

Wat heb je nodig voor de bevalling en baby?

Baby

Kleding baby

- 6 truitjes en broekjes of boxpakjes (maat 50/56)
- 6 rompertjes (maat 50/56)
- 6 paar sokjes
- 3 mutsjes
- 1 jasje
- Kledingkast

Tip: Was de uitzet voor de baby in verband met hygiëne en de gevoelige huid van de baby. Gebruik geen wasverzachter.

Verzorging baby

- 12 hydrofiele doeken (o.a. voor bevalling, in de wieg/ledikant, afdrogen)
- 6 hydrofiele washandjes
- 6 spuug/monddoekjes
- 2 badcapes/omslagdoeken
- 1 pak wegwerpluiers of 24 à 36 katoenen luiers met toebehoren (1 pakje luierinleg, 12 strikklips en een rolletje tape)
- Billendoekjes
- Billenzalf (zinkzalf)
- Tube vaseline
- Zeepvrije wasgel of badolie (eventueel ook babyshampoo en babyzalf)
- 1 kammetje of haarborstel
- 1 klein papieren baby vijltje
- Babybad met badstandaard en badthermometer
- Luieremmer/prullenbak met deksel met pedaalemmerzakken

Slapen baby

- Wieg en/of ledikant met stevig matras
- 2 moltons of moltonhoezen (geen plastic)
- 2 hoeslakens
- 2 lakentjes

- 2 dekentjes (katoen/wol, geen dekbed)
- 2 metalen kruiken (naadloos met rubbertjes in schroefdeksel)
- 2 kruikenzakken
- Commode of aankleedtafel (tussen 90 en 105 cm hoog)
- 1 aankleedkussen
- 2-3 aankleedkussenhoezen

Tip: Voor de aanschaf van veilige baby-artikelen verwijzen wij je naar www.veiligheid.nl/kinderveiligheid

Voeding baby

- Bij borstvoeding: 2 voedingsbeha's, zoogkassen
- Bij flesvoeding: 2 flessen met verdeling vanaf 20 cc, 2 spenen, voeding in overleg met verloskundige en rager

Kraampakket

- 1 matrasbeschermer
- 10 celstofmatjes
- 2 pakken kraamverband (zonder plastic)
- 2 pakken maandverband
- 1 pak watten
- 1 flesje à 100 ml alcohol 70%
- 1 doosje steriele gaasjes (8,5 x 5 cm)
- 1 navelklem (bij thuisbevalling)
- 1 zeppompje desinfecterende zeep

Tip: Raadpleeg de polisvoorwaarden van je zorgverzekering of je in aanmerking komt voor een gratis kraampakket of een vergoeding.

Overige benodigheden

- 2 digitale thermometers (1 voor moeder en 1 voor baby, geen oor thermometer)

- Verhoogd kraambed (vanaf 37 weken zwangerschap) van minimaal 80 cm gemeten vanaf bovenzijde matras
- Plastic zakjes (maandverband-, grote boterham- of kleine pedaalemmerzakjes)
- Autostoel met verkleiner

Thuisbevalling

- Volledig kraampakket (zie vorige pagina)
- 3 molton doeken t.b.v. de temperatuurregulering van de baby
- Een ondersteek
- 2 kussenslopen om de ondersteek hygiënisch weg te zetten
- 2 emmers/vuilniszakken
- 1 teiltje/emmer (als waskom)
- 1 pak keukenzout (voor de bevallingswas)
- Goede verlichting (75/100 Watt)
- Noodverlichting (zoals een zaklamp)
- Verwarming in de kraam- en babykamer (temperatuur 22/23°C)
- Een plek om alle spulletjes voor de bevalling op te zetten (nachtkastje, toilettafel of strijkplank)
- Minimaal 2 verschoningen voor het bed
- 1 flesje, bidon of kan (voor spoelen na toiletbezoek)

Ziekenhuisbevalling

Wij adviseren vanaf 36 weken een tas/koffer klaar te zetten. Neem het volgende mee:

Voor jezelf

- Badjas
- 3 setjes nachtkleding
- Voldoende ondergoed en (voedings)beha's
- Paar warme sokken
- Slippers/pantoffels
- Kleding en sokken
- Toiletartikelen

- Medicijnen die je gebruikt
- Bril/lenzen
- Ziekenhuis- en verzekeringspas
- Identiteitsbewijs
- (Digitale) zwangerschapskaart met al jouw gegevens over de zwangerschap
- Iets te lezen of muziek
- Foto- en/of videocamera
- Telefoon en oplader
- Iets te eten en/of drinken
- Pinpas
- Trouwboekje (voor aangifte in ziekenhuis)
- Spulletjes voor je partner, zoals schone kleding en een tandenborstel

Voor de baby

- 2 rompertjes
- 2 setjes kleertjes (maat 50 en 56)
- 2 paar sokjes
- Warme omslagdoek
- Jasje
- 2 mutsjes
- Autostoel met verkleiner
- Voetenzak/deken voor in het autostoeltje

Wanneer bel je de bevallingslijn?

De bevallingslijn **0181 - 31 00 00** is 24 uur per dag, 7 dagen per week bereikbaar. Je belt de bevallingslijn, als:

- Je thuis bevalt en de verloskundige aangeeft om te gaan bellen.
- Het kindje is geboren in het ziekenhuis, en voordat je het ziekenhuis verlaat. De afdeling Planning spreekt met je af wanneer de kraamverzorgende bij je thuis komt.

Tip: Kijk voor uitgebreide informatie in onze brochure op www.kraamzorgdeeilanden.nl/brochure