



Из книги Анастасии Ольшевской

**«Двойня, или Чудо в квадрате.
Пособие для мам близнецов и двойняшек»**
(Глава 3. Шопинг: вещи, без которых не обойтись)

Список вещей и покупок к рождению двойни

Список разбит на разделы. Звездочкой отмечены те вещи, которые мне либо не понравились и не подошли, либо те, которые я вообще не использовала.

1. Сон

Двухспальная кровать с удобным матрасом.....	1 шт.
Наматрасник.....	1 шт.
Простыни на резинке.....	3 шт.
Подушки.....	4 шт.
Одеяло.....	1 шт.
Детские одеяла (полушерстяное, х/б)	2 шт.
Детские пледы (флисовые)	2 шт.
Детская кроватка с матрасом*	1-2 шт.
Детские простынки на резинке*	4-6 шт.
Бортики на кроватки (мягкие)*	2 шт.
Балдахины на кроватки*	2 шт.
Мониторы дыхания*	2 шт.
Радио/видео-няня*	1 шт.
Рюкзачок-«переноска», слинг*, вибро-шезлонг*	1-2 шт.
Ночник с регулицией света.....	1 шт.

2. Кормление

Подушка для кормления двойни*	1 шт.
Электронные весы для новорожденных.....	1 шт.
Молочная смесь* (при искусственном вскармливании)	1 уп.
Бутылочки с сосками и плотными крышками.....	6-8шт.
Щетка-ершик для мытья бутылочек.....	1шт.



Стерилизатор*	1 шт.
Детское моющее средство для посуды*	1 уп.
Подогреватель для бутылочек*	1 шт.
Молокоотсос	1 шт.
Марлевые салфетки	15-20 шт.
Бюстгальтер для кормления	4-6 шт.
Одноразовые вкладыши в бюстгальтер (для подтекающего молока)	1 уп.
Пластиковая ложечка (для докармливания)	1-2 шт.
Термос (объемом 1-1,5 л)	1 шт.
Соски-пустышки (когда наладится ГВ)	4 шт.
Фенхелевый чай или укропная вода...из расчета 1 литр в день	
Столик для кормления (когда детям исполнится 6 мес.)	2 шт.

3. Прогулки и поездки

Детские автокресла	2 шт.
Коляска для двойни	1 шт.
Дождевик на коляску	1 шт.
Антимоскитная сетка на коляску	1 шт.
Пеленальная сумка или рюкзак	1 шт.

Ниже — содержимое пеленальной сумки, то есть все, что вам потребуется во время прогулок и коротких путешествий с малышами:

Клеенка	1 шт.
Пеленки (одноразовые или обычные)	2 шт.
Комплекты запасной одежды	2 шт.
Марлевые салфетки	2-3 шт.
Салфетки обычные	1-2 уп.
Влажные салфетки	1 уп.
Салфетки антисептические	1 уп.
Одноразовые подгузники	4-6 шт.
Крем от опрелостей	1 уп.
Одноразовые полиэтиленовые пакеты	3-4 шт.



4. Одежда

Привожу здесь полный список того, что нужно крохам после рождения, но при покупке вещей важно учитывать сезонность, то есть время года, когда родятся малыши. Если это, например, июнь-июль, то нет смысла «готовить сани летом» — зимнюю одежду приобретете позже, чтобы не прогадать с размером.

Боди с длинными рукавами.....	14-16 шт.
Боди с короткими рукавами.....	6-8 шт.
Распашонки или легкие рубашечки на кнопках.....	6-8 шт.
Теплые рубашечки или кофточка.....	6-8 шт.
Ползунки или штанишки.....	8-10 шт.
Легкие трикотажные шапочки.....	2-4 шт.
Носочки или пинетки.....	10-12 пар
Теплые носочки.....	4 пары
Рукавички-«антицарапки»*	2-4 пары
Комбинезон демисезонный (размер 62/68)	2 шт.
Комбинезон зимний.....	2 шт.
Свитера.....	2-4 шт.
Теплые штанишки.....	2-4 шт.
Теплые варежки.....	2 пары
Теплые шапочки.....	2 шт.
Теплые пинетки на меху.....	2 пары
Спальник-«конверт» для коляски.....	2 шт.

5. Купание, туалет и гигиена

Пеленальный комод или столик (с матрасом)	1 шт.
Детская ванночка*.....	1 шт.
Большие махровые полотенца.....	2 шт.
Маленькие махровые полотенца.....	4-6 шт.
Пеленки.....	16-20 шт.
Рукавички для купания*.....	1-2 шт.
Термометр для воды.....	1 шт.
Травяной сбор для ванны (чистотел, череда, ромашка)	1-2 уп.
Одноразовые подгузники.....	по 1-ой уп. 2-3 разных фирм
Влажные детские салфетки.....	по 1-ой уп. 2-3 разных фирм
Герметичная упаковка для влажных салфеток.....	1 шт.
Мягкие бумажные салфетки (двух– или трехслойные)	2 уп.
Бумажные салфетки-«платочки» (по 10 шт. в упаковке)	5-6 уп.
Ватные диски.....	1 уп.
Детские ватные палочки с ограничителем.....	1 уп.



Детские маникюрные ножнички.....	1 шт.
Расческа или мягкая щетка.....	1 шт.
Детское жидкое мыло-гель.....	1 уп.
Детское масло после купания.....	1 бут.
Крем от опрелостей или присыпка.....	1 уп.
Детский стиральный порошок.....	1 уп.
Детский кондиционер для белья.....	1 бут.
Корзины для грязного детского белья.....	2 шт.
Мусорные ведра «на педальке»	2 шт.

6. Детская аптечка

Назальный аспиратор или груша для чистки носика.....	1 шт.
Пипетка с круглым наконечником.....	1 шт.
Дозатор для лекарств.....	1 шт.
Градусник бесконтактный, электронный.....	1 шт.
Газоотводные трубочки.....	1 уп.
Антисептик для обработки пупка.....	1 уп.
Стерильная вата.....	1 уп.

По поводу лекарств и медицинских препаратов для новорожденных информации в интернете очень много. Список плюс-минус одинаковый, но все равно **обязательно проконсультируйтесь с педиатром!**

Ниже — список лекарств, которые могут понадобиться и которые лучше иметь в детской аптечке:

- жаропонижающие
- обезболивающие
- при проблемах с желудочно-кишечным трактом
- средства от кашля, насморка и простуды
- для профилактики кожных заболеваний
- антигистаминные
- при растяжении и мышечном тонусе
- антибиотики
- пробиотики



7. Игрушки и развлечения

Подвесные игрушки для коляски.....	2 шт.
Детская лампа с классической музыкой.....	1 шт.
Подвесной мобиль.....	1 шт.
Игрушки и погремушки «0+».....	6-10 шт.
Книжки-«развивайки» «0+».....	2-3 шт.
Детский манеж*.....	1 шт.
Развивающий коврик.....	1 шт.

8. Бытовая и прочая техника

Стиральная машина-автомат.....	1 шт.
Сушилки для белья (складные)	2 шт.
Посудомоечная машина.....	1 шт.
Микроволновка.....	1 шт.
Мультиварка*	1 шт.
Пылесос.....	1 шт.
Обогреватель воздуха*	1 шт.
Термометр обычный комнатный.....	1 шт.
Увлажнитель воздуха.....	1 шт.
Гигрометр*	1 шт.

Больше информации для мам двойняшек и близнецов:

<https://www.olshevskaja.com/non-fikshn>

Читать книгу «Двойня, или Чудо в квадрате»:

<https://www.litres.ru/anastasiya-olshevskaja/dvoynya-ili-chudo-v-kvadrate-posobie-dlya-mam-bliznec/>