



## Wat heb je nodig voor een thuisbevalling:

### Uit het kraampakket:

- Matrasbeschermer
- 1 Celstof mat met plastic uiteinden/  
kraammatras
- Minimaal 10 celstof matten
- Minimaal 2 pakken kraamverband
- Minimaal 10 grote steriele  
gaaskompressen
- 1 doosje kleine steriele gaaskompressen (16x16)
- 1 flesje alcohol 70%
- 1 navelklem
- Zeep

### Verder:

- Bedverhogers/ klossen (te huur  
bij medicura.nl). Zonder klossen  
kunnen wij **in principe geen**  
thuisbevalling begeleiden
- Ondersteek/po, te huur bij medicura.nl
- 1 à 2 ijzere kruiken
- Kruikenzak(ken)
- Minimaal 6 hydrofiel of flanelle luiers
- Badcape/omslagdoek
- Rompertjes
- Wegwerp of katoenen luiers
- 1 pakje, broekje en/of truitje, sokjes
- 2 mutsjes
- Digitale koortsthermometer,  
**géén** oorthermometer

### Zelf aanvullen met:

- 3 grote vuilniszakken
- 2 emmers
- 1 rol toilet papier

### Tas met spullen indien bevalling niet thuis kan plaatsvinden:

- Toiletspullen, eventueel lens en/of bril
- Nachtkleding voor jezelf
- Ondergoed
- Maxi-cosi
- Kleding voor de baby (romper, broekje, truitje, sokken, muts)
- Foto-toestel en/of videocamera
- Zorgplan van je kraaminstelling
- Indien nodig: medicatie en/of papieren Rhesus D