



Klantenservice (op werkdagen tussen 08.30 en 17.00 uur bereikbaar)
0513-727042

Planbureau (24/7 bereikbaar voor inzet van kraamzorg)
0513-727040

Bevallingslijn (24/7 bereikbaar wanneer de bevalling begint)
0513-727050

Kleertjes

- zes rompertjes
- twee babymutsjes
- drie paar sokjes
- vier babypakjes of vier truitjes met vier broekjes

Badspullen en verzorging

- minimaal twaalf katoenen hydrofiele luiers
- zes hydrofiele washandjes
- zes spuugdoekjes
- twee omslagdoeken
- babybadje + hoge standaard of tummy tub
- zacht haarborsteltje en kammetje
- aankleedkussen
- zeepvrije wasgel
- babylotiondoekjes
- een à twee pakken wegwerpluiers

Slapen

- wieg of ledikantje
- stevig polyether matras (minimaal acht centimeter dik)
- twee kruiken
- twee kruikenzakken
(van katoen, badstof of molton, niet gewatteerd)
- twee dekentjes
- drie hoelakentjes van katoen
- drie bovenlakentjes van katoen
- drie (molton) luiers

Voordat je kindje geboren is, kun je meestal niet goed inschatten hoe groot je kindje bij de geboorte zal zijn. Daarom is het verstandig niet alleen maar de kleinste maat kleertjes aan te schaffen. In deze checklist vind je een overzicht van welke lengte bij welke kledingmaat past. Let op, niet elk merk valt hetzelfde qua maat.

Voor een thuisbevalling

- twee celstof kraammatrasjes
- navelklem
- plastic zeil of afdekfolie
(voor extra matrasbescherming)
- afvalzakken
- zeepompje
- washandjes, handdoeken
- noodverlichting (bijv. zaklantaarn)
- eventueel reservezekeringen
- een rol toiletpapier
- plastic waskom/teiltje
(voor het wassen van de kraamvrouw)
- po/ondersteek
- kleine pedaalemmerzakken
- twee schone emmers (voor wasgoed en afval)

Bij borstvoeding

- zoogcompressen
- eventueel een voedings-BH

Bij kunstvoeding

- twee voedingsflesjes (met 10 cc aanduiding)
- een pak voeding voor pasgeborenen
- flessenborstel

Voor een ziekenhuisbevalling

Zorg dat je vanaf week 36 het volgende klaar hebt staan:

- toiletpullen
- twee pyjama's
- badjas
- twee setjes ondergoed
- twee paar warme sokken
- pantoffels/slippers
- ruim shirt voor de bevalling
- schone kleding voor de terugreis
- spuugdoekje
- twee setjes babykleertjes
- babyjasje/-vestje
- babymutsje
- omslagdekentje voor onderweg
- zwangerschapskaart
- inschijfbewijs voor kraamzorg
- telefoon + oplader
- fototoestel/videocamera
- autostoeltje
- muntgeld voor rolstoel (vaak € 2)
- geld voor parkeermeter
- eventuele schone kleding partner

Tip: Bescherm je autostoel als je naar het ziekenhuis gaat met een celstofmatje uit je kraampakket.

Baby

Tot 50 cm
51 tot 56 cm
57 tot 62 cm

Kledingmaat

maat 50
maat 56
maat 62

Voor de kraamtijd*

- twee doosjes steriele gaaskompressen
- flesje alcohol 70% (100 cc)
- afplaktape/luiertape
- tien onderleggers
- twee pakken kraamverband
- een pak maandverband
- zigzagwatten
- litermaat of bidon
- twee digitale thermometers
- een paar nieuwe huishoudhandschoenen (maat M)
- bedverhogers of hoog bed (80 cm)
- voldoende beddengoed

*) Veel benodigheden voor de bevalling en de kraamtijd zitten in een kraampakket.

Raadpleeg
www.veiligheid.nl/kinderen/in-en-om-het-huis

voor adviezen over de aanschaf van producten. Al onze kraamverzorgenden hebben een eigen weegschaal bij zich.