

Levnadsvanor för patienter med
depression, diabetes,
högt blodtryck och
ischemisk hjärtsjukdom
data från primärvården 2015

Sammanfattning

Vårdprogram för depression, diabetes, högt blodtryck och ischemisk hjärtsjukdom lyfter ofta fram levnadsvanor som en viktig fråga.

Hur olika/lika levnadsvanorna ser ut för diagnosgrupperna beskrivs i broschyren. Data baseras på 50 295 registreringar i primärvårdens system för levnadsvaneanteckning.

Riskbruk av alkohol är mer än dubbelt så vanligt vid depression som för patienter i allmänhet.

BMI motsvarande fetma finns hos varannan kvinna med diabetes, var tredje kvinna/man med högt blodtryck och hos var fjärde kvinna/man bland alla patienter.

Mest fysiskt inaktiv är kvinnor med ischemisk hjärtsjukdom och diabetes där 1 av 5 svarar 0 timmar fysisk aktivitet i veckan. För patienter i allmänhet är det 1 av 10 som svarar 0 timmar i veckan.

Kvinnor och män med depression röker nästan dubbelt så ofta som patienter i allmänhet.

Levnadsvanor

Levnadsvanor har stor betydelse för hälsan. Cirka 80-90% av hjärt-kärl sjukdom och diabetes samt 30% av cancer går att förebygga. Genom att äta bättre, vara mer fysisk aktiv, dricka måttligt med alkohol och undvika tobak.

Diagnoserna depression, diabetes, högt blodtryck samt ischemisk hjärtsjukdom är alla starkt kopplade till ogynnsamma levnadsvanor.

Det vi vet om levnadsvanor för dessa patienter kommer från primärvårdens levnadsvaneanteckning (LvA) samt ACG-register (ACG=Adjusted Clinical Groups). I LvA finns 50 295 patienter registrerade för 2015.

På de följande sidorna visas hur dessa patientgrupper ser ut jämfört med "den vanliga" patienten i primärvården. Mer information om hur primärvården arbetar med stöd till förändring av levnadsvanor finns i en rapport, " Stöd till ändrade levnadsvanor för patienter med Depression, Diabetes, Högt blodtryck samt Ischemisk hjärtsjukdom. En jämförelse av behov och stöd".

Alla kvinnor i primärvård (13 år och äldre)

104 103 i länet

medianålder 51

27% tillfrågade om levnadsvanor

1% riskbruk av alkohol

65% av dem får hjälp

33% BMI 28+

49% av dem får hjälp

64% otillräckligt fysiskt aktiva

25% av dem får hjälp

18% tobaksbruk

60% av dem får hjälp



Alla män i primärvård (13 år och äldre)

104 936 i länet

medianålder 49

21% tillfrågade om
levnadsvanor

3% riskbruk av alkohol

72% av dem får hjälp

39% BMI 28+

52% av dem får hjälp

60% otillräckligt fysiskt aktiva

27% av dem får hjälp

29% tobaksbruk

53% av dem får hjälp



Kvinnor med depression (13 år och äldre)



7 759 i länet
medianålder 46
38% tillfrågade om
levnadsvanor
2% riskbruk av alkohol
85% av dem får hjälp
37% BMI 28+
52% av dem får hjälp
37% otillräckligt fysiskt
aktiva
31% av dem får hjälp
30% tobaksbruk
62% av dem får hjälp

Män med depression (13 år och äldre)

4 011 i länet
Medianålder 45
31% tillfrågade om
levnadsvanor
7% riskbruk av alkohol
75% av dem får hjälp
41% BMI 28+
51% av dem får hjälp
41% otillräckligt fysiskt
aktiva
33% av dem får hjälp
46% tobaksbruk



Kvinnor med diabetes (13 år och äldre)

6 313 i länet
medianålder 70
57% tillfrågade om levnadsvanor
1% riskbruk av alkohol
53% av dem får hjälp
63% BMI 28+
64% av dem får hjälp
79% otillräckligt fysiskt aktiva
31% av dem får hjälp
15% tobaksbruk
62% av dem får hjälp



Män med diabetes (13 år och äldre)

8 423 i länet
medianålder 68
57% tillfrågade om
levnadsvanor
1% riskbruk av alkohol
71% av dem får hjälp
62% BMI 28+
64% av dem får hjälp
72% otillräckligt fysiskt
aktiva
30% av dem får hjälp
25% tobaksbruk
58% av dem får hjälp



Kvinnor med högt blodtryck (13 år och äldre)

21 420 i länet

medianålder 71

46% tillfrågade om levnadsvanor

1% riskbruk av alkohol

69% av dem får hjälp

46% BMI 28+

54% av dem får hjälp

71% otillräckligt fysiskt aktiva

27% av dem får hjälp

15% tobaksbruk

68% av dem får hjälp



Män med högt blodtryck (13 år och äldre)

19 743 i länet

medianålder 69

47% tillfrågade om levnadsvanor

3% riskbruk av alkohol

50% av dem får hjälp

50% BMI 28+

57% av dem får hjälp

67% otillräckligt fysiskt aktiva

28% av dem får hjälp

25% tobaksbruk

57% av dem får hjälp



Kvinnor med ischemisk hjärtsjukdom (13 år och äldre)

3 556 i länet

medianålder 78

41% tillfrågade om levnadsvanor

1% riskbruk av alkohol

43% av dem får hjälp

43% BMI 28+

52% av dem får hjälp

78% otillräckligt fysiskt aktiva

26% av dem får hjälp

12% tobaksbruk

67% av dem får hjälp



Män med ischemisk hjärtsjukdom (13 år och äldre)

5 470 i länet

medianålder 73

43% tillfrågade om levnadsvanor

2% riskbruk av alkohol

67% av dem får hjälp

43% BMI 28+

50% av dem får hjälp

69% otillräckligt fysiskt aktiva

24% av dem får hjälp

21% tobaksbruk

57% av dem får hjälp



Alkohol						
	ID		Riskbruk		Åtg	
	Kvinna	Man	Kvinna	Man	Kvinna	Man
Alla	26%	20%	1%	3%	65%	72%
Depr	37%	30%	2%	7%	85%	75%
Diab	56%	55%	1%	2%	53%	71%
Hbltr	44%	45%	1%	3%	69%	50%
Ischemi	40%	41%	1%	2%	43%	67%

1 Alkohol: Hög andel riskbruk - depression, både kv-män. Lägst andel kv med ischemi som får hjälp. Låg andel män med högt bltr som får hjälp.

BMI										
	ID		BMI 28-29		BMI 30+		Summa ogynnsamma		Åtg	
	Kvinna	Man	Kvinna	Man	Kvinna	Man	Kvinna	Man	Kvinna	Man
Alla	25%	19%	10%	14%	23%	25%	33%	39%	49%	52%
Depr	33%	28%	10%	14%	27%	28%	37%	41%	52%	51%
Diab	54%	54%	15%	17%	48%	44%	63%	62%	64%	64%
Hbltr	42%	43%	14%	16%	32%	34%	46%	50%	54%	57%
Isch	36%	39%	13%	16%	30%	27%	43%	43%	52%	50%

2 Högt BMI: Hög andel diabetiker med högt BMI 48% av kvinnor med diabetes BMI 30+. Hög andel med högt BMI för patienter med högt blodtryck.

Fysisk aktivitet								
	ID		0 tim/v		Sa: otillr FA		Åtg	
	Kvinna	Man	Kvinna	Man	Kvinna	Man	Kvinna	Man
Alla	26%	20%	10%	11%	64%	60%	25%	27%
Depr	36%	30%	15%	17%	73%	70%	31%	33%
Diab	56%	56%	18%	16%	79%	72%	31%	30%
Hbltr	45%	46%	14%	13%	71%	67%	27%	28%
Ischemi	40%	42%	21%	15%	78%	69%	26%	24%

3 Fysisk aktivitet: Generellt hög andel otillräcklig fysisk aktivitet (fa), minst 7 av 10, samtidigt som ca 3 av 10 med otillräcklig fa får hjälp. Kvinnor med diabetes, kvinnor med ischemi högst i gruppen 0 tim/vecka.

Tobak								
	ID		Rök		Summa tobak		Åtg	
	Kvinna	Man	Kvinna	Man	Kvinna	Man	Kvinna	Man
Alla	27%	21%	12%	10%	18%	29%	60%	53%
Depr	38%	31%	19%	16%	30%	46%	62%	52%
Diab	57%	57%	13%	11%	15%	25%	66%	58%
Hbltr	46%	47%	12%	9%	15%	25%	68%	57%
Ischemi	41%	43%	11%	10%	12%	21%	67%	57%

4 Tobak: Kvinnor och män med depression röker och snusar avsevärt mer än övriga grupper. Pat med diabetes, Hbltr samt ischemi mindre tobak än pat i allmänhet.

Förklaringar

- Riskbruk av alkohol innebär att man dricker lite för mycket alkohol.
- BMI 28+ omfattar alla som har ett BMI högre än 28, BMI 28 är övervikt BMI30 är fetma, hur stor andel som har fetma finns i tabellerna på sista sidorna.
- Otillräckligt fysiskt aktiv innebär att man rör sig mindre än 30 minuter per dag. I tabellerna finns mer detaljerade uppgifter.
- Tobaksbruk innehåller både rökare och snusare, andelen rökare respektive snusare syns i tabellerna.
- Att man får hjälp innebär att vårdcentralen gjort vad Socialstyrelsens nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder föreskriver.

Mer information om alkohol, tobak, otillräcklig fysisk aktivitet och ogynnsamma matvanor finns på www.1177.se



Landstinget Västernorrland