

Uitzetlijst

Voor uzelf:

Een kraampakket (afhankelijk van uw polis) krijgt u via uw ziektekostenverzekeraar. Maar moet u dit zelf samenstellen, dan heeft u de volgende zaken nodig:

- 100 gram witte watten
- 2 pakjes steriele gazen 16/6
- 100 cc alcohol 70%
- 5 celstofmatjes
- 1 bedzeil ter bescherming van je matras
- desinfecterende zeep (liefst met zeepompje)
- 2 pakken kraamverband
- 1 pak maandverband
- evt 1-2 netbroekjes
- 1 thermometer (geen oorthermometer)

Als u thuis gaat bevallen ook nog:

- 1 steriele navelklem
- 1 pak inlegluiers (= zonder hechtstrip)
- 2 emmers + 2 grote vuilniszakken
- goede verlichting
- noodverlichting (een sterke zaklamp)

Voor de baby:

- 6 hemdjes of rompertjes in twee maten: 50/56 en 62/68
- 6 truitjes of babypakjes in twee maten: 50/56 en 62/68
- 6-12 hydrofielluiers (afhankelijk van droogmogelijkheden)
- hydrofiel washandjes
- 2 pakken wegwerpluiers
- eventueel 3 flanellen luiers (voor in de badcape)
- 2 emmers (met deksel); 1 voor de was en 1 voor het afval (bijvoorbeeld de papieren luiers)
- 6 spuugdoekjes
- wieg of ledikantje
- matrasje
- 2 moltons of moltonhoezen als matrasbeschermer
- 3 onderlakens of hoeslakens
- 3 bovenlakens
- 2 dekentjes
- katoenen babyslaapzakje
- 2 metalen naadloze kruiken
- 2 kruikenzakken
- 1 aankleedkussen
- babybadje of bademmer en eventueel een badstandaard
- 1 haarborstel of kammetje
- 3 grote badhanddoeken of badcapes
- mutsje voor direct na de geboorte
- maxi-cosi

Bij flesvoeding:

- 2 flessen
- 2 spenen
- 1 flessenrager
- 1 flessenwarmer (flesje kan eventueel ook op andere manieren verwarmd worden.)