

# Lilla Livet

Informationstidning för personal inom barnhälsovård

---

**Nummer 10 - november 2025**

---



# BARNHÄLSOVÅRDEN VÄRMLAND

Ansvarig utgivare: Helena Löfwenhamn & Cristina Gillå, Redaktör: Gunilla Svedlund

## Innehåll

|                                                 |      |
|-------------------------------------------------|------|
| Krav på SITHS inloggning i Cosmic from v 48     | s 03 |
| Barndiabetesfondens kampanj                     | s 03 |
| Save the date för introduktionsutbildningar     | s 03 |
| SUF - Samverkan - Utveckling - Föräldraskap     | s 04 |
| Patienter med skyddade personuppgifter i Cosmic | s 04 |
| Material för samtal om skärm                    | s 05 |
| Frågor och svar                                 | s 05 |
| Hur nöjd är du med rikshandboken?               | s 05 |
| Vaccination och autism                          | s 06 |
| FN:s konvention om barnets rättigheter          | s 06 |
| Aktuellt om amning                              | s 07 |
| Frågor och svar                                 | s 07 |
| Jämlik barnhälsa                                | s 08 |
| Bebispodden                                     | s 08 |
| BVC-podden                                      | s 08 |
| Rikshandboken                                   | s 08 |
| Länkadress till vår sida på intranätet          | 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)

Lisa Lindqvist, verksamhetsutvecklare 010-831 66 76  
[lisa.lindqvist@regionvarmland.se](mailto:lisa.lindqvist@regionvarmland.se)

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

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

e-post: [barnhalsovardsenheten@regionvarmland.se](mailto:barnhalsovardsenheten@regionvarmland.se)

## Krav på SITHS inloggning i Cosmic from v 48

Ett alternativ till e-tjänstekort för inloggning med SITHS är att installera ett SITHS eID på din mobiltelefon. Inget krav att det är en Regionmobil utan fungerar på Android / Iphone. Följ instruktionerna på [SITHS-kortsinloggning i Cosmic krav från vecka 48 - Region Värmland Intranät](#)

/Helena

---

## Barndiabetesfondens kampanj

Barndiabetesfonden har i samarbete med SFPED (en del av Svenska Barnläkarföreningen) och SFSD (en del av Svensk sjuksköterskeförening) utvecklat en utbildningskampanj som riktar sig mot småbarnsföräldrar samt primärvård i syfte att öka kunskapen om symtom vid typ 1-diabetes.

Typ 1-diabetes är den vanligaste livshotande sjukdomen bland barn i Sverige och allt fler insjuknar redan som mycket små. Runt 1 000 barn insjuknar varje år, varav ca 200 barn är under 5 år. Hälften av barnen som insjuknar före två års ålder får diagnosen först när de redan utvecklat livshotande syraförgiftning, sk ketoacidosis.

Alla landets vårdcentraler har fått information om kampanjen samt flyers och posters att sätta upp. Barndiabetesfondens viktigaste budskap till vårdpersonal är att vid misstanke om typ 1-diabetes ska blodsockerkontroll tas samma dag. Det är avgörande att agera snabbt eftersom förloppet ibland går fort.

Om vårdnadshavare **ringer BVC** och barnet har symtom som kan vara tecken på diabetes, ska ni hänvisa dem till vårdcentralen samma dag. Om familjen inte kan få kontakt med vårdcentralen ringer de 1177, där de bokar tid till vårdcentral eller uppmanar föräldrarna att åka till barnakutmott för bedömning.

Precis som tidigare ska BVC inte beställa några prover och inte bedriva någon utredning!

[Vårdmissar riskerar barns liv vid odiagnostiserad typ 1-diabetes | Barndiabetesfonden](#)

/Lisa

---

## Save the date för introduktionsutbildningar

Under februari 2026 är det dags för introduktionsutbildning i EPDS, Fråga om våld och Enskilt föräldrasamtal.

**Preliminära datum är onsdagen den 4 februari och onsdagen den 18 februari.**

Utbildningen riktar sig i första hand till BHV-sjuksköterskor och barnmorskor som inte tidigare har gått utbildningarna eller du som vill fylla på dina kunskaper (begränsat antal platser). Vi återkommer med en formell inbjudan via mail senare i vinter!

/Wilma Granander Schwartz, psykolog och verksamhetsutvecklare

/Lisa Lindqvist, samordnande BHV-sjuksköterska och verksamhetsutvecklare

/Maria Heggen, samordnande barnmorska och verksamhetsutvecklare

# SUF – Samverkan – Utveckling – Föräldraskap

En riktlinje är fastslagen gällande samverkan mellan Region Värmland och Värmlands kommuner för stöd gällande utbildning och föräldraskapsstöd till personer med funktionsnedsättning.

[RUT 19639 Riktlinje för samverkan mellan Region Värmland och Värmlands kommuner gällande utbildning och föräldraskapsstöd till personer med funktionsnedsättning](#)

På utbildningsplattformen finns en utbildning att ta del av:

Samverkan, Utveckling, Föräldraskap (SUF) den nås via intranätet enligt nedan:

- Utbildningsplattformen
- Logga in
- Kurskatalog
- I sökrutan ange: suf

Kursen är totalt 3 tim och innehåller material från utbildningsdag 2020. Ni kan välja att titta på delar av kursen. Påminner också om Tool-kit och babysimulator.



Här är Saga, Viggo och Max som är sugna på att resa ut i länet.

Det är inte ofta vi är utlånade, så en liten påminnelse om att vi finns och gärna reser ut i länet, Hälsar Saga, Viggo och Max

Om ni har behov att låna dockan kontakta Åsa Lif på vuxenhabiliteringen. Både region- och kommunanställda kan ta kontakt.

På Vårdgivarwebben finns material att ta del av [Samverkan utveckling och föräldraskap \(SUF\)](#)

/Maria och Lisa

---

## Patienter med skyddade personuppgifter i Cosmic

Dokumentera kommande fysiska besök på papper vilket sedan ska förvaras inlåst på enheten. Brev skrivet utanför journalsystem kan skickas till patienten angående bokad tid. Tiden ska inte lämnas ut per telefon eftersom man inte kan säkerställa vem man pratar med.

Använd avidentifierad tidspärr i tidboken för att avsätta tid till avsedd resurs/personal när besöket planeras in för patienten. En vårdkontakt skapas när besöket äger rum.

[RUT-06670 Patientener med skyddade personuppgifter i Cosmic](#)

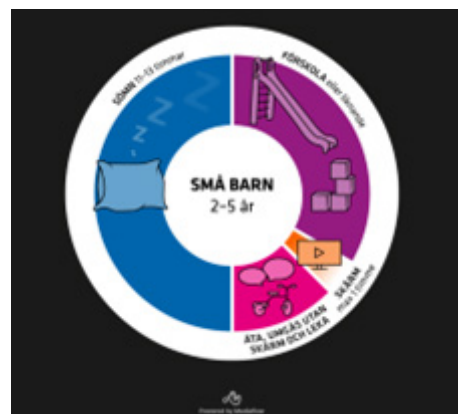
/Helena

## Material för samtal om skärm

Ni har nyligen fått material från Folkhälsomyndigheten och Mediemyndigheten. Samtalskort med handledning och en broschyr att lämna till vårdnadshavare. Broschyren kommer bli översatt till flera språk men finns ännu ej att ladda ner på hemsidan

[Skärmvägledning för vård och skola – Folkhälsomyndigheten](#)

/Helena



## Frågor och svar

### Fråga:

Det finns numera bilbarnstolar på marknaden som marknadsförs som säkra för barnet att åka framåtvänt långt tidigare än de 4-5 års ålder som vi alltid förespråkar på BVC. Stolen jag sett reklam för i sociala medier är Cybex Anoris T2. Den påstås vara säker för mindre barn att åka framåtvänt redan från 15 månaders ålder.

Stämmer det att denna stol ger tillräckligt med skydd för det lilla barnet så att barnet kan vändas framåt tidigare?

### Svar:

NTF och andra experter som arbetar med barns säkerhet i bil, är mycket tveksamma till framåtvända bilbarnstolar för den svenska marknaden.

Den svenska modellen är bakåtvänt åkande till minst 4 år, för att därefter börja åka framåtvänt i en bältesstol. Detta skiljer sig åt från övriga Europa där man vanligtvis vänder barnet tidigare.

Vi är övertygade om att den svenska modellen med bakåtvänt åkande tills barnet kan nyttja bilens skyddssystem tillsammans med en bältesstol är överlägset säkrast, vilket forskning och 50 års av erfarenhet har visat.

Idag finns det bakåtvända stolar som tar upp till 36 kg och 125 cm långt barn. Vi ser därför inte någon anledning till att ha en framåtvänd stol tidigare än vid 4-5 års ålder.

Sverige har en unik situation avseende barnsäkerhet i bil i världen, som många länder vill efterlikna. Vi vill värna om våra bakåtvända barnstolar som möjliggör detta.

[Barn i bil - Rikshandboken i barnhälsovård](#)

/NTF och Trafikverket

## Hur nöjd är du med rikshandboken?

Vartannat år frågar Rikshandboken sina användare om webbplatsen.

Enkäten består av 15 frågor och den tar cirka 5 minuter att besvara. Svaren är helt anonyma.

Enkäten är öppen till den 20 december.

[NKI - Rikshandboken 2025: Undersökningen genomförs via Webropol](#)

/Helena

# Vaccination och autism

Folkhälsomyndigheten påminner om stödmaterialet som finns för samtal om vaccination.

Detta har aktualiserats utifrån att amerikanska smittskyddsmyndigheten (CDC) har publicerat en webbsida där de anser att det behövs mer forskning för att kunna säga att vacciner inte är en orsak till autism. Dock är den vetenskapliga slutsatsen redan nu tydlig, och den är att autism inte orsakas av vaccinationer.

Autism är ett sätt att vara. Det är något man föds med och som man har hela sitt liv. Precis som med flera andra neuropsykiatriska funktionsvariationer beror autism på både ärftliga faktorer och på händelser före födseln (prenatala miljöfaktorer). I Sverige har 1–2 procent av befolkningen en autismdiagnos.

Det finns information om vaccinationer och desinformation kring autism på Folkhälsomyndighetens webbsida:

## [Frågor och svar om vaccination mot mässling, påssjuka och röda hund – Folkhälsomyndigheten](#)

- **Kan MPR-vaccin orsaka kronisk tarmsjukdom och autism?**

*Nej. I bland annat Danmark, Finland och USA har det gjorts stora epidemiologiska studier där man har jämfört förekomsten av autism och kronisk tarmsjukdom före och efter införandet av MPR-vaccination i respektive land. Inte i någon studie har man hittat något samband mellan vaccinationen och utveckling av någon av sjukdomarna. Världshälsoorganisationen (WHO) har också utrett frågan.*

- **Varför har MPR-vaccin misstänkts för att orsaka autism?**

*Misstankar om att MPR-vaccin skulle kunna orsaka autism tog fart i och med en studie publicerad 1998 i den vetenskapliga tidskriften The Lancet med efterföljande stor medial uppmärksamhet. Studien som var genomförd av en engelsk forskargrupp handlade om kronisk tarmsjukdom hos tolv barn med utvecklingsstörningar. Bland resultaten redovisades att föräldrar till åtta barn i studien kopplade uppkomsten av symptomen på beteendestörningar till MPR-vaccinationen. Även om författarna till Lancet-artikeln påpekade att ett samband mellan MPR-vaccin och autism inte hade påvisats genom studien, så kritiserades artikeln för att antyda detta (Lee et al., Lancet, 1998). De flesta i forskargruppen tog senare avstånd från tolkningen av artikeln (Murch et al., Lancet, 2004). Artikeln har sedan dragits tillbaka av Lancet (Lancet, feb 2, 2010). Flera stora och populationsbaserade studier som gjordes senare har inte visat något samband mellan MPR-vaccination och kronisk tarmsjukdom eller autism.*

## [Att prata om vaccination inom barnhälsovård, elevhälsa och andra verksamheter – Folkhälsomyndigheten](#)

/Helena

## FN:s konvention om barnets rättigheter

### Artikel 7 och 8

Handlar om att alla barn har rätt att veta vem han eller hon är.  
Barnet har rätt till ett namn och att vara medborgare i ett land.  
Barnet har också rätt att veta vilka som är barnet föräldrar.

# Aktuellt om amning

Processgruppen amning i vårdkedjan kommer regelbundet uppdatera informationen på denna sida. Processgruppens syfte är att hitta problem kopplade till amning i vårdkedjan och försöka åtgärda dessa, samt bibehålla och utveckla saker som redan är bra. Våra huvudsakliga mål är att förbättra amningsstatistiken i Värmland och förbättra föräldrars upplevelse av stöd från vårdpersonal vid problem med amning. Gruppen består av medarbetare från BVC, BMM, förlossningen, BB, eftervårdsmottagningen, avdelning 11, avdelning 12 och barnakuten. Om du önskar komma i kontakt med gruppen går det bra att mejla processledare Anna Hultman Åhling, [anna.hultman.ahling@regionvarmland.se](mailto:anna.hultman.ahling@regionvarmland.se)

## Amningsombudsträff

Amningsombudsträff planeras till eftermiddagen måndag 19 januari, inbjudan kommer.

## Kompetenskort amning

En gång per år ska varje medarbetare genomföra **amning kompetenskort** som finns i utbildningsplattformen, i detta ingår att göra Amning - stöd i amningsstart. I kompetenskortet måste varje bock klickas i när man genomfört alla delar. Detta för att det ska synas att du utfört kompetenskortet.

## Kunskapsstödet Bröstkomplikationer i samband med amning

Kunskapsstödet Bröstkomplikationer i samband med amning som ges ut av Region Stockholm och som Region Värmland använder håller på att revideras och ny version kommer framöver.

## Barnets nio stadier till att ta bröstet vid amningsproblem

Efter födseln går barnet igenom nio stadier innan det tar bröstet och börjar suga. Dessa stadier går barnet igenom innan det tar bröstet även senare under amningsperioden. Vid amningsproblem är det alltid en bra idé att börja om från början. Ha barnet hud mot hud i laid back position och låta barnet på nytt gå igenom de nio stadierna.

1. Försök till amningsstund,
2. Vilar, är tyst, slappnar av,
3. Vaknar upp, öppnar ögonen, små rörelser med munnen och huvudet,
4. Gör slickrörelser och munrörelser, greppar med händerna, rör sig,
5. Tar en paus igen, vilar mellan perioder av aktivitet,
6. Närmar sig bröstet med glid och kryprörelser,
7. Slickar på bröstvårtan, formar tungan, masserar bröstet,
8. Suger på bröstet, ammar,
9. Barnet somnar

/Anna Hultman Åhling

---

## Amningskurser till blivande föräldrar

Familjecentralen i Säffle har startat upp ett projekt med amningsmottagning. De erbjuder amningskurser till blivande och nyblivna föräldrar, digitalt. Erbjudandet gäller hela Värmland och är kostnadsfritt. Deltagarna kan anmäla sig till sin barnmorska eller BHV-sjuksköterska som i sin tur får mejla eller skriva Messenger i Cosmic till Benita von Essen. Anmälan till [benita.i.vonessen@regionvarmland.se](mailto:benita.i.vonessen@regionvarmland.se) (barnmorska)

Digitala amningskurser via Teams erbjuds följande datum, kurstiden är kl 13.00 - 17.00

18 december  
29 januari  
26 februari  
26 mars  
23 april

## 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 \(podbean.com\)](#)

/Lisa

---

## Bebispodden

<https://sverigesradio.se/barnradion>

/Lisa

---

## BVC-podden från barnhälsovården Region Stockholm



[BVC podden 151: NPF-familjer: Så får dom stöd och hjälp](#)

[BVC podden 152: Barn och känsloreglering "Det är lätt att hjälpa dom för mycket"](#)

[BVC podden 153: Intensivt föräldraskap: Varför får det mamma att må sämre?](#)

[BVC podden 154: Barn och mat: Hur skapas goda vanor?](#)

[BVC podden 155: Föräldraskap: 250 år av att lägga sig i](#)

/Helena

---

## Rikshandboken

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

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

/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

# 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](#)

### \* **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**

MI, Motiverande samtal grundkurs 14+15 januari samt 17 februari

[Anmälningslänk till Utbildningsplattformen](#)

## Kommande utbildningar:

### **December    Webinarium - Matprat utifrån ett samspelsperspektiv (Nestlé)**

9 december 14.00-15.30

[Länk till att registrera dig](#)

## **2026**

### **Januari        \* Automationer på BVC och samtycke - via Teams**

20 januari 14.30-16.00

alternativt

26 januari 13.00-14.30

Inbjudan kommer

### **Februari       Introduktionsutbildningar:**

#### **\* EPDS, Fråga om våld och Enskilt föräldrasamtal - preliminära datum**

4 och 18 februari

Inbjudan kommer