

Checklist

Spullen voor de bevalling



NOVA.
verloskundigen / Vlissingen
en omstreken

Vanaf 37 weken: Bed op klossen (hoogte van 70-80cm) via Medipoint

Thuisbevalling

- Kraampakket klaarzetten
- 5 tot 10 gestreken katoenen luiers
- Ondersteek via Medipoint
- Twee emmers met vuilniszakken
- Voor de zekerheid: de tas of koffer met spullen voor een poliklinische bevalling

De kamer waarin je bevalt mag niet hoger dan de eerste verdieping liggen en moet goed te verwarmen zijn. Zorg voor voldoende ruimte naast het bed en een goede lichtbron in de kamer.

Poliklinische bevalling

Een tas of koffer met onderstaande spullen:

- Zwangerschapskaart met eventueel geboorteplan
- Verzekeringspasje, identiteitsbewijs, portemonnee
- Toiletspullen
- Lippenbalsem
- T-shirt om in te bevallen
- Nachtkleding
- Dikke sokken en eventueel badjas
- Ondergoed (voedings BH)
- Pantoffels of slippers
- Kleding om in naar huis te gaan
- Eventueel bodylotion of massageolie, druivensuiker, lekker kussen, muziek
- Babykleding:
 - Rompertjes
 - Een paar pakjes inclusief mutsje
 - Sokjes
 - Jasje
 - Omslagdoek
- Maxicosi
- Fotocamera met lader
- Digi-D's en eventuele akte van erkenning