



LIEFDEVOLLE KRAAMZORG

DE VLUCHTTAS VOOR DE BEVALLING

De vluchttas. Of koffer. Veel zwangere vrouwen beginnen aan het einde van het derde trimester van hun zwangerschap met het klaarzetten van hun vluchttas. Maar wat heb je allemaal nodig? En wat als je juist graag thuis wil bevallen?

VLUCHTTAS BIJ THUISBEVALLING

Om met het laatste te beginnen: ook als je thuis wil bevallen, is het handig om een vluchttas klaar te hebben staan, voor het geval je alsnog naar het ziekenhuis moet. Op dat moment wil je niet nog wat kleding uit de kast grijpen en je ziekenfondspasje opsnorren. Dus zorg dat je goed voorbereid bent.

WAT MOET ER IN DE VLUCHTTAS?

Voor een bevalling in het ziekenhuis is het handig om de volgende dingen vast in de vluchttas te stoppen.

- ♥ Fototoestel
- ♥ Verzekeringspasje
- ♥ Ponsplaatje
- ♥ ID-bewijs
- ♥ Kraamdossier
- ♥ Toiletartikelen
- ♥ Shirts of nachthemden
- ♥ Slippers en warme sokken
- ♥ Ochtendjas
- ♥ Ondergoed (ruim genoeg voor kraamverband)
- ♥ Setje kleren voor de baby
- ♥ Kleding en toiletartikelen voor partner
- ♥ 2 euro munt voor rolstoel
- ♥ Maxi-Cosi (autostoeltje) klaarzetten, eventueel al in de auto

WANNEER BEL JE ONS VOOR KRAAMZORG?

Als je in het ziekenhuis bent bevallen onder begeleiding van de verpleegkundigen (dus zonder assistentie van Natus Kraamzorg), dan kun je ons bellen om het grote nieuws te vertellen. Een geboortemelding noemen we dat. Misschien mogen jullie al snel weer naar huis of moeten jullie juist nog wat langer in het ziekenhuis blijven. We houden dan contact en bespreken samen wanneer jullie de kraamverzorgende willen laten komen. Soms is dat direct als je thuiskomt, anderen willen liever even samen rustig wennen en dat de kraamverzorgende wat later komt. Wat jullie behoefte ook is, wij bieden kraamzorg op maat.

