

# ★ Что взять в отпуск ★ на море с грудничком



## Аптечка для малыша

- жаропонижающие средства  
(Панадол, нурофен)
- капли в нос  
(детский Називин, Галазолин)
- антигистаминные  
(препараты против аллергии:  
Супрастин, Фенистил, Зиртек)
- йод или зеленка, бинт,  
лейкопластырь,  
перекись водорода
- средства от кашля
- противовирусные средства
- от диареи, рвоты
- от колик и вздутия живота
- градусник



## Косметика для ухода

- крем от солнца  
(степень защиты 50 SPF+)
- молочко или масло для тела
- детский крем
- шампунь, мыло
- зубная паста/щетка



## Вещи для малыша

- игрушки (и любимые, и новые,  
для игр в песке и на воде)
- легкая и теплая одежда
- головные уборы
- обувь
- подгузники (на первое время)
- питание (индивидуально  
для ГВ, ИВ или СВ)
- надувной бассейн
- влажные салфетки
- полотенце для пляжа  
или туника с капюшоном
- трусики, не пропускающие  
детские неожиданности
- средство от насекомых
- легкая коляска, слинг
- бутылочка, пустышка,  
поильник
- ватные диски
- ножницы
- горшок (легкий или складной)
- пеленка
- детская палатка
- зонт от солнца



## Документы

- свидетельство о рождении
- страховой полис
- загранпаспорт



## В самолет

- перекус
- игрушки, книжки
- влажные салфетки
- пеленка
- подгузник (2-3 шт.)
- термос (при искусственном  
вскармливании) + сухая смесь
- бутылочка, пустышка,  
поильник



## В поезд

- питание
- игрушки, книжки
- влажные салфетки
- дорожный горшок
- подгузники
- бутылочка, пустышка,  
поильник

Утро Жизни

UTRO-ZHIZNI.RU