

**Etter vaksine:** Barn som har fått vaksine må være til observasjon i 20 minutter etter at vaksinen er satt. Dette for å kunne behandle/oppdage eventuelle straksallergiske reaksjoner.

**D**u er velkommen til helsestasjonen med alle spørsmål du måtte ha om ditt barns behov, vekst og utvikling. Ingen spørsmål eller problem er for lite til å bli besvart.

**H**elsestasjonen arbeider tverrfaglig og kan henvise videre i systemet om det trengs. Vår rolle blir da å være veileder.

Bestilling og avbestilling av timer:

**916 17 053**

For å kunne gi best mulig tilbud til barn og foreldre er det viktig at den enkelte møter til avtalt tid.

Hvis barnet ikke kan møte til timen må helsestasjonen få beskjed så raskt som mulig. Da kan timen benyttes av andre.

Ved akutt sykdom bør **ikke** barnet møte på helsestasjonen. Kontakt da fastlege eller legevakt.

# Velkommen til Gjemnes Helsestasjon



Barn 0-6 år

Åpningstid:

Onsdag til fredag 08.30-15.30

Mandag og tirsdag etter avtale

Vi holder til i 1. etasje på helse- og omsorgssenteret på

Batnfjordsdøra

Telefon: 916 17 053

Mail: [marianne.stenberg@gjemnes.kommune.no](mailto:marianne.stenberg@gjemnes.kommune.no)

Helsestasjonen er et lovpålagt lavterskeltilbud til alle barn og deres foresatte. Tjenesten har en sentral rolle i kommunens folkehelsearbeid. Helsestasjonen skal forebygge sykdom og skade, og fremme god fysisk og psykisk helse. Gjemnes helsestasjon driver også svangerskapsomsorg med oppfølging av gravide.

Vi deltar i «tidlig inn» satsing som gjør at vi har rutiner for å spørre alle gravide og nybakte foreldre om alkoholvaner, psykisk helse og vold i nære relasjoner.

**Ved Gjemnes helsestasjon arbeider:**  
**Helsesykepleier: Marianne Stenberg**  
**Sykepleier: Kristin Nikoline Male**  
**Jordmor: Anne Lise Bruset**  
**Fysioterapeut: Maaike Magdalena Roorda**  
**Helsestasjonslege: Bjørg Toven og turnuslege**

## **Helsestasjonens rutiner i forhold til barnets alder**

### **Etter fødsel.**

Vi tilbyr to hjemmebesøk til foreldre og den nyfødte. Første besøk kort tid etter hjemkomst. Andre hjemmebesøk 7.-10. dag. Vektkontroll. Informasjon og samtale/veiledning.

### **6 ukers kontroll**

Konsultasjon med lege og helsesykepleier.

Vaksine mot rotavirus (gis i munnen).

Vurdering av generell utvikling hos barnet, samspill, ernæring, D- vitamin tilskudd, vaksineinformasjon. Kartlegging av psykiske helse (EPDS)

### **3 mnd kontroll**

Konsultasjon med helsesykepleier. Vaksine mot rotavirus (gis i munnen).

Vurdering av generell utvikling. Ernæring, søvn, samspill. Vaksine mot difteri/stivkrampe/kikhoste/polio/HIB/HEP B og pneumokokkvaksine.

### **Ved 4 mnd alder**

Gruppekonsultasjon med fysioterapeut. Veiledning av sosial og motorisk utvikling.

### **5 mnd kontroll**

Konsultasjon med helsesykepleier

Vurdering av generell utvikling. Vaksine mot difteri/stivkrampe/kikhoste/polio/HIB/HEP B og pneumokokkvaksine

### **6 mnd kontroll**

Konsultasjon med lege og helsesykepleier.

### **Ved 8 mnd alder**

Gruppekonsultasjon med turnuslege og helsesykepleier.

Tema: Førstehjelp til barn

### **Ved 10 mnd alder**

Individuell konsultasjon med helsesykepleier

### **12 mnd kontroll**

Generell helseundersøkelse med lege og helsesykepleier

Vaksine mot difteri/stivkrampe/kikhoste/polio/HIB/HEP B og pneumokokkvaksine.

### **15 mnd kontroll**

Vurdering av vekst og utvikling.

MMR vaksine (meslinger/kusma/røde hunder)

### **17/ 18 mnd kontroll**

Gruppekonsultasjon med helsesykepleier.

### **Ved 2 års alder**

Generell helseundersøkelse ved lege og helsesykepleier. Fokus på språkutvikling, trivsel, samspill og utvikling.

### **Ved 4 års alder**

Konsultasjon med helsesykepleier. Synstest og språkkartlegging ved bruk av språk 4. Legeundersøkelse etter behov/ønske.

Gjemnes helsestasjon setter i gang **barselgrupper** for å styrke det sosiale nettverket til småbarnsforeldre i kommunen. Første treff er på helsestasjonen hvor vi blir bedre kjent, tar opp ulike tema og viser filmen «I trygge hender» Tilbudet er frivillig og «gruppene» som dannes oppmuntres til å fortsette å møtes regelmessig.

