

Uitzetlijst Kraamzorg Lavien

Kraampakket	Thuisbevalling
<p>Soms ontvang je via de zorgverzekering een kraampakket. Daar zitten al veel benodigdheden in, controleer dit even voordat je tot aanschaf overgaat.</p> <p>Het kraampakket bestaat uit:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 5 celstofmatjes ○ 2 pakken steriele gaasjes (10x10 cm) ○ 1 steriele navelklem ○ 1 pak zigzag watten ○ Zeepompje met (ongeparfumeerde) desinfecterende zeep ○ Flesje alcohol (70%) 100ml ○ 2 pakken normaal maandverband ○ 2 pakken kraamverband ○ 1 bedzeil ○ 2 netbroekjes (wegwerpbroekjes) <p>Wat heb je nog meer nodig?</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 2 digitale thermometers (ook één voor de baby) ○ 1 bidon of maatkan om te spoelen na toiletgang ○ Opstapje (indien nodig) om in en uit het bed te stappen ○ 1 extra set beddengoed ○ Goedgekeurd babyautostoeltje (zie www.veiligheid.nl voor meer informatie over veilige autostoeltjes) ○ Zorg dat er een tas klaarstaat, voor het geval dat je toch naar het ziekenhuis moet 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Wil je graag thuis bevallen, dan heb je naast je kraampakket ook de volgende spullen nodig: ○ 2 kraammatrassen ○ 5 celstofmatjes ○ Afdekzeil of waterdichte molton onderdeken, als matrasbescherming ○ Zout (voor de bevallingswas) ○ Vuilniszakken ○ Rol toilet papier/ keukenpapier ○ 2 (afval)emmers met hengsel (10 liter) ○ Po in plastic verpakt of in een schone kussensloop ○ 1 extra lamp 70 watt halogeen (of vergelijkbaar) of een looplamp, wit licht Noodverlichting (sterke zaklamp met batterijen) ○ 1 waskom (plastic teiltje)
	Ziekenhuisbevalling
	<p>Inhoud tas voor in het geval van een ziekenhuisbevalling:</p> <p>Voor jezelf:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Ondergoed ○ Nachtkleding ○ Badjas ○ Stevige (voedings-)bh ○ Makkelijk shirt voor tijdens de bevalling en makkelijke kleding voor na de bevalling ○ Toiletartikelen ○ Pantoffels en slippers (voor onder de douche) ○ Iets te lezen, muziek, fotocamera ○ Verzekeringspasje <p>Voor de baby:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Kleertjes ○ Jasje en mutsje ○ Omslagdoek
Voor de baby	
<p>Kleding</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 6 rompertjes maat 50/56 ○ (9 rompertjes maat 44/50/56 bij een tweeling) ○ 4 setjes kleding vanaf maat 50/56 ○ (6 setjes vanaf 44/50/56 bij een tweeling) ○ 1 jasje (2 jaszjes bij een tweeling) 	<p>Bij wasbare luiers:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 24 wasbare luiers (36 bij een tweeling) ○ 1 pak inlegluiers ○ 4 overbroekjes (6 bij een tweeling) <p>Slapen</p> <p>Dubbele hoeveelheid bij een tweeling</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Wieg of ledikantje (spijltjes maximaal 7 cm uit elkaar) ○ Stevig matras (8-10 cm dik)

- 2 mutsjes (4 mutsjes bij een tweeling)

Verzorging

- Commode (minimaal 90 cm hoog en liefst 70 cm diep)
- Aankleedkussen en 2 hoezen
- Hard plastic badje met standaard (hoogte 100/105 cm), of tummy tub
- (Luier)emmer eventueel met deksel
- Prullenbak
- Pedaalemmerzakjes
- Zeepvrije wasgel
- Babyzalf/babyolie
- Haarborstel en kammetje
- 2 omslagdoeken of badcapen (3 bij een tweeling)
- 12 hydrofiel luiers (18 bij een tweeling)
- 6 hydrofiel washandjes (9 bij een tweeling)
- 1 pak billendoekjes (evt. wasbare billendoekjes)
- Minimaal 1 naadloze ijzeren kruik voorzien van een keurmerk (bij voorkeur 2) met een kruikenzak van katoen of flanel
- 10 spuugdoekjes (15 bij een tweeling)
- 1 pak luiers (2 pakken bij een tweeling)
- Rolletje papieren tape

- 1 molton of moltonhoes (100% katoen, zonder rubber tussenlaagje)
- 3 hoeslakentjes
- 3 boven lakentjes
- 2 dekentjes (wol of katoen)
- Meer informatie over veilig slapen op www.veiligheid.nl

Voeding

Bij borstvoeding:

- 1 pak zoogcompressen
- Voedings-bh (evt. voedingshemdje)
- Vitamine K Olie
- Vitamine D op olie- of waterbasis

Bij flesvoeding:

Dubbele hoeveelheid bij een tweeling

- 2 flesjes
- 2 spenen
- 1 flessenrager
- Voeding (in overleg met verloskundige)
- Vitamine D op olie- of waterbasis