

Riktade hälsosamtal i Skåne

Vetenskaplig utvärdering och forskningsprojekt vid Centrum för
primärvårdsforskning

Kristina Sundquist, professor, distriktsläkare,
verksamhetschef CPF. Ansvarig forskare.

kristina.sundquist@med.lu.se

Emelie Stenman, docent, teamledare CPF.
Projektledare RHS-utvärdering.

emelie.stenman@med.lu.se

Kort om Centrum för primärvårdsforskning

- En forskningsplattform för alla Skånes vårdcentraler – offentliga och privata
- Samarbete mellan Lunds universitet och Region Skåne
- Forskare på alla nivåer: 9 professorer, 15 docenter, 7 post doc/phd, 42 doktorander, studenter
- Nätverk av 12 akademiska vårdcentraler
- Internationella samarbeten

Framgångsfaktor: De flesta forskarna står med ena foten i kliniken

Riktade hälsosamtal i Skåne

- Startade 2020 med pilot vid 11 vårdcentraler
- Breddinförande 2021
- Alla 40- och 50-åringar bjuds in till Riktat hälsosamtal på sin vårdcentral
- Pilotprojekt med hälsosamtal för 70-åringar på 14 vårdcentraler vintern 2022-23

Man Storafrund

19090909-0909

Kön: Kvinna Ålder: 112 Grupp: 40

		Låg risk ← → Hög risk			
		1	2	3	4
Fysisk aktivitet, kcal/vecka	-	<1000	1000-2000	2000-3000	>3000
Mat, Fett: - Fiber: - Kostpoäng	-	3-5	6-8	9-11	
Alkohol, glas/vecka	-	♂ <10 ♀ <8	11-13 9-8	14-16 9-12	>16 >12
Tobak Cig/dag Snusdosor/vecka	-	0	max 4-1000 vattenpipa	1-3	>3
Livssituation	-	1-2	3-3	4-5	
Psykisk ohälsa	-	1-3	3-4	5-7	
Ärftlighet, diabetes	-	0	1	2	
Ärftlighet, hjärt-kärlsjukdom	♀ (ålder): -	♂ <10 ♀ <10	55-60 60-74	45-54 50-59	>65 >60
BMI, kg/m ²	-	♂ <21 ♀ <20	21-26,9 20-25,9	27 26	
Midja-stusskvot	-	♂ <10,90 ♀ <10,75	0,90-0,94 0,75-0,82	0,95-0,99 0,83-0,87	>1,00 >0,80
Blodtryck, mm Hg	---	<140 -<90	140-159 90-104	160-179 105-114	>180 >115
Kolesterol, mmol/l	-	♂ <1,70 ♀ <1,70	1,70-4,49 1,70-2,29	4,50-5,00 2,10-2,00	>5,00 >2,00
Kronisk sjukdom, ICD-10	-				

Vikt: -

Längd: -

Midja: -

Stuss: -

Blodtryck: --- mm Hg

Kolesterol: -

LDL: -

HDL: -

fP-Glukos: -

Vårdcentral:

Test VC

Hälsosamtalsledare:

emma

Riktade hälsosamtal: aktuella studier

- Tre baslinjeartiklar om 40-åringarna som deltog 2021-juli 2022
- Intervjustudie med samtalsledare som träffat 70-åringar
- Systerprojekt: HEAD-MIP (HEAlth Dialogues for patients with Mental Illness in Primary care)

Tre baslinjestudier – vad har vi sett i vår första kohort?

Deltagare: 1831 40-åringar (62 %) av 2937
deltagare i hälsosamtalen under
2021-juli 2022

Kardiovaskulära riskfaktorer

- **Levnadsvanor**
 - fysisk aktivitet
 - kost
 - alkohol
 - tobak
- **Metabola riskfaktorer**
 - Blodtryck
 - LDL-kolesterol
 - Blodsocker
 - BMI
 - Bukfetma (midja-stusskvot)

Man Storafrund

19090909-0909

Kön: Kvinna Ålder: 112 Grupp: 40

				Låg risk	←	→	Hög risk
				1	2	3	4
Fysisk aktivitet, kcal/vecka	-			>2000	1000-2000	500-999	<500
Mat, Fett: - Fiber: - Kostpoäng -				3-5	6-8	9-11	
Alkohol, glas/vecka	-			0-10 0-4	1-13 5-8	14-18 9-12	>18 >12
Tobak Cig/dag - Snusdosor/vecka -				0	1-100 0-100	1-9	>9
Livssituation	-			1-2	3-3	4-5	
Psykisk ohälsa	-			1-3	3-4	5-7	
Ärftlighet, diabetes	-			0	1	2	
Ärftlighet, hjärt-kärlsjukdom	Q (ålder): -			0-170 0-170	55-69 60-74	45-54 50-59	>45 >60
BMI, kg/m ²	-			0-21 0-20	21-26,9 25-30,9	27 31	
Midja-stusskvot	-			0-0,90 0-0,78	0,90-0,94 0,79-0,92	0,95-0,99 0,83-0,87	>0,90 >0,80
Blodtryck, mm Hg	---			<140 <90	140-159 90-104	160-179 105-114	>180 >115
Kolesterol, mmol/l	-			<5,00 <5,00	5,00-6,49 5,00-7,09	6,50-9,00 7,10-9,00	>9,00 >9,00
Kronisk sjukdom, ICD-10	-						

Vikt: -

Längd: -

Midja: -

Stuss: -

Blodtryck: - - - mm Hg

Kolesterol: -

LDL: -

HDL: -

TP-Glukos: -

Vårdcentral:

Test VC

Hälsosamtalsledare:

emma

Baslinjestudie 1: kartläggning av levnadsvanor och metabola riskfaktorer hos 40-åringar i Skåne

- Att vara man, lågutbildad och/eller utlandsfödd var förknippat med högre risk för dåliga levnadsvanor och metabola riskfaktorer.
- *Men* fler kvinnor, högutbildade och Sverigefödda genomförde hälsosamtal = utmaning.
- 56,5 % hade minst två ohälsosamma levnadsvanor och 19 % hade minst tre ohälsosamma levnadsvanor.
- Personer med 4 ohälsosamma levnadsvanor hade signifikant högre risk för högt blodtryck, högt LDL, högt blodsocker och bukfetma jämfört med de med 0 ohälsosamma levnadsvanor.
- Risken för högt blodtryck, högt blodsocker och bukfetma ökade exponentiellt per ohälsosam levnadsvana.

Baslinjestudie 2: övervikt/fetma

- 53,8 % hade övervikt (BMI 25-29,9) eller fetma (BMI > 30)
- Personer födda utomlands hade högre risk för övervikt och bukfetma.
- *Men* personer födda i Sverige hade oftare högt blodtryck än personer födda utanför Europa
- Personer med fetma och bukfetma hade högre risk för metabola riskfaktorer (t.ex. fem gånger högre risk för högt blodtryck hos personer med fetma jämfört med normalviktiga)
- Det fanns signifikanta samband mellan fetma/bukfetma och låg självskattad hälsa samt låg tilltro till den egna förmågan att påverka sin hälsa

Baslinjestudie 3: psykisk ohälsa

- Deltagare med tidigare psykiatrisk diagnos (F-diagnos) hade oftare psykisk ohälsa enligt hälsokurvan än de utan F-diagnos.
- Det fanns signifikanta samband mellan psykisk ohälsa och fysisk inaktivitet, ohälsosamma kostvanor, högt alkoholintag, tobaksbruk, högt BMI och bukfetma.
- Deltagare med högsta nivå av psykisk ohälsa i hälsokurvan genererade fler remisser efter hälsosamtalet jämfört med personer i de lägre nivåerna.

Pilotprojekt: Riktade hälsosamtal med 70-åringar på 14 vårdcentraler

Fokusgruppintervjuer med 16 samtals-
ledare från 12 vårdcentraler

Kategori 1: Implementering på vårdcentralen

- Hälsosamtal med 70-åringar implementerades på olika sätt på olika vårdcentraler.
 - Direkt information från chefen till samtalsledarna (inte resten av gruppen)
 - APT med information till hela personalen: verkar fungera bäst.

Stöd från hela personalen = framgångsfaktor!

Kategori 2: Metodstöd och hälsokurva

- Samtalsledarna var mycket nöjda med stöd och kurser från den centrala gruppen i Region Skåne
- En del 70-åringar hade problem med att fylla i den elektroniska enkäten
 - Några hade tekniska problem
 - Tog lång tid att fylla i (fysisk aktivitet och kost svåra kapitel)

Kan man förenkla enkäten till den här gruppen?

Kategori 2: Metodstöd och hälsokurva

- En del 70-åringar var fysiskt aktiva men fick ändå gult/orange på hälsokurvan
- Midja-stusskvot upplevdes som problematisk att diskutera. Hög kvot trots lågt BMI – särskilt hos kvinnor
- Vanligt med högt alkoholintag
 - Men många ville inte förändra detta
- Kategorierna livssituation och psykisk ohälsa upplevdes som särskilt viktiga.

Kategori 3: Deltagare

- Generellt ganska hälsosamma 70-åringar
- Språkbarriär upplevdes hindra en del utlandsfödda från att delta och fylla i enkäten (trots tolkstöd)
- En del tackade nej på grund av utlandsvistelse

Kategori 4: Samtalsfokus

- Många 70-åringar var redan behandlade för olika hjärt-kärlsjukdomar
- Samtalen fick ofta vidare fokus: motoriska svårigheter, inkontinens, sexuella problem, ensamhet mm.
- Samtalsledarna hade känsla av att 70-åringarna inte var så intresserade av att ändra sina levnadsvanor (men det kan de ha gjort sedan i alla fall)
- 70-åringarna verkade uppskatta samtalen väldigt mycket. Någon som lyssnade på dem en hel timme – och de blev remitterade till olika instanser vid behov

Kategori 5: Prioritering med begränsade resurser

- En del samtalsledare tyckte att det var svårt att prioritera friska/välbehandlade 70-åringar
- Samtidigt en känsla av att detta verkligen var hälsovård
- I samtalen kunde man fånga upp dem som "hamnat efter" exempelvis på grund av covid-19

Alla samtalsledare uppskattade hälsosamtalen med 70-åringar mycket och skulle gärna vilja fortsätta med den här målgruppen!

Systemprojekt HEAD-MIP

(HEAlth Dialogues for patients with Mental Illness in Primary care)

Forskare: Miriam Pikkemaat, Veronica Milos Nymberg, Peter Nymberg, Susanna Calling

HEAD-MIP - pilotprojekt

- 64 personer > 18 år med psykisk ohälsa fick ett riktat hälsosamtal
- 29 deltog i uppföljningsbesök efter ca 15 månader
- Samtliga deltagare hade minst en kardiovaskulär riskfaktor vid baseline
 - Det var mycket vanligt med fetma och fysisk inaktivitet
- Det fanns tendenser till förbättrade levnadsvanor vid uppföljningen

Pikkemaat et al. Structured assessment of modifiable lifestyle habits among patients with mental illnesses in primary care. Scientific Reports. 2022. 12:12292

Nymberg et al. HEAD-MIP—(HEAlth Dialogues for patients with Mental Illness in Primary care)—a feasibility study. Pilot and Feasibility Studies. 2023.) 9:167

Tack för er uppmärksamhet!