

# Se hela barnet

*Det låter som en självklarhet, men det är inte alltid det. Att se till hela barnet, att förstå att svårigheter med sömn, övervikt eller magont kan hänga ihop med psykiatriska problem. På BUMM vid Brommaplan finns PRIMA som behandlar både kropp och själ.*

PRIMA stannar aldrig utan önskar alltid utvecklas och söka nya vägar att hjälpa, stödja och bota patienter. En väg till utveckling är stödet PRIMA ger till forskningen. En annan är att arbeta på nya sätt.

Våren 2019 öppnade PRIMA BUMM, barn- och ungdomsmedicinsk mottagning vid Brommaplan. Här i västerort fanns en brist på den så kallade första linjens psykiatri, en verksamhet som tar emot barn och unga som visar tecken på att må psykiskt dåligt i ett tidigt skede.

Mottagningen riktar sig till barn och ungdomar från 0 till 17 år, och som har en sjukdomsbild som är komplicerad. PRIMA BUMM erbjuder även tider för akuta sjukdomar såsom feber och öronbesvär främst för barn under ett år. Hit kommer också barn med frågor kring till exempel allergiska sjukdomar, astma, magbesvär och tillväxt, men även de med problem med eksem eller övervikt.

Här finns barnläkare, psykologer, barnpsykiater och sjuksköterskor som har ett nära samarbete med varandra. Annika El-Masri är enhetschef och leg läkare, specialist i barn- och ungdomspsykiatri.

– Vi är en barnläkarmottagning med målet att få ihop somatiska och psykiatriska problem. Att se till hela barnet.

Kropp och själ, helt enkelt.

– Vi sitter tillsammans, med olika kompetenser, berättar Annika. Det underlättar för både patienten och oss. Om ett barn kommer hit med värk eller ont i magen, kan vi behandla smärtan samtidigt som vi kan nysta i varför den uppkommer. Finns det en stress i skolan? Hur är det hemma?

## SAMARBETE ÖVER GRÄNSER

Att arbeta mer integrerat och i samma lokaler gör att barnet och familjen lättare har tillgång till olika professioner som kan ge hjälp från skilda perspektiv, utan att behöva gå till olika vårdinstanser.

– Många barn kommer hit på remiss från skolhälsovården och vår målsättning är att det samarbetet ska utvecklas så att vi lär

av varandra, och vilka signaler vi ska vara uppmärksamma på. Skolan känner ju barnet väl och när vi arbetar tillsammans vinner vi mycket tid i behandlingen av barnet.

Kanske söker sig en patient till PRIMA BUMM för övervikt och träffar barnläkare. Efter en period av svårigheter ser doktorn en ADD-problematik (Attention Deficit Disorder) och påbörjar en utredning. Även den görs här. När en korrekt diagnos är ställd kan man påbörja medicinering vilket i sin tur hjälper patienten att komma igång med livsstilen. På så vis kan PRIMA hjälpa ett barn att komma tillrätta med både orsak och symtom.

Många av de riktigt små barnen kommer från Barnvårdscentralerna. BVC är lyhörda för om föräldern till exempel är slutkörd efter sömnlösa nätter.

– De kan då komma till mottagningen med önskemål om sömnmedicinering, men parallellt med det kan vår psykolog fånga upp barnet och ge föräldrarna det stöd de behöver och önskar, säger Annika.

Som exempel kan ges en femårig flicka som kom på remiss från BVC, hon hade selektivt ätande och träffade barnläkare för att kontrollera hennes viktnedgång. Snart får hon kontakt med dietist och parallellt med detta påbörjas kontakt med psykolog för att hitta sätt att bryta låsningar och ge föräldrar stöd i hur de kan hantera matsituationer.

Vissa små barn är svårare att vara förälder till. Det behöver inte vara en diagnos i botten. Då kan PRIMA ge stöd till föräldrarna.

– Vi erbjuder allt från rådgivning under ett möte, till mer omfattande föräldrastöd eller KBT-behandling. Vi utgår från hur man kan förstå barnet och sätta gränser utan att förstöra relationen, berättar Annika. En del barn är viljestarka, en styrka man kanske inte önskar stävja men som är något att förhålla sig till. Vi planerar också för möjligheten för föräldrar att gå på gruppträffar. Att träffa andra föräldrar som berättar om liknande situationer som du själv är vid, ger en samhörighet och förståelse för att man inte är ensam.

## STÖD I GRUPPEN

För barn över tolv år finns en bas-behandling som inkluderar hela familjen.

– Det är som en känsluskola men ger också grundläggande information om hur kroppen fungerar och förklarar behovet av sömn och kost, berättar Annika. Först görs en bedömning om familjen vill och kan gå, därefter görs stegvisa insatser. Steg ett är psykoedukation om mat och sömn. Därefter bygger vi vidare med en känsluskola som lär familjen att hantera de olika situationerna som brukar uppstå. I sista steget blir det KBT-baserad färdighetsträning.

Det finns en stor vinst i att arbeta i grupp med patienter. Både barn och vuxna lär av varandra och upplever stöd i gruppen, och PRIMA kan på så sätt även nå ut till flera med den kunskap som ibland gör hela skillnaden i vardagen. Under våren ges även en psykoedukativ föreläsning. Den ger kunskap om ADHD (attention deficit hyperactivity disorder), om vilken behandling och hjälp man kan få.

## NÄRHETEN UNDERLÄTTAR

Annika återkommer till värdet av att rent fysiskt befinna sig nära varandra. Vikten av att PRIMAs barnläkare inte bara skriver ut mediciner mot de fysiska symtomen utan även ser att det kan vara ett psykiskt problem som ligger till grund för problemet.

– Det kom en pojke i tonåren till oss. Han hade varit hemma från skolan under en lång tid. Hans värk var svår och ingen utredning visade några svar på vad det kunde vara. Men värken var kraftig och pojken blev väldigt isolerad.

På PRIMA fick han behandling mot värken samtidigt som familjen kunde fångas upp.

– Vi såg deras förtvivlan och psykiska mående. Här blev de lyssnade på och fick behandling mot depression. Vi har även kontakt med BUP och socialtjänst, som kan vara till stor hjälp.

Ibland är det svårt att veta vad smärta beror på. En dag kom en sextonårig pojke akut till BUMM, han har tidigare tillkallat ambulans för sina hjärtbesvär, och har kraftig oro för kroppsliga sjukdomar. När barnläkare inte finner några kroppsliga orsaker till besvären får han en remiss till psykologen. Där utreds han för panikångestattacker. Nu får han hjälp som gör skillnad. Tack vare psykoedukation om panikångest och verktyg



(Från vänster) Alexandra Kährström, leg psykolog. Adrian Iliste, leg psykolog. Annika El-Masri, enhetschef och leg läkare, specialist i barn- och ungdomspsykiatri. Kelemework Elias Yigletu, leg läkare, specialist i barn- och ungdomsmedicin, medicinskt ansvarig barnmedicin. Anneli Täppmark, barnsjuksköterska.

att hantera attackerna är han efter ett par besök helt besvärsfri.

Annika vill också poängtera vikten av den nära kontakten som många patienter har med PRIMAs sjuksköterskor. De har en tät kontakt och kan ge rådgivning, prata sömn och dela ut mediciner. I mötet uppstår en förståelse som har betydelse.

– Våra sjuksköterskor är så viktiga, de har ofta en personlig och tät kontakt med patienterna. De ser de två sidorna tydligt. Både den kroppsliga och den själsliga.

**Våra sjuksköterskor är så viktiga, de har ofta en personlig och tät kontakt med patienterna**