



เมื่อการตั้งครรภ์ดำเนินมาถึงไตรมาสนี้ ก็ได้เวลาที่จะเตรียมข้าวของเครื่องใช้สำหรับลูกน้อยกันแล้วค่ะ อย่าคิดว่าเพิ่งท้องได้ 7 เดือนจะเร็วเกินไป 7 เดือนผ่านไปไวกว่าที่คิดค่ะ เมื่อการตั้งครรภ์ดำเนินมาถึงไตรมาสนี้ ก็ได้เวลาที่จะเตรียมข้าวของเครื่องใช้สำหรับลูกน้อยกันแล้วค่ะ อย่าคิดว่าเพิ่งท้องได้ 7 เดือนจะเร็วเกินไป 7 เดือนผ่านไปไวกว่าที่คิดค่ะ ถ้าจะไปเตรียมเอาตอนใกล้คลอด อาจนี้ก็ไม่ออกว่าต้องเตรียมอะไรบ้าง แถมช่วงใกล้คลอดคุณอาจเคลื่อนไหวไม่สะดวก จนไม่อาจออกซื้อปิ้งได้คล่องแคล่วเหมือนอย่างที่เคย ว่าจะเราต้องเตรียมอะไรไว้ต้อนรับลูกน้อยบางนะ



แม่คุณแม่จะตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก็ควรต้องเตรียมขวดนมไว้เพื่อใช้สำหรับป้อนนมที่บีบเก็บไว้ให้ลูกยังง่ละคะ ควรเตรียมขวดนมและจุกนมสำหรับทารกแรกเกิดพร้อมทั้งหม้อหนึ่งขวดนมและแปรงล้างขวดนมไว้ให้พร้อม โดยเตรียมขวดนมและจุกนมไว้ซัก 3-6 ชุด ส่วนแปรงล้างขวดนมควรมีทั้งขนาดใหญ่สำหรับล้างขวดนมและขนาดเล็กสำหรับล้างจุกนมคะ

### เสื้อผ้าและเครื่องนุ่งห่ม

ถึงจะมีผ้าอ้อมสำเร็จรูปให้ใช้สบายๆ แต่ผ้าอ้อมผ้าก็เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้คะ ควรเตรียมผ้าอ้อมนุ่มๆ ซึบน้ำได้ดี ตะเข็บไม่หนาไว้ 1-2 โหล พร้อมเข็มกลัดสำหรับกั๊กผ้าอ้อมด้วย ส่วนผ้าอ้อมสำเร็จรูปยังไม่ต้องเตรียมไว้มากนักเพราะลูกอาจแพ้ผ้าอ้อมสำเร็จรูปบางยี่ห้อได้

เสื้อผ้า ผ้ากันเปื้อน หมวก ถุงมือ ถุงเท้า ควรทำจากผ้าฝ้าย ผ้าสำลี ไม่ควรใช้ผ้าใยสังเคราะห์หรือไนลอนเพราะอาจทำให้เด็กรู้สึกไม่สบายตัว และไม่จำเป็นต้องเตรียมไว้มากๆ ค่ะ เพราะเด็กโตเร็ว บางชุดสวมได้ไม่กี่ครั้งก็คับซะแล้ว

### อุปกรณ์ทำความสะอาดร่างกาย

อุปกรณ์ที่จำเป็นต้องมี อย่างสบู่ แป้ง เบบี้ออยล์ ควรเลือกสูตรสำหรับทารกโดยเฉพาะ แต่อย่าเพิ่งซื้อชนิดขวดใหญ่ๆ หรือเตรียมไว้หลายๆ ขวดนะคะ เพราะนอกจากเราจะไม่รู้ว่าคุณจะแพ้หรือไม่แล้วการซื้อเก็บไว้นานๆ กว่าจะได้ใช้ของอาจหมดอายุ หรือของที่เปิดใช้แล้วบางยี่ห้อเมื่อทิ้งไว้นานๆ อาจเสื่อมสภาพได้ ส่วนอ่างอาบน้ำพลาสติก เลือกชนิดที่ไม่มีเหลี่ยมมุม ถ้ามีที่วางสบู่ และยางกันลื่นด้วยจะดีมากคะ และอย่าลืมเตรียม สำลี คอตตอนบัด ผ้าเช็ดทำความสะอาดอเนกประสงค์ ไว้ด้วยนะคะ

### ที่นอนของลูก

ที่นอนสำหรับเด็กต้องไม่นุ่มจนเกินไป ที่นอนที่นุ่มเกินไปเวลาลูกนอนตะแคง อาจทำให้ใบหน้าและจมูกของลูกจมลงในที่นอนจนหายใจไม่ออกได้นอกจากนี้ยังทำให้ลูกเคลื่อนไหวร่างกายได้ไม่ดี มีผลต่อพัฒนาการของกล้ามเนื้อและการเจริญเติบโตของกระดูก และเพื่อป้องกันปัสสาวะของลูกซึมลงในที่นอนควรเตรียมผ้ายางไว้ด้วยคะ ส่วนผ้าห่ม ควรเลือกชนิดที่ทำจากผ้าสำลี หรือผ้าขนหนูนุ่มๆ ต้องเตรียมไว้ 3-4 ผืนคะ เพราะเด็กจะทำเปียกบ่อย

### {xtypo\_info}เตรียมความพร้อมเรื่องนมแม่

ไตรมาสสุดท้ายของการตั้งครรภ์ มีเรื่องมากมายที่คุณแม่มือใหม่ต้องเตรียมให้พร้อม ซึ่งคุณแม่ส่วนใหญ่จะมุ่งไปที่การเตรียมคลอด เตรียมเครื่องใช้สำหรับเด็กและการศึกษาหาข้อมูลเกี่ยวกับพัฒนาการของลูก นั่นอาจทำให้คุณหลงลืมการเตรียมความพร้อมอย่างหนึ่งซึ่งเป็นเรื่องสำคัญมาก นั่นก็คือ การเรียนรู้ขั้นตอนการให้นมลูก ซึ่งทำให้คุณแม่หลายๆ ท่านพลาดโอกาสที่จะมอบสิ่งดีๆ ให้กับลูก ดังนั้นต้องอย่าลืมเตรียมพร้อมเรื่องนี้ด้วยคะ{/xtypo\_info}