

# Lilla Livet

Informationstidning för personal inom barnhälsovård

**Nummer 5 - juni 2023**



*Skön sommar*

*önskar  
Centrala Barnhälsovården  
Helena, Cristina, Gunilla, Sofia*

## Innehåll

Nyheter i Cosmic	s 03
Upphandlade vacciner	s 04
Språkscreening 2,5 år	s 04
Riksmaten små barn	s 04
Den grönnare matcirkeln	s 04
FNs konvention om barns rättigheter	s 04
Råd vid värmeböljor. Till dig, dina vänner och anhöriga	s 05
Statistik från nationella vaccinationsregistret (NVR)	s 05
Samverkan Neonatal hemsjukvård och Barnhälsovården - ny rutin	s 05
Icke medicinsk omskärelse av pojkar	s 06
Konsumentverket slutar att tillhandahålla smådelscylindern	s 06
Film om samverkan mellan barnhälsovård och förskola	s 06
Sunda solvanor	s 06
Jämlik barnhälsa	s 07
Bebispodden	s 07
BVC-podden	s 07
Rikshandboken	s 07
Länkadress till vår sida på intranätet	s 07
Informationsmaterial från utbildningar	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](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)

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

# Nyheter i Cosmic

## Integration Cosmic och MittVaccin

Nu finns en integration mellan Cosmic och Mitt Vaccin tillgänglig. Efter inloggning i Cosmic nås MittVaccin via menyvalet Öppna MittVaccin om du har ett uppdrag i MittVaccin.

Den enhet du är inloggad på i Cosmic väljer du som uppdrag i MittVaccin. Den patient du har i patientlisten i Cosmic öppnas då automatiskt i MittVaccin om den finns registrerad sedan tidigare. MittVaccin kan också nås via en webbläsare från Region Värmlands intranät under Verktyg.

## Lägga till mallen " Extrabesök"

Nu har vi fått möjligheten att lägga till mallen " Extrabesök" in i en annan journalmall. Detta gör det möjligt att lägga till de sökord som kan saknas vid besöket. I Mallen Extrabesök är inga sökord tvingande och bara de sökord som används syns i den färdiga anteckningen.

## Några tips kring det nya gränssnittet.

- Fritextrutan kan öppnas genom att markera " pratbubblan" bredvid sökordet.
- Tidigare värden på sökordet ses genom att markera " Klockan ".
- Vill du se patientjournalen samtidigt som man skriver på aktuell vårdkontakt så markera " Delad vy" , boken långt ner till högerkanten.
- Vill du se hur din anteckning kommer se ut , så markera " Förhandsgranskning" ögat högt upp i högerkanten.
- Vill du inte se " katalogen" ( alla olika mappar) i kolumnen till vänster markera pilen i vänster kant i sektionen " Journal " så stängs den.
- För att se mallens sökord i en kolumn markera " strecket " , mitt i vänsterkanten på sektionen "Ny anteckning"

The screenshot displays the Cosmic interface. At the top, there are navigation buttons: "Ammar enbart", "Ammar övervägande", "Ammar delvis", and "Ammar inte". Below this is a section titled "Första tillfälle för annan kost" with a date selector. The main area is split into two panels. The left panel, titled "Journal", shows a list of three entries: "Besöksanteckning" (two) and "BBIC - Frågeformulär". The right panel, titled "Ny anteckning", shows a form for creating a new note, including fields for "Vårdkontakt", "Vårdpersonal", "Enhet", "Händelsedatum", "Kommentar", "Språk", and "Kommunikationssätt".

/Helena

## Upphandlade vacciner

till barnvaccinationsprogrammet 2023-09-01 - 2027-08-31

Nytt för er blir:

Rotateq, vaccin mot rotavirus. Ges i 3 dos vid 6 v/3 mån/ 5 mån.

Om BHV har givet en dos Rotarix och sedan inte har kvar Rotarix fortsätter BHV med 2 doser Rotateq.

Vaxneuvance, vaccin mot pneumokocker.

BHV kan fortsätta med Vaxneuvance oavsett om det är givet 1 eller 2 doser av Synflorix.

Oförändrat:

M-M-RVAXPRO

Hexyon

Tetravac

Texter i Rikshandboken och på Folkhälsomyndigheten kommer att anpassas, till exempel att Vaxneuvance har en enklare dosering med färre doser än Synflorix för barn > 12 mån.

*/Helena*

---

## Språkscreening 2,5 år

Nu är Anna Lindgren Fändriks studie om BHV-sjuksköterskans erfarenheter av språkscreening för barn vid 2,5 års ålder publicerad. [NursingOpen.com](https://nursingopen.com)

*/Anna Lindgren Fändriks*

---

## Riksmaten småbarn

Riksmaten småbarn är den sjätte rikstäckande undersökningen av svenskarnas matvanor som Livsmedelsverket genomför men den första studien med fokus på småbarn i den här åldersgruppen. Vi undersöker en åldersgrupp i taget, först fyraåringar, sedan 1,5-åringar och till sist 9-månaders barn. Just nu undersöks 1,5-åringar med frågor kring matvanor, med provtagning och mätning av fysisk aktivitet. Mer information om undersökningen [livsmedelsverket.se](https://livsmedelsverket.se)

*/ Livsmedelsverket*

---

## Den grönnare Matcirkeln

Livsmedelsverket har uppdaterat matcirkeln till en grönnare version. Detta för att återspegla behovet av en mer växtbaserad kosthållning. Läs mer och ladda ner matcirkeln här: Den grönnare Matcirkeln [livsmedelsverket.se](https://livsmedelsverket.se).

*/Mirja*

---

## FN:s konvention om barnets rättigheter Artikel 3

Barnets bästa ska beaktas i alla beslut som rör barn.



# Råd vid värmeböljor. Till dig, dina vänner och anhöriga

Med ett förändrat klimat får vi räkna med både en stigande medeltemperatur och att värmeböljor blir vanligare. Höga temperaturer kan vara farligt för alla, men särskilt sårbara är riskgrupperna äldre, kroniskt sjuka, personer med funktionsnedsättning, små barn och gravida samt personer som tar viss medicin.

Detta råd vänder sig till riskgrupper och anhöriga. Kan gärna skrivas ut och anslås på er mottagning. (Finns endast översatt till engelska).

Råd vid värmeböljor - Till dig, dina vänner och anhöriga [folkhalsomyndigheten.se](https://www.folkhalsomyndigheten.se).

/Helena

Till dig, dina vänner och anhöriga

## Gör så här vid en värmebölja

Sommarstämman kan vara farlig för alla - särskilt för äldre, kroniskt sjuka och personer med funktionsnedsättning men även för små barn, gravida och personer som tar viss medicin. Ta hjälp av dessa råd.

**VAR UPPMÄRSAM PÅ INOMHUSTEMPERATUREN** Rysen för hettastämman ökar så snart temperaturen stiger snabbt. Ålderna blir påverkade när temperaturen stannar på över 25 °C eller mer under tre dagar i följd.

**DRICK MER** Vätska inte på att du blir törstig. Använd kalla drycker som t.ex. grönsaker och frukt, drick stora mängder söta drycker och alkohol. Tänk på att personer i din närhet kan behöva hjälp med att dricka.

**DRINKA SVAL MILJÖ** Använd gardiner, persienner och mattor. Föredra att vara på den svalare platsen i bostaden. Klä på natten när det är svalt.

**DRINKA VÄTSKA** En sval dusch är mest effektiv. En kall handduk runt nacken är ett alternativ. Använd fuktgivande krämer i rummet, eftersom de är svårare att andas ut symtomlindande.

**TA DET LÖST** Undvik fysisk ansträngning under dagens varmaste timmar.

**FÖRVARA LÄSMEDEL RÄTT** Om ditt läsmedel är temperaturkänsligt finns information om förvaring på förpackningen eller i blyggsedeln.

**VAR UPPMÄRSAM** Värmeböljor kan vara farliga för personer med sjukdomar som hjärt- och lungsjukdomar, diabetes, njursjukdom, hörsel och synnedsättning och personer som tar vissa läkemedel. Om du tar något läkemedel, t.ex. blodfärdigande, kan du behöva justera. Kontakta sjukvården för specifika råd kring just du eller dina närmaste när du tar.

**Ring 1177** för sjukvårdsguidning eller hjälp med att hitta rätt i värdan. Du kan ringa eller besöka webbplatsen 1177 för dygnet runt.

## Statistik från nationella vaccinationsregistret (NVR)

Alla vaccinationer givna inom barnvaccinationsprogrammet ska registreras i det nationella vaccinationsregistret. Från och med 2022 redovisas statistik om alla vaccinationer inom barnvaccinationsprogrammet utifrån uppgifter i NVR.

Vaccinationstäckning visar hur stor andel av alla folkbokförda barn födda ett visst kalenderår som har registrerade vaccinationer i NVR. Statistiken redovisar relevanta vaccinationer för barn i olika åldrar.

Länken nedan leder till ett interaktivt faktablad där vaccinationstäckning visas per vaccin, kommun och län. Barnvaccinationer, [folkhalsomyndigheten.se](https://www.folkhalsomyndigheten.se).

Den faktiska vaccinationstäckningen är högre. Det förekommer underrapportering, vilket betyder att alla vaccinationer som utförs, inte rapporteras till NVR. Detta förklaras framför allt av tekniska faktorer såsom lokala problem i överföring av uppgifter från journalsystem och avsaknad av automatisk överföring av journaluppgifter till NVR. Relativt låga täckningsgrader i vissa kommuner och län beror oftast på underrapporteringen.

Vidare ska endast vaccinationer givna i Sverige registreras i NVR och därför syns inte de vaccinationer som barn fått i andra länder i statistiken.

Vaccinationstäckning enligt NVR blir därmed lägre än den faktiska. Till exempel var andelen vaccinerade mot mässling, påssjuka och röda hund vid 2-års ålder hos barn födda 2018 i genomsnitt 4 procentenheter lägre i NVR jämfört med statistiken från barnhälsovården.

Barnvaccinationsprogrammet i Sverige 2022 - Årsrapport [folkhalsomyndigheten.se](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

/ Folkhälsomyndigheten

## Samverkan Neonatal hemsjukvård och Barnhälsovården - ny rutin

[RUT 26392 Samverkan Neonatal hemsjukvård och Barnhälsovården](https://www.folkhalsomyndigheten.se) är nu klar och finns i VIDA

/Cristina

## Icke medicinsk omskärelse av pojkar

Barnhälsovårdens roll är att förmedla information och kunskap till föräldrar om icke-medicinsk omskärelse.

Informationen ges muntligt och skriftligt till föräldrar i anslutning till första besöket i hemmet eller på BVC samt följs upp efter behov.

För att underlätta samtalet har Region Sörmland tagit fram ett bildstöd som kan vara en hjälp. Finns som regionalt tillägg i Rikshandboken (hittas längst ner i kapitlet).

[Icke medicinsk omskärelse Rikshandboken](#)

*/Cristina*

---

## Konsumentverket slutar att tillhandahålla smådelscylindern

Vi har fått signaler om att Konsumentverket kommer sluta med att tillhandahålla smådelscylindern. Nationellt har barnhälsovården försökt via skrivelse få verket att ändra sig men utan effekt. Arbete pågår, men det finns risk att vi inom barnhälsovården kommer stå utan denna eminenta produkt.

Vi vill nu uppmana er att inte göra slut på ert lager utan spara ett antal så att ni har en cylinder för demonstration.

*/Helena*

---

## Film om samverkan mellan barnhälsovård och förskola

Informationsfilmen beskriver barnhälsovårdens uppdrag och hur samverkan och samarbete mellan barnhälsovård, förskola och familj kan se ut.

Filmen kan till exempel visas när ni har möten i era barnhälsonätverk och kan spridas vidare till era förskolor.

<https://www.rikshandboken-bhv.se/Sormland/lankbibliotek/film-om-samverkan-mellan-barn-halsovard-och-forskola---vastra-gotalandsregionen/>

*/Cristina*

---

## Sunda solvanor

Tipsa gärna föräldrar om detta:

Sunda solvanor innebär att njuta av solen klokt och försiktigt och att inte överexponera sig.

De främsta tipsen är:

Vistas i skuggan, främst klockan 11–15, då solen är som starkast.

Använd kläder, hatt och solglasögon som skydd.

Solskyddsmedel är ett komplement till kläder.

Barn under 1 år bör inte alls vistas i solljus.

[Läs mer på vårdgivarwebben](#)

## Jämlik barnhälsa

En podd om barns olika förutsättningar och livsvillkor. Bakom arbetet med podden står Jämlik barnhälsa, en samverkansgrupp bestående av representanter från kommunerna Filipstad, Storfors och Säffle, Friskvården i Värmland samt Region Värmland.

Marika Andersson som är folkhälsostrateg på Region Värmland leder dig genom avsnitten. I första avsnittet lyfts problematiken kring övervikt och obesitas

[Jämlik barnhälsa | a podcast by Region Värmland \(podbean.com\)](#)

/Cristina

---

## Bebispodden

<https://sverigesradio.se/barnradion>

/Cristina

---

## BVC-podden från barnhälsovården Region Stockholm



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.

[BVC-podden och Föräldragruppspodden](#)

/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

# Info 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.

För närvarande 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 bröstmjolk

Information om hur bröstmjölksproduktionen stoppas utan läkemedel.

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

---

## Att minska och eller ta bort tillmatning och övergå till att amma helt

Ny rutin samt flödesschema för nedtrappning/uttrappning av ersättning finns nu framtagen.

[RUT-24932-v.1.0 Att minska och eller ta bort tillmatning och övergå till att amma helt](#)

---

## Vårdprogrammet amningskomplikationer

Vi använder Stockholms läns vårdprogram.

Den finns för nedladdning via länk [karolinska.se](http://karolinska.se)



**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

Astrid Ekeberg  
Camilla Besterman  
Cristina Gillå  
Eva Rickman  
Helena Donborn  
Ingela Larsson  
Katarina Sefton  
Madeleine Pizarro Torrijos  
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)

[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/](https://regionvarmland.grade.se/)

[Anmälan och information på regionvarmland.se](https://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](#)

**Motiverande samtal**, hösten 2023 [Länk till utbildningsplattformen](#)

## Kommande utbildningar:

### Augusti

#### \* Utbildning i SIP

29 augusti, kl 09.00 - 12.00, digitalt via Teams  
Inbjudan kommer

### September

\* **Vaccination** introduktionsutbildning i första hand till nyanställda och till dig som vill uppdatera din kunskap

4 september, kl 13-15, digitalt

Inbjudan har skickats ut

#### \* Tobaksfri uppväxt

7 september, kl 9-12, digitalt

#### \* Saga sagor i hälsosamtal

12, 13, 14, 19, 20, 21 september, kl 9-12.00 ett tillfälle per anställd

Inbjudan har skickats ut

### Oktober

**EPDS fm och Enskilt föräldrasamtal em**, introduktionsutbildning i första hand till nyanställda och till dig som vill uppdatera din kunskap

10 oktober

Inbjudan kommer

**Fråga om våld** introduktionsutbildning i första hand till nyanställda och till dig

som vill uppdatera din kunskap

12 oktober, heldag

Inbjudan kommer

#### **Språkdag**

18 oktober, inbjudan kommer

### November

#### \* BHV-dagar

22-23 november

Inbjudan kommer