

A person's hands are shown holding a green quilted blanket over a bed. The bed is covered with various folded linens, including a white blanket, a blue quilted blanket, and a brown blanket. The person is wearing a grey long-sleeved shirt. The background is a soft, out-of-focus indoor setting.

Kraampakket  
&  
Benodigdheden

# Geboortehuis

## Kraampakket en benodigheden

### **Kraampakket**

Afhankelijk van je verzekeringspakket ontvang je van de zorgverzekeraar wel of geen kraampakket rond de 30 weken zwangerschap. Je moet dit pakket zelf ruim van te voren aanvragen! Mocht je er geen ontvangen dan moet je zelf voor een kraampakket zorgen. Je kunt dit bij de apotheek aanschaffen. Maar op de praktijk komen regelmatig ongebruikte spullen uit kraampakketten retour, waaruit we ook vaak een – min of meer compleet – pakket kunnen samenstellen. Je mag hier naar vragen!

Voor een thuisbevalling heb je een volledig kraampakket nodig. Mocht je in het ziekenhuis bevallen dan zul je ook veel spullen uit het pakket gebruiken zoals het kraamverband, de celstofmatjes en de matrasbeschermer. Bekijk het kraampakket alvast voor de bevalling zodat je weet wat er allemaal in zit.

### **Inhoud kraampakket:**

- 5-8 celstofmatjes
- 1 grote witte celstofmat
- 2 pakken steriele gazen van 16x16 cm
- 1 pak watten a 100 gram
- 1 steriele navelklem
- 1 zeppompje
- 1 flesje alcohol 70%
- 1 pak kraamverband
- 2 pakken maandverband
- 1 matras beschermer

# Geboortehuis

## Kraampakket en benodigheden

### Benodigheden voor de baby

Naast gebruikelijke spullen zoals een bedje en dergelijke zijn er aantal dingen die wij voor je op een rijtje hebben gezet. Er is zoveel te koop dat het soms lastig is om te weten wat je nou echt nodig hebt.

- (minimaal) 1, maar liefst 2 kruiken met kruikenzak
- 2 digitale thermometers (niet voor in het oor maar voor rectaal/oraal gebruik, 1 voor de baby, 1 voor moeder)
- omslagdoek (kan met en zonder muts eraan vast)
- 8 hydrofiel luiers (minimaal)
- 2 spuugdoekjes
- aankleedkussen
- 6 babypakjes
- 6 rompertjes
- 3 paar sokjes
- muts (handig om er minimaal 2 te hebben)
- 2 pakken luiers voor pasgeborenen
- kraampakket (zie onderdeel kraampakket, deze krijg je van je verzekeraar)
- badje/tummytub
- babyzeep/olie
- 3 bedlakentjes
- 3 hoeslakens
- beddekentje (wol/katoen)
- 2 moltons
- luierremmer

### Let bij het aanschaffen van het bedje op de slaapveiligheid

- stevig matras, zodat de baby er niet in wegzakt
- matras die aangepast is aan de afmeting van het wiegje of bedje, zodat daar geen ruimte tussen zit
- geen hoofdkussen
- geen bekleding rond het bed van dunne ongevoerde stof.
- de bedspijlen mogen niet meer dan 8 cm van elkaar staan
- geen overbodige spullen in het bedje zoals knuffelbeesten.