



### Eg har fortsatt smerter i underlivet etter eg har komt heim, er dette normalt?

Dei første dagene etter fødsel, opplever dei fleste kvinnene som har fått ei fødselsrift ubehag og smerter. Opplever du at smertene vedvarer eller blir verre, ønsker me at du tar kontakt for å avtale ein kontroll for å utelukke problemer med rift/sting.

Du tar sjølv direkte kontakt for kontroll med Poliklinikken for gravide, mor og barn på tlf: 41863890/53491064 dei to første vekene etter fødsel.

## Kven møter du hos oss?

På Poliklinikken for mor og barn møter du gynekologar, samt jordmødrene Elisabeth, Isabell, Laila og Nina. Dei jobber på føde/barsel avdelinga på Stord Sjukehus dei dagane dei ikkje er på poliklinikken.



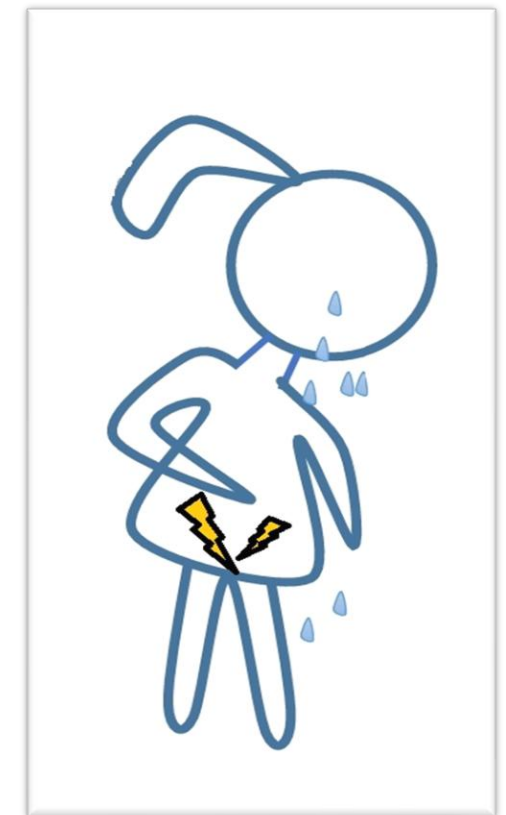
### Kontakt oss

Poliklinikken for mor og barn er ikkje open kvar dag. Treng du time eller har spørsmål, ta kontakt så hjelper me deg.

Direktetelefon jordmor: 41863890

Telefon poliklinikken: 53491064

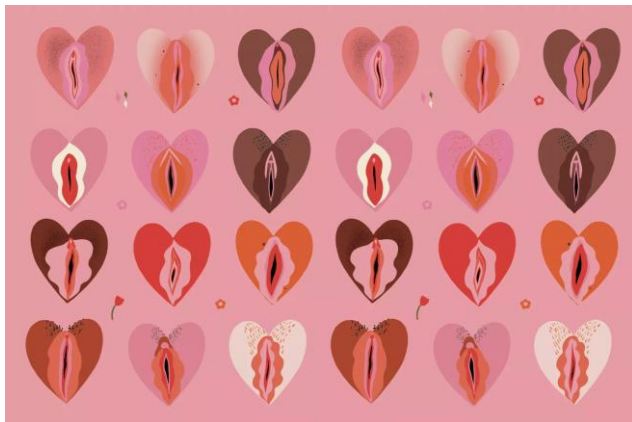
Poliklinikken har telefontid mandag – fredag fra kl 08.00-15.30.



## SJEKK AV RIFT ETTER FØDSEL

- Eit lavterskeltilbod til kvinner som har født

POLIKLINIKK FOR  
GRAVIDE, MOR OG BARN



## Kven kan få tilbod om kontroll etter utreise frå barsel?

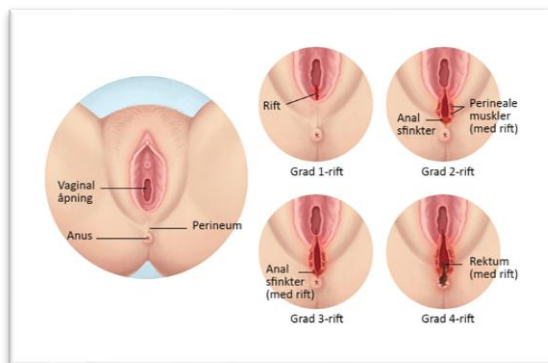
- Rift som treng ekstra oppfølging på barsel.
- Alle med episitomi
- Kvinner som har fått grad 3 a, b eller c (Dette erstatter ikkje legen si oppfølging. Dette kjem i tillegg til rutinemessig kontroll 6-8 måneder etter fødsel hos lege).
- Kvinner som har født med keisersnitt, der det skal fjernast agraffar.

## Kva er normalt etter fødsel?

Under ein fødsel er det normalt at det kan oppstå små rifter og sår i hud og vev i underlivet. Små sår gror som regel av seg sjølv, medan større rifter sys med tråd som løyser seg opp sjølv.

Jordmor på barsel tilbyr ei undersøking før heimreise for å sjå at rifta gror som den skal. Er det behov for vidare oppfølging vil du få time på Poliklinikken for gravide, mor og barn ved utreise frå barsel.

Det er vanlig å vere hoven nedentil i dagane etter fødsel. Isbind eller kalde omslag kan lette på desse plagene.



## Korleis får eg time til ein sjekk?

Har du behov for time på Poliklinikken for mor og barn innen to veker etter fødselen, ringer du oss på direktenummeret for å avtale time for kontroll. Dersom du ikkje får svar, ringer du Poliklinikken for gravide, mor og barn, og sekretæren vil sette deg opp på første ledige time hos ein av jordmødrene.

Er det gått meir en to veker siden du fødte, må du ha henvisning fra lege eller jordmor for å få time hos ein av våre gynekologar.

## Må eg har født på Stord Sjukehus for å få time til kontroll av rift?

Nei, alle kvinner som har født er velkommen til oss innen to veker etter fødselen for ein kontroll ved rifter/sting som oppleves som smertefulle.

*Tlf nummer Poliklinikk for gravide, mor og barn: 41863890/53491064*

