

Mödrahälsovården, Gynekologi, Föräldra- och barnhälsan,
Förlossning & BB-vård



Vård efter förlossning

– för dig som har fött barn

Efter förlossningen

När du har fött barn händer det mycket i kroppen. Hormoner ändras och muskler och leder belastas på ett nytt sätt.

Din kropp ska ställa om sig efter graviditeten. Alla som fött barn erbjuds Tidig eftervårdskontakt inom 2-3 veckor efter förlossning samt ett Eftervårdsbesök inom 16 veckor hos din barnmorska i mödrahälsovården. Att få lättare besvär de två första månaderna efter en förlossning är vanligt och på 1177.se kan du läsa om vad du kan göra själv innan du söker vård. En del får komplikationer som behöver behandling.

Denna information är ett hjälpmedel till dig för att veta vart du ska vända dig om du behöver söka vård.

Första veckan efter förlossningen

Under hela första veckan efter förlossningen ska du vända dig till BB-avdelningen eller BB-mottagningen på Östersunds sjukhus om du har besvär. Du kan rådfråga oss kring allt som hör till graviditet, förlossning och vården kring det nyfödda barnet.

Kontaktuppgifter:

BB och gynekologiska avdelningen 063-15 31 07, Östersund

BB-mottagningen 063-15 32 13, Östersund

Tillstånd eller symtom	Tid	Kontakt
Akut		
• smärta i bröstet • andningsbesvär • domningar • synrubbing • tappar talförmågan/ sluddrar • svaghet i ena kroppshalvan Du med havandeskapsförgiftning under graviditet/förlossningen skall vara extra uppmärksam på följande symtom efter utskrivningen från BB: • Kraftig huvudvärk • Epigastriesmärta; Smärta högt uppe i magen • Synrubbing • Kramp	Oavsett när i tid	112 vid livshotande tillstånd eller 1177

Tillstånd eller symtom	Tid	Kontakt
Infektion		
• Illaluktande flytning • Konstant smärta i magen • Feber mer än 38 grader	Första veckan efter förlossning.	Alla dagar kl 08-15: BB-mottagningen 063-153213 Övrig tid alla dagar kl 15-08: BB-avdelningen 063-153357
	Från 1 vecka efter förlossning till Eftervårdsbesök på barnmorske-mottagningen.	Vardagar kl 08.30-11: Gynekologiska mottagningen 063-154040 Övrig tid Kontakta 1177
Blödning		
Kraftiga underlivsblödningar När du behöver byta binda 2 ggr/ tim i tre tim.	Första veckan efter förlossning	Alla dagar kl 08-15: BB-mottagningen 063-153213 Övrig tid alla dagar kl 15-08: BB-avdelningen 063-153107
	Från 1 vecka efter förlossning till Eftervårdsbesök på barnmorske-mottagningen.	Vardagar kl 08.30-11: Gynekologiska mottagningen 063-154040 Övrig tid Kontakta 1177
Bristning/ klipp/ stygn i underliv		
Akuta symtom: • Påverkat mående OCH någon av nedan symtom • Smärta, rodnad, svullnad • Illaluktande flytning • Eventuell feber mer än 38 grader	Första tre veckorna efter förlossning	Dagtid alla dagar kl 08-15: BB-mottagningen 063-153213 Kvällar och helger kl 15-08: Förlossningen 063-153107
	Från vecka tre upp till ett år efter förlossning	Vardagar kl 08-16: Barnmorska på din Hälsocentral. Om barnmorska ej finns på plats, kontakta din hälsocentral.
Icke akuta symtom (bedöms dagtid): • Rodnad/svullnad, smärta utan påverkat allmäntillstånd. • Glipande sår • Oro		

Tillstånd eller symtom	Tid	Kontakt
Operationssår efter kejsarsnitt		
- Rodnad, svullnad, ökande vätska - Tilltagande smärta - Feber mer än 38,5 grader	Första veckan efter förlossning.	Dagtid kl 08-15: BB-mottagningen 063-153213 Övrig tid: Om påverkat mående kontakta 1177 för bedömning på akutmottagning
	Från 1 vecka efter förlossningen till Eftervårdsbesök på barnmorskemottagningen.	Vardagar, dagtid: Barnmorska på din Hälsocentral
Bröst/Amning		
- Rodnat - Smärtande och/eller värmeökat bröst - Eventuell feber	Första veckan efter förlossning.	Dagtid kl 08-15: BB-mottagningen 063-153213 Kvällar och helger: Kontakta 1177
	Från 1 vecka efter förlossning under hela amningsperioden	Vardagar, dagtid: BVC på din Hälsocentral Kvällar och helger: www.1177.se
Psykisk ohälsa/psykisk sjukdom		
Psykotiska symtom, såsom påverkad verklighetsuppfattning, hör röster, vanföreställningar. - Själv mordstankar - Ångest - Oro - Nedstämdhet i anslutning till nyföddhetsperiod eller föräldraskap	Oavsett när i tid	Vid psykotiska symtom eller akut försämrat psykiskt mående, kontakta Psykiatriska akutmottagningen: Alla dagar dygnet runt 063-153250
		Vid mindre akuta problem, kontakta din Hälsocentral eller BVC.



Tillstånd eller symtom	Tid	Kontakt
Urinläckage vid ansträngning		
Det läcker urin när du anstränger dig, tex hostar, nyser, hoppar, eller i samband med att du känner dig kissnödig. Vanligt första månaderna och ger oftast med sig. Lyft det vid Eftervårdsbesöket hos barnmorskan.	Efter Eftervårdsbesöket och framåt.	Vardagar, dagtid: Barnmorska på din Hälsocentral Vardagar, dagtid: Kontakta din Hälsocentral/ distriktssköterska
Urinläckage utan ansträngning, blåstömningssvårigheter		
	Inom första veckan	Dagtid kl 08-15: BB-mottagningen 063-153213
	Från 1 vecka efter förlossningen till Eftervårdsbesök på barnmorskemottagningen.	Vardagar, dagtid: Barnmorska på din Hälsocentral
	Efter Eftervårdsbesöket och framåt.	Vardagar, dagtid: Kontakta din Hälsocentral/ distriktssköterska
Gasläckage		
Vanligt första en till två veckorna efter förlossning.	Från två veckor efter förlossning och fram till Eftervårdsbesök på barnmorskemottagningen.	Vardagar, dagtid: Barnmorska på din Hälsocentral
	Efter Eftervårdsbesöket och framåt.	Vardagar, dagtid: Kontakta din Hälsocentral/ distriktsläkare

Tillstånd eller symtom	Tid	Kontakt
Avföringsläckage		
Mindre enstaka läckage eller svårigheter att torka rent är vanligt. Större läckage eller återkommande ska bedömas.	Tre första veckorna efter förlossning	Dagtid kl 08-15: BB-mottagningen 063-153213
	Från 3 veckor efter förlossning till Eftervårdsbesök på barnmorskemottagningen.	Vardagar, dagtid: Barnmorska på din Hälsocentral
	Efter Eftervårdsbesöket och framåt.	Vardagar, dagtid: Kontakta din Hälsocentral/ distriktsläkare
Hemorroider		
	Oavsett när i tid	Egenvård på 1177.se Kontakta din Hälsocentral vid behov
Tyngdkänsla, vidhetskänsla, skav, sexuell dysfunktion, smärta vid samlag		
	Från 1 vecka efter förlossningen - inom första året.	Vardagar 08-16: Barnmorska på din Hälsocentral.
	Mer än ett år efter förlossning.	Vardagar 08-16: Distriktsläkare på din Hälsocentral

Mer om vård och kroppen efter förlossning

Barnet efter förlossning

Efter första veckan följs barnet av Barnhälsovården, BVC. BVC kan i de flesta fall hjälpa till med rådgivning och uppföljning. Vid akuta besvär ska du i första hand kontakta 1177, eller vid livshotande symtom ringa 112.

Läs mer på 1177.se



Läs mer om bland annat kroppen, det nyfödda barnet och träning efter graviditet på 1177.se, sök på **Efter förlossning** eller scanna QR-koden för att komma till sidan.

Foto framsida och sida 5: Madeleine Wejlerud

En region att längta till och växa i

