

HJEMMEBESØK ETTER FØDSEL:

Jordmor el helsesøster har hjemmebesøk til alle i Gjemnes etter fødsel. For å planlegge besøk, ønskes det at du gir oss beskjed om hjemreise dagen før. Ring helsestasjonen **71 29 11 86**, for å avtale. SMS til **916 17 953** 😊

Timeavtaler

| Dag | Dato | Klokken |
|-----|------|---------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

Viktige telefonnummer:

| | |
|--------------------------|---------------------------|
| Helsestasjon/helsesøster | 71 29 11 86 (916 17 053) |
| Jordmor | 71 29 11 87 (tirsdager) |
| Gjemnes Legesenter | 71 29 02 00 |

| | |
|-----------------|-------------|
| Føden i Kr.sund | 71 12 18 05 |
| Føden i Molde | 71 12 17 60 |
| NAV: | 55 55 33 33 |



GJEMNES KOMMUNE

Kommunejordmor
Gjemnes helsestasjon
6631 BATNFJORDSØRA



Velkommen til svangerskapsomsorgen
i
Gjemnes Kommune

Kontrollene er satt opp etter «Retningslinjer for svangerskapsomsorgen».

Du kan selv velge om du ønsker å ha alle kontrollene kun hos legen din, kun hos jordmor, eller en kombinasjon lege/jordmor 😊

UKE 8 – 12 1.kontroll

Helsekort for gravide

Levevaner

Info om kost, mosjon, alkohol, røyking, tannhelse mm

Anbefaling: Folsyre 0,4mg de første 12 svangerskapsuker

Blodprøver

Urinprøve

Vekt, KMI

Svangerskapsplager

Arbeidssituasjon

Henvising til Ultralyd

UKE 12 – 16

Reservert til den gravide alene. (Uten følge av mann og barn).

UKE 18 – 20

Ultralyd hos jordmor på sykehuset. Terminberegning.

UKE 24

SF-mål, BT, vekt, urinprøve

Kjent liv? Info om fosterbevegelser

Lytte fosterhjerter

Svar på blodprøver

Blodtype-svaret oppbevares sammen med helsekort.

Bekkenbunnstrening

Info: Erkjennelse av farskap

Info: Foreldrepenger / engangsstønad

Terminbekreftelse, etter uke 26



UKE 28

Terminbekreftelse, etter uke 26

SF-mål, BT, vekt, urinprøve, lytte fosterhjerter, kjent liv

Hb, og evt toxoplasmoseprøve

Arbeid, behov for tilrettelegging?

UKE 32

SF-mål, BT, vekt, urinprøve, lytte fosterhjerter, kjent liv

Ny antistoffprøve av Rh-negative

Fødsel

UKE 36

SF-mål, BT, vekt, urinprøve, lytte fosterhjerter, kjent liv

Ny antistoffprøve av Rh-negative

Evt ktr toxoplasmoseprøve

Leie. Henvise til ultralyd ved mistanke om seteleie

Amming

Tidlig samspill, sovestilling til barnet

UKE 38

SF-mål, BT, vekt, urinprøve, lytte fosterhjerter, kjent liv

Leie

Fødsel, barseltid

Fysiske og psykiske endringer

Bekkenbunnstrening

Orientering prevensjon, etterkontroll

Foreldrerolle, søskensjalusi

UKE 40

SF-mål, BT, vekt, urinprøve, lytte fosterhjerter, kjent liv

Leie

UKE 41 + 3

Henvise til føde/gyn - poliklinikk for videre oppfølging

Velkommen til kontroll eller samtale på telefon 😊

Anne Lise Bruset

Jordmor

