

# Dit graviditetsforløb

Graviditetsuge	Hvad skal der ske?
6 - 10 uger	<b>Kontrol hos egen læge - 1. graviditetsundersøgelse del 1 og 2</b> 1. del hos sygeplejersken og 2. del en uge senere hos lægen <ul style="list-style-type: none"><li>· Udfærdigelse af vandre- og svangrejournale</li><li>· Uddybelse af tilbuddet om risikovurdering for arvelige sygdomme</li></ul> <p><i>Du bestiller selv tid både hos sygeplejerske og lægen.</i></p>
8+1 - 14 uger	<b>Vurdering af risiko for arvelige sygdomme (frivillig)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>· Doubletest (blodprøve)</li><li>· Nakkefoldsscanning</li></ul> <p><i>Bestil selv tid på: <a href="http://www.nakkefold-hs.dk">www.nakkefold-hs.dk</a>.</i></p>
14 - 17 uger	<b>Første konsultation hos jordemoder</b> Du vil blive indkaldt via e-boks.
19 - 21 uger	<b>Fosterscanning</b> Tiden gives efter 1. scanning.
25 uger	<b>Kontrol hos egen læge — 2. graviditetsundersøgelse</b> <ul style="list-style-type: none"><li>· Kontrol af blodtryk og urin</li><li>· Fosterundersøgelse</li><li>· Evt. rhesus blodprøve</li></ul> <p><i>Du bestiller selv tid.</i></p>
28 uger	<b>Jordemoder</b> Foregår på Herlev Hospital eller Rigshospitalet - afhængigt af hvilket hospital du er tilknyttet.
28 - 36 uger	<b>Fødsels- og forældreforberedelses opstart</b> Tilbydes af visse hospitaler.
29 uger	<b>Anti-D, injektion på hospital</b> <ul style="list-style-type: none"><li>· Kun relevant for gravide med blodtypen rhesus negativ med rhesus positivt barn.</li></ul>
32 uger	<b>Kontrol hos egen læge — 3. graviditetsundersøgelse</b> <ul style="list-style-type: none"><li>· Kontrol af blodtryk og urinprøve</li><li>· Fosterundersøgelse</li><li>· Snak om fødsel og amning</li></ul> <p><i>Du bestiller selv tid.</i></p>
35 uger	<b>Jordemoder</b>
38 - 39 uger	<b>Jordemoder</b>
40 - 41 uger	<b>Jordemoder</b>
41 uger + 5 dage	<b>Tilbud om igangsættelse af fødsel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>· Kun relevant, hvis du går over terminen.</li></ul>

## Værd at vide

Ved hver graviditetsundersøgelse (både hos læge og jordemoder) skal du starte med at lave en urinprøve. Urinen undersøges for sukker og protein for at udelukke sukkersyge og begyndende svangerskabsforgiftning.

## Kosttilskud i graviditeten

- Folsyre 400 mikrogram (µg) dagligt fra du overvejer at blive gravid og de første 12 uger af graviditeten.
- D-vitamin 10 mikrogram (1.1g) dagligt hele graviditeten.
- Jern: 40-50 milligram (mg) dagligt fra uge 10.
- Kalk: 1/2 liter mælk eller mælkeprodukter dagligt, alternativt tilskud på 500 milligram (mg) kalk dagligt under hele graviditet.