

Wat moet je in huis hebben voor de bevalling en het kraambed?

Kraampakket – controleer of alles wat hieronder staat minimaal in het kraampakket zit. Zo niet, vul het dan zelf aan (**controleer eventueel zelf bij je verzekering of je het kraampakket vergoed en/of geleverd krijgt**).

Dit moet je minimaal in huis hebben:

- 2 digitale thermometers
- babykruik mét kruikenzak
- 6 tot 10 katoenen hydrofiele luiers
- 2 babymutsjes
- navelklem
- flesje alcohol
- pak zigzag watten
- kraammatjes (als je thuis wilt bevallen, moet je er minimaal 10 in huis hebben, anders ongeveer 5)
- steriele gaasjes van 16 x 16 cm
- 2 pakken kraamverband (ongeparfumeerd en zonder plastic)
- vuilniszakken

eventueel :

- voor aambeien: curanol zalf en pilletjes
- voor bevordering wondgenezing: arnica druppels of pilletjes (3x daags)