



Goed voorbereid naar de kraamkliniek vertrekken, zorgt voor rust in je hoofd. Maak dus op tijd je valies klaar.

Je dient echter aan zoveel te denken, dat een checklist een handig hulpmiddel is.

Daarom heeft de werkgroep thuiszorg van het LMN, Huisartsenkring Antwerpen-Oost deze folder opgemaakt.



Word je opgenomen in het ziekenhuis, vraag dan de andere folder.

Meer weten?

LMN

*Lokaal Multidisciplinair
Netwerk Antwerpen-Oost*

Florent Pauwelslei 31

2100 Deurne

zorgpromotor@hakao.be

0472/99.99.91

Ik beval in het ziekenhuis.

Wat neem ik mee?



Voor het ziekenhuis

- Identiteitskaart of ander legitimatiebewijs
- Trouwboekje of erkenningspapieren van de partner
- Kaartje hospitalisatieverzekering
- Naam, adres en telefoonnummer contactpersonen /zorgverleners/ diensten
- Contactgegevens huisarts en/of verwijzende arts
- Zwangerschapsboekje van Kind & Gezin
- Medicatielijst of Medicijnen in originele verpakking
- Dieetvoorschriften (indien medisch)
- Lijst medicijnen waar je allergisch aan bent

Voor de mama

- Katoenen, makkelijk zittende T-shirt om te bevallen
- Toiletzak, handdoeken en washandjes
- Voldoende dag- en nachtkledij (moet vooraan open kunnen als je borstvoeding geeft)
- Voldoende ondergoed
- Borstvoedingsbh's en borstvoedingscompressen
- Dik absorberend maandverband
- Kledij om naar huis te gaan
- Pantoffels of lichte schoeisel
- Bril
- Beetje geld
- Tijdschrift, boek, computer, tablet, gsm, ...
- Zak voor vuil linnen
- Zakdoeken

Voor de baby

- Katoenen of wollen mutsje
- Anti-krabwantjes
- Babyzeep en -shampoo
- Reinigingsmelk of -olie
- Wegwerpluiers (kleinste maat)
- Katoenen body's
- Voldoende setjes kledij of kruippakjes
- Sokjes
- Aangepaste kledij om naar huis te gaan
- Draagbaar autostoeltje om naar huis te gaan of kinderwagen
- Katoenen of wollen dekentje