

Basischecklist babyuitzet

Je bent zwanger! Gefeliciteerd! Er komt een hoop op je af en er moet flink wat geregeld worden. Er zijn veel babyspullen te koop, wat het lastig maakt te bepalen wat je écht nodig hebt. De lijst hieronder geeft je een beeld van de basisbenodigdheden voor de eerste weken na de geboorte. Hiermee kun je voor jezelf en je baby zorgen.

Tips:

- ✓ Veel spullen zitten in het kraampakket van je zorgverzekeraar. Bekijk de inhoud op hun website.
- ✓ Je kunt deze spullen nieuw kopen, maar veel is ook tweedehands te vinden.
- ✓ Onderaan staan ook nice-to-haves. Twijfel je over deze extra's? Vraag jonge ouders in je omgeving wat zij onmisbaar vonden en wat ze uiteindelijk niet hebben gebruikt.

!Let op: Gebruik je ook de 'checklist thuis bevallen'? Er zit een overlap in benodigdheden.

Voor moeder

- ☐ Twee pakken normaal maandverband
- ☐ Twee pakken kraamverband
- ☐ Vijf celstofmatjes
- ☐ Een digitale thermometer
- ☐ Een maatkan of fles met brede hals om mee te spoelen na toiletgebruik
- ☐ Voedingsbeha's

Voor de baby

- ☐ Flesje (50cc) gedenaturaliseerde alcohol 70%
- ☐ Een pak zigzag watten
- ☐ Twee pakken steriele gaasjes 16x16
- ☐ Zes rompers met korte mouwen
- ☐ Zes rompers met lange mouwen
- ☐ Zes setjes kleding vanaf maat 50/56 (broekje en truitje/vestje of t-shirt met lange mouwen)

- ☐ Zes paar sokken
- ☐ Drie mutsjes
- ☐ Een jasje
- ☐ Tien hydrofiele doeken 60x60
- ☐ Twee hydrofiele doeken 100x100
- ☐ Vier hydrofiele washandjes
- ☐ Een digitale thermometer
- ☐ Co-sleeper, wieg of ledikant met spijlen (maximaal 7 cm afstand tussen de spijlen)
- ☐ Matras
- ☐ Twee moltons
- ☐ Drie onderlakens of hoeslakens
- ☐ Drie bovenlakens
- ☐ Twee dekentjes (liefst 1 wol en 1 katoen, geen dekbed of fleecedeken)
- ☐ Twee kruikenzakken van katoen of flanel
- ☐ Kinderwagen
- ☐ Autostoel/Maxi-Cosi
- ☐ Een naadloze ijzeren kruik met rubberen binnenplaatje, voorzien van een keurmerk logo. Controleer de kruik van tevoren én voor ieder gebruik op lekken.
- ☐ Een pak wegwerpluiers
- ☐ Eventueel: startpakket wasbare luiers van (eco)katoen, kunstvezel of bamboe. Ook als je wasbare luiers gaat gebruiken zijn de eerste dagen wegwerpluiers handig voor de eerste ontlasting (meconium) van de baby.

Borstvoeding

- ☐ Zoogkompressen
- ☐ Voedingsbeha's
- ☐ Tepelzalf
- ☐ Vitamine K en D druppels

Flesvoeding

- ☐ 2 flessen met spenen
- ☐ 1 flessenborstel
- ☐ Flessenwarmer of magnetron
- ☐ Een strakke bh zonder beugels tegen stuwing
- ☐ Vitamine D

Nice to have

- ☐ 6 spuugdoekjes
- ☐ Hard plastic badje met standaard (hoogte 100/105 cm) of een tummy tub
- ☐ Zeepvrije wasgel
- ☐ 2 babycapen
- ☐ Voedingskussen
- ☐ Zalf voor de billen van de baby
- ☐ Nagelvijs voor baby's
- ☐ Commode
- ☐ Aankleedkussen met 4x hoes
- ☐ Luijeremmer