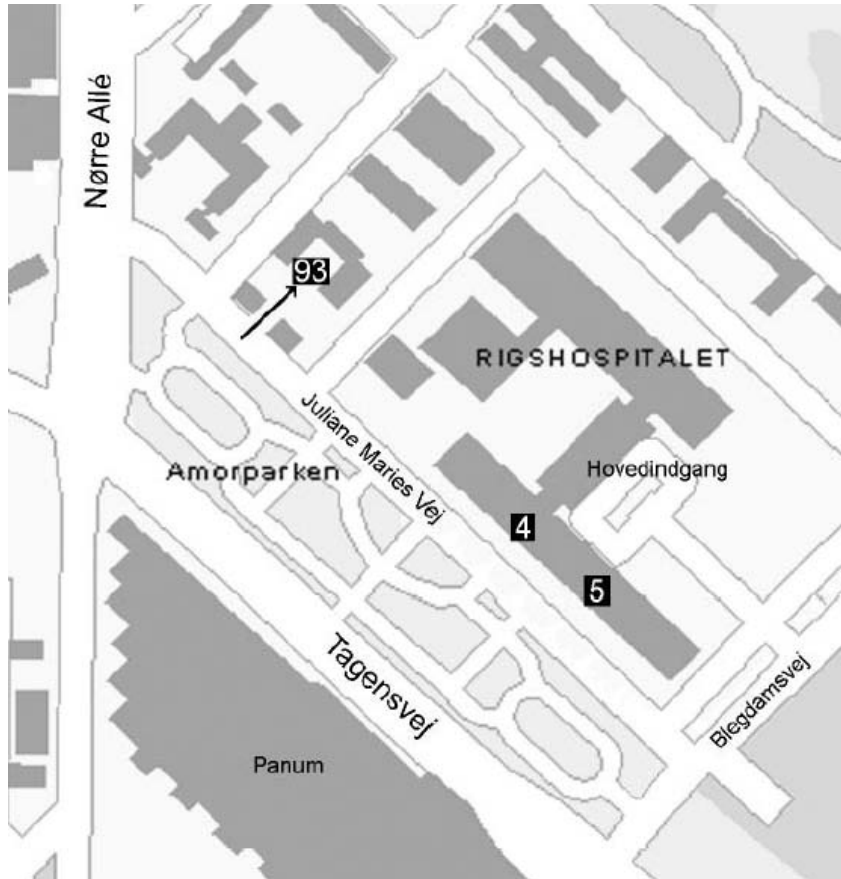


Undervisningen foregår i bygning 93 på Juliane Maries Vej.



Revideret januar 2010 af:

Jordemoder Lotte Broberg

Fødsels- og forældreforberedelse



Fødsels- og forældreforberedelse?

Fødsels- og forældreforberedelse er et gratis tilbud til gravide, der skal føde på Rigshospitalet. Hvis du og din ledsager har deltaget, vil du/I være godt forberedte til fødslen og have fået den information, der er nødvendig for, at du trygt kan gå din fødsel i møde.

Hvem kan deltage?

Alle gravide, der skal føde på Rigshospitalet, kan deltage med deres ledsager til fødslen. Af hensyn til pladsen kan hver gravid kun tage én voksen ledsager med.

Hvor og hvornår foregår undervisningen?

Fødsels- og forældreforberedelsen foregår i auditoriet i bygning 93 på Juliane Maries Vej – se kortet på bagsiden. Du kan få datoerne for undervisningen i jordemoderkonsultationen og på nettet på: www.gravid.rh.dk. Det er også på denne hjemmeside du melder dig til undervisningen.

Du kan selv planlægge i hvilken rækkefølge og hvornår i graviditeten, du møder op til undervisningen. Vi anbefaler dog, at du kommer til modulet om 'Tiden efter fødslen' inden 32. graviditetsuge, da WHO (World Health Organisation) anbefaler, at undervisning om amning ligger før 32. graviditetsuge.

Hvem underviser?

Det er jordemødre, der arbejder på Rigshospitalet, der underviser. Det betyder, at de kender fødegangen og barselgange, og kan svare på jeres spørgsmål.

Fødsels- og forældreforberedelses moduler:

Modul 1: Tiden efter fødslen og ambulant fødsel

Dette modul handler om dagene efter fødslen, det lille nyfødte barn, amningen, større søskende og hvordan det er at blive en familie.

Her kan I få svar på blandt andet disse spørgsmål:

- Hvor længe kan jeg være på hospitalet efter fødslen?
- Hvad vil det sige at føde ambulant?
- Hvad sker der når jeg kommer hjem med mit nyfødte barn?
- Hvilke muligheder har vi for rådgivning og vejledning når vi kommer hjem?
- Hvorfor er det godt at amme?
- Hvordan kan min partner støtte mig som nybagt mor?

Modul 2: Fødslen fra A-Z

Dette modul handler om fødslen fra de første tegn på at fødslen starter til barnet er 2 timer gammelt.

Her kan I få svar på blandt andet disse spørgsmål:

- Hvornår skal jeg komme ind på hospitalet?
- Hvor lang tid tager en fødsel?
- Hvordan kan min partner hjælpe mig under fødslen?

Modul 3: Smerte og smertelindring m.m.

Dette modul handler om, hvordan du kan komme igennem fødslen på en god måde. Vi gennemgår bl.a. de forskellige typer smertelindring, der findes.

Her kan I få svar på blandt andet disse spørgsmål:

- Hvad er en epidural bedøvelse og kan jeg få en?
- Hvorfor er karbad så godt?
- Kan jeg få akupunktur?
- Hvad er CTG?