

# 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.**

# 아기 낳기 전 준비

아기 낳기 6-8주 전에 아래와 같은 준비를 해두는 것이 좋습니다.

- 아기 전문의 즉 소아과 의사나 가정의를 선택한다.
- 병원을 미리 구경한다. 자신이 어디서 아기를 낳게 될런지 그리고 병원의 절차와 방침 등을 미리 익힌다.
- 병원에서 필요한 서류들을 미리 기입해서 보낸다. 이렇게 해둬야 진통이 있을 때 빨리 입원할 수 있다.
- 유아용 카시트를차에 설치해 놓는다. 제대로 설치했는지 검증을 받는다. 카시트를 설치하지 않으면 병원에서 아기를 데리고 올 수 없다. 돈이 없어서 카시트를 살 수 없으면 혹시 무료 또는 저렴한 가격에 살 수 있는지 의사나 병원에 물어본다.
- 병원에 있는 동안 집에서 아이들을 돌 볼 사람을 구한다.
- 산후 2주일 동안 집안일이나 음식을 해줄 사람을 구한다.
- 아기가 있을 방에 침대나 그밖에 필요한 물건들을 준비해 둔다. 각 층에 아기를 돌보는 공간 즉 기저기 갈아주는 공간 등을 마련해 둔다. 아기 용품들을 바구니 안에 넣어 두었다가 이 방 저 방으로 들고 다니 것도 편리함.
- 아기 맡길 곳을 미리 알아본다. 많은 탁아소들은 대기자 명단에 미리 올려놓아야 한다.
- 아기를 낳으러 언제 병원으로 달려갈지 모르니까 갖고 갈 가방을 준비해둔다.
- 분만, 모유 먹이기, 아기 관리 교실 등에 참여한다.

**질문이나 걱정이 있으면 의사나 간호사와 상담하십시오.**

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](http://www.healthinfotranslations.com).