

Nationella riktlinjer
**Prevention och behandling vid
ohälsosamma levnadsvanor**

Anna Mattsson
Projektledare

2019-12-10



Vad är nationella riktlinjer?

- Underlag för **prioriteringar** och **resursfördelning** inom hälso- och sjukvården och socialtjänsten.
- **Rekommendationer på gruppnivå** om vilken åtgärd som bör ges vid ett visst tillstånd.
- Visar på **nytta och risk** utifrån bästa tillgängliga kunskap – en del av en evidensbaserad praktik.
- **Indikatorer** och **målnivåer** för att följa upp rekommendationer, jämföra resultat och initiera förbättringar.



Vilka frågeställningar lyfts i nationella riktlinjer?



Utgår från behovet av vägledning:

- praxisskillnader i landet
- kontroversiella frågor som rör många
- oenighet inom professionen
- tveksam kostnadseffektivitet
- utmönstring av skadliga eller ineffektiva metoder

Vägen till rekommendationerna



Stöd för styrning och ledning

- **Rekommendationer**
- **Ekonomiska och organisatoriska konsekvenser**
- **Indikatorer för uppföljning**

Bilagor

- Tillstånds- och åtgärdslista
- Kunskapsunderlag



18 Nationella riktlinjer idag

Aktuella riktlinjer

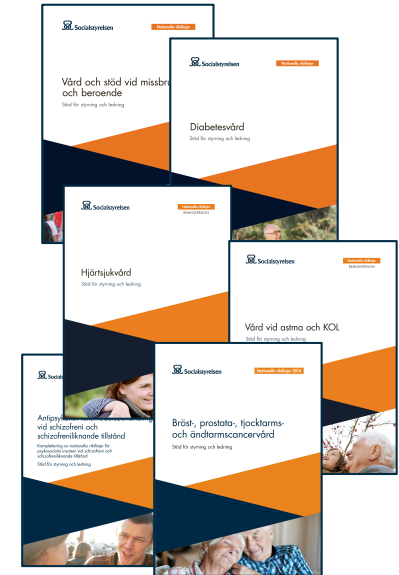
- Bröst-, prostata-, tjocktarms- och ändtarmscancervård
- Demens
- Diabetes
- Endometrios
- Epilepsi
- Hjärtsjukvård
- Levnadsvanor
- Lungcancer
- Missbruk och beroende
- MS och Parkinsons sjukdom
- Palliativ vård
- Psoriasis
- Schizofreni

Pågående uppdateringar

- Stroke
- Klar i början av 2020
- Astma/KOL
- Klar sommaren 2020
- Ångest och depression
- Klar sommaren 2020
- Rörelseorganens sjukdomar
- Remissversion i början av 2020
- Tandvård
- Remissversion i början av 2021

Ny

- Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar
- Klar 2022



Prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor

Stöd för styrning och ledning

2018



Ohälsosamma levnadsvanor

- Tobaksbruk
- Riskbruk av alkohol
- **Ohälsosamma matvanor**
- Otillräcklig fysisk aktivitet



Population

- Vuxna
- Vuxna med särskild risk
- Vuxna inför operation
- Barn och unga
- Gravida

Vuxna med särskild risk:

- **en sjukdom** (t.ex. diabetes, astma, KOL, cancer, hjärt-kärlsjukdom, långvarig smärta, schizofreni eller depression)
- **biologiska riskmarkörer** (t.ex. högt blodtryck, blodfetterubbnings- eller övervikt eller fetma)
- **fysisk, psykisk eller kognitiv funktionsnedsättning**
- **social sårbarhet** (t.ex. låg socioekonomisk status)
- **andra riskfaktorer** (t.ex. flera ohälsosamma levnadsvanor samtidigt eller en olycksfallskada)

Åtgärder

Fokus på beteendeförändring

- **Rådgivande samtal**
+ tillägg
- **Kvalificerat rådgivande samtal**
+ tillägg
- **Webbaserad intervention**
- **Familjestödsprogram**

Riktlinjerna lyfter särskilt vikten av att förändra ohälsosamma levnadsvanor hos riskgrupper

Vuxna med särskild risk

Daglig rökning, riskbruk av alkohol, ohälsosamma matvanor, otillräcklig fysisk aktivitet

Vuxna som ska genomgå en operation

Rökning, riskbruk av alkohol

Barn och ungdomar

Tobaksbruk, alkoholbruk, ohälsosamma matvanor, otillräcklig fysisk aktivitet

Gravida

Rökning, snusning, alkoholbruk, ohälsosamma matvanor, otillräcklig fysisk aktivitet

Rekommendationer

Ohälsosamma matvanor

Ohälsosamma matvanor och otillräcklig fysisk aktivitet

Tillstånd 1 (levnadsvana)	Tillstånd 2 (population)	Åtgärd	Prio
Matvanor	Vuxna	Rådgivande samtal	7
Matvanor	Vuxna	Kvalificerat rådgivande samtal	2
Matvanor	Vuxna	Webbaserad intervention	FoU
Matvanor	Vuxna med särskild risk	Rådgivande samtal	6
Matvanor	Vuxna med särskild risk	Kvalificerat rådgivande samtal	1
Matvanor	Vuxna med särskild risk	Webbaserad intervention	FoU
Matvanor & fysisk aktivitet	Unga under 18 år	Familjestödsprogram	7
Matvanor & fysisk aktivitet	Barn 2-5 år	Familjestödsprogram	5
Matvanor & fysisk aktivitet	Barn 6-12 år	Familjestödsprogram	5
Matvanor & fysisk aktivitet	Barn och unga 2-17 år	Webbaserad intervention	FoU
Matvanor & fysisk aktivitet	Gravida	Kvalificerat rådgivande samtal	2

Rekommendationer

Ohälsosamma matvanor



Åtgärd	Prio	Konsekvens
Vuxna med särskild risk Kvalificerat rådgivande samtal	1	<u>Hälso- och sjukvården</u> behöver arbeta strukturerat med att <u>identifiera</u> fler med ohälsosamma matvanor samt <u>erbjuda</u> dessa kvalificerat rådgivande samtal. 123 000 – 184 000 fler samtal/år 770 miljoner – 1,1 miljard kr/år

Rekommendationer

Ohälsosamma matvanor / otillräcklig fysisk aktivitet



Åtgärd	Prio	Konsekvens
Barn 2–5 år och 6–12 år <i>Familjestödsprogram</i>	5	<u>Hälso- och sjukvården</u> inklusive <u>barnhälsovården</u> samt <u>specialistvården</u> behöver <u>identifiera</u> och följa upp barn och familjer i behov av <u>familjestödsprogram</u> . 27 000-31 000 fler familjestödsprogram/år 189-216 miljoner kr/år
Gravida <i>Kvalificerat rådgivande samtal</i>	2	<u>Mödrahälsovården</u> behöver <u>säkerställa kompetens</u> om hur ohälsosamma matvanor och otillräcklig fysisk aktivitet kan identifieras hos gravida samt <u>erbjuda åtgärden</u> inom egen verksamhet <u>alternativt remittera</u> . 9 000 fler samtal/år 57 miljoner kr/år

Indikatorer

Ohälsosamma matvanor

Nummer	Namn
Indikator Ö1	Ohälsosamma matvanor i befolkningen
Indikator V4.1*	Rådgivning vid ohälsosamma matvanor
Indikator V4.2*	Ej längre ohälsosamma matvanor
Indikator V4.3*	Rådgivning vid ohälsosamma matvanor för vuxna med särskild risk
Indikator V4.4*	Ej längre ohälsosamma matvanor för vuxna med särskild risk
Indikator V4.5*	Rådgivning vid ohälsosamma matvanor och otillräcklig fysisk aktivitet vid graviditet
Indikator V4.6*	Ej längre ohälsosamma matvanor och otillräcklig fysisk aktivitet vid graviditet
Indikator V4.1*	Rådgivning vid ohälsosamma matvanor
Indikator V4.2*	Ej längre ohälsosamma matvanor
Indikator V4.3*	Rådgivning vid ohälsosamma matvanor för vuxna med särskild risk

Primärvårdens stöd till patienter med ohälsosamma levnadsvanor

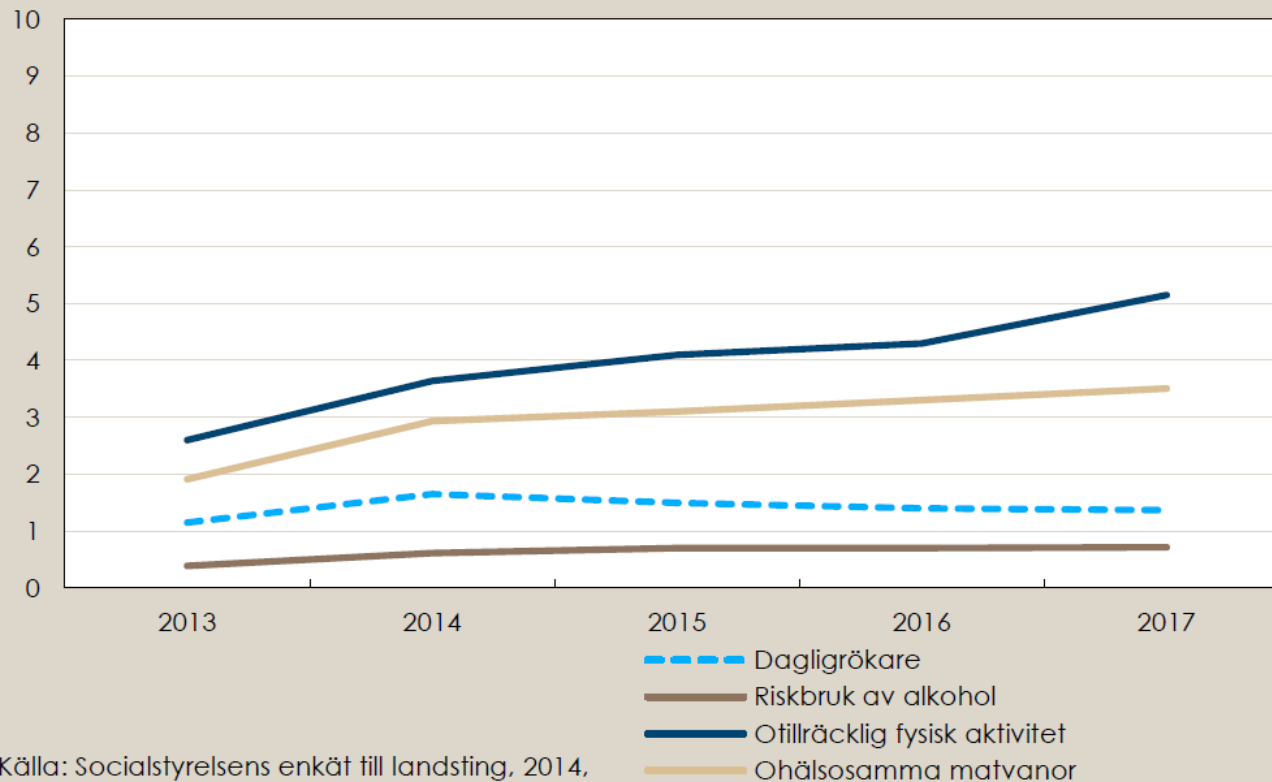


Fler patienter får stöd för fysisk aktivitet och ohälsosamma matvanor

Figur 1. Åtgärder till personer med ohälsosam levnadsvana

Andelen av primärvårdens patienter som har fått en dokumenterad åtgärd på grund av ohälsosam levnadsvana år 2013-2017

Procent

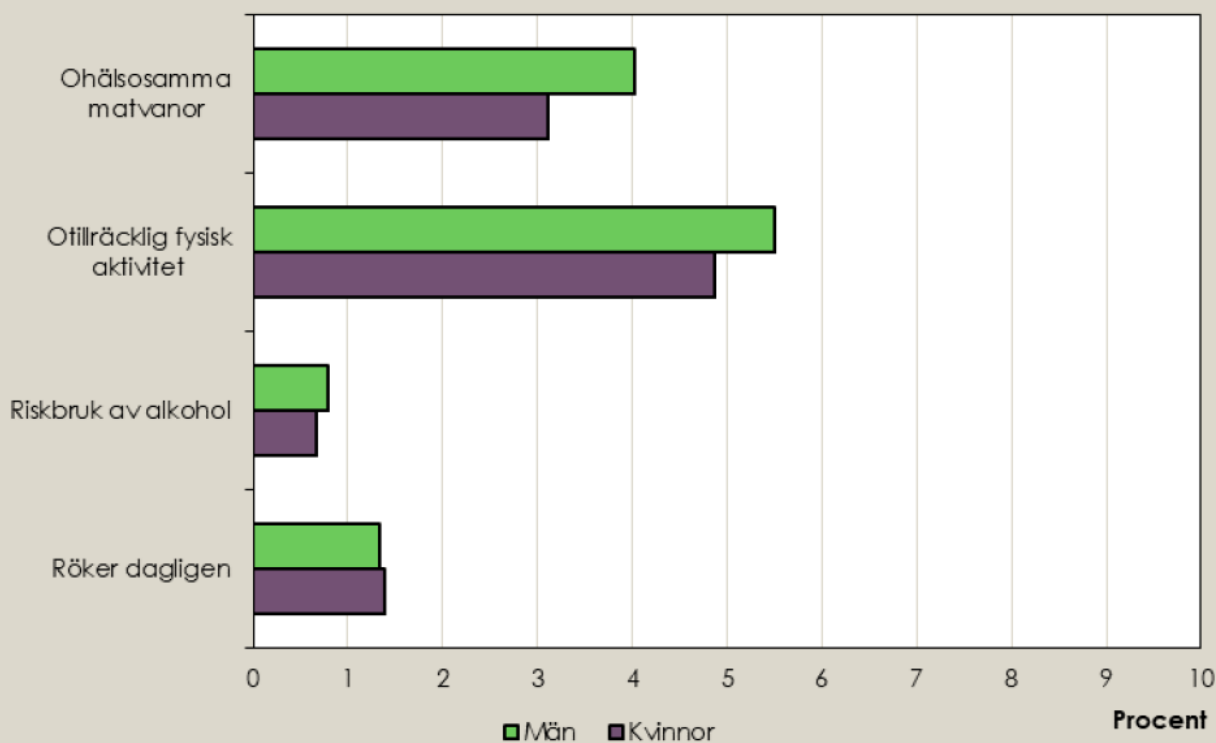


Källa: Socialstyrelsens enkät till landsting, 2014, 2015, 2016, 2017 och 2018.

Rådgivning om levnadsvanor ges oftare till män än till kvinnor

Figur 2. Återgärder till personer med ohälsosam levnadsvana inom primärvården

Andelen av primärvårdens patienter som fått en dokumenterad återgärd på grund av ohälsosam levnadsvana år 2017, kvinnor och män.

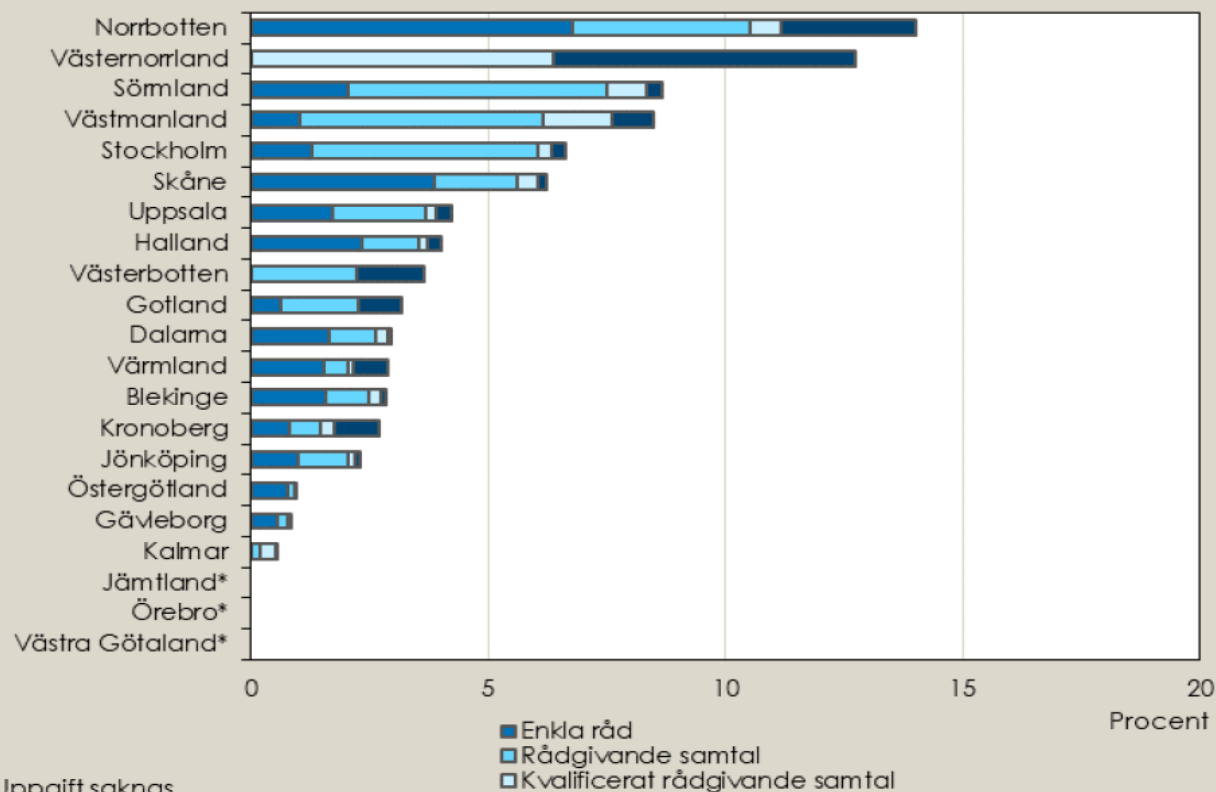


Källa: Socialstyrelsens enkät till landsting, 2018.

Stora skillnader hur regioner arbetar med levnadsvanor

Figur 4. Råd, samtal eller aktivitet inom primärvården, otillräcklig fysisk aktivitet

Fråga 12. Ange antalet patienter inom primärvården som någon gång under året fått råd, samtal eller aktivitet enligt nedan.



*Uppgift saknas

Källa: Socialstyrelsens enkät, 2018.

Statsbidrag 2020

- För insatser som främjar arbetet med prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor.
- För utvecklingsarbete i primärvården för att vid psykisk ohälsa förebygga och behandla ohälsosamma levnadsvanor.

<https://statsbidrag.socialstyrelsen.se/organisationer/insatser-som-framjar-arbetet-med-sjukdomsforebyggande-metoder/>

→ Sista ansökningsdag 15 februari 2020

Tack!

Kontakt:

Anna.Mattsson@socialstyrelsen.se

**Mer information finns på:
www.socialstyrelsen.se**