

ஆசுபத்திரிக்கு என்ன எடுத்துச் செல்லவேண்டும்

தாய்க்கு

தன்னைக் கவனிக்கும் பொருட்கள்

- சீப்பு, தூரிகை(பிறஸ்), மயிர் நீளமாயின் றபர்பாந்டுகள்
- உடம்புக்கு உபயோகிக்கும் திரவங்கள் அல்லகு எண்ணெய்
- சனிற்றறி பாட்டுகள்
- மணம்அகற்றிகள் அத்துடன் சவுக்காரம்
- பற்பசை, பல் பிறஸ், ரிசியு
- குளிக்கும் பவுடர்

உடுப்புகள்

- குளிக்கும் ஆடையும் சிலிப்பர்களும்
- பிள்ளைப்பேற்றின் பின் உடுக்க இரவுச் சட்டைகள்
- பருத்தி மேசுகள்
- தாங்கும் அல்லது பாலுட்டும் பிறா அத்துடன் பாலுட்டும் பாட்டுகள்
- ஆசுபத்திரியில் இருந்து வீடுசெல்வதற்கு உடுப்பு

பிரசவவேதனைக்கு உதவக்கூடிய பொருட்கள்

- தலையணை (நிறத் தலையயை கவர்களுக்குள்)
- கடிக்காரம், சொண்டுக் குளஸ் அல்லது ஜெல்
- பாவையை ஒருங்கிணைக்கும் இடம் (சுருக்கங்களின் போது பார்ப்பதற்கு பொருள் அல்லது புத்தகம்)
- பனிக்கட்டிப் பை, ரெனிஸ் பந்து, மா உருட்டும் உருளை, சுருதண்ணீர் போத்தல்

வேறு பொருட்கள்

- பேனா, பேப்பர், சஞ்சிகை அல்லது புத்தகம்
- தொலைபேசி எண்களின் பட்டியல், காசு பாவிக்கும் தொலைபேசிக்குக் காசு
- சிற்றுண்டிகள், உதாரணம். பழரசம், யோகூட், விசுக்கோத்து, பழம், காய்கறி, நட்சுகள், உலர்ந்த பழங்கள்
- புகைப் படக்கருவி
- சங்கீதம்(மியூசிக்)
- கண்ணாடிகள்

பிள்ளைக்கு

- டயப்பர்கள்
- வீட்டிற்குச் செல்வதற்கான உடுப்புக் கூட்டம்
- வீட்டுப் பிரயாணத்திற்காக, பாதுகாப்பிற்கு அங்கீகரிக்கப்பட்ட குழந்தையின் கார் இருக்கை

வேறு ஏதாவது கொண்டு செல்லவேண்டுமா என்பது பற்றி உங்களது ஆசுபத்திரியிடம் கேட்கவும்

2007...May be photocopied with acknowledgement to the Multicultural Perinatal Network
c/o 416-338-7600 Toronto Public Health
Tamil translation of "What to Take to the Hospital"

