

Lilla Livet

Informationstidning för personal inom barnhälsovård

Nummer 3 - mars 2022



Innehåll

Regionens webbsida med anledning av kriget i Ukraina	s 03
Med anledning av kriget i Ukraina	s 03
Nu finns mycket oro kring krigssituationen i Ukraina	s 04
FNs konventions om barns rättigheter	s 04
Dietisten informerar	s 05
Frågor och svar	s 05
Bebispodden	s 06
BVC-podden	s 06
Rikshandboken	s 06
Länkadress till vår sida på intranätet	s 06
Informationsmaterial från utbildningar	s 06
Barn och sol	s 07
Så länge bör förskolebarn stanna hemma	s 07
Info från Livets tråd	s 08
Fortbildning/Utbildning	s 09

Lilla Livet är utgiven av Centrala Barnhälsovården i Värmland

Helena Löfwenhamn, barnhälsovårdsöverläkare, 010-831 59 39
helena.lofwenhamn@regionvarmland.se

Cristina Gillå, verksamhetsutvecklare 010-831 66 76
cristina.gilla@regionvarmland.se

Gunilla Svedlund, assistent 010-831 67 06
gunilla.svedlund@regionvarmland.se

Mirja Augustsson, dietist/verksamhetsutvecklare, 010-831 67 25
mirja.augustsson@regionvarmland.se

Besöksadress:
Älvgatan 39
652 30 Karlstad
010-831 67 06

e-post: barnhalsovardsenheten@regionvarmland.se

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

Regionens webbsida med anledning av kriget i Ukraina

Här samlas information till dig som arbetar med hälso- och sjukvård i Värmland med anledning av det allvarliga säkerhetspolitiska läget i världen och Rysslands invasion av Ukraina. vardgivarwebb/kriget-i-ukraina.se

/Helena

Med anledning av kriget i Ukraina

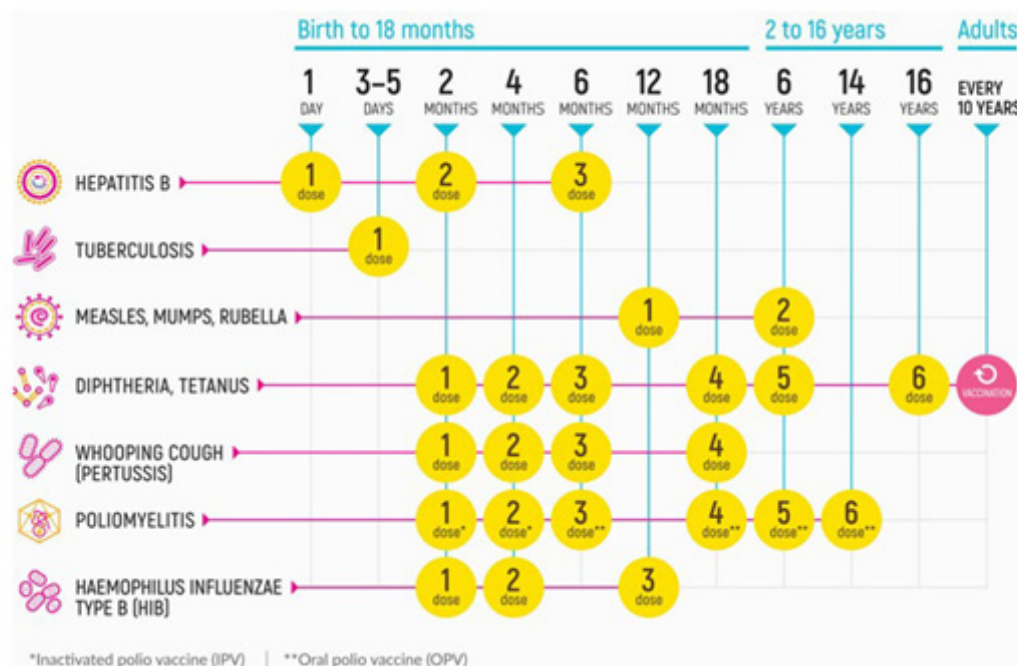
Barn från Ukraina erbjuds barnhälsovård enligt FN:s barnkonvention och barnhälsovårdens nationella program. I detta ingår även nödvändiga kompletteringar gällande hälsouppföljning, vaccinationer och screeningundersökningar.

Respektive region ansvarar för erbjudande om hälsoundersökning med smittskyddsprover vid ankomst. De yngsta barnen och nyfödda, kan behöva erbjudas BHV-besök och vaccinationer, innan hälsoundersökningen är genomförd.

Barnets vaccinationsstatus bedöms som vanligt utifrån vaccinationsdokument och anamnes. För stöd gällande komplettering av vaccination, se [Vaccination av barn och ungdomar, Folkhälsomyndigheten.se](http://Vaccination-av-barn-och-ungdomar.Folkhalsomyndigheten.se)

Tänk på att Ukrainas vaccinationsschema innebär tre primärdoser: vid 2, 4, 6 månaders ålder, vilket motsvarar det svenska programmets doser vid 3 och 5 månaders ålder. En påfyllnadsdos behövs tidigast sex månader efter sista primärdosen.

Ukrainas program inkluderar inte vaccin mot rotavirus och mot pneumokocker och därför rekommenderas komplettering enligt svenska barnvaccinationsprogrammet.



[Med anledningen av kriget i Ukraina - Rikshandboken i barnhälsovård \(rikshandboken-bhv.se\)](http://Rikshandboken-i-barnhalsovard(rikshandboken-bhv.se))

/Helena

Nu finns mycket oro kring krigssituationen i Ukraina

För barnhälsovården Södermanland har FBHV-psykologen formulerat vad man kan behöva tänka på:

”Situationen i Ukraina skapar oro, hos vuxna och ibland också hos barn. Men det är olika hur mycket små barn tar del av händelserna. En del vet ingenting, medan en del ser bilder i tidningar och TV eller hör andra prata om det. En del är direkt berörda av kriget genom drabbade bekanta eller familj. Därför kan vi behöva förhålla oss på olika sätt beroende på barnens situation. Följande kan vara bra för vuxna att tänka på:

- Små barn känner av stämningar. Begränsa samtal om kriget när barn lyssnar, och låt inte TV:n stå på.
- Det kan vara bra att utforska försiktigt om barnet har hört om vad som händer i världen, till exempel på förskolan. Om barnet har sett eller hört något skrämmande kan det vara bra att ge en enkel förklaring, och att bekräfta barnets känslor. Försäkra samtidigt barnet om att det är en fråga som många kloka vuxna arbetar med just nu.
- Ge inte barnet mer information än det efterfrågar, men visa att det går bra att fråga om barnet undrar något.
- Om du själv är orolig – prata med någon annan vuxen, eller sök stöd. Det är svårt att lugna barn om man själv är för orolig.

Det finns även en fördjupad text framtaget av Försvarsmakten tillsammans med BRIS och socio-nom Marie Angsell på [Försvarsmaktens hemsida](#)”

Tips är också:

[Att stötta barn vid kris och oro - Linköpings universitet \(liu.se\)](#)

[Att prata om krig med barn och unga - Ericastiftelsen](#)

[BVCpodden 18: Barn, trauma och "en överdos av omsorg" \(fireside.fm\)](#)

Vår egen MBHV-psykolog, Anna Lindgren Fändriks, har pratat på lokalradion i samma tema.

[Barnpsykologen: Så pratar du med ditt barn om invasionen av Ukraina - P4 Värmland | Sveriges Radio](#)

/Helena

FN:s konvention om barnets rättigheter

Artikel 22

Barn på flykt har rätt till skydd och hjälp oavsett om det kommer ensamt eller tillsammans med föräldrar eller annan person.

Artikel 39

Barnet som blivit offer för vanvård, utnyttjande, försummelse, tortyr, väpnade konflikter eller annan omänsklig behandling har rätt till rehabilitering och social återanpassning.

Dietisten informerar

Uppdaterade rutiner

Rutin: [RUT 16298 Ordinarie besök i barnhälsovårdsprogrammet](#) har uppdaterats. Framförallt handlar uppdateringen om vilka material och broschyrer ni kan ta hjälp av i samtalen och dela ut vid de olika besöken.

Även rutinen [RUT 16308 Hälsosamtal på BVC - stödunderlag till BVC-personal](#) är uppdaterad för de regionala tilläggen vid: 10 mån, 18 mån, 2,5 år, 3 år, 4 år och 5 år.

Uppdaterade texter på Rikshandboken

Nu finns ett nytt och omfattande avsnitt om hälsosamtal och fysisk aktivitet på RHB:

[Hälsosamtal om rörelsevanor och fysisk aktivitet - Rikshandboken i barnhälsovård \(rikshandboken-bhv.se\)](#)

Det finns också ett uppdaterat och stort avsnitt om vegetarisk kost till barn. Ta gärna hjälp av bedömningsmallen ni hittar där för ställningstagande för remiss till dietist och/eller läkare.

[Vegetariska kosten till barn - Rikshandboken i barnhälsovård \(rikshandboken-bhv.se\)](#)

[Vegetarisk bedömningsmall - Rikshandboken i barnhälsovård \(rikshandboken-bhv.se\)](#)

/Mirja

Frågor och svar

Fråga:

Jag har ett barn på BVC, 2 ½ år gammal, som vid 2½-årsbesök tog upp att barnet skelar med ena ögat av och till.

Jag skrev remiss till ögonmott. angående detta, men fick tillbaka remissen med önskemål att vi skulle kolla röd ögonbottenreflex snarast och återkomma med ny remiss.

Om röd reflex fanns vid BVC-läkarundersökning när barnet var liten, behöver det kollas igen? Hur nyligen måste det vara kollat? Är det något som vi som BVC-ssk skulle kunna få lära oss och kolla själva?

Svar:

Vid en remiss till ögon skall en ny undersökning göras av ögonbottenreflexen. Om ögonbotten inte får in ljuset till exempel på grund av gråstarr i linsen eller om det finns ett melanom i näthinnan så att barnet då väljer att inte använda sitt öga på grund av försämrad syn, och därför skelar, så är detta en viktig uppgift för ögonmottagningen när de skall medicinskt prioritera remissen. De försöker då få till en tid inom 1-2 veckor för bedömning.

Givetvis är kontroll av ögonbottenreflexen något som ni kan lära er. Be er BVC-läkare visa och träna. Man behöver titta många gånger för att få ett "referensmaterial".

/Helena

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

Rikshandboken

- Nyhetsbrev Prenumerera på senaste nytt från Rikshandboken direkt i din inbox:

<https://www.rikshandboken-bhv.se/rhb/om-rikshandboken/nyhetsbrev/>

/Gunilla

Informationsmaterial från utbildningar

På den här sidan på intranätet hittar ni informationsmaterial från utbildningar <https://intranat.regionvarmland.se/verksamheter/halsa-och-varld/b/barn-unga-och-familjehalsa/barnhalsovard-bvc/informationsmaterial-fran-utbildningar>

/Gunilla

Länkadress till vår sida på intranätet

Under rubriken "Barnhälsovård/BVC" finns våra lokala anvisningar

<https://intranat.regionvarmland.se>

Information från dietisten finns under "Kost och fysisk aktivitet".

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

/Gunilla

Barn och sol

Barn mår bra av solljus, frisk luft, att leka och att röra sig ute i naturen, men på vilket sätt är då bra vistelse i solen? Barnhälsovården har en viktig uppgift i att främja hälsosamma solvanor genom samtal och vägledning vid hälsobesök. Även förskolans och skolans utemiljö har visat sig ha stor betydelse för hur mycket UV-ljus som barn exponeras för.

I Rikshandboken finns solråd, användande av solkräm, betydelsen av solljus och tips om barnet bränner sig. De yngsta barnen har nästan inget skydd alls mot UV- strålar och bör undvika att vistas i direkt sol.

Bästa skyddet för barnen är skugga, kläder och solskyddsmedel.rikshandboken-bhv.se

Mer information och material kan skrivas ut finns på Region Värmlands hemsida, där finns även en E-utbildning i Utbildningsplattformen: "Så påverkar solen hälsan" som är en bra grund för att kunna informera och ge råd gällande solvanor. Utbildningen tar 20 minuter. regionvarmland.se/solvanor.

Mer information finns att läsa i Rikshandboken:

[Barn och sol - Rikshandboken i barnhälsovård \(rikshandboken-bhv.se\)](http://rikshandboken-bhv.se)

/Cristina

Så länge bör förskolebarn stanna hemma

Förskolebarn rekommenderas precis som vuxna att stanna hemma vid nytillkomna symtom på luftvägsinfektion. Det kan till exempel vara snuva, halsont, feber, hosta eller sjukdomskänsla. Barnet kan gå tillbaka till förskolan och annan verksamhet när det blivit friskt och har gott allmäntillstånd. Om barnet haft feber behöver det ha varit feberfritt minst ett dygn. Vissa enstaka symtom från luftvägarna kan finnas kvar även hos den som blivit frisk en tid efter infektionen.

Hur lång tid barnet behöver stanna hemma är individuellt. För vissa kan det vara ett par-tre dagar för andra omkring en vecka eller längre. Som vårdnadshavare bedömer du när ditt barn kan gå tillbaka till förskolan.

Ovanstående upprepas varje gång symtom uppstår på nytt. Vid behov av sjukvårdsrådgivning kontaktas 1177 eller din ordinarie vårdcentral. I samband med smittspårning kan andra rutiner förekomma. folkhalsomyndigheten.se

/Helena

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 se sensus.se

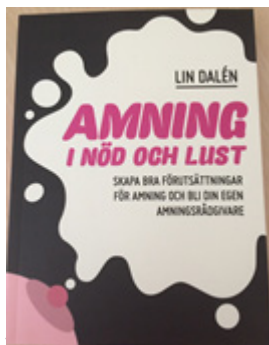
Råd om flaskmatning

[Råd om flaskmatning \(INF-16187\)](#)

Kyl och frys

Nu finns det kyl och frys på förlossningsavdelningen där det finns möjlighet att förvara urmjölkad bröstmjölk [RUT-20838 Handmjölkning hos gravida med diabetes](#)

Boktips



Blogg-tips

Bra information om amning till blivande och nyblivna föräldrar finns på 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 samarbetet 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

Astrid Ekeberg
Camilla Besterman
Cristina Gillå
Eva Rickman
Helena Donborn
Ingela Larsson
Katarina Sefton
Madeleine Pizarro Torrijos
Magdalena Eriksson
Nina Stanizewski
Suzanna Sundström
Ulrica Gustafsson
Ulrika Huatorpet Nilsson

Frågor och synpunkter:

cristina.gilla@regionvarmland.se
Ingela.Larsson@regionvarmland.se

[Livets tråd hemsida](#)

Fortbildning/Utbildning

För dig som är verksam inom barnhälsovården oavsett yrkesgrupp och tidigare erfarenheter. Introduktion till dig som nyställd eller när du behöver fylla på kunskapsförrådet.

Utbildning som är markerad med * anordnas eller stöds av Centrala Barnhälsovården och är obligatorisk för att du ska få rätt kompetens och kunna utföra ditt uppdrag.

Vid deltagande i utbildningar ska förankring med närmaste chef göras.

Region Värmland erbjuder:

* **Startutbildning Cosmic**

regionvarmland.grade.se/

* **Motiverande samtal, MI - datum våren 2022**

6 och 7 april samt 3 maj

[Anmälan och information på regionvarmland.se](http://Anmälan_och_information_på_regionvarmland.se)

* **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.

[Utbildningsplattformen](#)

E-utbildning "Så påverkar solen hälsan"

En bra grund för att kunna informera och ge råd gällande solvanor.

regionvarmland.se/vardgivarwebben

Kommande utbildningar:

April

* **Yrkesträffar BHV**, digitalt via teams, länken kommer att skickas

31 mars, kl. 9-12, 31 mars, kl. 13-16, 1 april, kl. 9-12, 7 april, kl. 9-12,

8 april, kl. 9-12

[Anmälan](#)

Webbinarium om bröstmjölksersättningar

12 april, kl 13-14

Inbjudan är utskickad

* **Våld i familjen**, introduktion av nyanställda

27 och 29 april

Inbjudan är utskickad

* **Samtalsmetodik och screening med EPDS**, introduktion av nyanställda

29 april

Inbjudan är utskickad

Maj

HYFS - Hygien i förskolan, [läs mer på länk www.regionvarmland.se](http://www.regionvarmland.se)

13 maj, eftermiddag

[Anmälan](#)

* **Synundersökning av små barn**

2 och 16 maj

[Anmälan](#)

Amning och nutrition, introduktion av nyanställda

30 maj

Inbjudan kommer