

# Checklist babyuitzet

We hebben een checklist voor je samengesteld met spullen die je 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. Via onze samenwerkingspartner Medipoint kun je een aantal geselecteerde kraamzorghulpmiddelen, zoals bedklossen, gratis lenen. Meer informatie vind je op onze website.

nummer  
in kraamzorg



## Slapen

- twee kruiken
- twee kruikenzakken
- wiegje en/of ledikantje
- polyether matras, minimaal acht centimeter dik
- molton hoeslaken
- twee dekentjes
- drie hoeslakentjes
- drie bovenlakentjes
- twee molton bedzeiltjes (wasbaar)

Let op de maat van het ledikant, de wieg of de 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

Tot 50 cm  
51 tot 56 cm  
57 tot 62 cm

### Kledingmaat

maat 50  
maat 56  
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
- twee mutsjes

## Badspullen

- badje
- badstandaard
- twee omslagdoeken
- babyzeep of wasgel

## Verzorging

- commode
- aankleedkussen
- haarborsteltje/kammetje
- achttien hydrofiele luiers
- hydrofiele washandjes
- spuugdoekjes
- een pak billendoekjes
- afvalemmertje
- wegwerpluiers of voorgevormde katoenen luiers

## Bij borstvoeding

- zoogkassen
- een voedings-BH, zonder beugel, die aan het eind van de zwangerschap goed past

## Bij kunstvoeding

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

## Je eigen notities



---

---

---

---

---

---

---

---

### Voor de thuisbevalling/kraamperiode

- kraampakket, inhoud:
  - een kraammatras
  - tien celstofmatjes
  - twee pakken kraamverband
  - twee doosjes steriele gaasjes
  - een pak watten
  - een flesje alcohol 70%
  - een navelklem
- bedklossen of een verhoogd bed (80 centimeter)
- extra kussens
- ondersteek
- thermometer (voor de baby géén oorthermometer)
- twee emmers + vuilniszakken
- plastic zeil
- teiltje
- litermaat of schone fles
- reservezekeringen
- reservelampen
- noodverlichting (zaklamp)
- vaseline

### Bagage voor de ziekenhuisbevalling

(klaarzetten vanaf week 36, ook bij een thuisbevalling)

- toiletpullen
- twee pyjama's
- badjas
- twee setjes ondergoed
- twee paar warme sokken
- pantoffels/slippers

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

**Tip:** Wij raden je aan om vanaf week 36 van je zwangerschap je matras te beschermen.

- ruim shirt voor de bevalling
- schone kleding voor de terugreis
- spuugdoekje
- twee setjes babykleertjes
- babyjasje/-vestje
- babymutsje
- omslagdeken voor onderweg
- zwangerschapskaart
- inschrijfbewijs voor kraamzorg
- telefoon + oplader
- fototoestel/videocamera
- autostoeltje
- muntgeld voor rolstoel (vaak € 2,-)
- geld voor parkeermeter
- 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.

### Meerling

Verwacht je een meerling? Op onze website vind je een checklist voor meerlingen!

Queridolaan 5, 9721 SZ Groningen  
Postbus 4044, 9701 EA Groningen  
(050) 366 64 22  
info@kraamzorghetgroenekruis.nl  
www.kraamzorghetgroenekruis.nl

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

