



MoriaenKraamzorg

## Checklist uitzet

### Benodigdheden thuisbevalling

- matrasbeschermer \*
- 10 celstofmatjes \*
- navelklem \*
- 2 vuilniszakken
- 2 emmers
- 2 aluminium kruiken met hoezen
- bedklossen
- 70% alcohol \*
- steriele gaasjes \*
- desinfecterende zeep
- handdoeken/washandjes
- klossen/bedverhogers (bed 70 cm hoog)
- 'opstapje' voor naast het bed

### Benodigdheden geboortecentrum of ziekenhuis

- shirt / nachthemd
- ochtendjas met slippers
- toiletartikelen
- ondergoed
- sokken
- schone kleding na bevalling
- voedingsbeha
- rompertje / pakje / sokjes / muts / jasje
- maxi cosi
- dekentje
- foto / videocamera
- zwangerschapskaart
- geld
- document van erkenning of trouwboekje

in het ziekenhuis kan de vader eventueel 's nachts blijven slapen, neem ook voor hem wat spullen mee.

### Benodigdheden voor de baby

- 6 rompertjes
- 6 truitjes / broekjes of boxpakjes
- 12 hydrofiel luiers
- 6 hydrofiel washandjes
- 6 spuugdoekjes
- 1 matrasje 6 cm (wiegje)
- 1 matrasje 9 cm (ledikant)
- 1 molton of moltonhoes als
- matrasbeschermer
- 2 onderlaktentjes of hoelaktentjes
- 3 bovenlaktentjes
- 2 dekentjes (wol of katoen)
- 1 à 2 metalen aluminium kruiken met hoezen
- 1 aankleedkussen + 2 hoezen
- 1 babybadje + standaard of tummy tub
- 1 babyshampoo
- 1 babyolie
- 1 badolie
- 1 babyzalf
- 1 haarborstel en kammetje
- 2 badcapes
- 2 kleine mutsjes
- 1 thermometer
- 1 nagelvijltje

### Bij flesvoeding

- 2 flessen inclusief spenen
- 1 flessenborstel / 1 flessenwarmer
- 1 pak flesvoeding; standaard

### Benodigdheden kraamvrouw

- 2 sets bedverschoning
- 1 digitale thermometer (geen oor)
- 1 pak kraamverband \*
- 2 pak maandverband \*
- 1 pak zigzag watten \*
- 1 maatkan
- zoogcompressen

\* zit in het kraampakket dat je krijgt van je zorgverzekeraar