

2026.03.02

Primärvården
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. Det kan underlätta om föräldrar får information muntligt från en kunnig och välkänd person än genom skrivna ord. Om BVC ger digital eller 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:

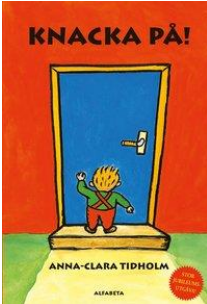
- Ta god tid på dig vid hälsosamtalet.
- Försök hitta rätt tidpunkt för information, när mottagaren är motiverad.
- Anpassa ditt språk till mottagaren.
- Kom ihåg att även välutbildade föräldrar inte "vet allt" vare sig om barn eller deras hälsa.
- Utforska vad föräldrarna själva känner till med hjälp 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.

Använd i första hand digitalt material viaänkbiblioteket, visa på skärmen vid besöket vid behov och skicka sedan länkarna via 1177 e-tjänsterna till föräldern om hen önskar detta.

I undantagsfall kan material skrivas ut från 1177 och ges till föräldrarna.

Spara inga utskrifter i förråd då dessa kan bli inaktuella.

Material att använda inom barnhälsovården

	Små och stora steg tillsammans Beställs från Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se) Insticksblad finns att beställa på olika språk i portalen för trycksaker	Första hembesöket
	Knacka på Beställs från Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se)	8 månader
	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=qjfc4itg	8 månader
	Grunda Sunda vanor Beställs från: Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se)	4 års-besöket.
	Saga-sagor Fiffiga kroppen och finurliga knoppen Finns på svenska, engelska, arabiska och somaliska. Brandkeeper - Region Kronoberg (incited.se)	5 års-besöket i samtal om levnadsvanor