



WAT ZET JE KLAAR?

Kraampakket: 10 celstof matjes, 2 pakken steriele gaasjes 16 x 16 cm, 1 pak zigzagwatten à 100 gram, 1 steriele navelklem, 1 zeppompje (ongeparfumeerd) 1 flesje alcohol à 70%, 3 pak kraamverband, 1 bedzeil, 1 digitale koortsthermometer (geen oorthermometer).

Klossen: (of zorg er op een andere manier voor dat je bed ongeveer 80 cm hoog is, bv met bierkratjes). Oa te leen bij de thuiszorgwinkel.

Voor jezelf:

Een maatkan of fles met brede hals om te spoelen na toiletgebruik, kraamverband, digitale thermometer

Voor de baby:

6 overslaghemdjes of rompertjes
4 setjes kleding vanaf maat 56/62
6 spuugdoekjes
hard plastic badje met standaard (hoogte 100/105 cm) en/of een tummy tub
zeepvrije wasgel
2 babycapees
2 naadloze ijzeren kruiken met rubber binnenplaatje en voorzien van een keurmerk logo.
Controleer de kruik van tevoren én voor ieder gebruik op lekken
12 hydrofiele luiers om de baby mee af te drogen
6 hydrofiele washandjes
1 pak wegwerpluiers (of bij katoenen luiers: 12 hydrofiele en 12 oogjesluiers met 1 rolletje papieren tape, 1 pak inlegluiers, 6 striklips luierbroekjes en 1 emmer met deksel)
1 digitale thermometer
wieg of ledikantje met spijltjes met maximaal 7 cm afstand
1 molton om het matras te beschermen
3 onderlakens of hoeslakens
3 bovenlakens
2 dekens (lieft 1 wol en 1 katoen)
2 kruikenzakken van katoen of flanel

Ziekenhuis tas:

Kruikenzak (die zijn niet standaard aanwezig in het ziekenhuis)
kraamdossier
thermometer voor de baby
schone kleding voor jezelf (incl. comfortabele grote onderbroeken, slippers en een shirt/pyjama waarin je bevalt. Evt voedingsbeha.)
toiletas
kleertjes voor de baby in verschillende maten (bv. maat 50 en 56), mutsje en een omslagdoek
iets te drinken,
iets te eten (crackers, ontbijtkoek)
iets waarmee jij weer energie krijgt, zoals dextro energie
schoon T-shirt, sokken en slippers voor de partner (als hij jouw rug masseert terwijl jij doucht krijgt)

hij natte voeten...)

Telefoon + oplader

Autostoeltje voor je baby

Voor de thuisbevalling:

2 (afvalemers) met 1 vuilniszak

1 waskom of plastic teiltje

1 extra lamp of looplamp die veel, wittig licht geeft (zoals halogeen)