

Tilmelding via egen sundhedsplejerske eller kontakt:

Sofie Rasmussen Tlf. 64 74 68 03/mobil: 29 36 31 75

Mail: soras@assens.dk

Anja Christoffersen Tlf. 64746691/mobil: 29363154

Mail: anjac@assens.dk

Lene Lund Bovin Tlf. 64746700/ mobil: 29363130

Mail: lelbo@assens.dk

Trine Øland Frandsen Tlf. 64746805/mobil: 51373811

Mail: tofra@assens.dk



Efterfødselsreaktion Gruppetilbud





Alle kan få en reaktion efter fødsel.

At blive mor kan på mange måder være en stor omvæltning, og alle kvinder reagerer på at få et barn. Som mor kan man fx føle sig træt, irriteret, urolig eller ængstelig og kan bryde ud i gråd uden egentlig, at kunne sætte ord på hvorfor. Det er en helt normal reaktion.

Hvis disse reaktioner varer ved over længere tid, kan det være tegn på en svær reaktion.

Mange kvinder lider i stilhed og får derfor ingen hjælp, hvilket kan få stor betydning for barnets udvikling, parforholdet og hele familiens trivsel.

Undersøgelser viser, at efterfødselsreaktioner går over, men at det sker hurtigere, hvis man som mor får den rette hjælp.

Viden og det at kunne dele det med kvinder i samme situation kan være med til, at forebygge at efterfødselsreaktionen udvikles til en fødselsdepression.

Du har derfor mulighed for at deltage i et gruppeforløb med andre mødre.

Gruppen varetages af to sundhedsplejersker og er en åben gruppe. Det vil sige, at der løbende kan komme nye medlemmer ind i gruppen.

I gruppen får I mulighed for at sætte ord på tanker og følelser der fylder i hverdagen.

Det foregår i Børne og familiecenter Nord

Møllebakken 22, 5690 Tommerup

Dato se: www.sundhedsplejen.assens.dk

Det er gratis at deltage

