

HÄLSODEKLARATION

Inför eftervårdsbesöket ber vi dig fylla i och ha med dig denna blankett.

(Den finns också digitalt på e-tjänster 1177, där letar du upp

"Mottagningar" - hitta och lägg till, och väljer sedan den

kvinnohälsovårdsmottagning du valt att gå. Fyll i "Inför ditt

eftervårdsbesök", och tryck på skicka).

Namn.....

Personnummer.....

Förlossningsdatum.....

Frågor eller reflektioner kring din förlossning som du vill ta upp?

.....
.....
.....

Skatta din förlossningsupplevelse med en siffra från 1-10

1-----10

Värsta tänkbara

Bästa tänkbara

Kommentar

.....
.....
.....

Hur skulle du skatta din hälsa under graviditeten?

Mycket bra ☐ Bra ☐ Varken bra eller dåligt ☐ Dåligt ☐ Mycket dåligt ☐

Hur skulle du skatta din hälsa efter graviditeten?

Mycket bra ☐ Bra ☐ Varken bra eller dåligt ☐ Dåligt ☐ Mycket dåligt ☐

Kommentar/reflektion om ditt fysiska och/eller psykiska mående

.....
.....
.....

Hur är det med amning?

Ammar helt ☐ Delvis ☐ Ammar inte ☐

Kommentar/reflektion om amning

.....
.....
.....

Använder du tobak?

Ja ☐ Nej ☐

Använder du alkohol?

Ja ☐ Nej ☐

Hur fungerar det med fysisk aktivitet efter förlossningen?

.....
.....
.....

Har du någonsin varit utsatt för hot/kränkning/våld?

Ja ☐ Nej ☐

Vill du bli gravid igen?

Ja ☐ Nej ☐

Om ja, isåfall när?.....

Önskemål/tankar om preventivmedel

.....
.....
.....

Övrigt som jag vill ta upp

.....
.....
.....

Ta med dig lappen på ditt eftervårdsbesök.

Tack!