



Årsrapport 2022–2023

Arbetsgruppen för preventiv kardiologi och levnadsvanor

Svenska Kardiologföreningen

Sammanfattning

Arbetsgruppen för Levnadsvanor (sedermera arbetsgruppen för preventiv kardiologi och levnadsvanor) startade våren 2012. Syftet var att stödja implementeringen av de nya nationella riktlinjerna för sjukdomsförebyggande metoder i den svenska hjärtsjukvården, och att öka medvetenheten om preventiv kardiologi bland Sveriges kardiologer. Arbetsgruppen drevs initialt inom ramen för Svenska Läkaresällskapets (SLS) Levnadsvaneprojekt, på uppdrag av Socialstyrelsen, men blev en permanent arbetsgrupp 2015 under namnet "Arbetsgruppen för preventiv kardiologi och levnadsvanor". Anna Kiessling ledde arbetet under många år men avgick som ordförande 2021. Arbetsgruppen har under 2022–2023 bestått av Mattias Ekström (ordförande sedan 2021), Anna Egerstedt, Claes Held, Anna Norhammar, Jessica Persson, Annika Ravn-Fischer och Lars Svennberg. Arbetsgruppen tar ansvar för fortbildning av Svenska kardiologföreningens medlemmar genom vårt engagemang kardiologföreningens utbildningsdagar, vi anordnar egna utbildningar samt föreslår symposier till kardiovaskulära vårmötet.

Nulägesanalys av preventiv kardiologi i Sverige

Intresset för preventions- och hälsofrågor har ökat inom hjärtsjukvården. ESC presenterade 2021 nya riktlinjer; *ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice*¹. Nu rekommenderas behandlingsmål för LDL-kolesterol <1,4 mmol/l för patienter med känd kranskärlssjukdom nya behandlingsmål för blodtryck utifrån ålder; patienter <70 år: 120–129 mmHg systoliskt och <80 mmHg diastoliskt, respektive patienter >70 år: 130–139 mmHg systoliskt och <80 mmHg diastoliskt. Därtill understryks betydelsen av att undvika stillasittande och man rekommenderar nu ett alkoholintag om mindre än 100 g per vecka för både män och kvinnor, vilket överensstämmer med Socialstyrelsens nyligen uppdaterade riktlinjer för hälsosamma levnadsvanor i sept-2023. Vi har även fått nya *Riktlinjer för sekundärprevention vid kranskärlssjukdom*², från Sveriges Kommuner och Regioner 2022. Detta dokument har framtagits efter ett omfattande arbete i en nationell arbetsgrupp där flera av arbetsgruppens medlemmar deltagit, och har formulerats i harmoni med ESC:s riktlinjer. Vid senaste ESC-kongressen i Amsterdam-23 presenterades även nya riktlinjer för STEMI, NonSTEMI, instabil angina och här har man valt att särskilt lyfta betydelsen av att tänka prevention redan vid det akuta vårdtillfället.

Arbetsgruppen är även representerad i SWEDEHEART/SEPHIAs nationella arbetsgrupp. I SWEDEHEART följs patienter <80 år ett år efter hjärtinfarkt. Där registreras kardiovaskulära riskfaktorer såsom blodtryck, kolesterolvärden, förekomst av diabetes, tobaks- och alkoholvanor, fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor. Effekterna av SARS-CoV-2-pandemin har de senaste åren varit tydliga, med betydande nedgång i deltagandet i fysiskt träningsprogram efter hjärtinfarkt. Här behövs fortsatt ökade insatser för att öka deltagandet i hjärträningsprogram och att motivera till minskat stillasittande.

¹ *ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice*. European Heart Journal (2021) 00, 1_111

² [Nationellt kliniskt kunskapsstöd \(nationelltklinisktkunskapsstod.se\)](https://www.nationelltklinisktkunskapsstod.se)

Aktiviteter under 2022–2023

Kurs i Preventiv kardiologi

Arbetsgruppen organiserade en två dagars kurs i Preventiv kardiologi, Sigtuna 20–21 oktober 2022. Kursen blev mycket uppskattad av sina 47 deltagare. Kursen är certifierad av LIPUS och riktad till ST-läkare i slutet av sin utbildning inom kardiologi eller internmedicin med speciellt intresse för kardiologi, samt kranskärllssköterskor och fysioterapeuter. Syftet är att deltagarna ska få en övergripande men ändå snabb genomgång av det nyaste som händer inom området Preventiv kardiologi, med fokus på aktuella riktlinjer, ny vetenskap och vad som förväntas komma nytt under närmaste året.

Fortbildningsdagarna

Arbetsgruppen bidrag till fortbildningsdagarna 9–10 februari var ett seminarium med titeln *Hyperlipidemi i framtiden, vilket läkemedel, vilken kost, vem betalar, har vi råd?* Seminariet modererades av Mattias Ekström och omfattade fyra presentationer:

- Triglycerider och nya behandlingar - Jonas Brink, Stockholm
- Matvanors betydelse - Claes Held, Uppsala
- Tidig dubbelbehandling vid lipidterapi och hur det har gått i SEPHIA efter sänkta lipidterapimål - Annica Ravn-Fischer, Göteborg
- Hälsoekonomisk analys av lipidbehandling - Lars-Åke Levin, Linköping

European Association for Preventive Cardiology (EAPC)

Under året har arbetsgruppen, genom Mattias Ekström representerat Sverige i *European Association for Preventive Cardiology (EAPC)*. EAPC har haft två möten – ett *digital round table* den 16 juni där vi presenterade och diskuterade hur våra respektive länder har arbetet med implementering av ESC:s riktlinjer för prevention från 2021. EAPC hade även ett möte på plats i samband med ESC Amsterdam den 27 augusti. Här diskuterades rökning med cigaretter och e-cigaretter samt hur våra nationella rökavvänjningsprogram såg ut. Andelen rökare varierar stort över Europa liksom vilka resurser som finns att tillgå för rökavvänjning.

Flera arbetsgruppsmedlemmar deltog även i kardiologföreningens resa med tåg till ESC Amsterdam. Under resan fick vi på tåget förmånen att lyssna till flera föreläsningar, däribland Mattias Ekström som pratade om *Nyckelstrategier för kardiovaskulärt välbefinnande*.

Arbetsgruppens möten

Arbetsgruppen har under 2022–2023 haft fem protokollförda, digitala möten via TEAMS och därutöver mer informella möten samt mailkontakter. I samband med kursen i Preventiv kardiologi i oktober-22 hade vi ett halvdags-internat. Internat i Arild 26–27 september internat i Arild för att mer planera våra aktiviteter under 2023–2024.

Mattias Ekström, för arbetsgruppen