



# Ammalee

Holistische vroedvrouwenzorg

www.ammalee.be

## Materiaallijst Thuisbevalling

### Wij zorgen voor:

- Bal
- Baarkruk
- Kraampakket:
- Navelklem
- Kompressen 10x10cm (10 stuks)
- Onderleggers 60x60cm (10 stuks) en 60x90cm (3 stuks)
- Kraamverbanden
- 2 stretchbroekjes
- Matrasbeschermer voor 1-persoonsmatras
- Rietjes

### Jullie zorgen zeker voor:

- Een warme ruimte (25-26°C)
- Kersenpittenkussen of warmwaterzak
- Massageolie (bv. amandelolie of jojoba-olie)
- Eten en drinken voor jullie en de vroedvrouw
- Koorts thermometer voor mama en baby
- Keukenrol
- 2 grote vuilniszakken (1 voor afval, 1 voor linnen)
- 3 grote badhanddoeken (bij badbevalling) en 3 washandjes (sowieso)
- Een 10-tal warm gewassen (90°) en gestreken tetra-luiers in een plastic zak
- Diepvriesdoos (voor placenta)
- Lege fles of drinkbus
- Eerste kleertjes + mutsje
- Luier
- Steriele kompresjes 5x5

### Graag hebben we ook dat jullie zorgen voor:

- Matras/yogamatje beneden (met onderlaken, warm deken en twee hoofdkussens)
- Thermos (voor warme kompressen tijdens de geboorte)
- Coldpack of maandverband in de diepvries
- Evt. vloerbescherming
- Evt. fototoestel

### Medicatie via voorschrift:

- evt. Konakion Paediatric 2mg/0,2ml
- Doosje Syntocinon 10IE/ml (in de koelkast bewaren)
- Indien Rhesus negatief: Rhogam Ultra-Filtered plus 300 mcg

### Klaarzetten voor de ziekenhuisbevalling:

- identiteitskaart, evt ISI+ kaart, zwangerschapsboekje, bloedgroepkaartje, erkenning of trouwboekje + evt.fototoestel
- baby: babykleedjes, autostoel, dekentje
- mama: kledij en toiletgerief
- partner: kledij en toiletgerief

### CONTACT: Bellen (niet sms'en) naar 0489/42.36.16 - Verwittig de vroedvrouw bij:

- vermoeden van begin van arbeid: weeën om de 5' (eerstbarenden) of 10' (meerbarenden) gedurende een uur (dagdagelijkse activiteiten kunnen niet verder gezet worden)
- vermoeden van vruchtwaterverlies, al dan niet met weeën: letten op de kleur van het vruchtwater en het uur
- ongerustheid over bloedverlies