

Helsestasjonen

Besøksadresse: Trysil helsecenter
Lundevegen 3
2420 Trysil

Telefon: 404 40 730 (kan også sende SMS)

E-post: trysil.helsestasjon@trysil.kommune.no

Åpningstider: Mandag – fredag, kl. 08⁰⁰ - 15⁰⁰

Det er «Åpen helsestasjon» (uten timebestilling) på mandager fra kl. 12⁰⁰ til 15⁰⁰

Timebestilling hos jordmor skjer på helsestasjonen
(tlf. 404 40 730)

Tlf. jordmor: 482 45 851

E-post jordmor: ingunn.tveit@trysil.kommune.no



TRYSIL KOMMUNE
-stavgaket foran



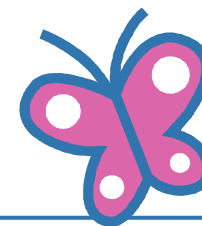
SVANGERSKAPSOMSORG

– et tilbud til alle gravide



Velkommen

til svangerskapsomsorg hos jordmor ved Trysil helsestasjon



Svangerskapsomsorgen er et lovpålagt og gratis tilbud til alle gravide kvinner og deres partnere hvor morens og fosterets helse skal ivaretas. Det jobbes helsefremmende og forebyggende. Vårt mål er også at svangerskapet skal oppleves som en positiv endring, at foreldre opplever trygghet og får en god forberedelse til fødselen og til det å få barn.

Tilbudet består av svangerskapskontroller som følger de nasjonale retningslinjene. Det tilbys også fødsels- og foreldreforberedende kurs. Jordmor samarbeider tverrfaglig med helsesøster, fastlege, familieterapeut, spesialisthelsetjenesten m.fl.

Kontrollprogram

Svangerskapsuke	Aktivitet
Uke 8-12	Jordmor eller lege
Uke 18	Ultralyd
Uke 24	Jordmor eller lege
Uke 28	Jordmor eller lege
Uke 32	Jordmor eller lege
Uke 36	Jordmor eller lege
Uke 38	Jordmor eller lege
Uke 40	Jordmor eller lege

Kontrollene innebærer blodprøver, vekt og beregning av KMI, blodtrykkmåling, urinprøve, måling av størrelsen på livmoren (SF-mål), lytting på barnets hjerteslag, kontroll av leie m.m.

Det gis også samtale, råd og veiledning i ulike temaer. Innholdet i kontrollene og intervallene tilpasses individuelt.

Første kontroll kan bestilles enten hos jordmor eller lege. Den gravide velger selv om hun vil bruke jordmor eller fastlege. Timebestilling hos jordmor skjer på helsestasjonen. Legetime bestilles på legesenteret.

Etter fødselen

Gi beskjed til helsestasjonen om hjemreise før dere drar fra sykehuset på SMS til tlf. 404 40 730.

Tidlig hjemmebesøk

Jordmor tar kontakt for å avtale tidlig hjemmebesøk, helst innen 1-3 dager etter hjemkomst. Helsesøster avtaler hjemmebesøk litt senere (info annen folder).

6-8 uker etter fødsel har mor rett på en gratis etterkontroll hos jordmor eller fastlege (frivillig) med bl.a. samtale om fødsel, amming, hjelp til prevensjon, celleprøve mv. Må bestilles selv.

Fødsels- og foreldreforberedende kurs

Vi holder 4 kurs pr. år à 2-3 ganger. Ta kontakt med helsestasjonen ved spørsmål.