

Voor de bevalling:

handig om te weten, te hebben en te doen

www.debakermatzutphen.nl

Thuisbevalling:

- je bed ophogen tot ongeveer 80-90 cm
- je bed graag bereikbaar vanaf de linkerzijde gezien vanaf het voeteneinde
- een matrasbeschermer
- kraampakket (graag onuitgepakt op de bevalkamer of onder je bed)
- (een pak) zout
- twee emmers met in één een vuilniszak
- een goede lichtbron
- in de wieg of co-sleeper:
 - 2 metalen kruiken met kruikenzakken
 - een omslagdoek of dekentje voor de baby
 - een stapel hydrofiel doeken
 - kleertjes, een luiertje en een muts voor de baby
 - een rol wc-papier en/of een pak (baby-) billendoekjes
- een ziekenhuistas (zonder algemeen linnengoed of disposable artikelen) met kleding voor moeder en baby, toiletpullen, fotocamera
- het autostoeltje in de auto

Badbevalling:

- een plek waar je kunt liggen in de buurt van het bad (bed, bank, matras op een tafel)
- een ochtendjas
- een stapel (bad-) handdoeken
- en bovenstaande bij thuisbevalling

Wil je een buitenlamp aandoen. Gaat het snel? Zet de voordeur op een kier.

Ziekenhuisbevalling (poliklinisch, 'medium risk' of klinisch):

- je zwangerschapsboekje (i.i.g. de print met je zws-gegevens) en de geboortewensen
- je favoriete eten en drinken (snacks, mueslireepjes, noten, Zuidvruchten, etc.)
- eventueel je zoutlamp, diffuser, waxinelichtjes op batterij, etc.
- een ziekenhuistas met kleding voor moeder en baby, toiletpullen, fotocamera (zonder algemeen linnengoed of disposable artikelen)
- de cordring
- het autostoeltje in de auto

Bij Medipoint bestellen:

- bedverhogers
- douchekruk
- evt. een poststoel (als je geen toilet hebt in de buurt van de plek waar je slaapt)
- rugsteun voor in bed
- ondersteek

Bellen voor de bevalling? **06 144 37 911**