Checklist

Met de komst van een baby komen er ook een heleboel nieuwe spullen bij. Er is heel veel te koop en dit kan verwarrend zijn. Om je op weg te helpen, zetten we de producten op een rij die je echt nodig hebt. Hieronder vind je een checklist voor het voorbereiden van een thuisbevalling. Op de achterzijde vind je nog een lijst voor de uitzet van de baby.

Bij een thuisbevalling is het verstandig om de volgende dingen in huis te hebben:

- ○ 2 lakens of dekbedovertrekken
- ○ 2 à 3 sets moltonhoeslakens/ onderlakens voor het verschonen van het bed
- ○ Waterdichte matrasbeschermer
- ○ Bidon of flesje (om te spoelen)
- ○ 2 emmers
- ○ 8 celstofmatjes
- ○ 4 pakken kraamverband (zonder plastic i.v.m. broeien)
- ○ Vuilniszakken
- ○ 1 rol zacht toiletpapier
- ○ 2 pompjes desinfecterende zeep
- ○ 10 gewassen en gestreken
- ○ hydrofiele doeken
- ○ 1 kilopak zout (voor het inweken van bloedvlekken)

Let op!

Voor zowel een thuis- als ziekenhuisbevalling heb je een kraampakket nodig. Verschillende zorgverzekeraars vergoeden het kraampakket of sturen gratis een pakket naar je toe.
Kraampakketten zijn ook te koop bij (thuis)zorgwinkels, de drogist en via ***mijnkraamshop.nl***.

Baren & zo
verloskundigenpraktijk

Uitzetlijst

Voor je kindje raden we 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
- ○ Stevig matras
- ○ 2 molton onderlakens
- ○ 3 hoeslakens
- ○ 2 lakentjes
- ○ 2 molton onderleggers
- ○ 2 dekentjes
- ○ 2 kruiken (bij metalen kruiken:naadloos, met rubbertjes in schroefdop)
- ○ 2 kruikenzakken
- ○ Commode of aankleedtafel (tussen 90-105 cm hoogte)
- ○ 1 aankleedkussen
- ○ 2 aankleedkussenhoezen
- ○ 2 digitale thermometers (1 voor jou + 1 voor je baby)
- ○ 2 babymutsjes
- ○ 5 paar babysokjes
- ○ 6 hemdjes of rompertjes
- ○ 1 vestje of (winter)jasje
- ○ 4 tot 6 truitjes en broekjes of boxpakjes
- ○ 2 omslagdoeken
- ○ 18 hydrofiele doeken (incl. de doeken die je nodig hebt voor de thuisbevalling)
- ○ 8 spuug- / monddoekjes
- ○ 6 hydrofiele washandjes
- ○ 1 luieremmer/pedaalemmer
- ○ Vloeibare babyzeep
- ○ 1 babybadje met standaard (en evt. een Tummy tub)
- ○ 1 kammetje en haarborstel
- ○ Klein papieren vijltje of nagelsetje (voor de baby)
- ○ 1 maxicosi
- ○ 1 pak luiers maat 1

Als je geen borstvoeding wil geven:

- ○ 2 flessen
- ○ 2 spenen
- ○ Poedervoeding
- ○ Afwasborstel/rager

Tip:
We raden je aan om alles rond de 7e maand in huis te hebben.

Baren & zo
verloskundigenpraktijk