

Når du skal føde på Regionshospitalet Viborg

Tillykke med graviditeten

Du har nu været til dit første lægebesøg og fået udleveret din vandrejournal, som du skal medbringe til alle undersøgelser i graviditeten.

Du tilbydes mindst 3 lægeundersøgelser i graviditeten og flere, hvis der er brug for det.

Det der sker nu, er, at din læge vil sende kopi af din vandrejournal til fødestedet og jordemoderen.

Du vil automatisk blive indkaldt til graviditetsundersøgelse i Kvindeklinikken på Regionshospitalet Viborg.

Du vil også få tilsendt en tid til dit første jordemoderbesøg i den jordemoderklinik, der ligger i dit nærområde. Denne tid vil være i din graviditetsuge 14-16.

Hører du ikke fra os indenfor 1-2 uger efter dit lægebesøg, bedes du dog kontakte jordemoderklinikken. Kontaktoplysninger findes på sygehusets hjemmeside. Du får i løbet af graviditeten tilbudt det antal jordemoderundersøgelser, du og din jordemoder i fællesskab vurderer, der er behov for.

Har du yderligere spørgsmål, kan du altid kontakte Jordemoderklinikken i Viborg.

Hvis du vil vide mere om graviditet, fødsel og barsel, kan du læse om det på:

- Link til Sundhedsstyrelsens anbefalinger og nyttig information til gravide:
<https://www.sst.dk/da/udgivelser/2019/Sunde-vaner---foer-under-og-efter-graviditet>

<https://www.sundhedsstyrelsen.dk/da/Borger/Graviditet-og-smaaboern/Graviditet>

Fødevarestyrelsens anbefalinger til gravide og ammende:

<https://foedevarestyrelsen.dk/kost-og-foedeverer/alt-om-mad/de-officielle-kostraad/kostraad-til-dig/gravid-eller-ammende#Gravidkemi>

- Miljøstyrelsen- Gode vaner til gravide og ammende:
<https://mst.dk/borger/sundhed-og-kemi/gravide-boern-og-legetoej/gravid>
- <https://www.hospitalsenhedmidt.dk/afdelinger-og-steder/regionshospitalet-viborg/kvindesygdomme-og-fodsler/vibarndk/besog-i-graviditeten/>
- Bækkenbundstræning:
<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/kvindesygdomme/sygdomme/vandladningsproblemer/baekkenbundstraening-til-kvinder/>