

Advieslijst benodigheden

Een goede voorbereiding brengt rust. Zorg daarom dat u uiterlijk zes weken voor de vermoedelijke bevallingsdatum alle artikelen in huis heeft die nodig zijn voor de bevalling en de verzorging van uw baby tijdens de kraambedperiode.

Voor de thuisbevalling en kraambed (het kraampakket)

- 1 kraammatras *
- 1 matrasbeschermer
- 10 celstof onderleggers
- 2 doosjes steriele gaasjes 16 x 16 cm
- 1 navelklem *
- 1 pak zigzag watten
- 1 pak kraamverband
- 1 pak maandverband (zo min mogelijk plastic)
- 1 flesje alcohol 70 %
- 1 koortsthermometer (geen oor- of voorhoofdthermometer)
- 1 stukje zeep of zeepompje (ongeparfumeerd)
- 2 plastic emmers *
- bedverhogers **
- ondersteek **
- pedaalemmerzakken
- grote vuilniszakken *
- noodverlichting * (zaklamp met batterijen)

* Bij een ziekenhuisbevalling heeft u dit niet nodig.

** Deze artikelen kunt u bij de thuiszorgwinkel lenen.

Bij verschillende zorgverzekeraars krijgt u een kraampakket met alle artikelen uit bovenstaande advieslijst rechtstreeks via uw verzekering. Dit is na te gaan in de polisvoorwaarden. Heeft u geen recht op een gratis pakket, dan is het volledige pakket te koop bij uw drogist of apotheek.

Voor de baby

- wiegje of ledikantje
- commode
- 3 molton onderleggers
- 3 stel katoenen lakentjes
- 2 dekentjes
- 3 flanellen luiers
- 6 spuugdoekjes
- 6 hydrofiele washandjes
- 6 hemdje of rompertjes, maat 50-56
- 4 truitjes met broekjes of luierpakjes, maat 50-56

- 2 paar kleine (badstof) sokjes
- 2 mutsjes
- Bij gebruik van katoenen luiers:*
- 12 hydrofiel (ruitjesluiers)
- 12 -24 piqué (oogjesluiers)
- een doosje luierinleg en strikslips
- veiligheidsspelden, schilderstape

- Bij gebruik van wegwerpluiers:*
- 12 hydrofiel luiers
- een pak wegwerpluiers, de kleinste maat

Voor de verzorging van uw baby

- 1 of 2 metalen kruiken
- kruikenzak(ken)
- luieremmer met deksel/pedaalemmertje
- babybadje met stevige standaard of tummytub
- 2 grote badhanddoeken of badcape
- aankleedkussen
- doosje baby lotiondoekjes
- zeepvrije wasgel, haarborsteltje en -kammetje

Tip: Vanuit hygiënisch oogpunt is het aan te bevelen de babyuitzet van te voren te wassen. Gebruik bij voorkeur geen wasverzachter; dit kan de babyhuid irriteren. Het gebruik van een wasdroger is geen bezwaar.

Voor de voeding

- Bij het geven van borstvoeding:*
- borstkompresen
- eventueel een voedingsbeha
- eventueel een borstkolf
- Bij het geven van kunstvoeding:*
- twee kleine en twee grote voedingsflesjes
- enkele spenen voor pasgeborenen
- een pak of een blik kunstvoeding
- flessenborstel