

## Materiaallijst bij thuisbevalling

Kraampakket (brengt de vroedvrouw mee tijdens het prenatale huisbezoek)

- 5 onderleggers
- 1 kraammatras
- 20 kraamverbanden
- 1 navelklem
- 15 steriele kompressen
- 1 pak katoenen watten
- 2 wegwerp slips

## Benodigheden

### Voor de moeder:

- Wasmand of kartonnen doos
- Bed met matrasbescherming
- Ruime t-shirts
- Ruime slips
- Handdoeken en washandjes
- Zeep of douchegel
- Goede warmtebron voor warm water (22 à 25°C)
- Verplaatsbare spot en verlengsnoer
- 1 propere emmer
- 1 grote vuilniszak
- Grote glazen/plastic/stenen kom (2L)
- Doos plukzakdoekjes
- 2 propere dweilen (al reeds eens gewassen)
- 10 stuks katoenen lappen van 40x40cm (Huissteriel door kookwas en strijken met stoom)
- Vloerbescherming
- Schotel

- Laag tafeltje
- Ijsblokjes
- Druivensuiker
- Massageolie

### Voor de baby:

- Grote rode badhanddoek
- Romper met hemdje, broekje, sokjes of kruippakje
- 2 mutsjes
- Verzorgingskussen
- Warmwaterkruik of kersenpitkussen
- Luiers
- Koortsthermometer
- Opgemaakt wiegje of bedje
- Dekentje

## Samen te bespreken

- Plaats voor de bevalling en evt. hechting
- Parkeerplaats voor twee auto's
- Koffertje voor eventuele ziekenhuisopname (toiletpullen, slaapkleding, babykledij, camera,...)
- Babysit voor de andere kinderen of huisdieren  
-> bekijk de verschillende scenario's: overdag / 's nachts
- Vitamine K, D en eventueel Rhogam
- GBS-screeningresultaat

## Wanneer bel je ons?

### Overdag:

- Als je weeën hebt
- Als je vliezen breken
- Als je het gevoel hebt dat het wel eens begonnen zou kunnen zijn
- Als je ons nodig hebt!

### 's Nachts:

- Wanneer je vliezen breken en het vruchtwater is niet helder van kleur. Helder van kleur wil zeggen doorzichtig, wit, rozig of met witte vlokjes. Niet helder wil zeggen bruin of groen.  
Het kan zijn dat je weeën niet direct beginnen. Ons advies: rust nog wat tot die tijd en bel ons sowieso in de ochtend.
- Als je weeën hebt om de 5 minuten en ze duren 45 tot 60 seconden.
- Als je ons nodig hebt!