

# Uitzet baby en bevalling

Voor je baby, bevalling en kraamtijd heb je het één en ander nodig. Om je op weg te helpen hebben wij een handige uitzetlijst gemaakt met de belangrijkste artikelen.

## Baby (en moeder)

- ♥ zes truitjes en broekjes of boxpakjes maat 50/56
- ♥ zes rompertjes maat 50/56
- ♥ drie mutsjes
- ♥ jasje of vestje
- ♥ twaalf hydrofiele doeken
- ♥ zes hydrofiele washandjes
- ♥ zes spuug/mondhoekjes
- ♥ twee badcapes/omslagdoeken
- ♥ wegwerpluiers of 24 à 36 katoenen luiers
- ♥ billendoekjes
- ♥ billenzalf (zinkzalf)
- ♥ tube vaseline
- ♥ zeepvrije babyzeep of wasgel
- ♥ kammetje en haarborstel
- ♥ papieren babyvijltje
- ♥ babybad met standaard
- ♥ afvalemmer en plastic zakjes
- ♥ twee digitale thermometers (moeder en baby)
- ♥ wieg en/of ledikant met stevig matras
- ♥ twee molton hoeslakens (geen plastic)
- ♥ twee hoeslakens
- ♥ twee bovenlakens
- ♥ twee dekentjes (katoen/wol)
- ♥ twee metalen kruiken (naadloos, rubberdop in schroefdeksel)
- ♥ twee kruikenzakken
- ♥ commode of aankleedtafel (tussen 90 en 105 cm hoog)
- ♥ aankleedkussen en twee hoezen
- ♥ twee voedingsbh's en zoogcompressen bij borstvoeding
- ♥ twee flessen (vanaf 20 cc) met spenen, voeding en rager bij flesvoeding
- ♥ vitamine d en bij borstvoeding ook vitamine k

## Benodigdheden bevalling

- ♥ bedverhogers (> 80 cm, vanaf de 37e week)
- ♥ twee verschoningen voor het bed
- ♥ basis kraampakket (via zorgverzekeraar)
  - matrasbeschermer
  - tien celstofmatjes

- twee pakken kraamverband
- twee pakken maandverband
- pak watten
- flesje alcohol 70% (100ml)
- doosje steriele gaasjes (8,5 x 5 cm)
- navelklem (bij thuisbevalling)
- zeepompje desinfecterende zeep
- ♥ flesje/bidon (voor spoelen na het toilet)
- ♥ pak keukenzout (voor bevallingswas)

## Benodigdheden thuisbevalling

- ♥ ondersteek
- ♥ drie molton doeken
- ♥ twee kussenslopen
- ♥ twee emmers en vuilniszakken
- ♥ teiltje/emmer als waskom
- ♥ noodverlichting zoals een zaklamp
- ♥ rol toiletpapier

## Benodigdheden ziekenhuisbevalling

- ♥ comfortabele kleding bevalling en erna
- ♥ badjas
- ♥ drie setjes nachtkleding
- ♥ voldoende setjes ondergoed
- ♥ twee paar warme sokken
- ♥ slippers/pantoffels
- ♥ toiletspullen, medicatie, bril en/of lenzen
- ♥ ziekenhuis- en verzekeringspas
- ♥ identiteitsbewijs van beiden
- ♥ trouwboekje/partnerschapsboekje of bewijs van erkenning (voor aangifte)
- ♥ camera en geheugenkaartje
- ♥ telefoon en oplader
- ♥ pinpas en muntgeld
- ♥ schone kleren, toiletspullen en medicatie partner
- ♥ iets te lezen en/of muziek
- ♥ eten en/of drinken
- ♥ twee setjes babykleertjes (maat 50 en 56)
- ♥ twee rompertjes
- ♥ twee babymutsjes
- ♥ jasje/vestje
- ♥ omslagdoek
- ♥ autostoel met verkleiner en voetenzak/deken