

# Stöd i arbetet med hälsosamma levnadsvanor vid psykisk ohälsa. Exempel från pågående utvecklingsarbete

**Christina Strååt**

2019-04-09

# Nationella riktlinjer om levnadsvanor

- Jämlik vård
- Första versionen 2011
- Socialstyrelsen stödjer implementering
- Grupper med särskild risk: personer med psykisk ohälsa (depression och schizofreni) och psykisk funktionsnedsättning

## Prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor

Stöd för styrning och ledning

2018



# Utvecklingsarbeten för att stödja levnadsvaneförändringar vid psykisk ohälsa

- Regeringsuppdrag att stödja, analysera och utvärdera utvecklingsarbete i primärvården om levnadsvanor vid psykisk ohälsa.
- Utlysningar av statsbidrag för 2018, 2019 och 2020

# Syfte

Att stärka primärvårdens arbete med att stödja hälsosamma levnadsvanor hos patienter med psykisk ohälsa.

# Varför levnadsvanor och psykisk ohälsa?

- Viktig att rådgivningen riktas till grupper som behöver det och kan få stora förbättringar - grupper med särskild risk
- Personer med psykisk sjukdom har sämre kroppslig hälsa, får sämre vård och har en överdödlighet jfr befolkningen
- Fördelar med förbättrade levnadsvanor vid psykisk ohälsa
- Effektiv prevention kan innebära stora besparingar för individen, hälso- och sjukvården och för samhället, inte minst på socialförsäkringens område

Källa: Nationell utvärdering 2013: vård och insatser vid depression, ångest och schizofreni: rekommendationer, bedömningar och sammanfattning. Stockholm: Socialstyrelsen; 2013.

# Varför utvecklingsarbete?

- Studier av implementeringen av NR levnadsvanor pekar på behovet av att utvärdera nya arbetssätt för levnadsvanor
- Kommunicera resultat och sprida exempel för inspiration och lärande
- Utgångspunkten är den egna verksamhetens behov och sammanhang

**Källor:** Elg M et al, Översättning av riktlinjer: Fallstudier av sjukdomsförebyggande metoders genomslag, Linköpings Universitet, 2016, Elg M et al, Hållbart sjukdomsförebyggande arbete?: En studie av hur man arbetar med sjukdomsförebyggande arbete i två vårdssystem i USA, Linköpings Universitet, 2017

# Stöd till utvecklingsarbete

1. Involvera regionens egna verksamheter för utvecklingsarbete (kvalitets- och förbättringsarbete)
2. Socialstyrelsens stöd
  - Seminarier; sjukdomsförebyggande metoder, ohälsosamma levnadsvanor, psykisk ohälsa kvalitets- och förbättringsarbete, systematisk uppföljning
  - Experter
  - Nätverk för att lära av varandra

# Förbättringsarbete för levnadsvanor





# Nationella riktlinjer

- Prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor, 2018
- Vård vid depression och ångestsjukdomar, 2017
- Vård och stöd vid schizofreni och schizofreniliknande tillstånd, 2018

# Statsbidrag 2019

- 21 olika utvecklingsarbeten i 15 regioner
- Olika verksamhetstyper
- Från stressrelaterad ohälsa till allvarlig psykisk sjukdom
- Alla fyra levnadsvanor, men flest fokuserar på fysisk aktivitet och matvanor.
- Olika grad av innovation
- I olika fas av utvecklingsarbete

# Exempel på utvecklingsarbeten

- Digitalt screeningverktyg
- Digitalt verktyg för att behandla
- Integrering av levnadsvanor i kort psykologisk behandling
- Integrering av levnadsvanor i rehabiliteringsinsatser
- Levnadsvanemottagningar som fokuserar på psykisk ohälsa

# Kunskapsstöd på gång

- Om förbättringsarbete för hälsosamma levnadsvanor
- För hälsosamma levnadsvanor hos personer med psykisk funktionsnedsättning som kan innebära kognitiva svårigheter  
Målgrupp: Vård- och omsorgspersonal  
[catrine.berglie@socialstyrelsen.se](mailto:catrine.berglie@socialstyrelsen.se)
- Utbildningsmaterial om bemötande av patienter med psykisk ohälsa  
Målgrupp: Hälso- och sjukvårdspersonal  
[annika.vonschmalensee@socialstyrelsen.se](mailto:annika.vonschmalensee@socialstyrelsen.se)

**Hör gärna av er!**

**[christina.straat@socialstyrelsen.se](mailto:christina.straat@socialstyrelsen.se)**

**Mer information finns på:  
[www.socialstyrelsen.se](http://www.socialstyrelsen.se)**