

請務必帶上...

- ☾ 您的助產士可能會讓您攜帶的產前記錄
- ☾ 嬰兒安全座椅
- ☾ 適合您的寶寶在家穿的衣服，包括嬰兒帽和毯子。考慮在嬰兒安全座椅安全帶下穿的衣服。
- ☾ 舒適的衣服，供您分娩時或產後穿，包括內衣。
- ☾ 穿回家的舒適衣服。考慮哺乳胸罩和/或哺乳墊與懶人鞋。
- ☾ 安省健康卡或其他形式的身份證

請諮詢您的助產士獲得這些物品。



TBC 文化習俗與資源

我們在東邊家庭空間儲存櫃中備有原住民神藥與工具。原住民家庭可通過其助產士或分娩中心助手獲得它們。

我們鼓勵所有家庭帶上他們可能需要的神聖物品或工具，在出生儀式中融入其自己的文化習俗。



有興趣光臨本中心？

聯絡我們！

電話：416-366-8080 x 101



525 Dundas Street East
Toronto, ON M5A 2B6
www.torontobirthcentre.ca



您在多倫多分娩中心 (TBC) 分娩需準備什麼...

我們建議在您足月或懷孕 37 周時收拾這些物品。



以下物品可在多倫多分娩中心 (TBC) 獲得:

分娩支援:

- 每個房間的健身或“分娩”球
- 分娩凳
- 分娩浴缸和淋浴
- 地板墊
- 分娩吊帶
- 經皮電神經刺激裝置(神經刺激)
- 一氧化二氮(笑氣)

其他用品與設備:

- 每位產婦可在地下停車場免費停一輛車
- 支持人員的橡膠拖鞋
- 可攜式藍牙揚聲器
- 制冰機
- 如有需要, 可提供產婦長袍
- 舒適的等候區, 提供 Netflix, 書籍, 毯子, 壁爐和兒童玩具
- 哺乳/喂乳枕
- 寶寶的前幾張尿布

請考慮隨身攜帶這些物品:

- Ⓒ 嘔吐盆或袋, 毯子和/或毛巾, 以便開車使用
- Ⓒ 洗滌用品 (牙刷/牙膏、毛刷、洗髮水、護髮素、肥皂、發繩/橡皮筋)
- Ⓒ 手機充電器
- Ⓒ 相機或手機拍照
- Ⓒ 無香味按摩油或乳液
- Ⓒ 嬰兒用尿布疹乳霜或潤膚油
- Ⓒ 潤唇膏
- Ⓒ 口香糖或糖果
- Ⓒ 襪子和防滑拖鞋
- Ⓒ 微波爐加熱豆袋
- Ⓒ 使用我們藍牙揚聲器 (也可插入耳機插孔) 的音樂源
- Ⓒ 帶圖案或彩色枕套的舒適枕頭 (以避免與 TBC 枕頭混淆)
- Ⓒ 眼鏡與隱形眼鏡 (眼鏡盒與消毒液)
- Ⓒ 為任何可能想與您共用浴缸或淋浴的人提供泳衣
- Ⓒ 任何您轉院時所需的物品



您入住 TBC 期間的食品與飲料:

TBC 為分娩人士提供零食與飲料。請為您的支持人員和/或家人帶上零食。

TBC 為所有的支援人員和助產士提供咖啡、茶和配料。我們鼓勵您和/或您的家人使用我們的全套廚房來烹飪您希望從家裡帶來或外賣送來的任何食物。

在 TBC 給您的寶寶餵奶:

新生兒在出生後不久需餵奶, 而且通常在出生後的頭幾個月需頻繁餵奶。在 TBC, 我們支持父母對嬰兒做出明智的餵奶決定。

如果您計劃給您的寶寶喂人工奶 (配方奶), 請與您的助產士討論您應帶哪些用品來 TBC。

