

Það er eðlilegt að foreldrar hafi spurningar á meðgöngu og það er víða hægt að fá svör við þeim.

Heilsuvera.is

Á vefnum heilsuvera.is eru upplýsingar um meðgöngu, þær breytingar sem verða á meðgöngu, líðan og fylgikvilla meðgöngunnar. Þar má finna svör við ýmsum vangaveltum og áhyggjum vegna meðgöngunnar.

Á heilsuveru er þjónusta hjúkrunarfræðinga frá 8 til 22 alla daga bæði í netspjalli og síma 513-1700. Á heilsuveru er einnig í boði að ræða við ljósmóður frá kl. 10 til 12 alla virka daga.

Heilsugæslustöðin þín

Á hverri heilsugæslustöð eða heilbrigðisstofnun eru ljósmæður, hjúkrunarfræðingar og læknar sem veita ráðgjöf.

Í meðgönguverndinni ættir þú að fá upplýsingar um hvernig er best að hafa sambandi við þína ljósmóður og heilsugæslustöð.

Það er einnig hægt að senda fyrirspurn til ljósmæðra og lækna á heilsugæslustöðinni í gegnum Mínar síður á Heilsuveru.is.

Vaktsími

Hjúkrunarfræðingar svara vaktsímanum **1700** allan sólarhringinn, veita ráðgjöf, leiðbeiningar og vísa áfram eftir þörfum.

112 Neyðarlínan

Alltaf skal hafa samband beint við Neyðarlínuna ef um bráðatilvik, slys og miklar blæðingar er að ræða.