



Rygsmærter og bækkensmærter

Din krop vil ændre sig under graviditeten, og du kan opleve forskellige ubehagelige fornemmelser og smerter i ryggen/lænden /skambenet. Dette er en normal del af graviditeten, og det vil forsvinde igen, når du har født. Det er vigtigt, at du holder dig i gang, og du vil have gavn af at lave øvelser for at styrke din krop. Se mere om disse øvelser i informationsmateriale udleveret af jordemoderen. Mange gravide finder lindring ved at gå i svømmehallen og bevæge sig i vandet. Du kan også tale med din jordemoder om evt. gener under jeres samtaler. Hvis dine gener bliver for voldsomme for dig, så kan en læge undersøge dig, og du kan eventuelt blive henvist til en fysioterapeut.

SEND TIL VEN



GENERER PDF



EMBED



RELATEREDE ARTIKLER

[Plukkeveér](#)

NYHED

16. oktober 2020

Et balanceret hensyn til både patienter og personale

NYHED

13. oktober 2020

Vellykket første dag på testcenteret i Nuuk Bymidte

Sundhedsledelsen og sundhedsvæsenet som helhed, forstår til fulde den bekymring som PKK udtrykker omkring behovet for at forebygge coronasmitte. Sundhedsledelsen forsøger at balancere i en svær situation. På den ene side at undgå smitte kommer ind i landet og i sundhedsvæsenet. På den anden side at skulle bemande kritiske funktioner.

Første dag på coronatestcenteret i Nuuk Bymidte er i dag forløbet godt. Sundhedsvæsenet takker alle samarbejdspartnere for godt samarbejde i etableringen af det nye center. Med det nye center har byen nu et hurtigt og effektivt system, hvor man på kort tid kan teste mange personer.

Qqisooq	Navianartorsivortoq (Uhoqqeq naqqerivooq- kassitit a'kissarivooq- sussa avititooq)	Ennitlik, muuttioq, qarsarivortoq toqqusaarivortoq	Mattusaasoq	Tunilfataksisimaq (Innitlikko-otaaq)
✓	⚠	✗	⚠	✗
⚠	⚠	✗	✗	✗
✓	⚠	✗	✗	✗
⚠	✓	✓	✓	✗
✓	✓	✓	✓	✗
✓	✓	✓	✓	✗
✓	✓	✓	✓	✗
✓	✗	✓	✓	✗



OM PEQQIK.GL



JOB & UDDANNELSE



FAGPERSONER



INFO IN ENGLISH



NYHEDER



VIDEREUDDANNELSE



PUBLIKATIONER

