

Nationellt programområde levnadsvanor (NPO-LV)

Nuläge och framåt

Åsa Thurfjell, specialist i allmänmedicin, Spesak i hälsofrämjande arbete

Malin Skogström, specialist i allmänmedicin, ordf RPO-LV Södra sjukvårdsregionen, processledare HFS-nätverket

Sofia Dahlin, specialist i socialmedicin, HFS-nätverkets sekretariat

Kristine Bergström, leg sjuksköterska, processledare NPO- LV

Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälso- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

NPO levnadsvanor

- Lena Lönnberg
- Sofia Dahlin
- Malin Skogström
- Mats Börjesson
- Åsa Thurfjell
- Monica Eriksson
- Lars Weinehall
(Ordförande)
- Kristine Bergström
(processledare)



Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälso- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Vår framgång räknas i
liv och jämlik hälsa

Tillsammans gör
vi varandra
framgångsrika!



Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälso- och sjukvård

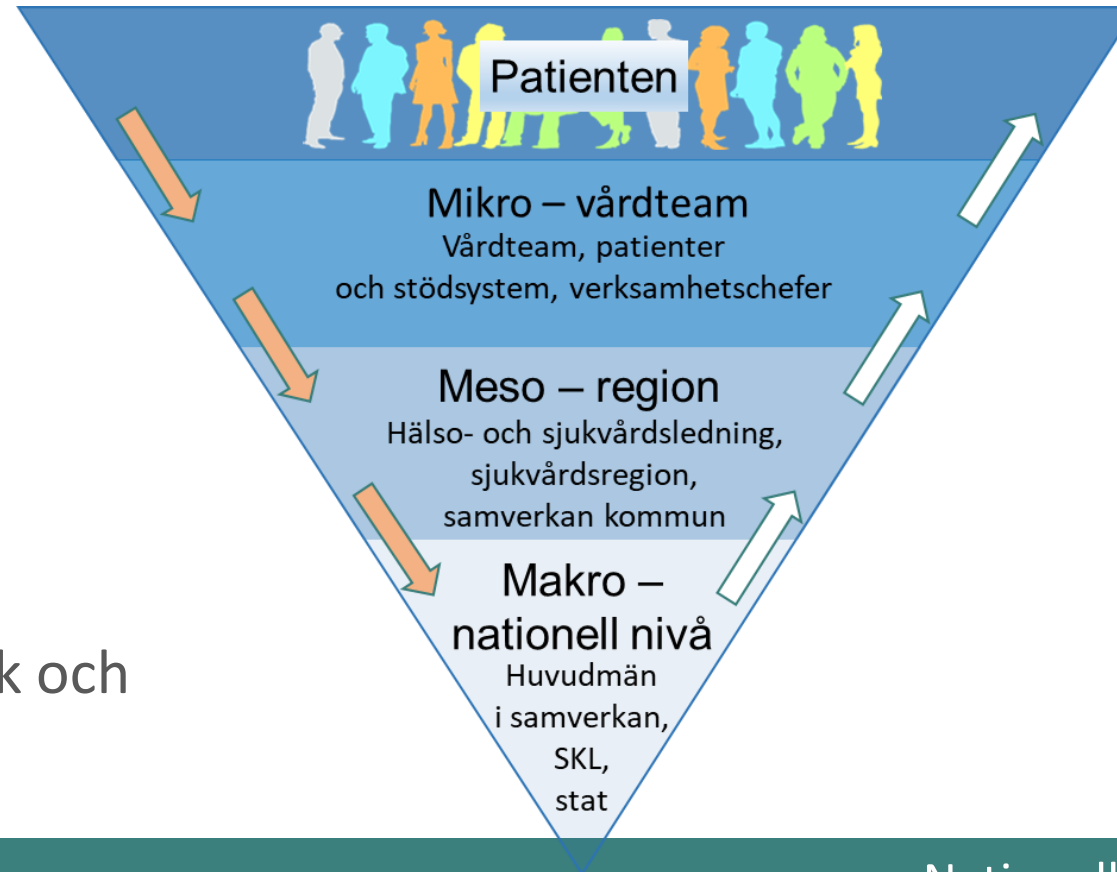
SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Samverkan för en mer kunskapsbaserad, jämlik och resurseffektiv vård

Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälso- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Samspel för kunskapsstyrning



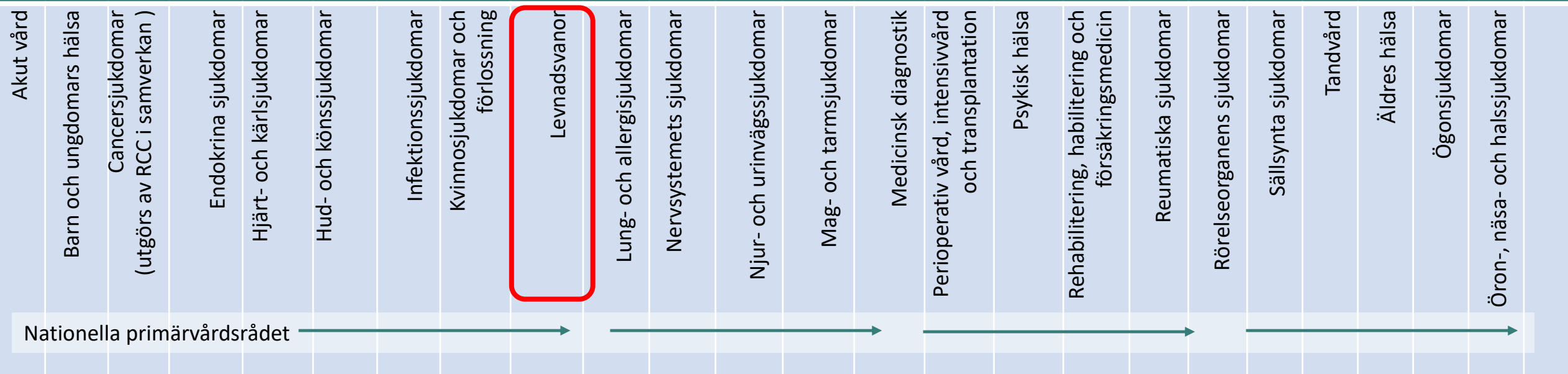
Samverkan för en mer kunskapsbaserad, jämlik och resurseffektiv vård

Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälso- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Nationella Programområden (NPO)
(Regionalt värdskap)

Respektive NPO speglar hela vårdkedjan: prevention, primärvård, specialistvård, rehabilitering, omvårdnad etc.



Nationella samverkansgrupper (NSG)

Metoder för kunskapsstöd

Kvalitetsregister

Uppföljning och analys

Läkemedel/medicinteknik

Forskning/Life Science

Patientsäkerhet

Strukturerad vårdinformation

Stöd för utveckling

Tillfälliga satsningar

Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälso- och sjukvård

Matchande kunskapsorganisation på tre nivåer

Nationell nivå – ta fram

NPO = nationellt programområde

NAG = nationell arbetsgrupp

Sjukvårdsregional nivå – samordna

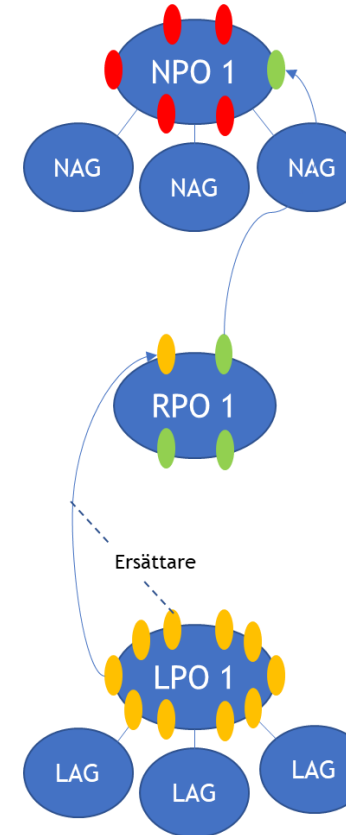
RPO = sjukvårdsregionalt programområde

RAG = sjukvårdsregional arbetsgrupp

Lokal (region-) nivå – införa

LPO = lokalt (regionalt) programområde

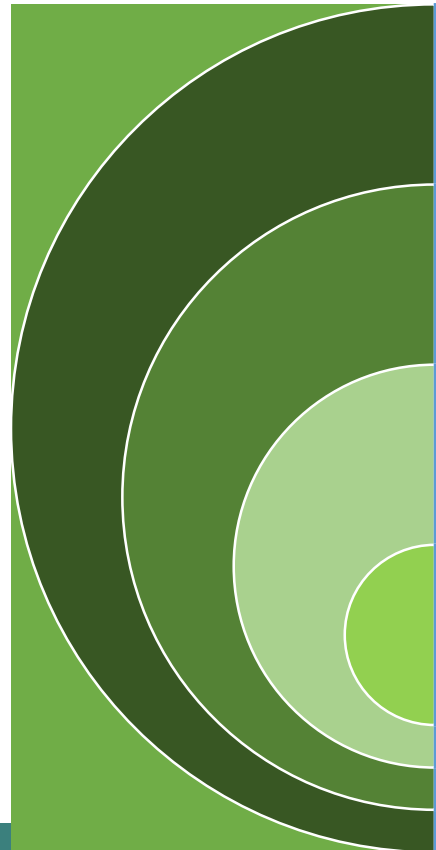
LAG = lokal arbetsgrupp



Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälso- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Vad arbetar NPO-LV med just nu?



Nationella riktlinjer levnadsvanor – Vad ska vi göra?
Nationellt vårdprogram levnadsvanor- Hur ska vi göra?
Personcentrerade och sammanhållna vårdförlopp- När och var?
Screeningfrågor- risk för ohälsosam levnadsvana?

Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälsa- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Steg 1: Nationellt vårdprogram

Utifrån befintliga regionala vårdprogram skapa ett gemensamt Nationellt Vårdprogram för Levnadsvanor.

NAG Nationellt vårdprogram för levnadsvanor

- Ordförande Lars Jerden
- Ledamöter Sven Andreasson, Hans Lingfors, Roger Olsson, Helen Sundberg, Malin Skogström, Cecilia Edström, Sara Haile, Karin Kauppi, Kjell Olsson, Christin Anderhov Eriksson
- Processledare Kristine Bergström
- Fler ledamöter finns i HFS nätverket.



NAG för
Vårdprogram levnadsvanor

Beräknas klart vid årsskiftet

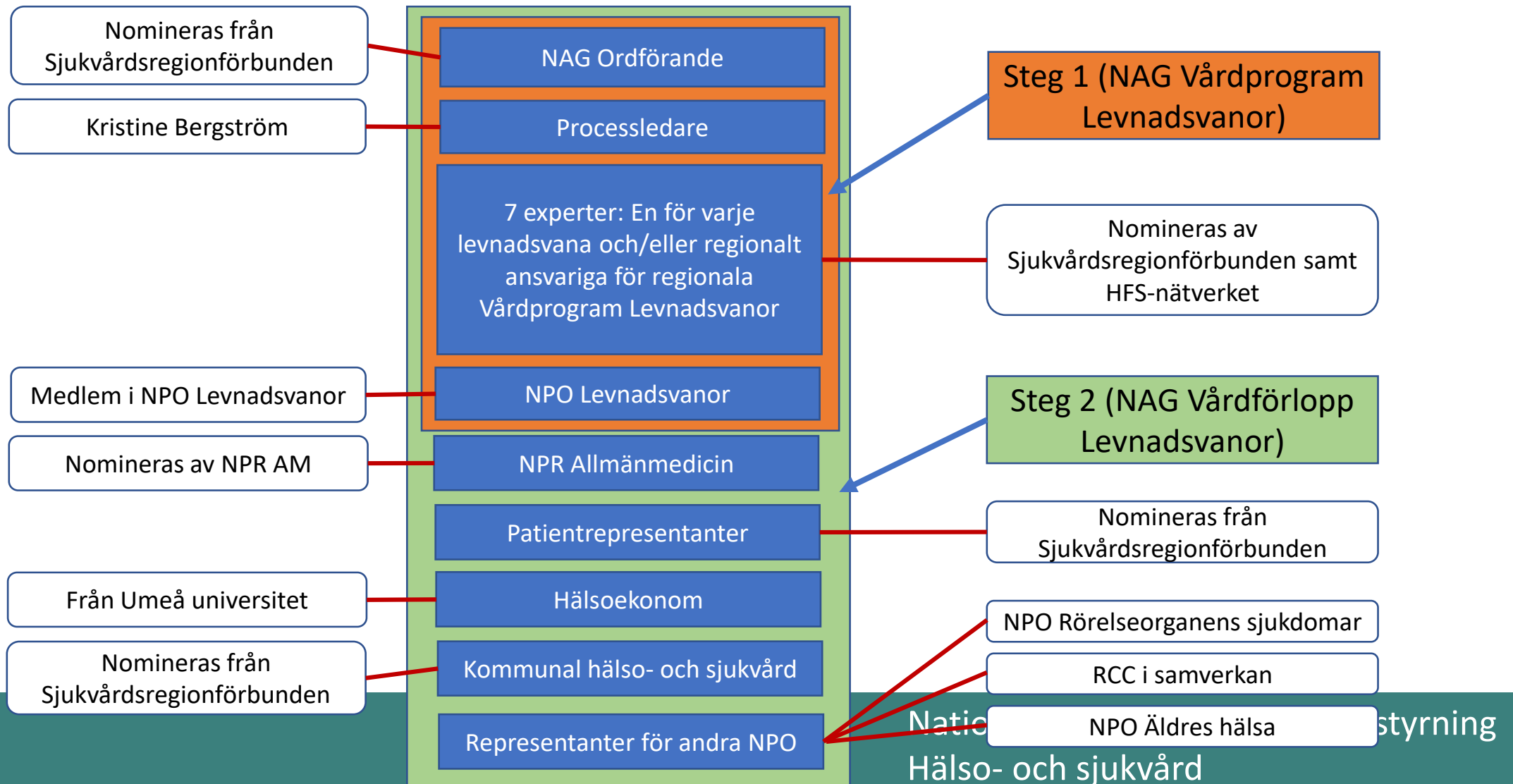
HFS nätverket remissinstans

Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälsa- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

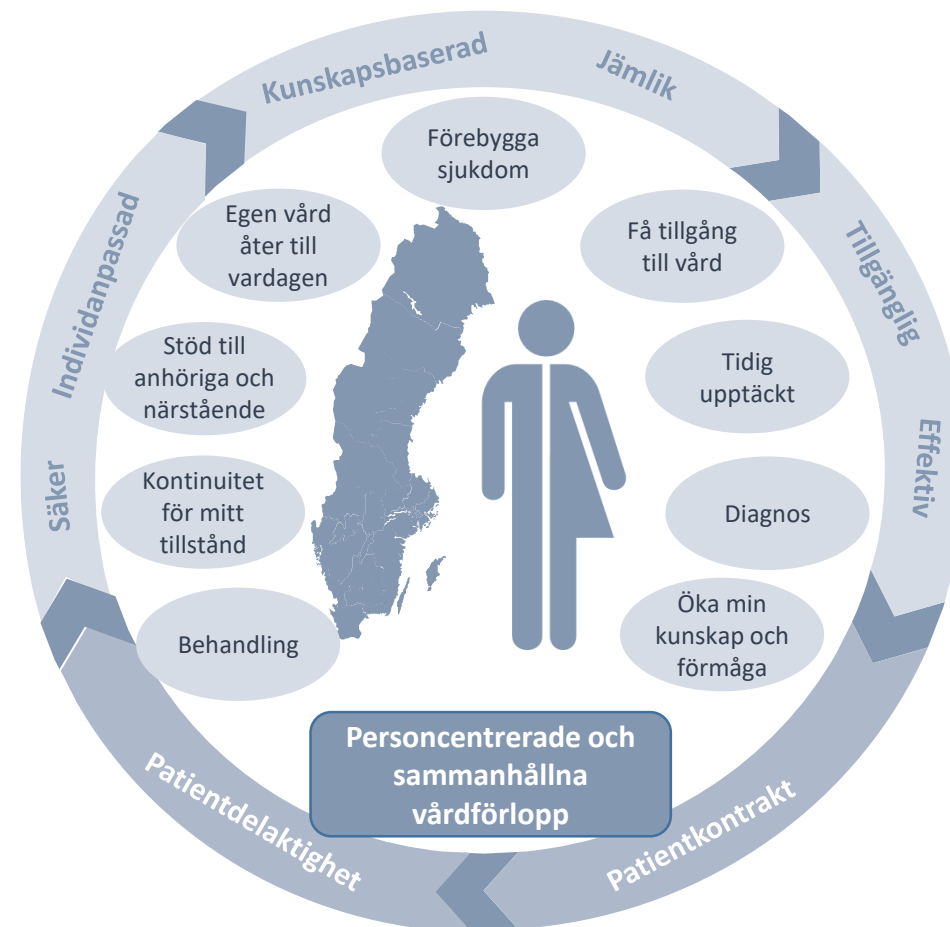
NAG Vårdförlopp Levnadsvanor

(Vårdprogram levnadsvanor + Vårdförlopp Levnadsvanor)



En jämlik och effektiv
vård med god kvalitet
genom
personcentrerade och
sammanhållna
vårdförlopp

Vår framgång räknas i liv
och jämlik hälsa



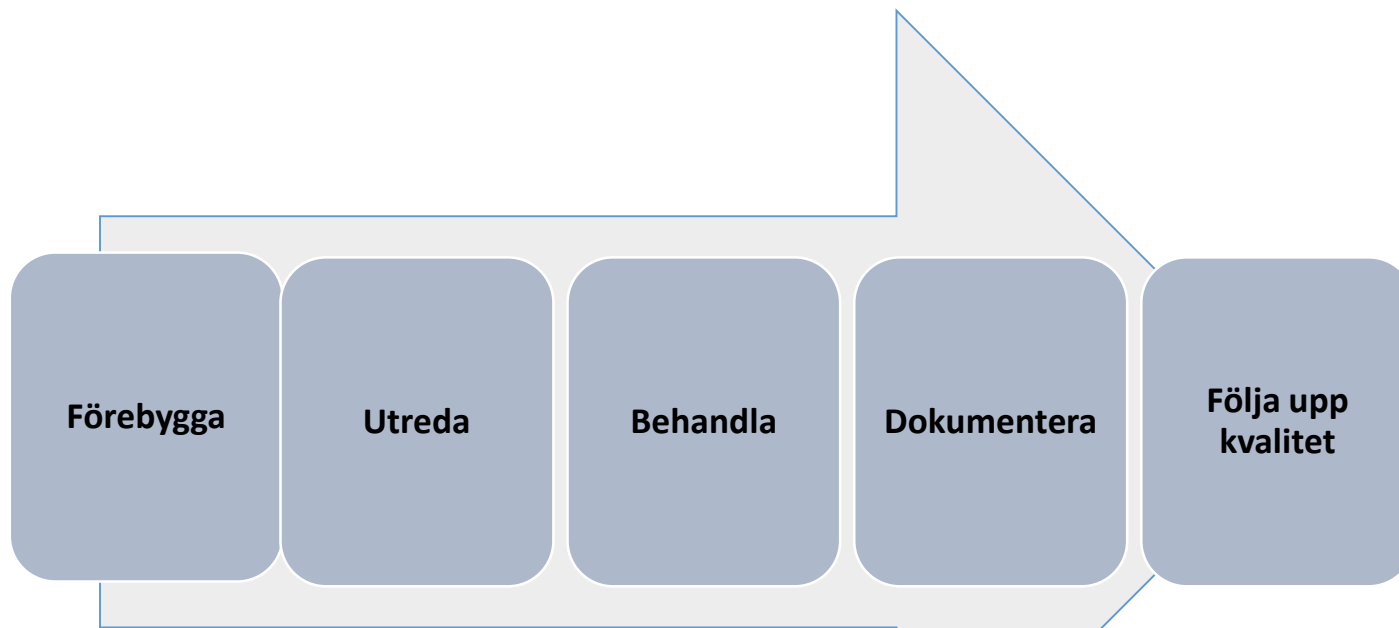
Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälso- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Steg 2: Personcentrerat och sammanhållet vårdförlopp för Levnadsvanor

Vår plan är att skapa ett modulformat vårdförlopp för levnadsvanor som likt en pusselbit skall kunna passa in i andra vårdförlopp för att levnadsvaneaspekten skall komma med på rätt plats, vid rätt tid och på rätt sätt.

Personcentrerade och sammanhållna vårdförlopp t.ex. KOL



Nationellt system för kunskapsstyrning Hälsa- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Personcentrerat och sammanhållet vårdförlopp levnadsvanor



- Uppmärksamma risk för ohälsosam levnadsvana
- Bedöm patientens motivation och resurser
- Erbjud personcentrerad åtgärd
- Uppföljning

Utkast: Generisk levnadsvaneprocess

Hälsosamma vanor föreligger eller förändring av ohälsosam levnadsvana ej relevant för detta tillstånd.

Förutsättning: Samordning och integrerat teamarbete

Uppmärksamma patientens levnadsvanor

Föreligger misstanke om ohälsosamma levnadsvanor?

Ställ indikatorfrågor (länk)

- Matvanor
- Alkohol
- Fysisk aktivitet
- Tobak

Fördjupad kartläggning av patientens levnadsvanor

Personcentrerad utredning av behov och förutsättningar

- Bekräfta/avslå misstanke om ohälsosamma levnadsvanor genom fördjupad kartläggning. (länk)
- Bedöm individuellt behov av förändrade levnadsvanor utifrån sjukdomstillstånd
- Bedöm patientens motivation till förändring

Gemensam planering

Rekommenderade åtgärder

Målsättning

Rekommenderade åtgärder:

- Tobaksbruk: Kvalificerat rådgivande samtal
- Riskbruk av alkohol: Rådgivande samtal
- Ohälsosamma matvanor: Kvalificerat rådgivande samtal
- Otillräcklig fysisk aktivitet: Rådgivande samtal + tillägg

Åtgärden erbjuds på enheten, via remiss eller som egenvård.

Genomförande av åtgärder

Vårdgivarens ansvar
Patientens ansvar

Uppföljning

- Levnadsvana
- Målsättning
- Effekt på grundproblemet

Definition av ohälsosamma levnadsvanor:

Riskbruk alkohol

För kvinnor >9 standardglas/vecka, ≥4 standardglas/tillfälle.

För män >14 standardglas/vecka, ≥5 standardglas/tillfälle.

Betydande ohälsosamma matvanor

<5 poäng i [kostindex](#).

Tobak Dagligt tobaksbruk. För barn/unga, gravida och inför operation utgör allt tobaksbruk en risk.

Otillräcklig fysisk aktivitet <150 min/vecka måttlig intensitetsnivå och/eller <75 min hög intensitetsnivå *eller* avsaknad av muskel-stärkande aktivitet för stora muskelgrupper minst 2 ggr/vecka *eller* långvarigt stillasittande.

Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälso- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Översyn screeningfrågorna från 2011 pågår

Träning och motion

1. Brukar du träna så att du blir andfådd, till exempel springa, göra gymnastik eller spela boll?

- ☐ Nej, nästan aldrig
- ☐ Ja, mindre än 30 minuter varje vecka
- ☐ Ja, 30–60 minuter varje vecka
- ☐ Ja, 60–90 minuter varje vecka
- ☐ Ja, 90–120 minuter varje vecka
- ☐ Ja, mer än 120 minuter varje vecka



Totalt minuter under en vecka x 2 =

2. Hur mycket rör du på dig varje vecka, till exempel promenerar, cyklar eller arbetar i trädgården? Räkna ihop alla gånger som du rör på dig i minst 10 minuter.

- ☐ Ingen tid
- ☐ Mindre än 30 minuter varje vecka
- ☐ 30–60 minuter varje vecka
- ☐ 60–90 minuter varje vecka
- ☐ 90–150 minuter varje vecka
- ☐ 150–300 minuter varje vecka
- ☐ Mer än 300 minuter (5 timmar) varje vecka



Totalt..... minuter under en vecka

Alkohol – starköl, vin och sprit

1. Hur många glas alkohol dricker du varje vecka?

- ☐ Inga alls (eller mindre än 1 glas varje vecka)
- ☐ 1–4 glas varje vecka
- ☐ 5–9 glas varje vecka
- ☐ 10–14 glas varje vecka
- ☐ fler än 14 glas varje vecka

– Hur mycket är ett glas?



2a. ♀ Kvinna – Hur ofta dricker du 4 glas, eller mer, vid samma tillfälle?

- ☐ Aldrig
- ☐ Mer sällan än 1 gång varje månad
- ☐ Varje månad
- ☐ Varje vecka
- ☐ Varje dag eller nästan varje dag



2b. ♂ Man – Hur ofta dricker du 5 glas, eller mer, vid samma tillfälle?

- ☐ Aldrig
- ☐ Mer sällan än 1 gång varje månad
- ☐ Varje månad
- ☐ Varje vecka
- ☐ Varje dag eller nästan varje dag



Tobak

1. Röker du?

- ☐ Nej, jag har aldrig varit rökare
- ☐ Nej, jag slutade röka för mer än 6 månader sedan
- ☐ Nej, jag slutade röka för mindre än 6 månader sedan



- ☐ Ja, jag röker, men inte varje dag
- ☐ Ja, jag röker 1–9 cigaretter varje dag
- ☐ Ja, jag röker 10–19 cigaretter varje dag
- ☐ Ja, jag röker fler än 19 cigaretter varje dag



2. Snusar du?

- ☐ Nej, jag har aldrig varit snusare
- ☐ Nej, jag slutade snusa för mer än 6 månader sedan
- ☐ Nej, jag slutade snusa för mindre än 6 månader sedan



- ☐ Ja, jag snusar men inte varje dag
- ☐ Ja, jag snusar 1–3 dosor varje vecka
- ☐ Ja, jag snusar 4–6 dosor varje vecka
- ☐ Ja, jag snusar fler än 6 dosor varje vecka



Mat

1. Hur ofta äter du grönsaker eller rotfrukter (färska, frysta eller tillagade)?

- ☐ Två gånger varje dag eller mer
- ☐ En gång varje dag
- ☐ Några gånger i veckan
- ☐ En gång i veckan eller mindre



2. Hur ofta äter du frukt eller bär (färska, frysta, konserverade, juice etc.)?

- ☐ Två gånger varje dag eller mer
- ☐ En gång varje dag
- ☐ Några gånger i veckan
- ☐ En gång i veckan eller mindre



3. Hur ofta äter du fisk eller skaldjur (som huvudrätt, i sallad eller som pålägg)?

- ☐ Tre gånger i veckan eller mer
- ☐ Två gånger i veckan
- ☐ En gång i veckan
- ☐ Några gånger i månaden eller mindre



4. Hur ofta äter du kakor, choklad, godis, chips eller läsk?

- ☐ Två gånger varje dag eller oftare
- ☐ En gång varje dag
- ☐ Några gånger i veckan
- ☐ En gång i veckan eller mindre



5. Hur ofta äter du frukost?

- ☐ Varje morgon
- ☐ Nästan varje morgon
- ☐ Några gånger i veckan
- ☐ En gång i veckan eller mindre



Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälso- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Syfte med revidering av screeningfrågorna för levnadsvanor

- Att det inom vården dokumenteras i journal angående levnadsvanor.
- Att skapa motivation i verksamheten för att jobba med levnadsvanor. Informationen i journalen måste vara användbar i vården av patienten.
- Kvalitetsregister behövs för att kunna belysa levnadsvanearbetets utveckling. Direkt överföring till kvalitetsregister från journal är prioriterat för att undvika dubbelarbete.

Kartläggning- kvalitetsregister och läkemedelskommittéers rekommendationslistor

- 106 nationella kvalitetsregister, 67% svarsfrekvens
- Stora skillnader hur levnadsvanor tas upp och vilka termer som används
- 19 av 21 regioner tar upp levnadsvanor i sin lista
- Olika diagnoser där levnadsvanor tas upp
- Hälso- och sjukvårdspersonal får därmed olika stöd

Registercenter norr 2019

Kartläggning HFS-nätverket 2017

Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälso- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

3 aspekter att ta hänsyn till vid utformning av screeningfrågor.

1. Valida frågor
2. Användarvänliga frågor
3. Frågor som kan användas i kvalitetsregister

Vårt mål är att kunna uppfylla dessa tre framöver. Högst prioriterat är aspekt nr 1.

Samarbete: NPO LV, SoS, Strukturerad vårdinformation.

Status just nu

- Arbetet är mer komplicerat än vi först trodde och kommer arbeta för att tillsätta en egen nationell arbetsgrupp NAG.
- En sammanhållen dokumentation i journal som kan följa patienten och ligga till grund för uppföljning kan underlätta för vårdpersonalen i arbetet med levnadsvanor.
- En genomtänkt strategi av dokumentation av levnadsvanor kommer ge forskningsunderlag via kvalitetsregister.
- Om vi lyckas med detta tror vi att det kan vara det viktigaste NPO LV gör för levnadsvanearbetet i Sverige.

Gemensamma insatser HFS och NPO LV

- Brev till MSB, Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen angående levnadsvanors betydelse vid Covid 19 infektion.
- Webinarium Svensk socialmedicinsk förening, Läkaresällskapet, HFS kring levnadsvanor och Covid 19 där Malin Skogström och Lars Weinehall var talare.
- Gemensamt möte mellan representanter för HFS nätverket, NPO LV, Kunskapsstyrningsorganisationen och SKRs arbete med nära vård.

Svara i chatten

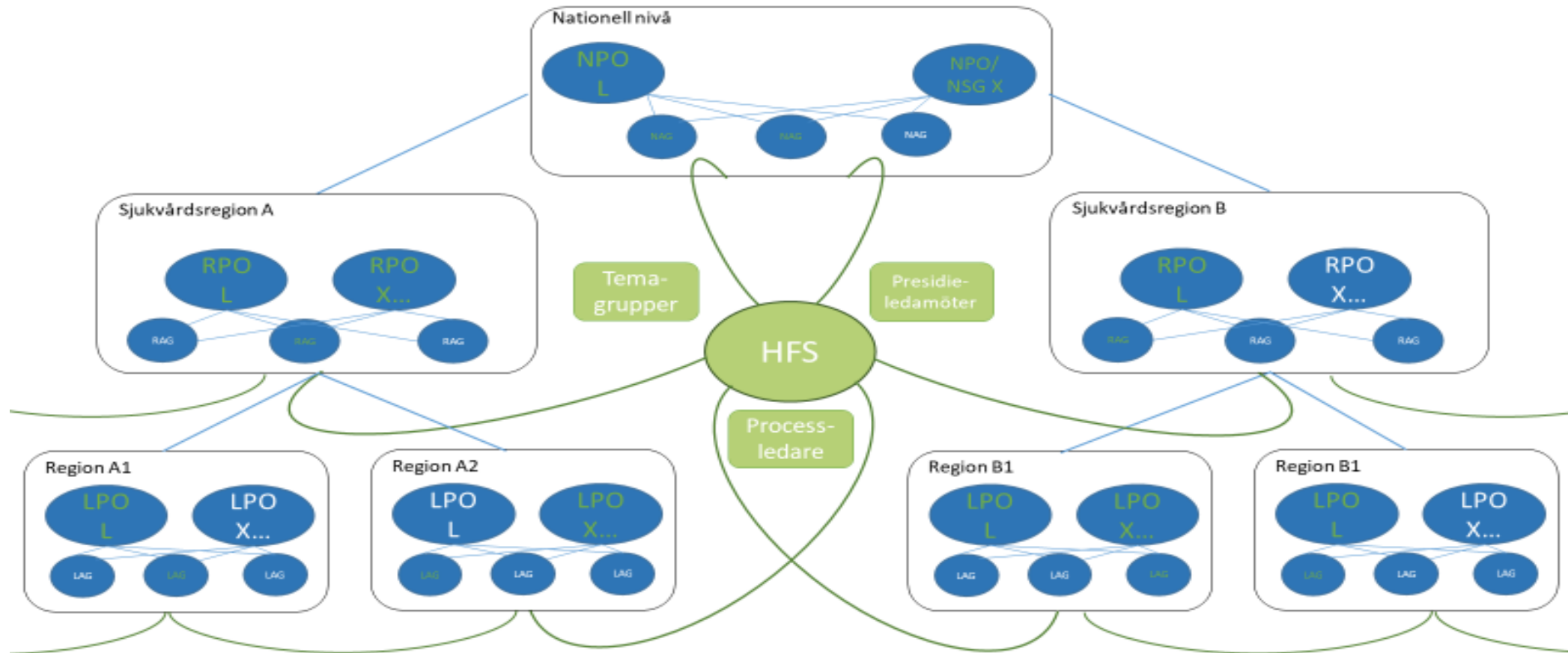
Hur kan HFS nätverket bidra till NPO LVs arbete?

HFS nätverket är en viktig samarbetspartner för arbetet med levnadsvanor

- Nominering
- Remissinstans
- Förankring och spridning
- Framtagande av material
- Sätta levnadsvanor i ett större sammanhang
- Ge input kring vilka frågor som är viktiga att lyfta
- $1 + 1 = 3$

Samverkan med HFS nätverket

HFS-nätverket & Kunskapsstyrningsorganisationen



Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälsö- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Kunskapsstyrningens nya webbsida

Kunskapsstyrningvard.se

Nationellt system för kunskapsstyrning
Hälsa- och sjukvård

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Tillsammans bidrar vi till att
levnadsvanor
integreras i dagens hälso- och
sjukvård

