



LÄKARES
Samtal om
LEVNADSVANOR



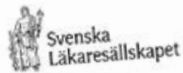
Sju års arbete för hälsosamma levnadsvanor – rapport från Svenska Läkaresällskapets Levnadsvaneprojekt

Anna Kiessling, projektledare

Samtal om levnadsvanor gör skillnad.



Svenska
Läkaresällskapet



Svenska
Läkaresällskapet



SVENSKA LÄKARESÄLLSKAPETS LEVNADSVANeprojekt 2012 – 2018

På väg mot bättre
och mer jämlik hälsa

Lansering av
rapport!

Svenska Läkaresällskapet har drivit Levnadsvaneprojektet på uppdrag av Socialstyrelsen sedan 2012

Övergripande syfte är att implementera riktlinjerna
- Och att lyfta fram att läkares vetenskapligt grundade arbete för hälsosamma levnadsvanor gör skillnad.

Idag lanserar vi en rapport som beskriver:

- Vad projektet åstadkommit
- Hur vi arbetat
- Vilka erfarenheter och lärdomar vi tar med oss i det fortsatta arbetet!

För förbättrad hälsa och sjukvård

Innehåll



Förord	5
Fakta om levnadsvanor	6
Inledning	9

Resultat Levnadsvanoprojektet

Fas 1 2012-2014 10

Läkares samtal om levnadsvanor påverkar hälsan	10
--	----

Fas 2 2015-2018 14

Stark för kirurgi – stark för livet	15
-------------------------------------	----

Hälsosamma levnadsvanor vid psykisk ohälsa	18
---	----

Fysisk aktivitet hos barn och ungdomar	19
--	----

Utbildningsaktiviteter och informationspridning för att öka medvetenheten om preventiva insatser betydelse för hälsosamma levnadsvanor	20
--	----

Utbildning	20
------------	----

Almedalen	21
-----------	----

Remissvar	22
-----------	----

LiR – en modell för interprofessionellt och patientinkluderande levnadsvanearbete inom reumatologi	23
--	----

Hur det började – intervju med Åsa Wetterqvist och Lars Jerdén 24

Levnadsvanoprojektets betydelse för Svenska Läkaresällskapet 27

Arbetsprocess, lärdomar och vägen framåt 28

Strategi och arbetsprocess	29
----------------------------	----

Lärdomar	30
----------	----

Vägen framåt	32
--------------	----

Projektdeltagare 33

Drivkrafter för förändring av hälso- och sjukvårdens prioritering av levnadsvanearbete

► Känna till och bejaka syfte och mål

Att levnadsvanearbete har ett tydligt syfte och tydliga mål.

Att informera om VARFÖR det är angeläget att ändra ohälsosamma levnadsvanor.

► Känna att man utvecklar sin skicklighet

Att det finns incitament att utveckla sin förmåga att utföra arbetet.

Det innebär att vi ska uppmärksamma och synliggöra förbättringar och även små framsteg.

► Uppleva autonomi

Att få möjlighet att välja hur, med vem och med vilka metoder man bäst genomför arbetet.

Det vill säga att utifrån sammanhang personcentrera och behovsstyra former och metoder för det stöd som erbjuds för hälsosamma levnadsvanor.

Vad har Levnadsvaneprojektet åstadkommit 2012-2014?

Kontaktläkare

Samarbete över
professionsgränser

Samarbete mellan
specialiteter

Sammanställning av
levnadsvanefakta för
olika
sjukdomsgrupper

Levnadsvane-
ambassadörer

Med mera....

Fas 1
2012-2014

Filmer, foldrar,
kurser,
konferenser

Ökad kunskap om
betydelsen av att beakta
socioekonomiska
bestämningsfaktorer för
hälsa i preventivt arbete

Vad har Levnadsvaneprojektet åstadkommit 2015-2018?

En modell för interprofessionellt och patientinkluderande levnadsvanearbete inom reumatologi (LiR)

- Utbildningsmaterial
- Kompetenskarta
- Levnadsvaneansvarig lokalt

Stark för kirurgi – stark för livet

- Rök- och alkoholfri operation

Hälsosamma levnadsvanor vid psykisk ohälsa

- Guldkorn

Fas 2
2015-2018

Utbildningsaktiviteter och informationsspridning

- SK-kurskoncept
- Almedalen
- Framtidens specialistläkare
- Hälсотorg mm

Fysisk aktivitet hos barn och ungdomar

- FYSS-implementering, konferenser och möten

Med mera....

FRAMGÅNGSFAKTORER FÖR ARBETE MED PREVENTION OCH HÄLSOSAMMA LEVNADSVANOR

- Professionsdrivna Levnadsvaneprojekt skapar både engagemang och resultat ute i vårdorganisationerna.
- Vetenskapligt grundad kunskap
- Förståelse för *varför* det är viktigt och kunskap om *vilka* metoder som fungerar.
- Tilltro till den egna förmågan för att en varaktig förändring ska komma till stånd.
- Levnadsvanefrågor integrerade i redan existerande vårdprocesser, förankrade i aktuell sjukdomsgrupps symtombild, patofysiologi och behandling.
- Synliggöra positiva effekter om levnadsvanor förbättras (till exempel minskad komplikationsrisk vid rök- och alkoholfri operation).
- Prioritera insatser tidigt i livet och i grupper med hög risk för ohälsa (socioekonomiskt utsatta grupper så som personer med låg utbildning, funktionsvariationer, språkliga och kulturella hinder).

MEDSKICK TILL FRAMTIDA SATSNINGAR OCH STÖD FÖR EN GOD OCH JÄMLIK HÄLSA

Basera allt professionellt levnadsvanearbete på vetenskaplig grund:

- Om hälsosamma levnadsvanors preventiva och behandlande effekter
- Om vilka metoder som stödjer hälsosamma levnadsvanor och skapar jämställda förutsättningar för individer, grupper och befolkningen

Synliggör ett preventivt och hälsofrämjande förhållningssätt i det sammanhang där du verkar:

- BEGRIPLIGHET om varför levnadsvanearbete är viktigt i det egna yrkesutövandet.
- HANTERBARHET av hur och när prevention och hälsofrämjande insatser kan integreras i befintliga sammanhang och processer.
- MENINGSFULLHET i att framgångsrikt levnadsvanearbete motiverar och föder engagemang för en god och jämlik vård.

Hälsans påverkanspyramid

Ökande positiv
effekt på
befolkningens
hälsa

Ökande
behov av
individuella
insatser

Råd
och utbildning

Riktade primär- och
sekundärpreventiva
insatser till
riskgrupper

Enstaka eller glesa preventiva
breddinsatser med långsiktig
påverkan

Samhällsinsatser som underlättar för
befolkningen att göra hälsosamma val

Påverkan på socioekonomiska bestämningsfaktorer

Vad händer i Levnadsvaneprojektet 2019?

- Under april: *Ett halvdagsseminarium om barns utveckling och fysisk aktivitet* – tillsammans med Centrum för idrottsforskningen
- Den 12-16 juni: *Hälsotorg under Järvaveckan* - tillsammans med andra professionsorganisationer
- Den 9 oktober: *Möte för att lyfta samverkansproblem för ett långsiktigt jämlikt stöd för hälsosamma levnadsvanor hos barn och ungdomar* - tillsammans med andra professionsorganisationer
- Den 22 oktober: *Dag om ledning och styrning av levnadsvanearbete* på olika nivåer och utifrån kopplingen mellan: styrsystem, stödsystem och stödfunktioner (människor, metoder och arbetssätt mm.) - tillsammans med HFS, SoS och SKL
- Fortsätta att utveckla:
 - En *generisk modell för interprofessionellt levnadsvanearbete* med utbildningsmaterial, kompetenskarta och lokalt ansvarig person utifrån LiR-modellen och Guldkorn
 - *Digitala verktyg med sjukdomsgruppsanpassat informationsmaterial* om levnadsvanor till både patienter och kollegor – tillsammans med 1177 respektive SKL: nationella programområden
- Mm...