



## Hilsen fra sundhedsplejen

Dato: Vægt: Højde: HO:	Dato: Vægt: Højde: HO:	Dato: Vægt: Højde: HO:
Dato: Vægt: Højde: HO:	Dato: Vægt: Højde: HO:	Dato: Vægt: Højde: HO:
Dato: Vægt: Højde: HO:	Dato: Vægt: Højde: HO:	Dato: Vægt: Højde: HO:
Dato: Vægt: Højde: HO:	Dato: Vægt: Højde: HO:	Dato: Vægt: Højde: HO:



**VEJLE**  
KOMMUNE

**Børn & Unge**  
Sundhedsplejen

Nyboesgade 35 B · 7100 Vejle  
Tlf.: 76 81 55 75

Marts 2022



# Velkommen til sundhedsplejen

At få barn er en stor forandring. Spørgsmål melder sig – store som små. Familierne i Vejle Kommune tilbydes besøg af en sundhedsplejerske, når barnet er 4-5 dage gammelt.

Øvrige besøgstilbud kan ses på: [www.sundhedsplejen.vejle.dk](http://www.sundhedsplejen.vejle.dk)  
Fra hjemmesiden kan du også få adgang til dit barns bog og vækstkurve.

Sundhedsplejerskerne kan kontaktes alle hverdage, bedst pr. tlf. mellem kl. 8 og 9. Hvis I indtaler en besked til jeres sundhedsplejerske, vil I så hurtigt som muligt blive ringet op.  
SMS besvares ikke af hensyn til persondataloven.

Er I eller børn i familien syge, bedes I ringe og aflyse det aftalte besøg.

Sundhedsplejens sekretariat træffes på tlf.: 76 81 55 75.

## På [www.borger.dk](http://www.borger.dk) kan du

- Tilmelde dig NemSMS, så du får en påmindelse om næste aftale.
- Søge institutionsplads/dagpleje under Pladsanvisningen.

## Åben Konsultation

Her kan du få kort konsultation med råd og vejledning til børn i alderen 0 til 6 år. Ring til Sundhedsplejens sekretariat på tlf. nr. 76 81 55 75 for at bestille tid. Åben konsultation foregår hver onsdag på Vestbygården, Nyboesgade 35B, 7100 Vejle, kl. 12.30-14.30.

Medbring en stofble til vejning af spædbarn.

Hvis sundhedsplejersken aflyser hjemmebesøg, vil du oftest blive henvist til Konsultation i stedet.

## Konsultation ved børnefysioterapeut

Dette foregår onsdage mellem kl. 13 og 14.30 på Nyboesgade 35B Vejle, på 2. etage i lokalet Væksten.

Til det skal der bestille tid hos Tværfagligt Center for Børn & Unges administration på tlf.: 76 81 54 00.

## Ammerådgivning (IBCLC-konsulent)

Har I særlige udfordringer ved amning og har I samarbejdet med egen sundhedsplejerske om det, kan I booke tid ved ammerådgivningen.

Tiden bookes via tlf. 76 81 55 75 eller via egen sundhedsplejerske.

Ammerådgivning er åben hver tirsdag på

Nyboesgade 35B Vejle, på 2. etage i lokalet Væksten.

## Forældregruppe

Ideen med forældregrupper er at danne netværk og udveksle erfaringer. Drøft med din sundhedsplejerske, hvis du gerne vil i en forældre gruppe.

## Forstå mig

Barnets følelsesmæssige udvikling er i centrum, når vi inviterer til to sammenhængende forældreeftermiddage/aftener med Forstå mig.

I vil møde en sundhedsplejerske og en pædagog, som kommer med inspiration til jeres forældreskab og til hvordan I kan støtte jeres barn.

Der bliver tid til refleksion og drøftelser med andre forældre.

Tilmeld jer de aktuelle hold på vores hjemmeside.

## Symptomer på en efterfødselsreaktion/fødselsdepression

Ved to måneders besøget har sundhedsplejersken fokus på familiens trivsel. I tilbydes at udfylde et spørgeskema, som sammen med en snak om jeres psykiske velbefindende, kan være med til at afklare, om der er symptomer på en efterfødselsreaktion/fødselsdepression.

Læs mere på: [www.sundhedsplejen.vejle.dk](http://www.sundhedsplejen.vejle.dk)

## Vaccinationer

Sundhedsplejen anbefaler, at alle børn vaccineres efter Sundhedsstyrelsens børnevaccinationsprogram. Har I spørgsmål til det, så spørg jeres sundhedsplejerske eller læs mere på hjemmesiden.

## D-vitaminer

D-vitaminer gives dagligt fra 2 uger til 4 år (10 mikrogram/400 i.e.). Dog holdes D-vitamin pause, hvis barnet dagligt får over 800 ml modermælkserstatning.

## Nyttige materialer

Sunde børn (bog)  
Mad til små (bog)  
– fra mælk til familiens mad  
Mit sygehus (app)

Bøgerne kan hentes på Sundhedsstyrelsens hjemmeside: [www.sst.dk](http://www.sst.dk)

