

TEMA:
VÅRDVAL

Mödravård på
väg till jobbet sid 5

Stefan fick hjälp
i tid med KBT sid 6

Att leva med smärta
– hjälp finns för alla sid 8

Många valmöjligheter för barnfamiljen:

Allt under ett tak avgjorde valet sid 4

Allt under samma tak avgjorde valet för familjen Evertsson

Du kan i princip välja vilken barnavårdscentral du vill i hela Skåne för ditt barn. Många väljer ändå den som ligger närmast där de bor. Men inte alla. För familjen Evertsson i Hässleholm var mervärdena hos den BVC de valde viktigare än geografin.

I EN VILLATRÄDGÅRD på Ljungdala i nordöstra Hässleholm är Viktor Evertsson fullt sysselsatt med att lasta fallna höstlöv i sin lilla "rullebör". Tio minuters promenad härifrån ligger närmsta

barnavårdscentral (BVC), nära och bra. Men det var inte där Viktor fick sin två- och ett halvt års-kontroll för ett drygt år sedan. Mamma Sara hjälper Viktor med löven medan hon berättar

om hur hon och pappa Håkan tänkte när de valde BVC:

– Vi valde Familjens hus inne i Hässleholm. Det är tre gånger längre dit, men vi tyckte det verkade bra med flera verksamheter samlade under samma tak. Vi har verkligen inte ångrat vårt val.

Extra hjälp nära

Familjens hus i Hässleholm är ett rött tegelhus på Tredje Avenyn där barnhälsovård,



”När det andra barnet var på väg var det både tryggt och praktiskt att ha mödravård och barnavård på samma ställe.”

Håkan Evertsson



Håkan, Elin, Viktor
och Sara

barnmorskemottagning, öppen förskola och social rådgivning finns i lokaler alldeles intill varandra.

– Det blir inte en så stor sak om man behöver söka extra hjälp med något. Kan inte sköterskan svara, kan hon höra vidare med andra kollegor. Och även om jag bara är på besök på öppna förskolan eller babycaféet finns alltid någon att ställa frågor till.

Tryggt och praktiskt

Håkan Evertsson går runt i trädgården med ett litet "paket" på armen. Det är dottern Elin, född sent i somras, som inte sett någon anledning att vänta med sin middagslur utan snusat in sig hos pappa.

– När det andra barnet var på väg var det både tryggt och praktiskt att ha mödravård och barnavård på samma ställe. Och ta bara en sån sak som när Elin har tid på BVC nu – då kan Viktor leka och ha roligt på öppna förskolan under tiden, säger pappa Håkan.

För mamma Sara har det varit särskilt värdefullt att föräldragruppen hon gick med i under graviditeten kan fortsätta ända tills barnet är ett år.

– Som mammaledig är det lätt att känna sig lite ensam och isolerad. Nu träffas vi mammor och delar erfarenheter under en längre tid. Det är en styrka. ■



Vännernas val vägledde Elin

Nära till jobbet och rekommenderad av vännerna. Det blev avgörande när Elin Johansson i Lund valde barnmorskemottagning under sin första graviditet.

ELIN JOHANSSON bor på Nöbbelöv i Lund med sambon Thomas Hermansson, och tillsammans väntar de sitt första barn. När det var dags att välja barnmorskemottagning valde Elin Admira Kvinnohälsa på Sankt Lars-området – i andra ändan av stan.

– Jag tittade först efter ställen som låg närmare där vi bor, men min svägerska och flera av mina vänner hade gått hos Admira och var jättenöjda. Dessutom ligger det nära mitt jobb på Tetra Pak, så valet blev naturligt, berättar Elin.

– Mina bekanta sa att man verkligen kände sig trygg och omhändertagen här, och det har varit viktigt för mig. Det är en helt ny värld som öppnar sig när man blir gravid.

En bonus hon haft glädje av efterhand är vattengympan som barnmorskemottagningen anordnar på Högevallsbadet.

– Jag är van vid att träna två till tre gånger i veckan, men en bit in i graviditeten fick jag ont i ryggen och var tvungen att sluta. Vattengympan är ett skönt sätt att få röra sig lite och samtidigt träffa andra blivande mammor. ■

4 vårdval för barnfamiljen

För dig som har barn eller väntar barn finns fyra vårdval att göra, där du/ni kan välja den vårdgivare som passar just era behov och önskemål bäst.

– **Barnmorskemottagning.** Mödravård och föräldrautbildning för gravida och blivande föräldrar.

– **Barnavårdscentral (BVC).** Hälsovård för barn 0–6 år samt råd och stöd för föräldrar.

– **Vårdcentral.** Du vänder dig i första hand till din vårdcentral när du är sjuk eller har frågor om din hälsa. Ditt barn ska listas

på en vårdcentral och BVC, eftersom BVC endast har hand om hälsovård – när ditt barn är sjukt kontaktar du vårdcentralen.

– **Barn- och ungdomstandvård.** Alla barn har kostnadsfri tandvård t o m december det år de fyller 19 år.

Alla mottagningar har avtal med Region Skåne och drivs privat eller offentligt. Gör du inte ett aktivt val listas du på den mottagning som ligger närmast din bostad.

Läs mer på: www.1177.se/skane/halso-vardval.