

2023-10-13

PPR-processtöd
Anna Noryd och Helena Nyström, BHV-samordnare



Hälsoråd till föräldrar

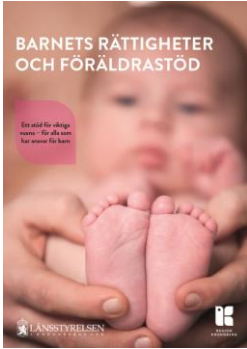
Undersökningar och erfarenhet visar att skriftligt material som delas ut används och läses aktivt av mycket få föräldrar. Många föräldrar har en gedigen skolunderbyggnad och har som regel tagit reda på fakta genom andra böcker och hemsidor. Den grupp som barnhälsovården särskilt vill nå läser inte alltid specialartiklar, böcker eller söker information via internet. Vi når dem inte heller med skriftligt material – inte ens om broschyren är bildrik och lättläst.

Barnhälsovården har ett utomordentligt stort förtroende som utvecklats genom att föräldrarna får personlig kontakt med erfaren personal, som man känner väl. Föräldrarna tror mer på muntlig information från en kunnig och välkänd person än på skrivna ord. Om BVC ger skriftlig information bör det **endast** vara som ett komplement till aktuellt hälsosamtal. Hälsosamtalet bör genomföras då barnet är i rätt ålder, för att föräldrarna ska vara motiverade att ta till sig informationen.

Tänk på att:

- Ta god tid på dig vid hälsosamtalet.
- Försök hitta rätt tidpunkt för information, när mottagaren är motiverad.
- Anpassa ditt språk till mottagaren.
- Kom ihåg att även välutbildade föräldrar (inklusive läkare, sjuksköterskor, pedagoger och psykologer) inte "vet allt" vare sig om barn eller deras hälsa.
- Utforska vad föräldrarna själva känner till med hjälp av öppna frågor som präglas av empati, intresse och värme. Reflektera kring det föräldrarna säger, ge positiv feedback. Erbjud vid behov ytterligare information.
- Ta reda på hur föräldern har uppfattat det du sagt. Komplettera vid behov med skriftlig information eller rekommendera sidor på internet som stöd.
- Använd broschyrer och annan skriven information när du bedömer att det behövs.
- Kom ihåg att Du själv i samspel med föräldrarna är den bästa informationskällan.

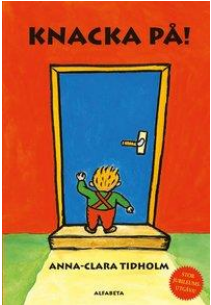
Material att använda inom barnhälsovården

	Små och stora steg tillsammans Beställs från Beställs från Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se) Insticksblad finns att beställa på olika språk i portalen för trycksaker	Första hembesöket
	Bråk och våld i familjen Finns på hemsidan för utskrift. Länk till frågeformulär att skriva ut (olika språk)	Första hembesöket. I nya upplagan av <i>Små och stora steg tillsammans</i> finns denna broschyr med. Frågeformulär vid 6-8 veckor, 3 månader, 18 månader samt 2,5 år
	Informationskort Beställs hos barnrättsstrateg Susann Svärd susann.sward@kronoberg.se	Vid behov
	Barns rättigheter och föräldrastöd Vänder sig till föräldrar och förklarar Barnkonventionen. Beställs från Beställs från Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se)	I föräldragrupp eller vid behov i samtal med föräldrar om Barnkonventionen.

	Välkommen till 4-årskontroll av hörseln. Finns på hemsidan för utskrift.	Delas ut tillsammans med tid till hörseltest vid 4 års-besöket.
	Minska risken för plötslig spädbarnsdöd Beställs från Socialstyrelsen. Finns översatt till andra språk. Sök här: https://www.socialstyrelsen.se/publikationer/	Första hembesöket Vägledning till personal: Minska risken för plötslig spädbarnsdöd (socialstyrelsen.se)
	Att förebygga platt eller sned huvudform Torticollis och skallasymmetri - Vårdgivare Skåne (skane.se) Finns på flera språk att ladda ner.	Första hembesöket
	Råd om mat till dig som ammar Beställs från Livsmedelsverket. https://www.livsmedelsverket.se/publicerat-material/sok-publikationer/broschyr/rad-om-mat-till-dig-som-ammar Finns att ladda ner på andra språk.	Vid behov

	Bra mat för spädbarn- under ett år Beställs från Livsmedelsverket. (finns på 15 språk att ladda ner) https://www.livsmedelsverket.se/publicerat-material/sok-publikationer/broschyr/bra-mat-for-spadbarn-0-1-ar	3-4 mån. Individuellt eller i grupp. Handledning till personal inom barnhälsovården: Bra mat för barn 0-5 år - Handledning för barnhälsovården (livsmedelsverket.se)
	Bra mat för barn-mellan ett och två år Beställs från Livsmedelsverket. (finns på 15 språk att ladda ner) https://www.livsmedelsverket.se/publicerat-material/sok-publikationer/broschyr/bra-mat-for-barn-1-2-ar	10-12 mån Handledning till personal inom barnhälsovården: Bra mat för barn 0-5 år - Handledning för barnhälsovården (livsmedelsverket.se)
	Vårdgivarwebben - Matvanor (regionkronoberg.se) Finns på flera olika språk och i olika format. Kunskapsstöd till materialet: Rapport (regionkronoberg.se)	hälsosamtal om mat och fysisk aktivitet.
	Grunda Sunda vanor Beställs från: Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se) Planeras nytryckning under 2022, kommer in då den finns i tryck.	4 års-besöket.

	D-vitamin till barn Livsmedelsverket	
	Faktablad till föräldrar. Information om den allmänna delen av det svenska vaccinationsprogrammet. Finns på flera olika språk. Bra att veta om vaccinationer — Folkhälsomyndigheten (folkhalsomyndigheten.se)	0-2 månader Till alla föräldrar
	Faktablad till föräldrar. Information om Rotavirus. Finns på flera olika språk. Bra att veta om rotavirus — Folkhälsomyndigheten (folkhalsomyndigheten.se)	Nyfödd
	Faktablad till föräldrar. Information att använda om föräldrar är tveksamma till vaccination. Finns på flera olika språk. Bra att veta om ditt barn är ovaccinerat — Folkhälsomyndigheten (folkhalsomyndigheten.se)	Vid behov

	Faktablad till föräldrar. Information att använda till föräldrar med risk för tuberkulos. Finns på flera språk. Bra att veta om vaccination mot tuberkulos — Folkhälsomyndigheten (folkhalsomyndigheten.se)	Vid behov
	Ett barn flera språk Foldern Ett barn - flera språk - Region Uppsala	Flerspråkiga familjer
	Knacka på Beställs från Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se)	8 månader
	Läs tillsammans Finns på Svenska, Arabiska, Farsi, Tigrinja och Dari hos bhv-samordnaren. Finns även på några andra språk för utskrift: https://www.1177.se/Kronoberg/Tema/Barn-och-foraldrar/Barn-i-varden/BVC-och-vaccinationer/Ge-barnet-spraklust---las-tillsammans1/	8 månader

	Barnets språk från ca. 6 månader Finns hos bhv-samordnarna på svenska. För utskrift på andra språk: Informationsmaterial (bokstart.se)	I föräldragrupp
	Barnets språk från ca. 3 år Finns hos bhv-samordnarna på svenska. För utskrift på andra språk: Informationsmaterial (bokstart.se) För utskrift på andra språk: Informationsmaterial (bokstart.se)	2½ år
	Föräldrainformation om KomIgång online Finns på flera olika språk Finns på hemsidan för utskrift.	Föräldrar som erbjuds föräldrastödsprogram KomIgång online.
	Ditt barn & dina pengar – en föräldraguide om privatekonomi av Finansinspektionen. Boken är gratis och går att beställa här: https://e-handel.atta45.se/Online/Default?qusr=qjfc4itq	8 mån
	Saga-sagor Fiffiga kroppen och finurliga knoppen Finns på svenska, engelska, arabiska och somaliska. Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se)	Hälsobesöket vid 5 år i samtal om levnadsvanor

	Tänk efter i vilket sällskap du berusar dig! https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/t/Tank-efter-i-vilket-sallskap-du-berusar-dig-Folder-till-nyblivna-foraldrar-/	Till nyblivna föräldrar vid enskilt besök eller i föräldragrupp. Handledning till barnhälsovården.  Handledning-Tank-efter-i-vilket-sallskap-du
	Tänk efter i vilket sällskap du berusar dig! Beställs från Folkhälsomyndigheten. https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/t/tank-efter-i-vilket-sallskap-du-berusar-dig-folder-till-foraldrar-med-barn-som-ar-ett-ar-eller-aldre/	Till föräldrar med barn som är ett år eller äldre.
	Alkoholbroschyr Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se)	Vid behov
	Tobaksfria barn Finns på flera språk Finns för utskrift: https://www.psykologermotobak.org/announcements/faktablad-pa-andra-sprak	Första hembesöket

	Fri från tobak Finns på flera språk För utskrift	Vid behov
	Frågor om rökning i hemmet den sista månaden Översatt på ett flertal olika språk. SiCET Frågor om rökning BHV 201808.pdf (rjl.se)	Används i samtal om tobak.
	Säkra barn - Trygga föräldrar Broschyr. Finns översatt till engelska, somaliska, arabiska, persiska, thailändska Beställ: http://publikationer.konsumentverket.se/sv/barn-och-foralder/ https://publikationer.konsumentverket.se/barn-och-foralder/sakra-barn-trygga-foraldrar-pa-andra-sprak	Samtal om barns säkerhet i föräldragrupp eller enskilt besök.
	Olika material om barns säkerhet Beställ hos Konsumentverket. http://publikationer.konsumentverket.se/sv/barn-och-foralder/	Vid behov i samband med samtal om barns säkerhet i föräldragrupp eller enskilt besök.

	Behöver ditt barn stöd från samhället? Beställs här: https://www.socialstyrelsen.se/publikationer/ För utskrift: https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ku_nskapsstod/2017-10-4.pdf	Vid behov
	Föräldraseparation när barnen är små Kunskapsmaterial Samtalsguide Föräldrabroschyr Föräldraseparation när barnen är små Vårdgivarguiden (vardgivarguiden.se)	Vid behov
	Att inte bo ihop när man har en bebis Kunskapsmaterial Samtalsguide Föräldrabroschyr Föräldraseparation när barnen är små Vårdgivarguiden (vardgivarguiden.se)	Vid behov
	Olika stödmaterial kring adoption, vårdnad och skilsmässa. https://mfof.se/sarskilda-innehallssidor/bestall-och-ladda-ned-publikationer.html	Vid behov
	Så vårdar du ditt sjuka barn. Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se)	Broschyr med mycket bilder, kan vara bra att använda till föräldrar som behöver lätt svenska men fungerar bra till alla.

	Kan man förebygga allergi och astma hos barn? <u>Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se)</u>	Till barn med ökad risk för utveckling av allergi. Med ökad risk avses: Spädbarn i familjer med minst två familjemedlemmar med omfattande och behandlingskrävande allergi
	Eksem hos barn och ungdomar <u>Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se)</u>	Till barn med eksem. Informationsbroschyr med råd och tips. Möjlighet att skriva ett smörjschema