

BASIS KRAAMPAKKET

- 5 celstof matjes
- 2 pakken steriele gaasjes 16 x 16 cm
- 1 pak watten à 100 gram
- 1 steriele navelklem
- 1 zeppompje, ongeparfumeerd
- 1 flesje alcohol à 70 %
- 2 pakken kraamverband

AANVULLING BIJ THUISBEVALLING

- 2 kraammatrasjes dun
- 3 celstofmatjes
- 1 pak kraamverband (groot) of 1 pak papieren inlegluiers

VERDERE BENODIGDHEDEN

- 1 flesje desinfectans (in overleg met verloskundige)
- 1 maatkan (om na te spoelen)
- 1 rol toiletpapier
- 1 pak zout (om de bevallingswas te spoelen)
- 1 plastic afwasbak (nieuw)
- 2 emmers (waarvan 1 nieuwe of schone emmer om het babybadje te vullen)
- 1 pakje plastic boterhamzakjes (voor verwijdering maandverband)
- 2 vuilniszakken
- Noodverlichting (zaklamp)

BENODIGDHEDEN VOOR HUISHOUDELIJKE TAKEN

- 4 huishouddoekjes (te wassen op 60°C)
- Rubberen huishoudhandschoenen (voor sanitair, toilet en was sorteren)
- 1 dweil
- 1 dweilstok
- 1 draagbare wasmand

BENODIGDHEDEN VOOR DE MOEDER

- 3 sets bed verschoningen (bij gebruik van een dekbed, indien mogelijk extra onderlakens)
- 2 slopen (om po in te kunnen doen)
- 1 digitale koortsthermometer

BENODIGDHEDEN VOOR DE BABY

- 2 mutsjes
- 1 digitale koortsthermometer
- 6 rompertjes of hemdjes in 2 maten
- Setjes kleding in 2 maten
- 12 hydrofiel luiers
- 6 hydrofielwashandjes
- 6 spuugdoekjes
- 2 pakken wegwerpluiers of 18 katoenen luiers (voorgevormd) met toebehoren
- Wiegie of ledikant
- Babyfoon
- 2 moltons of molton hoezen
- 3 onderlaktentjes of hoeslaktentjes
- 3 bovenlaktentjes
- 2 dekentjes
- 2 metalen naadloze kruiken
- 2 kruikenzakken
- 1 aankleedkussen
- 1 babybadje met badstandaard
- 1 Luiერemmer met deksel
- Babywasgel
- 1 haarborstel en kammetje
- 2 badcapes of 2 grote badhanddoeken

BIJ KUNSTVOEDING

- 2 flessen
- 2 spenen speciaal voor pasgeborene
- 1 flessenrager
- Soort voeding in overleg met verloskundige of huisarts

BIJ BORSTVOEDING

- Eventueel zoogcompressen

BENODIGDHEDEN TE LEEN BIJ THUISZORGOORGANISATIE/WINKEL

- Ondersteek
- Bedverhogers
- Eventueel een ruggensteun
- Eventueel een bedzeil (alleen bij een thuisbevalling voor het bed van de kraamvrouw)
- Eventueel een bed

WAT NEEM IK MEE NAAR HET ZIEKENHUIS?

- Ziekenhuis kaart / pasje
- Identiteitsbewijs
- Verzekeringspasje
- Telefoonnummer van de kraamzorg
- 2 stuks nachtkleding
- Ochtendjas
- Pantoffels of slippers
- Voldoende ondergoed en een steungevende (voedings) beha
- Kleding voor als je weer naar huis mag
- Toiletartikelen en cosmetica
- Mobiele telefoon en oplader
- Fototoestel/camera
- MP3 speler/oordopjes
- Iets te lezen/ puzzelen
- Eigen medicatie
- Bril en/of contactlenzen
- Iets te eten of te drinken
- Parkeergeld / pinpas

VOOR DE BABY

- Rompertjes of hemdjes
- Luiers
- Setje bovenkleding
- Sokjes
- Jasje of babycape
- Mutsje
- Dekentje
- Goedgekeurd autostoeltje