

Samtal om levnadsvanor gör skillnad

Vi vill med denna artikel hålla er uppdaterade om projektet "Läkares samtal om levnadsvanor". Projektet är ett samarbete mellan Svenska läkarsällskapet och Socialstyrelsen. Arbetet bedrivs genom SLS olika sektioner. I nuläget är det elva sektioner som anslutit sig till projektet som leds av Lars Jerdén, ordförande i SFAMs levnadsvanoråd.

Syftet med projektet är att bidra till implementeringen av Socialstyrelsens riktlinjer om sjukdomsförebyggande metoder. Riktlinjerna beskriver de metoder som är kostnadseffektiva och som fungerar för att främja en förändring av en ohälsosam levnadsvana.

Fokus i projektet är främst insatser riktade till läkarkåren men även att främja samarbetet mellan läkare och andra professioner. Strategin är utbildningsinsatser för läkare av läkare, nätverksbyggande samt läkaranpassad information.

Hur ser det ut idag?

Redan idag gör läkarkåren en stor insats i arbetet med att främja goda levnadsvanor. Samtidigt har vi alla erfarenhet av svårigheterna att motivera till förändring. Riktlinjerna lyfter tydliga utvecklingsområden. Vi behöver bli skickligare i att motivera och remittera patienter för livsstilsförbättringar, t.ex. kvalificerad kostrådgivning. Det bör klargöras vem i vården som gör vad och tydliga remissvägar måste definieras.

Vad har hänt sedan start?

Två sektionsansvariga

Sedan januari 2013 är vi två sektionsansvariga för SFAM: Maria Weiland, ST-läkare vid Spånga Vårdcentral och Åsa Thurffjell, specialist i allmänmedicin vid Kista Vårdcentral, båda i Stockholm. Vi är båda medlemmar av SFAMs levnadsvanoråd.



Under 2012 har vi bland annat medverkat på Medicinska riksstämman, SFAMs kongress i Luleå, ST-stämman i Örebro samt hållit seminarier på flera platser i landet.

Kontaktläkare

Arbetet pågår med att engagera allmänläkare/ST-läkare i allmänmedicin med särskilt intresse för levnadsvanor, så kallade kontaktläkare. Målet är att ha två kontaktläkare i varje landsting. Vi söker fler – välkommen att höra av dig om du är intresserad! Kontaktläkarnas mejladresser finns på Läkarsällskapets hemsida www.sls.se/levnadsvanor.

Lokala nätverk

Projektet kan bidra till att skapa förutsättningar för lokala nätverk. Ta gärna kontakt med oss!

Föreläsarlista

På projektets hemsida finns en lista på personer som gärna kommer och talar om levnadsvanor.

Kongresser och samlingsdagar

I april kommer projektet att delta i två samverkansdagar med övriga professionella projekt. I maj kommer vi att medverka på SFAMs kongress i Stockholm.

Hemsida

Arbete pågår med att bygga upp hemsidan. Projektet "Läkare samtal om levnadsvanor" finns även på Facebook.

Material

Under året planerar vi att ta fram material anpassat för allmänläkare. Vi ingår i Socialstyrelsens referensgrupp för en webutbildning om kost.

Vilken nytta kan du ha av projektet?

Upplever du att det just i ditt landsting är svårt att få igång arbetet med levnadsvanor? Är du osäker på vad riktlinjerna egentligen innebär? Behöver du uppdatera dig kring kost, fysisk aktivitet, alkohol eller rökning? Behöver du mer kunskap om motiverande samtal (MI) som ett led i att skapa bättre samtal med dina patienter? Vill du få kännedom om vilka fler i ditt landsting som är intresserade av de här frågorna? Vill du vara en av våra kontaktläkare?

Vi finns till som en resurs och kan medverka i lokala utbildningar, tipsa om föreläsare och material. Vi har ett brett kontaktnät.



Åsa Thurffjell
asa.thurffjell@sls.se



Maria Weiland
maria.weiland@gmail.com