

Checklist badbevalling

Checklist badbevalling thuis (naast het kraampakket & hulpmiddelen)

- Warme sokken → bijvoorbeeld deze [SOXS](#)
- Een koud washandje → dit kan verlichting geven rondom je perineum tijdens de bevalling
- Lippenbalsem → ik ben zelf enorme fan van deze [Burt's Bee Lippenbalsem](#)
- Vuilniszakken
- Voedingsbeha / voedingstop of bikinitopje
- Ondersteek (opvangbak) → handig om de placenta in op te vangen
- Geschikt [bevallingsbad](#) plus bevalpakket → [het bad kun je bij mij huren inclusief nieuw bevalpakket](#)
- Handleiding doornemen voor het opzetten
- Voldoende droge (oude) handdoeken
- Badjas(sen) of een mooie luxe kimono
- Schone emmer om het water te verversen

Checklist badbevalling ziekenhuis (naast het kraampakket & hulpmiddelen)

- Warme sokken → bijvoorbeeld deze [SOXS](#)
- Lippenbalsem → ik ben zelf enorme fan van deze [Burt's Bee Lippenbalsem](#)
- Voedingsbeha / voedingstop of binikitopje
- Alhoewel de meeste ziekenhuizen aangeven 1 bevalbad te hebben kun je voor de zekerheid je eigen bad meenemen. Hiermee verzeker je jezelf ervan dat je daadwerkelijk in bad kunt bevallen. Hiervoor je dan uiteraard een geschikt [bevallingsbad](#) plus bevalpakket à [het bad kun je bij mij huren inclusief nieuw bevalpakket](#)
- Handleiding doornemen voor het opzetten
- Badjas(sen) of een mooie luxe kimono

Succes met jouw Geboortegeluk