

VELKOMEN TIL JORDMOR!



Helsestasjonens tilbud til gravide:

Svangerskapsomsorg med jordmor på helsestasjonen er eit tilbod til alle gravide. Dette skal omfatte:

- helseundersøkingar og rådgjeving med oppfølging.
- opplysningsarbeid, livsstil/ samliv- og foreldrerettleing.

Jordmor tilbyr òg fødselsførebuande kurs (aleine eller i gruppe), heimebesøk etter fødsel, og deltek på barseltreff i lag med helsesøster. Jordmor deltek òg i Jordmorkontoret i Vest-Telemark.

Jordmor har kompetanse til å ta seg av friske gravide, oppdage avvik og henvise til spesialisthelsetenesta. Jordmor er ein del av helsestasjonstilbodet og held til i **Ingrid Slettensveg 16, Seljord.**

Opningstider for jordmorkontoret på helsestasjonen:

To dagar i veka kl. 08.30-15.30, måndag, onsdag eller fredag.

Tilsett i jordmortenesta:

Kommunejordmor Mirjam Thorkildsen Schade

Tlf: **35065268** (kontor) eller mobil: **95245627**

mirjam.schade@seljord.kommune.no (ikkje oppgje sensitiv informasjon på e-post)

Time hos jordmor kan ein få ved å ringe jordmor sitt kontor, eller legge igjen ein SMS på mobilnummeret så vil jordmor ringe deg opp ved fyrste høve. Ev. kan ein ta kontakt med ekspedisjonen på Helsesenteret, tlf. 35065250. Far/partnar er velkomen til å vere med på ein eller fleire timar.

Det er alltid jordmor på døgnvakt i DPS sine lokale i Jakob Naadlands veg 28 i Seljord. Gravide kan ta kontakt når fødselen startar, og ved alle akutte problemstillingar i svangerskapet. Jordmorkakta kan og nyttast som barselpoliklinikk for både mor og barn den fyrste tida heime dersom helsestasjonen er stengt. Ring Jordmorkakta direkte på tlf. **35021624.**

(Skulle du av ei eller anna årsak ikkje få kontakt med vakthavande jordmor, ring sentralbordet på Sjukehuset Telemark på tlf. nr. 35003500, eller direkte til fødeavdelinga på tlf. nr. 35004764).

For ytterlegare informasjon

Helsestasjonen v/Leiande helsesøster:

Gunhild Kåsa Dehli. tlf. 35065256, mobil: 90890005.

Jordmortenesta er gratis.

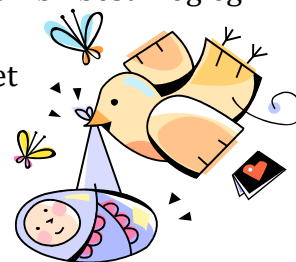
BASISINNHALDET I SVANGERSKAPSOMSORGEN

Ta alltid med urinprøve og papira du har fått (helsekort + blodprøvesvar + ultralydark) til alle kontrollar, både hos jordmor og lege.

Urin, vekt og blodtrykk blir sjekka på kvar kontroll. Etter kvart som fosteret veks, sjekkar vi m.a. fosterlyd, mål av magen (SF-mål), og korleis babyen ligg inne i magen.

| SVANGERSKAPSVEKE: | INNHALD utover vanleg kontroll: | TIMEAVTALE: |
|---|--|---|
| 8-12 | Utfylling av helsekortet. Blodprøver (etter veke 12). Livsstilssamtale. Arbeidsliv. Diverse informasjon og kartlegging. | |
| 18 | Ultralyd på sjukehuset. | |
| 24 | Tilknytting. Spark i magen. Erklæring av farskap. Informasjon om NAV. | |
| 28 | Hb-prøve (blodprøve). | |
| 32 | Samtale om amming. Antistoffkontroll av rhesusnegative (blodprøve). | |
| 32 | Tilbod om ny ultralyd på sjukehuset. | |
| 36 | Fødselssamtale. Antistoffkontroll av rhesusnegative (blodprøve). | |
| 38 | Samtale om barseltida. | |
| 39 | | |
| 40 | | |
| 41, dvs 7-9 dagar over termin etter ultralyd. | Overtidskontroll på sjukehuset. Specialisthelsetenesta overtek den vidare oppfølginga av svangerskapet fram til fødsel. Få bestilt time til overtidskontroll når du er 7-9 dagar på overtid. | Jordmor eller fastlege bestiller time, eller du kan ev. ringe sjølv på tlf. 35004778, ev. ring sentralbordet på tlf. 35003500 og spør etter gynekologisk poliklinikk. Hugs urinprøve! |
| Etter fødsel og heimkomst frå sjukehuset | Heimebesøk/barselsamtale v/jordmor. | |
| Ca 6-8 veker etter fødsel | Kontroll hos fastlege. | Du må bestille denne sjølv. |

Graviditet, fødsel og eit nytt barn medfører både indre og ytre forandringar. Det å bli foreldre er ein prosess for både mor og far/partner, og i denne tida av livet kan det vere mange tankar og spørsmål som kjem opp. Dette vil vere med på å forme innhaldet for samtalene våre framover. Saman kan vi finne ut korleis denne tida kan bli best mogleg. Ta difor opp det du/dykk er opptatt av eller lurar på, og ved behov kan vi sette av litt ekstra tid. Du er òg velkomen til å ringe utanom det fastsette programmet. Lykke til med svangerskapet!



Helsing jordmor i Seljord kommune.