

# Informasjon til deg som skal føde fra 15.08.16 i Strand kommune.

Jordmor vil være tilgjengelig på hverdager på Jørpeland helsestasjon. Det vil ikke være vakt- og følgetjeneste.

## Trenger du hjelp/har spørsmål til jordmor

Jordmor hverdager: **51 74 21 80 / 404 27 512**

Ettermiddag og helg ringer du selv til:

Fødeavdelingen: **51 51 92 09**

Legevakt Strand: **116 117 / 51 74 70 00**

Jordmor på fødeavdelingen vil gi deg råd om hva du skal gjøre videre, om du skal komme til sykehuset eller du kan vente hjemme. Trenger du ambulansébåt eller bil, bestiller jordmor på fødeavdelingen dette.

## Tegn på at fødselen er i gang eller at du må reise til fødeavdelingen:

- 1. Vannavgang og rier**
- 2. Vannavgang uten rier** (oppgi kl.slett når vannet gikk, farge på vannet og om hodet er festet eller ikke)
- 3. Frisk blødning med eller uten smerter** (sammenlign med menstruasjonsblødning)
- 4. Blodslim og rier** (dersom det bare er blodslim, vent på rier) er du usikker **ring**
- 5. Rier:** Riene må være regelmessige, både lengde og mellomrom. De må vare ca 45 – 60 sek. Og mellomrommet 5 – 10 min. Riene må ha vart en stund (for eksempel 1 time) og ha blitt vondere. Det skal være bedre å gå/stå enn å sitte/ligge. Du må konsentrere deg om å puste og det er ikke godt å snakke mens du har ri. Riene/smertene kan være vondest i ryggen/magen eller nedover lårene.
- 6. Sammenlign med evt. tidligere fødsler. Er du usikker, RING og SPØR.**

## HUSK:

- Få i deg næringsrik mat og drikke før dere reiser
- Når du ringer fødeavdelingen må du **fortelle hvor du bor** og at du er **avhengig av ferge eller ambulansebil/båt**. Det er ikke alle på fødeavdelingen som er kjent i Strand og Hjelmeland!
- Ta med **helsekortet, blodprøvesvar og ultralydskjema**

Hilsen jordmor



STRAND KOMMUNE