

Digitalt helsekort og støtte til gravide på Helsenorge

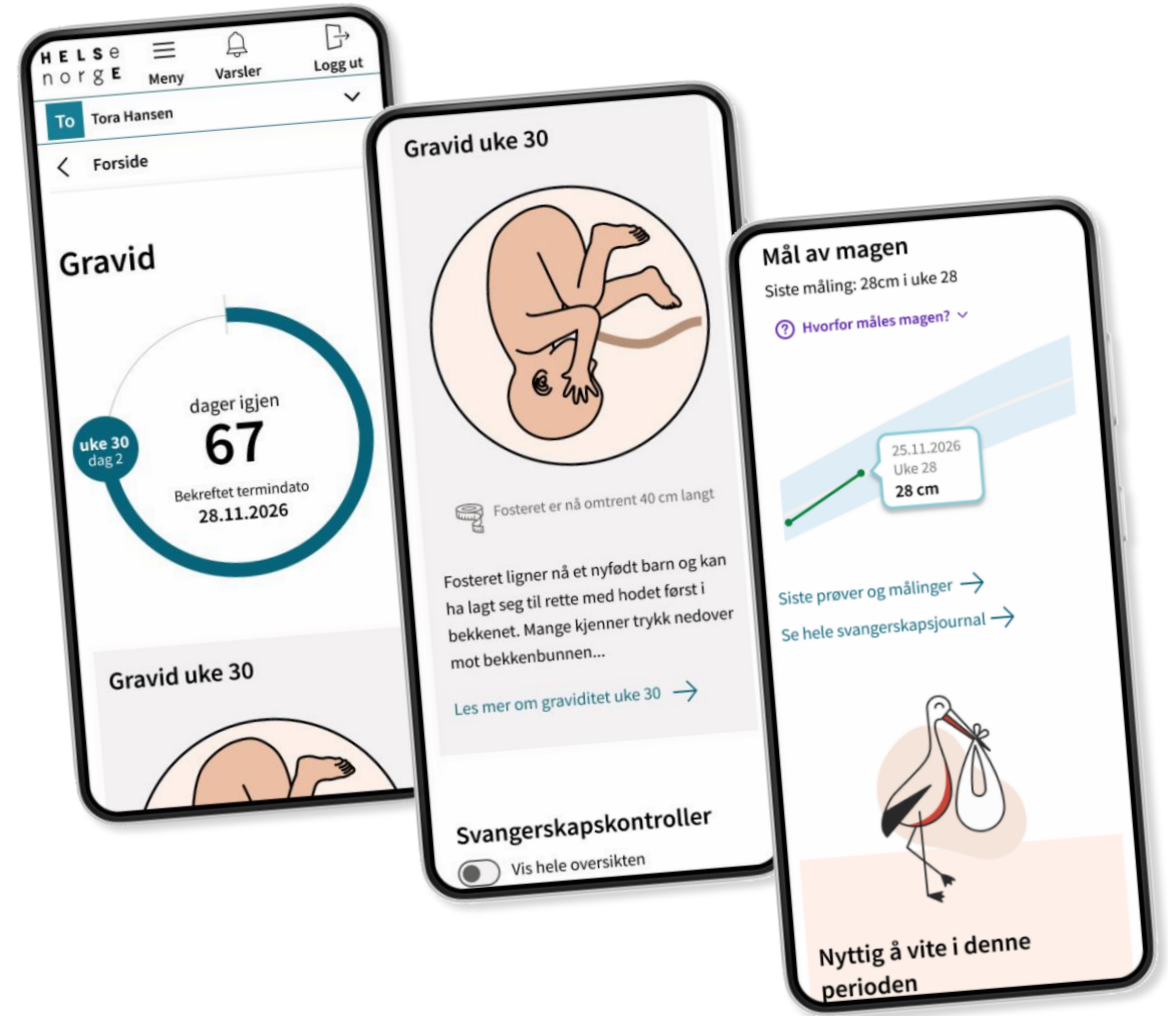
Informasjon til helsepersonell om tjenesten Gravid på Helsenorge



Dette får gravide på Helsenorge

Innhold i tjenesten

- Termin og uke i svangerskapet
- Tilpasset innhold ut fra hvor du er i svangerskapet
- Et utvalg artikler og verktøy
- Mulighet til å laste opp ultralydbilder, bilde av papirhelsekortet mm
- Huskelapper
- For de med digitalt helsekort:
 - Dele informasjon med helsepersonell
 - Se ditt digitale helsekort inkl. forklaringer



Dette får gravide på Helsenorge

Eksempel i uke 10

- Gravide ser hvor langt de er på vei
- Blir bedt om å dele informasjon med helsepersonell
- Viktig informasjon om tidlig ultralyd og hva det innebærer
- Ser annen tilpasset informasjon for uken de er i
- Har tilgang til sitt digitale helsekort, men her er det ikke innhold før de selv eller jordmor/fastlege har registrert opplysninger

Gravid

dager igjen

209

Foreløpig termindato
28.11.2026

uke 10
dag 1

Del opplysninger før første svangerskapskontroll
[Kom i gang →](#)



Tilbud om tidlig ultralyd i uke 11 til 14

I denne perioden får du tilbud om tidlig ultralyd. Undersøkelsen er frivillig og du må gi et skriftlig samtykke før undersøkelsen gjennomføres.

[Les mer om forsterdiagnostikk →](#)

Gravid uke 10



Fosteret er nå omtrent 8 cm langt

Fosteret begynner nå å ligne et menneske og alle organene har begynt å danne seg. Føttene er omkring to millimeter lange, hjernen er tydelig og hjertets struktur med fire kammer er ferdig utviklet....

[Les mer om graviditet uke 10 →](#)

Svangerskapskontroller

☐ Vis hele oversikten

Uke 1-6

Avtal første time og fyll inn kartlegging

Uke 6-12

Målinger og informasjon
[Les om timen](#)

Uke 11-14

Tidlig ultralyd og NIPT
[Les om timen](#)

 [Se timeavtaler →](#)



Nyttig å vite i denne perioden

Kosthold når du er i gravid

Kvalme i graviditeten

Graviditet og alkohol

[Se alle artikler og verktøy →](#)



Huskelapper

[Hvem kan se huskelappene mine? ▾](#)

Her kan du notere ting du ønsker å ta opp på neste kontroll.

[+ Legg til ny](#)

Papirhelsekortet og dokumentasjon

Her kan du laste opp bilder av ditt helsekortet ditt og andre dokumenter det

 Norsk helsenett

Dette får gravide på Helsenorge

Eksempel i uke 30

- Gravide ser hvor langt de er på vei
- Ser tilpasset informasjon for uken de er i
- Ser opplysninger registrert i sitt digitale helsekort inkl. forklaringer
- Symfyse fundus mål utført av helsepersonell vises i graf med utviklingen



The 'Svangerskapsjournal' (Pregnancy journal) screen. It provides a summary of pregnancy information. It includes a note about digital health records, a 'Lagre til Dokumenter' button, and the last update date 'Sist oppdatert: 28.11.2026'. Below this is a list of categories: 'Mor', 'Svangerskapsoppfølging', 'Tidligere svangerskapsoppgifter', 'Helseutfordringer/symptomer', 'Ditt svangerskap', 'Levevaner', 'Legemidler', 'Kontrolltimer', 'Andre prøvesvar', and 'Mål av magen'.

The 'Levevaner' (Lifestyle) screen. It shows a list of items: 'Legemidler', 'Kontrolltimer', and 'Andre prøvesvar'. The 'Kontrolltimer' (Checkups) section is expanded, showing a date '13.12.2026 (uke 28)' and a list of measurements: 'Vekt 92', 'Blodtrykk 140/87', 'Protein i urinen Neg', 'Ødem 0', 'Kjenner liv Barn 1: Ja', 'Barn 2: Ja', and 'Fosterlyd (per minut) Barn 1: 128'.

The 'Andre prøvesvar' (Other test results) screen. It displays various test results: 'Blodtypeantistoff Ikke påvist', 'Blodtype A', 'RhD Neg', 'Foster RhD uke 28. Har fosteret RhD-positivt blod vil du få en injeksjon i uke 28 som forebygger en reaksjon mellom ditt og barnets blod. Rett etter fødselen får du en ny injeksjon. Les mer om rhesussykdom hos Store medisinske leksikon', 'RhD profylakse gitt uke 28 Ja', 'B-Hemoglobin 10,5g/dl', 'P-Ferritin 20 ug/L', and 'Hepatit B (HBsAg) Ikke påvist'.

Digitalt helsekort og støtte til gravide på Helsenorge

- [Les mer om tjenesten Gravid på Helsenorge](#)
- [Slik ser det ut for innbygger på Helsenorge - Digitalt helsekort for gravide](#)
- Lurer du på noe om Helsenorge?
 - **Innbyggere** kan kontakte Veiledning Helsenorge på 23 32 70 00
 - **Helsepersonell og aktører** kan kontakte Norsk helsenetts kundesenter på 24 20 00 00