

PLAN / TILBUD FRA

RENNEBU HELSESTASJON

FOR BARN 0 - 4 ÅR OG DERES

FORELDRE / FORESATTE.

PERSONELL OG TILGJENGELIGHET.

Pr. 01.04.2010

- Medisinsk/fag.ansvarlig: Kommunelege – Peter Melien Trojanowski.
- Daglig leder: Marta Hovland Withbro.
- Skole/helsestasjonslege: Kommunelege – Peter Melien Trojanowski
- Fysioterapitjenesten: Solfrid Sæter Skjerve.
- Helsesøstertjenesten: Bjørg Kjøllesdal/ Marta H. Withbro
- Skolehelsetjenesten: Bjørg Kjøllesdal/ Marta H. Withbro
 - Bjørg Kjøllesdal – kontaktperson: Nerskogen skole
Innset skole Avtales kontortid
Voll skole etter behov.
 - Marta H. Withbro – kontaktperson: Berkåk skole. Fast kontortid tirs. 09-11.
 - Marta H. Withbro – kontaktperson: Helsestasjon for ungdom.
Annenhver tirsdag kl. 16 – 18, etter oppslag.
 - Åse Gunnes Sekretær
 - Barbro H. Skar Kontormedarbeider
- De fleste jobber deltid og kan noen ganger være vanskelig å få tak i pr. tlf., da vi også har en del arb. områder utenom dette. Men treffes ikke noen av oss, legg igjen beskjed v/Rennebu legekantor tlf. 72 40 25 40 eller infotorget helsesenteret v/Barbro tlf. 72 40 25 03 om at vi ringer tilbake, eller de gir beskjed om når vi treffes.

Rennebu helsestasjon: Tlf. nr.: 72 40 25 35 (Marta) – 72 40 25 36 (Bjørg)
Mob.nr.: 415 17 888 (Marta) – 900 30 882 (Bjørg)
Tlf. nr.: 72 40 25 03 Kontormedarbeider.

E-post: marta.withbro@rennebu.kommune.no
bjorg.kjollesdal@rennebu.kommune.no
ase.gunnes@rennebu.kommune.no
barbro.skar@rennebu.kommune.no

Rennebu Legekantor: Tlf. nr.: 72 40 25 40.

Med hilsen

HELSESTASJONSTJENESTEN I RENNEBU

TIL FORELDRE/FORESATTE

ORIENTERING OM TILBUD FRA RENNEBU HELSESTASJON

FOR BARN 0 - 4 ÅR OG DERES FORELDRE / FORESATTE

Utarbeidet etter anbefalinger i Forskrifter om Helsestasjonsvirksomhet m/veileder til forskrift av april -2003 og Lov om kommunehelsetjenesten.

ALDER		TILBUD/OPPGAVER	ANSV.:
<u>HJEMMEBESØK:</u>		Helsesøster gir tilbud om hjemmebesøk til familien ca. 1-2 uker etter hjemkomst fra fødeavdelingen hvis ikke annet er avtalt v/utreise. Det er ønskelig å treffe både mor og far.	H.
	<u>Hensikt/mål:</u>	Bli kjent m/familien som gir grunnlag for samarbeid og tillit til barnets og familiens beste. Må kunne gi foreldrestøttet hjelp v/behov.	
	<u>Gjennomføring:</u>	<u>Foreldreveiledning/Helseopplysning/Samtale om:</u> -Barnets trivsel og vektøkning. -Amming/morsmelk, annen ernæring. -Barnets behov og praktisk omsorg. -Samspill og kontakt. -Fødselsopplevelser, foreldrerolle, familiesituasjon og sosialt nettverk. -Mors fysiske og psykiske helse. -Barnestell og -utstyr, barneulykker, «Røykfrie barn», inneklima, rusmiddel, krybbedød, trygdeytelser. -Etterkontroll, prevensjon. -Gi råd og veiledning i forhold til event. oppståtte spørsmål/problem etter familiens behov, henvise videre v/behov til lege/fysioterapeut eller andre.	H.

SIDEN FÅR DERE TILBUD OM Å MØTE REGELMESSIG

CA. 9-10 GANGER 1-LEVEÅR OG V/15 MND,

V/17-18 MÅNEDER, OG v/ 2 OG 4 ÅR.

FORSKRIFTENE ANBEFALER RUTINEMESSIG AT ALLE

SKAL HA TILBUD OM 4 LEGEUNDERSØKELSER FØR

SKOLESTART, DETTE ER v/ 6 UKER, 6 MÅNEDER, 1 ÅR,

OG 2 ÅR.

Barn som det viser seg har behov for oppfølging utenom disse, får dette utenom de faste tilbudene.

TILBUDENE BLIR ETTER FØLGENDE PLAN. DET ER FLOTT HVIS BÅDE MOR OG FAR KAN VARIERE MED Å FØLGE BARNET TIL HELSESTASJON, ELLER KOMMER SAMTIDIG.

ALDER:		TILBUD/OPPGAVER	ANSV.:
<u>Ca. 2 - 8 uker</u> <u>(vil variere):</u>		<u>GRUPPESAMLING:</u> Tilbud om barseltreff/gruppe på helsestasjon for barn født innen tidsrom ca. 4-6 uker og deres foreldre/foresatte.	H.
	<u>Hensikt/mål:</u>	Tilføre nybakte foreldre trygghet og kunnskap og tro på egne ressurser. Bli kjent med andre i samme livssituasjon.	
	<u>Gjennomføring:</u>	<u>Foreldreveiledning/Helseopplysning/Samtale om:</u> -gjennomgå gode og vonde fødselsopplevelser. -døgnrytme. -ernæring event. Video «Bryst er best». -barselgym. -samspill barn/foreldre, forventninger (event. Video) -søskensjalusi. -Gi råd og veiledning i forhold til event. Oppståtte spørsmål/problem, henvise videre til lege/fysioterapeut.	H.

ALDER:		TILBUD/OPPGAVER:	ANSV.:
<p><u>Ca. 6 uker:</u></p>	<p><u>Hensikt/mål:</u></p> <p><u>Gjennomføring:</u></p>	<p><u>INDIVIDUELL TIME TIL LEGE OG HELSESØSTER:</u> Kommer individuelt til helsestasjon til rutinemessig undersøkelse hos lege og helsesøster.</p> <p>Medvirke til at familien skal bli trygg i foreldrerollen og dagliglivets mestring m/barn, gjennom samtale med foreldrene og synliggjøring av denne situasjonen/ressursen.</p> <p><u>1) Fysisk helseundersøkelse av:</u> - syn. - bevegelse - utvikling - kontaktevne. - ører/hørsel/hals. - lengde, vekst, hode. - hjerte, lunger, hode, kjønnsorgan, hofter.</p> <p><u>2) Foreldreveiledning/helseopplysning/samtale om:</u> - Amming/morsmelk, annen ernæring. - Barnets behov og praktiske omsorg, mors fysiske og psykiske helse. - Samspill, forventninger til barnet, familiesituasjonen, sosialt nettverk. - Utvikling og bevegelse, søvn, barnestell, barneulykker/skader, inneklima, «Røykfrie barn». - Informere om vaksineprogrammet.</p>	<p>H + L. H + L. L. H + L. L. H. L. v/beh.</p>
<p><u>Ev. v /2-2,5 mnd:</u></p> <p><u>(Tillegg til statlige anbefalinger)</u></p>	<p><u>Hensikt/mål:</u></p> <p><u>Gjennomføring:</u></p>	<p><u>GRUPPESAMLING:</u> Medvirke til at familien skal bli trygg i foreldrerollen og dagliglivets mestring m/barn, gjennom kartlegging av barnets funksjon og vektlegging av foreldrenes ressurser.</p> <p><u>Foreldreveiledning/Helseopplysning/Samtale om:</u> -døgnrytme. -ernæring/vekst. -utvikling - bevegelse. -samspill barn/foreldre - Video «Kjærleken dialog» -inneklima/røyk - alkohol. -orientering om anbefalt vaksinasjons program. -henvisning til lege/fysioterapeut v/behov.</p>	<p>H.</p>

ALDER:		TILBUD/OPPGAVER:	ANSV.:
<p><u>Ca. 3 MÅNEDER:</u></p>	<p><u>Hensikt/mål:</u></p> <p><u>Vaksinasjon:</u></p> <p><u>Gjennomføring:</u></p>	<p><u>GRUPPESAMLING:</u> Individuell samtale v/vaksinering.</p> <p>Medvirke til at familien skal bli trygg i foreldrerollen, med spesielt bevisstgjøring av foreldreansvar.</p> <p>Tilbud om 1.Trippel, 1.Hib og 1.Poliovaksine. og 1.Pneumokokkvaksine, Prevanar</p> <p><u>1) Fysisk undersøkelse av:</u> -Syn. -Hørsel. -Hofte/fotstilling. -Lengde/vekt v/behov. -Hode / hodeomkrets. -Utvikling og kontaktevne.</p> <p><u>2) Foreldreveiledning/helseopplysning/samtale om:</u> -Amming/morsmelk, annen ernæring. -Samspill, barnets behov og praktisk omsorg. -Utvikling, språk, bevegelse, søvn.- Barneulykker/skader, inneklime, «Røykfrie barn». -Vanlige infeksjonssyk., vaksineinformasjon.</p> <p><u>3) Henvisning til lege/fysioterapeut v/behov.</u></p>	<p>L -ansv. H -utf.</p> <p>H.</p> <p>H.</p>
<p><u>Ca. 4 MÅNEDER:</u></p>	<p><u>Hensikt/mål:</u></p> <p><u>Gjennomføring:</u></p>	<p><u>GRUPPESAMLING:</u></p> <p>Medvirke til at familien skal bli trygg i foreldrerollen, med spesielt bevisstgjøring av foreldreansvar.</p> <p><u>1) Fysisk undersøkelse av:</u> -Lengde/vekt på indikasjon (også ved foreldreønske). -Hodeomkrets. -Motorisk utvikling v/fysioterapeut.</p> <p><u>2) Foreldreveiledn./Helseopplysning/Samtale om:</u> -Amming/morsmelk, annen ernæring. -Samspill, barnets behov og praktisk omsorg. -Ernæring, utvikling, språk, bevegelse, søvn. -Barneulykker/skader, «Røykfrie barn». -Vanlige infeksjonssyk., vaksineinformasjon. -Samliv/familiesituasjonen - foreldrenes behov for voksenliv.</p> <p><u>3)Henvisning til lege v/behov.</u></p>	<p>H.</p> <p>F.</p> <p>H + F.</p>

ALDER:		TILBUD/OPPGAVER:	ANSV.:
<u>Ca. 5 MÅNEDER:</u>	<p><u>Hensikt/mål:</u></p> <p><u>Vaksinasjon:</u></p> <p><u>Gjennomføring:</u></p>	<p><u>GRUPPESAMLING</u> Individuell samtale v/vaksinasjon.</p> <p>Medvirke slik at familien skal bli trygg i foreldrerollen, men spes. bevisstgjøring av foreldreansvar, fordeling, egen helse og samliv.</p> <p>Tilbud om 2.Trippel, 2 Hib og 2.Polio. 2. Pneumokokk vaksine-Prevanar.</p> <p><u>1) Fysisk undersøkelse av:</u> -Lengde/vekt på indikasjon (også ved foreldreønske). -Hodeomkrets. -Henvisning til lege/fysioterapeut v/behov.</p> <p><u>2) Foreldreveiledning/Helseopplysning/Samtale om:</u> -Amming/morsmelk, annen ernæring. -Samspill, barnets behov og praktisk omsorg. -Tannhelse: kosthold, tannstell og gode vaner. -Bevegelse og utvikling, språk, søvn. -Sosialt nettverk. -Event. Video «Dialogens Kraft».</p>	<p>L -ansv. H -utf.</p> <p>H.</p> <p>H.</p>
<u>Ca. 6 MÅNEDER:</u>	<p><u>Hensikt/mål:</u></p> <p><u>Gjennomføring:</u></p>	<p><u>INDIVIDUELL TIME TIL LEGE OG HELSESØSTER:</u> -Medvirke slik at familien skal bli trygg i foreldrerollen, men spes. bevisstgjøring av foreldreansvar, fordeling, egen helse og samliv. -Det er fint for barnet om begge er med v/legeundersøkelsen, da vil begge få samme informasjon hvis det er spesielle funn v/barnet.</p> <p><u>1) Fysisk undersøkelse av barnet:</u> -Øyne/syn: Inntrykk av at barnet ser? Interesse for gjenstander i rommet? Strabisme. -Ører/hørsel: Inntrykk av at barnet hører? Snur hodet etter lyd? Foreldreinformasjon. -Hjerte: Auskultasjon, anamnese. -Hode: Hodeomkrets. -Hofter: Abduksjonstest. -Lengde/vekt: Rutinemessig lengde, vekt på indikasjon. -Utvikling og kontaktevne: Er barnets utvikling som forventet mht. Sosial funksjon/kontakt, fin-/grovmotorikkutvikling? <u>2) Foreldreveiledning/Helseopplysning/Samtale om:</u> -Amming/morsmelk, annen ernæring. -Samspill. -Familieforhold. -Kosthold, språk, lek, barneulykker/skader.</p>	<p>H.</p> <p>L + H.</p> <p>L + H. L. H + L. L. H + L.</p> <p>H + L.</p> <p>H.</p>

ALDER:		TILBUD/OPPGAVER:	ANSV.:
<p><u>7 - 8</u> <u>MÅNEDER:</u></p>	<p><u>Hensikt/mål:</u></p> <p><u>Gjennomføring:</u></p>	<p><u>GRUPPESAMLING:</u> Medvirke til at småbarnsforeldre skal føle at dagliglivets mestring m/barn er en fin menneskelig utfordring som en må ta vare på.</p> <p><u>1) Fysisk undersøkelse av:</u> -Øyne/syn: Inntrykk av at barnet ser? Interesse for gjenstander i rommet? Strabisme. -Hørsel: Inntrykk av at barnet hører? Snur hodet etter lyd? Distraksjonstest, BOEL, PAT. -Hode: Hodeomkrets. -Utvikling/kontaktevne: Har barnet en utvikling som forventet mht. Sosial funksjon/kontakt, fin-grovmotorikk? -Henvisning til lege/fysioterapeut v/behov.</p> <p><u>2) Foreldreveiledning/Helseopplysning/Samtale om:</u> -Amming. -Tilknytning - løsrivelse. -Kosthold, språk, lek, barneulykker. -Sosialt nettverk. -Forberedelse til evt. Arbeidsliv. -Event. Informasjon om førstehjelp, feber o.s.v. eventuelt video.</p>	<p>H.</p> <p>H.</p> <p>H.</p>
<p><u>10</u> <u>MÅNEDER:</u></p>	<p><u>Hensikt/mål:</u></p> <p><u>Gjennomføring:</u></p>	<p><u>GRUPPESAMLING:</u> Medvirke til at småbarnsforeldre skal føle at dagliglivets mestring m/barn er en fin menneskelig utfordring som en må ta vare på.</p> <p><u>1) Fysisk undersøkelse av:</u> -Lengde/vekt på indikasjon (også foreldreønske). -Hode: hodeomkrets. -Henvisning til lege/fysioterapeut v/behov.</p> <p><u>2) Foreldreveiledning/Helseopplysning/Samtale om:</u> -Amming/eventuelt avvenning. -Tilknytning/løsrivelse empatiutvikling - ego. -Grensesetting. -Rusmidler. -Kosthold, søvn, språk, bevegelse og utvikling.</p>	<p>H.</p> <p>H.</p>

ALDER:		TILBUD/OPPGAVER:	ANSV.:
<u>11 - 12</u> <u>MÅNEDER:</u>		<u>INDIVIDUELL TIME TIL LEGE OG HELSESØSTER.</u>	
	<u>Hensikt/mål:</u>	Medvirke til at småbarnsforeldre skal føle at dagliglivets mestring m/barn er en fin menneskelig utfordring som en må ta vare på.	
	<u>Vaksinasjon:</u>	Tilbud om 3.Trippel, 3 Hib og 3.poliiovaksine. 3. Pneumokokkvaksine, Prevanar	L -ansv. H -utf.
	<u>Gjennomføring:</u>	<u>1) Fysisk undersøkelse av:</u> - Øyne/syn: Inntrykk av at barnet ser? Interesse for gjenstander på avstand, skjeling. - Hørsel: Inntrykk av at barnet hører, selv svake lyder? Snur hodet etter lyd? - Hjerte: Auskultasjon. - Lunger: Obstruktive episoder? Foreldres røyking? - Hofte: Abduksjonstest. - Kjønnsorganer, gutter: Testes descendert. - Utvikling og kontaktevne: Har barnet en utvikling som forventet mht. Sosial funksjon/kontakt, fin-/grovmotorikk? - Hode: Hodeomkrets. - Lengde/vekt: Vekt og lengde på indikasjon. - Laboratorieprøver: Hgb av barn fra utenomvestlige land, ellers på liberal indikasjon.	H. H + L. L. L. L. L. H + L. H + L. H + L. L.
		<u>2) Foreldreveiledning/Helseopplysning/Samtale om:</u> -Søvn, språk. -Barneulykker/skader. -Tannhelse: kosthold, tannstell og gode vaner. -Selvstendighetstrening/adferd. -Vanlige sykdommer. -Barnets interesse for omgivelsene, kontaktevne. -Rusmidler.	H.

ALDER:		TILBUD/OPPGAVER:	ANSV.:
<u>15</u> <u>MÅNEDER:</u>	<p><u>Hensikt/mål:</u></p> <p><u>Vaksinasjon:</u></p> <p><u>Gjennomføring:</u></p>	<p><u>GRUPPESAMLING:</u> Kommer individuelt til helsesøster for vaksinerings.</p> <p>Medvirke til at småbarnsforeldre skal føle at dagliglivets mestring m/barn er en fin menneskelig utfordring som en må ta vare på.</p> <p>Tilbud om Meslinge - Kusma og Rødehundevaksine.</p> <p><u>1) Fysisk undersøkelse av:</u> -Øyne/syn: Inntrykk av at barnet ser? Interesse for gjenstander på avstand. Skjeling. -Hørsel: Inntrykk av at barnet hører, selv svake lyder? Snur hodet etter lyd? -Henvisning til lege/fysioterapeut v/behov.</p> <p><u>2)</u> <u>Foreldreveiledning/Helseopplysning/Samtale om:</u> -Lekesituasjon/aktivitet/språk. -Barneoppdragelse, barns selvhevdelse og selvstendighetstrang, initiativ, grenser. -Kosthold. -Søvn.</p>	<p>H.</p> <p>L -ansv. H -utf.</p> <p>H.</p> <p>H.</p>
<u>17 - 18</u> <u>MÅNEDER:</u>	<p><u>Hensikt/mål:</u></p> <p><u>Gjennomføring:</u></p>	<p><u>GRUPPESAMLING</u> Medvirke til at småbarnsforeldre skal føle at dagliglivets mestring m/barn er en fin menneskelig utfordring som en må ta vare på.</p> <p><u>1) Fysisk undersøkelse av:</u> -Utvikling og kontaktevne: Har barnet en utvikling som forventet mht. Sosial funksjon/kontakt, fin-/grovmotorikk? -Lengde/vekt: Rutinemessig lengde/høyde. Vekt på indikasjon, også ved foreldreønske. -Henvisning til lege v/behov.</p> <p><u>2) Foreldreveiledn./Helseopplysning/Samtale om:</u> -Barneoppdragelse, barns selvoppfatning. -Lekesituasjon/aktivitet. -Kosthold. -Nettverk. -Evaluering av gruppetilbudet.</p>	<p>H.</p> <p>H.</p>

ALDER:		TILBUD/OPPGAVER:	ANSV.:
<u>2 ÅR:</u>	<p><u>Hensikt/mål:</u></p> <p><u>Gjennomføring:</u></p>	<p>INDIVIDUELL TIME TIL HELSESØSTER OG LEGE.</p> <p>Medvirke til at småbarnsforeldre skal føle at dagliglivets mestring m/barn er en fin menneskelig utfordring som en må ta vare på.</p> <p><u>1) Fysisk undersøkelse av:</u></p> <p>-Hud: A. Eksemplager.</p> <p>-Øyne/syn: A. Inntrykk av at barnet ser? Interesser for gjenstander i rommet? Ser på avstand? Strabisme.</p> <p>-Hørsel: A: Inntrykk av at barnet hører, selv svake lyder? Snur hodet etter lyd?</p> <p>-Tenner: Inspeksjon + A.</p> <p>-Lunger: Obstruktive episoder? (A) (Foreldres røyking som rutinespørsmål)</p> <p>-Kjønnsorganer: restes descentert.</p> <p>-Hofter/ekstremiteter: går uten å halte?</p> <p>-Utvikling og kontaktevne: Har barnet en utvikling som forventet mht. Sosial funksjon/kontakt, fin-/grovmotorikk?</p> <p>-Lengde/vekt: Lengde, vekt på indikasjon.</p> <p><u>2)</u></p> <p><u>Foreldreveiledning/Helseopplysning/Samtale om:</u></p> <p>-Aktivitet og lek.</p> <p>-Selvbilde, selvstendighet, interessekonflikt og grensesetting.</p> <p>-Språkutvikling "Sats 2"</p> <p>-Søskensjalousi.</p> <p>-Kosthold, spisevaner, søvnvaner og tannhelse.</p> <p>-Smokk- og fingersuging.</p> <p>-Renslighet/pottebruk.</p> <p>-Ulykker og skader.</p> <p>-TV og video.</p> <p>-Sosial nettverk.</p>	<p>L.</p> <p>L. + H.</p> <p>H + L.</p> <p>L.</p> <p>L.</p> <p>L.</p> <p>L.</p> <p>H + L.</p> <p>H.</p> <p>L. v/beh.</p>

Andre tilbud fra Helsestasjonen

- Trim for gravide og småbarnsforeldre v/ fysioterapeut 1.gang pr. uke etter oppslag.
- "Godt samlivskurs" for førstegangsførelde. Vår og høst, annonseres.
- Småbarnstreff m/ foreldre i Frivillighetens hus 1 gang pr. uke (etter oppslag).
- Temakvelder, annonseres.

Annen informasjon

Er barnet litt sykt og utilpass, vær vennlig å ta kontakt før oppmøte. Barna bør være friske ved oppmøte på helsestasjonen.

EGNE NOTATER: