

- ✓ Barn tar skade av å bli direkte utsatt for vold f.eks. risting og slag. Det er like skadelig dersom barnet er vitne til eller på annen måte merker at det skjer vold i hjemmet f.eks. skriking, knusing og slag. Til og med små barn får ofte med seg mer enn du tror!
- ✓ Barn som på en eller annen måte opplever vold, kan få skader i hjernen som gjør det vanskelig å huske og lære. De får ofte problemer i kontakten med andre barn og voksne.
- ✓ Dersom du eller andre trenger noen å snakke med om vold, kan du ta kontakt med:

Familiens hus/Helsestasjonen	51 74 21 80 Jørpeland
	51 74 21 60 Tau
Barneverntjenesten	51 74 31 30
Politiet	02800

Ved akutthjelp ring 113 (ambulanse) eller 112 (politi)

Litteratur og aktuelle lenker finner du på:

regjeringen.no
barneombudet.no
jegvilvite.no
atv-stiftelsen.no



Informasjon fra helsestasjonen hjemmebesøk etter fødsel om rusmidler og vold

Om bruk av rusmidler

Spedbarn og småbarn kan bli utrygge og engstelige når mor eller far er påvirket av alkohol.

Barna merker at de voksne oppfører seg annerledes.

- ✓ Morsmelk har samme alkoholkonsentrasjon som mors blod.
- ✓ Alkohol brytes langsomt ned hos spedbarn fordi leveren er umoden. Derfor kan selv små mengder alkohol være skadelig. Det tar kroppen 1- 3 timer å bryte ned alkoholen i ett glass vin.
- ✓ Nasjonalt kompetansesenter for amming anbefaler å vente 3 timer før amming etter ett glass vin. Ved to glass vin, må du doble tiden.
- ✓ Alkohol endrer lukten på melken. Mange spedbarn vil derfor ikke ha den.
- ✓ Melkeutdrivningsrefleksen blir hemmet når mors alkoholkonsentrasjon overstiger 0,5 promille.
- ✓ En del medisiner kan gå over i morsmelka.

Vi oppfordrer dere til å snakke om, og tenke gjennom dette i familien!



Når ting er vanskelige...

Det er vanlig at foreldre er slitne og frustrerte i perioder, spesielt dersom babyen er utrøstelig og gråter lenge. Dersom du føler at du holder på å miste kontrollen, er det viktig at du legger babyen fra deg på et trygt sted og tar en liten pause. Be om hjelp.

Rist aldri barnet ditt!
Det å miste kontrollen, bare for et lite øyeblikk, kan forårsake store skader og død.

(Vi anbefaler informasjonshefte og DVD som deles ut på sykehuset)