

Om tilbudet

Helsestasjonen skal fremme barns helse og forebygge sykdom. Tilbudet fra helsestasjonen er en del av den kommunale helsetjenesten.

Det er gratis og frivillig å få tjenester fra helsestasjonen.

Hos oss vil du møte helsesykepleiere, leger og jordmødre. Gjennom helsestasjonen kan du også få hjelp på tvers av flere tjenester, som fysio- og ergoterapi, spesialpedagog, familieveileder, psykolog og fastlege.

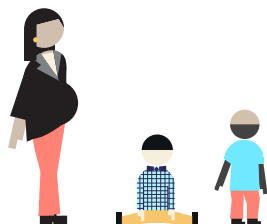
Hvem er tilbudet for?

Gravide kvinner, barn fra fødsel til skolestart + deres familie

Vi fører journal og registrerer vaksiner

Vi har plikt til å føre journal. Du kan når som helst be om innsyn i din/barnets journal.

Alle vaksiner som gis på helsestasjonen blir registrert i et nasjonalt register som heter SYSVAK. Du kan se oversikt over alle vaksiner på helsenorge.no.



Huskeliste

- Passer ikke timen? Gi oss beskjed.
- Møt i god tid til avtalen.
- Kle av barnet til bleie/truse før avtalen (ta med teppe til barnet).
- Vent i 20 minutter etter vaksiner.
- Ta med lås til vogn. Den må parkeres ute.
- Ha mobilen på lydløs og begrenns bruken.

Kontakt helsestasjonen

Tlf: 23 47 82 50

Send gjerne melding til oss via helsenorge.no

E-post:

ostensjo.helsestasjon@bos.oslo.kommune.no
(unngå sensitive opplysninger på e-post)

Her finner du helsestasjonen

Stallerudveien 97, 0693 Oslo

Kollektivt: Bogerud (t-bane/buss)

Med bil: 50 meter fra inngangen er det flere plasser der du kan parkere gratis i to timer mot registrering. Alternativt finner du en stor parkeringsplass litt lenger bortenfor Bogerud senter.

Er barnet ditt syk?

Vi ønsker ikke syke barn på helsestasjonen.

Ring for å finne et nytt tidspunkt for avtalen din.

Ved behov for legehjelp må du kontakte fastlege eller legevakt på telefon 116 117.

Ved akutte tilstander må du ringe 113.

Å bli foreldre kan være ganske fantastisk, altoppslukende og krevende på én og samme tid, enten man har ett eller flere barn.

På [Helsenorge.no/spedbarn](https://helsenorge.no/spedbarn) finner du mye god informasjon. Vi har også samlet flere digitale ressurser om temaer som sikkerhet, samspill, følelser, alkohol, vaksiner, trøst, motorikk og mer på nettsiden til helsestasjonen.



Skann QR-koden for å komme til helsestasjonens nettside.



Foto: Nikolai Kobets Freund / Oslo kommune

**Velkommen
til Østensjø
helsestasjon**



**Vi gir oppfølging fra barnet
ligger i magen til det
begynner på skolen.**

Svangerskapsomsorg

Jordmor utfører kontroller og gir informasjon, råd og veiledning til den gravide og partner. Jordmor tar blodprøver, søker fødeplass og ultralyd, og henviser til andre instanser ved behov. Du kan få oppfølging fra jordmor, fastlege eller en kombinasjon av de to. Ultralyd får du på sykehuset.

Anbefalte kontroller for friske gravide:

Nye familier

Som del av helsestasjonstilbudet, tilbyr "Nye familier" hjemmebesøk av helsesykepleier fra uke 28 i svangerskapet og frem til barnet er 2 år. Tilbudet gjelder for førstegangsfødende, dere som venter første felles barn, dere som får barn i Norge for første gang, førstegangs adoptivforeldre og familier som har utvidet behov.



Uke 41:
Trivselskontroll
på sykehuset
hvis du ikke har
født

Helsestasjonsprogrammet

Barnet ditt får tilbud om en rekke konsultasjoner med ulike fagpersoner, som en del av helsestasjonsprogrammet.

Ta gjerne kontakt hvis du ønsker å snakke med helsesykepleier utenom de faste konsultasjonene.

Veie barnet?
Kom innom
hverdager
08.30-14.30

Åpen dør tirsdager 13.30-15.00

Tilbud til alle foreldre med barn i alderen 0-8 uker.
Her møter du helsesykepleier, fysioterapeut og jordmor.

Etterkontroll hos jordmor

Vi tilbyr etterkontroll hos jordmor 6-8 uker etter fødsel.
Ta kontakt med din jordmor på helsestasjonen.

Baby
blir født

