

DIETISTERS SAMTAL OM OHÄLSOSAMMA MATVANOR



BAKGRUND

Ohälsosamma matvanor är den levnadsvanan som bidrar mest till sjukdomsbördan i Sverige. Matvanorna påverkar risken att drabbas av fetma, hjärt-kärlsjukdom, typ 2 diabetes, benskörhet och vissa cancersjukdomar. Att vara underviktig, överviktig eller lida av fetma ökar i sin tur risken för att drabbas av ytterligare ohälsa. Genom de Nationella riktlinjerna lyfts matens betydelse inom hälso- och sjukvården.

I Sverige har 20 % av befolkningen ohälsosamma matvanor och undersökningar visar att hälsosamma matvanor kan förebygga 30-50 % av all hjärtkärlsjukdom.

REKOMMENDERAD ÅTGÄRD VID OHÄLSOSAMMA MATVANOR

Hälso- och sjukvården bör erbjuda kvalificerat rådgivande samtal vid ohälsosamma matvanor. För vissa grupper är ohälsosamma matvanor mer riskfyllt än för andra, exempelvis:

- gravida
- vuxen med övervikt/fetma
- vuxen med hypertoni
- vuxen med hyperlipidemi
- vuxen med diabetes
- vuxen med genomgången hjärtinfarkt/hjärtsjukdom
- vuxen med depression
- vuxen med schizofreni

DIETISTENS ROLL VID OHÄLSOSAMMA MATVANOR

Samtal om mat, matvanor och dess koppling till behandling av olika diagnoser och sjukdomstillstånd är den spetskompetens dietisten innehar. Vid sjukdom och tillstånd där maten är en del av behandlingen anser DRF att det kvalificerat rådgivande samtalet bör utföras av dietist. Dietisten är i sin grund utbildad att arbeta i direkt kontakt med patienten och som resurs i olika team men kan även fungera som utbildare för övrig hälso- och sjukvårdspersonal inom kost och nutritionsområdet.