

# Lohusalık dönemine hoş geldiniz!



Randevu  
zamanlarımız:

/ kl  
/ kl

/ kl  
/ kl

**SÖS**

SÖDERSJUKHUSET

Yeni ebeveynler olarak, doğum koğuşundan (BB) eve dönmeden önce farklı koşullara ve farklı ihtiyaçlara sahipsiniz. Hastanede geçirdiğiniz süre bireyseldir ve altı saat ile birkaç gün arasında değışir. Bakım süresini etkileyen sizin ihtiyaçlarınızdır.

Doğum yapmış olanlar için, eve dönmeden önce aşağıdaki kriterlerin karşılanması gerekir.

Kanamanız normal

Ateşiniz yok

Normal şekilde idrara çıkabiliyorsunuz

Kısa mesafeleri kat edebiliyorsunuz

Yeterli ağrı kesicilere dair okudunuz veya bilgilendirildiniz

Bir ebe ile doğuma dair konuşma yaptınız

Emzirme, elle sağım ve bebeğın beslenmesi hakkında okudunuz veya bilgilendirildiniz

Rüptür ve enfeksiyonlar hakkında okudunuz veya bilgilendirildiniz

BB Sös'ten takip ve olası tekrar ziyaretler için randevu verildi. Kendiniz ve çocuğunuz için nereye başvuracağınız konusunda kendinizi güvende hissediyorsunuz.

Yeni doğan bebek için, eve dönmeden önce aşağıdaki kriterler karşılanmalıdır.

Bebek doğru tularak emzirilmiş veya beslenme plana göre gidiyor ve bir sonraki ziyarete dek bebeğın bir emzirme/beslenme planı mevcut.

Çocuk bir çocuk doktoru tarafından muayene edildi, POX yapıldı

Yeni doğan bebeğın nefes alış verışı, sirkadiyen ritmi, ten rengi ve yenidoğan sarılığı hakkında okudunuz veya bilgilendirildiniz.

Tekrar ziyaret için randevu verildi veya PKU örnekleme yapıldı.

## Takibi ziyaretlerden kendinizin sorumlu olduğunuzu unutmayın

İşitme taraması, Pzt- 09.00-15.30 randevusuz

BVC'yi ilk ziyaretiniz için randevu alın

Nekahat döneminde Ebe Kliniğindeki ebenizi ziyaret için randevu alın

### Sağlık zincir – Nereye başvurabilirim?

hastaneden eve döndükten sonra kafanızda birçok soru belirebilir. Sös size doğumdan bir hafta sonraya dek destek olur. Daha sonra gerektiğinde BVC (Ana Sağlık Merkezi) ve Ebe Kliniklerine başvurabilirsiniz.



Çocuğun doğumundan sonraki ilk hafta danışmak için: BB-kliniğini arayabilirsiniz, tel: 08-123 613 25 her gün saat 8-16. Bebek, emzirme veya sağlığını hakkında sorularınız varsa, sesli mesaj kutusuna bir mesaj bırakın, daha sonra ebe tarafından aranacaksınız.

Diğer zamanlarda, kaldığınız doğum koğuşuna (BB-avdelning) başvurabilirsiniz .

BB koğuşu 63 tel: 08-123 612 63

BB koğuşu 73 tel: 08-123 612 73

BB koğuşu 85 tel: 08-123 638 60

Acil yardıma ihtiyaç duyulması halinde çocuğu ilgilendiren durumlarda: 112'yi ve diğer durumlarda 1177 Vårdguiden'ı (1177 Sağlık rehberi) arayın.

Acil yardıma ihtiyaç duyulması halinde anneyi ilgilendiren durumlarda: 112'yi ve diğer durumlarda 1177 Vårdguiden'ı (1177 Sağlık rehberi) arayın.

Tıbbi kayıtlarınızı (dijital kartoteks) 1177.se üzerinden okuyabilirsiniz.

## Emzirme Merkezi BB Sös

# İhtiyacınız olduğunda emzirme konusunda size yardım oluruz

Size telefonla danışmanlık, video ile ziyaret ve klinikte randevu rezervasyonu olanakları sunulmaktadır.

Emzirme merkezinde, emzirme konusunda uzman ebeler çalışır.

Emzirme merkezinin sesli mesaj kutusu 7 günden büyük çocuğu olanlar için açıktır.

Telefon saatleri 08.00-12.00, hafta içi her gün

Telefon numarası: 08-123 613 25

BB Sös'te Nekahat dönemi –  
Çocuğunuzla ilk zamanlarınız

<http://vimeo.com/687864856>



İlk zamanlarda emzirme

<http://vimeo.com/630995138>



[www.1177.se/stockholm/efter-forlossningen](http://www.1177.se/stockholm/efter-forlossningen)

[doğum sonrası]



BB Sös'e taksi ile gidip gelmiş olanlar için bilgi.  
"Doğum sırasında hasta seyahati" başlığına gidin.

[http://www.1177.se/Stockholm/sa-fungerar-varden/  
sjukresor-och-fardtjanst/sjukresor-i-stockholms-lan/](http://www.1177.se/Stockholm/sa-fungerar-varden/sjukresor-och-fardtjanst/sjukresor-i-stockholms-lan/)



# SÖS

SÖDERSJUKHUSET

SJUKHUSBACKEN 10, 118 83 STOCKHOLM, TEL 08-123 610 00

SL Buss 3, 4, 164, PENDELTÅG STOCKHOLM SÖDRA

WWW.SODERSJUKHUSET.SE