



Harstad kommune
Attraktiv hele livet

Orientering om svangerskapsomsorgen.



Helsestasjonens åpningstid:

Mandag - fredag kl. 08.30 - 1500.

Telefon 77 02 71 40



Svangerskapskontrollen utføres i et samarbeid mellom jordmor og fastlege. Har du behov for en ekstra kontroll, kan du be om det i tillegg til det anbefalte programmet. I tillegg er det et nært samarbeid med Unn-Harstad og UNN-Tromsø og helsesøster på helsestasjonen.

Uke	Anbefalt undersøkelser for gravide i Harstad uten økt risiko
6 -12	Kontroll hos lege. Omfattende, kan deles i 2 konsultasjoner.
8 - 14	Kontroll hos jordmor. «Tidlig Inn»
17-19	Ultralyd på sykehuset
24	Kontroll hos lege
28	Kontroll hos jordmor
32	Kontroll hos lege
36	Kontroll hos jordmor
38	Kontroll hos lege eller jordmor
40	Kontroll hos jordmor
7-9 dager over termin	Kontroll på sykehuset

Svangerskapet er en naturlig tilstand som forløper normalt for de aller fleste. Svangerskapsomsorgen har som mål å sikre mor og barn god helse gjennom undersøkelser, samtale, veiledning og informasjon. Ektefelle/partner er hjertelig velkommen til å være med på kontrollene.

Helsestasjonen kan tilby:

- Svangerskapskontroller ved jordmor
- Fødselsforberedende kurs ved jordmor og helsesøster
- Hjembesøk av jordmor i løpet av 1-3 dager etter utreise
- Hjembesøk av helsesøster 7.-10. dag etter fødsel og videre oppfølging på helsestasjonen i sped- og småbarns tid



Til hver kontrolltime skal du ha med:

- Helsekort for gravide
- Ark med blodprøvesvar som du får hos fastlegen
- Ultralydskjema når det foreligger
- Urinprøve

Aktuelle temaer i svangerskapsomsorgen





Graviditet og psykisk helse

Det er ikke alltid like fantastisk og være foreldre. De følelsesmessige forandringer i forbindelse med graviditet, fødsel og barseltid er helt normale. For noen kan det utvikle seg til en tyngre tilstand som varer over tid. Det er derfor viktig at du snakker med noen om det. Det kan for eksempel være uro, skyldfølelse, utilstrekkelighet, nedstemthet, sinne eller søvnproblemer. Også den vordende far kan ha reaksjoner på svangerskapet og fødselen.



Jordmor og fastlege vil også spørre om psykisk helse, rusmiddelbruk og vold på noen av kontrollene

Etter fødselen vil helsesøster også sette fokus på mors psykiske helse med tilbud om en egen time for å snakke om hvordan mor har det.

