

## DE COMPLETE BABY UITZETLIJST

Hegen heeft voor jou een handige baby uitzetlijst opgesteld. De Hegen baby uitzetlijst zorgt ervoor dat je tijdens je zwangerschap een handige checklist hebt, waarin je precies kan zien wat je nodig hebt.

Print deze lijst uit en streep je aankopen telkens af, totdat je alles compleet hebt.

*Alles wat je écht nodig hebt tijdens je kraamtijd!*

### DE BABYKAMER

Commode (met kledinglades)  
Ledikant met matras  
Wiegje of co-sleeper met matras  
Kledingrekje  
Wasmandje  
Luieremmer  
Verduisterende gordijnen

tip: Kies voor een meegroeibedje wat zowel als een wiegje als ledikant kan worden gebruikt.

### DE HUISKAMER

Box  
Boxkleed met babygym  
Babynestje\*  
Wipstoeltje (kan ook elektrisch)  
Kinderstoel

tip: Kies voor een kinderstoel met newborn zijje  
\*Gebruik een babynestje alleen voor korte slaapjes en als je je baby in de gaten kan houden.

### VERZORGING

Hydrofiele doeken 10x  
Aankleedkussen  
Aankleedkussenhoes 3x  
Wegwerpluier 50x of wasbare luiers  
Billendoekjes (zo stevig mogelijk)  
Zinkzalf of Sudocrem  
Hydrofiel washandje 2x  
Extra grote douche washand 2x  
Baby verzorgingskit met thermometer, nagelknipper, nagelschaartje, nagelvijltje en haarborstel

tip: Woon je op twee verdiepingen? Schaf dan 2 aankleedkussens aan, eentje voor in de babykamer en eentje voor beneden. Zo hoef je tijdens je kraamweek niet steeds de trap op te lopen om te verschonen.

### BADDEREN

Babybadje (met standaard)  
Badcape 2x  
Zeepvrije wasgel  
Babyshampoo  
Badthermometer (je kunt ook gewoon met je hand voelen)

tip: Kies voor een bademmer, deze neemt weinig ruimte in en kun je ook bijvoorbeeld in de wasbak zetten i.p.v. op een standaard.

### KLEDING

Geboortjepakje + mutsje maat 50/56  
Overslagrompers maat 50 5x  
Overslagrompers maat 56 5x  
Broekjes maat 50 5x  
Broekjes maat 56 5x  
Truitjes 5x  
Boxpakjes 5x  
Sokjes en slofjes 10x  
Mutsje 2x  
Jasje of warm vest 1x

tip: Kies voor overslagrompers, zodat je deze niet over het hoofdje hoeft aan te trekken.

### SLAPEN

Matrasbeschermer  
Molton 3x  
Hoeslaken 3x  
Gewoon laken 3x  
Dekentjes gebreid 2x  
Kruik met hoes 2x  
Inbakerslaapzak  
Fopspeen  
Babyfoon met of zonder video  
Nachtlampje (handig voor voeden)

tip: Koop glow in the dark fopspenen, zo weet je kleintje later makkelijk zijn speentje te vinden.

### BORSTVOEDING

Vitamine K-druppels  
Vitamine D-druppels  
Voedings-bh 3x  
Overslagtopjes en jurkjes  
Zoogkompresen  
Voedingskussen  
Elektrische kolf met flesjes  
Handkolf  
Bewaarbakjes of -zakjes  
Flessenwarmer\*  
Tepelzalf

tip: Heb je platte tepels? Haal dan ook alvast tepelhoedjes in huis.  
\*Hegen's flessen passen in elke flessenwarmer met een diameter van 7 centimeter.

### FLESVOEDING

Babyflesjes 4x  
Vitamine D-druppels  
Zuigelingenvoeding  
Melkpoedertoren  
Flessenborstel  
Flessendroogrek  
Flessenwasmiddel

tip: Koop een waterkoker met temperatuurregelaar, zo is je flesje meteen op de juiste temperatuur.

### ONDERWEG

Kinderwagen  
Autostoeltje  
Luiertas  
Verschoonmatje  
Reisbedje  
Draagzak

tip: Maak een afspraak met een draagzakconsulente. Zo weet je van tevoren hoe de draagzak werkt en loop je niet te stressen als je baby er eenmaal is.

### VOOR JEZELF

Kraampakket van de zorgverlener  
Fijne zachte onderbroeken  
Een spoelflesje

Jogging outfits  
Een dikke oversized ochtendjas  
Een Netflix favorieten lijstje

Een dagboekje  
Maaltijden voor een week  
Lekkere douchegeel (geurherinnering)