

# Lilla Livet

Informationstidning för personal inom barnhälsovård

---

**Nummer 8 - september 2020**

---



## Innehåll

Enkät till gravida och blivande nyblivna mammor	s 03
Vilka barn skall provtagas för covid-19?	s 04
När får barnen återgå till barnomsorgen och eller komma till BVC?	s 04
Registrering av vaccination	s 04
Svenska barn har fortsatt starkt vaccinationskydd	s 04
Stöd och tips i Coronatider	s 05
Phone numer for general questions about the new coronavirus	s 06
Att skydda varandra i Covid-19 tider	s 06
Rikshandboken	s 07
BVC-podden	s 07
FN:s konvention om barnets rättigheter	s 07
Förskriva mjukgörare på recept till barnen	s 07
Info från Livets tråd	s 08
Fortbildning/Utbildning	s 09

---

### Lilla Livet är utgiven av 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)

#### Besöksadress:

Hus 77

Lasarettsgatan

653 51 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

# Enkät till gravida och nyblivna mammor

Den 1 oktober lanseras 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 kommer att skickas 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*

## 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.

## 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 hus-hållet. 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. [Covid-19 provtagningsanvisning för barn och unga VÅR-20756 \(Vida\)](#)

/Helena

---

## Registrering av vaccination

Inera som äger Svevac planerar att avveckla registret from mitten av 2021. Vi har lyft frågan och man har en övergripande diskussion i regionen hur dokumentation av given vaccination skall ske fortsättningsvis. Vi återkommer så snart vi fått mera information.

Detta kan stå ihop med årsrapporten vaccination 2019.

/Helena

---

## Svenska barn har fortsatt starkt vaccinations-skydd

Årsrapporten 2019 från Folkhälsomyndigheten visar glädjande siffror och Värmland bidrar med fin vaccinationstäckning. [Folkhälsomyndigheten.se](#)

/Helena

---

## Små barns språkutveckling

I Värmland finns ett etablerat samarbete för att främja små barns språkutveckling. I samarbetet ingår Bibliotek Värmland och Region Värmland, genom barnhälsovården och avdelningen för kulturutveckling. Syftet är att möjliggöra ett likvärdigt erbjudande till alla familjer i Värmland. Ni inom barnhälsovården är den viktiga länken mellan biblioteken och familjerna genom era hembesök när barnet är 8 månader då alla barn får en bok. [Regionvarmland.se/småbarnsspråkutveckling](#)

/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

## Psykisk hälsa och covid-19. Barn 0-12 år

<https://www.uppdragpsykiskhalsa.se/verktyg-stod-och-metoder/stodlista-psykisk-halsa-i-kris-tid/barn-och-unga-psykisk-halsa-i-kristider/>

/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

## COVID-19 hos gravida kvinnor, ammande kvinnor, barn och ungdomar

En aktuell sammanställning av dagens kunskapsläge hittar du på;

<https://www.internetmedicin.se/page.aspx?id=9368>

/Helena

## 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

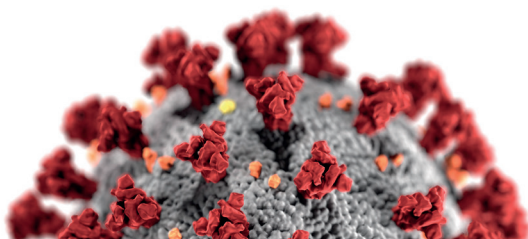
أسئلة عامة حيال الفيروس الجديد كورونا إذا كان لديك أسئلة حيال الفيروس الجديد كورونا وترغب بان يجيبك شخص يتكلم اللغة العربية؟  
أنتصل على الرقم 8318010-010 وانتظر المعلومات بلغتك. بإمكانك 10-12 الاتصال

### 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 دري 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



## Att skydda varandra i Covid-19 tider

Vi har gemensamt i barnverksamheterna beslutat att inte rutinmässigt använda visir på våra mottagningar. Det är viktigt att vi alla gemensamt upprätthåller den basala vårdhygien och därför har vi skrivit en hygienrutin anpassad till BHV, [se länk](#)

/Helena

## Rikshandboken

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

/Gunilla

---

## BVC-podden från barnhälsovården Region Stockholm



Nu är 100 stycken 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

---

## FN:s konvention om barnets rättigheter,

### Artikel 24

Handlar om barnets rätt till hälsovård och sjukvård.  
Länderna lovar att göra allt de kan för att barn ska få bra hälsa.  
Alla barn har rätt att få vård när de är sjuka.  
Kvinnor som väntar barn och mammor med nyfödda barn ska få bra vård.  
Föräldrar ska få lära sig hur de ska mata och vårda sitt barn.  
Rika länderska hjälpa fattiga länder.

## Förskriva mjukgörare på recept till barnen

Mjukgörande beredningar ska förskrivas på recept med förmån om kronisk hudsjukdom föreligger och behandlingsbehovet är mer än tre månader per år. Endast stora förpackningar ska skrivas på recept medan de mindre förpackningarna ska köpas receptfritt. Eksem som periodvis kräver behandling med kortison är att betrakta som en kronisk hudsjukdom.

[Riktlinje för egenvård \(Vida\)](#)

/Helena

# 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.

Förnärvarande är inga amningskurser planerade i Värmland.

Blivande föräldrar anmäler sig till [Sensus.se](http://Sensus.se).

**Om du är intresserad av att ha en kurs på din BMM, kontakta Ingela, [ingela.larsson@regionvarmland.se](mailto:ingela.larsson@regionvarmland.se) eller Cristina, [cristina.gilla@regionvarmland.se](mailto:cristina.gilla@regionvarmland.se)**

### 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

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  
Kristina Frisk Alnavik  
Madeleine Pizarro Torrijos  
Margareta Billebo  
Nina Stanizewski

### Frågor och synpunkter:

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



# 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 [kompetensverktyget](#)

### Motiverande samtal, MI

[Information, datum och anmälan](#)

### \* Amning, stöd i amningsstarten

Nu finns webbutbildning Amning, stöd i amningsstarten i Kompetensverktyget. 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>

### \* Utbildning i barnkonventionen

Pågår enligt planerade tider

### \* EPDS och Våld i familjen

Obligatoriskt för er som inte tidigare deltagit  
EPDS: 1-2 oktober. Våld i familjen: 8 och 16 oktober

[Inbjudan och anmälan](#)

### Språk och hörsel

För dig som är ny eller för er som vill friska upp sina kunskaper  
5 november, heldag

[Inbjudan och anmälan](#)

### Vaccination, amning och matvanor

För dig som är ny eller för er som vill friska upp sina kunskaper  
17 november, heldag

[Inbjudan och anmälan](#)

### \* Samverkan utveckling föräldraskap SUF

11 november, webbutbildning, heldag  
En utbildningsdag som är en uppföljning från tidigare utbildningsdagar.

[Inbjudan och anmälan](#)

**Tobaksfri uppväxt**, För dig som är ny eller för er som vill friska upp sina kunskaper  
9 december, kl 9 - 11. Lokal: Stora Gla Bragska villan

[Inbjudan och anmälan](#)