

## De baby uitzetlijst

Onderstaand de gehele lijst met spullen die je nodig hebt vanaf het moment dat je baby er is! Om te beginnen heb je sowieso altijd een kraampakket nodig.

### **Babykleding**

- 6 rompertjes:** koop er 3 in maat 50/56 en 3 in maat 56/56, zo weet je zeker dat je de juiste maat in huis hebt. Weet je nu al dat je een kleine of juist grote baby krijgt, dan kun je 6 rompertjes van één maat nemen.
- 6 x bovenkleding:** denk hierbij aan shirtjes, vestjes en truitjes. Het beste is kleding met drukknopjes bij de hals. Houd rekening met het seizoen waarin je kindje geboren wordt. Houd ook bij deze kleding rekening met de maat. Koop dus 3 van maat 50/56 en 3 van maat 56/56
- 1 jas of vest:** 1 jas of vest is voldoende om ervoor te zorgen dat je baby lekker warm blijft als je naar buiten gaat. In de zomer kun je kiezen voor een zomerjasje.
- 6 broeken:** schaf 3 sokbroekjes (broekjes met sokjes er aan) voor de eerste paar weken. Deze broekjes zitten het meest comfortabel en je baby heeft altijd warme voetjes.
- 4 paar sokken:** de juiste sokmaat voor pasgeboren baby's is 10-12. Staat de maat niet vermeld kies dan de sokjes waarbij staat aangegeven dat ze geschikt zijn voor baby's van 0 tot 3 maanden.
- Mutsjes:** Om ervoor te zorgen dat je baby een lekker behaaglijke temperatuur behoudt is het goed om mutsjes aan te schaffen. Zorg ervoor dat je mutsjes (bijvoorbeeld 2 stuks) van katoen zijn gemaakt. Deze stof ademt en voelt zacht aan.

### **Met je baby onderweg**

Uiteraard zit je niet heel de dag met je baby binnen. Mocht je in het ziekenhuis bevallen zijn, dan zal je jouw baby ook veilig naar zijn of haar nieuwe huis willen brengen. Hiervoor heb je onderstaande producten nodig:

- Autozitje:** pasgeboren baby's mogen alleen in een autozitje uit groep 0+ vervoerd worden.
- Luiertas:** je zal al snel merken dat je veel spullen mee moet nemen als je met je baby op pad gaat (luiers, flessen, babydoekjes, extra kleertjes etc.) schaf daarom ook alvast een luiertas aan.
- Kinderwagen:**

## **Je baby in bad**

- Babybad inclusief standaard:** je wilt je baby natuurlijk lekker schoonhouden en daarbij is het wel fijn dat je rug er niet onder leidt. Kies daarom voor een babybadje met standaard.
- Babyolie of wasgel (zeepvrij):** de huid van je baby blijft lekker soepel als je een beetje babyolie of zeepvrije wasgel in het badje doet. Gebruik nooit je eigen douchespullen!
- Hydrofiele washandjes:** deze washandjes zijn van katoen en daardoor lekker zacht. Ideaal voor in bad of wanneer je jouw kindje op een ander moment wilt wassen.

Niet essentieel maar wel handig:

- babyshampoo;
- thermometer voor het bad;
- bad capes.
- 

## **Luier verschonen**

- 2 pakken luiers voor pasgeboren baby's:** het is erg handig om alvast een kleine voorraad luiers in huis te hebben. Zorg er wel voor dat je 'newborn' luiers koopt.
- billendoekjes:** voor schone billetjes zijn billendoekjes essentieel.
- billencrème:** Het beschermt de billetjes van je kleine tegen de schadelijk stoffen in ontlasting en urine.
- aankleedkussen:** een aankleedkussen leg je op de commode. Dit kussen zorgt ervoor dat je baby niet de commode afrolt en lekker zacht ligt tijdens het verschonen of aankleden. Koop bij het kussen 2 hoezen erbij.

Niet essentieel maar wel handig:

- luiieremmer

## **Je baby lekker laten slapen**

- Ledikant of wiegje: een wiegje kun je alleen de eerste maanden gebruiken. Hierna heb je een ledikantje nodig, maar deze kun je ook al meteen gebruiken in plaats van het wiegje. Een ledikant kan een paar jaar meegaan.
- Matrasje: Zorg ervoor dat je de juiste maat koopt en dat de matras zeker niet te klein is. Als je maximaal 2 centimeter overhoudt tussen de zijkant van het bed en de matras is het nog goed. Daarnaast dient de matras minstens 8 centimeter dik te zijn.
- 3 stuks hoedlakens
- moltons: een molton is een extra beschermlaagje tussen de matras en hoedlaken.
- 3 lakens: als het wat warmer is kan je baby onder een laken liggen.
- 2 wollen of katoenen dekentjes: wanneer het wat kouder is kan je baby onder een laken met daarbovenop een deken liggen. Als je kindje jonger is dan 2 jaar is het beter om hem of haar onder een deken te laten slapen. Een dekbed is nog te warm en kan gevaarlijk zijn.
- 2 kruiken (van metaal en naadloos): een pasgeboren baby moet het nooit koud hebben. Een kruik is een goed middel om ervoor te zorgen dat je baby op temperatuur blijft.
- kruikzakken: bij de kruiken kun je het beste ook kruikzakken aanschaffen. Deze houden de warmte van de kruik langer vast en biedt extra veiligheid.

Niet essentieel maar wel handig:

- nachtlampje;
- reiswaegje;
- slaapzakjes in plaats van dekens.

## **Verzorgingsproducten**

- 2 stuks digitale thermometers: bij de moeder en haar baby moet geregeld de temperatuur gemeten worden. Zorg er daarom voor dat je 2 thermometer hebt: één voor de baby en één voor de moeder.
- Kartonnen nagelvijl: je baby heeft bij de geboorte al nageltjes en deze gaan heel snel groeien. Aangezien de nageltjes nog te zacht zijn voor een schaar kunt u ze kort houden met een kartonnen nagelvijl.
- Zonnebrand voor baby's: koop altijd zonnebrand 50+ die speciaal voor baby's is en smeer deze op zodra je naar buiten gaat.

Niet essentieel maar wel fijn:

- babyolie;
- babyborsteltje.

### **Voor de moeders die borstvoeding geven**

- 2 Voedingsbeha's:** Deze beha's bevatten een extra sluiting aan de voorkant zodat je de beha snel kunt openmaken en je kindje kunt voeden. Daarnaast zitten deze beha's comfortabeler dan andere beha's wat wel erg fijn is nu je borsten heel gevoelig zijn
- Zoogkassen:** geen zin in natte vlekken op je trui doordat je moedermelk lekt? Zoogkassen bieden dan de oplossing. Je kunt ze in je beha leggen.
- Borstkolf:** Een borstkolf is ideaal om je moedermelk te 'verzamelen' zodat dit later gegeven kan worden. Er zijn verschillende varianten verkrijgbaar, maar als je er vooral snel van af wilt zijn is een elektrische het meest geschikt (kost wel wat).
- Flesjes:** als je gaat kolven heb je flesjes nodig voor de afgekolfde melk.

Niet essentieel maar wel handig:

- voedingskussen:** een voedingskussen lijkt op een dikke slang en biedt ondersteuning tijdens het voeden.

### **Voor de moeder die flesvoeding geven**

- 1 pak Voeding voor zuigelingen:** wil of kan je geen borstvoeding geven, dan kun je jouw baby zuigelingenvoeding geven. Deze voeding is verkrijgbaar als poedermelk en bevat de juiste voedingsstoffen voor jouw pasgeboren baby.
- Flessen en spenen:** de voeding geef je met de fles. Als je ervoor zorgt dat je 4 flesjes in huis hebt is dat meestal genoeg. Voor de eerste weken zijn flesjes met een inhoud van 125 milliliter prima. Zorg ervoor dat de speen geschikt is voor pasgeboren baby's. Koop bij de flesjes minstens 2 spenen.
- Flessenborstel:** met een flessenborstel kun je de flesjes en spenen goed schoonmaken.

Niet essentieel maar wel handig:

- Flessenverwarmer:** hiermee kun je sneller een fles klaar hebben dan wanneer je het water verwarmt in de magnetron of in een pannetje.
- Magnetron sterilisator:** 1 keer per week dienen de flesjes en spenen gesteriliseerd te worden.
- Melkpoedertoren:** Hierin kun je bijvoorbeeld 's ochtends alle voeding voor de dag in afgemeten porties in losse bakjes doen. Handig voor onderweg of als je een oppas hebt.

## **Doekjes**

- 16 stuks hydrofiele luiers: ze heten officieel luiers, maar eigenlijk zijn het meer doeken. Deze doeken zijn ideaal omdat ze voor van alles te gebruiken zijn zoals handdoek, zonnenscherm, spugdoek of beschermer voor de matras.
- 6 Monddoekjes: deze monddoekjes zijn ontzettend handig om mee te nemen en te gebruiken om het mondje van je baby af te vegen of als soort van handdoekjes tijdens het voeden.

Niet essentieel maar wel handig:

- spuugdoekjes;
- slabbertjes.

## **Meubels**

Zeer belangrijke meubels om in huis te hebben:

- Kledingkast:
- Commode: een commode is een kast die een tafelblad heeft die tot op jouw middel of iets hoger komt. Zo kun je goed jouw baby aankleden of verschonen.

## **Overige producten**

Hoewel ze niet heel noodzakelijk zijn, zijn ook deze producten heel fijn om te hebben:

- Verschoonmatje: een verschoonmatje is erg handig om mee te nemen zodat je jouw baby overal kunt verschonen. Deze matjes kun je makkelijk opvouwen en in de tas doen.
- Draagzak: wil je jouw baby veel bij je dragen terwijl je toch lekker bezig kunt zijn? Een draagzak biedt dan de oplossing. Hierin kan je baby lekker slapen terwijl jij de handen uit de mouwen steekt.