

Hur kan vi behålla det friska friskt?

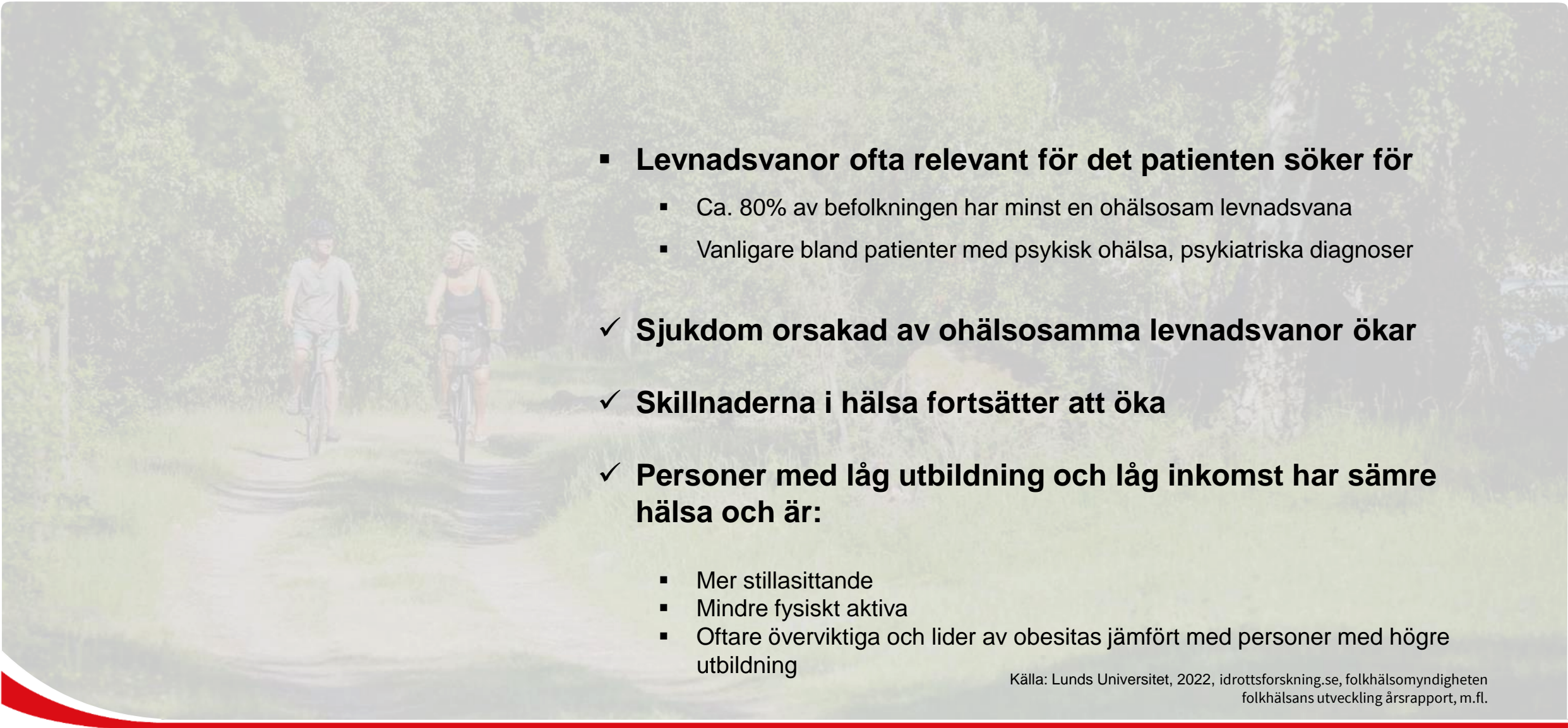
Arbete för hälsosamma levnadsvanor utifrån hälsovalsuppdraget

Hälsovalsuppdraget



” I varje enskilt patientmöte ska ett hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande perspektiv beaktas”

”Vårdenheten ska erbjuda sjukdomsförebyggande insatser utifrån patienternas behov, fokus bör ligga på patienter som upptar eller förväntas uppta mycket av hälso- och sjukvårdens resurser”

- 
- **Levnadsvanor ofta relevant för det patienten söker för**
 - Ca. 80% av befolkningen har minst en ohälsosam levnadsvana
 - Vanligare bland patienter med psykisk ohälsa, psykiatriska diagnoser
 - ✓ **Sjukdom orsakad av ohälsosamma levnadsvanor ökar**
 - ✓ **Skillnaderna i hälsa fortsätter att öka**
 - ✓ **Personer med låg utbildning och låg inkomst har sämre hälsa och är:**
 - Mer stillasittande
 - Mindre fysiskt aktiva
 - Oftare överviktiga och lider av obesitas jämfört med personer med högre utbildning

Källa: Lunds Universitet, 2022, idrottsforskning.se, folkhälsomyndigheten
folkhälsans utveckling årsrapport, m.fl.

Varför arbeta med levnadsvanor i hälso- och sjukvård?



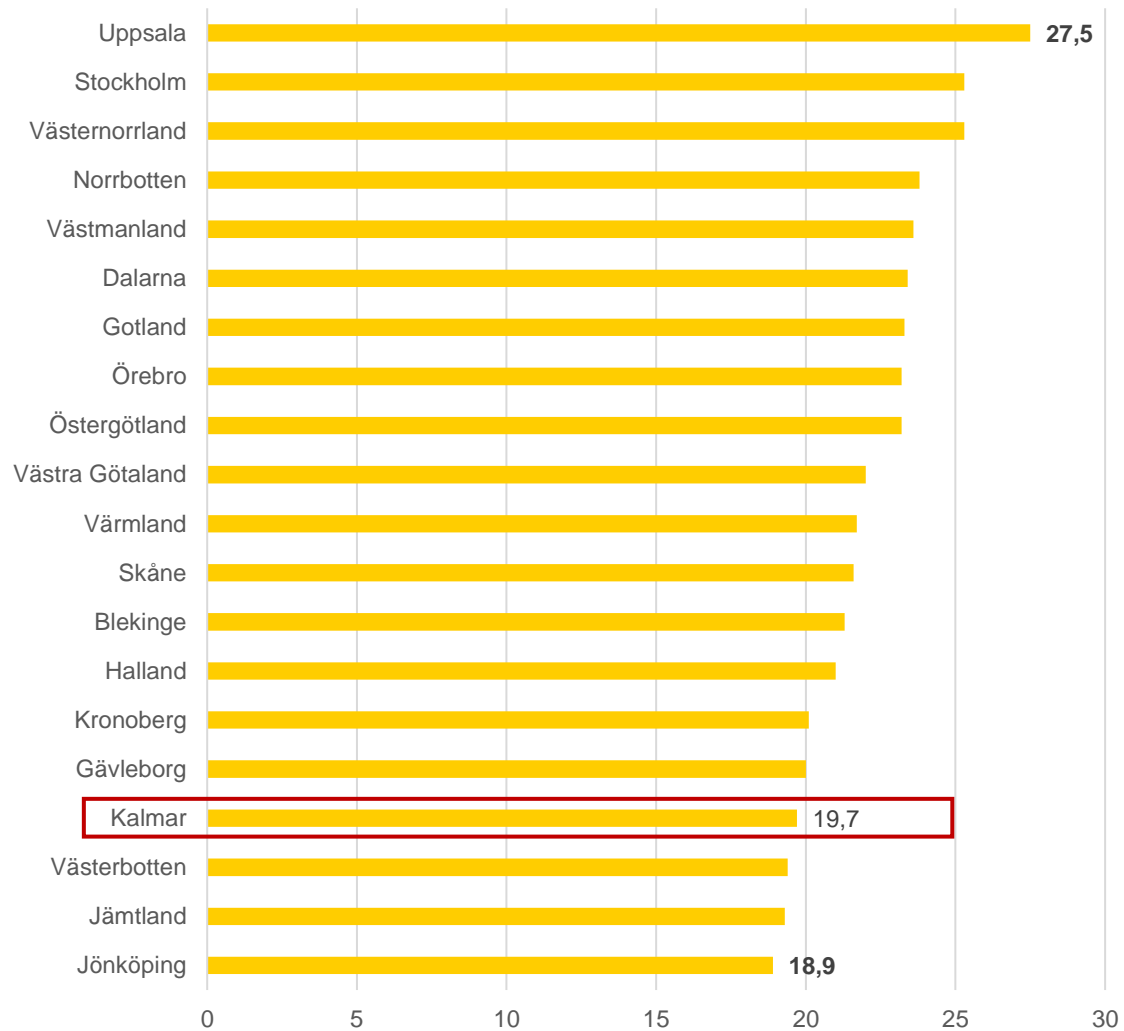
- **De flesta invånare (8 av 10) i Kalmar län** vill diskutera levnadsvanor med sjukvårdspersonal
- **97% är positiva** till att lämna information om levnadsvanor när de besöker vården

Källa: Socialstyrelsen & Hälso- och sjukvårdsbarometern, 2023

Vad tycker våra invånare?

ALKOHOL

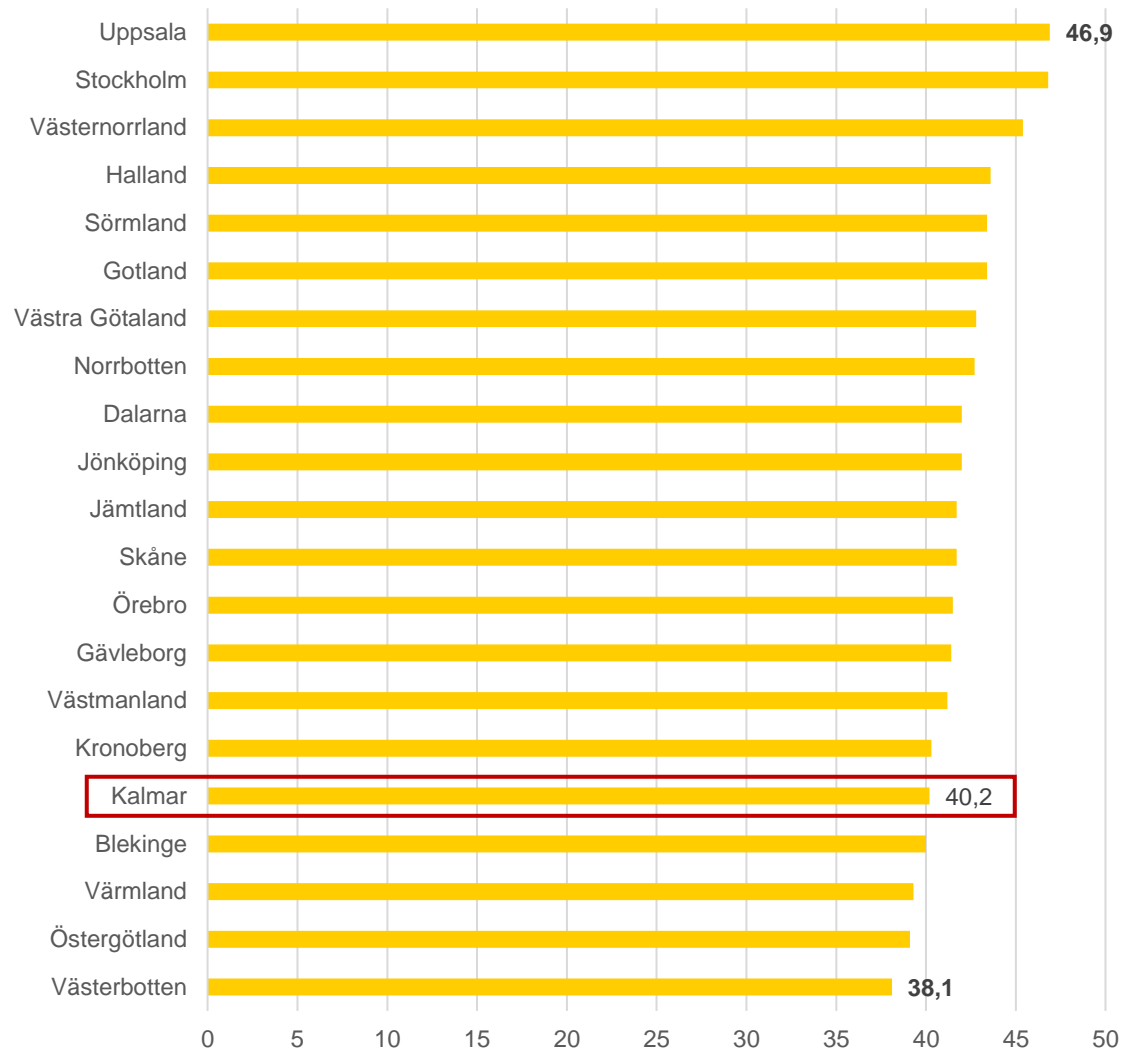
Källa: Nationella patientenkäten, 2023



Andel (%) patienter där sjukvårdspersonal samtalat om alkoholvanor

FYSISK AKTIVITET

Källa: Nationella patientenkäten, 2023



Andel (%) patienter där sjukvårdspersonal samtalat om fysisk aktivitet

Stor försämring av svenskarnas kondition

- Studie 350 000 arbetsföra personer (18-74 år)
- 1995 – 2017
- "Hälsosfarligt låg kondition" ökat 27% till 46%
- Övervikt ökade från 44% till 54%
- Obesitas ökade från 9% till 17%

Källa: centrum för idrottsforskning

- Hos barn är ökningen snabbare, 2020 hade 87 000 barn (0-18) i Sverige obesitas (prevalens: 5%)

Källa: Nationellt vårdprogram för behandling av obesitas hos barn och ungdomar

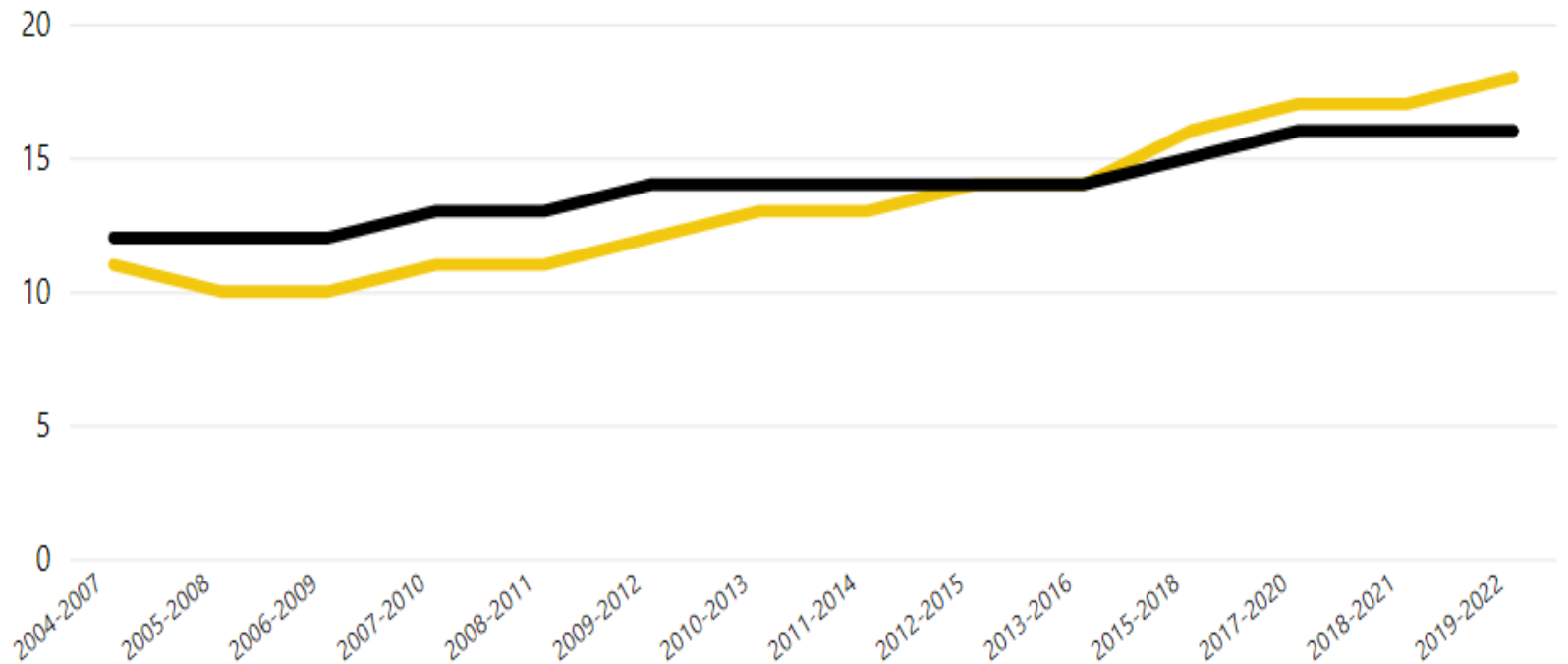


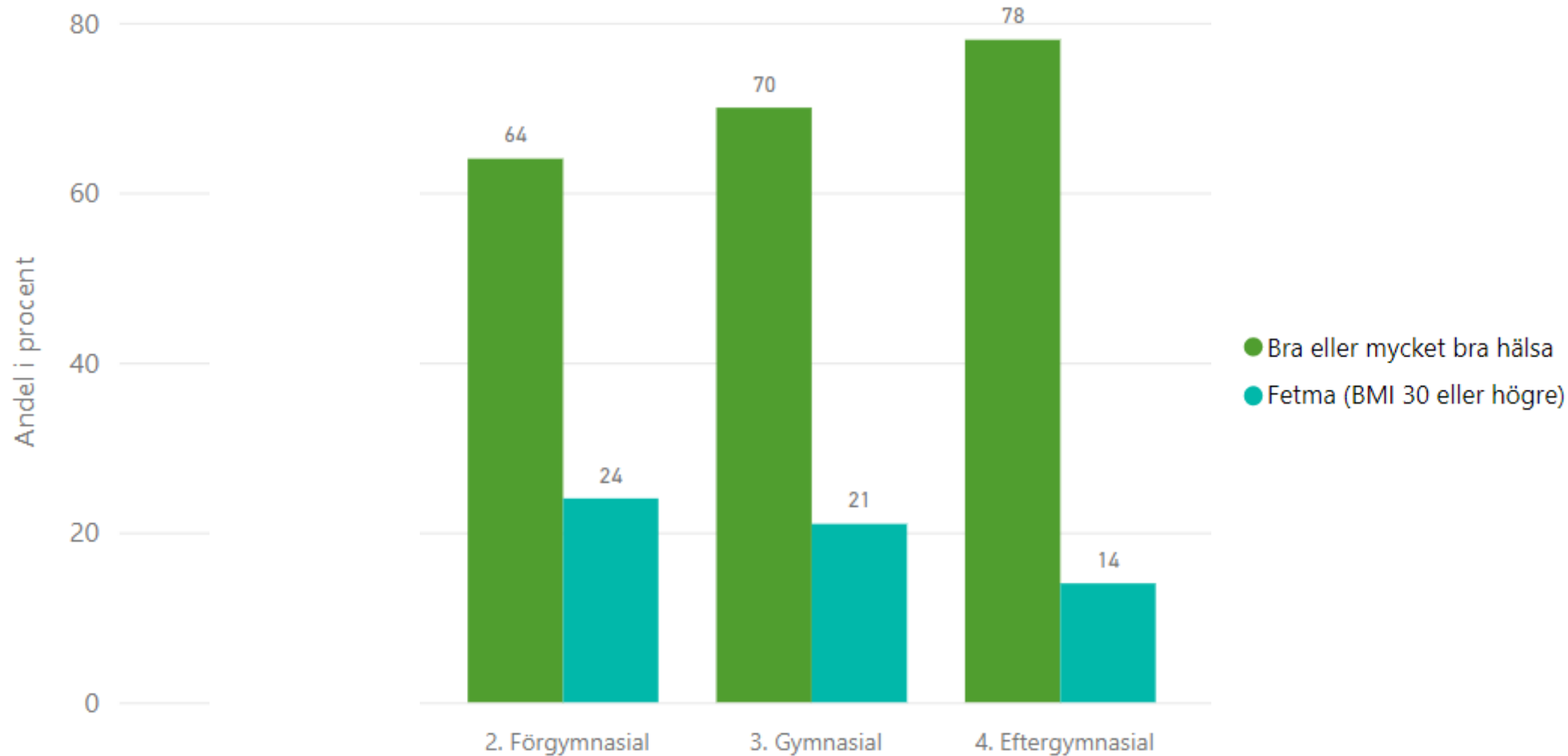
Studie: Hälsa på lika villkor (sammanfattning: Fakta Kalmar län)



Andel vuxna med obesitas (BMI över 30), 2004-2022

Region ● Kalmar län ● Riket





Andel med obesitas (HLV länet 2022)

regionkalmar.se

Källa: Folkhälsomyndigheten

Vård vid obesitas



Obesitas:

- ✓ Läkemedelsbehandling
- ✓ Kirurgi
- ✓ Insatser från livsstilmottagningen - levnadsvanor
- ✓ Gruppbehandling, prova?

Hur kan man räkna på värdet av bättre levnadsvanor?

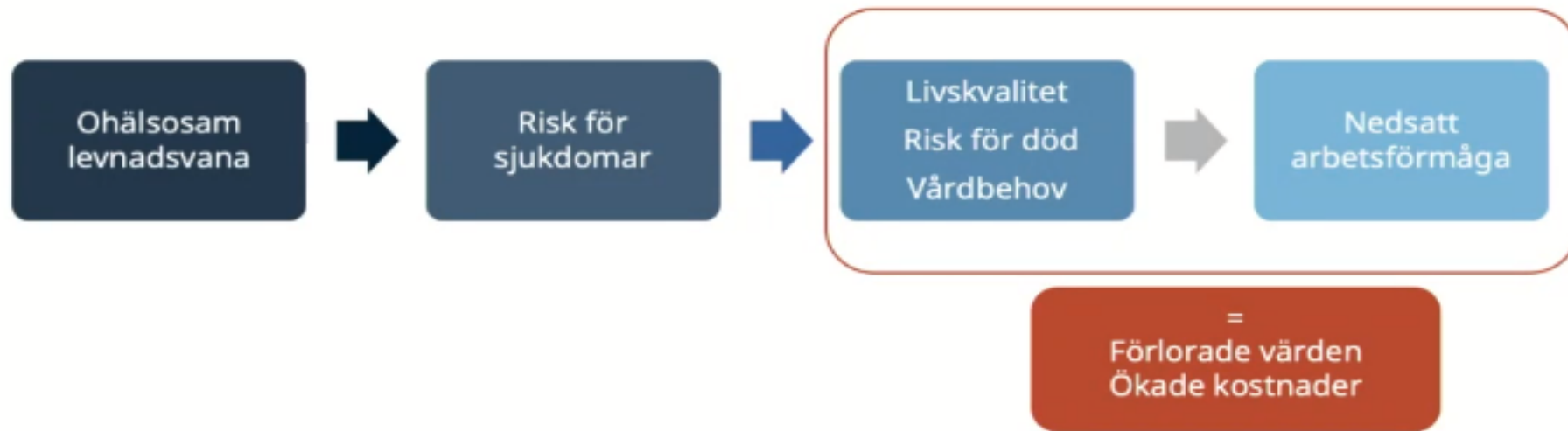


Bild: Folkhälsomyndigheten

Prevention och hälso- och sjukvårdens utmaningar

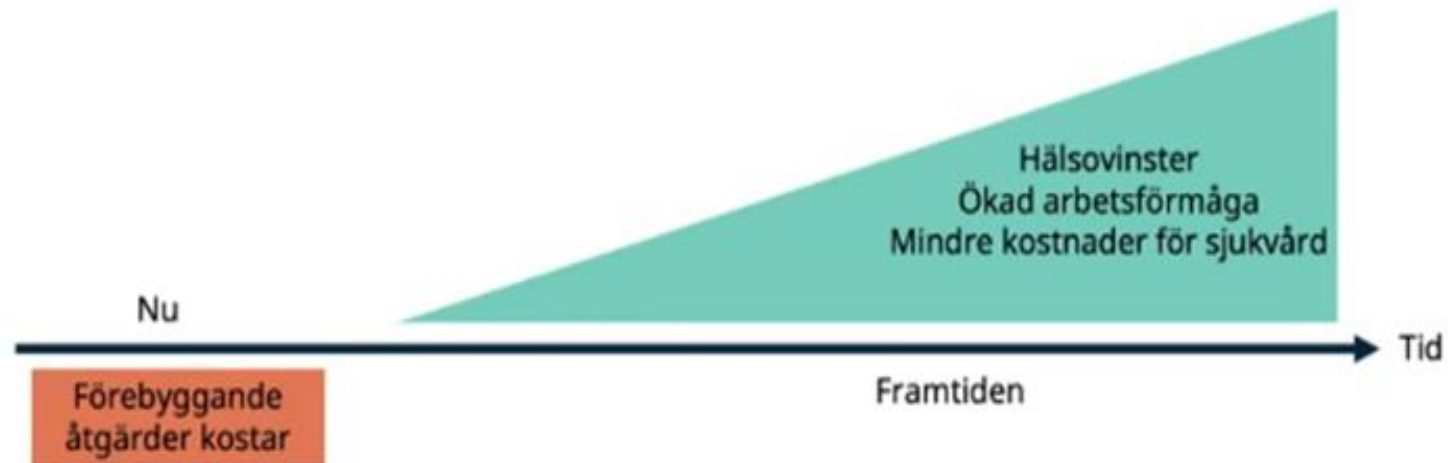


Bild: Folkhälsomyndigheten

”Vårdenheten ska erbjuda sjukdomsförebyggande insatser utifrån patienternas behov, fokus bör ligga på patienter som upptar eller förväntas uppta mycket av hälso och sjukvårdens resurser”

- ✓ Hur hjälps vi åt på hela HC med **våra** patienter som har utmaningar med levnadsvanor?
- ✓ Hur kan ”flödet” förbättras så att patienter inte tappar motivationen innan besöket hos livsstilmottagningen/HK?
- ✓ Hur kan det hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbetet effektiviseras?





Tillsammans
för ett **friskare**
tryggare och
rikare liv