

## Når du skal føde - om graviditet, fødsel og barsel

### Graviditeten

#### Hos egen læge

Du har været til dit første lægebesøg og har som regel fået udleveret din vandrejournal, som du skal medbringe til alle undersøgelser i graviditeten. Som din læge sikkert har oplyst, tilbydes du 3 lægeundersøgelser i graviditeten og flere, hvis du har brug for det.



#### Lægeundersøgelser:

6.-10. uge  
25. uge  
32. uge

#### Gravide tilbydes konsultation i følgende uger (ca):

16. uge  
21. uge ( ved behov)  
29. uge  
35. uge (førstegangsfødende)  
36. uge (fleregangsfødende)  
37. uge (førstegangsfødende)  
39. uge  
40. uge  
(41. uge)

Der er mulighed for at gå til jordemoder i jeres eget lokalområde  
- se oversigten nederst på denne information.

Din egen læge har spurgt dig til, hvor du ønsker at gå til jordemoder og sender efterfølgende dine papirer til os.

### Undersøgelse på hospitalet

Du vil hos din egen læge modtage information om hospitalets tilbud om undersøgelser og scanninger.

Du bliver automatisk indkaldt til nakkefold scanning, hvis I ønsker at gøre brug af dette tilbud. Der er tilbud om en nakkefoldscanning i uge 12 og en såkaldt misdannelsesscanning omkring uge 20.

### Vi sender dig herefter en indkaldelse til dit første jordemoderbesøg.

Ca. halvdelen af vores gravide/par og fødende tilbydes tilknytning til en kendt jordemoderordning, hvor man er tilknyttet et team på 3 jordemødre. Disse varetager undersøgelser i graviditeten og en af dem, vil være hos jer under fødslen. Den øvrige halvdel af gravide/par går til den samme jordemoder gennem hele graviditeten og får under fødslen hjælp fra en af vore dygtige jordemødre i det faste beredskab på fødegangen.

Ved 1. besøg hos jordemoderen udleveres forskelligt materiale, og der skrives journal. Der er mulighed for en snak om de forandringer, der sker i løbet af graviditeten både af fysisk og psykisk karakter og for at få svar på de spørgsmål, som du/I eventuelt har. Ved jordemoderkonsultation måles bl.a. blodtryk, og fra 29. graviditetsuge undersøges urinen. Der foretages udvendig undersøgelse af livmoderen for at følge barnets vækst, og i slutningen af graviditeten vurderes barnets stilling. Den kommende far er selvfølgelig velkommen ved hver konsultation. Varighed for 1. konsultation er ca. 40 min. og de efterfølgende ca. 20 min.

### Forældre og fødselsforberedende undervisning: "En familie fødes"

Alle førstegangsfødende par tilbydes fødsels- og familieforberedelse, 3 x 2 lektioner. Tilmelding foregår hos jeres jordemoder.

Vores mål er, at I føler jer godt forberedt, så I er trygge før, under og efter fødslen. I kan læse mere om undervisningen på vores hjemmeside eller få information ved 1. konsultationen hos jordemoder.

### Venter I tvillinger

Alle tvillingegravide tilbydes at gå i kendt jordemoderordning i Herning. Der er tilbud om fødselsforberedelse sammen med andre par, der venter tvillinger.

### Yderligere tilbud

Ved behov tilbydes besøg af sundhedsplejerske i hjemmet inden fødslen. Snak med jeres jordemoder om det.

### Fødsel

Du/I kan frit vælge, om fødslen skal foregå på Herning eller Holstebro sygehus, eller om du/I ønsker at føde hjemme. Hvis fødslen går i gang før tid (før uge 37), eller hvis der er specielle forhold omkring din graviditet eller en tidligere fødsel, anbefaler vi, at I føder på vores specialafdeling i Herning. Her har vi i modsætning til Holstebro tilknyttet en børneafdeling med beredskab af børnelæger med speciale i helt nyfødte børn, samt et større beredskab af både fødselslæger og anæstesilæger. Vores fødselslæger og jordemødre vil vejlede jer i valg af fødested, hvis I er i tvivl.



Vi prioriterer højt, at din/jeres fødsel bliver en god og tryk oplevelse. Det gør vi bla. ved at sikre, at der altid er en jordemoder til stede på fødestuen under hele din fødsel. Hver fødsel er unik, hvorfor vi bestræber os på at give hver enkelt individuel omsorg, og så vidt muligt fastholde den normale fødsel.

Vi kan tilbyde forskellige former for smertelindring eks. badekar akupunktur, fødselshypnose, og ved behov en epiduralblokade.

Hør nærmere om mulighederne hos din egen jordemoder og til fødselsforberedelse.



Vi prioriterer meget højt den tidlige mor/far/barn-kontakt, og vi ved at denne får de bedste betingelser, når jeres barn fra starten kommer ind at ligge hud og hud, og når der skabes ro omkring jer i de første timer efter fødslen.

### Hjemmefødsel

Hvis du ønsker at føde hjemme - hør nærmere hos din konsultationsjordemoder eller læs mere på vores hjemmeside.

### Når du skal føde

Hvis I er tilknyttet kendt jordemoder team, ringer I til jeres eget kendt jordemoderteam. I får telefonnummer i konsultationen.

Er I ikke tilknyttet kendt jordemoderteam, kontakter I vagthavende jordemoder på fødeafdelingen.

Skal I føde i Herning, ringer I **Tlf. 7843 4762**

Skal I føde i Holstebro, ringer I **Tlf.: 7843 4936**



### Efter fødslen (førstegangsfødende)

Som nybagte forældre til jeres første barn tilrettelægges fødestedets tilbud til jer ud fra jeres situation efter fødslen. Hvis fødslen er forløbet ukompliceret, har I mulighed for enten at gå hjem direkte fra fødegangen eller at blive en nat på barselsafsnittet. Hvis der er særlige forhold hos jeres barn eller hos mor, tilbydes I indlæggelse på Barselsafsnittet i Herning eller Holstebro.

#### Hjem direkte fra fødegangen

Tager I hjem direkte fra fødegangen, kommer jordemoderen på barselsbesøg hos jer 2 gange:

- Første besøg er dagen efter fødslen
- Andet besøg er mellem 48-72 timer efter fødslen.

Besøget varetages af mobil jordemoderen eller af en af jordemødrene fra jeres kendte jordemoder-team.

Besøget dagen efter fødslen handler primært om, hvordan I har det i familien.

Besøget mellem 48-72 timer efter fødslen indeholder en vurderes af jeres barns trivsel, herunder vejning af barnet, hælblodprøve (PKU), en efterfødselssamtale samt hørescreenings undersøgelse.

Er du blevet syet ved fødslen, tilbyder vi desuden at tilse din bristning. Besøget giver Jer lejlighed til at drøfte de spørgsmål, I er stødt på i de første dage efter fødslen. Besøget varer ca. 1 time.

Hvis det er mobil jordemoderen, der kommer på besøg, får I samme dag, en SMS mellem kl. 9-10 med besked om mere præcist, hvornår I kan forvente besøg.

Er I tilknyttet et kendt jordemoderteam, kan I kontakte teamet på telefon hele den første uge, eller indtil sundhedsplejersken har været hos jer, hvis I har brug for råd og vejledning. Er I ikke tilknyttet kendt team, kan I ringe for råd og vejledning på fødegangen. Se tlf nr herover.

I kan også vælge indlæggelse på barselsgang i 48 timer. Her bor I på enestuer, og kan få hjælp og støtte til amning og spædbarnspleje, hvis I har behov for det. Et par uger efter udskrivelsen får I tilbudt en tid hos jeres team-jordemødre eller konsultationsjordemoder til en efterfødselssamtale.

I kan kontakte vores barselsklinik på telefon 78434745 hele den første uge, eller indtil sundhedsplejersken har været hos jer, hvis I har brug for råd og vejledning.

#### *Hjem efter en nat*

Bliver I en nat på barselsafsnittet, får I ét besøg i hjemmet af jordemoder, når barnet er mellem 48 og 72 timer gammelt.

Besøget indeholder en vurdering af jeres barns trivsel, herunder vejning af barnet, hælblodprøve (PKU), en efterfødselssamtale samt hørescreenings undersøgelse.

Er du blevet syet ved fødslen, tilbyder vi desuden at tilse din brystning. Besøget giver Jer lejlighed til at drøfte de spørgsmål, I er stødt på i de første dage efter fødslen. Besøget varer ca. 1 time. Hvis det er mobil jordemoderen, der kommer på besøg, får I samme dag, en SMS mellem kl. 9-10 med besked om mere præcist, hvornår I kan forvente besøg.

Er I tilknyttet et kendt jordemoderteam, kan I kontakte teamet på telefon hele den første uge, eller indtil sundhedsplejersken har været hos jer, hvis I har brug for råd og vejledning. Er I ikke tilknyttet kendt team, kan I ringe for råd og vejledning på fødegangen. Se tlf nr herover.

I kan også vælge indlæggelse på barselsgang i 48 timer. Her bor I på enestuer, og kan få hjælp og støtte til amning og spædbarnspleje, hvis I har behov for det. Et par uger efter udskrivelsen får I tilbudt en tid hos jeres team-jordemødre eller konsultationsjordemoder til en efterfødselssamtale.

I kan kontakte vores barselsklinik på telefon 78434745 hele den første uge, eller indtil sundhedsplejersken har været hos jer, hvis I har brug for råd og vejledning.

#### *Indlæggelse ved særlige behov*

Hvis der er særlige forhold hos barnet eller hos mor, tilbydes I barselsophold på et af vore to barselsafsnit i Herning eller i Holstebro. Dette vurderer I sammen med personalet.

#### **Efter fødslen (flergangsfødende)**

Allerede i graviditeten vil jordemoderen drøfte med jer, der venter jeres andet eller efterfølgende barn, hvor I forventer at tilbringe den første tid efter fødslen. Såfremt I har det godt efter fødslen, og der ikke er faglige grunde til, at I skal blive på hospitalet, tilbydes I som udgangspunkt ambulante fødsel – det vil sige, at I tager hjem indenfor de første 2-6 timer efter fødslen. I kommer dermed hjem i jeres vante omgivelser.

#### *Telefonopringning dagen efter fødslen*

Dagen efter fødslen bliver I ringet op af en jordemoder eller sygeplejerske. Desuden kan I i den første uge ringe til fødegangen/barselsafsnittet ved behov.

#### *Efterfødselspakke*

Mellem 48-72 timer efter fødslen tilbydes I en efterfødselspakke, som er et samlet tilbud om undersøgelser af mor og barn. I tilbydes rutinemæssige screenings-undersøgelser af barnet i form

af PKU-test, som tester medfødte stofskiftesygdomme og hørescreening, som undersøger evt. medfødt høretab hos barnet. Desuden drøfter vi barnets ernæring og trivsel samt opfølgning fra fødslen og de første dage.

### **Sundhedsplejerske**

Jeres sundhedsplejerske kontakter jer telefonisk indenfor de første dage for at aftale tidligt barselsbesøg på 4.-5. dagen efter fødslen, hvis I er gået hjem indenfor de første 72 timer.

### **Egen læge**

Du tilbydes selv konsultation 8 uger efter fødslen og senere ved behov.

### **Jordemoderkonsultationer:**

**Herning:** Gl. Landevej 53 G

**Ikast:** Frisenborgparken 26

**Tarm:** Regionshospitalet, Tarm (Hovedindgangen)

**Brande:** Jens Risoms Alle 11B

**Ringkøbing:** Regionshospitalet Ringkøbing

**Holstebro:** Fødeafdelingen Regionshospitalet Holstebro

**Lemvig:** Østergade 30, Lemvig

Har du spørgsmål til Jordemodercenteret kan du kontakte os på e-mail:  
[hevheimce@rm.dk](mailto:hevheimce@rm.dk)

Undlad akutte henvendelser på mail, da denne kun åbnes og besvares 2 gange om ugen.

For mere information henvises til hjemmesiden:

[www.vest.rm.dk/afdelinger](http://www.vest.rm.dk/afdelinger)

vælg: "gynækologisk/obstetrisk afdeling"

vælg: "patienter og pårørende"

---