



# TRATTEN

## INFORMATIONSTIDNING FÖR PERSONAL PÅ BARNMORSKEMOTTAGNINGARNA

CENTRALA MÖDRAHÄLSOVÅRDEN  
REGION VÄRMLAND  
OKTOBER 2023



### Innehåll

Vaccinationer under graviditet	s 03
För att kunna se bokade tider på ultraljudsmottagningen på 1177	s 04
Film om undersökning av bäckenbotten	s 04
Gynekologiska cellprover	s 04
Cellprover	s 04
1177 - LEVA	s 05
Remiss LEVA	s 05
Omega 3	s 05
Nya vådrutiner Kvinnosjukvården	s 05
Familjecentraler och familjecentralsliknande verksamheter	s 06
Egen vårdbegäran och remiss till psykologmottagningen	s 06
Avsatt tid till 10 januari	s 06
Konsultationstider med psykolog på psykologmottagningen för föräldra- och barnhälsovård	s 07
Information från Livets tråd	s 08
Kalendarium	s 09

*Nu har centrala mödrahälsovården flyttat igen!  
Vi finns på Älvgatan 39  
Välkomna*



---

Tratten är en informationstidning för personal på barnmorskemottagningarna  
*Ansvarig utgivare: Ingela Larsson, redaktör: Gunilla Svedlund*

Kontaktuppgifter till Centrala mödrahälsovården i Värmland:

Tora Thörnblad, Mödrahälsovårdsöverläkare, [toraleviken.thornblad@regionvarmland.se](mailto:toraleviken.thornblad@regionvarmland.se)  
010-831 70 03

Ingela Larsson, Samordningsbarnmorska, [Ingela.Larsson@regionvarmland.se](mailto:Ingela.Larsson@regionvarmland.se) 010-831 67 08

Gunilla Svedlund, Assistent, [gunilla.svedlund@regionvarmland.se](mailto:gunilla.svedlund@regionvarmland.se) 010-831 67 06

Mirja Fredriksson, Dietist/Verksamhetsutvecklare, [mirja.fredriksson@regionvarmland.se](mailto:mirja.fredriksson@regionvarmland.se),  
010-831 67 25

Sofia Nääs, Psykolog/Verksamhetsutvecklare, [sofia.naas@regionvarmland.se](mailto:sofia.naas@regionvarmland.se) 010-831 60 16

Besöksadress och postadress:

Älvgatan 39  
652 30 Karlstad  
010-831 67 06

[1177.se/varmland](http://1177.se/varmland) • [vardgivarwebben](http://vardgivarwebben) • [regionvarmland/intranatet.se](http://regionvarmland/intranatet.se)

# Vaccinationer under graviditet

De tre vaccin som rekommenderas för närvarande för gravida är vaccin mot covid-19, influensa och kikhosta. Varken vaccin mot HPV eller RS rekommenderas under graviditet. Rhophylac är en antikroppsprodukt och ej ett vaccin.

## Timing och kombinationer

Enligt gällande rekommendationer för vaccination mot covid-19 ska vaccinationen bara kombineras med högst ett annat vaccin. Vaccination med mRNA-vaccin mot covid-19, vaccination mot influensa och vaccin mot kikhosta ska alltså *inte* erbjudas vid samma tillfälle. Vaccination mot covid-19 kan alltså kombineras med vaccin mot influensa *eller* kikhosta. Det är lämpligt att det går 1 vecka mellan de olika vaccinations-tillfällena.

## Covidvaccination

Alla gravida rekommenderas vaccination. Nytt uppdaterat vaccin mot omicron XBB har kommit. På grund av risk för allvarlig sjukdom, särskilt i den senare delen av graviditeten, räknas gravida som en riskgrupp. Gravida rekommenderas därför vaccination om graviditetens senare halva sammanfaller med tiden då spridningen av SARS-CoV-2 ökar i Sverige, det vill säga november – mars:

- En gravid som är vaccinerad innan graviditeten rekommenderas, oavsett tidigare antal påfyllnadsdoser, en ytterligare dos om mer än sex månader förflutit efter senaste dos.
- En gravid som aldrig tidigare vaccinerat sig mot covid-19 rekommenderas att ta en dos under graviditeten.

Folkhälsomyndigheten rekommenderar att vaccination mot covid-19 görs efter graviditetsvecka 12. Om det finns medicinska skäl för att göra en annan bedömning, kan tidigare vaccination mot covid-19 ändå bedömas vara lämplig, t.ex. om den gravida har någon ytterligare riskfaktor såsom diabetes eller högt blodtryck.

## Influensavaccination

Alla gravida rekommenderas vaccination under influensasäsongen. Vaccinet ges efter graviditetsvecka 12 men med samma resonemang om tidigarelagd vaccination som ovan. Vaccinet kan ges samtidigt som vaccin mot Covid-19.

## Kikhosta

Alla gravida rekommenderas vaccination mot kikhosta från graviditetsvecka 16. Vaccinationen skall upprepas vid varje graviditet.

## Vaccin mot RS virus

I USA har läkemedelsmyndigheten FDA godkänt Abrysvo för vaccination av gravida v 32-36 och i Europa har läkemedelsmyndigheten EMA godkänt vaccinet mellan graviditetsvecka 24 och 36.

Det finns ingen nationell rekommendation för vaccination av gravida (Abrysvo) för passiv immunisering av spädbarn, vilket vaccinet också är godkänt för. Vaccinet finns ej upphandlat, man får vända sig till privat aktör. Bekostas av den gravida.

Listpriset uppgår i dag till drygt 2300 kronor per vaccindos, enligt en av de två leverantörerna. Därutöver tillkommer kostnader för genomförande av vaccinationerna. En engångsdos av Abrysvo rekommenderas enligt FASS.

## Patientinformation

Nedanstående patientinfo från folkhälsomyndigheten vänder sig till gravida och vårdnadshavare med information vad som rekommenderas denna säsong (2023/2024):

[Till dig som är vårdnadshavare till ett litet barn – Skydda ditt spädbarn mot luftvägsinfektioner som RS-virus och kikhosta \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se/om-oss/nyheter-och-press/2023/12/till-dig-som-ar-vardnadshavare-till-ett-litet-barn-skydda-ditt-spadbarn-mot-luftvagsinfektioner-som-rs-virus-och-kikhosta)

Sannolikt kommer nya rekommendationer från Läkemedelsverket under våren 2024.

/Tora

## För att kunna se bokade tider på ultraljudsmottagningen på 1177

Det är många som ringer och säger att de inte ser sina bokade tider på 1177

De behöver lägga till vår mottagning under ”Mottagningar” på 1177 ”Hitta och lägg till mottagning” **Kvinnosjukvårdens ultraljudsmottagning, Centralsjukhuset Karlstad**

För de som även har besök inplanerade på Specialistmödravården gäller samma sak, den mottagningen heter **Kvinnosjukvårdens specialistmödravård, Centralsjukhuset Karlstad**

Vore jättebra om ni kan informera om det vid inskrivningen, det underlättar för dem att se sina bokade tider och de slipper passa våra telefontider.

*/Personalen på Ultraljudsmottagningen*

---

## Film om undersökning av bäckenbotten

På bäckenbottenutbildning.se finns det nu en film som visar undersökning av bäckenbotten. Filmen är 14 minuter lång och ger en bra kunskap över hur muskler i bäckenbotten kan palperas. För att kunna titta på filmen behöver man logga in med lösenord under delen ”För vårdpersonal”, [Bäckenbottenutbildning](#)

*/ Ingela*

---

## Gynekologiska cellprover

Vill påminna om att provtagningsburken ska vara märkt med patientetikett innan provtagning påbörjas samt att följa provtagningsanvisningar om hur provmaterialet ska omhändertas, se [Gynekologiskt cellprov för cytologi och eller HPV-analys](#) [Provtagningsanvisning \(liv.se\)](#). Tänk på att rotera spateln och cervixborsten i fixeringslösning omedelbart efter att provet har tagits, för att sekretet skall lossna.

*/ Ingela*

---

## Cellprover

Under december och januari får inga screeningcellprover tas förutom på gravida om det är dags att ta screeningprov. Då är det viktigt att det som vanligt under ”Prioritet” anges att det är ”Medicinskt prioriterat.

---

Gravid vecka

**Prioritet\***

Medicinskt prioriterat

Rutin

Telefon

*/ Ingela*

## 1177 – LEVA

Nu finns det en kort sammanfattning om LEVA-metoden på 1177. På sidan: Besök under graviditeten, Region Värmland hittar ni länk till LEVA-metoden under:

- Två besök under de första 12 veckorna
- Eftervårdsbesök 8-12 veckor efter förlossningen

[Din vikt efter graviditeten - LEVA-metoden - 1177](#)

/Mirja

---

## Remisser LEVA

Dietisterna inom öppenvården har tagit ett beslut kring hur långt postpartum de kan acceptera remiss för start i LEVA-metoden.

De har beslutat att de accepterar remisser fram till och med 20 veckor postpartum. Detta utifrån diskussioner som vi haft tillsammans med Västragötalands regionen och vad forskningen bakom metoden säger.

Remiss på start i LEVA-metoden prioriteras inom 30 dagar så dessa kvinnor kommer komma i behandling senast omkring 24-26 veckor postpartum om remissen skickas så sent som 20 v postpartum.

/Mirja

---

## Omega 3

En återkommande fråga är om omega 3-tillskott ska uteslutas sista månaden under graviditeten pga. blödningsrisk. Det verkar även finnas råd på diverse onlinesidor om att sluta med omega 3 om man äter andra blodförtunnande läkemedel. Idagsläget finns inga hållpunkter för att omega 3 ska öka blödningsrisken vid förlossning eller vid kejsarsnitt. Dessutom har SBU kollat på blödningsrisken vid kirurgiska ingrepp och sett att den inte ökar efter intag av omega 3.

Blodförtunnande läkemedel ex Trombyl sätts i regel ut omkring v 36 pga. blödningsrisk. Men detta gäller inte kosttillskott som omega 3, det finns ingen ackumulerad risk här. Och NSAID-läkemedel ska inte användas under graviditet.

Livsmedelsverket rekommenderar omega 3 tillskott som innehåller 200 mg DHA/dag under hela graviditeten till de gravida som inte äter fisk.

/Mirja

---

## Nya vårdrutiner Kvinnosjukvården

Det finns en ny vårdrutin [VÅR-27570-v.1.0 Screening avseende risk för förtidsbörd](#) som publicerats. Alla gravida med tidigare spontan prematur förlossning innan graviditetsvecka 37 skall remitteras till specialistmödravården i samband med inskrivning. Det gäller också tidigare missfall som skett i andra trimestern med fosterstorlek motsvarande minst graviditetsvecka 12.

/Tora

---

# Familjecentraler och familjecentralsliknande verksamheter

## Kartläggning, analys och förslag

Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen har på ett regeringsuppdrag genomfört en kartläggning och analys av familjecentraler och andra liknande verksamheter.

Kartläggningen visar att det pågår ett betydande hälsofrämjande och förebyggande arbete på familjecentralen. Målgruppernas behov tas om hand och föräldrarna uppskattar verksamheten. Några utmaningar som kommer fram i kartläggningen är exempelvis att nå alla barnfamiljer och att få tillräcklig tid till samverkan samt att få till en enhetlig ledning och styrning. Myndigheterna lyfter i sin analys vikten av stödjande organisationer på alla nivåer och att det finns aktörer som både organiserar och stödjer familjecentralsarbetet på varje nivå. De fyra förslag som myndigheterna lämnar är:

- Utveckla det lokala stödet med en mer enhetlig ledning och styrning och samsyn i vad arbetet ska uppnå för att möjliggöra en stabil familjecentralsverksamhet.
- Utveckla det regionala stödet med länsövergripande styrdokument och samordningsfunktion för en mer jämlik och resurseffektiv utveckling.
- Utveckla det nationella stödet för att säkerställa nationellt stöd till den regionala familjecentralsutvecklingen.
- Utveckla kunskapen om familjecentralers betydelse för familjers hälsa och välmående. Likväl som kunskapen om hur arenan kan nå grupper som är svårare att nå med tidigt stöd och hur integrationsarbetet kan främjas.

[socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2023-9-8728.pdf](https://socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2023-9-8728.pdf)

/Tyra Warfvinge, SKR

---

## Egen vårdbegäran och remiss till psykologmottagningen

Vid hänvisning av ”egen vårdbegäran” till psykologmottagningen ska ni i första hand hänvisa till 1177 för en skriftlig vårdbegäran, och inte till telefontiden.

I de fall där ni som personal på BVC/BMM identifierat ett behov av kontakt med psykologmottagningen tillsammans med den berörde ska dock i första hand en remiss skickas. Dels för att underlätta vårdflödet för den/de berörda och säkerställa att behovet inte tappas bort, men också för att psykologmottagningen är intresserade av er professionella bedömning och beskrivning av problematiken för att göra så bra prioriteringar som möjligt. Vid osäkerhet kring hur en remiss ska skrivas eller var hjälp bäst ges kan psykologmottagningen alltid konsulteras. Frågan kan lyftas i konsultationsgrupp, genom att boka en telefonkonsultation, messenger till remissgruppens funktionsbrevlåda eller i direkt kontakt med någon av psykologerna.

/Sophia Edelbring Sjödin

---

## Avsätt tid för 10 januari

Nu har jag varit åter i tjänst i en månad och påbörjat revidering av ganska många vårdrutiner. De flesta har ännu inte publicerats. För att möjliggöra en genomgång av reviderade rutiner bjuder jag in till Teamsmöte för barnmorskor på BMM och MHV-läkare den 10:e januari 2024 på eftermiddagen. Jag återkommer om innehåll.

/Tora

# Konsultationstider med psykolog på psykologmottagningen för föräldra- och barnhälsovård

Det finns möjlighet för medarbetare på BVC och BMM att själva boka telefonkonsultation med psykolog. Nedan finns en kort instruktion hur du går till väga för att boka en tid med psykolog. Vid frågor är du välkommen att kontakta mottagningen på telefon 010-831 43 93. Tidboken heter ”Konsultation med psykolog” och hämtas upp i tidboken.

1. Hämta upp tidboken, välj 5 dagar för veckan, se nedan.

	to 231116 Konsultation t	fr 231117 Konsultation n	må 231120 Konsultation o	t 231121 Konsultation r	on 231122 Konsultation
08:00					
09:00					
10:00					
11:00					■
12:00					
13:00					
14:00					
15:00				■	
16:00					

2. De tider som finns för konsultation är en grå modul.

**Notering**

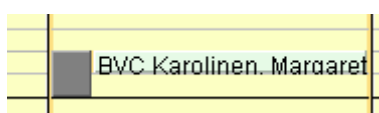
Dagnoteri...  Tidnoteri...  Återkommande tidnoteri...

Konsultation med psykolog Välj resurser...

2023-11-07 10:30 - 2023-11-07 11:00

BVC Karolinen, Margareta Mattson, 190 09

3. Markera modulen, högerklicka och lägg till ”notering”



4. Skriv in mottagning, namn och telefonnummer, exempelvis: BVC Karolinen, Margareta Mattson, 190 09 och ”Spara”.

5. Den psykolog som ansvarar för konsultationen ringer upp dig på avtalad tid.

/Sophia Edelbring Sjödin

# Information från Livets tråd

- Aktuellt om amning

## Amningskurser till blivande föräldrar

Representant från Amningshjälpen, barnmorska Nina Stanizewski anordnar kostnadsfria digitala kurser om amning till blivande föräldrar. Tidigare kurser har varit mycket uppskattade, såväl i Värmland som i övriga Sverige.

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

Förnärvarande är inga kurser planerade.

För mer information hänvisa blivande föräldrar till [1177.se besök under graviditet](http://1177.se/besök/under/graviditet)

## Råd till dig som vill stoppa produktionen av bröstmjölk

Information om hur bröstmjölksproduktionen stoppas utan läkemedel.

[INF-24722 Råd till dig som vill stoppa produktionen av bröstmjölk](#)

## 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](#)

## Vårdprogrammet amningskomplikationer

Vi använder Stockholms läns vårdprogram. Den finns att ladda ner via länk: [karolinska.se](http://karolinska.se)



**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, föräldraledig  
Maja Hammarlund, vikarie  
Magdalena Fritzson  
Nina Stanizewski  
Suzanna Sundström  
Ulrica Gustafsson  
Ulrika Huatorpet Nilsson

### Frågor och synpunkter:

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





# KALENDARARIUM

**Utbildning som är markerad med \* anordnas eller stöds av CMHV 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.**

---

## Centrala mödrahälsovården anordnar eller stöder:

### **\* 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](#)

### **Motiverande samtal, hösten 2023 fullbokat [Utbildningsplattformen](#)**

Håll utkik efter vårens utbildningar, de blir snabbt bokade

## Kommande utbildningar

### **November \*BMM-dagar**

29-30 november

[Inbjudan har skickats ut](#)

### **Januari Genomgång av uppdaterade vådrutiner**

För barnmorskor på BMM och MHV-läkare

10 januari, eftermiddag, digitalt via teams

Inbjudan kommer