

Lilla Livet

Informationstidning för personal inom barnhälsovård

Nummer 10 - december 2020

*God Jul och Gott Nytt År
önskar*

*Barnhälsovårdsenheten
Helena Cristina Gunilla*



Innehåll

Enklare råd om introduktion av mat med gluten till spädbarn	s 03
Våld i nära relation som en följd av covid-19	s 03
FN:s konvention om barnets rättigheter	s 03
Barnhälsovården tar över ansvaret för BCG-vaccination av barn 0-6 år	s 04
Journalmall " Oro för att barn far illa"	s 05
Läs med barnen	s 05
Gunga högt	s 05
Symtomfria barn bör stanna hemma om någon i familjen har Covid-19	s 06
När får barnen återgå till barnomsorgen och eller komma till BVC	s 06
Vilka barn ska provtas för Covid-19	s 06
Skärpta restriktioner i Region Värmland	s 06
Att skydda varandra i Covid-19 tider	s 06
Tips på läsning under julhelgen	s 07
BVC-podden om depression, screening och utlandsfödda mammor	s 07
Rikshandboken	s 07
BVC-podden	s 07
Beställ Sagasagor för 2021	s 07
Stöd och tips i Coronatider	s 08
Digitala förälrgrupper	s 08
Phone numer for general questions about the new coronavirus	s 09
Utbildningsdagar 30 nov och 1 dec	s 09
Enkät till gravida och nyblivna mammor	s 10
Info från Livets tråd	s 11
Fortbildning/Utbildning	s 12

Lilla Livet är utgiven av Barnhälsovårdsenheten i Värmland

Kontaktuppgifter till BHV-enheten

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

Besöksadress:

Hus 77

Lasarettsgatan

653 51 Karlstad

010-831 67 06

e-post: barnhalsovardsenheten@regionvarmland.se

Adress till:

Psykologmottagningen för föräldra- och barnhälsovård

Föräldrastödmottagningen

Centralsjukhuset

Bryggaregatan 7

651 85 Karlstad

Enklare råd om introduktion av mat med gluten till spädbarn

Livsmedelsverket har uppdaterat rådet om introduktion av mat med gluten till barn under ett år. Det nya rådet är att börja ge mat med gluten på samma sätt som annan mat. Men det är viktigt att börja med små mängder och att öka mängden långsamt.

[Livsmedelsverket.se](https://www.livsmedelsverket.se)

/Helena

Våld i nära relation som en följd av covid-19

Pandemin påverkar hela samhället och för personer som utsätts för våld i nära relation så riskeras förstås situationen att förvärras.

Restriktioner, arbetslöshet, permitteringar och hemarbete medför ju en ökad isolering.

Att tvingas till isolering tillsammans med den som utsätter en för våld är en mardrömslik situation. Men till BMM och till BVC brukar man kunna få gå.

Därför vill jag passa på att påminna er om att vara vaksamma på detta.

Kan också tipsa om att barnpsykolog Anna Lindgren Fändriks medverkade häromdagen i P4 Värmland under rubriken "hur påverkas barn av att ena föräldern slår den andra?"

[Se länk till programmet.](#)

Till sist så hoppas jag att ni alla får en välförtjänt ledighet och en riktigt God Jul!

Bästa hälsningar

Carin Jonsson

utvecklingsledare våld i nära relation.

FN:s konvention om barnets rättigheter

Artikel 3

Vid alla beslut som rör barn ska i första hand beaktas vad som bedöms vara barnets bästa.

Artikel 6

Barn har rätt till liv, överlevnad och utveckling.

Artikel 19

Barn ska skyddas mot alla former av fysiskt eller psykiskt våld, skada eller övergrepp, vanvård eller försumlig behandling, misshandel eller utnyttjande, inklusive sexuella övergrepp.

Barnhälsovården tar över ansvaret för BCG-vaccination av barn 0–6 år

Under 2020 har Folkhälsomyndigheten publicerat nya ” Rekommendationer för preventiva insatser mot tuberkulos”. Denna innehåller vissa förändringar jämfört med rekommendationerna anno 2007 gällande BCG-vaccination. [Folkhalsomyndigheten.se](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Vaccination rekommenderas till barn upp till 6 år med familjeursprung från ett land med ökad eller hög TB-förekomst. Även till barn och ungdomar upp till 18 år som löper ökad risk att utsättas för smitta genom aktuell TB hos en nära anhörig / hushållskontakt, eller inför planerad längre (mer än tre månader) vistelse i ett land eller område med hög TB-förekomst där barnet kommer i nära kontakt med lokalbefolkningen.

Eftersom man utökat PKU-testet med screening för SCID (immunbristsjukdom) rekommenderar man BCG-vaccination redan vid 6 veckors ålder. Att vaccinationen nu ligger i nyföddhetsperioden (0–6 mån) och är ett levande vaccin ställer särskilda krav på att ta ställning till om det föreligger kontraindikationer.

Tidigare har öppenvårdsmottagningarna inom Barn och ungdomsmedicin haft ansvaret för BCG-vaccination. Fördelat på mottagningarna i Karlstad, Arvika och Kristinehamn har ca 550 BCG utförts årligen 2018/ 2019 på barn 0–6 år.

Behovet av BCG-vaccination varierar i regionen. Vissa BVC-enheter har remitterat mer än 35 % av sina nyfödda för BCG, medan andra enheter har en mycket liten andel nyfödda som behöver BCG. Utifrån detta har de olika BVC-områdena anpassat sina utbudspunkter. För de BVC-enheter som drivs i privat regi gäller nedan:

Område	Utbudspunkt 1	Utbudspunkt 2	Privata mott	Hänvisas till
K-D Norra	Rud	Kronoparken	BVC Vålberg	Grums
K-D Södra	Grums/Mörmogård	Kolvgatan	Åttkanten	Kolvgatan
V-land Norra	Hagfors/ Torsby	Sunne/ Munkfors	Kasernhöjden	Kolvgatan
V-land Västra	Arvika	Säffle	Svea BVC	Säffle
V-land Östra	Filipstad	Kristinehamn	Töcksfors	Arvika

Ansvaret för BCG-vaccination övertar barnhälsovården från och med barn födda 2021-01-01, och de som från och med 2021 behöver kompletterande BCG-vaccination. Detta innebär att BUM under 2021 kommer BCG-vaccinera parallellt med BHV på de barn som sedan tidigare är remitterade till BUM.

Rutinen ” BCG-vaccination inom Barnhälsovården” beskriver mer kring kontraindikationer, dokumentation, informationsmaterial och hur man rent praktiskt skall ” remittera” barnet till utbudspunkterna. [Finns i Vida \(RUT-21478\)](#)

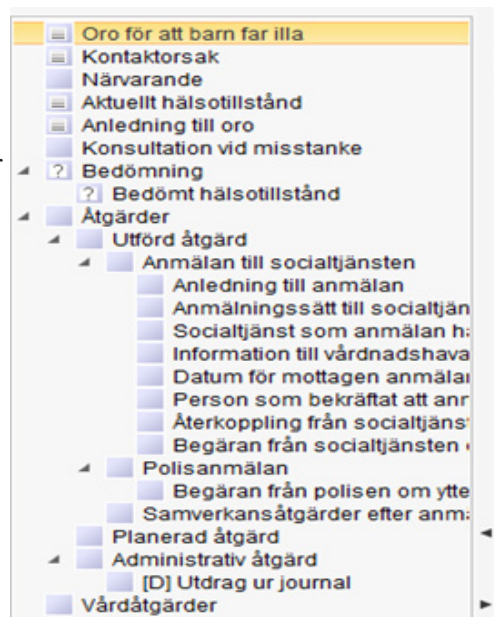
/Helena

Journalmall " Oro för att barn far illa"

Den relativt nya dolda journalmallen " Oro för att barn far illa" har tidigare saknat möjlighet för registrering av åtgärdskod.

Nu kan man det, men den ligger dold under sökordet " Vårdåtgärder" istället för sökordet " Medicinska diagnoser/ Åtgärder" som vi är vana vid.

/Helena



Läs med barnen

Nu är lästipslistan "Läs med barnen" för 2021 klar. Listan innehåller tips på nya böcker som man kan läsa tillsammans med sitt barn från 0-5 år. Den ska delas ut vid 8-månaderskontrollen tillsammans med en gåvobok från biblioteken och är ett samarbete mellan Barnhälsovården, Sjukhusbiblioteken och Bibliotek Värmland. Listan kommer skickas ut till samtliga BVC och familjecentraler i Värmland i början på nästa år.

Behövs det mer information än så är det bara du säger till.

Tack för hjälpen med att sprida information om [lästipslistan \(regionvarmland.se\)](https://regionvarmland.se).

Med vänliga hälsningar
/Mirja Berggren

Gunga högt

Eftersom en av böckerna (Leka tittut!) som delas ut när ni BHV-sjuksköterskor träffar barnen och vårdnadshavarna är slut på förlaget så har vi tagit ett gemensamt beslut att istället köpa in "Gunga högt".

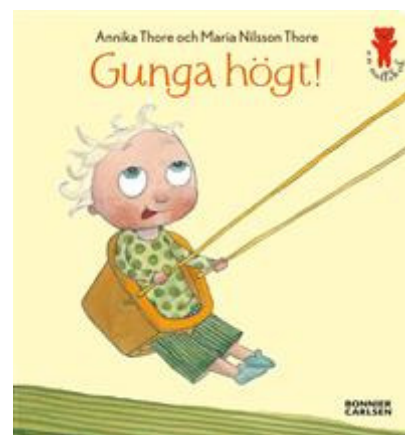
Det är också en kartongbok och priset är lågt (33 kr). Vi har kommit fram till att den titeln passar bra.

Det är viktigt att ni inom BHV har två titlar att erbjuda vårdnadshavarna och barnen - och om ni i en övergångsperiod tom kan låta dom välja mellan tre olika så är det bara bra.

Så framöver är det Knacka på! och Gunga högt som gäller.

Vänliga hälsningar

/Annica Arvidsson
Biblioteksutvecklare
Region Värmland, avdelningen för kulturutveckling



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

Skärpta restriktioner i Region Värmland

För barnhälsovården gäller nu som för övriga i regionen att använda visir och munskydd om avstånd inte kan hållas, samt även en begränsning av hembesök.

[Länk till hembesöksrutin.](#)

/Helena

Att skydda varandra i Covid-19 tider

Det är viktigt att vi alla gemensamt upprätthåller den basala vårdhygienien och därför har vi skrivit en hygienrutin anpassad till BHV, [Vårdhygien inom barnhälsovården](#)

/Helena

Tips på läsning under julhelgen

Tema Nutrition. barnlakaren.se Tema Råd till föräldrar / Prevention barnlakaren.se

/Helena Löfwenhamn

BVC-podden om depression, screening och utlandsfödda mammor

I [avsnitt 109](#) av BVC-podden berättar Malin Skoog, vårdutvecklare på Kunskapscentrum barnhälsovård Region Skåne, om sitt avhandlingsarbete om screening för post partum-depression hos icke-svensktalande mödrar.

/Cristina

BVC-podden från barnhälsovården Region Stockholm



Nu finns nya poddavsnitt publicerade! 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:

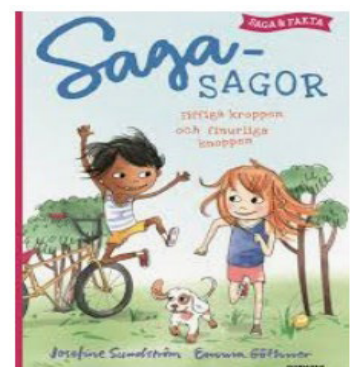
<https://www.rikshandboken-bhv.se/rhb/om-rikshandboken/nyhetsbrev/>

/Gunilla

Beställ Sagasagor för 2021

Nu är det klart att Generation Pep får bidrag för att även nästa år kunna dela ut Sagasagor fiffiga kroppen och finurliga knoppen till barnhälsovården. Antalet böcker till vår region är begränsat så ni får endast beställa utifrån hur många barn ni har födda år 2016.

En förändring är att beställningen måste göras från barnhälsovårdsenheten, mejla gunilla.svedlund@regionvarmland.se snarast (senast 22/1-2021) hur många böcker ni behöver uppdelat på språken arabiska, engelska, somaliska och svenska. Ange även namn på en kontaktperson på er BVC.



/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

Digitala föräldragrupper

Arbete pågår med att ta fram förutsättningar till att hålla föräldragrupp via webben.

Den nationella utvecklingsgruppen för föräldraskapsstöd i grupp kommer i januari även att tillgängliggöra ett nationellt material bestående av en manual med metodstöd för gruppleddare och teman för föräldragrupper. Tillhörande PowerPoint presentationer kommer även att tas fram i syfte att underlätta för dem som håller i de digitala föräldragrupperna

I väntan på att det blir klart kan ni gärna berätta för föräldrarna om region Jämtland/Härjedalens inspelade temaföreläsningar som finns på 1177 <https://www.1177.se/Jamtland-Harjedalen/rjh/foraldragrupperpanatet> Bifogat finns Tips, material till föräldragrupper med ytterligare förslag att använda i grupp eller enskilt.

/Cristina

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

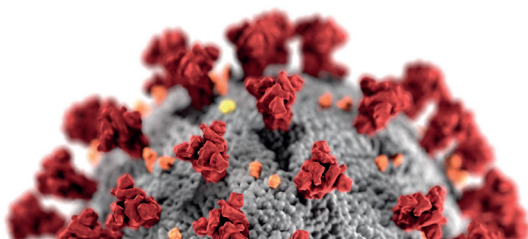
أسئلة عامة حيال الفيروس الجديد كورونا
إذا كان لديك أسئلة حيال الفيروس الجديد
كورونا وترغب بان يجيبك شخص يتكلم اللغة
العربية؟
أتصل على الرقم 8318010-010
وانتظر المعلومات بلغتك. بإمكانك 10-12.
الاتصال

Tigrinya

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



BHV-dagar 30 november och 1 december, digitalt via team,

Utbildningsdagarna blev interaktiva genom att ni som deltagare aktivt kom med synpunkter och frågor muntligt och via chatten vilket medförde bra diskussioner.

Enligt utvärderingarna blev dagarna uppskattade vilket är glädjande då det är första gången vi genomförde dagarna digitalt. Flera av er har svarat att ni önskar fler möten och fortbildningar digitalt.

I januari kommer även yrkesträffarna bli digitala, inbjudan har skickats ut.

/Cristina

Enkät till gravida och nyblivna mammor

Den 1 oktober lanserades Graviditetsenkäten, en enkät riktad till gravida och nyblivna mammor. Syftet med enkäten är att fånga in synpunkter för att kunna förbättra vården. Graviditetsenkäten genomförs inom ramen för överenskommelsen med regeringen om en förbättrad förlossningsvård och insatser för kvinnors hälsa.

Enkäten består av tre olika delar och kommer till kvinnor som:

- är i graviditetsvecka 25
- fött barn för åtta veckor sedan
- fött barn för ett år sedan

Frågorna i enkäten handlar bland annat om kvinnans erfarenheter och upplevelser av vården, kvinnans psykiska och fysiska hälsa före, under och efter graviditet och bemötandet hos sin barnmorska under graviditeten.

Graviditetsregistret

Registrering i graviditetsregistret är det som sätter igång enkätutskicken till kvinnorna. Därför är det extra viktigt att registreringen görs i rätt tid.

BHV:s uppgift är att lämna en informationsbroschyr som delas ut vid 6-8 veckorsbesöket och 12 månadersbesöket

Material till stöd

På regionens webbplats Vårdgivarwebben finns en samlingssida med information och material om Graviditetsenkäten: [Regionvarmland.se/gravidenkät](https://regionvarmland.se/gravidenkät)

Här finns bland annat:

- **Folder som tagit fram av Sveriges kommuner och regioner, SKR. Foldern finns på svenska, engelska, arabiska, persiska, finska, franska, spanska och somaliska. Den svenska versionen har skickats ut, övriga språk finns för beställning på webbsidan.**
- **Lathund för inloggning. Kvinnorna måste aktivt logga in på webbplatsen 1177.se, samt fylla i sina kontaktuppgifter för att ha möjlighet att besvara enkäten och lathunden beskriver de olika stegen.**
- **Presentationsmaterial som vänder sig till dig som möter kvinnorna. Materialet berättar mer om enkäten.**

Uppmana gärna kvinnorna att logga in, ange sina kontaktuppgifter samt slå på aviseringar på 1177.se, så får enkäten en så bra svarsfrekvens som möjligt.

Ju fler som svarar, desto bättre resultat för uppföljning och utveckling får vi.

/Cristina

Info från Livets tråd - *Aktuellt om amning*

Amningskurser till blivande föräldrar

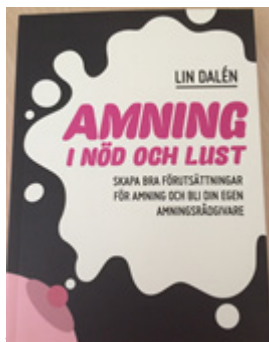
Representanter från Amningshjälpen, barnsjuksköterska Margareta Billebo och barnmorska Nina Stanizewski anordnar kostnadsfri fortbildning om amning till blivande föräldrar på BMM. Tidigare kurser har varit mycket uppskattade, såväl i Värmland som i övriga Sverige. Kursen är ett komplement till befintlig amningsinformation och vänder sig till såväl första- som flerbarnsföräldrar.

För närvarande är inga amningskurser planerade i Värmland.

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

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

Vårdprogrammet amningskomplikationer

Vårdprogrammet amningskomplikationer är utbytt och 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
Margareta Billebo
Nina Stanizewski
Ulrica Gustafsson

Frågor och synpunkter:

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

[Livets tråd hemsidan](#)

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

Utbildningen finns i [kompetensverket](#)

Motiverande samtal, MI

[Information, datum och anmälan](#)

* ~~Amning, stöd i amningsstarten~~

~~Nu finns webbutbildning Amning, stöd i amningsstarten i Kompetensverket
Utbildningen 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.~~

~~<https://liv.netcompetence.se/Courses/View/8432>~~

För närvarande jobbar vi fram en Värmlandsmodell, information kommer när den är klar

Januari 2021

* Yrkesträffar BHV-sjuksköterskor, digitalt via teams

Ett valfritt tillfälle per BHV-sjuksköterska

Tisdag 19 januari kl. 8.30 -10.30

Tisdag 19 januari kl. 13.00 -15.00

Onsdag 20 januari kl. 8.30 -10.30

Onsdag 20 januari kl. 13.00 - 15.00

Onsdag 27 januari kl. 8.30 - 10.30

Onsdag 27 januari kl. 13.00 - 15.00

Information har skickats ut via mail