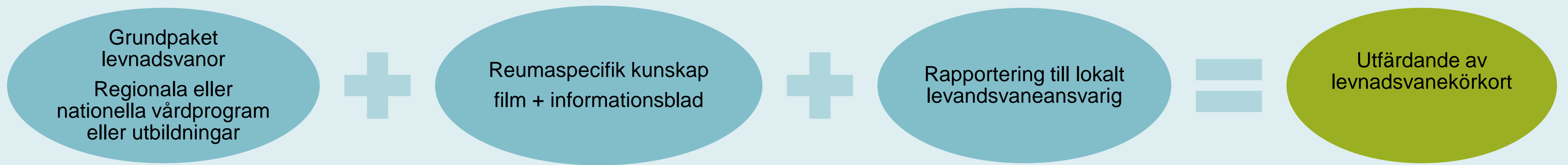


# Lotsa din patient mot en bättre hälsa!

En modell för interprofessionellt och patientinkluderande levnadsvanearbete inom reumatologi

Alla medarbetare vid kliniken/mottagningen

Lokalt levnadsvaneansvarig



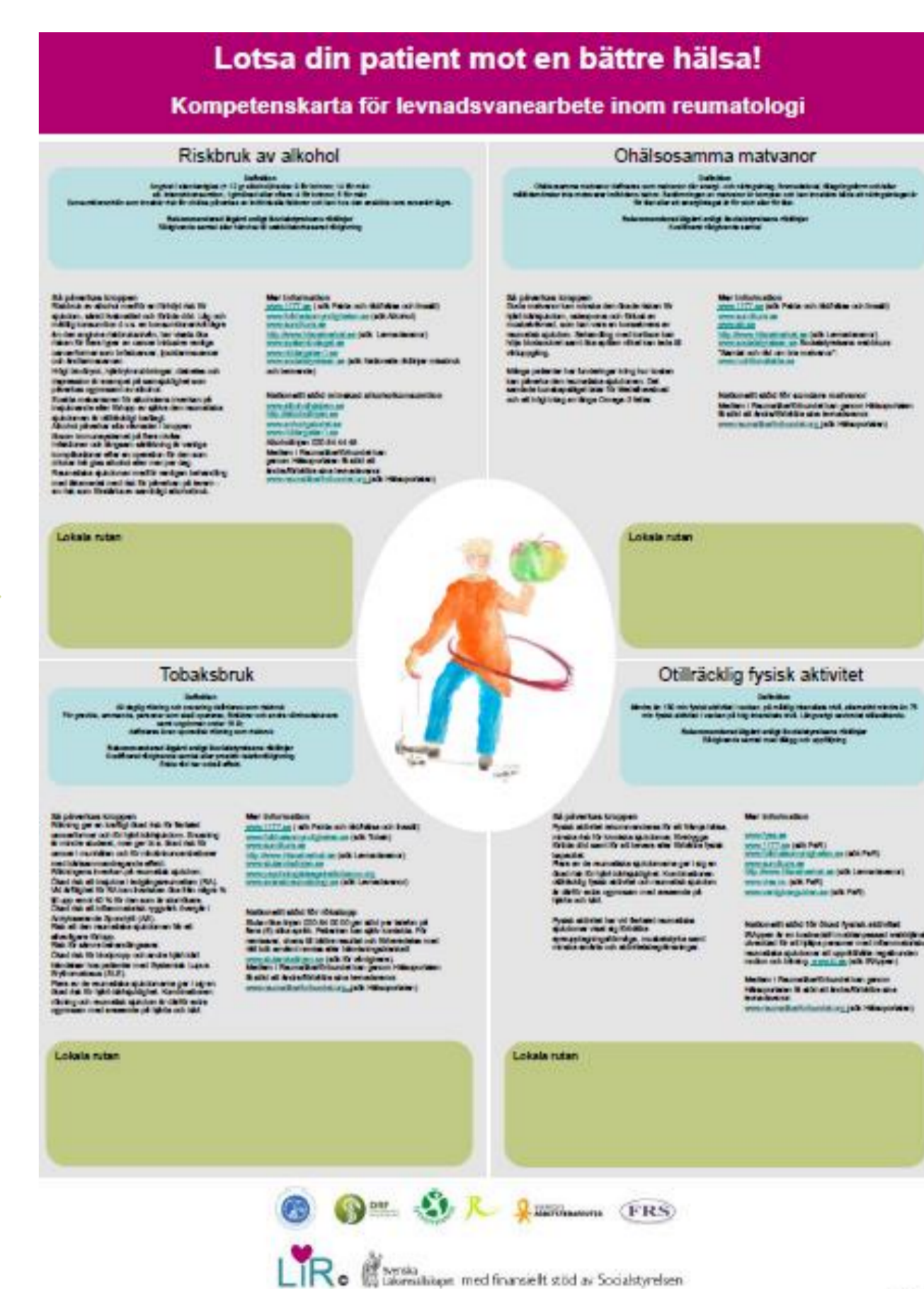
## Uppmärksamma ohälsosamma levnadsvanor

**VEM:** Alla medarbetare alt. patienten själv

**NÄR:** I ett möte med patienten där det är lämpligt utifrån relevans och verksamhetens rutiner

- Bedöma risken för ohälsosam levnadsvana
- Utforska vad patienten vet om levnadsvanan i relation till hälsa
- Utforska motivation till förändring
- Erbjud information i dialog med din patient
- Erbjud åtgärd  
kunna ge/ känna till standardiserade råd, rekommenderad insats eller vidare kontakt

## Kompetenskartan



### Riskbruk av alkohol

Socialstyrelsens rekommenderade insats med högsta prioritet  
**Rådgivande samtal**

**Kompetenskrav**  
Ha kompetens kring samband mellan alkoholvanor och hälsa, samt lokalt patientflöde/vårdnivå för riskbruk av alkohol och beroende.  
Ha kompetens att arbeta med förändringsprocessen, samt motiverande strategier och tillämpa det i arbetet med rådgivning om alkohol.

### Otillräcklig fysisk aktivitet

Socialstyrelsens rekommenderade insats med högsta prioritet  
**Rådgivande samtal med tillägg**

**Kompetenskrav**  
Vara legitimerad fysioterapeut eller legitimerad personal med god kompetens inom fysisk aktivitet.  
Kunna förstå och förmedla det som står i FYSS, samt ha kompetens att arbeta med förändringsprocessen, motiverande strategier, beteendetekniker och tillämpa det i arbetet med rådgivning om fysisk aktivitet.

### Ohälsosamma matvanor

Socialstyrelsens rekommenderade insats med högsta prioritet  
**Kvalificerat rådgivande samtal**

**Kompetenskrav**  
Vara legitimerad dietist eller legitimerad personal med god kompetens inom nutrition och hälsa.  
Ha kompetens att arbeta med förändringsprocessen, motiverande strategier samt beteendetekniker och tillämpa det i arbetet med rådgivning om matvanor.

### Tobaksbruk

Socialstyrelsens rekommenderade insats med högsta prioritet  
**Kvalificerat rådgivande samtal**

**Kompetenskrav**  
Vara diplomerad tobaksavvänjare godkänd av yrkesföreningen mot tobak.  
Ha kompetens att arbeta med förändringsprocessen, motiverande strategier samt beteendetekniker och tillämpa det i arbetet med tobaksavvänjning.

