



Uitzetlijst

Kraampakket (aan te vragen bij de zorgverzekeraar):

- 5 celstof matjes
- 1 pak steriele gaasjes
- 1 pak zigzag watten
- 1 flesje alcohol 70%
- 2 pakken kraamverband
- 2 pakken maandverband (bij voorkeur zonder plastic laagje)
- 1 pak kraamverband groot
- 2 doosjes steriele gaasjes van 10x10 cm
- Een bedzeil of waterafstotend molton (rond 34 weken op de matras leggen)

Voor een thuisbevalling extra nodig:

- Cordring of navelklem
- Rol vuilniszakken
- 2 emmers
- Po/ondersteek (te leen bij Medipoint thuiszorgwinkel of Vegro)
- Kastje of strijkplank om alle spullen op te zetten
- 12 tot 18 hydrofiele doeken
- 2 kleine mutsjes
- Noodverlichting (opgeladen telefoon of zaklamp)

Bij borstvoeding:

- 2 voedingsbeha's
- Borstcompressen
- Vitamine D en K op oliebasis (vanaf dag 8 te gebruiken)
- Eventueel een fopspeen maat 6+, te gebruiken als de borstvoeding goed op gang is

Bij kunstvoeding:

- 1 kleine fles met speen
- Babyvoeding
- Flessenborstel
- Thermosflesje (voor de nachtvoeding)
- Vitamine D op oliebasis (vanaf dag 8 te gebruiken)
- Stevige (sport) BH om te gebruiken tijdens de stuiving

Overige benodigheden:

- 2 sets dekbedovertrekken inclusief hoeslakens en kussenslopen
- 3 sets keukendoek, vaatdoek, theedoek



- Bedverhogers en rugsteun voor in bed (te leen bij bv Medipoint thuiszorgwinkel of online bestellen bij Vegro) 2 digitale koortsthermometers
- 1 bidon, flesje of maatbeker om mee te spoelen op het toilet

Uitzet voor de baby:

- 1 wieg of ledikant
- Matras van minimaal 8 cm dik zonder aerosleep of plastic laagje
- 2 moltons
- 2 hoeslakens
- 2 ledikantlakens (voor de wieg gebruiken we ook graag ledikantlakens)
- 2 dekens van wol of katoen
- Aankleedkussen
- 2 hoezen voor het aankleedkussen
- 2 metalen kruiken met kruikzakken
- 2 baby mutsjes
- 3 overslagrompers maat 50/56 (overslag is prettig met aantrekken)
- 3 setjes kleding maat 50/56
- 3 paar baby sokjes
- 1 jasje
- 1 pak luiers maat 1 of newborn
- 2 pakjes billendoekjes
- 12 tot 18 hydrofiele doeken
- 5 hydrofiele washandjes
- 2 grote hydrofiele doeken of een omslagdoek
- 10 spuugdoekjes
- Baby wasgel, shampoo en huidolie
- Vaseline
- 1 babybadje met standaard
- Kartonnen nagelvijltje
- Kinderwagen en Maxi-Cosi autostoel
- Box met boxkleed

Graag apart zetten:

- Hygiënische schoonmaakdoekjes
- Toiletreiniger (zonder bleek)
- 1 rol pedaalemmerzakken (hemdtasjes)
- Zeepompje met desinfecterende handzeep

Handig om in huis te hebben:

- Opstapkrukje voor bij je bed
- Dienblad
- Wasmand
- Emmer voor het vullen van het badje
- Vlekken spray