

Infoseddel til gravide

Bestil tid til blodprøver og nakkefoldskanning med det samme

www.nakkefold-hs.dk eller Hvidovre Hospital 38 62 61 11.

Tidsplan for undersøgelserne: Doubletest (blodprøver) uge 8-14, nakkefoldscanning uge 11-14, gennemscanning ca. uge 18.

Vitaminer og kosttilskud

- Folsyre 400 mikrogram/dagligt til og med 12. uge (f.eks GraVitamin)
- D-vitamin 10 mikrogram/dagligt hele graviditeten (f.eks GraVitamin)
- Jern 50 mg/dagligt fra 10. uge og resten af graviditeten (f.eks GraviJern)

Bestil selv tid til undersøgelse hos lægen

Uge 6-10, 25 og 32 samt 8 uger efter fødslen.

Jordemoder

Jordemoder uge 13-15, 21, 29 (evt. rhesusprofylakse), 35, 37 og 39. Aftales med din jordemoder. Den første aftale vil du blive indkaldt til.

Influenza

Sundhedstilsynet anbefaler influenzavaccination til gravide i 2. og 3. trimester i influenzasæsonen. Du skal selv bestille tid hos lægen, hvis du ønsker at blive vaccineret. Man kan kun blive vaccineret i periode oktober - februar.

Smertestillende medicin

Smertestillende medicin (f.eks. Panodil, Pinex, Pamol, Ipren, Ibuprofen) frarådes under graviditeten. Mener du alligevel at have behov for smertestillende, kontakt først lægen.

Anden medicin

Du må ikke tage nogle former for medicin under graviditeten, uden først at have rådført dig med lægen.

HUSK ALTID AT MEDBRINGE DIN VANDREJOURNAL