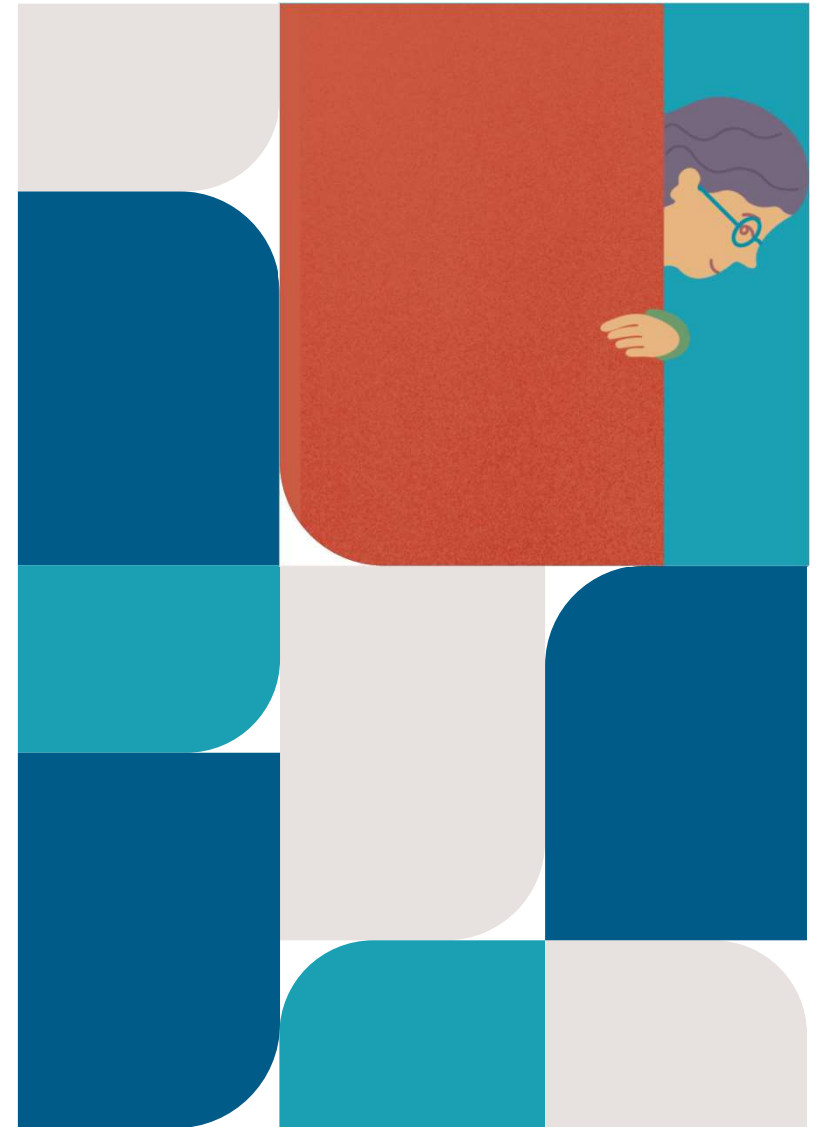


# Läkarforum 240422

## Central barnhälsovård

Maria Jansson, Barnhälsovårdsöverläkare  
Maria Bengtsson, Barnhälsovårdsdietist

Tema Nutrition



# Central barnhälsovård

- Vi arbetar tillsammans som en regional enhet.
- Ni kan delta i utbildningar var ni vill och kontakta vem ni vill.
- Målsättningen är en tillgänglig och jämlik barnhälsovård av hög kvalitet i hela regionen.

Barnhälsovårdsöverläkare, psykolog, verksamhetsutvecklare/specialistssk, logoped, dietist, administratör, områdeschef



# Digitala forum - för vem och varför?

- För alla som arbetar med barnhälsovård och/eller familjecentrerat
- För att informera om och fånga upp sådant som är viktigt i er arbetsvardag
- Högt och lågt – metoder, rutiner och riktlinjer, möten på BVC, visioner och mål
- Ersätter inte nyhetsbrevet som är vår huvudsakliga kanal för aktuell information



# Hur?

- Dialog
- 1,5 tim
- Tider och schema på hemsidan
- Ingen föranmälan krävs
- Vi för inga anteckningar
- Eventuella bilder läggs på Central barnhälsovårds hemsida
- Hör av er om ni önskar något särskilt tema



# Dagens tema

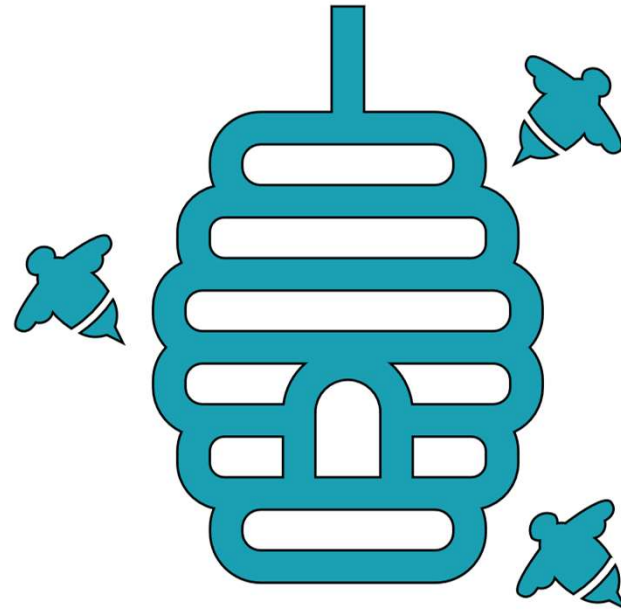
- Vegankost till barn
- Kolik
- D-vitamin
- Järn
- Tillväxttrend att reagera på
- Matintroduktion och allergiförebyggande råd
- Ättsvårigheter och selektivitet



# Prata i mindre grupp

## Kan barn äta växtbaserat (veganskt)?

- Vad finns det för evidens och vad tycker vi?
- Fördelar, utmaningar, risker?



# Att tänka på vid växtbaserad kost



Det viktigaste är att höra med föräldrarna så att de har tillräcklig kunskap för att ge sitt barn en växtbaserad kost.

Att de har koll på vilka näringsämnen som saknas i vegankosten och hur de kompletterar med dessa.



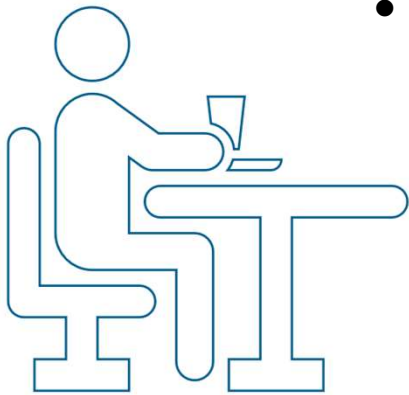
Främst är det vitamin **B12**, järn och selen som är utmaning.

Samt att det inte finns några kosttillskott för de minsta barnen.



Fokusera på vad och hur ersätta det som utesluts!

# Vilka kan behöva träffa dietist?

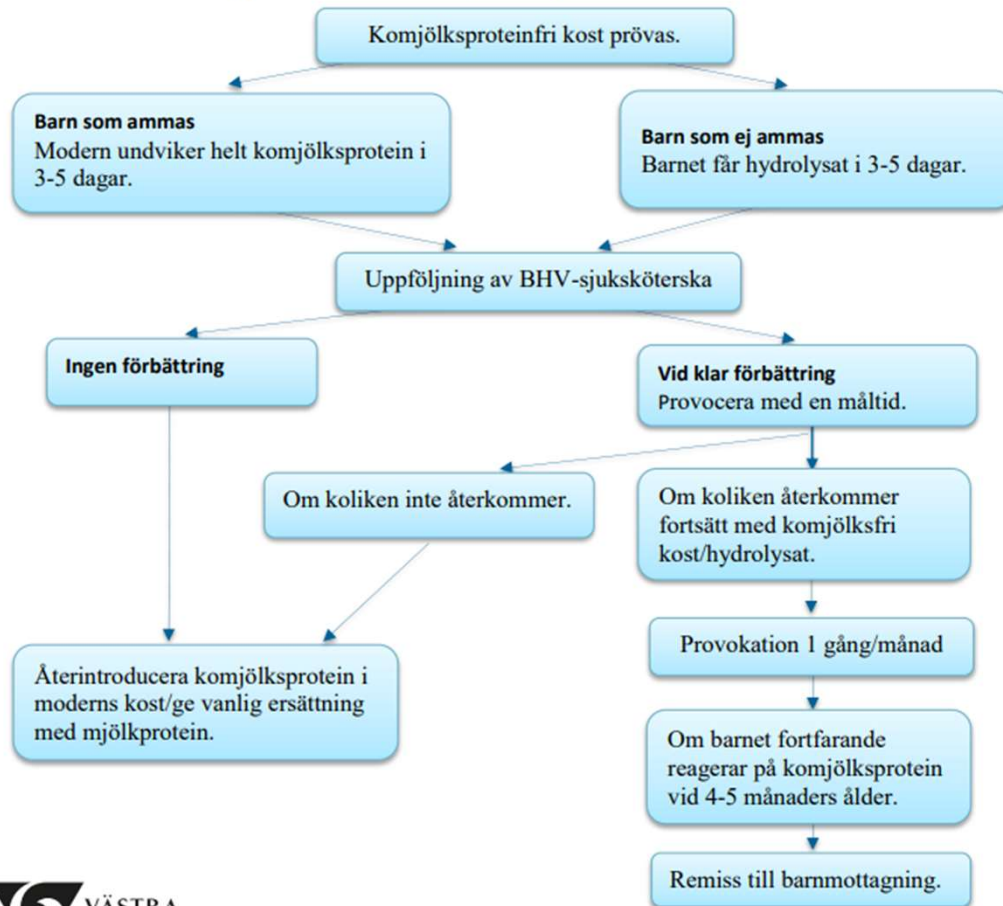


- Barn som äter uteslutande växtbaserad kost? Nja...
- Men dessa!
  - Barn med vikande tillväxt
  - Barn med samtidig födoämnesallergi
  - Barn som inte får berikade produkter och/eller tillskott i tillräcklig mängd
  - Barn som är selektiva och då utesluter hela livsmedelsgrupper
- Föräldrar som upplever att deras kunskap är begränsade kring barns näringsbehov och vegetarisk kost eller vid oro hos BVC och/eller föräldrar över näringsintaget?
- **Var specifika i frågeställning vid eventuell remiss!**

Stödande dokument

## Flödesschema för BHV enbart vid kolik

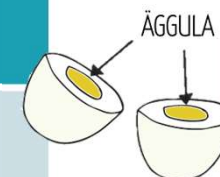
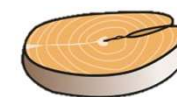
(Otröstbar skrikighet utan andra symtom)



### **OBS!**

Komjölksproteinfri kost ska initieras av läkare då det är ett preparat som kräver förskrivning av läkare för subventionering.

# D-vitamin



Grupper	Tillskott per dag
Alla barn under 2 år	10 mikrogram (5 D-droppar)
Barn och vuxna som inte äter fisk	10 mikrogram
Barn och vuxna som inte äter D-vitaminberikade livsmedel	10 mikrogram
Barn och vuxna som bär kläder som täcker ansikte, armar och ben eller inte är ute i solen under sommaren	10 mikrogram
Barn och vuxna som bär kläder som täcker ansikte, armar och ben eller inte är ute under sommaren <b>OCH</b> som dessutom inte äter fisk och/eller D-vitaminberikade livsmedel	20 mikrogram

# Järn

- Födelsevikt under 2500 g pga prematuritet och/eller SGA
- Ska skrivas ut på BB men bra att följa upp vid besök 4 v
- Ges som regel från 6 v till 6 m ålder (barn med fv 1500-2500 g annan regim men sköts på neo)
- Licenspreparat, Glutaferro
- [Tillverkningen av Niferex orala droppar har upphört. - Vårdgivarwebben Västra Götalandsregionen \(vgregion.se\)](#)
- [1307\\_4.8.pdf \(eped.se\)](#)

# Undervikt

- Barn yngre än två år: BMI minus 2 SD eller under
- Barn från två år: BMI minus 2,5 SD
- Påverkan på längd- eller skalltillväxt!
- Deviation mer än minus 0,5 SD ska leda till bedömning
- Viktigt att upphöra med berikning om vikten förbättras
- [Bristande viktuppgång och undervikt - Rikshandboken i barnhälsovård \(rikshandboken-bhv.se\)](https://rikshandboken-bhv.se/bristande-viktuppgang-och-undervikt)

# Allergiförebyggande råd

- Introducera alla livsmedelsgrupper under första levnadsåret.
- Inklusiva gluten, fisk, ägg, mjölk och nötter.
- Finns studier som visar att tidig introduktion av jordnöt minskar allergirisk
- Spännande forskning pågår
- [Early food introduction can reduce risk of food allergy in children | Karolinska Institutet \(ki.se\)](#)

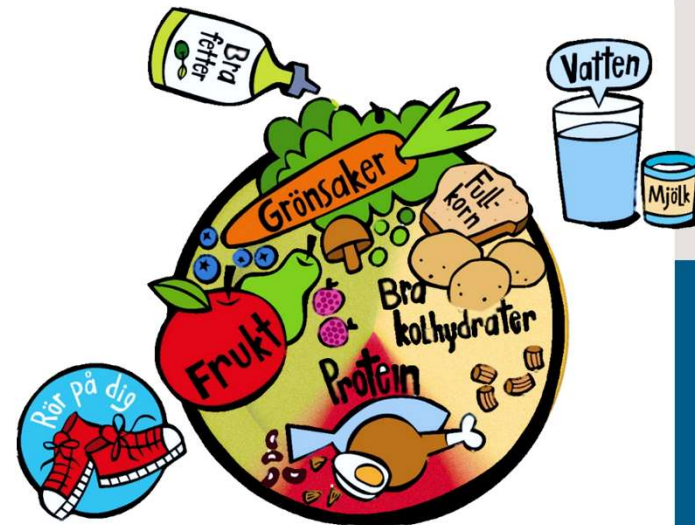
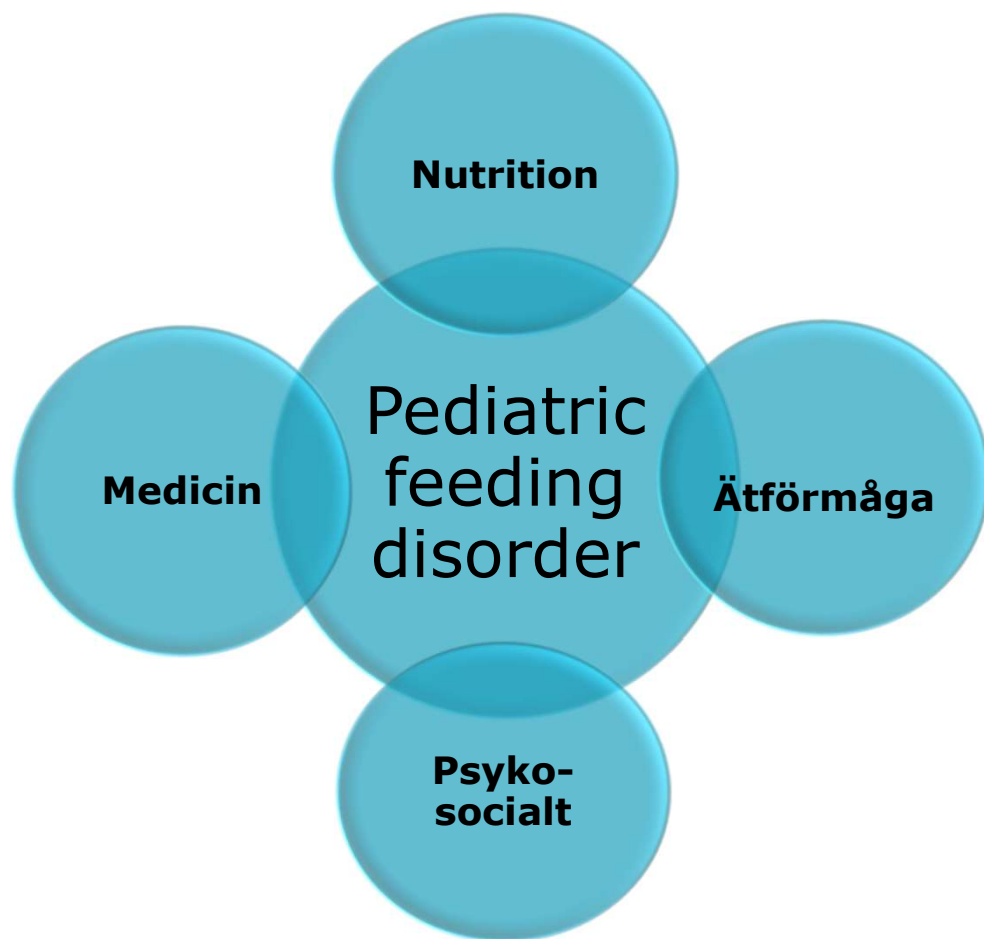


Illustration är basad på Harvard T.H. Chan School of Public Health 2016

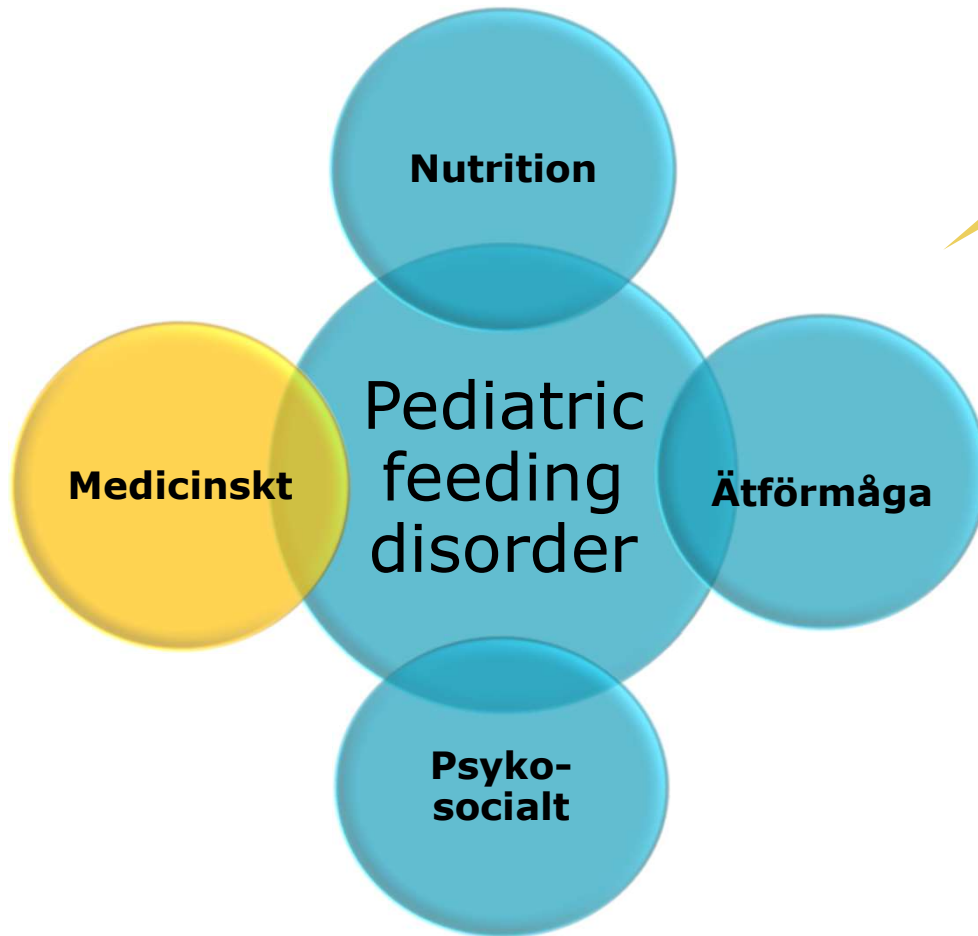
[Allergiförebyggande råd - Rikshandboken i barnhälsovård \(rikshandboken-bhv.se\)](#)

# PFD- Ättsvårigheter hos barn



Vid kartläggning inom BHV:

- Är ätandet som förväntat vid åldern? (oavsett kurva)
- Var i ätutvecklingen är barnet?
- Vad hindrar barnet från att äta?
- Ligger det hos barnet eller föräldern?
- Hur blir måltiderna?



”Det gör ont”

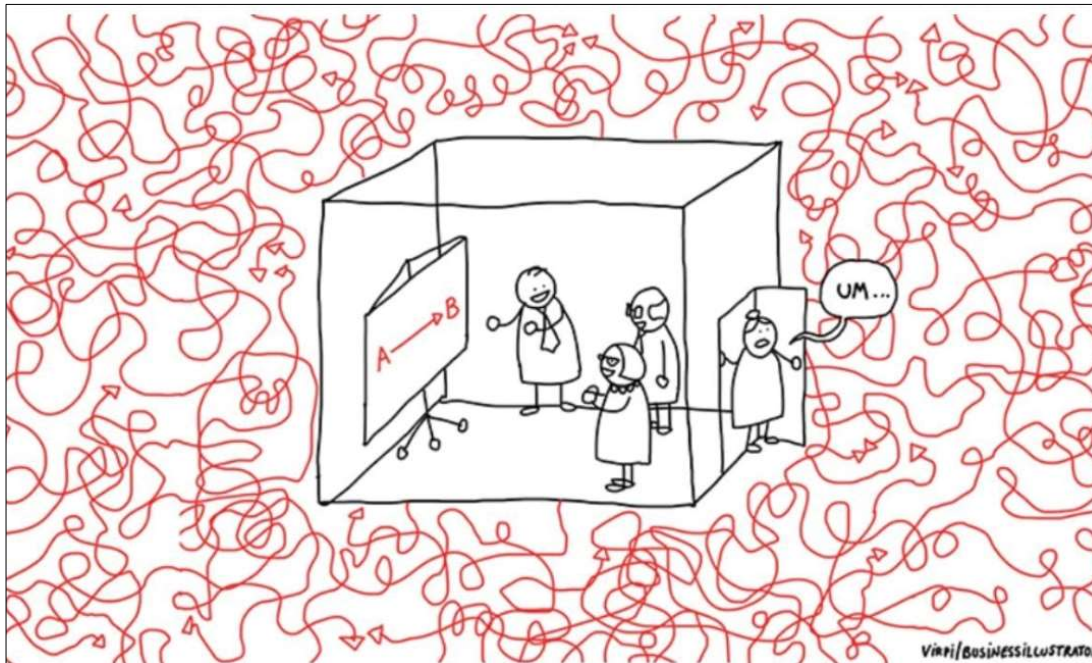
**Tecken på att barnet har medicinska problem:**

- Kräkningar
- Magont/förstoppning
- Sväljsvårigheter
- mm



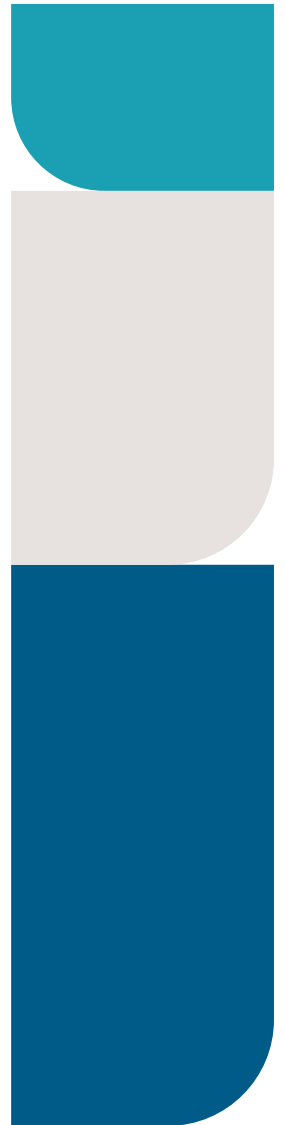
# Fälla!

För stort fokus på näring och energi som barnet (inte) får i sig istället för färdigheter, vanor och förutsättningar som utvecklas när vi äter.



# Deltagare och utvärdering

## Läkarforum 2024-04-22



# Kommande utbildningar

- BHV-dagarna 2024
- Pediatrisk nutrition
- Vaccinationsutbildning för läkare september 2024



# Tack för idag!

## Nästa läkarforum i höst

Önskemål?

