

Informasjon til deg som skal føde i Hjelmeland kommune

Treng du hjelp kan du ringa:

Fødetelefon 51 51 92 09

Legevakt Hjelmeland 116117/ 51 75 04 01

Jordmor på fødetelefonen vil gje deg råd om kva du skal gjera vidare, om du skal komma til sjukehuset eller om du kan venta heime. Treng du ambulansebåt/bil, bestiller jordmor på fødeavdelinga det.

Teikn på at fødselen er i gong, eller at du må reise til fødeavdelinga:

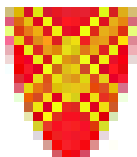
1. **Vannavgang og rier**
2. **Vannavgang utan rier** (sei klokke slett når vatnet gjekk, farge på vatnet og om hovudet er festa eller ikkje)
3. **Frisk blødning med eller utan smerte** (samanlikn med menstruasjonsblødning)
4. **Blodslim og rier** (om det er berre blodslim, vent på rier) er du usikker **RING**,
5. **Rier**, Rian må vera regelmessige, både lengde og mellomrom. Dei må vare ca 45-60 sekund, og mellomrommet 5-10 minuttar. Ria må ha vart ei stund (for eksempel ein time) og ha blitt vondare. Det skal vere betre å stå/gå enn å sitje og liggje. Du må konsentrera deg om å puste, og det er ikkje godt å snakka medan du har ei ri. Ria /smerten, kan vera mest smertefull i ryggen/magen, eller nedover låra.
6. Samanlikn med evt. tidlegare fødselar. Er du usikker, **RING OG SPØR**

HUSK:

Få i deg næringsrik mat og drikke før dykk reiser.

Når du ringer fødetelefonen(avdelinga) må du fortelje kor du bur og at du er avhengig av ferje eller ambulansbil/båt, Det er ikkje alle på fødeavdelinga som er kjende i Hjelmeland.

Ta med: helsekortet, blodprøvesvar og ultralydskjemaet



Hjelmeland helsestasjon