



Checklist zwanger

- **Nog niet zwanger**
Foliumzuur kopen bij drogist of apotheek en innemen ongeveer 4 weken voor de zwangerschap: Menstruatie cyclus bijhouden in agenda
- **2 dagen over tijd?**
Zwangerschapstest (apothek of drogist)
- **1 dag - 4 weken over tijd**
Afspraak maken met verloskundige voor intake gesprek
- **10 - 13 weken zwanger**
Afspraak echoscopist voor termijnecho en indien gewenst een combinatietest (tot circa 12e week)
- **> 12 weken**
Aanvragen kraamzorg en kraampakket bij verzekeraar/kraambureau
- **8-14 weken**
Bloedprikken bij SALT
- **19-21 weken**
20 weken screeningsecho of een pretecho
- **vanaf 16 weken**
Indien niet getrouwd: Erkennen van de ongeboren vrucht op het gemeentehuis
- **vanaf 16 weken**
Melding maken an zwangerschap aan werkgever en zwangerschapsverklaring aan verloskundige vragen ivm zwangerschapsverlof
- **vanaf circa 20 weken**
Keuze maken voor zwangerschapscursus en aanmelden
- **28 tot 32 weken**
Informatie van de verloskundige over borst- en/of flesvoeding
- **34 tot 37 weken**
Informatie van de verloskundige over de bevalling en wensen bespreken
- **tot 36 weken**
Ontvangen van kraampakket van verzekeraar of zelf aanschaffen
- **vanaf 37 weken**
Klossen onder het bed verkrijgbaar bij de Eveen winkel, Eveen Winkel Waterlandplein, Waterlandplein 5, 0900 20 22 015 (0,10 cent p.m.) Geopend op werkdagen van 8:30 tot 17:00 uur.

