用）	
8.按金單據（私家醫院適用）	
9.醫療咭、保險咭（如有）	
10.驗血報告（如有）	
11.儲臍帶血套裝（如有）	
12.八達通或少量現金	
13.電話充電器	
14.密碼鎖	
15.口罩	
二·媽媽清潔用品	已準備 <input checked="" type="checkbox"/>
1.毛巾	
2.浴巾	
3.牙膏、牙刷、漱口杯	
4.膠面盆	
5.潔面乳	
6.潤膚膏	
7.潤唇膏	

8.梳	
<b>三·媽媽衛生用品</b>	<b>已準備 </b>
1.產婦衛生巾1至2包	
2.有扣的網褲3條	
3.紙內褲1包（以作不時之需）	
4.乳墊1盒	
5.紙巾1盒	
6.濕紙巾 1包	
7.傷口沖洗瓶1個	
8.床墊3張	
<b>四·媽媽衣物及用品</b>	<b>已準備 </b>
1. 長袖前面開鈕睡衣	
2. 睡袍	
3. 授乳胸圍、內衣褲	
4. 家居拖鞋、浴室拖鞋	
5. 頸巾、披肩	
6.襪	
7.熱敷胸墊或暖水袋或暖包	
8.保溫壺及保溫杯	
9.少許零食，如梳打餅、西梅乾	
<b>五·嬰兒用品</b>	<b>已準備 </b>
1.嬰兒內衣、和尚袍、手套、腳套、帽	
2.包被	
3.毛巾、紗巾	
4.嬰兒潤膚露	
5.嬰兒濕紙巾	
6.初生嬰兒尿片1包	
7.奶粉（如醫院沒有提供）	

<b>六·出院物品</b>	<b>已準備 </b>
1.媽媽的衫褲、帽、外套、鞋	
2.束腹帶	
3.嬰兒和尚袍、衣物、手套、腳套和帽	
4.包被	
5.現金及信用卡	
<b>七·備註</b>	<b>已準備 </b>