



# Uitzetlijst

## Voor je bed:

- matrasbeschermer
- 8 celstofmatjes
- Bedverhogers:**  
bed van moeder is minimaal  
80-90 cm hoog! V.a. 37 weken.
- Ruggesteun

## Bij een thuisbevalling:

- 8 celstofmatjes
- noodverlichting
- 1 rol WC papier
- 1 pak zout voor de bevalingswas
- 2 emmers
- 2 vuilniszakken
- 2 pakjes steriele gaasjes 10x10
- 1 pak watten a 100 gr.
- 2 steriele navelklemmen
- 1 zeppompje, ongeparfumeerd
- 1 flesje alcohol 70%
- 3 pakken kraamverband

## Poliklinische bevalling

- 5 celstofmatjes
- 2 pakjes steriele gaasjes 10x10
- 1 pak watten a 100 gr.
- 1 steriele navelklem / cordring
- 1 zeppompje, ongeparfumeerd
- 1 flesje alcohol 70%
- 3 pakken kraamverband

## Bij borstvoeding

- zoogcompressen
- 3 voedingsbeha's
- voedingskleding
- voorlichtingsavond?

## Bij kunstvoeding

- 2 flessen
- 2 spenen voor pasgeborene
- 1 flessenrager
- voeding

## Uitzet voor je baby

- 2 (wollen) mutsjes
- 3 rompertjes maat 50
- 3 rompertjes maat 56
- setjes kleding in maat 56
- 12 hydrofiele luiers
- 6 hydrofiele washandjes
- 6 spuugdoekjes
- 2 pakken wegwerpluiers  
maat 3-4 kg. of  
18 (voorgevormde) katoenen  
luiers met toebehoren
- vaseline / bepanthen / heilwol
- wiegje (met hemel)
- ledikant  
(babyfoon)
- 2 (wollen) moltons of  
moltonhoezen
- 3 (katoenen) onder-/hoeslaketjes
- 3 bovenlaketjes
- 2 wollen dekentjes
- 2 metalen naadloze kruiken
- 2 kruikenzakken
- 1 aankleedkussen
- 1 babybadje met  
badstandaard en afvoer
- 1 schone emmer voor vullen  
van het bad.
- 1 luiieremmer met deksel
- baby wasgel
- 1 haarborstel en kammetje
- 2 badcapes of 2 grote  
badhanddoeken
- kindervagen met reiswieg
- goedgekeurd autostoeltje

## Voor huishoudelijke taken

- stromend water op de  
verdieping waar moeder en  
kind verzorgd worden.
- stofzuiger met telescoopslang
- veilige apparatuur
- trap met trapleuning & leeg!
- schoonmaakmiddelen
- schoonmaak materialen
- 1 draagbare wasmand

## Wat neem je mee naar het ziekenhuis?

- legitimatiebewijs en bewijs  
van verzekering
- telefoonnummers van kraam-  
zorg, familie, etc.
- mobiele telefoon + oplader
- fototoestel / camera met vol-  
doende geheugen
- oordopjes
- toiletartikelen / cosmetica
- bril / contactlenzen
- eigen medicatie
- 2 stuks nachtkleding
- oordopjes
- ochtendjas
- pantoffels / slippers
- badslippers voor de douche
- ondergoed / beha
- comfortabele kleding voor als  
je weer naar huis gaat
- iets te lezen / puzzelen
- iets te eten / drinken  
(in het ziekenhuis krijg je  
standaard maaltijden, koffie,  
thee en aanmaaklimonade).
- parkeergeld
- pinpas
- rompertjes
- setje babykleding
- sokjes
- mutsje
- jas
- dekentje
- goedgekeurd autostoeltje

## Verder in de kraamweek

- 2 digitale thermometers  
(1 voor moeder en 1 voor de  
baby) 1 maatkan voor  
naspoeien
- plastic boterhamzakjes voor  
verwijdering kraamverband
- 3 sets beddengoed voor  
de moeder
- Kamillethee
- Lavendelolie