

## 请务必带上...

- ☞ 您的助产士可能会让您携带的产前记录
- ☞ 婴儿安全座椅
- ☞ 适合您的宝宝在家穿的衣服，包括婴儿帽和毯子。考虑在婴儿安全座椅安全带下穿的衣服。
- ☞ 舒适的衣服，供您分娩时或产后穿，包括内衣。
- ☞ 穿回家的舒适衣服。考虑哺乳胸罩和/或哺乳垫与懒人鞋。
- ☞ 安省健康卡或其他形式的身份证

*请咨询您的助产士获得这些物品。*



## TBC 文化习俗与资源

我们在东边家庭空间储存柜中备有原住民神药与工具。原住民家庭可通过其助产士或分娩中心助手获得它们。

我们鼓励所有家庭带上他们可能需要的神圣物品或工具，在出生仪式中融入其自己的文化习俗。



## 有兴趣光临本中心？

联系我们！

电话：416-366-8080 x 101



525 Dundas Street East  
Toronto, ON M5A 2B6

[www.torontobirthcentre.ca](http://www.torontobirthcentre.ca)



您在多伦多分娩  
中心 (TBC) 分  
娩需准备什么...

*我们建议在您足月或怀孕 37 周时收拾这些物品。*



## 以下物品可在多伦多分娩中心 (TBC) 获得： 分娩支持：

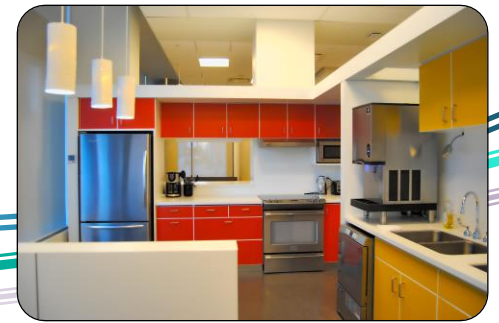
- 每个房间的健身或“分娩”球
- 分娩凳
- 分娩浴缸和淋浴
- 地板垫
- 分娩吊带
- 经皮电神经刺激装置(神经刺激)
- 一氧化二氮(笑气)

## 其他用品与设备：

- 每位产妇可在地下停车场免费停一辆车
- 支持人员的橡胶拖鞋
- 便携式蓝牙扬声器
- 制冰机
- 如有需要，可提供产妇长袍
- 舒适的等候区，提供 Netflix，书籍，毯子，壁炉和儿童玩具
- 哺乳/喂奶枕
- 宝宝的前几张尿布

## 请考虑随身携带这些物品：

- ⌋ 呕吐盆或袋，毯子和/或毛巾，以便开车使用
- ⌋ 洗漱用品（牙刷/牙膏、毛刷、洗发水、护发素、肥皂、发绳/橡皮筋）
- ⌋ 手机充电器
- ⌋ 相机或手机拍照
- ⌋ 无香味按摩油或乳液
- ⌋ 婴儿用尿布疹乳霜或润肤油
- ⌋ 润唇膏
- ⌋ 口香糖或糖果
- ⌋ 袜子和防滑拖鞋
- ⌋ 微波炉加热豆袋
- ⌋ 使用我们蓝牙扬声器（也可插入耳机插孔）的音乐源
- ⌋ 带图案或彩色枕套的舒适枕头（以避免与 TBC 枕头混淆）
- ⌋ 眼镜与隐形眼镜（眼镜盒与消毒液）
- ⌋ 为任何可能想与您共用浴缸或淋浴的人提供泳衣
- ⌋ 任何您转院时所需的物品



## 您入住 TBC 期间的食品与饮料：

TBC 为分娩人士提供零食与饮料。请为您的支持人员和/或家人带上零食。

TBC 为所有的支持人员和助产士提供咖啡、茶和配料。我们鼓励您和/或您的家人使用我们的全套厨房来烹饪您希望从家里带来或外卖送来的任何食物。

## 在 TBC 给您的宝宝喂奶：

新生儿在出生后不久需喂奶，而且通常在出生后的头几个月需频繁喂奶。在 TBC，我们支持父母对婴儿做出明智的喂奶决定。

如果您计划给您的宝宝喂人工奶（配方奶），请与您的助产士讨论您应带哪些用品来 TBC。