



Чек-лист: как подготовиться к осмотру врачом, чтобы он прошел комфортно и с пользой

Из курса Учебника Т—Ж

«Как упростить жизнь после рождения ребенка»

- ☐ **Записать вопросы**

Например, в заметки на телефоне или блокнот. У врача можно спросить все что угодно, если это касается здоровья ребенка
- ☐ **Взять документы**
 1. Свой паспорт
 2. Свидетельство о рождении ребенка
 3. Полис ОМС ребенка
 4. Выписку из роддома — для первых посещений врачей
 5. Прививочный сертификат, если он у вас на руках
 6. Графики роста и веса
 7. Записи навыков ребенка
- ☐ **Подготовить одежду**

Лучше выбирать ту, которую удобно снять с ребенка для осмотра или прививки.
- ☐ **Взять вещи для комфорта**
 1. Пеленку
 2. Памперсы
 3. Влажные салфетки
 4. Игрушку
 5. Бутылочку со смесью или перекус
 6. Соску
 7. Аппликатор для вакцинации

