

Helsestasjonen er åpen alle dager. Tirsdag er fortrinnsvis møtedag.

Åpningstid kl. 08:30-15:00. Ved behov for time utover tildelte konsultasjoner, ring oss gjerne og vi gjør en avtale.

- Vi har åpen helsestasjon på **FREDAGER 12:30-14:30**. Da trenger du ikke timeavtale. Det er muligheter for å veie barnet, og helsesykepleier er tilstede for å svare på spørsmål og gi råd og veiledning etter behov.
- På åpen helsestasjon kan alle som ønsker ta med seg barna komme innom for en prat. På denne måten kan foreldre treffes og bli kjent med andre i samme situasjon.

Av hensyn til smitterisiko for utsatte grupper ønsker vi at barnet er friskt når det kommer til helsestasjonen. Ved sykdom hos barnet kontaktes fastlege.

Vennligst gi tilbakemelding til helsestasjonen så raskt som mulig hvis tildelte timer ikke passer, tlf. 63 85 26 92, eller på SMS: 47 63 43 53.

Du finner oss på Facebook,
«Aurskog-Høland Helsestasjon»



*De største miraklene i verden,
er ganske små.*

Velkommen til Aurskog-Høland Helsestasjon



-Prematurprogrammet-

Helsestasjonen er et tilbud til alle foreldre og barn som bor i kommunen. Her jobber helsesykepleiere, jordmor, leger, sekretær og fysioterapeut.

Vårt mål er sammen med foreldrene å ivareta sped- og småbarns fysiske, psykiske og sosiale helse. Vi gir gjerne støtte, råd og veiledning rundt temaer som for eksempel samspill, tilknytning, ernæring, søvn, utvikling og stimulering.

Prematurprogrammet, for barn født til og med uke 35,6.

Vårt prematurprogram er basert på faglige retningslinjer for oppfølging av for tidlig fødte barn. Dette innebærer flere konsultasjoner enn for barn født til termin og tilpasses barnets grad av prematuritet og behov. Vi tilbyr ekstra tett oppfølging i starten, med for eksempel regelmessig veiing av barnet.

Vaksine gis til barnet etter kronologisk alder, dvs etter barnets fødselsdato. Om vekst, motorikk og ernæring, forholder vi oss til korrigeret alder, dvs termin dato. Dette forklarer at ethvert barn har forskjellig oppfølging og tilrettelegging. Ved behov samarbeider vi med Nyfødtafdelingen på Ahus (NFI), ernæringsfysiologer, kommunens fysioterapeut og andre instanser som for eksempel PPT og Habiliteringstjenesten.

Gruppevirksomhet/Barselgrupper:

Helsestasjonens mål med barselgrupper er at foreldre med barn på samme alder etablerer kontakt som kan fortsette som selvstyrte nettverksgrupper. Barselgruppene ledes av helsesykepleier og fysioterapeut. Hvis mulighet, har vi egen prematurgruppe.



Prematurprogrammet

- Ca. 2-4 uker: kontakt m/nyfødtafdelingen kjent med barnet og familien.
- Ca. 0-6 uker: evt. hjemmebesøk med NAT.
- Ca. 0-6 uker: hjemmebesøk m/helsesykepleier.
- Ca. 4-12 uker: barselgruppe m/helsesykepleier
- Ca. 6 uker: konsultasjon m/ helsesykepleier og lege. Vaksine. (evt ekstra vaksine for GA 30-32 u.)
- Ca. 8-10 uker: samtale med mor (EPDS) om mors psykiske helse.
- Ca. 8-14 uker: barselgruppe m/fysioterapeut.
- 3 mnd: konsultasjon m/helsesykepleier og lege. Vaksiner.
- 4 mnd: konsultasjon m/helsesykepleier og fysioterapeut.
- 5 mnd: konsultasjon m/helsesykepleier. Vaksiner.
- 6 mnd: konsultasjon m/helsesykepleier og lege.
- 7 mnd: konsultasjon m/ helsesykepleier og fysioterapeut.
- 8 mnd: konsultasjon m/helsesykepleier.
- 10 mnd: konsultasjon m/helsesykepleier.
- 12 mnd: konsultasjon m/helsesykepleier, fysioterapeut og lege. Vaksiner.
- 15 mnd: konsultasjon m/helsesykepleier Vaksine.
- 18 mnd: Konsultasjon m/helsesykepleier og fysioterapeut.
- 2 år: konsultasjon m/helsesykepleier og lege. Språkoobservasjon.
- 3 år: konsultasjon med helsesykepleier og lege.
- 4 år: konsultasjon m/helsesykepleier og lege. Syn- og hørselstest, språkoobservasjon.
- 5 år konsultasjon med helsesykepleier og fysioterapeut.

