

**Det här bildspelet är producerat av
regionkontorets strategiska
barnhälsovård
2023**

Välkommen till barnhälsovårdens föräldragruppsverksamhet

Barnets unika utveckling
Avslutning



Det kompetenta barnet

- Nu är ditt barn 12 månader, dvs 1 år, och det är stort sak - åtminstone för dig som förälder
- Jag-utveckling – barnet börjar känna igen sig själv på bild och i spegeln
- Barnet kan komma ihåg var saker finns, t.ex. att nallen ligger i sängen och att skorna står i hallen
- Många barn kan gå själv
- Några med stöd med ena handen



”Nej!” – att ha en egen vilja

Det händer mycket i ett barns utveckling mellan ett och två års ålder

- Barnet börjar gå
- Säker sina första ord
- Kan alltmer dela känslor och upplevelser med andra människor



Språkutveckling

Barnets första ord

- En lek som många barn uppskattar i den här åldern är att peka ut föremål, både i verkligheten och på bild
- Någon gång mellan ett och två års ålder brukar barn säga sina första ord och sedan ökar ordförrådet snabbt



Barnets språkförståelse

- Stor variation mellan barn, kön och syskon
- Barn i den här åldern förstår normalt enkla uppmaningar, exempelvis hämtar eller lämnar barnet gladeligen det du frågar efter
- Barn förstår mycket mer av språket än vad de själva kan ge uttryck för
- Det är dock inte bara den verbala språkförståelsen som ökar barnet börjar även bli allt mer medveten om andras känslor



Mun- och tandhälsa

Munnen

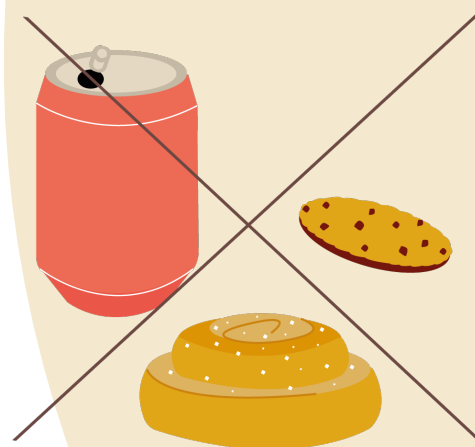
- Fasa gärna ut nappen och nappflaskan
- Låt munnen vila mellan måltiderna
- Borsta tänderna
- Använd tandkräm med fluorid
- Barnet kan koordinera munnens olika delar



Mat och näring

Matvanor

- Viktigt med bra matvanor, regelbundna måltider
- Barnet kan dricka ur en mugg, sluta med nappflaskan
- Nattmål - barn i den här åldern behöver inga nattmål
- D-vitaminsdroppar - fortsätt använd fram till 2 år
- Undvik sötade drycker, godis, bullar, kakor m.m.
- Erbjud greppvänliga fruktbitar och grönsaker, undvik "klämmisar"



Barnsäkerhet

Barnsäkerhet och rörelse

Barn i den här åldern blir alltmer självständiga och vill utforska omgivningen. Kanske tar barnet sitt första lite bredbenta och stela steg. Barnet utvecklar sin motorik och koordinationen förfinas

- Medicin
- Klorflaskan och WC-ankan vid toaletten
- Fallskador, trappor och öppna fönster
- Brännskador
- Cykelhjälm i cykelvagn och barnsadel
- Babyskydd eller bilbarnstol



Vardagsliv

Syskon

- Att få första barnet jämfört med tvåan, trean...
- Syskonrelationer
- Syskonbråk
- Tjuvnyp, bett, bråk



Förskolan och familjedaghem

- Vid 12 månaders ålder är det många som börjar på förskolan
- Antalet Infektioner per år kommer att öka hos barn när dom börjar på förskolan.
- Inskolning och vistelsetider
- Ute mer än inne



Balans mellan familje- och yrkesliv

- Yrkesarbete
 - dåligt samvete
 - föräldraledighet – dela
- Forskning visar att en jämnare fördelning av omsorg om barn, hushållsarbete och föräldraledighet leder till: stabilare relationer, färre separationer och mindre inkomstskillnader mellan män och kvinnor
- Detta gynnar barns hälsa, utveckling och välbefinnande och de får en bättre relation till båda föräldrarna



Avslutning och sammanfattning

- Detta var sista gången som denna grupp träffas i denna konstellation
- Hädanefter kommer ni att kallas till BVC vid 18 mån, 2, 3, 4 och 5 år
- Självkklart får ni höra av er vid behov
- Vad gäller vaccinationer så återstår 12 mån, 18 mån och 5 år
- Ni kan fortsätta att träffas



Övrig information och råd

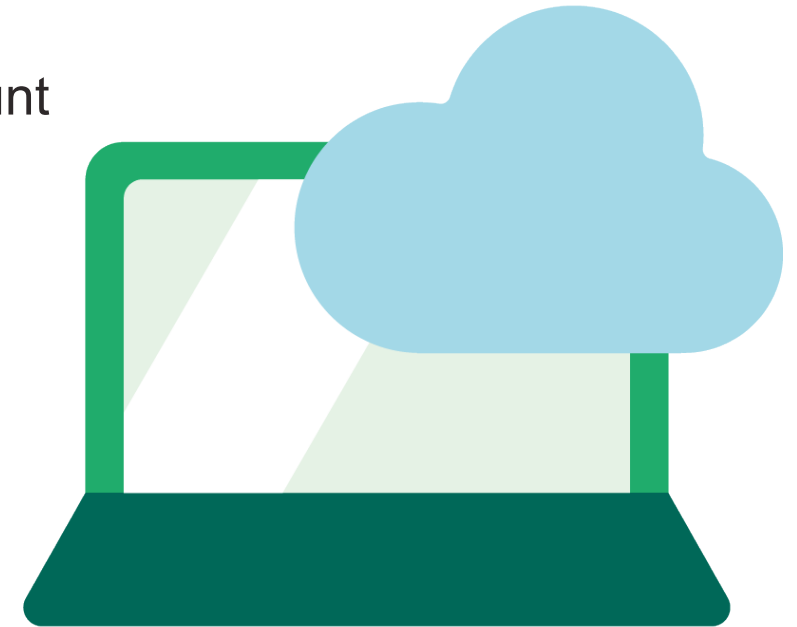
Vaccinationer under barnets första fem levnadsår

Barnets ålder	6-8 v	3 mån	5 mån	12 mån	18 mån	5 år
Rota virus	Dos 1	Dos 2	Dos 3			
Difteri		Dos 1	Dos 2	Dos 3		Dos 4
Stelkramp		Dos 1	Dos 2	Dos 3		Dos 4
Kikhosta		Dos 1	Dos 2	Dos 3		Dos 4
Polio		Dos 1	Dos 2	Dos 3		Dos 4
Haemph.infl B		Dos 1	Dos 2	Dos 3		
Pneumokocker		Dos 1	Dos 2	Dos 3		
Mässling					Dos 1	
Påssjuka					Dos 1	
Röda hund					Dos 1	



Råd om vård dygnet runt

- På 1177.se kan du läsa om sjukdomar och behandlingar. Här kan du också hitta vårdmottagningar och använda e-tjänster för att kontakta vården
- 1177 är också ett telefonnummer du kan ringa för sjukvårdsrådgivning, det är alltid tillgängligt, hela dygnet året runt





Länkar med mer information

- [Barnets utveckling 6-12 månader - 1177](#)
- [Barnets utveckling 1-2 år – 1177](#)
- [Borsta tänder på barn - 1177](#)
- [Munhälsoutveckling bland barn i förskoleålder \(socialstyrelsen.se\)](#)
- [Barn 1-2 år \(livsmedelsverket.se\)](#)
- [Olyckor & skador – 1177](#)
- [Att få syskon – 1177](#)
- [Infektioner hos barn – 1177](#)
- [Barnets utveckling 1-2 år - 1177](#)
- [Rätt till förskola – Skolverket](#)
- [FN:s konvention om barnets rättigheter | barnkonventionen.se](#)
- [barnvaccinationer-tabell_200709.pdf \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)



Gerd Almquist-Tangen, barnhälsovårdsstrateg
Regionkontoret, gerd.almquist-tangen@regionhalland.se