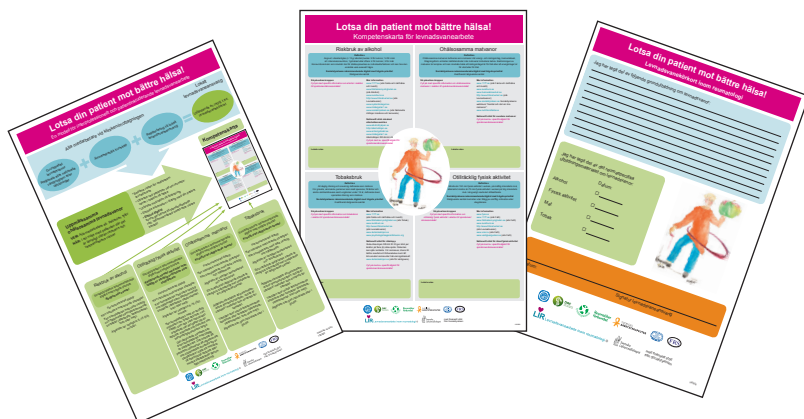


Lotsa din patient mot bättre hälsa!

En modell för interprofessionellt och patientinkluderande levnadsvanearbete



 **LIR** Levnadsvanearbete inom reumatologi ©



LIR Levnadsvanearbete inom reumatologi ©



Svenska
Läkarsällskapet

med finansiellt stöd
från Socialstyrelsen

Syftet med den här broschyren är att beskriva en arbetsmodell för interprofessionellt och patientinkluderande levnadsvanearbete. Modellen bygger på att alla medarbetare i verksamheten skall kunna uppmärksamma ohälsosamma levnadsvanor utifrån en gemensam kunskap om levnadsvanor inom sin specialitet, samt känna till var/av vem som patienten kan få stöd i sitt förändringsarbete.

Bakgrund

Ohälsosamma levnadsvanor är både globalt sett och i Sverige en betydande orsak till vanliga sjukdomar som cancer, hjärt-kärlsjukdom och typ 2 diabetes. Med förbättrade levnadsvanor finns stora hälsovinster att göra både på gruppnivå och för den enskilde. Socialstyrelsen har tagit fram evidensbaserade nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor som gäller inom all sjukvård i Sverige, såväl primärvård som sjukhusvård, öppenvård som slutenvård. Grunden för rekommendationerna är tillståndets svårighetsgrad, åtgärdens effekt och patientnytta samt kostnadseffektivitet.

Socialstyrelsen rekommenderar två olika åtgärdsnivåer; rådgivande samtal och kvalificerade rådgivande samtal. Utöver Socialstyrelsens rekommendationer så framhåller patientlagen patientens rätt till information om metoder för att förebygga sjukdom eller skada.

Sammantaget betyder det att all hälso- och sjukvårdspersonal ska kunna uppmärksamma och samtala om ohälsosamma levnadsvanor utifrån ett personcentrerat förhållningsätt. För detta behöver man också ha kunskap om sambandet mellan ohälsosamma levnadsvanor och olika hälsotillstånd samt veta hur man kan bedöma och utvärdera bruk av alkohol och tobak, fysisk aktivitetsnivå och matvanor.

Levnadsvanearbete

För att underlätta arbetet kring ohälsosamma levnadsvanor och skapa ett tydligare arbetsflöde för all vårdpersonal samt bidra till en mer nationellt jämlik vård, har en modell för interprofessionellt och patientinkluderande levnadsvanearbete skapats. Den ursprungliga modellen har tagits fram av en tvärprofessionell arbetsgrupp inom reumatologi, (Levnadsvanearbete inom reumatologi, LiR) med

arbetsterapeut, dietist, fysioterapeut, läkare, patientrepresentant samt sjuksköterska med kompetens inom reumatologi och levnadsvanor. Den generella strukturen i modellen erbjuds nu för tillämpning inom andra specialiteter. Material till den generiska modellen återfinns på SLS's hemsida tillsammans med exemplet inom reumatologi (LiR-modellen), www.sls.se (sök Levnadsvanor och LiR-modellen).

En modell för interprofessionellt och patientinkluderande levnadsvanearbete

Modellen för levnadsvanearbete innehåller tre hörnstenar; utbildning, kompetenskarta och levnadsvaneansvarig. Innehållet i dessa bör modifieras utifrån specialitet och verksamhetens resurser och möjligheter. Delarna kan användas som en helhet, var och en för sig eller för att komplettera befintlig verksamhet.

Utbildning

Den första hörnstenen är utbildning om levnadsvanors betydelse generellt samt inom den egna specialiteten. Utbildningen är tänkt att ge dig och dina kollegor, oavsett profession, samma evidensbaserade kunskap kring levnadsvanor. Alla medarbetare ska först genomgå en grundläggande generell utbildning inom levnadsvanor, som kan bestå av allt från enstaka föreläsningar, internutbildningar, webbutbildningar, till poänggivande kurser. Denna ska sedan kompletteras med en ämnesspecifik utbildning kring levnadsvanor. Den ämnesspecifika utbildningen kan t.ex. baseras på skriftligt informationsmaterial och frågebank och/eller korta filmer om respektive levnadsvana. Som ett kvitto på att utbildningen är genomförd rekommenderas att intyg utfärdas t.ex. ett "körkort", som visar att man som medarbetare har den kompetens som behövs för att lotsa patienter inom levnadsvanearbete. Detta intyg kan utfärdas av respektive chef eller levnadsvaneansvarig.

Kompetenskarta

Den andra hörnstenen är en kompetenskarta vars funktion är att stödja medarbetarna. Den ska innehålla definitioner av ohälsosamma levnadsvanor och information om levnadsvanor i

relation till ämnesområdet. På kartan ska det även finnas generiska och ämnesspecifika webbadresser och telefonnummer för mer information om levnadsvanor och kontaktuppgifter för nationellt stöd i förändringsarbetet. För att underlätta hänvisningen av patienter till rätt rådgivningsnivå ska det finnas en lokal ruta där den lokalt utsedda levnadsvaneansvarige kompletterar med kontaktinformation till personer/enheter med rätt kompetens, inom eller utanför den egna verksamheten. När sådan kompetens saknas kan stöd på nationell nivå nyttjas. Kompetenskartan kan vara en poster att sätta på väggen på exempelvis expeditionen eller behandlingsrummet.

Levnadsvaneansvarig

Den tredje hörnstenen är en levnadsvaneansvarig som, baserat på kompetens och intresse, utses av verksamheten. Personen har till uppgift att ansvara för att kompetenskartan blir ett levande dokument genom att uppdatera lokala kontaktuppgifter och stödja medarbetare i levnadsvanearbetet. Den lokalt levnadsvaneansvarige är tänkt att vara den som sprider informationsmaterial och som utfärdar intyget till den medarbetare som är klar med utbildningen.

Uppmärksamma ohälsosamma levnadsvanor

Varje medarbetare måste själv bedöma när det är relevant att fråga om levnadsvanor, både utifrån verksamhetens rutiner, rådande vårdssituation och patientens motivation. Värt att tänka på är att många patienter vill få frågor från sjukvården kring sina levnadsvanor. Socialstyrelsens frågor om alkohol, fysisk aktivitet, matvanor och tobak finns att hämta på hemsidorna för Socialstyrelsen respektive nätverket Hälsofrämjande hälso- och sjukvård. Flera regioner har också motsvarande frågor i sina journalsystem.

Lycka till!

Genom ett aktivt levnadsvanearbete har vi alla möjlighet att förbättra prognosen för våra patienter och lotsa dem mot en bättre hälsa. Lycka till med utbildningen och levnadsvanearbetet!