

Alta hospitalar

Em circunstâncias normais a alta ocorrerá:

- 48 horas após parto vaginal
- 72 horas após cesariana

Quando tiver alta do internamento, dirija-se ao gabinete administrativo do serviço para regularizar a alta. Ser-lhe-á fornecido o boletim de saúde de grávida, o boletim de saúde infantil e o boletim de vacinas da criança.

Por questões de segurança, à saída do hospital terá de apresentar os respetivos boletins de saúde carimbados com a alta, pelo que deverá levá-los em local acessível.

Posteriormente, deverá entregar a notícia de nascimento no seu Centro de Saúde ou informar via telefone que já se encontra em casa com o bebé.

Transporte do recém-nascido no regresso a casa

No dia da alta o seu filho vai fazer a primeira viagem por isso deve ser transportado com a maior segurança. Deve ser transportado em cadeira com sistema de retenção adequado e corretamente instalada (voltada para trás). Experimente como se coloca a cadeira no automóvel antes da 1ª viagem do seu filho.

Consulte o nosso site e mantenha-se informada sobre as próximas datas das sessões de esclarecimento.



OBS-IM080-1



Guia de acolhimento da grávida



Consulta de Obstetrícia

Funciona de 2ª a 6ª feira, das 08h às 18 horas e destina-se às mulheres que necessitam de assistência diferenciada durante o período pré-concepcional, gravidez e pós-parto.

A utente da Consulta de Obstetrícia é acompanhada por uma equipa multidisciplinar

constituída por Médicos Obstetras, Endocrinologistas, Hematologistas, Nefrologistas, Pediatras e Internistas, Enfermeiras Especialistas em Saúde Materna e Obstétrica, Nutricionista, Assistente Social e Psicóloga.



Linha de apoio à grávida
964 020 654 · 964 020 688

nascersaojoao@chs.j.min-saude.pt
www.chsj.pt/nascersaojoao



Consultas disponíveis

- Obstetrícia/ Patologia Associada
- Obstetrícia/ Diabetes e Patologia Endócrina
- Obstetrícia/ Diagnóstico Pré-Natal
- Obstetrícia/ Hipertensão
- Obstetrícia/ Patologia Infeciosa
- Obstetrícia/ Hematologia
- Obstetrícia/ Patologia Auto-Imune
- Obstetrícia / Patologia Cardio-Respiratória
- Obstetrícia/ Trombofilias
- Obstetrícia/ Geral
- Obstetrícia/ Gestação de Termo

Equipa de enfermagem de saúde materna e obstétrica

Presta apoio à mulher no processo de adaptação à gravidez e na aquisição e desenvolvimento de competências parentais.

Preparação para o nascimento

Ajuda a mulher a enfrentar o medo e a tensão frequentes durante o parto. O companheiro pode participar de uma forma ativa na gravidez, parto e pós-parto, facilitando a aquisição e/ou desenvolvimento de competências do papel parental. As sessões de preparação para o parto e parentalidade devem iniciar-se às 28 semanas de gravidez.

Contacte a Enfermeira para efetuar o agendamento.

Recuperação pós-parto e massagem ao bebé

Tem como objetivo apoiar o processo de transição e adaptação para à parentalidade e potenciar a saúde da mulher e do bebé. Contacte a enfermeira para proceder ao agendamento.

Cantinho da amamentação

Após a alta hospitalar, se necessitar de esclarecer dúvidas ou de apoio na amamentação pode recorrer à Consulta de Obstetrícia todos os dias úteis das 08h às 15h. Pode ainda contactar 24h por dia através dos telefones:

T: 225 512 202 ou 964 020 654

Ou através de um endereço eletrónico:
cantinho.amamentacao@hsjoao.min-saude.pt

Nutricionista

A alimentação durante a gravidez deve ser cuidada. É através da mãe que o feto recebe os alimentos de que necessita para crescer e desenvolver-se.

Na consulta existe uma Nutricionista que em caso de necessidade, a ajudará a estabelecer um regime alimentar adequado.

Serviço social e psicologia

Se tiver problemas socio-económicos e familiares não hesite em informar o Médico ou a Enfermeira, que se necessário solicitarão o apoio da Assistente Social e/ou Psicóloga.

Sempre que vier à consulta procure não esquecer:

- Comparecer 30 minutos antes da marcação de consulta;
- Trazer o boletim de Saúde da Grávida;
- Cartão de Cidadão;
- Impresso de marcação de consulta.

Se necessitar de um documento comprovativo da sua presença na consulta, solicite-o no secretariado da consulta.

Se não puder comparecer à sua consulta no dia marcado, dirija-se ao serviço ou telefone (nº 225 512 136), para agendar nova consulta.

Internamento de Obstetrícia Medicina materno-fetal

Situa-se no piso 5 e destina-se às grávidas que necessitam de internamento durante a gravidez.

Horário das visitas

- Todos os dias - das 11h às 20h, para acompanhante.
- Todos os dias - das 18h às 20h, duas visitas.

Lembre-se que o hospital é um local de risco, pelo que a visita de crianças pequenas deve ser ponderada, para proteção da saúde da própria criança.

Urgência de Obstetrícia

Situa-se no piso 4 e é o local onde se deve dirigir sempre que tiver um sinal de alerta durante a gravidez ou quando iniciar o trabalho de parto.

Bloco de Partos

Situa-se no piso 4 e é o local onde o parto vai ocorrer. Pode estar acompanhada pelo pai do bebé ou outra pessoa à escolha. Não existe período de visitas, no entanto após o nascimento do bebé pode ter a visita de dois familiares. Duas horas após o parto a mãe e o recém-nascido são transferidos para o Internamento de Obstetrícia - Puerpério.

Internamento de Obstetrícia/Puerpério

Situa-se no piso 5 e destina-se às mães e respetivos recém-nascidos.

Por questões de segurança, à chegada ao internamento é colocada uma pulseira eletrónica no bebé, que é desativada após a alta hospitalar.

Horário das visitas

- Todos os dias – das 11h às 20h, para acompanhante.
- Todos os dias – das 18h às 20h, duas visitas. Irmãos do recém-nascido com menos de 10 anos podem também visitar neste período.

Registo civil do recém-nascido

Durante o internamento, de segunda-feira a sábado, das 11h às 17h, pode proceder ao registo civil do seu filho no secretariado do piso 5.

Neonatologia

Se o seu filho necessitar de cuidados médicos e de enfermagem especializados, será internado no Serviço de Neonatologia, situado no piso 2.