

## Benodighedenlijst bevalling en kraamzorg

### Voor de kraamvrouw

(vind je mogelijk in het kraampakket van de zorgverzekeraar, maar is afhankelijk van je verzekering)

- 100 gram witte watten (eventueel 1 pak extra)
- 2 pakken steriele gazen (8,5 cm bij 5 cm)
- 5 steriele gazen (10 cm bij 10 cm)
- 100 ml alcohol 70%
- 5 onderleggers (bij thuisbevalling 5 extra)
- 2 pakken kraamverband
- 1 pak inlegluiers voor de kraamvrouw (eventueel 1 pak extra)
- 1 steriele navelklem
- 1 à 2 kraammatrassen
- 1 pak maandverband

### Voor kraambed thuis:

- desinfecterende zeep
- 2 emmers
- fles of maatbeker om te spoelen
- toiletpapier
- bedklossen
- ondersteek/po
- matrasbeschermer
- plastic waskom
- 3 wegwerp nierbekkentjes (verkrijgbaar in de thuiszorgwinkel)
- plastic zakken groot en klein

### Voor de baby:

- 1 digitale thermometer (geen oorthermometer), deze wordt ook voor de kraamvrouw gebruikt
- 2 metalen kruiken met kruikenzakken (geen nylon)
- 3 à 4 rompertjes maat 50/56 of 62
- 3 à 4 babytruitjes maat 50/56 of 62
- 3 à 4 broekjes maat 50/56 of 62
- 12 hydrofiel luiers
- 2 uitwasbare babyzeiltjes (gemoltonoord)
- 2 bovenlaktentjes
- 2 hoeslaktentjes
- 12 spuugdoekjes
- 6 hydrofiel washandjes
- 2 omslagdoeken
- 1 babybadje met standaard
- 1 afvalbakje
- 1 stuk babyzeep of zeepvrije wasgel
- babyverzorgingsdoekjes
- babyborstel
- 2 katoenen of wollen dekentjes
- 1 aankleedkussen

### Bij het geven van borstvoeding:

- 1 pak borstcompressen
- 1 voedingsbeha

### Bij het geven van flesvoeding:

- 1 pak flesvoeding
- 2 flessen (met kleine schaalverdeling)
- 1 flessenborstel

