

Planning Ahead for the Birth of Your Baby

The following are things you can do to get ready 6-8 weeks before your baby is due.

- Choose a baby doctor called a pediatrician or a family doctor for your baby.
- Take a hospital tour. This helps you know where you will deliver your baby and gives you the chance to learn about the hospital's routines and policies.
- Fill out hospital forms and send them to the hospital. This will shorten the admission process when you are in labor.
- Put the car seat in your car. Have it checked by a trained person. You cannot take your baby home from the hospital without a car seat. If you have limited income, check with your doctor or clinic to see if they have free or lower cost car seats available.
- Make plans for someone to care for your other children while you are in the hospital.
- Plan for help with housework and meals for a couple of weeks after your baby is born.
- Get the baby room, crib and other items ready for use. Prepare a place to care for your baby such as diaper changing spot on each floor of your home. Some parents put baby care items in a basket that can be carried from room to room.
- Plan childcare arrangements. Many day cares have long waiting lists.
- Pack your bag for the hospital.
- Think about taking childbirth education, breastfeeding and baby care classes to prepare you to care for your baby.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

Planificación del nacimiento de su bebé

Las siguientes son cosas que puede hacer para prepararse de 6 a 8 semanas antes de la fecha prevista para el parto de su bebé.

- Elija a un médico de bebés, llamado pediatra, o a un médico de familia para su bebé.
- Haga un recorrido por el hospital. Esto la ayudará a saber dónde dará a luz a su bebé y le dará la oportunidad de informarse de las rutinas y políticas del hospital.
- Llene formularios del hospital y envíelos al hospital. Esto acortará el proceso de admisión cuando esté en trabajo de parto.
- Coloque el asiento de seguridad en su automóvil. Haga que lo revise una persona capacitada. No puede llevarse a su bebé a casa desde el hospital sin un asiento de seguridad para automóvil. Si tiene ingresos limitados, consulte con su médico o clínica para ver si disponen de asientos de seguridad para automóvil gratuitos o a costo reducido.
- Planifique que alguien cuide a sus otros hijos mientras usted se encuentre en el hospital.
- Planifique que la ayuden con las tareas domésticas y las comidas durante un par de semanas después de que nazca su bebé.
- Tenga listos la habitación del bebé, la cuna y otros artículos. Prepare un lugar donde atender a su bebé, como un lugar para cambiar pañales en cada piso de su casa. Algunos padres colocan los elementos de cuidado del bebé en una canasta que pueden llevar de una habitación a otra.
- Haga arreglos para la guardería de su hijo. Muchas guarderías tienen listas de espera largas.
- Haga su maleta para el hospital.
- Considere tomar clases de preparación para el parto, amamantamiento y cuidado del bebé para prepararse para cuidarlo.

Hable con su médico o enfermera si tiene alguna pregunta o inquietud.

6/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.

Planning Ahead Baby. Spanish