

Meðgönguverndin er í höndum ljósmæðra og heilsugæslulækna. Samvinna er á milli þeirra og fæðingarlækna á mæðravernd ÞÍH. Kvennadeild LSH sinnir barnshafandi konum í áhættumeðgöngu.

Boðið er upp á ómskoðun og aðrar fósturrannsóknir í samstarfi við Fósturgreiningadeild LSH. Sjá nánar upplýsingar á vefsíðu Fósturgreiningadeildar www.landspitali.is

Fæðingarfræðslunámskeið eru í boði ásamt fræðslu um brjóstagjöf. Sjá nánar heimasíðu heilsugæslunnar www.heilsugaeslan.is þar sem skráning á námskeiðin fer fram. Þar er líka að finna vinnuleiðbeiningar, fróðleiksmola og upplýsingar um mæðravernd.

Á vefsíðu Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins og Embættis Landlæknis Heilsuvera.is er að finna fræðsluefni fyrir verðandi foreldra.

Ljósmæður, heimilislæknar og hjúkrunarfræðingar eru með símatíma og veita ráðgjöf, upplýsingar og svara fyrirspurnum. Margar heilsugæslustöðvar bjóða uppá síðdegisvaktir virka daga.

Símaþjónusta Læknavaktarinnar er opin frá kl. 17.00 virka daga og allan sólarhringinn um helgar. Sími: 1770.

Neyðarlínan, sími: 112

Fósturgreiningadeild LSH: 543-3256
Fæðingarvakt LSH: 543-3049

Aðrar vefslóðir:
www.faedingarorlof.is
www.ljosmodir.is
www.landlaeknir.is



Eldri systkini eru velkomin með í meðgönguverndina.

Jóna Dóra Kristinsdóttir, Karitas Ívarsdóttir, Ragnheiður Bachmann, ljósmæður
Miðstöð mæðraverndar 2007.
Yfirfarið 2020 mæðravernd Þróunarmiðstöð íslenskrar heilsugæslu.



Velkomin í meðgönguvernd



MARKMIÐ MEDGÖNGUVERNDAR:

- Að stuðla að heilbrigði móður og barns
- Að veita faglega umönnun, stuðning og ráðgjöf
- Að greina áhættuþætti og bregðast við þeim
- Að veita fræðslu um meðgöngu og fæðingu

Nafn ljósmóður:

Heilsugæslan

Símatími:

www.heilsugaeslan.is

YFIRLIT YFIR VENJUBUNDNA MEÐGÖNGUVERND

Í hverri skoðun ættir þú að fá tækifæri til umræðna og spurninga og fá upplýsingar og fræðsluefni sem við á hverju sinni. Skráning um meðgönguna er rafræn og þú hefur aðgang að henni með rafrænum skilríkjum á þínum síðum í heilsuvera.is. Ljós móðir eða lækni munu upplýsa þig um niðurstöður allra rannsókna sem gerðar eru. Auk almennra upplýsinga ætti þér að standa til boða fæðingarfræðslunámskeið og fræðsluefni sem byggir á bestu þekkingu á hverjum tíma.

Þjónustan er veitt af fámennum hópi fagfólks, ef unnt er. Þau munu meta þarfir þínar í hverri skoðun.

Já Hefur þú fætt barn áður? **Nei**

Já Voru meðgangan og fæðingin eðlileg? **Nei**

Þú skalt ræða það við ljósmóður eða lækni. Þú gætir þurft sérhæfða meðgönguvernd

Fjöldi skoðana eru 7 ef þú hefur fætt barn áður

Fyrir 12 vikur	Ljósmóðir þín mun: Veita upplýsingar um mataræði, lifnaðarhætti, þjónustu sem er veitt á meðgöngu, tryggingavernd og skimanir. <ul style="list-style-type: none"> greina hvort þú þurfir viðbótarskoðanir fræða þig um gagnsemi fólat inntöku (400 míkrogrömm daglega á fyrstu 12 vikum meðgöngu) bjóða þér skimanir á þann hátt að þú skiljir tilgang skimana áður en þú þiggur einhverja þeirra bjóða þér upplýsingar um snemmómun og fósturskimun mæla blóðþrýsting, hæð og þyngd, athuga eggjahvítu í þvagi bjóða þér aðstoð til reykleysis ef þú reykir bjóða þér ómun til mats á meðgöngulengd, fylgjustaðsetningu og fyrir sköpulagsgöllum fósturs (19-20 vikur)
16 vikur	Fara yfir, ræða og skrá niðurstöður allra skimana sem hafa verið gerðar, mæla blóðþrýsting og athuga þvag. Boðin skimun fyrir kvíða og þunglyndi. Ef þú hefur fætt barn áður og ert í RhD neikvæðum blóðflokki er þér boðin skimun fyrir blóðflokki barnsins.
25 vikur	Mæla legbotnshæð, blóðþrýsting og athuga þvag. Ef þú ert í RhD neikvæðum blóðflokki er þér boðin skimun fyrir blóðflokki barnsins
28 vikur	Mæla legbotnshæð, blóðþrýsting og athuga þvag. Bjóða þér skimun fyrir blóðleysi. Bjóða þér bólusetningu gegn kíghósta. Ef barnið er í RhD jákvæðum blóðflokki er þér boðin Rophylac® mótefnasprautu.
31 vika	Mæla legbotnshæð, blóðþrýsting og athuga þvag
34 vikur	Mæla legbotnshæð, blóðþrýsting og athuga þvag
36 vikur	Mæla legbotnshæð, blóðþrýsting og athuga þvag. Athuga fósturstöðu, ef barn er í sitjandi stöðu er boðin tilraun til ytri vendingar
38 vikur	Mæla legbotnshæð, blóðþrýsting og athuga þvag. Athuga fósturstöðu
40 vikur	Mæla legbotnshæð, blóðþrýsting og athuga þvag. Athuga fósturstöðu
41 vika	Mæla legbotnshæð, blóðþrýsting og athuga þvag. Þér er boðin belgjalosun ef ákvörðun um framköllun fæðingar liggur fyrir. Athuga fósturstöðu

Fjöldi skoðana eru 10 ef þú gengur með fyrsta barn