

Uitzetlijst

Als je een kindje krijgt komt er veel op je af. Om je te helpen een weg te banen tussen alle noodzakelijke, handige en soms ook compleet overbodige spulletjes hebben we de belangrijkste musthaves voor je op een rij gezet.

Kraampakket

Jouw kraamverzorgende en verloskundige hebben de spullen uit het kraampakket nodig om hun werk te kunnen doen. Schaf er dus zéker een aan!

Het kraampakket wordt niet vergoed vanuit de basisverzekering. Als je aanvullend verzekerd bent kan het zijn dat je in sommige gevallen wel recht hebt op een kraampakket, informeer hiernaar bij je zorgverzekeraar. Als dit door je verzekeraar niet vergoed wordt kun je het kraampakket zelf aanschaffen bij een apotheek, drogist of via diverse online winkels.

Thuisbevalling

Ga je thuis bevallen dan heb je in ieder geval de volgende zaken nodig:

- 2 lakens of dekbedovertrekken
- 2 moltonhoeslakens of onderlakens
- 4 kussenslopen
- Bidon of flesje (om te spoelen)
- 1 plastic wasbak en 1 nieuwe emmer (voor de verzorging van de kraamvrouw)
- 2 kruiken (metalen of elektrisch)
- 4 pakken maandverband (zonder plastic i.v.m. broeien)*
- 1 rol zacht closetpapier
- 2 pompjes desinfecterende zeep
- 10 gewassen en gestreken hydrofiele luiers
- 1 rol aluminiumfolie (om de baby op temperatuur te houden)
- 1 kilopak zout (voor het inweken van bloedvlekken)

* Dit zit gedeeltelijk in je kraampakket

Ziekenhuisbevalling

In het ziekenhuis heb je heel andere zaken nodig dan bij een thuisbevalling

- Ziekenhuispasje
- Identiteitsbewijs
- Verzekeringpasje
- Bevalplan
- Zwangerschapskaart van de verloskundige

- 2 stuks nachtkleding
- Ochtendjas
- Pantoffels of slippers
- Sokken
- Voldoende ondergoed en een steungevende (voedings-)BH
- Kleding voor als je weer naar huis mag
- Toiletartikelen en cosmetica
- Mobiele telefoon en oplader
- Iets te lezen
- Bril en / of contactlenzen
- Iets te eten en te drinken

Baby

Voor je kindje raden wij je aan de volgende artikelen aan te schaffen. Dit is het minimale. Veel mensen vinden het fijn om wat extra te hebben om niet dagelijks te hoeven wassen.

- Wieg en/of ledikantje zonder hoofdbeschermer
- Stevige matras en 2 molton hoeslakens
- 3 hoeslakens
- 2 lakentjes
- 2 molton onderleggers
- 2 dekentjes
- 2 metalen kruiken (naadloos met rubberijtjes in schroefdeksel) of 1 elektrische kruik
- Commode of aankleedtafel (hoogte tussen de 90 en 105cm)
- 1 aankleedkussen en 2 hoezen
- 2 digitale thermometers (1 voor moeder en 1 voor baby)
- 2 babymutsjes
- 6 hemdjies of rompertjes
- 1 vestje of jasje
- 4 tot 6 truitjes en broekjes of boxpakjes
- 2 omslagdoeken
- Luiers
- Billen- of babydoekjes
- 18 hydrofiele luiers (10 luiers genoemd bij bevalling zijn hierbij inbegrepen)
- 8 spuug- of monddoekjes
- 6 hydrofiele washandjes
- 1 luiieremmer of pedaalemmer
- Vloeibare babyzeep
- Babybadje met standaard
- Kammetje en haarborstel
- Klein papieren vijltje
- 2 flessen, 2 spenen, voeding en rager (indien ge geen borstvoeding geeft)
- Bewaarbakjes of -zakjes, voedings-BH (2 of 3) en zoogcompressen als je borstvoeding geeft
- Vitamine K alleen bij borstvoeding
- Vitamine D zowel bij kunst- als borstvoeding
- Billenzalf