

Västerbottens hälsoundersökningar

Hur går det till i praktiken?
Anna Rosén

Vilken nytta ger VHU?
Patrik Wennberg

Västerbottens hälsoundersökningar (VHU)

- Finns i primärvårdens uppdrag sedan 1996.
- 40, 50 eller 60 åringar bjuds in till två besök; en individuell hälsoundersökning samt ett efterföljande personligt hälsosamtal.



Din framtida hälsa

Du är inbjuden till Västerbottens hälsoundersökningar för att få inspiration och stöd och råd till livsstilsförändringar för att må bra och minska risken för att bli sjuk i framtiden.

Hur du lever och hur du mår har stor betydelse för din framtida hälsa. Hjärtinfarkt, stroke, diabetes och många cancersjukdomar beror i hög grad på levnadsvanor och livssituation. Du kan minska risken att drabbas och även små förändringar kan få stor betydelse. Det är aldrig för sent.

Västerbottens läns landsting

Riktade hälsosamtal – “Besiktning?”

- Målet är att motivera och stödja hälsosammare levnads- och vardagsvanor
(hälsofrämjande befolkningsinriktad strategi)
- Om sjukdom upptäcks -> remiss för fortsatt utredning/handläggning
(högrisk-strategi)



Besök 1: Undersökning och enkät

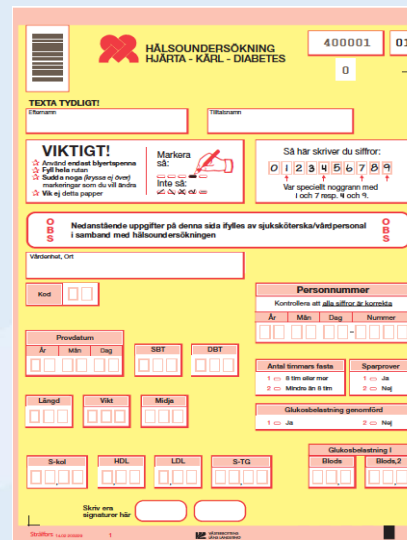
Undersökning

- Längd och vikt
- Midjemått
- Blodtryck
- Glukosbelastning
- Lipidstatus



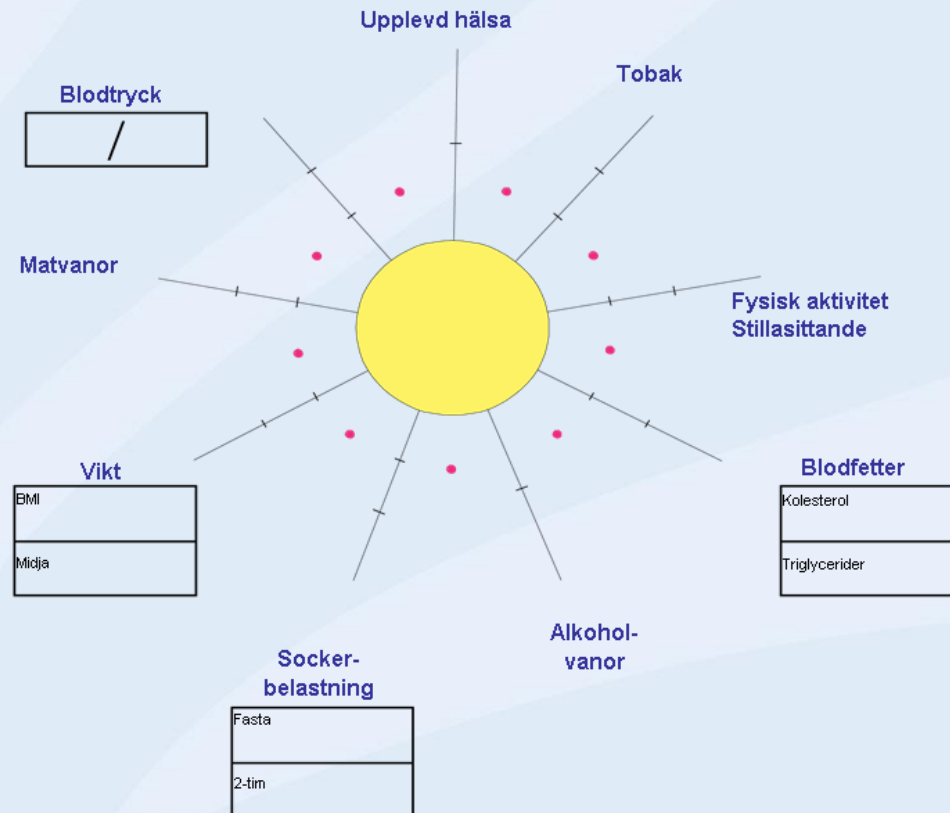
Enkätfrågor om

- Hälsa & livskvalitet
- Familj, utbildning, socialt nätverk
- Arbete, stress
- Sömnvanor
- **Tobaksvanor**
- **Alkoholvanor**
- **Matvanor**
- **Fysisk aktivitet**

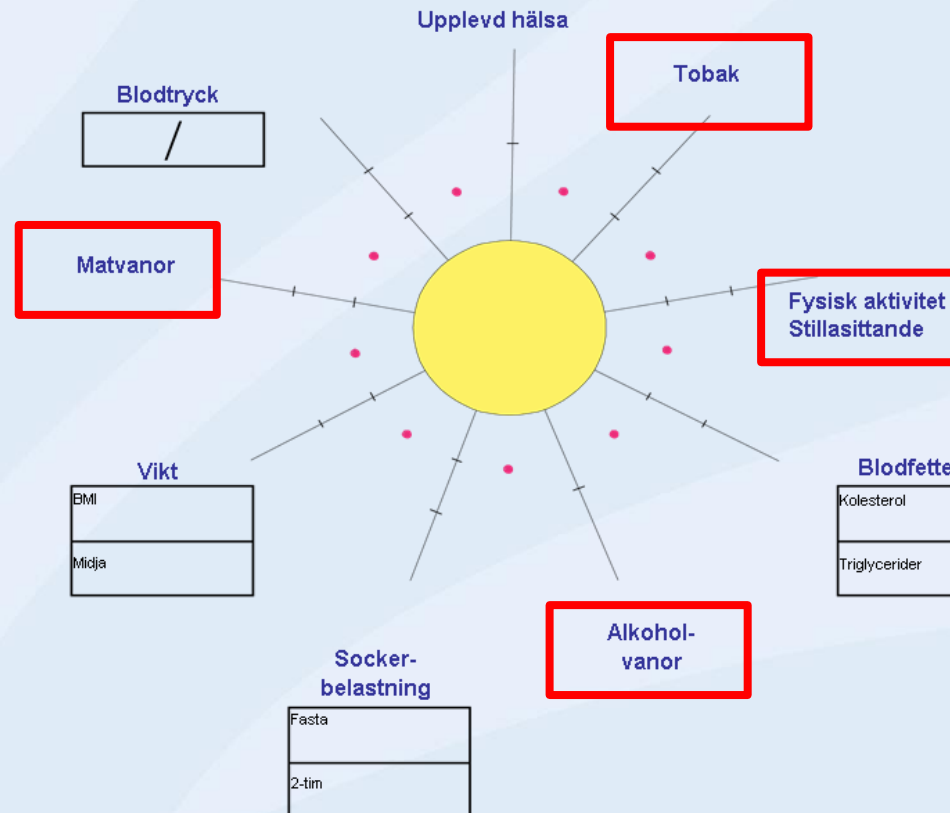


The form is titled 'HÄLSOUNDERSÖKNING HJÄRTAT - KÄRLET - DIABETES'. It includes a barcode, a patient ID '400001', and a form number '01'. The form is divided into several sections: 'TEXTA TYDLIGT!' for name and address, 'VIKTIGT!' for important instructions, 'Markera så!' for marking answers, 'Så här skriver du siffror:' for digit entry, 'Nedanstående uppgifter på denna sida fylls av sjuksköterska/vårdpersonal i samband med hälsoundersökningen' for demographic and clinical data, 'Personnummer' for personal identification, 'Provdatum' for test date, 'Antal timmar fasta' and 'Sparprover' for fasting and sample collection, 'Glukosbelastning genomförd' for glucose test completion, 'Glukosbelastning 1' and 'Glukosbelastning 2' for glucose levels, and 'S-kol', 'HDL', 'LDL', 'S-TG' for lipid status. There are also fields for 'Längd', 'Vikt', 'Måla', 'S-kol', 'HDL', 'LDL', 'S-TG', 'Glukosbelastning 1', and 'Glukosbelastning 2'. The form ends with a signature line and a date field.

Besök 2: Riktat hälsosamtal



Besök 2: Riktat hälsosamtal



Hälsodialog

1) Utforska förändringsbenägenhet i MI-anda

- Motivation till förändring
- Tilltro till egen förmåga



2) SMARTA mål



Min Stjärnprofil

- ☐ är jag nöjd med och tänker behålla så länge som möjligt
- ☐ är jag inte nöjd med och vill förändra:

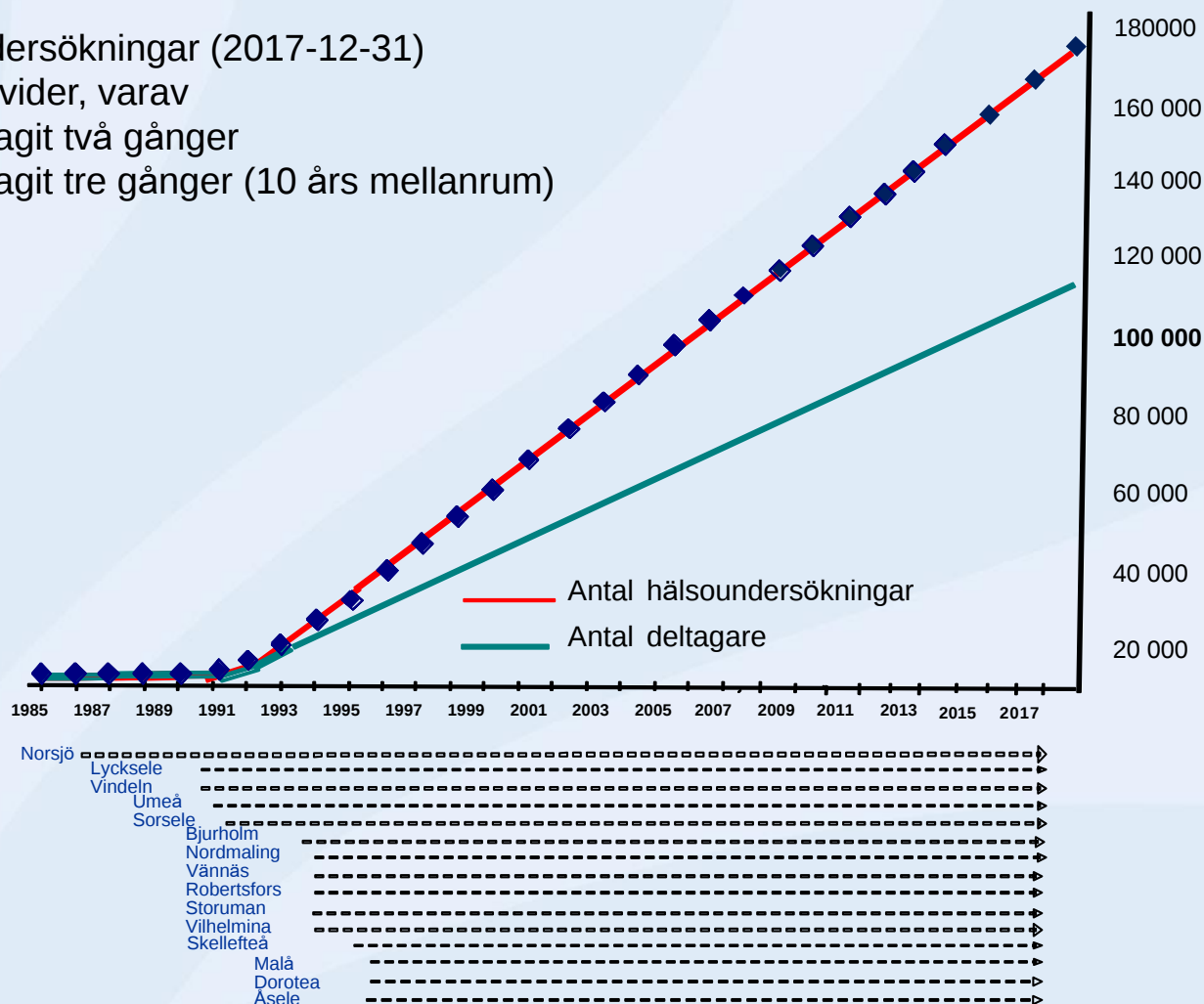
Mina mål är att:

- ☐ minska min tobakskonsumtion/bli helt tobaksfri, genom att.....
- ☐ minska min alkoholkonsumtion, genom att.....
- ☐ öka/behålla min fysiska aktivitet, genom att.....
- ☐ minska mitt stillasittande, genom att.....
- ☐ gå ner i vikt/behålla min vikt, genom att.....
- ☐ minska mitt midjemått/behålla mitt midjemått, genom att.....
- ☐ förbättra/behålla mina matvanor, genom att.....
- ☐ förbättra min upplevda hälsa, genom att.....

..... /
Ort och datum Namn



180 430 undersökningar (2017-12-31)
117 855 individer, varav
36 487 deltagit två gånger
13 044 deltagit tre gånger (10 års mellanrum)

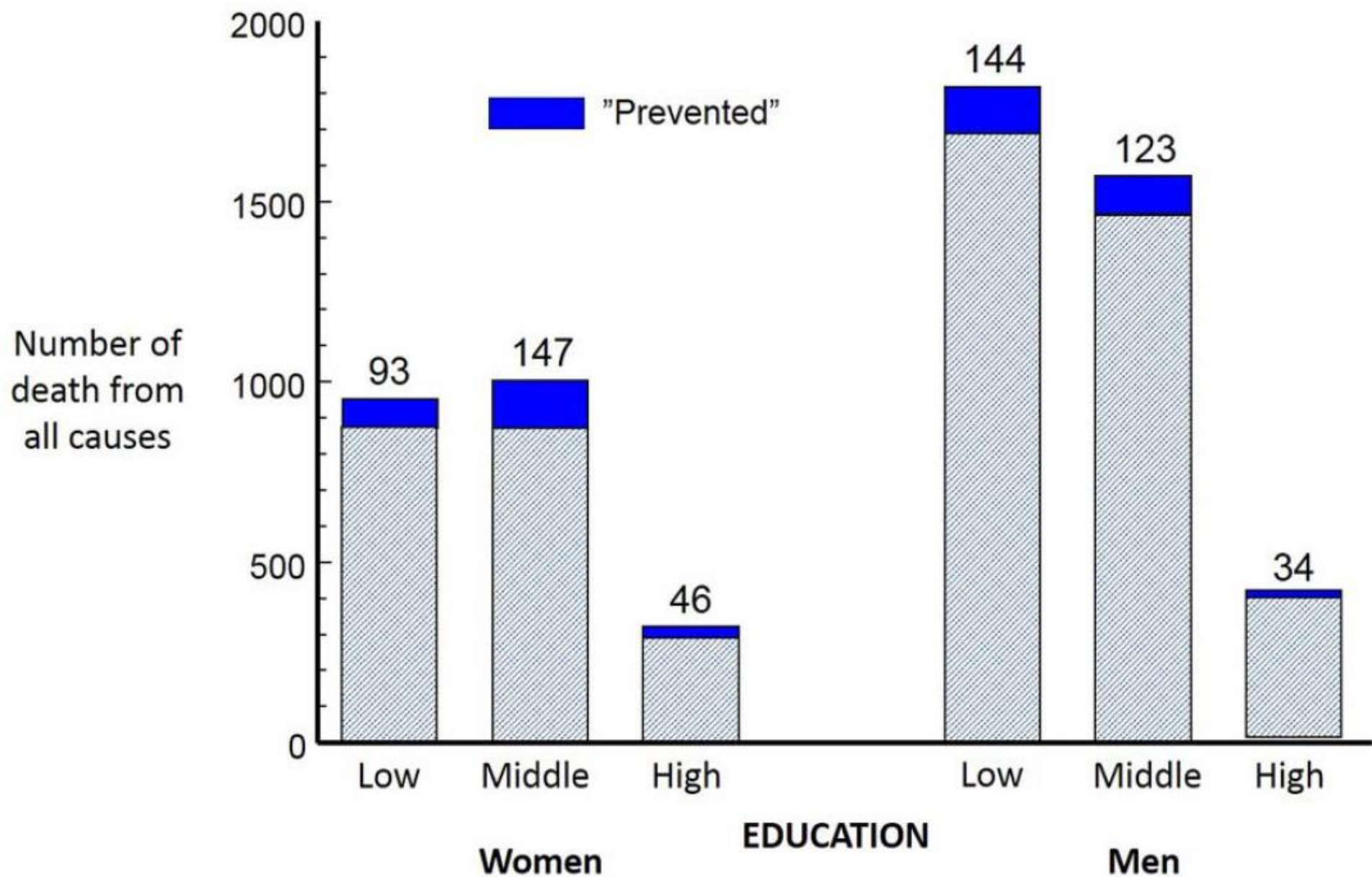


Vilken nytta ger Västerbottens hälsoundersökningar?

Hur påverkas total dödlighet?

Jämförelse:

- **Observerad dödlighet** hos innevånare i Västerbotten som fyllde 40, 50 eller 60 år mellan 1990 och 2006 (oavsett om de deltog i VHU eller ej)
- **Förväntad dödlighet** baserat på motsvarande grupp i Sverige i stort



Referens: Blomstedt, Y et al. BMJ Open 2015

Hur påverkas total dödlighet?

Totalt:

Observerade dödsfall: 5646

Förväntade dödsfall: 6233

Förebyggda dödsfall: 587

Standardiserat Mortalitets Ratio: 90,6% (95% CI, 88,2-93,0)

Referens: Blomstedt, Y et al. BMJ Open 2015

Hur påverkas total dödlighet? För VHU-deltagare?

Totalt:

Observerade dödsfall: 2443

Förväntade dödsfall: 3684

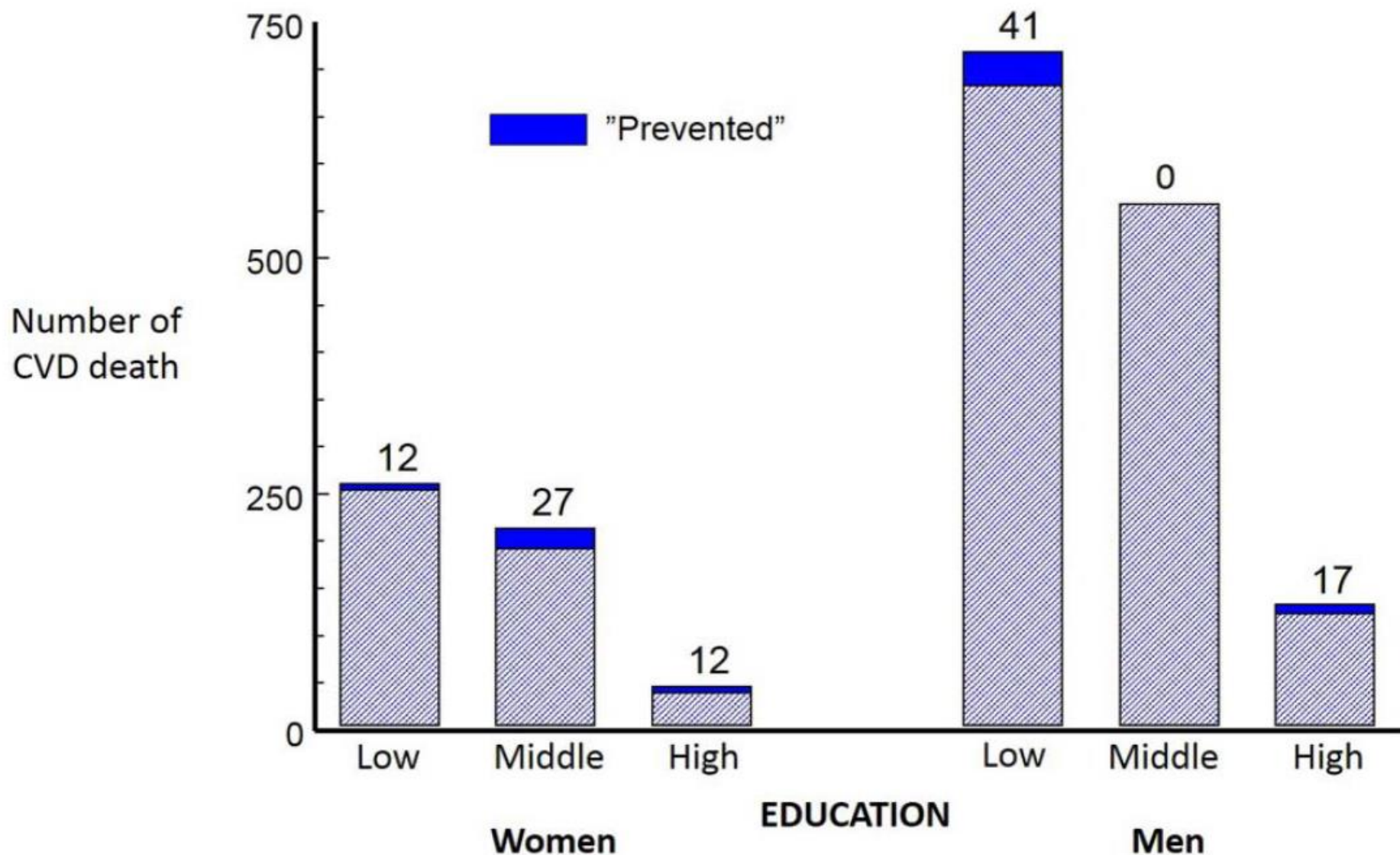
Förebyggda dödsfall: 1241

Standardiserat Mortalitets Ratio: 66,3% (95% CI, 63,7-69,0)

Överdödlighet hos icke-deltagare: 654

Referens: Blomstedt, Y et al. BMJ Open 2015

Hur påverkas hjärtkärlödlighet?



Referens: Blomstedt, Y et al. BMJ Open 2015

Är det kostnadseffektivt?

- Besparingen för sjukvården var ungefär dubbelt så stor som kostnaden
- Kostnaden per kvalitetsjusterat levnadsår (QUALY): 650 kr
- Under 100 000 kr per QUALY = låg kostnad

Referens: Lindholm, L et al. BMC Public Health 2018

Hur påverkas riskfaktorer i befolkningen?

Jämförelse av tidstrender:

- Västerbotten
- Norrbotten

Fem tvärsnittundersökningar i MONICA-studien i norra Sverige mellan 1994-2014 (6600 deltagare, 40-74 år)

- **Andelen rökare** har minskat snabbare ($p=0.01$)
- **Systoliskt och diastoliskt blodtryck** har sjunkit snabbare ($p=0.043$ resp. <0.001)
- **Fasteblodsocker** har sjunkit i VB ($p=0.003$) men stigit i NB

Referens: Eliasson, M et al. Eur J Prev Card 2018

Hur påverkas högriskgrupper?

Jämförelse:

- Personer som fick sin diabetes upptäckt via VHU
- Personer som diagnosticerats via sjukvården
 - Upptäcks 4,6 år senare
 - Dubblerad totalmortalitet (HR 2,07, 95% CI, 1,63-2,62)
 - Högre risk för hjärtkärlsjukdom, retinopati och nefropati

Referens: Feldman A, et al, Diabetologia; 2017



**“Grateful patients are
few in preventive
medicine, where
success is marked
by a non-event”**

Geoffrey Rose