

## BABYSPULLEN

Wat haal je best in huis?

### VOOR JE BABY

hemdjes of body's	10-tal (maten 50/56/62 afh hoe zwaar je je baby verwacht) Niet teveel kleine maten, baby's groeien snel!
pakjes / pyjama's	met voetjes aan is lekker warm voor de eerste weken.
sokjes	kunnen ook onder pyjama gebruikt worden bij koude voetjes.
pampers of herbruikbaar re luiers	zie info moment bij Zwanger in Brussel of <a href="http://www.doekjesenbroekjes.be">www.doekjesenbroekjes.be</a>
dunne handdoek of tetradoeken	om te kunnen drogen in alle huidplooien. = vroegere luier. Kan ook dienen als bescherming in het bedje bij spuwen of als slabbetje.
mutsje	voor de eerste dagen is dit handig om afkoeling via hoofdje te voorkomen. (ook in huis) Voorzie 2 kleine katoenen mutsjes!
slaapzak	ook voor de pasgeborene kan dit handig zijn, geeft baby een lekker warm en afgebakend gevoel. Let op: verschillende maten, je hebt ook meegroeimodellen. Belangrijk is dat de baby er niet in kan wegschuiven. Armgaten en doorgang hoofd niet te groot. Mag niet gevuld zijn met dons. (kan te warm worden)
deken en/of laken	Ook als ze een slaapzak aanhebben, kan je nog een dun lakentje/dekentje gebruiken om je baby mee in te stoppen.
kersenpitkussen	Om het bedje mee op te warmen, bij buikkrimpjes of borststuwing (nooit bij baby in bed leggen, gevaar te warm!)
slabbetjes	Ook handig als je borstvoeding geeft!
flessen/verwarmer sterilisator	Enkel bij flesvoeding in huis te halen! Je hoeft ze nog niet te kopen voor na de borstvoeding want dan koop je wellicht te kleine flesjes.

## **BIJ DE APOTHEEK**

fysiologisch serum	Handig om het neusje te spoelen (kleine plastic flacons).
thermometer	Een digitale thermometer; krijg je mee in het ziekenhuis. Een oorthermometer meet niet correct bij kleine baby's!
nagelschaartje	Schaartje met stompe punten.
babyzeep/olie	Gebruik zo weinig mogelijk zeep op de tere babyhuid. Natuurlijke olie toevoegen aan het bad of de baby mee masseren kan wel. (Opgelet met gamma uit het ziekenhuis; niet altijd zonder toevoegingen!)

## **MEUBILAIR**

Wieg/bedje	Niet te groot voor eerste weken; babies komen uit zeer kleine ruimte!
Kinderwagen	Probeer om het systeem uit te testen; makkelijk op te plooien? Niet te zwaar? Past het in de auto? Handig op openbaar vervoer? Spreek met ervaren ouders!
Draagdoek	Handig in de stad. Uitproberen!!! Geeft baby's een veilig gevoel. Elke vrijdag bij Zwanger in Brussel is er een infomoment!
Luierkussen	
Badje/ Emmer	Bekijk vooral waar je je baby wil wassen en hoe je daarbij zelf comfortabel kan staan of zitten. Wasemmer of tub is handig.
Badthermometer	Kan je ook met je pols aanvoelen. Normale $T^{\circ} = 38^{\circ}C$ .
Autostoel	Eerst maxi-cosi, dan autostoel.

## **VOOR JEZELF**

Borstvoedingsbeha's	Een 2-tal om te starten en een handig model kan bijbesteld worden...laat je bijstaan met deskundig advies! (Borstvoedingswinkel)
Borstkompressen	In het ziekenhuis krijg je een doos.. Er bestaan kompressen die herbruikbaar zijn of voor eenmalig gebruik. Niet iedereen heeft dit nodig; niet lekken is geen kompres!

## **TIPS**

- Laat je niet overdonderen door het enorme aanbod.
- Vraag informatie bij mensen die al kinderen hebben. Ervaringen? Lenen?
- Voorzie een volle diepvries, zo hoef je daar niet aan te denken tijdens de eerste weken met je baby.