

# Checklist babyuitzet

We hebben een checklist voor je samengesteld van spullen waarvan wij denken dat je ze in de kraamtijd in ieder geval nodig hebt en in huis kan halen voordat de bevalling begint. Dit is uiteraard een indicatie, om je een idee te geven. In de winkels van BabyPlanet adviseren de medewerkers je met plezier over de verschillende producten.

nummer  
in kraamzorg



## Slapen

- 2 kruiken
- 2 kruikenzakken
- wiegje en/of ledikantje
- polyether matras, minimaal 8 cm. dik
- molton hoeslaken
- 2 dekentjes
- 3 hoeslakentjes
- 3 bovenlakentjes
- 2 molton bedzeiltjes (wasbaar). Let op de maat van ledikant, wieg of kinderwagen

## Kleding

Bedenk bij de aanschaf van babykleding dat de maat die je nodig hebt afhangt van de grootte van je baby. Wanneer je veel aanschaf van de kleinste maat en je verwacht een grote baby, dan loop je het risico dat de kleertjes niet meer passen. Om je een indicatie te geven van welke maat bij welke lengte past hebben we onderstaande tabel toegevoegd.

Baby	Kledingmaat
Tot 50 cm	maat 50
51 tot 56 cm	maat 56
57 tot 62 cm	maat 62

Overigens vallen maten per merk nog weer verschillend uit. Kleertjes die handig zijn om in huis te hebben zijn:

- rompertjes
- truitjes/broekjes of boxpakjes
- sokjes
- vestje of jasje
- 2 mutsjes

## Badspullen

- badje
- badstandaard
- 2 omslagdoeken
- babyzeep of wasgel

## Verzorging

- commode
- aankleedkussen
- haarborsteltje/kammetje
- 18 hydrofielluiers
- hydrofiele washandjes
- spuugdoekjes
- 1 pak billendoekjes
- wegwerpluiers of gevormde katoenen luiers
- afval Emmertje

## Bij borstvoeding

- zoogkompresen
- 1 voedings-BH die aan het eind van de zwangerschap goed past

## Bij kunstvoeding

- 1 zuigfles + speen
- 1 blik of pak kunstvoeding
- flessen- en spenenborstel



## Je eigen notities

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Voor de thuisbevalling/kraamperiode

- kraampakket, inhoud:
  - 1 kraammatras
  - 10 celstofmatjes
  - 2 pakken kraamverband
  - 2 doosjes steriele gasjes
- bedklossen of een verhoogd bed
- extra kussens
- ondersteek
- 2 digitale thermometers (géén oorthermometers)
- 2 emmers
- vuilniszak
- plastic zeil
- teiltje
- litermaat of schone fles
- reservezekeringen
- reservelampen
- noodverlichting (zaklamp)

### Bagage voor de ziekenhuisbevalling

(van te voren klaarzetten, ook bij een thuisbevalling)

- toiletspullen
- 2 pyjama's
- badjas
- 2 setjes ondergoed
- 2 paar warme sokken
- pantoffels/slippers

- ruim shirt voor de bevalling
- schone kleding voor de terugreis
- spugdoekje
- 2 setjes babykleertjes
- babyjasje
- babymutsje
- omslagdekentje voor onderweg
- zwangerschapskaart
- inschrijfbewijs voor kraamzorg
- telefoon + oplader
- fototoestel/videocamera
- autostoeltje
- kleingeld voor parkeermeter en rolstoel
- eventuele schone kleding partner

### Borstkolf

Soms heb je een borstkolf nodig. In de kraamtijd kun je het beste kiezen voor een elektrische borstkolf. Tijdens de zwangerschap hoef je hier nog niets voor aan te schaffen. Mocht je een kolf nodig hebben, dan kun je deze bij Kraamzorg Het Groene Kruis\* huren/kopen. Samen met je kraamverzorgende en/of lactatiekundige kun je overleggen welke kolf geschikt is. Ook wanneer je wilt gaan kolven na je zwangerschapsverlof is het raadzaam om met de aanschaf van een kolf nog even te wachten.



[Postadres] Postbus 4044 9701 EA Groningen  
[Bezoekadres] Queridolaan 5 9721 SZ Groningen  
[Telefoon] (050) 366 64 11  
[E-mail] [info@kraamzorghetgroenekruis.nl](mailto:info@kraamzorghetgroenekruis.nl)  
[Website] [www.kraamzorghetgroenekruis.nl](http://www.kraamzorghetgroenekruis.nl)

\*Kraamzorg Het Groene Kruis is een B.V. van het Martini Ziekenhuis Groningen



kraamzorg  
**het groene kruis**  
*Wij zorgen voor jullie!*