

# Velkommen

til flerfaglig svangerskapsomsorg hos fastlege  
og jordmor



Timebestilling for kontroll

Rennebu Legekontor, tlf.: **72 40 25 40**

Fastlegene v/Rennebu Legekontor, tlf.: **72 40 25 40**

Direkte til Jordmor på Rennebu helsestasjon, hver torsdag i tidsrommet 09.00 – 11.30 på tlf.: **72 40 25 55**

Vaktberedskap:

Jordm.vakttlf. **482 12 680**

eller tlf. **72 48 01 00**

Legevaktsentalen kveld/natt **72 48 01 00**

-----dag      dato-----      kl-----

-----dag      dato-----      kl-----

-----dag      dato-----      kl-----

-----dag      dato-----      kl-----

-----dag      dato-----      kl-----

-----dag      dato-----      kl-----

-----dag      dato-----      kl-----

## **Jordmorkontoret ved Rennebu helsestasjon har åpent annenhver torsdag(oddetall) kl. 09.00 14.30**

Ved Oppdal og Rennebu jordmordistrikt arbeider for tiden jordmødrene Eva Ishoel, Ingvill Dalseg og Torhild Holstad

### **Eva Ishoel,**

er til stede ved Rennebu helsestasjon på torsdager.

**Timebestilling kan da gjøres direkte til Jordmor i  
tidsrommet 09.00 – 11.30 på tlf. 72 40 25 55**

I tillegg til fast kontortid har vi **beredskapsvakt** i forhold til rier/ aktiv fødsel

**Vakthavende jordmor** er tilgjengelig på  
**tlf 482 12 680.**

### **Jordmor** ønsker å vektlegge:

Tiltak som bidrar til god helse og fremmer svangerskapets naturlige utvikling.

At dere som foreldre får en god start sammen med det nye barnet.

At du tar vare på deg selv og forholdet til partneren din.

At dere føler trygghet i forhold til den forestående fødsel.

At du er forberedt på barseltid og amming.

At du har kjennskap til dine rettigheter som gravid, fødende og barselkvinne.

At du får tilbud om prevensjonsveiledning og familieplanlegging.

### **Jordmor** vektlegger tverrfaglig samarbeid.

Vi samarbeider med leger, helsesøstre og andre helseprofesjoner.

Dette samarbeidet er viktig for å fremme familiens helse og trivsel gjennom alle stadier av svangerskap, fødsel og barseltid.

Rennebu helsestasjon/ Rennebu legekontor

Jordmortjenesten

Dato 14.09.16

# Veileder for svangerskapsomsorgen i Rennebu

Svangerskapsuke	Sted	Innhold i kontrollene
Uke 8-12	Lege	<p>Informasjon om svangerskapskontrollene, levevaner, beregning av KMI (kroppsmasseindeks), røykeavvenningsopplegg for de som røyker og informere om trygde- og tilretteleggingsordninger.</p> <p>Utdeling av informasjonsmateriell, samt at det blir gitt tilbud om foreldreforbereidende kurs.</p> <p>Det anbefales inntak av folinsyretilskudd (400 mikrogram daglig) helst 4 uker før svangerskapet og i de følgende 12 uker.</p> <p>Kvinnen anbefales å oppbevare helsekortet selv, og alle resultater av undersøkelser og prøvesvar bør påføres helsekortet.</p> <p>På første kontrollen utføres hemoglobinkontroll, immunitet mot røde hunder, Hiv og syfilisserologi. NB. Hepatitt B og C på indikasjon, jfr. nye retningslinjer. Blodtyping med Rhesusstatus og antistoff, tas etter 12. uke.</p> <p>Første kontroll inkluderer også rutineundersøkelser som veiing blodtrykksmåling, urinprøve med undersøkelse av sukker og eggehvite. Prøve på bakterier i urinen anbefales kun de som har symptomer eller vært plaget med urinveisinfeksjoner tidligere.</p> <p>Det bør testes på klamydia hos kvinner under 25 år eller på indikasjon.</p> <p>Det henvises til ultralyd i uke 17 – 19.</p> <p>Tilbud om genetisk fosterdiagnostikk og genetisk veiledning gis på indikasjon.</p>
Uke 16	Jordmor	Måle symfyse/ fundushøyde(indikasjon på fosterets vekst) + blodtrykk + veiing + sjekk av eggehvite og sukker i urinen. Lytte på fosterhertelyden.
Uke 18-19	OSS eller St. Olavs Hospital	Ultralydundersøkelse
Uke 24	Jordmor	Levesett, fysiske og psykiske forandringer i svangerskapet. Invitere til foreldreforbereidende kurs. Oppfordrer partner til å bli med på en eller flere kontroller.
Uke 28	Lege	Rutineundersøkelser Hemoglobinkontroll. Rhesusnegative: antistoffkontroll Sukkerbelastningstest hos gravide med økt risiko for svangerskapsdiabetes
Uke 32	Jordmor	Rutineundersøkelser Undervise om amming. Minne om bekkenbunnsøvelser
Uke 36	Lege	Rutineundersøkelser Kontroll av barnets leie, ved seteleie henvises til svangerskapspoliklinikk for vurdering av utvendig vending. Rhesusnegative: ny antistoffkontroll
Uke 38	Jordmor	Rutineundersøkelser + kontroll av leie Fødselsprat og hva som er tegn til fødsel Informasjon om hjemmebesøk av jordmor etter fødsel.
Uke 40	Jordmor	Rutineundersøkelser + kontroll av leie
Uke 41	Svangerskaps poliklinikk St. Olavs Hospital	Overtidsvurdering.

Du skal ta med morgen-urinprøve og helsekort for gravide ved hver kontroll.

Alle undersøkelser samt tid og sted for kontrollene, er basert på anbefalinger. Organiseringen av svangerskapskontrollene for Rennebu Kommune er veiledende og vi gjør oppmerksom på at du som gravid selv kan bestemme om du vil gå til jordmor eller lege.