



# Hälsoråd

17 oktober 2024

# Dagordning Hälsoråd

- |  |       |
|--|-------|
| 1. Mötets öppnande, "Föregående minnesanteckningar"                                | 13.00 |
| 2. Aktuellt inom Hälsöfrämjande- och sjukdomsförebyggande arbete                   | 13.10 |
| 3. Vad innebär folkhälsostrategin för Region Östergötland?" <i>Sara Birgersson</i> | 13.50 |
| 4. Paus med fika   | 14.15 |
| 5. Workshop – Hälsöfrämjande arbete inför 2025                                     | 14.30 |
| 6. Diskussion/ Återkoppling och sammanfattning                                     | 15.15 |
| 7. Övriga frågor   | 15.45 |
| 8. Avslutning och Reflektion över dagens möte                                      | 15.55 |

# Deltagare

- Annica Öhrn (ordf), Maria Elgstrand, Daniel Klockgård, Helén Thorold Nylin, Sara Sepehri Rad, Sara Birgersson, Emira Bajic, Stefan Holmberg, Sara Hjalmarsson, Sofia Lindstrand, Ingrid Rystedt, Sofie Drake af Hagelsrum, Fereshta Jamshedi, Magdalena Hjertstedt, Christina Berggren, Elin Glad

# Vad är på gång när det gäller hälsofrämjande/sjukdomsförebyggande?

- Presentation - Laget runt
- Nya riktlinjer från Socialstyrelsen i slutet av året. Webinarie 22/11.
- Nya Kostråd från Livsmedelsverket i början av 2025
- Aktuellt från HFS <https://www.hfsnatverket.se/>

Ny temagrupp: Hälsosamt åldrande, RÖ repr. 10 av 12, träff 20/11

Materialet om hälsofrämjande möten uppdateras.

Digitimmar:

12/11: Personligt stöd för goda levnadsvanor

19/11: Personcentrerad vård och förhållningssätt

- Avrapportering av FaR, Tobaksfria veckan
- Plattformen och områdesprofiler

"Vanliga" FaR

# FaR Östergötland, inför 2025

Statsmedel  
till  
regionerna

Region  
Östergötland

Ungdomsmot-  
tagningen

Succesivt släppa på  
fler enheter

Avtal, en  
upphandling  
genomförs

Aktörer

Aktivitet

Fortsatt  
aktivitet

Cancerrehab

Primärvårds  
Rehab

Egenremiss samt  
egenmonitorering



# Tobaksfria veckan - 47



# Plattform - jämlik hälsa och vård

10 okt 2024



# Varför en Plattform för jämlik hälsa och vård?

.....skapa **en syntes och förstärkning av existerande verksamheter** för folkhälsobevakning och sjukvårdsanalys, och professionell kompetens till det regionala och lokala arbetet för jämlik hälsa och vård. ( SOU 2017:47).

Skapa **stödstrukturer för regionens ledning, styrning och uppföljning** för en jämlik hälsa och vård, för att gemensamt rusta inför morgondagens utmaningar, bättre ta tillvara kraften i vår organisation, samverka mer effektivt och undvika dubbelarbete (RÖ 2021)

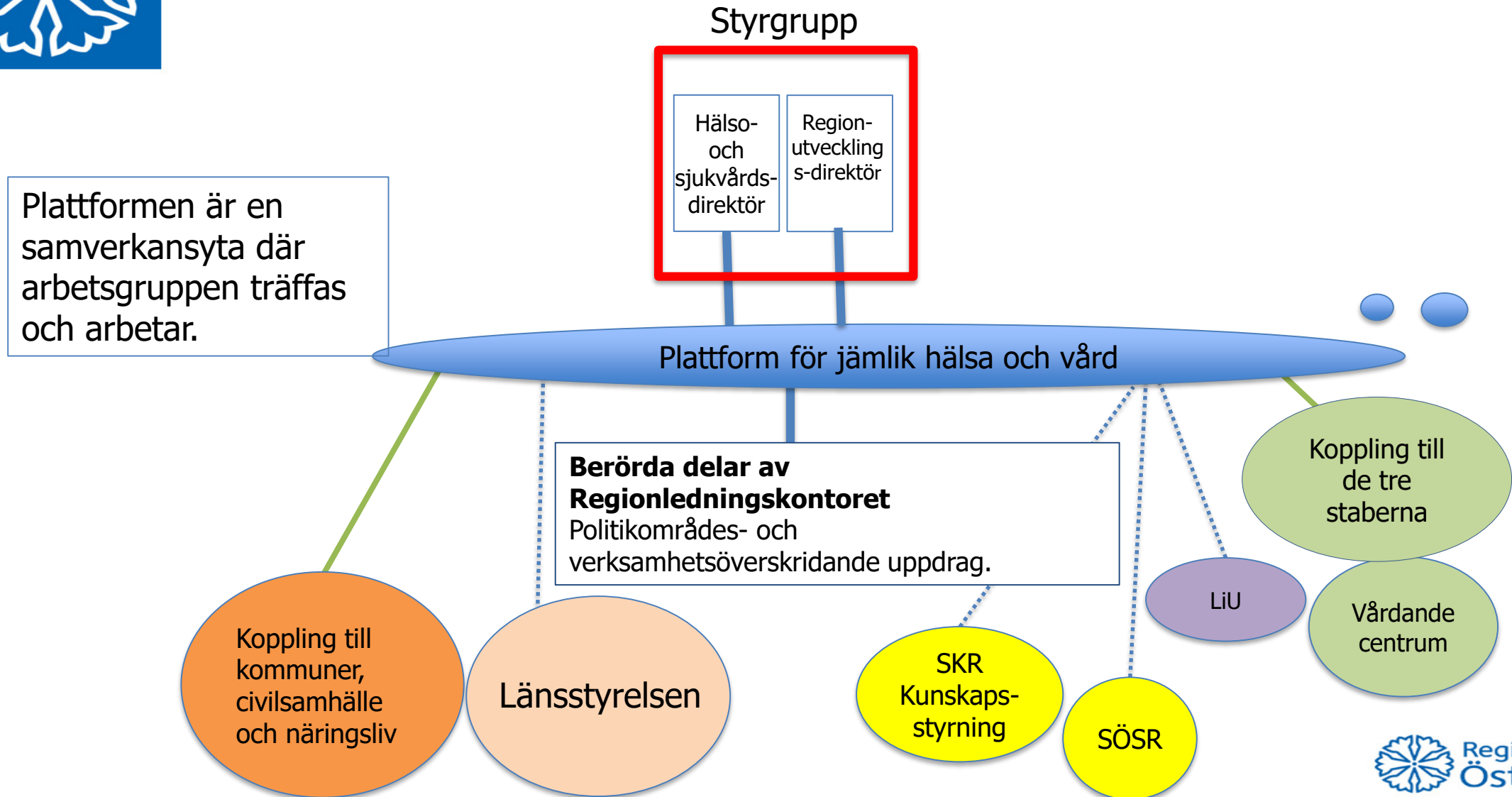
**Uppdrag:** Plattformen **skall samordna professionell kompetens** inom folkhälsobevakning och sjukvårdsanalys samt strategiskt arbete för jämlik hälsa och vård och utifrån ett helhetsperspektiv

- ge underlag till beslut som leder till jämlik hälsa och vård.
- ge stöd till förebyggande och främjande insatser.





# Plattform jämlik hälsa och vård



# Uppdrag inför 2024

## Fokusområden

- Implementera den folkhälsostrategi som togs fram under 2022 och som utgår ifrån den regionala utvecklingsstrategin (RUS). Prioritera utifrån genomlysningen (och vilka områden RÖ har rådighet över).
- Utökade områdesansvaret.  
Vidareutveckla och förvalta områdesprofilerna för primärvården.
- Utveckla en systematisk struktur/process för kopplingen av folkhälsodata och sjukvårdsdata för en kontinuerlig folkhälso- och sjukvårdsanalys.  
Hur stöttar vi verksamheten i att arbeta med det som identifieras.

# Områdesprofiler

Ett stöd i

Primärvårdens utökade områdesansvar

# Visualisering och process

- Interaktiv rapport (Power BI)
  - Register- och enkätdata
- Profil för varje vårdcentral
- Kompletterad med profil för kommunerna och länet
- Möjlighet till jämförelse
- Uppdaterar data löpande
- Arbetsgruppen jobbar vidare med Områdesprofilerna utifrån identifierade och inkomna förbättringsförslag.
- Nationell samverkan

## Områdesprofiler Östergötland

Sedan den 1 januari 2020 har vårdcentralerna i Östergötland ett utökat områdesansvar. Det innebär att primärvården ska verka för en god och jämlik hälsa för såväl sina listade invånare som för befolkningen i närområdet. Områdesprofilerna ska vara ett stöd i detta arbete.

### Instruktion

Områdesprofilerna presenterar statistik om befolkningen för varje vårdcentralsområde. Då statistik inte finns tillgänglig för vårdcentralsområden presenteras resultat för hela kommunen. Resultaten kan jämföras med Östergötland som helhet, en kommun eller en annan vårdcentral.

Klicka dig framåt eller bakåt i rapporten med hjälp av pilarna längst ner. Du kan också välja en av knapparna till höger om du vill gå direkt till en specifik sida.

De mörkblå knapparna visar de sidor som innehåller statistik per vårdcentralsområde, de gröna knapparna innehåller statistik på kommunnivå. Den rosa knappen innehåller sjukdomsdata för den listade befolkningen på respektive vårdcentral.

På de ljusblå knapparna finns jämförelser mellan vårdcentraler och tips om hur områdesprofilerna kan användas. De grå knapparna längst innehåller definitioner av den statistik som används samt metodbeskrivning.

### Nyheter

Feb 2023 - Uppdatering av data: Ungdomsenkäten Om mig

Dec 2022 - Ny sida: Sjukdomar

Nov 2022 - Uppdatering av data: Befolkningsenkäten Hälsa på lika villkor

Nov 2022 - Uppdatering av data: registerdata från SCB

Sep 2022 - Ny vårdcentral i Finspång: VC Vallonen

Maj 2022 - Uppdatering av data: Ungdomsenkäten Om mig

Nov 2021: Lansering av Områdesprofiler



Befolkning

Hushåll

Ekonomi och utbildning

Sysselsättning

Utbud av service

Levnadsvanor

Hälsa

Munhälsa

Psykisk ohälsa

Trygghet

Sjukdomar

Jämförelser

Hur kan områdesprofilerna användas?

Definitioner

Metodbeskrivning

Finns på Rö-webben:

<https://app.powerbi.com/view?r=eyJrIjoiYjk5YWY4YmItMTBmNy00YzNhLTg3MzEtNzdkZDA5ZTlzMzJkZjNkIiwidCI6ImYwODczMzkzLWMzNGMtNGFIYy1iMWM1LTM4MjEyOTgyYTViOStlMmMiOjI9>



# Pågående utvecklingsarbeten

- **45/47** Vårdcentraler som har pågående arbeten
- **LÄNK till Utvecklingspottens webbsida**
- **Förteckning över arbeten 2023-2024**

## Utvecklingspotten



The screenshot shows the website for Region Östergötland, specifically the 'För vårdgivare' (For healthcare providers) section. The navigation bar includes 'Kunskapsstöd', 'Patientadministration', 'Utveckling och kompetens', 'Avtal och samverkan', and 'IT och service'. The main content area is titled 'Utvecklingspotten primärvården' and describes the initiative's goal to support and inspire primary care providers. A sidebar on the left lists various activities under 'Utvecklings- och förbättringsarbete', including 'ABC för god psykisk hälsa', 'Förbättringsmodellen', 'Hälsöfrämjande och sjukdomsförebyggande arbete', 'Levande bibliotek', 'Lite bättre hela tiden', and 'Nära vård'. A 'Relaterad information' box on the right contains links to 'Lite bättre hela tiden' and 'Samverkan mellan hälso- och sjukvården och civilsamhället'. The URL at the bottom is https://vardgivare.regionostergotland.se/vgw.

Att utveckla en struktur och process  
för analys av jämlik vård och hälsa i  
länet.

Analys av jämlik vård

# Syfte – beskriva ev. skillnader

utifrån SES-relaterade faktorer

- Patienter som vårdats för **akut hjärtinfarkt** i Östergötland  
— Linköping, Norrköping & Motala (2006-2016)
- **Överlevnad** respektive **återinsjuknande** i allvarliga hjärt-kärlhändelser  
— Både på kort och lång sikt
- Patienternas situation **före, under och efter vårdtillfället**, samt **sekundärpreventiva insatser** efter vårdtillfället (tex hjärtskola)  
— I möjligaste mån beskriva huruvida det förklarar observerade skillnader

# Nästkommade steg?

- Systematisk uppföljning av jämlikhet i vård, fortsatt arbete
  - fokus på insatser (nyttjande), utfall, kvalitetsmått
  - primärprevention, behandling, rehabilitering & sekundärprevention
  - samma kliniska kontexter & andra kliniska kontexter
- Utforska **varför?** **Vad/hur** kan vi göra för att minska skillnaderna?
  - ”skola” – annat ord?
  - annan/ytterligare inbjudan, stödfunktioner?
  - civilsamhället?
  - pilotstudier?





# Uppdrag som ligger i pipeline

1. Hur når vi de vi har svårt att nå?
  - Med erbjudanden/insatser/ information
  - Hur gör vi dem delaktiga
  - Vet vi vilka det är?
2. Uppföljning av personcentrerad vård inom HoS
  - Ur ett organisations, medarbetar- och patientperspektiv

# Folkhälsoarbete i Östergötland

Folkhälsoarbete syftar till att skapa en god hälsa i befolkningen och minska ojämlikheter i hälsa mellan olika grupper i samhället.

På [Region Östergötlands webbplats om folkhälsa](#) finns en kortfilm som beskriver hur vi arbetar och samverkar kring folkhälsofrågor i Östergötland och ett bildspel som beskriver utgångspunkter för det gemensamma arbetet.

## Folkhälsa i Östergötland- en introduktionsfilm

### Introduktion till folkhälsa (Powerpoint)



# Workshop - Hälsufrämjande- och sjukdomsförebyggande arbete inför 2025

Lite bakgrund  
Diskussion  
Sammanfattning

# Hälsorådets agenda senaste året:

- 231018                      WS+ HSLG                      TÅB och Fokusområden - Ellen Nilsson  
Uppdrag Uppföljning – Anna Esmelöv  
Workshop inför 2024
- 231129                      Tema Delaktighet                      Patientföreträdare, Levande bibliotek, ABC för god  
psykisk hälsa
- 240208                                                                Utmaningar och möjligheter, Förutsättningar för att  
jobba hälsofrämjande, Regionalt vårdprogram för  
levnadsvanor, FaR-statsmedel, Om mig – resultat
- 240529                                                                Hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande i Tåben  
-Fredrik Sjöstrand, Verksamhetsnära stöd kopplat till  
hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande inom  
Hälsa- och vårdutveckling





# Nationellt vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor

– prevention och behandling

**Nationellt system  
för kunskapsstyrning  
Hälsa- och sjukvård**

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

# Varför behövs ett nationellt vårdprogram?

## Öka möjlighet för god och jämlik vård

- Vårdpersonal och ledning får tillgång till ett evidensbaserat nationellt vårdprogram som vägledning och inspiration

## Inte behöva skapa vårdprogram i varje region

- Underlätta regionernas arbete och förenklar samarbete mellan regioner som framtagande av stöd

## Med mål att användas!

- Vårdprogrammet ger nytta först vid användande i patientmötet

# Hur våra kunskapsstöd hänger ihop

## **Nationella riktlinjer levnadsvanor (Socialstyrelsen)**

*Vad ska vi göra?*

Målgrupp: beslutsfattare för vårdens och omsorgens utbud och innehåll

## **Nationellt vårdprogram levnadsvanor**

*Hur ska vi göra?*

Målgrupp: vårdpersonal som möter patienter och chefer från första linjen

## **Personcentrerade och sammanhållna vårdförlopp**

*När och var ska det göras?*

Målgrupp: andra vårdförlopp, målet är att levnadsvaneaspekten skall beaktas i alla vårdförlopp.

# När är det relevant att använda vårdprogram levnadsvanor?

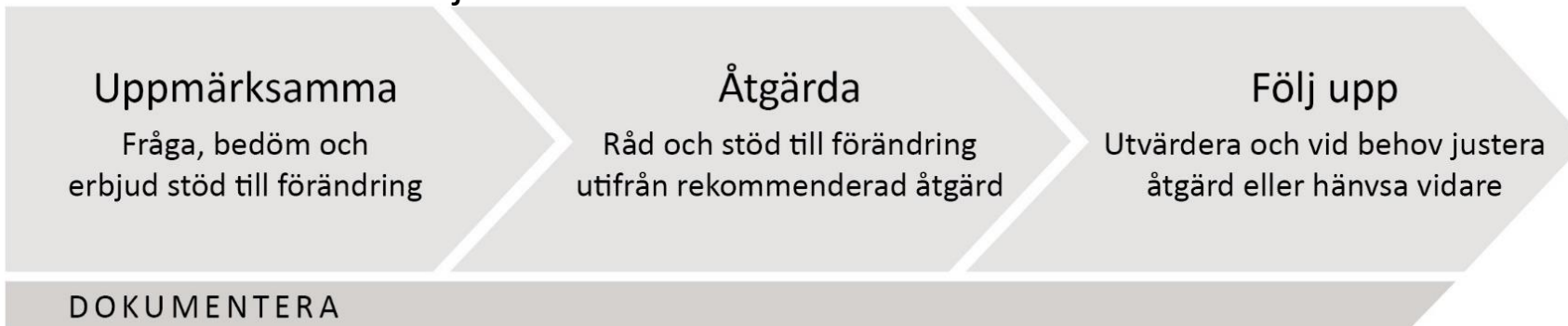
- ...när **svaret är ja** på någon av följande frågor:
  - Kan patientens levnadsvanor (alkohol, fysisk aktivitet, matvanor, tobak) vara del av behandlingen?
  - Kan patientens levnadsvanor påverka behandlingen?
  - Kan patientens levnadsvanor förhindra komplikationer?
  - Kan hälsosamma levnadsvanor förebygga andra sjukdomar eller förbättra tillstånd för att inte påverkas av andra sjukdomar?



# Huvudavsnitt i vårdprogrammet

- Tobak
- Alkohol
- Matvanor
- Fysisk aktivitet
- Inför operation
- Hälsosamtal
- Barn och unga

**Flöde** – alla avsnitt följer samma struktur



# Rådgivningsnivåer

Råd ges när det är relevant och lämpligt samt med respekt för patientens självbestämmande.

## Enkla råd

Ge information och **korta standardiserade, evidensbaserade råd** om levnadsvanor. Kan erbjudas för att väcka intresse och motivera till rekommenderade åtgärder. Råden kan kompletteras med skriftlig information.

Tid: kräver **oftast mindre än 5 minuter**.

## Rådgivande samtal

**Utgår från den enskilde patientens situation**

Kan genomföras i samband med att den ohälsosamma levnadsvanan uppmärksammas eller vid ett senare tillfälle.

## Kvalificerat rådgivande samtal

Mer omfattande insats än det rådgivande samtalet och förutsätter att personalen har **god kunskap om levnadsvanan och utbildning i metoden som används för samtalet**.

Fördjupad kartläggning av levnadsvanan och patientens förkunskaper görs i dialog med patienten. Innebär en **hög grad av personcentrering och individanpassning** genom att råden anpassas till individens diagnos, kunskapsnivå, förutsättningar och önskemål.

**Fokus på en levnadsvana och sker vanligen vid ett särskilt avsatt tillfälle**. Samtalet kan ges individuellt eller i grupp. **Kräver uppföljning** vid ett eller flera tillfällen. Uppföljningen kan omfatta fysiskt återbesök, telefonsamtal eller digital kontakt.



# Regionalt vårdprogram Levnadsvanor

För Region Östergötland

# Mål med vårdprogrammet

Målet med vårdprogrammet är att ge vägledning för hur hälso- och sjukvårdens arbete med ohälsosamma levnadsvanor ska ske i det dagliga hälso- och sjukvårdsarbetet.

## Målgrupper:

- Hälso- och sjukvårdspersonal som möter patienter.
- Chefer inom hälso- och sjukvård.
- Beställare av hälso- och sjukvård.

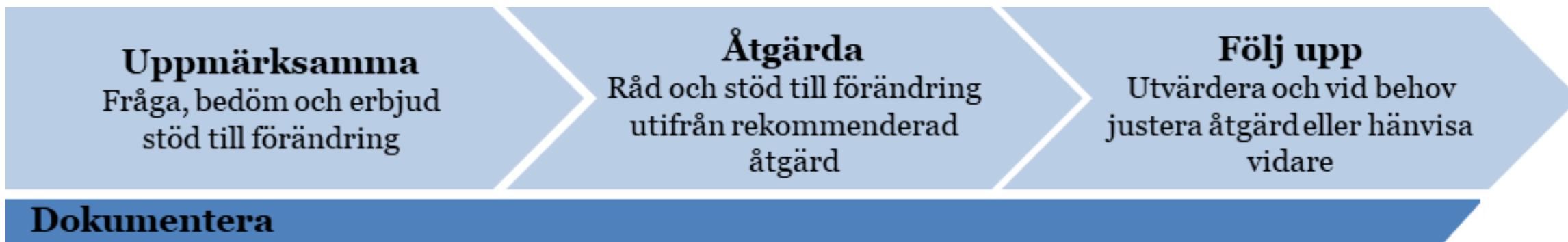
Patienter är en sekundär målgrupp då de i vårdmötet bör få information om vilka metoder som finns för undersökning, vård och behandling.



# Regionalt vårdprogram

- Det regionala vårdprogrammet är en förkortad version av det nationella och innehåller anpassningar för Region Östergötland.
- Tyngdpunkten i vårdprogrammet ligger på hur hälso- och sjukvården ska uppmärksamma och åtgärda när en person har en eller flera ohälsosamma levnadsvanor.
- Baseras på nationella kortversioner för respektive levnadsvana.
- I det nationella vårdprogrammet finns även:
  - Fördjupande information om levnadsvanor (för vuxna samt barn och unga under 18 år)
  - Information om riktade hälsosamtal

# Struktur för levnadsvanearbetet



## Uppmärksamma

- Börja samtalet öppet för att uppmärksamma och smalna sedan av utifrån personens svar.
- Förstärk det som är bra.
- Dokumentera det som sagts.

## Åtgärda

- Fokusera på den/de levnadsvanor som är relevanta att förändra.
- Erbjud enkla råd eller vid behov fördjupat stöd.
- Dokumentera för att kunna följa upp förändringen vid kommande besök samt över tid.

## Följ upp

- Följ upp när möjlighet ges och stärk förändringsarbetet personen gör.
- Dokumentera så att arbetet blir synliggjort och uppföljningsbart.

# Stödstruktur (RÖ)

- Det finns en stödstruktur kopplat till arbetet med levnadsvanor:
  - Kunskapsunderlag för ämnesfördjupning.
  - Processkartor för att se patientens väg genom hälso- och sjukvården.
  - Länkar och material från aktörer som Socialstyrelsen, Folkhälsomyndigheten, Livsmedelsverket med fler.
  - Utbildningar i Kompetensportalen:
    - Generell levnadsvaneutbildning.
    - MI-workshops.
    - Diplomerad tobaksavvänjare.
    - Fysisk aktivitet på recept (FaR).
  - Patientmaterialet Din guide till hälsa
  - Patientinformation på 1177



# Hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande insatser – generell skrivning i alla avtal

- Hälsufrämjande och sjukdomsförebyggande insatser innebär att vården integrerar riktade insatser för att förebygga och behandla sjukdom. Fokus bör vara att alltid göra tidiga insatser. Tobaksbruk, riskbruk av alkohol, otillräcklig fysisk aktivitet och ohälsosamma matvanor är de levnadsvanor som bidrar mest till den samlade sjukdomsburden.

Leverantören **ska**:

- ge förebyggande insatser och erbjuda stöd till sundare levnadsvanor för att lätta sjukdomsburden och en förbättrad hälsa.
- identifiera patienter och grupper med ökad risk för att utveckla ohälsa och erbjuda tidiga insatser.
- särskilt beakta sjukdomsförebyggande arbete för personer med funktionsnedsättning. De åtgärder som genomförs ska vara utformade och anpassade utifrån olika gruppers och personers behov och förutsättningar.
- stärka det friska och utveckla individens egenkraft och förmåga till läkning.
- ha kunskap om och en öppenhet inför komplementärmedicinska metoder.



# Antal personer som gått Levnadsvaneutbildningen

Centrum	Antal personer
BKC	6
CKOC	7
CMIT	1
DC	5
FTV	6
MC	16
NSC	8
NSV	55
NSÖ	97
PC	18
PVC	24
RLK	22
SC	6
Externa	12

Data uthämtad: 2024-09-20

Enbart antal personer,  
hänsyn ej tagen till hur länge  
de varit inne i utbildningen,  
om de avslutat den osv.

# Antal personer som gått FaR-utbildningen

Centrum	Antal personer
BKC	0
CKOC	14
CMIT	0
DC	2
FTV	1
MC	2
NSC	5
NSV	44
NSÖ	34
PC	5
PVC	13
RLK	6
SC	3
Externa	5

Data uthämtad: 2024-09-23

Enbart antal personer, hänsyn ej tagen till hur länge de varit inne i utbildningen, om de avslutat den osv.

## Diskussionsfrågor:

- Vad sker just nu kring levnadsvanor i er verksamhet?
- Är det något planerat framåt, i så fall vad?
- Vad finns behov av i form av stöd? Från hälsorådet?  
Övrigt?
- Tankar kring detta?

# Vad sker just nu kring levnadsvanor i er verksamhet?

- **Medarbetare:** Tillgång till Gym, Friskvårdsbidrag, Hälsoinspiratörer – social gemenskap, fysiskt välmående, Fokus – psykisk hälsa, Medarbetarsamtal, Hälsokommunikatör, Hälsoundersökning, Systematiskt arbetsmiljöarbete fokus centrum/klinik 2025, Ledningsgrupp, Vec forum
- Bidrag till hälsofrämjande aktiviteter för funktionshinderorganisationer
- Cancerrehab: FaR., Formulär levnadsvanor
- Operationsoptimering inför operation
- **Tandvård:** översyn av verksamheter som jobbar hälsofrämjande och förebyggande  
Folkhälsa introduktion till medarbetare, samarbete just nu med BVC, MVC
- Digitalt levnadsvaneformulär i cosmic formulärtjänst
- Livsstilsmott ViN

# Är det något planerat framåt, i så fall vad?

- Inspirera till att göra "rätt"
- Dokumentera "lättplockade" frukter
- Tandvård: Ny organisation/verksamhet planerad framåt. Digital klinik underlättar förebyggande arbete
- Hitta nya kommunikationsvägar inom hälso- och sjukvård samt tandvård

# Vad finns behov av i form av stöd? Från hälsorådet? Övrigt?

- Öka kunskap om hälsa hos medarbetare som möter människan (typ Hälsan spelar roll)
- Fler hälsokommunikatörer och hälsoinspiratörer
- Stöd/verktyg för samverkan mellan sektorer för att nå medborgare med multipla behov och sårbara grupper
- Mer befolkningsinriktat hälsofrämjande arbete, hur kan fler bära det hälsofrämjande arbetet framåt? Ex. civilsamhället, hemtjänsten, "Nära vård"
- Lyfta in hälsofrämjande i ordinarie styrning och ledning
- Tandvård: behov av stöd, få med ännu mer, många upptäcks genom riskfaktorer ex obesitar, hjärt-kärlsjukdom. Identifiera grupper som vi jobbar med tillsammans
- Processtänk och flödesmässigt stöd. Målen mappas in mot "rätt" nivå för att driva frågorna med progress. Kunskap in i befintliga flöden som t.ex cancerrehab, operationsflöden (från Primärvård till Rehab)



# Övriga tankar kring detta?

- Dokumenterad överenskommelse: Hur kan vi använda det framåt för att öka involvering av hälsofrämjande insatser.
- Översyn kring samverkan kring munhälsa för barn- och unga, äldre och sköra, samverka med tobaksmottagning och digital FTV
- Introduktion av medarbetare, miniminivå för nyanställda för ett långsiktigt perspektiv

- **Välkommen på nästa digitala hälsoråd, Torsdagen den 12 december 2024**
- **Obs! tiden 9-11**

