

Bevallingstas

Puur Begin Kraamzorg



Mama

- Toilettas en cosmetica
- Eventuele medicatie
- Dikke sokken
- Bril en/of contactlenzen
- Bevaljurkje
- Voldoende ondergoed
- Slippers (voor onder de douche)
- Pantoffels
- 2 stuks nachtkleding
- Badjas
- Kleding voor als je naar huis mag

Bij borstvoeding

- Tepelcreme
- Zoogkompressen
- Voedingsbh's
- Extra gekolfde melk

Baby

- 5 rompers 50/56
- 5 kledingsets
- 5 paar sokjes
- 3 mutsjes
- Autostoeltje met voetenzak/dekentje
- Omslagdoek
- Jasje
- Speentje
- 5 spuugdoekjes

Bij flesvoeding

- Flessenset
- Flessenborstel

Extra's

- Ziekenhuispasje
- Identiteitsbewijs
- Verzekeringspasje
- Bevalplan
- Peri bottle of bidon
- Papieren verloskundige
- Telefoon en oplader
- Camera (video)
- Iets ter vermaak
- Iets te eten en drinken, eventueel dextro/druivensuiker
- Geld voor rolstoel/parkeerticket
- Lippenbalsem
- Muziekbox + afspeellijst
- Bevalkam



Het kan gebeuren dat je graag thuis wilt bevallen, maar toch onverwacht naar het ziekenhuis moet. Of je kiest ervoor om in het ziekenhuis te bevallen.



Wanneer je na geboorte een nacht moet blijven ter observatie mag papa ook blijven slapen. Neem voor hem ook kleding mee.



zorg dat je dit vanaf 37 weken klaar hebt staan



Thuisbevalling

Puur Begin Kraamzorg



Benodigdheden

- 2 emmers
- Vuilniszakken
- 2 digitale thermometers
- 2 dekbedovertrekken
- 2 hoeslakens
- Waterdichte matras beschermer vanaf week 35
- Kraampakket
- 1 extra lamp 70- watt halogeen of een looplamp, wit licht.

Kraampakket

- 70% alcohol
- Zakje witte wattenbollen
- Steriele navelklem/cording
- Bedzeil
- Matrasbeschermer
- Celstofmatjes
- Steriele gaasjes
- Kraamverband
- Netbroekje
- Handzeep/desinfectiemiddel

Baby

- 2 omslagdoeken
- 2 kruiken (aluminium)
- 2 kruikzakken
- 10 hydrofiele doeken
- 2 set kleding maat 50/56
- 2 mutsjes
- Luiers
- Billendoekjes

Extra's

- Bedklossen
- Ondersteek po
- Rugsteun
- Douchekruk
- Rol toiletpapier of keukenrol
- Muziekbox/afspeellijst
- Lippenbalsem
- Dextro + Snacks
- Rietjes om te drinken
- Postpartum Peri bottle of bidon
- Opstapje (indien nodig) om in en uit het bed te stappen
- Vaseline
- Bevalkam
- Bevalbad



Je bevalbed moet minimaal 80 cm zijn volgens de Arbowet



Vanuit je basisverzekering kun je ook kraamhulpmiddelen bestellen, zoals een ondersteekpo, douchekruk, ruggensteun en bedklossen. Deze zijn te bestellen bij een thuiszorgwinkel (zoals Medipoint of Duxxie). Heb je geen toilet op de verdieping waar je kraamkamer is, dan raad ik je aan om ook een po-stoel te bestellen



Neem contact op met je zorgverzekeraar en vraag of je recht hebt op een kraampakket. De meeste zorgverzekeraars vergoeden een kraampakket en sturen deze vaak kosteloos naar je toe



Uitzetlijst

Puur Begin Kraamzorg



Bad

- Bad + standaard en/of tummytub
- Nieuwe emmer
- Bad thermometer
- 2 Badcape
- Aankleedkussen (eventueel 1 extra voor beneden)
- Hoezen aankleedkussen
- Borsteltje + kammetje
- Shampoo en wasgel
- Badolie/babyolie
- Zand nagelvijltjes

Kleding

- 10 rompertjes (50/56)
- 5 mutsjes
- 10 sokjes
- 5 sets kleding maat 50
- 5 sets kleding maat 56
- Jasje
- Slofjes

Verzorging

- Luiers
- Billendoekjes
- Billenzalf

Doeken

- 2 Omslagdoeken/wikkeldoek
- 2 XL hydrofiele doeken
- 20 hydrofiele doeken
- 10 hydrofiele washandjes
- 10 spuugdoekjes
- Draagdoek/zak

Bij borstvoeding

- Tepelcreme
- Zoogkompressen
- Borstkolf (handmatig/elektrisch)
- Voedingskussen
- 2 Voedingskussenhoes
- Voedingsbh's
- Voedings shirt(s)
- Flesverwarmer
- Borstvoedingsinvriessysteem
- Vitamine D+K op oliebasis

Bij flesvoeding

- Flessen (3/4 verschillende)
- Flessenborstel
- Kunstvoeding
- Bewaardoos (flesvoeding)
- Melkpoeder container
- Afdruiprek
- Sterilisator
- Flesverwarmer
- Vitamine D op oliebasis

Kamer

- Wieg (co-sleeper)
- Ledikant bedje
- Matras minimaal 8cm dik
- 2 lakentjes (wieg)
- 2 hoelakentjes (wieg)
- 2 moltons (wieg)
- 2 dekentjes (wieg, eventueel wol)
- 2 lakentjes (ledikant)
- 2 hoelakentjes (ledikant)
- 2 moltons (ledikant)
- 2 dekentjes (ledikant)
- Commode
- Klerenkast
- Slaapzakjes
- Babyfoon
- Inbaker doek
- Voedings stoel

Extra's

- Kinderwagen
- Autostoel groep 0
- Verzorgingstas
- Verschoningsmatje
- Box
- Boxkleed (stof)
- Boxdek (plastic)
- Wipstoeltje
- Neuszuigertje
- 2 aluminium kruiken
- 2 kruikenzakken
- Fopspeentjes (geen ronde)
- Extra kraamverband (zonder plastic, eventueel kotex)
- Luiерemmer
- Kinderstoel/newbornset
- Babynestje
- Dienblad (voor ontbijt/lunch)
- Allesreiniger doekjes
- Vochtig toiletpapier

