

## Hindeløsning i jordemoderkonsultationen uge 40

Hindeløsning tilbydes til gravide kvinder, der kommer til jordemoderkonsultation efter terminsdatoen. Det er et frivilligt tilbud og helt dit eget valg om, du ønsker at modtage hindeløsning. I det følgende kan du læse lidt mere om hindeløsning.

### **Hvorfor tilbyde hindeløsning?**

Hindeløsning tilbydes, fordi studier viser, at chancen for at fødslen går i gang inden uge 41+5 øges med cirka 20%. Dette betyder, at 1 kvinde ud af 5 kvinder, der får hindeløsning, vil opleve, at fødslen går i gang tidligere end ellers. For de øvrige 4 kvinder gælder, at hindeløsningen ikke sætter fødslen i gang tidligere end ellers.

### **Hvornår tilbydes hindeløsning**

Hindeløsning tilbydes, når du er ved jordemoder efter din terminsdato, såfremt der er plads på Fødegangen. Du kan muligvis også blive tilbudt hindeløsning, hvis du er til undersøgelse og ultralydsscanning på hospitalet omkring uge 41+3.

### **Fordele**

Fordelen ved hindeløsning er, at nogle kvinder undgår en medicinsk igangsættelse af fødslen.

### **Ulemper/Bivirkninger**

Hindeløsning kan have nogle bivirkninger. Jordemoderen fører 1-2 fingre ind i livmoderhalskanalen, hvilket kan medføre ubehag, mens hindeløsningen foretages. Derudover kan der forekomme små pletblødninger i et til to døgn efter hindeløsningen. En del kvinder oplever også tiltagende plukkeveer og tyngdefornemmelse efter hindeløsning, dog uden at fødslen er rigtigt i gang.

### **Fremgangsmåde**

Hindeløsning foretages i forbindelse med en vaginalundersøgelse, hvor jordemoderen med sin pegefingre via livmoderhalskanalen løsner fosterhinderne fra livmodervæggen. Dette kan fremme produktionen af fødselshormonet prostaglandin og føre til modning af livmoderhalsen.



### **Hvis du oplever bivirkninger**

Det er normalt at have flere plukkeveer efter hindeløsning. Er du i tvivl om, det er fødslen, der er gået i gang, kan du tage tid på veerne og eventuelt kontakte Fødegangen. Ligeledes er det normalt med en smule pletblødning. Har du vedvarende frisk blødning, så du må anvende bind, bør du kontakte Fødemodtagelsen.

***Hvis hindeløsning ikke er muligt***

Hos nogle kvinder er livmoderhalskanalen lukket, og det er ikke muligt at løsne hinder. Hvis du ønsker det, kan jordemoderen tilbyde at massere området omkring livmoderhalsen, hvilket også kan frigøre hormoner. Der er dog ingen grund til bekymring. Hos mange kvinder går fødslen alligevel i gang, når kroppen er klar, uanset at livmoderhalskanalen er lukket ved det sidste jordemoderbesøg.