

Efter insemination



Forholdsregler efter inseminationen

Efter inseminationen må du leve helt, som du plejer.

Vi anbefaler dog, at du undlader havbad/karbad/svømmehal i 48 timer efter inseminationen.

Igennem hele din fertilitetsbehandling anbefaler vi undgå for hård fysisk træning (hård kardiotræning). En god tommelfingerregel er, at du gerne skal kunne tale mens du dyrker din træning.

Graviditetsprøve

Tag den udleverede graviditetsprøve den: ____/____/____.

Det er bedst at tage prøven på den første morgenurin.

Du skal altid tage graviditetsprøven, også selv om du er begyndt at få blødning/menstruation.

Når du har taget prøven, bedes du skrive en e-mail til os på insemination@trianglen.dk. Du vil modtage et autosvar fra os, når vi har modtaget mailen med yderligere instruktioner om det videre forløb med videokonsultation med sygeplejerske.

Hvis prøven er positiv:

Sender du os en e-mail på ovenstående adresse. Sygeplejersken kontakter dig herefter via videokonsultation og aftaler her tid til ultralydsskanning om 3-4 uger samt lægger eventuel plan for medicin og anden kontrol.

Hvis prøven er negativ:

Bedes du afvente reel menstruation (kraftig, rød blødning), **før** du sender en e-mail. I mailen bedes du oplyse, hvornår blødningen er startet (**dato og tidspunkt**). Du vil modtage et autosvar med information om kontakttidspunkt for videokonsultation med sygeplejersken.

Hvis du tager progesteron (fx Cyclogest), skal du stoppe medicinen. Du vil få menstruation indenfor et par dage.

Hvis din menstruation kommer før forventet

Hvis menstruationen kommer mindre end 11 dage efter inseminationen, må du gerne gøre sygeplejersken opmærksom på det. Hvis det gentager sig, kan der i nogle tilfælde være grund til at give hormontilskud (progesteron) efter insemination for at forbedre livmoderslimhinden.