

Wat heb je nodig

Informeer bij je zorgverzekeraar naar het kraampakket voordat je zelf de benodigdheden gaat aanschaffen.

Bij de bevalling thuis

- △ 1 matrasbeschermer 80x180
- △ 1 onderlegger 60 x 90
- △ 5 celstofmatjes 60 x 60
- △ 2x pak steriele gazen 8,5 x 5
- △ 1 pak watten à 100 gram
- △ 1 steriele navelklem
- △ vloeibare handzeppompje
- △ flesje alcohol à 70 %
- △ 2x pak kraamverband (groot)
- △ toiletpapier
- △ 2 vuilniszakken
- △ zaklamp
- △ maatkan of flesje (om na te spoelen)
- △ 1 pakje boterhamzakjes (voor hygiënezakje)
- △ 1 pak zout (om bevallingswas mee te spoelen)
- △ 2 emmers (waarvan 1 nieuwe/schone emmer om badje mee te vullen)

Benodigdheden te huren bij zorgwinkel:

- △ bedverhogers
- △ ondersteek
- △ douchekruk
- △ eventueel een ruggensteun

Benodigdheden voor huishoudelijke taken:

- △ keuken en huishouddoekjes (wasbaar op 60° C)
- △ allesreiniger / schoonmaakazijn
- △ dweil en dweilstok
- △ draagbare wasmand

Moeder en kraambed

- △ nachthemden / pyjama
- △ (voedings) BH's / sporttop
- △ 2 sets bed verschoning
- △ digitale koortsthermometer
- △ maandverband zonder plastic

Bij Borstvoeding:

- △ zoogcompressen
- △ lanolinezalf
- △ moedermelk bewaarzakjes
- △ Vit. K druppeltjes

In de ziekenhuistas:

- △ ID-bewijs/ verzekeringspas
- △ Ziekenhuiskaart
- △ Zwangerschapskaart
- △ nachtkleding of ruim shirt
- △ ochtendjas
- △ pantoffels of slippers
- △ sokken
- △ ondergoed / BH
- △ kleding als je naar huis gaat
- △ toiletartikelen / cosmetica
- △ mobiele telefoon
- △ fototoestel / filmcamera
- △ mp3 speler / iPad
- △ opladers en / of batterij
- △ iets te lezen
- △ medicijnen
- △ bril / contactlenzen
- △ parkeergeld / pinpas

In de tas van de baby:

- △ rompertjes / bovenkleding maat 50/56
- △ mutsje
- △ sokjes
- △ jasje of badcape
- △ dekentje

Voor de Baby

- △ goedgekeurd autostoeltje
- △ 1 digitale koortsthermometer
- △ 3 mutsjes
- △ 6 rompertjes mt 50/56
- △ 5 setjes kleding mt 50/56
- △ 18 hydrofiel luiers
- △ 10 hydrofiel washandjes
- △ 10 spuugdoekjes
- △ 2 pakken wegwerpluiers mt 1
- △ wiegje of ledikant met matras
- △ 2 moltons of moltonhoezen
- △ 3 onderlakens of hoelakens
- △ 3 bovenlakens
- △ 2 dekentjes (katoen of wol)
- △ 2 metalen naadloze kruiken
- △ 2 kruikenzakken
- △ 1 aankleedkussen + 3 hoezen
- △ 1 babybadje / tummy tub en bad standaard
- △ baby wasgel en shampoo
- △ vaseline
- △ haarborsteltje en kammetje
- △ 2 badcapes
- △ Vit D. druppeltjes

Bij kunstvoeding:

- △ 2 flessen
- △ 2 spenen
- △ 1 flessenborstel
- △ voeding in overleg met verloskundige
- △ natuurazijn