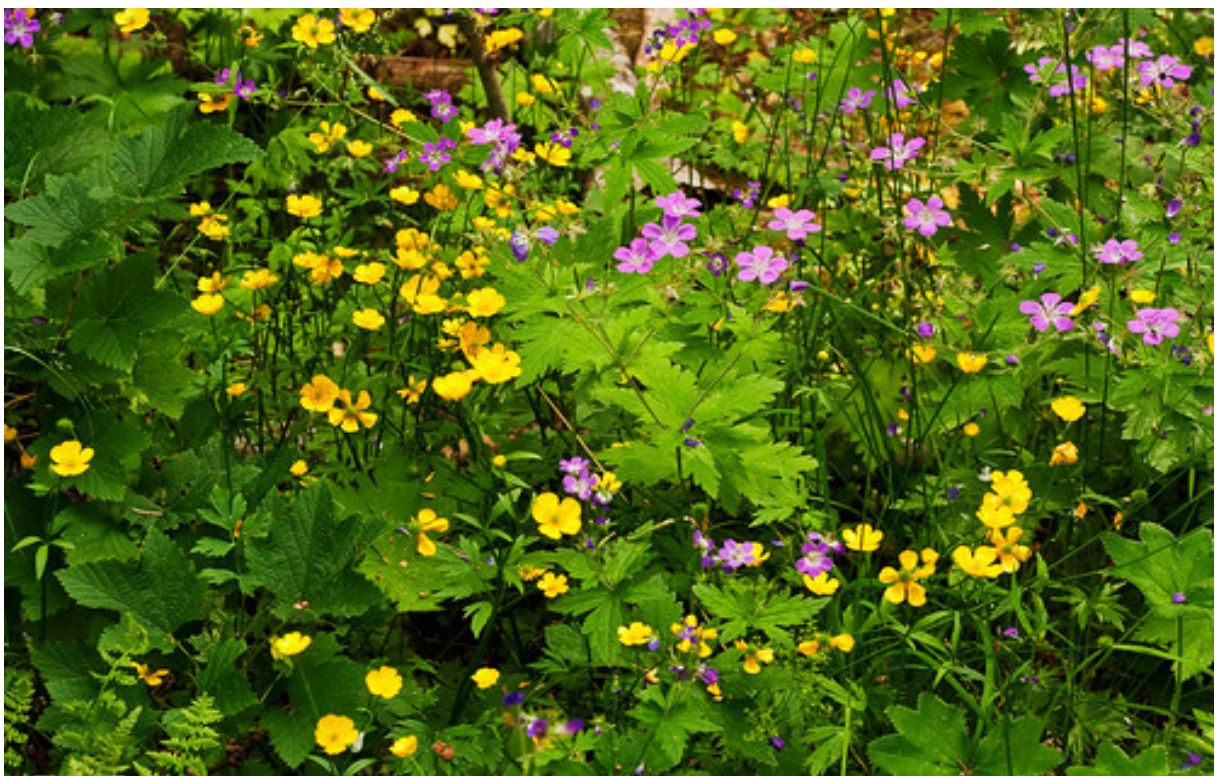


# Lilla Livet

Informationstidning för personal inom barnhälsovård

Nummer 6 - juni 2021



## Länkadress till vår sida på nya intranätet

Lägg gärna den här sidan som favorit så går den lätt att hitta

<https://intranat.regionvarmland.se>

Under rubriken "Kost och fysisk aktivitet", hittar du information från dietisten:

<https://intranat.regionvarmland.se>

/Gunilla

# BARNHÄLSOVÅRDEN VÄRMLAND

Ansvarig utgivare: Helena Löfwenhamn & Cristina Gillå, Redaktör: Gunilla Svedlund

## Innehåll

Tandborstar och tandkräm	s 03
Patientkortet	s 03
Barns behov i centrum, BBIC	s 03
FN:s konvention om barnets rättigheter	s 03
Samverkan utveckling föräldrastöd, SUF	s 04
Reflektioner angående babysimulatore	s 04
Viktigt att känna till om fisk	s 05
Amningsnapp	s 06
Höstens yrkesträffar för BHV-sjuksköterskor	s 06
Fortbildning om födoämnesöverkänslighet/allergi	s 06
Artikel: Barnvaccinationsprogrammets hållbarhet under tidiga covid-19 i Sverige	s 07
Rikshandboken	s 07
Bebispodden	s 07
BVC-podden	s 07
Symtomfria barn bör stanna hemma om någon i familjen har Covid-19	s 08
När får barnen återgå till barnomsorgen och eller komma till BVC	s 08
Vilka barn ska provtas för Covid-19	s 08
Att skydda varandra i Covid-19 tider	s 08
Aktuell rapport	s 08
Stöd och tips i Coronatider	s 09
Phone numer for general questions about the new coronavirus	s 10
Info från Livets tråd	s 11
Fortbildning/Utbildning	s 12

Lilla Livet är utgiven av Centrala Barnhälsovårdsenheten i Värmland

## Kontaktuppgifter till BHV-enheten

Helena Löfwenhamn, barnhälsovårdsöverläkare, 010-831 59 39

[helena.lofwenhamn@regionvarmland.se](mailto:helena.lofwenhamn@regionvarmland.se)

Cristina Gillå, verksamhetsutvecklare 010-831 66 76

[cristina.gilla@regionvarmland.se](mailto:cristina.gilla@regionvarmland.se)

Gunilla Svedlund, assistent 010-831 67 06

[gunilla.svedlund@regionvarmland.se](mailto:gunilla.svedlund@regionvarmland.se)

Mirja Augustsson, dietist/verksamhetsutvecklare, 010-831 67 25

[mirja.augustsson@regionvarmland.se](mailto:mirja.augustsson@regionvarmland.se)

Besöksadress:

Älvgatan 39  
652 30 Karlstad  
010-831 67 06

e-post: [barnhalsovardsenheten@regionvarmland.se](mailto:barnhalsovardsenheten@regionvarmland.se)

Adress till:

Psykologmottagningen för föräldra- och barnhälsovård  
Föräldrastödmottagningen  
Centralsjukhuset  
Bryggaregatan 7  
651 85 Karlstad

# Tandborstar och tandkräm

Inom barnhälsovården fortsätter vi att dela ut tandborstar och tandkräm när barnet är mellan 4 och 6 månader.

Om ni behöver påfyllnad av detta, kontakta munhälsostrateg Lena Östlund [lena.ostlund@region-varmland.se](mailto:lena.ostlund@region-varmland.se)

*/Cristina*

---

## Patientkortet

Vill åter påminna om att fliken "Familjesituation-barn" kommer försvinna ur Cosmic-journalen, och information kring familjen skall dokumenteras i Patientkortet och fliken "Närstående / patientbild", se rutin "[RUT-22421-v.1.0 Hantering av uppgifter i patientkortet](#)"

*/Helena*

---

## Barns behov i centrum, BBIC

BBIC är ett arbetssätt som är anpassat efter socialtjänstens regelverk och är framtaget för socialtjänstens myndighetsutövning. BBIC ska stärka barnperspektivet och delaktigheten för barn och unga.

Målet med BBIC är att tillhandahålla en nationellt enhetlig struktur för handläggning, genomförande och uppföljning av den sociala barn- och ungdomsvården. När ett barn utreds konsulterar socialsekreterare den medicinska kompetens som finns runt barnet.

Ett stöd vid konsultation kring barnets hälsa finns nu framtaget ett nytt formulär "BBIC - Frågeformulär" FOR-22811-v.1.0 BBIC - Frågeformulär som kan användas vid konsultationssamtalet som görs via telefon eller vid ett gemensamt möte. Formuläret finns under blanketter i Cosmic.

Det finns även en rutin framtagen för hur det ska fungera i praktiken.

[RUT-22823 Barns behov i centrum - BBIC](#)

[FOR-22811 BBIC Frågeformulär](#)

*/Cristina*

---

## FN:s konvention om barnets rättigheter

### Artikel 25

Handlar om barn som inte bor hemma hos sina föräldrar. Den myndighet som har ansvar för barnet ska se till att barnet får bra vård eller behandling.

## Samverkan utveckling föräldrastöd, SUF

Väntrumsmaterialet som är tänkt att användas på ungdomsmottagning, barnmorskemottagning och barnvårdscentral, "Stöd till dig som funderar på att bli förälder - allmän" och "Stöd till dig som ska bli eller är förälder - allmän" är uppdaterat och finns på Intranätet på sidan om SUF samt i Vida.

På sidan om SUF finns också rutiner och övrigt material som kan vara ett stöd vid möten med personer som har kognitiva funktionsnedsättningar.

Sex korta filmer från fortbildningen, SUF-dagen 11 november 2020 spelades in, dessa filmer finns nu att se på Intranätet. I filmerna informerar bl a personal från Vuxenhabiliteringen om vad kognitiva funktionsnedsättningar innebär, babysimulator och toolkit. Personal från FC Mörmö gård och Sunne berättar om goda exempel från sina verksamheter, om hur de arbetar med blivande och nyblivna föräldrar med kognitiva svårigheter.

[Samverkan utveckling föräldraskap, SUF - Region Värmland Intranät \(regionvarmland.se\)](https://regionvarmland.se)

*/Cristina*

---

## Reflektioner angående babysimulatore

Här i Grums har vi använt babysimulatore sedan i höstas.

Både jag och Ruzanna är mycket nöjda och tycker att den är till stor hjälp. Man behöver hjälp av IT att installera ett program. Habiliteringen undervisar sedan i hur man aktiverar och använder den med de olika programmeringarna.

Vi har lånat ut babysimulatore till blivande föräldrar där vi har upplevt att det eventuellt kommer att behövas extra föräldrastöd. Det kan vara allt ifrån neuropsykiatriska diagnoser, missbruk till fysiska handikapp. Detta har lett till att det blivande föräldraparet ibland insett sitt behov av stöd. Några har utifrån upplevelsen av att ta hand om babyn själva under graviditeten sökt stöd från socialtjänsten. Olika krävande program går att installera och det är inte svårt att läsa av när simulatore lämnas åter. Man kan välja att en person sköter babyn eller så kan båda blivande föräldrarna dela på detta. Det går att se vem som svarat på barnets signaler och med vad. Den är mycket verklighetstrogen och det är inte bara behovet av mat, sömn, blöjbyte och närhet som registreras. Den vill ha rena kläder och hanteras varsamt, tex stöd åt huvudet, registrerar om den är för varm osv. Vi har läst av programmet tillsammans med blivande föräldern/föräldrarna. Detta har lett till många bra samtal om vad som eventuellt varit svårt och jobbigt. Vi har bara haft ett föräldrapar som inte klarade av att sköta babysimulatore då dom upplevde det som en docka. Resten har inte haft några svårigheter i att tänka att det är en baby.

Fram till nu har alla som lånat babysimulatore varit gravida men nu har jag en ung kvinna som sökt för att ta bort en Nexplanon pga. barnönskan. Hon har en tung psykiatrisk historia, NPD, är inte klar med skolan samt har en relativt ny relation. Med henne har jag bokat ett möte där jag kommer att erbjuda babysimulatore. Detta möte blir tillsammans med vår kurator på UM som hon tidigare haft kontakt med.

Vi har bara positiva erfarenheter med babysimulatore. Jag trodde innan vi började att det skulle vara svårt att få blivande föräldrar att vilja låna dockan men har stött på mycket mindre motstånd än vad jag trodde. Har till och med ett par som blev så glada i Viggo att dom inte ville lämna honom åter.

*/Helena Aasberg, barnmorska, Grums*



# Viktigt att känna till om fisk

Jag har fått in några frågor gällande fiskar att undvika, så inför sommaren med stundande midsommarfirande och andra festligheter där kanske många familjer planerar äta fisk vill jag passa på att uppdatera om vilka rekommendationer som finns gällande fisk.

Fisk är bra mat som de allra flesta behöver äta mer utav. De flesta fisksorter innehåller bra med näringsämnen som D-vitamin, jod och selen. Feta fiskar som lax, makrill och sill innehåller dessutom bra med omega-3 fett som kan bidra till att minska risken för flera olika folksjukdomar. Omega-3 är också viktig för hjärnas utveckling. Men det finns några sorter som kan innehålla höga halter av miljögifter och som då framför allt barn och gravida ska begränsa sitt intag av.



## Rekommendationer

Barn, ungdomar och kvinnor som är eller planerar att bli gravida eller ammar bör inte äta nedanstående fiskar mer än 2-3 ggr/ år, pga. att de innehåller höga halter av **miljögifterna dioxin och PCB:**

- Strömming/sill från Östersjön och Bottniska viken. (Inlagd sill som säljs i butik kommer oftast från västkusten eller Norra ishavet och innehåller lägre halter av miljögifter än övrig sill och strömming)
- Vildfångad lax och öring från Vänern, Vättern, Bottniska viken, Östersjön eller från älvar.
- Vildfångad sik från Vänern och Vättern
- Vildfångad röding från Vättern

Barn, ungdomar och kvinnor som är eller planerar att bli gravida eller ammar bör heller inte äta nedanstående fiskar mer än 2-3 ggr/ år pga. att de innehåller höga halter av **kvicksilver:**

- Abborre
- Gädda
- Gös
- Lake
- Stora rovfiskar som tonfisk, hälleflundra, marulk, havskatt och svärdfisk.

Läs mer på [Livsmedelsverket.se](http://Livsmedelsverket.se)

Det går också bra att höra av sig direkt till mig vid frågor om detta eller helt andra frågor!

/Mirja

Tel: 010-831 67 25

[mirja.augustsson@regionvarmland.se](mailto:mirja.augustsson@regionvarmland.se)

## Amningsnapp

Många nyblivna mammor väljer att börja använda amningsnapp innan amningen är etablerad. Användning av amningsnapp stimulerar inte bröstet lika effektivt. Mamman kan behöva handmjölka efter amningstillfället för att få ut råmjölken som har en tjockare konsistens samt för att få igång en bra mjölkproduktion.

Amningsnapp ska ses som ett tillfälligt hjälpmedel som i de flesta fall bör fasas ut så fort som möjligt.

Detta är en viktig kunskap till den gravida när information om amning ges.

*/Cristina*

---

## Höstens yrkesträffar för BHV-sjuksköterskor

Det finns sex tillfällen att välja på. För att möjliggöra att alla ska kunna delta i diskussionerna, är det max 15 deltagare/träff. Om du inte kan anmäla dig vid önskat tillfälle kan det bero på att det är fullbokat.

27 september kl. 9-12  
27 september kl. 13-16  
28 september kl. 9-12  
29 september kl. 13-16  
30 september kl 13-16  
1 oktober kl. 9-12

### [Webbanmälan](#)

Teamlänk skickas ut några dagar innan yrkesträffen.

*/Cristina*

---

## Fortbildning om födoämnesöverkänslighet/allergi

Lung- och allergimottagningen, barnkliniken i Karlstad bjuder in till nästa Webb-seminarium för område Födoämnesöverkänslighet/allergi i september.

Med oss vid detta tillfälle har vi också dietisterna Ida Bernspång från Allergiteamet, Sofia Tyskland från BUM och Mirja Augustsson från Barn, unga och familjehälsa.

Erbjuds vid 3 tillfällen, välj lämpligt tillfälle, digitalt via teams

Torsdag 2 september kl 13-15  
Onsdag 8 september kl 13-15  
Torsdag 23 september kl 13-15

### [Anmälan via länk](#)

Vi ser fram emot att ses!

Anna Zampieri, Astma- och allergisjuksköterska  
Britt Eliasson Runed, Barnsjuksköterska och allergikonsulent

*/Mirja*

Artikel från:

National Library om Medicine, 10 maj 2021

## Nationell svensk undersökning visade att barnhälsovården och rutinmässiga immuniseringsprogram var motståndskraftiga under den tidiga COVID-19-pandemin <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33973264/>

Barnvaccinationsprogrammets hållbarhet under tidiga covid-19 pandemin i Sverige  
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/b/barnvaccinationsprogrammets-hallbarhet-under-den-tidiga-covid-19-pandemin-i-sverige/>

/Helena

---

## Rikshandboken

- Nyhetsbrev Prenumerera på senaste nytt från Rikshandboken direkt i din inbox:  
<https://www.rikshandboken-bhv.se/rhb/om-rikshandboken/nyhetsbrev/>

/Gunilla

---

## Bebispodden

<https://sverigesradio.se/barnradion>

/Emma

---

## BVC-podden från barnhälsovården Region Stockholm

Några aktuella om coronaoro.

För att underlätta att hitta bland alla dessa avsnitt är de nu sorterade i kategorier som tex. "Amning" eller "Att vara en familj". Förhoppningsvis kan det vara till hjälp för er när ni själva ska lyssna eller när ni ska rekommendera ett specifikt avsnitt till en förälder.

<https://vardgivarguiden.se/kunskapsstod/bmm-bvc-forlossning/bvc/bvc-podden/>

/Helena



# Symtomfria barn bör stanna hemma om någon i familjen har Covid-19

[Länk till Folkhalsomyndigheten.se](#)

---

## När får barnen återgå till barnomsorgen och eller komma till BVC?

Om inget prov tagits behöver barnet stanna hemma så länge barnet har symtom samt ytterligare 2 dygn utan symtom. Under hela denna period undviks nära kontakt med personer utanför hushållet. I de fall barnet har kvarvarande lindriga symtom, exempelvis torrhosta och lätt snuva, kan barnet återgå till skola och annan verksamhet om det gått 7 dagar sedan insjuknandet. Ovanstående upprepas vid varje nytt infektionstillfälle. Vid behov av sjukvårdsrådgivning kontaktas sjukvården eller 1177.

*/Helena*

---

## Vilka barn skall provtagas för covid-19?

Barn i förskoleålder har ofta fler förkylningsepisoder än äldre barn och vuxna. Provtagning vid varje förkylning kan vara obehaglig för små barn. Det kan också vara svårt för vårdnadshavare att bedöma när och hur ofta testning för just covid-19 är aktuell. Därför rekommenderas att barn i förskoleålder i första hand stannar hemma utan testning för covid-19. Vid behov av sjukvårdsrådgivning kontaktas ordinarie vårdcentral eller 1177. Där man lokalt eller regionalt ser ett ökat antal fall bör barn i förskoleåldern testas i ökad omfattning. [Covid-19 provtagningsanvisning för barn och unga VÅR-20756 \(Vida\)](#)

*/Helena*

---

## Att skydda varandra i Covid-19 tider

Det är viktigt att vi alla gemensamt upprätthåller den basala vårdhygien och därför har vi skrivit en hygienrutin anpassad till BHV, [Hygien inom barnhälsovården Vida RUT-21868](#)

*/Helena*

---

## Aktuell rapport

Covid-19-pandemins påverkan på barnhälsovården  
Beskrivning av effekter och sammanfattning av lärdomar från pandemins första halvår

[Covid-19-pandemins påverkan på barnhälsovården \(skr.se\)](#)

*/Cristina*



# Stöd och tips i Coronatider

## Rädda Barnen: Tips och råd om corona

Corona sätter världen på paus. Barns behov pausar inte.

<https://www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/coronaviruset-tips-rad/>

/Helena

## Folkhälsomyndigheten: Om coronaviruset - för dig som är barn eller ungdom

Folkhälsomyndigheten har publicerat information till barn och ungdomar på deras webbplats.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/information-till-barn-och-unga/>

/Cristina

## Vaccinationer i coronatider

Folkhälsomyndigheten rekommenderar att vaccinationer ges enligt föreskrifter om vaccination av barn i enlighet med det allmänna vaccinationsprogrammet, även under pågående covid-19 pandemi. Som vanligt bör vaccination uppskjutas om barnet har akut pågående infektionssjukdom (covid-19 eller annan infektionssjukdom) med allmänpåverkan och/eller feber.

/Helena

## Att prata med barn om corona-viruset

”Det viktigaste du kan göra som vuxen är att trygga, lugna och stärka barnets känsla av kontroll. För att göra det måste du ta reda på vad just ditt barn vet och behöver”.

Mer kring hur man gör, kan du läsa om på BRIS hemsida.

<https://www.bris.se/for-vuxna-om-barn/just-nu/att-prata-med-barn-om-corona-viruset/>

/Helena

## Barnbok om coronaviruset för äldre barn

En ny barnbok om coronaviruset för lite äldre barn. Boken är nyligen översatt till svenska och kan laddas ned kostnadsfritt. Den engelska versionen har redan en miljon nedladdningar.

<http://www.lasrorelsen.nu/2020/04/coronavirus-en-bok-for-barn/>

/Helena

---

## Phone number for general questions about the new coronavirus

 **010-831 80 10**

Region Värmland's phone number for general questions about the new coronavirus in different languages. Open on weekdays between 10am and 12pm. We can answer questions in Arabic, Dari, Somali and Tigrinya.

### Somali

Su'aalo guud ahaan ah oo ku saabsan cudurkan cusub ee koroona fiiruska. Su'aalo maka qabtaa cudurkan cusub ee koroona fiiruska iyo ma rabtaa inaad jawaab ka hesho qof ku hadla afka Soomaaliga ? Wac 010-831 80 10 iyo sug in warbixin laguugu siiyo afkaaga hooyo. Adiga waad wici kartaa nambar-kaan maalmaha la shaqeeyo saacada-ha inta u dhexeysa 10-12.

### Arabic

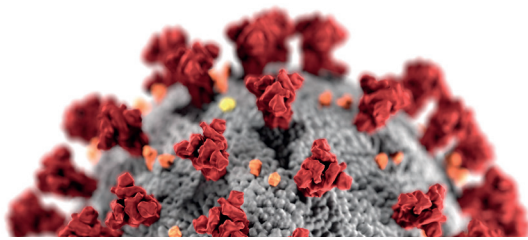
أسئلة عامة حيال الفيروس الجديد كورونا إذا كان لديك أسئلة حيال الفيروس الجديد كورونا وترغب بان يجيبك شخص يتكلم اللغة العربية؟  
أنتصل على الرقم 8318010-010 وانتظر المعلومات بلغتك. بإمكانك 10-12. الاتصال

### Tigrinya

ሓፈሻዊ ሕቶታት ብዛዕባ እዚ ሓድሽ ኮሮና ቫይረስ ብዛዕባ እዚ ሓድሽ ኮሮና ቫይረስ ሕቶታት ኣሎካ እሞ መልሲ ካብ ትግርኛ ዝሃረብ ክትረክብ ትደሊ? ናብ ቁጽሪ ተሌፎን 010-831 80 10 ደዊልካ ነቲ ብጃን ቋኻ ዝሃረብ ምረጽ። ናብዛ ቁጽሪ ኣብ ናይ ስራሕ መዓልታት ካብ ሰዓት 10.00 ክሳብ ሰዓት 12.00 ቅድሚ ቀትሪ ክትድገዉል ትክእል።

### Dari

سوال های عمومی مربوط به ویروس جدید "کورونا" آیا در مورد ویروس "کورونا" سوالاتی دارید که می خواهید با یک مسئول در زبان مطرح کنید؟ به نمبر (۰۱۰۸۳۱۸۰۱۰) زنگ بزنید و اطلاعات به لسان خودتان را دریافت کنید. شما در طول روزهای عادی هفته از ساعت ۱۰ تا ۱۲ به این نمبر زنگ زده میتوانید.الاتصال



# Info från Livets tråd - *Aktuellt om amning*

## Amningskurser till blivande föräldrar

Representanter från Amningshjälpen, barnmorska Nina Stanizewski och barnmorska Magdalena Eriksson anordnar kostnadsfri fortbildning om amning till blivande föräldrar på BMM. Tidigare kurser har varit mycket uppskattade, såväl i Värmland som i övriga Sverige.

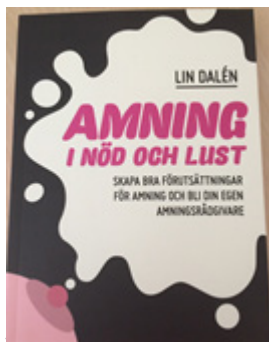
Kursen är ett komplement till befintlig amningsinformation och vänder sig till såväl första- som flerbarnsföräldrar.

**Amningskurs för blivande föräldrar - online är planerad till 9 och 21 september kl. 09.00 – 13.00, mer information kommer. Se även [sensus.se](http://sensus.se)**

## Råd om flaskmatning

Informationsbladet: [Råd om flaskmatning \(INF-16187\)](#) är reviderad. Släng den gamla broschyren.

### Boktips



### Blogg-tips

Bra information om amning till blivande och nyblivna föräldrar finns på [www.babybaby.se](http://www.babybaby.se)

Amning i nöd och lust är ett bra stöd vid amningsrådgivning.

## Vårdprogrammet amningskomplikationer

Vi använder Stockholms läns vårdprogram.

Den finns för nedladdning via länk <https://vardgivarguiden.se/globalassets/kunskapsstod/vardprogram/brostkomplikationer/brostkomplikationer-amning>



**Livets tråd** är en arbetsgrupp med representanter från hela vårdkedjan. Gruppen arbetar med omvårdnadsfrågor för att underlätta samarbetat mellan olika vårdgivare som möter den blivande och nyblivna familjen.

Arbetsgruppen ska bland annat verka för metodutveckling, utbildning och utvärdering i framförallt amningsfrågor för all personal i hela vårdkedjan och verka för att en gemensam amningspolicy hålls aktuell.

Arbetsgruppen ska också verka för ett bra fungerande samarbete och kommunikation mellan olika vårdgivare, i samråd med berörda chefer.

### Medlemmar i Livets tråd

Anette Andersson  
Astrid Ekeberg  
Camilla Besterman  
Cristina Gillå  
Eva Rickman  
Helena Donborn  
Ingela Larsson  
Katarina Sefton  
Madeleine Pizarro Torrijos  
Magdalena Eriksson  
Nina Stanizewski  
Ulrica Gustafsson

### Frågor och synpunkter:

[cristina.gilla@regionvarmland.se](mailto:cristina.gilla@regionvarmland.se)

[Ingela.Larsson@regionvarmland.se](mailto:Ingela.Larsson@regionvarmland.se)

[Livets tråd hemsida](#)

# Fortbildning/ Utbildning

Vi planerar att ha kontinuerlig utbildning/fortbildning inom olika ämnesområden. De riktar sig till dig som är verksam inom barnhälsovården oavsett yrkesgrupp, som är nyanställd eller behöver fylla på kunskapsförrådet.

Utbildning som är markerad med \* anordnas eller stöds av BHV-enheten och är obligatorisk för att du ska få rätt kompetens och klara av ditt uppdrag.

Vid deltagande i utbildningar ska förankring med närmaste chef göras.

[Klicka här för att komma till BHV-enhetens fortbildningsdagar](#)

## Region Värmland erbjuder:

### \* Startutbildning Cosmic

#### **Motiverande samtal, MI utbildningen är pausad under våren -21**

##### **\* Amning, stöd i amningsstarten**

Webbutbildningen är uppdelad i 6 delövningar. Alla övningar utom den som handlar om sena prematurer hör till den baskunskap som alla som ger råd kring späda barn och amning ska ha kunskap om. Efter varje faktaavsnitt går du till länken självtest för att svara på ett antal frågor.

Den 3 maj öppnar den nya Utbildningsplattformen och då kan du hitta Amning, stöd i amningsstarten igen, på intranätet.

**Augusti** \* **BHV-dag. Enskilt föräldrasamtal**  
27, 31 augusti

**September** **Introduktionsutbildning av nya medarbetare**  
\* **Våld i familjen**  
16-17 september  
Inbjudan kommer

**Fortbildning om födoämnesöverkänslighet/allergi**  
Inbjudan har skickats ut och information se sidan 6.

**Yrkesträffar med BHV-sjuksköterskor**  
För mer information se sidan 6.

**Oktober** \* **Introduktion av nyanställda**  
19 oktober  
Inbjudan kommer

**November** \* **BHV-dagar 23-24 november, digitalt via teams**  
Inbjudan och program kommer