

Wat heb je nodig voor jouw Kraamtijd?



Of je nu thuis, in het ziekenhuis of kraamhotel bevalt, wij adviseren je om een kraampakket in huis te halen. In de kraamtijd zal de inhoud hiervan zeker van pas komen.

Het pakket kun je aanvragen bij je zorgverzekeraar en het kan onderstaande bevatten (het verschilt per verzekeraar en de gekozen verzekeringsvorm of je het pakket krijgt vergoed).

Pakket

- ✓ Bedzeil of matrasbeschermer
- ✓ 2 Kraammatrassen
- ✓ 8 Celstofonderleggers
- ✓ 2 Pakken kraamverband
- ✓ 2 Netbroekjes
- ✓ 1 Flesje alcohol 70%
- ✓ 10 Steriele gaasjes 10/10 cm
- ✓ 2 Pakken steriele gaasjes: zestientjes
- ✓ 1 Pak watten



- ✓ 1 Navelklem of cordring
- ✓ Bedverhogers
- ✓ Ondersteek
- ✓ Douchekrukje

Zelf aanschaffen

- ☐ Desinfecterende zeep, bij voorkeur in een handpompje
- ☐ Keukenrol
- ☐ 2 Digitale thermometers, 1x voor moeder en 1x voor de baby (geen oorthermometers)
- ☐ 2 Emmers
- ☐ Enkele vuilniszakken
- ☐ Zacht toiletpapier
- ☐ Plastic zakjes voor wegwerpen maandverband
- ☐ Litermaat of bidon om te spoelen na het plassen
- ☐ Plastic lepeltje

Gratis hulpmiddelen

Dé Provinciale Kraamzorg en Lunavi Kraamzorg werken samen met Mediplus en Medipoint. Twee grote en gerenommeerde aanbieders van zorg- en welzijnsproducten in Nederland. Ze bieden alle kraamzorghulpmiddelen aan die je nodig hebt tijdens en na je zwangerschap, zoals een ondersteek, bedverhogers (klossen), toiletstoel, douchestoel en rugsteun. Ook kun je een volledig kraampakket bestellen. Onze kraamzorgconsulenten helpen je graag bij het aanvragen van deze hulpmiddelen. Deze kun je in de meeste gevallen kosteloos voor een periode van 3 maanden lenen.

