

## 入院所需證件

夫妻身分證

媽媽健保卡

媽媽手冊

## 媽媽待產衣物

輕便拖鞋

睡衣  
T-shirt自己習慣，也可穿T恤睡衣

哺乳衣

襪子 (for 手脚易冰冷)

免洗內褲

媽媽出院衣物一套

寶寶出院用衣物一套

會陰沖洗器 買便宜的即可

產後衛生棉 選最長的

看護墊、產褥墊  
墊下半身，不要買太小

毛巾

沐浴用品

個人保養品 只在意洗頭的，可以備著！

乾式洗髮劑

牙膏、牙刷、漱口杯

衛生紙、濕紙巾

大臉盆

產後束腹帶 自然產 - 通常不用，  
剖骨產 - 建議買！

手套、襪子、蝴蝶衣、搭配包巾

 剛出生幾天的寶寶，需要保暖哦！！