

## POLICYDOKUMENT

Prioritera levnadsvanor i vården!



# Prioritera levnadsvanor i vården!

Hälsosamma levnadsvanor har i samhällsdebatten och media blivit alltmer uppmärksammade. Enligt Socialstyrelsen har hälften av alla kvinnor och 65 procent av alla män minst en ohälsosam levnadsvana och minst 20 procent av sjukdomsbördan i Sverige beror på ohälsosamma levnadsvanor. Socialstyrelsen har därför tagit fram riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder. Detta betyder att ett hälsofrämjande förhållningssätt ska vara en självklar del i all vård och behandling. Alla som kommer i kontakt med vården ska erbjudas råd och stöd om de har ohälsosamma levnadsvanor.

Vi är sju yrkesgrupper som tillsammans välkomnar att hälsosamma levnadsvanor nu uppmärksammas allt mer i samhället. Ett flertal undersökningar visar att många vill diskutera levnadsvanor vid besök i vården. Dessa samtal har visat sig ge både god effekt och vara mycket kostnadseffektiva. Samtalen behöver dock bli fler och öka i kvalitet. Genom helhetssyn och samarbete mellan olika professioner, men också i samverkan med patientorganisationer, skola, socialtjänst och frivilligorganisationer kan vi öka patientsäkerheten. Vi kan i större utsträckning stötta människor till att ta ansvar för att påverka sin hälsa.

## Nya riktlinjer

Socialstyrelsens nya nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder handlar om hur vi på ett professionellt sätt skall föra samtal om levnadsvanor i våra möten med personer som söker hälso- och sjukvård.

RIKTLINJERNA TAR UPP FYRA LEVNADSVANOR:

- > **Otillräcklig fysisk aktivitet**
- > **Ohälsosamma matvanor**
- > **Riskbruk av alkohol**
- > **Tobaksbruk**

Nästan en miljon svenskar är stillasittande under arbete och fritid. Lika många röker varje dag. Nästan två miljoner vuxna äter mindre frukt och grönt än rekommenderat, och 14 procent av Sveriges befolkning beräknas ha riskabla alkoholvanor.

Vi vill att alla som vänder sig till hälso- och sjukvården ska få information om sambanden mellan levnadsvanor och hälsa.

## Ett hälsofrämjande samhälle

Vi vet att hälsan påverkas av faktorer som ålder, kön, utbildning och ekonomisk ställning. Vård ska ges på lika villkor och utifrån individuella behov. Om fler personer får hjälp och stöd att förändra sina ohälsosamma levnadsvanor kan ojämlikheterna i befolkningens hälsa minska. Hälso- och sjukvårdens möjlighet och ansvar är att på ett professionellt sätt lyfta in det hälsofrämjande perspektivet i alla patientmöten. Det är viktigt att vi utformar hälsofrämjande insatser på ett sätt som gör att vi når fram med informationen, utan att skuldbelägga. En etisk dialog måste föras kring dessa frågor.

## Nya arbetssätt kräver utvärdering och ny forskning

UPPFÖLJNINGEN KOMMER ATT VISA OM:

- > vi når rätt målgrupper
- > våra åtgärder minskar ojämlikheten vad gäller levnadsvanor
- > vi genomfört de åtgärder som Socialstyrelsen rekommenderar

För att det ska vara möjligt att utvärdera våra åtgärder behöver vi utveckla mätmetoder för att beskriva våra insatser. I utvärderingar ska patientens egen upplevelse av hälsa och behov ställas i relation till de åtgärder som han eller hon har erbjudits. Utvecklingen av det hälsofrämjande arbetet skiljer sig åt mellan olika landsting och regioner, och det finns ingen enhetlig praxis. För att motverka skillnader och lyfta fram betydelsen av hälsofrämjande åtgärder över hela landet är det viktigt att sprida erfarenheter från framgångsrika projekt. Gemensamt för dessa projekt är att de visar på vikten av en välplanerad struktur, uppföljning av patienterna, och utvärdering.

## Ledning och styrning för att främja hälsa

FÖR ATT VI SKA LYCKAS MED VÅRT GEMENSAMMA ARBETE BEHÖVER VI:

- > ett tydligt uppdrag från regioner, landsting och kommuner som ger rätta förutsättningar att genomföra samtal om levnadsvanor
- > utbildning, kompetens och kontinuerlig fortbildning kring levnadsvanor och strukturerade samtalsmetoder

DESSUTOM MÅSTE:

- > de ekonomiska styrsystemen vara konstruerade på ett sätt som stöder ett hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbete
- > prioriteringar göras utifrån behov samt utformas så att de stöder arbetet
- > resurser avsätts för att säkerställa att de mest behövande nås av åtgärderna

**” Sammanfattningsvis menar vi att det är hög tid att prioritera levnadsvanorna i vården!**

Dietisternas Riksförbund, Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter, Legitimerade Sjukgymnasters Riksförbund, Svenska Barnmorskeförbundet, Svenska Läkaresällskapet, Svensk Sjuksköterskeförening och Sveriges Psykologförbund.

