****

***Information vid tidig hemgång från BB för Er som går på BålstaDoktorns Barnmorskemottagning***

*Det skall kännas tryggt att som nybliven förälder åka hem tidigt från sjukhuset. Därför får de som fött barn på Akademiska Sjukhuset och åkt hem innan barnet är 72 timmar gammalt fortsatt uppföljning i hemmet av barnmorska från BålstaDoktorn.*

Första förmiddagen efter att Ni kommit hem ringer en barnmorska från BålstaDoktorn för att efterhöra hur Ni mår och svarar på frågor. Vi erbjuder tid för hembesök någon av de första dagarna, oftast runt klockan 11. Barnmorskan kontrollerar då barnets gulhet, välmående, navel, om barnet kissar och bajsar, tar PKU-prov i handen samt hjälper er med amning om så önskas.

Lördag – Söndag ringer istället ”BB på väg” från Akademiska Sjukhuset och erbjuder vid behov återbesök till återbesöksmottagning på sjukhuset.

Om Ni inte kontaktas dagen efter hemgång, ring BålstaDoktorn 0171-667110 alternativt BB-avdelningen Akademiska Sjukhuset 018-611 56 93.

Om Ni går hem inom 72 timmar skall hörselscreening (OAE-test) och ibland även en uppföljande läkarundersökning utföras på barnspecialist-mottagningen i Enköping. *Ni bokar besöket själva* via 1177/Mina vårdkontakter.

Om Ni stannar på BB 72 timmar eller längre skall alla kontroller vara utförda på sjukhuset och Ni kontaktar själva den BVC-mottagning Ni valt så fort Ni kommer hem.

Telefonnummer till BålstaDoktorns BVC: 070-576 67 12.

***Nyförlöst mamma***:

*Livmodern* skall vara sammandragen nedanför navelplan och minskar dag för dag. Eftervärkar är normalt framför allt i samband med amning. Fylld urinblåsa kan förvärra smärtan.

*Blödningen* är kraftigast första dygnet och avtar sedan successivt. Blödningen övergår sedan i en tunnare brungul flytning och upphör efter sex till åtta veckor. Undvik att under dessa veckor bada och använda tampong.

Vid feber, kraftig smärta i underlivet, tilltagande blödning, illaluktande avslag eller om den nyförlösta mamman ej mår bra kontakta 1177.

*Smärtlindring* med Paracetamol samt Ibuprofen enl. föreskrift kan med fördel intas mot eftervärkar, smärtor i underlivet eller brösten.

***Nyfödda barnet:***

När föräldern är vaken och har uppsikt över barnet är det värdefullt att så mycket som möjligt ha barnet nära, *hud mot hud*, med bara blöja och en filt över Er. När barnet läggs själv skall barnet ha kläder på sig då de lätt blir nedkylda, dock ej mössa inomhus.

Då föräldrar sover skall barnet *sova på rygg* och enligt riktlinjer från socialstyrelsen, se foldern ”Minska risken för plötslig spädbarnsdöd”.

*Amning* av det nyfödda barnet tar tid innan det etableras och ser olika ut under de första dagarna. Barnet visar tecken på att vilja äta när det sträcker ut tungan, smackar med munnen, suger på handen eller skriker. Prova alltid att lägga barnet till bröstet om Ni är osäkra på vad barnet vill. Innan mjölken rinner till bör barnet äta minst var 3:e timme och väckas och ammas om det sover längre. Barnet äter väldigt intensivt under de första dygnen och får då i sig små mängder med råmjölk. De blir inte mätta men håller sitt blodsocker stabilt. Ju mer barnet ammar på bröstet, ju mer mjölk får modern. Låt barnet amma färdigt tills det släpper bröstet. Använd inte vanlig napp under de första dygnen då barnet istället skall amma om det visar sugtecken eller skriker. När mjölken sedan rinner till mellan dag 2-4 blir brösten spända och modern kan få en temperaturstegring som är ofarlig. Barnet kommer nu att bli mättare och sova längre mellan amningarna. Rådgör med BB eller BVC innan ni ger extra tillägg till barnet under de första dygnen.

Vid flaskmatning ges barnet mat enligt föreskrift på förpackningen eller ordination från BB eller BVC. Då rekommenderas napp.

*Naveln* skall hållas så torr och luftig som möjligt och bör rengöras med bomullspinne och ljummet vatten. Navelstumpen luktar normalt illa och ramlar efter 4-14 dagar. Om huden runt om naveln blir mycket röd kontakta då BB eller BVC.

Kontrollera så barnet *kissar och bajsar* regelbundet under de första dagarna. Det första bajset ”mekonium” är svart men övergår sedan till gul/grönt.

*Fosterfett* som eventuellt finns kvar i ex. armveck och ljumskar skall tas bort efter hemgång.

***Akuta problem för barnet*:**

Om barnet får feber, visar slöhet, blir mycket gult, inte vill äta och/eller har små urinmängder, kontakta BB under första veckan och därefter BVC eller barnakutmottagningen på Akademiska Sjukhuset 018-6115837.

Läs mer om nyfödda och att vara nyförlöst på:[www.1177.se/gravid](http://www.1177.se/gravid) [www.1177.se/barn](http://www.1177.se/barn)