



Årsrapport 2021-2022

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 för att öka medvetenheten om preventiv kardiologi bland Sveriges kardiologer. Arbetsgruppen drevs initialt inom ramen för Svenska Läkaresällskapet (SLS) Levnadsvaneprojekt, på uppdrag av Socialstyrelsen, men blev en permanent arbetsgrupp 2015 under namnet "Arbetsgruppen för preventiv kardiologi och levnadsvanor". Anna Kiessling har lett arbetsgruppen under många år men avgick som ordförande och lämnade arbetsgruppen 2021. Arbetsgruppen har under 2021–2022 bestått av Mattias Ekström (ordförande sedan 2021), Anna Egerstedt, Claes Held, Anna Norhammar, Jessika Persson, Catrin Edström Plüss, Annika Ravn-Fischer och Lars Svennberg.

Nulägesanalys av preventiv kardiologi i Sverige

Intresset för preventions- och hälsofrågor har ökat stadigt bland medarbetare och chefer inom hjärtsjukvården. ESC presenterade 2021 uppdaterade riktlinjer; *ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice*¹. ESC rekommenderar nu ett sänkt behandlingsmål för LDL-kolesterol <1,4 mmol/l för högriskpatienter och 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. I februari 2022 presenterade Sveriges Regioner nya *Riktlinjer för sekundärprevention vid kranskärslssjukdom*². Dokumentet har framtagits efter flera års arbete i en nationell arbetsgrupp där flera av arbetsgruppens medlemmar deltagit, och har formulerats i harmoni med ESC:s riktlinjer.

SWEDEHEART följer liksom tidigare 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 därför insatser för att åter öka deltagandet i hjärträningsprogram och att motivera till minskat stillasittande.

Medvetenheten har ökat om behovet av att hjärtsjukvården arbetar för hälsosamma levnadsvanor i tydligare samarbete med andra discipliner, särskilt med primärvård, geriatrik och psykiatri. Bortfallsstatistik från SEPHIA har bland annat visat att vi ännu inte lyckats uppnå ett jämlikt stöd till hälsosamma levnadsvanor till alla. Det gäller till exempel personer med psykisk ohälsa, funktionshinder och knappa socioekonomiska resurser och samtidig hjärtsjukdom. Hälsopotentialen av att stödja hälsosamma levnadsvanor även hos patienter med andra typer av hjärtsjukdomar än kranskärslssjukdom är ännu inte till fullo utnyttjad, exempelvis inom arytm-, hjärtsvikt- och klaffsjukdomar. Det är därför positivt att hjärtsviktsvården sedan 2021 omfattas av ett standardiserat vårdförlopp som utöver upptitrering av evidensbaserad läkemedelsbehandling även belyst behovet av

sjukgymnastledd träning, vilket har prognostisk betydelse. Vår förhoppning är att det ska resultera i ökade resurser och insatser för ökad fysisk aktivitet och träning bland hjärtsviktpatienter i hela landet.

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

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

Aktiviteter under 2021–2022

Mattias Ekström skrev en artikel i Svensk Kardiologi (nr 4 2021) och sammanfattade där de nya och uppdaterade preventionsriktlinjerna från ESC 2021.

Claes Held skrev en artikel i svensk Kardiologi (nr 3 2021) om Alkohol och hjärtkärlsjukdomar – skyddar ett glas vin om dagen våra hjärtsjuka? Artikeln blev även utgångspunkt för arbetsgruppens seminarium på Fortbildningsdagarna i februari 2022. Mattias Ekström, Claes Held och Annica Ravn-Fischer föreläste då om alkohol och hjärt-kärlsjukdom.

Claes Held deltog, för arbetsgruppens räkning, i ett seminarium i Almedalen den 5/7 2022 om *”Hur kan vi säkerställa att de nya riktlinjerna kring sekundärprevention efter kranskärlssjukdom gör större skillnad för de berörda patienterna?”*

Arbetsgruppen organiserade en två dagars kurs i Preventiv kardiologi hösten 2019. Kursen blev mycket uppskattad av sina 47 deltagare varför arbetsgruppen beslutat att ha en ny kurs i Preventiv kardiologi den 20–21 oktober 2022 i Sigtuna. Kursen är certifierad av LIPUS och riktas till ST-läkare i slutet av sin utbildning inom kardiologi eller internmedicin med speciellt intresse för kardiologi, samt kranskärlssköterskor 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 från 2021 och vad som förväntas komma nytt under 2022.

Arbetsgruppens möten

Gruppen har under 2021–2022 haft åtta protokollförda, digitala möten via TEAMS, och därutöver mer informella möten samt mailkontakter. Vi planerar ett internat i anslutning till kursen i Sigtuna, den 19 oktober.

Mattias Ekström, för arbetsgruppen