

BREATHE PUSH, pop



Mama mio
的待产清单!

mama
mio
the pregnancy experts

BREATHE PUSH, pop

恭喜准妈妈，终于到了最后的待产阶段！分娩的过程可能会有些辛苦，所以你要尽可能的做好准备。放松呼吸，我们为你准备了完全齐备的待产清单以确保你时刻准备发力迎接新生命的降生！

给准妈妈…

- 生产计划，虽说计划常常赶不上变化，但有一个大致的行动计划自然是能够更好的防患于未然
- 拖鞋，一双舒适便捷能够让你瞬间穿上且自由行动的拖鞋，丑一点也没有关系。
- 棉质袜子，不要让双脚感到冰冷，无论什么季节，保暖都非常重要。
- 一个让自己有家的感觉的枕头。
- 湿巾，能够让自己保持清爽，方便梳洗。
- **Mama mio** 的助产套装！多用途巨星小罐能够有效滋润干燥的肌肤和唇部，按摩油能够帮助有效缓解疼痛，透软亲肤的绒布拭干疲惫的额头，瞬间焕颜的面部喷雾让你时刻感受清新保持清爽。
- 一条毛巾，医院的毛巾往往质地太薄或略粗糙。
- 零食，随时随地时刻补充能量。
- 你的手机、充电器和其他任何电器产品，你可能需要它们。
- 梳子和发带/发圈
- 牙刷和牙膏
- 哺乳文胸，棉质舒适的文胸在宝宝出生后方便哺乳和脱戴。
- 2 包产妇卫生巾，在产后必不可少。
- 宽松舒适的内裤，可以购置一些产后不介意直接丢掉的物美价廉款。
- 任何你习惯且需要的护肤品和化妆品。
- 两套前开式睡衣，方便在哺乳的时候和宝宝亲密无间的肌肤之亲



给宝宝…

- 4套适合季节和气温的新生宝宝衣服。
- 3套婴儿连体内衣
- 1只婴儿帽子和1副手套
- 毯子
- 车载婴儿座椅
- 婴儿毯
- 婴儿湿巾
- 婴儿尿布/尿不湿



Let's welcome your little miracle to the world!

给准爸爸…

- 换洗衣物和洗漱用品
- 现金和用于停车、自动贩卖机和购买零散物件的零钱。
- 手表或者计时器以用来计算和记录宫缩时间
- 所有可能需要的就诊记录和保险单
- 相机，或者手机、iPad
- 用来充饥的零食和饮品。

