

Checklist ziekenhuistas / vluchtkoffer

Het is raadzaam om de volgende spullen in te pakken:

- verzekeringspas en legitimatiebewijs
- nachthemd of shirt voor tijdens de bevalling
- nachthemd of shirt voor na de bevalling
- ondergoed
- toiletartikelen: tandenborstel, zeep etc.
- warme sokken
- evt. lippenbalsem, druivensuiker en een bidon, om makkelijk uit te kunnen drinken
- babykleertjes: rompertje, pakje, twee mutsjes, sokken, warme deken of jasje
- fototoestel of smartphone
- maxicosi
- een 2 euro-munt voor de rolstoel in het ziekenhuis

Je hoeft geen wegwerpartikelen mee te nemen naar het ziekenhuis, zoals luiers, kraamverband of flesvoeding.