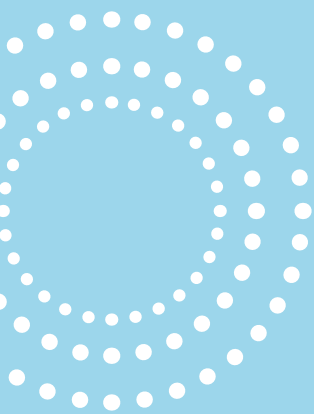


# Torr bakom öronen

## – om hygienprodukter för barn

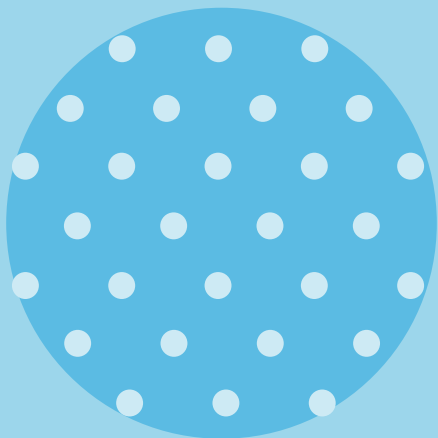
*- Information och råd till gravida  
och småbarnsföräldrar*

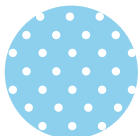




# Hygienprodukter noggrant anpassade efter våra minstas behov

Den här foldern är till dig som är gravid eller är småbarnsförälder. Den är en guide i frågor som rör barn och hygien och syftar till att besvara frågor som kan uppstå i samband med att du börjar använda hygienprodukter för barn. Vår förhoppning är att informationen ska vara till god hjälp. Vi önskar dig lycka till i din viktigaste roll i livet – den som förälder.






Vi som satt samman denna folder är en branschorganisation för företag som säljer kosmetika och hygienprodukter på den svenska marknaden. KTF står för Kemisk-Tekniska Leverantörförbundet och en av våra viktigaste uppgifter är att sprida kunskap om kosmetika och hygienprodukter, t.ex. tvål, tandkräm, schampo och krämer.

### **Om säkerhetskrav på hygienprodukter för barn**


Barns hud är känsligare än den hos vuxna. Hudens naturliga skyddsfunktioner är ännu inte utvecklade, vilket ställer höga krav på hygienprodukter för barn. Hygienprodukter för barn är framtagna utifrån deras särskilda behov. Använd därför i första hand produkter avsedda för barn.






Inom EU finns en omfattande gemensam lagstiftning för kosmetika och hygienprodukter. Lagen reglerar allt från produktutveckling, innehåll, märkning, tillverkning, säkerhetsbedömning till marknadsföring. Kosmetiklagstiftningen fokuserar på användarens hälsa och säkerhet. I den här foldern har vi utgått ifrån kraven i den lagstiftning som gäller fr.o.m. 2013, EU:s kosmetikaförordning.

Företaget som tillverkar produkten ansvarar för att den håller bästa kvalitet, är säker för användaren och att tillverkningen sker enligt de krav som finns. Samtliga produkter genomgår omfattande kontroller innan de säljs. Det görs för att säkerställa produktens funktion på hud, hår och tänder samt garanterar kvalitet och hållbarhet.

I Sverige är det Läkemedelsverket som är den myndighet som ansvarar för reglerna kring kosmetika och hygienprodukter.

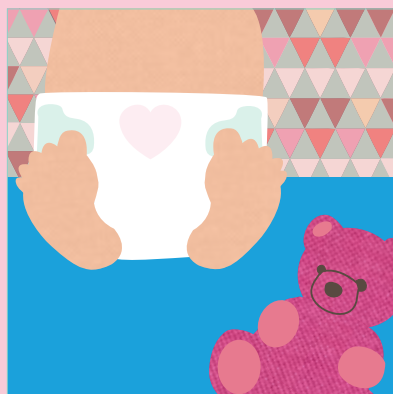


Små barns hud är extra känslig, vilket beror på att den ännu inte hunnit utveckla samma struktur som hos en vuxen. Bland annat blir barnhud lättare torr och irriterad och är mer känslig för till exempel infektioner. Många hudåkommor går att förebygga och påverka genom att vara noga med barnets hygien, och att använda produkter speciellt avsedda för barn och deras behov. Denna folder tipsar om de vardagliga hygienbestyren. Passa på att göra omvårdnaden till en njutningsstund för dig och ditt barn.



# Att hålla ett litet barn rent

En viktig del av omsorgen om ett nyfött barn är att sköta barnets hygien. Den första tiden kan barnet badas tre-fyra gånger i veckan. Allt eftersom barnet växer behöver rutinerna ändras. Barnet börjar krypa och upptäcka världen med händerna och smutsar ner sig när det äter och leker. Tvätta ansikte, händer och rumpa varje dag och bada när det finns behov, eller bara för att det är en mysig stund för barnet. Lär det större barnet tidigt att tvätta händerna före måltider och efter toalettbesök. Om man inte har tillgång till tvål och vatten är det praktiskt att ha tvättservetter (wipes) för barn till hands.



## *Byta blöja*

Tvätta blöjområdet med mild tvål och vatten eller en tvättservett (wipes). En tvättservett rengör och återfuktar huden på samma gång. Tvätta alltid framifrån och bakåt. Gör noga rent och torka ordentligt torrt så att inte fukt ligger kvar. Blir rumpan röd och irriterad kan salva eller zinksalva användas. Tänk på att byta en bajsblöja så fort som möjligt och lufta gärna rumpan en stund innan den nya blöjan sätts på. Ta tillfället i akt att skoja lite med barnet, kanske sjunga en sång eller ramsa, och bekräfta barnet med ögon- och kroppskontakt.

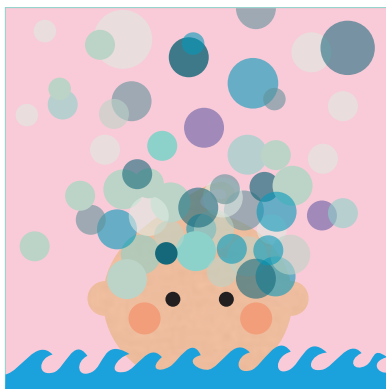


## *Tvätta kroppen - bada*

De flesta barn uppskattar att bada. Förbered ett bad för ditt barn genom att se till att du har allt inom räckhåll. Badvattnet ska ha en temperatur av ungefär 37 grader. Ett tips är att känna med armbågen att vattnet har kroppstemperatur. Använd en mild flytande barntvål eller barnolja i vattnet. För riktigt små barn räcker det ofta med barnolja. Oljan har en viss rengörande effekt, gör huden mjuk och skyddar mot uttorkning. Tänk på att ett litet barn måste hållas stadigt under hela badet. Med ett större barn måste du alltid ha en hand redo om det skulle halka. Lämna inte barnet ensamt – inte ens en sekund! Barnet bör ha sin egen handduk. Torka barnet torrt, och tänk på alla veck. Efter badet kan en olja eller lotion användas för att återfukta huden.

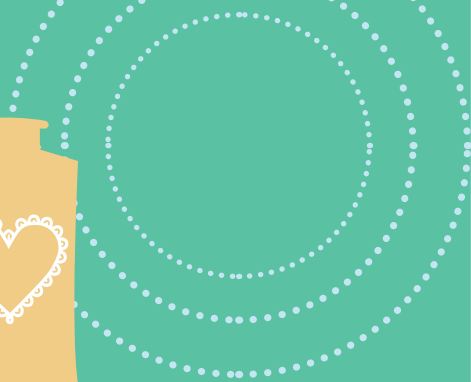
## *Tvätta håret*

På spädbarn behöver man oftast inte tvätta håret alls, men det beror naturligtvis på hur mycket hår barnet har. På ett större barn kan man tvätta håret en till två gånger i veckan. Använd då ett mildt barnschampo som är speciellt anpassat till barns behov. Det svider till exempel mindre i ögonen. Ibland kan ett barn ändå uppleva det som obehagligt att få vatten och schampo i ögonen och visa rädsla inför att tvätta håret. Ge gärna barnet en frottélapp att hålla framför ansiktet, eller ha barnets handduk till hands.



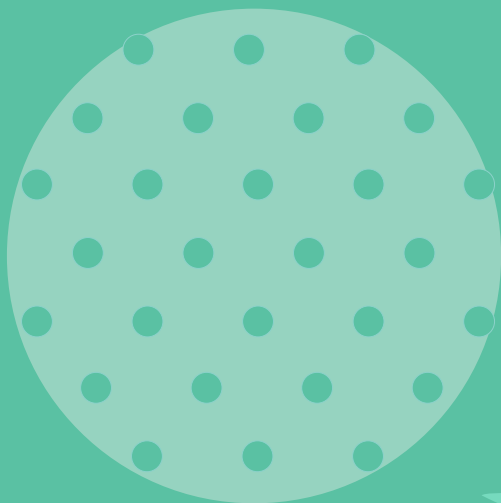
## *Borsta tänderna*

Börja borsta tänderna när den första tanden kommer och gör det till en rutin att borsta morgon och kväll. Använd en mjuk barntandborste som är skonsam mot tandköttet. Välj barntandkräm som är anpassad i smak och fluorhalt. Borsta mjukt och massera tandköttet med tandborsten. Använd en mängd tandkräm stor som en ärtä. Lär barnet att inte svälja tandkrämen. Många barn vill borsta tänderna själva, men det är viktigt att en vuxen hjälper till. Ofta rekommenderas att barnet börjar borsta tänderna själv först vid 9-10 års ålder, eftersom finmotoriken inte är tillräckligt utvecklad innan dess. Det är viktigt att sköta mjölkttänderna så att de nya tänderna växer fram i friskt tandkött.



# Hudvård

Barns hud är känslig och blir lätt torr eftersom huden inte har fullt utvecklade skyddsfunktioner. Därför behöver barns hud särskild omsorg och milda produkter. Om du känner dig osäker angående ditt barns hud kan du alltid kontakta BVC för rådgivning.



## Torr hud

Mer än hälften av små barn får någon gång under första levnadsåret torr hud. Vanligtvis blir det bättre i takt med att barnet blir äldre. För att motverka torr hud använd gärna barnolja i badvattnet och smörj in barnet med en återfuktande olja, lotion eller kräm efter badet. Lite större barn kan också använda barnolja i badvattnet eller en mild tvål/duschkräm anpassad för barn.



Både babymassage och babysim är idag populära aktiviteter och en mysig stund för såväl bebis som förälder. Vid babymassage lämpar sig vanlig babyolja bra och har samtidigt en återfuktande effekt. Efter babysimmet, tänk på att smörja in bebisens med lotion eller babyolja eftersom badvattnet kan torka ut huden.

## Solskydd

Det är härligt att vara ute i solen – det ger viktiga D vitaminer, extra energi och är bra för humöret. Det är viktigt att komma ihåg att små barn är extra känsliga för solens strålar men med hjälp av några enkla rutiner kan man njuta av solen, hela familjen. Det nyfödda barnet ska inte vara i direkt solsken utan mår bäst i skuggan under ett parasoll. Även större barn bör undvika solen mitt på dagen mellan 11 och 15 då den är som starkast. Då passar det bra med en sovstund eller att leka i skuggan.

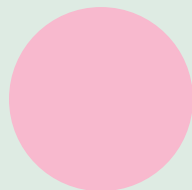
Barnen skyddas bäst mot solen med en tröja och en solhatt med stort brätte, både på lekplatsen och på stranden och i vattnet. Det finns också heltäckande badkläder att använda. På de kroppsdelar som inte täcks av kläder bör man smörja in barnet rikligt med en solskyddsprodukt. Produkter finns i kräm-, lotion-, spray- eller stiftform. Använd en produkt med hög (30 eller högre) solskyddsfaktor. Tänk på att välja ett högre skydd om ni åker till varmare länder. För dagar på stranden är det bra med en vattenresistent produkt.

Applicera solskyddsprodukten rikligt innan barnet går ut i solen. Ett bra tips är att stryka på två gånger på de ställen som ska skyddas. Smörj in ditt barn flera gånger under dagen så att barnet är skyddat hela tiden, särskilt efter bad och torkning. Och glöm inte bort att mammor och pappor också måste smörjas in och skyddas för att inte bränna sig i solen!

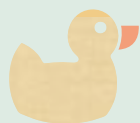
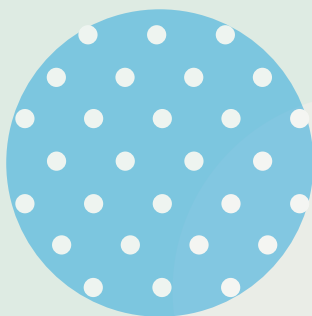
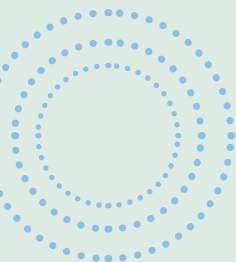
## Vanliga hudproblem

Små barn får ibland fjälliga, gulbruna fläckar i hårbotten som kallas skorv. Gnid in fläckarna med barnolja så att de mjukas upp. Låt oljan sitta mellan 12-24 timmar och kamma sedan, eller klia mjukt så att fjällen lossnar. Tvätta slutligen håret med ett mildt barnschampo.

Värmeutslag kan bero på att hudens funktion inte är helt utvecklad hos ett litet barn. Rodnad, röda prickar eller små blåsor kan bildas i ansikte och på kroppen. Värmeutslag är inte allvarligt och du undviker dem genom att lufta barnet. Anpassa barnets klädsel efter årstid och temperatur.



# Vanliga frågor och svar om hygienprodukter för barn





### **Måste man skölja av barnet när man tar upp det ur badvattnet?**

Små barn, bebisar som bara haft olja i badet behöver inte sköljas av. Större barn som har tvålats in, schamponerats eller badat bubbelbad ska sköljas av.

### **Är hygienprodukter för barn djurtestade?**

Nej, sedan 2004 är det förbjudet att testa färdiga hygienprodukter på djur. Om tillverkaren marknadsför en hygienprodukt som icke djurtestad måste denna kunna garantera att varken produkt eller ingredienser i något led eller vid någon tidpunkt har testats på djur. För mer information, [kft.se](http://kft.se)

### **Finns det några särskilda hygienprodukter eller rengöringsrutiner jag bör använda mig av när barnet är sjukt?**

Alla barn drabbas då och då av förkylning eller magsjuka. Då är det särskilt noga med barnets handhygien för att motverka smittorisk. Tvätta händerna med tvål och vatten. Som vuxen kan du också använda handsprit. Använd mjuka pappersnäsdukar eller tvättservett (wipes) för barn när du snyter barnet och smörj gärna med skyddande salva eller zinksalva runt näsan om det är rött och irriterat.

### **Hur påverkar hygienprodukter för barn miljön?**

Produkterna är sammansatta av ingredienser som tas om hand av reningsverken och har därmed en liten påverkan på miljön. Tomma förpackningar lämnas till förpackningsåtervinning.

### **Bör jag välja miljömärkta produkter till mitt barn?**

Alla kosmetika och hygienprodukter ska vara säkerhetsbedömda, därför kan du som förälder känna dig trygg med produkter anpassade för barn oavsett om de är miljömärkta eller inte.

### **Bör jag välja ekologiska produkter till mitt barn?**

Även här gäller att alla kosmetika och hygienprodukter ska vara säkerhetsbedömda, oavsett om de är ekologiska eller inte. Tänk på att välja ekologiska produkter som är anpassade för barn.

### **Vad gör jag om mitt barn får i sig en klunk av en produkt?**

Hygienprodukter som flytande tvål, kräm eller schampo är ofarliga i mindre mängder. Även tvål i fast form är ofarligt i mindre bitar. Vid förtäring av större mängd eller om du känner dig osäker, rådgör med Giftinformationscentralen. Ring 112 och begär Giftinformation. Tänk på att alltid förvara produkterna utom räckhåll för barn.

# Vad innehåller produkterna och varför? De vanligaste ämnena

De vanligaste ämnesgrupperna som ingår i en produkt är vatten, oljor, konserveringsmedel, tensider, mjukgörare, förtjockningsmedel och andra funktionella ämnen. Ibland tillsätts även parfym.

**Vatten** är en vanlig komponent i de flesta produkter. Vattnet har en viktig funktion genom att hålla de andra ingående ämnena i lösning, späda produkten till rätt koncentration och underlätta dosering.

**Tensider** finns framförallt i rengörande produkter och har som uppgift att lösa och ta bort fett, smuts och partiklar. De får även produkten att skumma eller löddra.

**Mjukgörare.** Glycerin är ett vanligt mjukgörande ämne i hygienprodukter för barn.

**Oljor** bildar en film som skyddar mot uttorkning och har även mjukgörande egenskaper. Oljor används även för att lösa fettbunden smuts vid vattenfri rengöring. För oljor som ingår i hygienprodukter för barn ställs högsta krav på renhet och kvalitet.

**Konserveringsmedel** tillsätts ofta vattenbaserade produkter i liten mängd för att de ska tåla normal användning under produktens hållbarhetsperiod. Konserveringsmedel motverkar bakterier och oönskade mikroorganismer.

**Förtjockningsmedel** används för att få rätt konsistens på produkten. I rengörande produkter används ofta vanligt salt som förtjockningsmedel.

**Funktionella ämnen** används för att produkten ska få vissa specifika egenskaper. Till exempel används så kallade UV-filter till skydd i solskyddsprodukter och fluor i tandkräm.

Exempel på **övriga ämnen** som ibland används är färgämnen, parfym och i tandkräm smakämnen. Dessa används sällan i produkter för baby.

# Vilken information finns på förpackningen?

För att konsumenterna ska få information om vad som ingår i hygienprodukter finns t.ex. krav på att visa fullständig information om innehåll, hållbarhet, och ansvarigt företag.

## Innehållsdeklaration

Det ämne som står först i innehållsförteckningen förekommer i störst mängd. Därefter följer det som är näst störst o.s.v.

Ingredienser i dessa produkter ska anges enligt ett namngivningssystem kallat INCI (International Nomenclature of Cosmetics Ingredients). Vanligt är att dessa är kemiska eller botaniska namn.

Vatten benämns med ordet "aqua".

Är produkten parfymerad redovisas det med ordet "parfum". Smakämnen benämns med ordet "aroma".

Färger listas med så kallade färgindexnummer (Colour Index Number). Förkortningen CI följs av ett specifikt nummer.

Ingredients: Aqua, Sodium Laureth Sulfate, Sodium Cocoamphoacetate, Sodium Chloride, Glycol Stearate, Sodium Benzoate

*Exempel på innehållsdeklaration*

## Hållbarhet

Produkter med hållbarhet över 30 månader märks med en symbol i form av en krämburk med öppet lock med en siffra och bokstaven M. Ett undantag är engångsförpackningar. Märkningen anger hur många månader produkten är hållbar efter det att den öppnats.

Produkter med kortare hållbarhet än 30 månader har ett bäst-före-datum tillsammans med en timglassymbol eller med texten "Bäst före utgången av..."



## Ansvarig person

Tillverkarens/distributörens namn och adress upplyser om vem som tillverkat produkten och är ansvarig för denna inom EU. Ofta finns också kontaktuppgifter till företagets svenska konsumentservice. Hit kan du vända dig om du har frågor om produkten.

## Serienummer

Det obligatoriska serienumret ("batch code") är tillverkarens referens till tillverkningspartiet och tillverknings-tillfället.



### Här hittar du mer information

Tillverkaren ansvarar för produkten och har de mest ingående kunskaperna om den. Har du frågor eller funderingar kring en produkt kan du därför med fördel alltid vända dig direkt till tillverkaren. Har du frågor av mer allmän karaktär eller som rör regler om tillverkning och säkerhet hittar du information hos följande myndigheter, och organisationer.

Denna folder och ytterligare information som produktblad om olika hygienprodukter för barn går att ladda ned från KTF:s hemsida [www.ktf.se](http://www.ktf.se).

### Läkemedelsverket

[www.lakemedelsverket.se](http://www.lakemedelsverket.se)  
Tel 018-17 46 00

### Strålsäkerhetsmyndigheten

[www.stralsakerhetsmyndigheten.se/Allmanhet/Sol-och-solarier/Solrad/Solrad-for-barn/](http://www.stralsakerhetsmyndigheten.se/Allmanhet/Sol-och-solarier/Solrad/Solrad-for-barn/)

### Tandvårdsguiden

[www.tandvardsguiden.com/Pages/42.aspx/Allmant](http://www.tandvardsguiden.com/Pages/42.aspx/Allmant)

### Medlemsföretag hos KTF som har tagit fram broschyren



### Stödjande KTF-medlemmar



**KTF** [www.ktf.se](http://www.ktf.se)  
Box 5501, 114 85 Stockholm  
Tel 08-783 82 40

Kemisk-Tekniska Leverantörförbundet är en branschorganisation för företag som säljer kosmetik och hygienprodukter och rengöringsprodukter på den svenska marknaden.