

UITZETLIJST KRAAMTIJD

WAT IS ER ECHT NODIG?



Nu je zwanger bent, ga je van alles aanschaffen voor de baby, maar er is zoveel te koop dat je misschien door de bomen het bos niet meer ziet. Op dit overzicht check je wat je écht in huis moet hebben.

Voor je iets koopt, check www.ncj.nl en www.veiligheid.nl over de veiligheid van producten.

WANNEER MOET HET IN HUIS ZIJN?

Wij adviseren alles rond de 7e maand van je zwangerschap in huis te hebben. Als dat niet lukt, zorg dan in ieder geval dat je alles besteld hebt en dat je zicht hebt op ontvangst binnen korte termijn.

Voor de kraamverzorgende is het fijn als je straks een dienblad in huis hebt.



JE KRAAMPAKKET

Voor je bevalling (zowel thuis als in het ziekenhuis) heb je een kraampakket nodig.

Je vraagt een kraampakket op bij je zorgverzekeraar (gratis bij een aanvullende verzekering) of je koopt een kraampakket bij een (thuis)zorgwinkel.



WIEGJE / LEDIKANTJE

- Wieg of ledikantje zonder hoofdbeschermer
- Stevig matrasje
- 2 molton hoeslakentjes of 2 molton onderlakens
- 3 hoeslakentjes en 2 lakentjes
- 2 molton onderleggers
- 2 dekentjes
- 2 metalen, naadloze kruiken (check rubbers)
- 2 kruikenzakken



KLEDING VAN DE BABY

- 2 babymutsjes
- 6 hemdjes of rompertjes
- 1 vestje of jasje
- 4 tot 6 truitjes en broekjes/boxpakjes
- 2 omslagdoeken (badje)
- dikke omslagdoek
- 6 paar sokjes



VERZORGING VAN DE BABY

- Commode met aankleedkussen (2 hoezen)
- 2 digitale thermometers
- 18 hydrofiele doeken
- 6 hydrofiele washandjes
- 8 spuug-/mondhoekjes
- 1 luieremmer of pedaalemmer
- vloeibare babyzeep
- 3 pakken luiers
- Babybadje + standaard en evt. tummy tub
- Kammetje en haarborstel
- Klein papieren nagelvijltje



ALS JE THUIS BEVALT

- 2 lakens of dekbedovertrekken
- 2 à 3 molton hoeslakens of onderlakens matrasbeschermer
- 4 kussenslopen
- 1 flesje water/bidon om mee te spoelen
- 2 emmers (waarvan 1 nieuwe)
- 8 celstofmatjes
- 4 pakken maandverband (zonder plastic)
- Vuilniszakken
- 1 rol zacht toilet papier
- 2 pompjes desinfecterende zeep
- 1 kilopak zout



TOT SLOT

Als je flesvoeding geeft, heb je 2 flessen, 2 spenen, kunstvoeding en een rager nodig.

Vergeet het autostoeltje niet. Check vooraf hoe het werkt, zodat je 'm direct kunt gebruiken als je met je kindje na de bevalling uit het ziekenhuis komt.

