

## Hvordan præsentere sundhedsplejen?

### far - ambassadør - træf

---



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

1

## Ydre barrierer imod at deltage

---

Tilgængelighed bl.a. tider

Arbejdstider

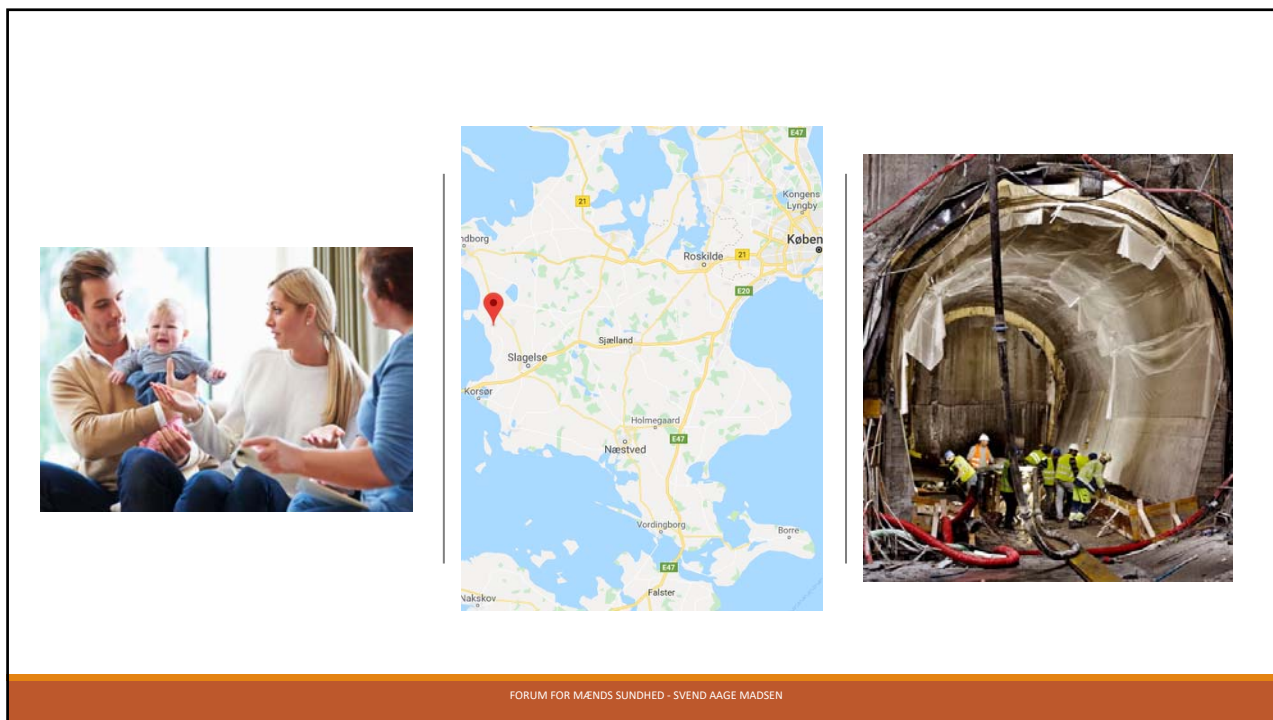
Arbejdspladskultur

Tanker om sundhedspleje - Ukendskab til sundhedsplejen

Om form og indhold passer til ham

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

2



3

## Ydre barrierer imod at deltage

---

Tilgængelighed bl.a. tider

Arbejdstider

Arbejdspladskultur

Tanker om sundhedspleje - Ukendskab til sundhedsplejen

Om form og indhold passer til ham

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

4

## Indre barrierer imod at deltage

---

At de hele er en kvindeverden

'Jeg ved jo ikke noget'

Barnet har jo ikke behov for mig nu

Hvad skal jeg sige

Usikker på, hvad der forventes

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

5

## Der skal noget til

---

Præcis præsentation – den mindste vaklen er farlig: der er en lang forhistorie

Hurtig afklaring af – hvorfor er det vigtigt han er med? Under 1 sek.!

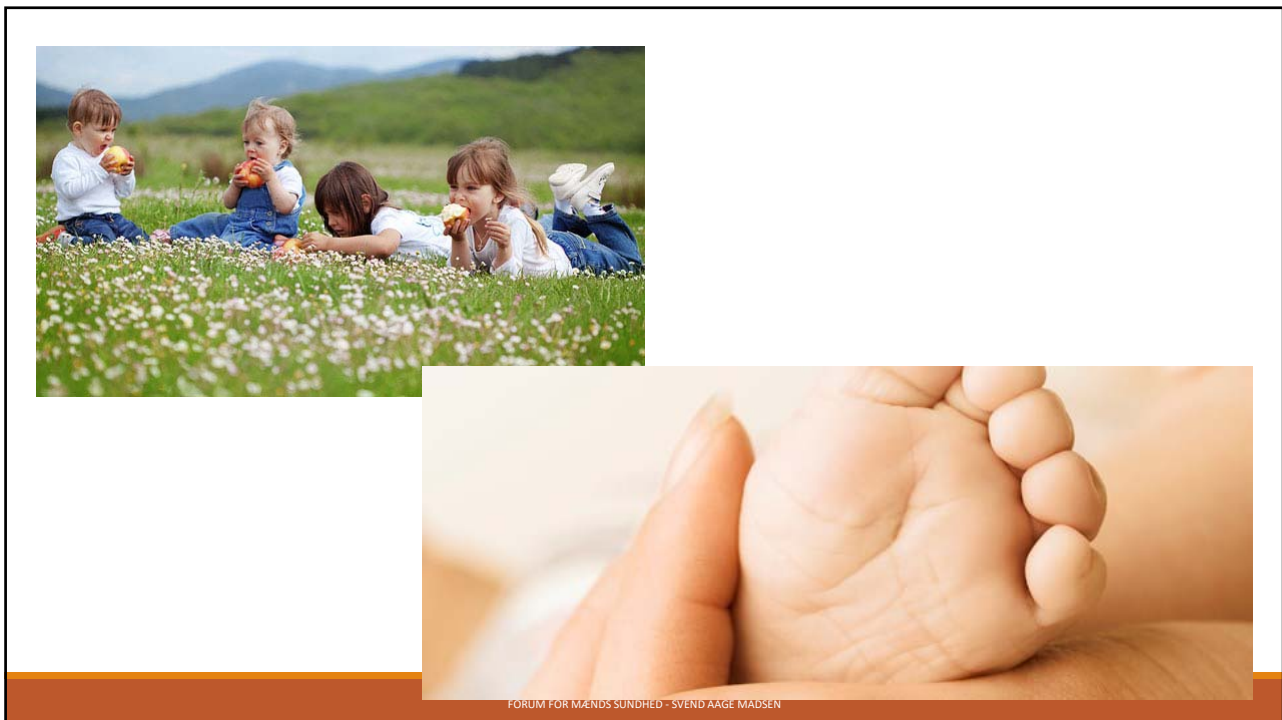
Identifikation – er der noget for sådan en som mig?

Inddragelse – vil jeg blive set på på lige fod med min partner?

Hvad får jeg - og vi - ud af det?

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

6



7

**Sundhedsvejen.dk**  
Gør vejen til din sundhedsplejerske

**NEM ID**  
Sundhedsvejen  
Bruger-id  ?  
Adgangskode  ?  
Glem adgangskode?  
Næste  | Afbryd

Har du problemer med dit NemID, skal du rette henvendelse til Nets på [www.Nets-DanID.dk](http://www.Nets-DanID.dk)

På sundhedsvejen.dk kan du følge dine barns udvikling gennem deres sundhedsplejerskes notater og registreringer

- ✓ Følg barnets udvikling i sundhedsplejerskens notater og målinger
- ✓ Kommuniker direkte med din sundhedsplejerske
- ✓ Stil spørgsmål om sundhed, ernæring, trivsel og udvikling

For at kunne logge på Sundhedsvejen skal din sundhedsplejerske have oprettet dig på Sundhedsvejen.

Er du ikke oprettet, skal du kontakte din sundhedsplejerske eller udfylde [kontakformular](#).

**VIGTIGT!** Henvendelser vedrørende akut sygdom kan ikke finde sted via Sundhedsvejen.dk. Har dit barn feber eller andre sygdomstegn, bør du i stedet ringe til barnets læge.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

8

## Sundhedsplejerskerne i [REDACTED] Kommune

- Sundhedsplejerskerne kommer gerne på graviditetsbesøg og på besøg efter fødslen.
- Sundhedsplejerskerne koordinerer og deltager i opstart af mødregrupper.
- Sundhedsplejerskerne er tilknyttet skolerne i [REDACTED] kommune.

**Mere info om din sundhedsplejerske her:**

**Sundhedsplejersker i dit område** +

**Graviditet og fødsel** -

- Hvis du venter dit første barn, eller er flergangsfødende med særlige problemstillinger, kommer sundhedsplejersken på graviditetsbesøg.
- Du skal selv kontakte sundhedsplejersken i dit distrikt, hvis du ønsker besøg under graviditeten.

**Efter fødslen** -

Efter fødslen bliver du kontaktet af sundhedsplejersken, der tilbyder at komme på besøg i hjemmet.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

9

Dit graviditetsforløb starter hos lægen  
 Når du bliver gravid, henvender du dig hos din læge. Lægen sætter gang i dit graviditetsforløb med lægebesøg, jordemoder, skanninger og sundhedsplejerske.

[Læs mere om graviditetsforløbet på \[REDACTED\] hjemmeside](#)

Forberedelse til fødslen  
 De fleste gravide i [REDACTED] Kommune føder på fødeafdelingen i [REDACTED]

[Læs mere fødeafdelingen i \[REDACTED\]](#)

De fleste gravide er nervøse for selve fødslen. [REDACTED] tilbyder fødselsforberedelse til førstegangsfødende.

[Læs mere om hvordan du kan deltage i kurset](#)

Få råd og vejledning af din sundhedsplejerske  
 Sundhedsplejen tilbyder hjemmebesøg til dig og dit barn, hvor du kan få vejledning om kost, søvn, med mere. Sundhedsplejersken kan også hjælpe, hvis du skulle få efterfødselsreaktioner.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

10

### Hvilke tilbud har sundhedsplejen?

Efter henvisning fra en jordemoder, læge, sagsbehandler eller andre tilbyder vi i sundhedsplejen at besøge gravide, der har særlige behov for rådgivning og vejledning.

Når du har født, får vi automatisk besked og kontakter dig. Du har ret til et barselsbesøg 4-6 døgn efter fødslen, hvis du har været indlagt under 72 timer. Ønsker du tidligere besøg kan du kontakte os. Vi tilbyder 6 hjemmebesøg i barnets første leveår. Der er mulighed for yderligere besøg efter behov.

Vi hjælper til med oprettelse og etablering af mødregrupper.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

11

# BABYSVØMNING

Kom med til babysvømning i varmtvandsbassinet på Synscenter Refsnæs, Kystvejen 112, 4400 Kalundborg. Der er to hold på hver af følgende søndage:

28. oktober	11. november
4. november	18. november

**Hold 1** starter kl. 15:00

**Hold 2** starter kl. 15:30

Omkædningen åbner kl. 14:35



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

12

SUNDHEDSTJENESTEN

Arrangementer Om os Ledige job

Søg her ...

BESØG I HJEMMET

## Sundhedstjenesten

Som forælder er det din opgave at tolke, hvornår dit barn har behov for omsorg, mad, kontakt og søvn. Signaler som dit barn sender dig og som bliver lettere at forstå, efterhånden som du lærer dit barn bedre at kende.

I Sundhedstjenesten tilbyder vi en række forebyggende sundhedsydelse, der skal være med til at sikre alle børn og unge i kommunen en sund opvækst og skabe gode forudsætninger for, at de får en sund voksentilværelse.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

13

## Tilbud om særlig indsats - tilbud om udvidet indsats i Sundhedsplejen

En God Start er et forebyggende tilbud til kvinder og familier, der under graviditet, fødsel og i tiden efter har behov for en udvidet indsats.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

14

**Kontakt  
sundhedsplejen**

Telefon: 54676050  
Telefontid: mandag - fredag kl.  
9.00-10.00

Email via Borger.dk - digital  
post - skriv ny post -  
sundhedstjenesten@lolland.dk



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

15

2017?

Brugerundersøgelse blandt kvinder,  
der for nylig har født

Danske Regioner

NOTAT



25-08-2017  
EMN-2017-00486  
1057709  
Ann Vilhelmsen

**Kortlægning af svangreomsorgen**

Et overblik over organisering, aktivitet og personaleressourcer i den regionale svangreomsorg

Tablrapport



AMP OM FREMTIDENS SV

SUNDHED FOR ALLE  
BÆREDEGTÆLT  
BASERET PÅ  
SUNDHEDSVÆSEN

SUNDHED  
FOR ALLE

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

16





Rigshospitalet

## Om Juliane Marie Centret

Juliane Marie Centret (JMC) for kvinder, børn og forplantning

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

17

## Efterfødselsklinikken

Efterfødselsklinikken er et tilbud til alle kvinder, der har født ambulantly eller derhjemme. Her kan I få rådgivning om amning, barnets trivsel og lignende.



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

18

**midt** regionmidtjylland **Aarhus Universitetshospital**


Forside | Patienter og pårørende | Afdelinger | Fagfolk | Forskning | Uddannelse | Job | Om os

Du er her: [Om os](#) > [Afdelinger](#) > [Kvindesygdomme og Fødsler](#)

🔊 Lyt

## Kvindesygdomme og Fødsler

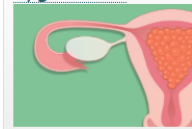
[Graviditet og fødsler](#)



[Sygdomme i underlivet](#)



[Trofoblastsygdomme](#)



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

19

**midt** regionmidtjylland **Aarhus Universitetshospital**

Forside | Patienter og pårørende | Afdelinger | Fagfolk | Forskning | Uddannelse | Job | Om os

Du er her: [Om os](#) > [Afdelinger](#) > [Kvindesygdomme og Fødsler](#) > [Graviditet og fødsler](#) > [Graviditet](#)

Om os

- » [Afdelinger](#)
- » [Kvindesygdomme og Fødsler](#)
- » [Graviditet og fødsler](#)
- » [Graviditet](#)**
- » [Kurser for gravide](#)
- » [Tilbud i graviditeten](#)
- » [Ultralydsskanning](#)
- » [Din graviditet forløber ikke helt som forventet](#)
- » [Diabetes og graviditetsdiabetes](#)

🔊 Lyt

## Graviditet



[Praktisk information om jordemoderbesøg](#)  
 Hvordan får jeg, bestiller eller ændrer en tid? Skal jeg have noget

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

20

midt  
regionmidtjylland

Aarhus Universitetshospital

Forside Patienter og pårørende Afdelinger Fagfolk Forskning Uddannelse Job Om os

Du er her: [Om os](#) > [Afdelinger](#) > [Kvindesygdomme og Fødsler](#) > [Graviditet og fødsler](#) > [Fødsel](#)

Om os

- > Afdelinger
- > Kvindesygdomme og Fødsler
- > Graviditet og fødsler
- > Fødsel

**Det skal du have med i tasken**

Lyt

## Det skal du have med i tasken til fødslen

Pakkeliste - hvad skal du have med til fødslen?

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

21

DER ER MANGE GODE EKSEMPLER

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

22

### Hvad arbejder sundhedsplejersken med?

De forebyggende sundhedsydelse til børn og unge og deres familier skal være med til at sikre børn og unge en sund opvækst og skabe gode forudsætninger for en sund voksenalder.

**Sundhedsplejersken arbejder med at:**

- Give råd og vejledning i forhold til gravide, spæd- og småbørnefamilier
- Vurdere samspil og relationer
- Støtte familiedannelse og tilknytning mellem forældre og barn
- Støtte dig i at opnå tryghed som forælder - også når det er svært
- Opsøre og forebygge fysiske og psykiske problemstillinger
- Identificere børn og familier med særlige behov - det kan være sundhedsfaglige eller sociale behov
- Undersøge og have tilsyn med dit barn i besøgene
- Vurdere, om barnet vokser og udvikler sig normalt

Sundhedsplejerskens råd og vejledning tager udgangspunkt i jeres behov og ressourcer.

**Sundhedsplejerskens råd og vejledning kan omhandle:**

Amning eller anden ernæring, pasning og pleje, udvikling, kost, sygdom, tilknytning og relationer mellem børn og forældre, forældreskab, søskende, leg og meget andet.

**Rådgivning og vejledning foregår ved:**

- Hjemmebesøg
- Aftalt konsultation
- Telefonrådgivning, mail og SMS
- Gruppe aktiviteter
- Konsulentfunktion

Kontakt med sundhedsplejen afhænger af dine behov. Hovedparten af besøg og tilbud ligger inden for de første 10 måneder af barnets liv.

Sundhedsplejens serviceniveau er vejledende.

Ved behov kan vi fortsætte vores samarbejde, indtil barnet når skolealderen.

**Uddannelse**  
Sundhedsplejersken er uddannet sygeplejerske og har en videreuddannelse med fokus på børn, familier, sundhedsfremme og forebyggelse.

**Tavshedspligt**  
Samtalerne med sundhedsplejersken er fortrolige. Det vil sige, at sundhedsplejersken har tavshedspligt, men arbejder efter gældende lovgivning på området.

**Tolk**  
Sundhedsplejen benytter sig af tolk, hvor der er behov for dette.

**Det er gratis at modtage sundhedspleje.**

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

23



**GRAVIDITETSBesøg**

Tilbud om graviditetsbesøg  
- til førstegangsfødende  
- ved behov til flergangsfødende



**SUNDHEDSPLEJEN**









FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

24

## Graviditetsbesøg

Herunder kan du læse om, hvilken hjælp du kan få af Sundhedsplejen under graviditeten.



**Hvad er et graviditetsbesøg**

Tilknytningen mellem jer og jeres barn starter i graviditeten, så det er vigtigt at I får talt om jeres tanker inden fødslen. For at vi kan lære hinanden at kende, er det bedst, at begge forældre deltager i samtalen. Samtalen foregår i jeres hjem og varer ca. 1,5 time.

**Graviditetsbesøges indhold**

Et graviditetsbesøg kan sætte gang i snakken om det at få et barn og det at blive forældre. Vi kan blandt andet tale om:


- Hvordan graviditeten forløber
- Hvilke tanker og forestillinger I gør jer om at blive mor/far
- De tanker og følelser, som naturligt dukker op fra dengang I selv var barn, og hvad de betyder nu hvor I selv skal være en familie
- Hvilke erfaringer I ønsker at tage med jer fremover
- Hvilke forventninger I har til barnet, jer selv og hinanden
- Hvilke forventninger I har til forældrerollen

FORUM FOR MÆNDIS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

25

Sundhedsplejen > Gravid
🗨️ 📄 🏠 📍

### Gravid



Venter I barn?  
I Sundhedsplejen har vi en række tilbud til jer som forældre.

---

**» Graviditetsbesøg**

Venter I barn? Så tilbyde Sundhedsplejen jer et besøg allerede i graviditeten. Tilbuddet er både til første- og flergangsførelde. Sundhedsplejersken kan svare på spørgsmål omkring graviditet, forældreskab og den første tid efter...

---

**» Familieliv Furesø**

Er I førstegangsførelde? Så tilmeld jer vores forældrekursus "Familieliv Furesø". Her får I information, gode råd og inspiration til en god start på livet som ny familie.

---

**» Fødesteder**

Din praktiserende læge vil henvise dig til det nærmeste hospital, som har en fødeafdeling.

---

**» Bliv tryk med barn**

Hvornår bør jeg kunne mærke mit foster, hvad er en epiduralblokadé og hvorfor har jeg svært ved at finde min rolle som far i den første tid efter fødslen? Trykmedbarn.dk giver kommende og nybagte forældre svar på det meste.

---

**» Fødselsanmeldelse**

Et barn skal registreres senest 14 hverdage efter fødslen.

FORUM FOR MÆNDIS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

26

## Overvejelser

Graviditetsbesøg

**Hvordan får du et graviditetsbesøg**

**Din** jordemoder henviser direkte til den sundhedsplejerske, som skal følge **dig** efter fødslen. Sammen planlægger I et besøg. Sundhedsplejersken vil gerne besøge både første- og flergangsfødende **forældre** i graviditetsuge 16-20. Sundhedsplejersken vil gerne **at begge forældre** er hjemme, hvis det kan lade sig gøre. Desuden kan **din** læge eller socialrådgiver henvise til et graviditetsbesøg. Du kan også selv kontakte sundhedsplejen for at få et graviditetsbesøg på telefon xxxxx. Besøget varer ca. 1 ½ time.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

27

Graviditetsbesøg

Sundhedsplejersken tilbyder graviditets- og familiebesøg til **alle gravide**.

I graviditetsbesøget stifter du bekendtskab med den sundhedsplejerske, som **du** får besøg af efter fødslen. Sundhedsplejersken får i besøget kendskab til **jeres** ønsker og forventninger. Sundhedsplejersken kan her være med til at forberede **jer** til de forandringer, der kommer og give støtte til den tidlige tilknytning mellem **jer og barnet**. Ved behov har du mulighed for flere besøg og tiltag.

**I besøget har sundhedsplejersken fokus på:**

- At svare på de spørgsmål, der er aktuelle for **dig**
- At forberede dig til rollen som forældre
- At forberede dig til familieforøgelsen
- Forhold til større søskende
- Den tidlige tilknytning mellem forældre og barn
- Livsstil og familiære forhold, herunder netværk
- Behov for ekstra graviditetsbesøg

**Samtalen kan indeholde drøftelser og vejledning om**

Trivsel, drømme og forventninger, fødsel, kost, motion, forventninger til amning, søskende, indkøb af udstyr, kortlægning af tidligere og nuværende livsbetingelser, støtte før og efter fødslen, netværk, uddannelse, tilknytning til arbejdsmarkedet, enlige forældre, behov for boligforhold, alkohol, misbrug, rygning og andet, der kan være relevant for dig og din familie.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

28

## Hvad må der gøres?

**Analyser og forbedr jeres hjemmeside, folder, logo, breve, e-mails for:**

- Præcision i præsentationen – er det hurtigt klart, at det også er for fædre?
- Hurtig/tydelig afklaring af – hvorfor er han vigtig? Under 1 sek.!
- Identifikation – er der billeder og eksempler og lign. der viser forskellige fædre?
- Inddragelse – er det klart, at begge er lige velkomne og lige vigtige for barnet?
- Hvad får jeg - og vi - ud af det? – Tjek fx for 5 ting, som mænd vil sige er vigtig for dem som fædre.
- Vær tekst og billednære!

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

29

## SLUT



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

30