

LUNCH MED DRF

Nytt nationellt vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor – vad innebär det för oss dietister?

Nationellt system för kunskapsstyrning Hälsa och sjukvård. NATIONELLA FOLKHÄLSÖNKÄTEN

15% 6% 20% 33%

Nationella folkhälsoenkäten – Hälsa på lika villkor

Nationellt system för kunskapsstyrning Hälsa och sjukvård. NATIONELLA FOLKHÄLSÖNKÄTEN

Högst 1,3 ggr/dag 29% Mindre än en gång/vecka 29%

Minst 2 ggr/vecka 29%

Nationella folkhälsoenkäten – Hälsa på lika villkor

Nationellt system för kunskapsstyrning Hälsa och sjukvård. NATIONELLA FOLKHÄLSÖNKÄTEN

Nationell Patientenkät

"Diskuterade läkaren eller någon annan ur vårdpersonalen matvanor med dig?"

Primärvården 2021

Ja, vid detta besök	14%
Ja, under det senaste halvåret	15%
Nej	72%

Specialiserad sjukhusvård öppen 2021

Ja, vid detta besök	9%
Ja, under senaste halvåret	11%
Nej	81%

<https://patientkat.se/>

Nationellt system för kunskapsstyrning Hälsa och sjukvård. NATIONELLA FOLKHÄLSÖNKÄTEN

Primärvårdens stöd till patienter med ohälsosamma levnadsvanor - Socialstyrelsen

Figur 1. Åtgärder till personer med ohälsosamma levnadsvanor

Figur 2. Åtgärder till personer med ohälsosamma levnadsvanor inom primärvården

<https://www.socialstyrelsen.se/gbballasets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigi/2021-12-7722.pdf>

Nationellt system för kunskapsstyrning Hälsa och sjukvård. NATIONELLA FOLKHÄLSÖNKÄTEN

2011 2018 2022

Nationellt vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor – prevention och behandling.

Nationellt system för kunskapsstyrning Hälsa och sjukvård. NATIONELLA FOLKHÄLSÖNKÄTEN

Styrdokument - Ohälsosamma levnadsvanor

Nationella riktlinjer
VAD ska vi göra?

Nationellt vårdprogram
HUR ska vi göra det?

Personcentrerade och sammanhållna
vårdförlopp
NÄR och VAR ska vi göra det?

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård
SAMVERKAN REGIONER I SAMVERKAN

Patientlagen 3 kap. Information

1 § Patienten ska få information om

1. sitt hälsotillstånd,
2. de metoder som finns för undersökning, vård och behandling,
3. de hjälpmedel som finns för personer med funktionsnedsättning,
4. vid vilken tidpunkt han eller hon kan förvänta sig att få vård,
5. det förväntade vård- och behandlingsförloppet,
6. väsentliga risker för komplikationer och biverkningar,
7. eftervård, och
8. metoder för att förebygga sjukdom eller skada.

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård
SAMVERKAN REGIONER I SAMVERKAN

4. Struktur för arbetet med ohälsosamma levnadsvanor

Uppmärksamma
Fråga, bedöm och
erbjud stöd till förändring

Åtgärda
Råd och stöd till förändring
utifrån rekommenderad åtgärd

Följ upp
Utvärdera och vid behov justera
åtgärd eller hänvisa vidare

DOKUMENTERA

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård
SAMVERKAN REGIONER I SAMVERKAN

Nationellt vårdprogram Levnadsvanor, kostintag

Matvanor

Uppmärksamma	Åtgärda	Följ upp
1. Förståelse för patientens behov	2. Råd och stöd till förändring	3. Utvärdera och vid behov justera
4. Dokumentera	5. Använda rekommenderade åtgärder	6. Använda rekommenderade metoder

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård
SAMVERKAN REGIONER I SAMVERKAN

Definition av ohälsosamma matvanor NVP

- ✓ Ohälsosamma matvanor definieras som matvanor där energiintag, näringsintag, livsmedelsval inklusive drycker, tillagningsform eller måltidsmönster inte motsvarar individens behov.
- ✓ Intaget av energi, näringsämnen eller livsmedel kan vara både för stort och för litet i förhållande till det individuella behovet.
- ✓ Definitionen är densamma för friska barn över två år, unga, gravida, vuxna och äldre.
- ✓ Socialstyrelsen har definierat betydande ohälsosamma matvanor som låga poäng på kostindex (0–4 av 12 möjliga).

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård
SAMVERKAN REGIONER I SAMVERKAN

20. Dokumentation

Syftet med KVÅ-kod är att underlätta dokumentation och uppföljning av genomförd metod och är en kvalitetssäkring för god vård.

Dokumentation av matvanor, kostindex, samt riskbedömning av undernäring ska dokumenteras enligt lokala rutiner i samband med besök då personens matvanor uppmärksammas och/eller följs upp.

- ✓ Användning av åtgärdsrskoder förutsätter att den som dokumenterar har genomfört åtgärden i enlighet med rekommenderade metoder NRL.
- ✓ Val av KVÅ kod syftar till att säkerställa att utfört samtal om matvanor uppfyller kvalitetskrav i enlighet med NRL.

Enkla råd DV141 - Rådgivande samtal DV142 - Kvalificerat rådgivande samtal DV143

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård
SAMVERKAN REGIONER I SAMVERKAN

7. Personcentrerat och hälsofrämjande förhållningssätt

- Beakta vårdmötet som ett **partnerskap** mellan behandlare och patient.
- Vårdpersonal bör se patienten som en **aktiv partner**, med kunskap och kompetens att tillsammans med behandlare utforma en för individen ändamålsenlig vård.
- **Hälsofrämjande förhållningssätt** innebär att stödja och stärka individens förmåga att ha kontroll över sin egen hälsa med fokus på **friskfaktorer** och den självupplevda hälsan.
- Fokus i mötet ligger på att stärka patientens **tilltro till sin egen förmåga** (self-efficacy) och **egenmakt** (empowerment).
- Som vårdpersonal är det viktigt att ta hänsyn till patientens **förmåga att förvärva, förstå och använda hälsoinformation** (hälsolitteracitet).
- Det finns flera teoribaserade metoder att utgå ifrån i samtalet, däribland **motiverande samtal** (MI) och **kognitiv beteendeterapi** (KBT).

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
PERIODISERAD UPPGIFTSBESKRIVNING

Socialstyrelsens rekommendationer och rangordning

Rekommendation - rangordning	Beskrivning
1-3	Åtgärder som hälso- och sjukvården <i>bör</i> erbjuda.
4-7	Åtgärder som hälso- och sjukvården <i>kan</i> erbjuda.
8-10	Åtgärder som hälso- och sjukvården <i>kan i undantagsfall</i> erbjuda.
FoU (forskning och utvärdering)	Åtgärder som hälso- och sjukvården inte bör utföra <i>rutinmässigt</i> , utan endast inom ramen för forskning och utveckling i form av systematisk utvärdering.
icke-göra	Åtgärder som hälso- och sjukvården <i>inte bör utföra alls</i> . Socialstyrelsen vill med rekommendationerna stödja hälso- och sjukvården, tandvården och socialtjänsten att sluta använda åtgärderna.

Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
PERIODISERAD UPPGIFTSBESKRIVNING

Prioriterade åtgärder, matvanor

Målgrupp	Rekommendation med prioritet inom parentes
Vuxna med särskild risk som har ohälsosamma matvanor	<ul style="list-style-type: none"> • Kvalificerat rådgivande samtal (1) • Rådgivande samtal (6)
Vuxna som har ohälsosamma matvanor	<ul style="list-style-type: none"> • Kvalificerat rådgivande samtal (2) • Rådgivande samtal (7)
Gravida som har ohälsosamma matvanor och som är otillräckligt fysiskt aktiva	<ul style="list-style-type: none"> • Kvalificerat rådgivande samtal (2)
Barn 2–12 år som har ohälsosamma matvanor och som är otillräckligt fysiskt aktiva	<ul style="list-style-type: none"> • Familjestödsprogram (5)
L unga under 18 år som har ohälsosamma matvanor och som är otillräckligt fysiskt aktiva	<ul style="list-style-type: none"> • Familjestödsprogram (7)

Tabell 8. Åtgärder vid ohälsosamma matvanor.

Åtgärder som hälso- och sjukvården bör göra har prioritet 1–3. Åtgärder som hälso- och sjukvården kan göra har prioritet 4–7 (1).

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
PERIODISERAD UPPGIFTSBESKRIVNING

Åtgärdsnivåer - VAD

Åtgärd	kompetenskrav
Enkla råd	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ge information och korta standardiserade, evidensbaserade råd om levnadsvanor. ✓ Kan kompletteras med skriftlig information. ✓ Kräver oftast mindre än 5 minuter.
Rådgivande samtal	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utgår från den enskilde patientens situation. ✓ Tar vanligtvis 5–15 min, i vissa fall ta upp till 30 min. ✓ Kan inkludera motiverande strategier och kompletteras med olika verktyg. ✓ Bör kompletteras med uppföljning.
Kvalificerat rådgivande samtal	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mer omfattande insats vad gäller både tid och form. ✓ Innebär en hög grad av personcentering och individanpassning. ✓ Har fokus på en levnadsvana. ✓ Kan ges individuellt eller i grupp. ✓ Kräver uppföljning.

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
PERIODISERAD UPPGIFTSBESKRIVNING

6. Åtgärdsnivåer och kompetenskrav

Åtgärd	Kompetenskrav
Uppmärksamma Alla	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Kunna identifiera när levnadsvanorna är ohälsosamma ✓ Veta var patienten kan vända sig för ytterligare stöd
Enkla råd Alla	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ha grundläggande kunskap om respektive levnadsvana för att kunna ge korta, standardiserade råd om hälsosamma levnadsvanor.
Rådgivande samtal Alla om möjligt, ex vid FaR förskrivning	<ul style="list-style-type: none"> Utöver det som gäller vid enkla råd: ✓ Ämneskunskap om respektive levnadsvana och dess påverkan på hälsa, diagnos och tillstånd. ✓ Kunna tillämpa personcentrerat och hälsofrämjande förhållningssätt och motiverande strategier. ✓ Kunna använda verktyg för att bedöma patientens motivation och beredskap till förändring.

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
PERIODISERAD UPPGIFTSBESKRIVNING

6. Åtgärdsnivåer och kompetenskrav

Åtgärd	kompetenskrav
Kvalificerat rådgivande samtal	<ul style="list-style-type: none"> Utöver det som gäller vid rådgivande samtal: ✓ Högskole-/universitetsutbildning med relevans för levnadsvana eller specifik kompetens. ✓ Kompetens att kunna tillämpa teoribaserade och strukturerade åtgärder som motiverande strategier och beteendetekniker. ✓ Fördjupad ämneskunskap om den levnadsvana som berörs och dess påverkan på hälsa, diagnos och tillstånd. ✓ Regelbundet delta i fortbildning och följa kunskapsutvecklingen och vara uppdaterad avseende evidens inom den specifika levnadsvanan. ✓ Regelbundet och i tillräcklig omfattning arbeta med patienter som ska genomföra förändringar inom den specifika levnadsvanan.

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
PERIODISERAD UPPGIFTSBESKRIVNING

9.8 Kompetenskrav (Matvanor)

Enkla råd	✓ Kunskap om ohälsosamma matvanor utifrån Livsmedelsverkets kostråd
Rådgivande samtal:	Utöver ovan: ✓ kunskap om pedagogiska modeller som till exempel tallriksmodellen och nyckelhälsmärkning.
Kvalificerat rådgivande samtal	Utöver ovan: ✓ Legitimerad dietist, alternativt annan legitimerad personal med kunskap och kompetens inom mat och nutrition motsvarande: NNR 2012, Livsmedelsverkets kostråd, näringslära, tillagningsmetoder, livsmedelskunskap samt mat och måttider i sitt sociala, kulturella och emotionella sammanhang. ✓ Kvalificerat rådgivande samtal till personer med sjukdom som behöver specifik nutritionsbehandling bör ges av legitimerad dietist. Då detta utöver ovanstående förutsätter att personalen har kunskap om sjukdomslära och kost- och nutritionsbehandling vid sjukdom samt hur råd om hälsosamma matvanor anpassas utifrån aktuell sjukdom och behandling.

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Barn och unga under 18 år

Målgrupp	Rekommendation (prioritet)
Barn 2–12 år som har ohälsosamma matvanor eller som är otillräckligt fysiskt aktiva	Familjestödsprogram (5)
Unga under 18 år som har ohälsosamma matvanor och som är otillräckligt fysiskt aktiva	Familjestödsprogram (7)

Fotograf Simon Bergström

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Familjestödsprogram

Familjestödsprogram har fokus på hela familjen och inkluderar vanligen olika komponenter som samtal, information och praktiska övningar för att ge mer hälsosamma matvanor och öka den fysiska aktiviteten. Insatsen pågår under en längre tid och kan genomföras i grupp eller individuellt.

I dag erbjuds:

- **Föräldraskapsstödsprogram**
Exempelvis ABC, COPE
- **Föräldrastödsprogram till barn med övervikt och fetma**
Exempelvis Mer och mindre

I dag saknas:

- **Familjestödsprogram** som riktar sig till barn med ohälsosamma matvanor och/eller otillräcklig fysisk aktivitet och dess vårdnadshavare och som ger ett fördupat stöd till förändring samt pågår under en längre tid.



NATIONELLT SYSTEM
FÖR KUNSKAPSTYRNING
Hälsa och sjukvård,
SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

➤ En struktur för denna åtgärd behöver utvecklas i samarbete mellan region och kommuner (och länsstyrelsen)

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Frågeformulär

Enhetliga nationella frågor saknas för barn och unga under 18 år.

Levnadsvana	Frågor
Matvanor	Kostindex kan användas för att identifiera ohälsosamma matvanor. Kan behöva kompletteras med en utökad anamnes
Fysisk aktivitet	Vårdprogrammet innehåller förslag på frågor som kan användas.
Tobak och Alkohol	Använd med fördel öppna frågor som sedan kan ligga till grund för fortsatt samtal. Frågorna syftar till att fånga de barn och unga som har provat eller brukar tobak och/eller alkohol.

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

13. Levnadsvanor inför operation

Syfte Patientsäkerhet vid operation

Målgrupp Identifiering av ohälsosamma levnadsvanor som medför ökad risk vid operation OCH där det finns intervention som medför minskad risk
Rökning och alkohol - gäller alla operationer
Fysisk aktivitet och nutrition - särskilt den sköra patienten inför stor kirurgi

Möjlighet Förbättring av levnadsvanor för god framtida hälsa



Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

13.4 Matvanor och nutritionsstatus inför operation

- Nutritionsstatus identifierar patienter som har ökad risk vid operation och som vid intervention kan få minskad risk för komplikation samt snabbare återhämtning
- Undernäring kan förekomma vid fetma. Sarkopeni fetma, hög fettmassa och låg muskelmassa är vanligt förekommande hos äldre vilket ökar inflammation och bidrar till insulinresistens
- Uppmärksamma: Ofrivillig viktneidgång, lågt BMI, lågt serumalbumin eller bedömning med validerat screeninginstrument
- Intervention genom kontakt med dietist bör vara rutin för patienter med ökad risk. Samtidigt bör en nödvändig och möjlig tidig start av intervention inte försenas

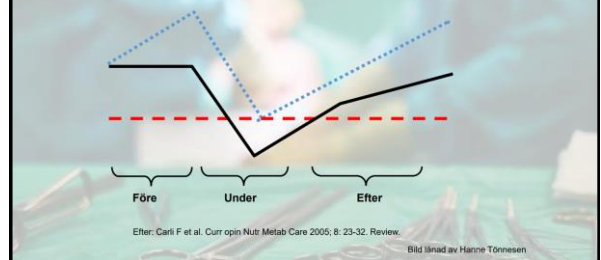
Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård,
SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

13. Levnadsvanor inför operation

- Tiden inför en operation ska vara en förberedelsestid och inte en väntetid
- Ett samlat grepp om alla levnadsvanor inför operation som en del av multimodal prehabilitering ska vara en naturlig del av hälso- och sjukvården

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård
SAMMÅLLSREGERINGEN

Preoperativ optimering



Det kommer mera...

- Vårdförlopp vid ohälsosamma levnadsvanor
- Kortversion inför operation och barn och unga
- Webbutbildning
- Webbinarier

- Revidering av indikatorfrågor

IMPLEMENTERING

Möjligheter + Kunskap + Motivation → Betendeförändring



Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård
SAMMÅLLSREGERINGEN

Länkar

- Nationella riktlinjer prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor
<https://www.socialstyrelsen.se/regler-och-riktlinjer/nationella-riktlinjer/riktlinjer-och-utvarderingar/levnadsvanor/>
- Nationellt vårdprogram levnadsvanor
<https://d2flujgsl7escs.cloudfront.net/external/Nationellt-varprogram-vid-ohalsosamma-levnadsvanor-prevention-och-behandling.pdf>
- Nationellt kliniskt kunskapsstöd
<https://nationelltkliniskt-kunskapsstod.se/amnesomraden/Levnadsvanor/>

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård
SAMMÅLLSREGERINGEN

Frågor och funderingar

Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa och sjukvård
SAMMÅLLSREGERINGEN