

# Implementeringen av Socialstyrelsens nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder

**Rubrik**  
**Iréne Nilsson Carlsson**

2013-11-12



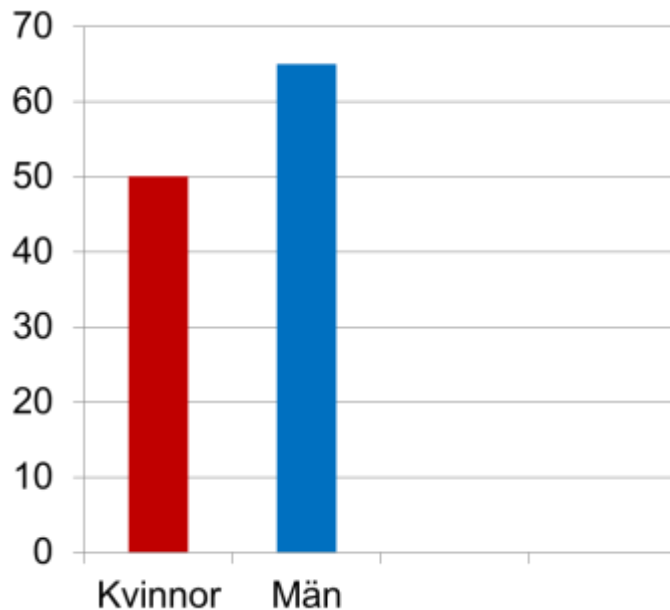
- **Varför nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder?**
- **De viktigaste rekommendationerna i riktlinjerna**
- **Utmaningar för implementeringen**

# De nationella riktlinjerna



# Varför riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder?

Andel med ohälsosamma levnadsvanor



Mer än 20 procent av sjukdomsbördan



# Det finns effektiva metoder

Hälso- och sjukvården kan göra skillnad.....



Och kostnaden är låg



# Riktlinjerna behövs också för att främja en jämlik hälsa

*Hälsan skiljer mellan grupper i befolkningen – delvis beror det på skillnader i levnadsvanor*




# Inriktning riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder

Rekommendationer om samtalsmetoder för att förebygga sjukdom genom att stödja förändring av levnadsvanor



Tobaksbruk



Riskbruk av alkohol



Otillräcklig fysisk aktivitet



Ohälsosamma matvanor

# Vilka omfattas av riktlinjerna?

Vuxna med ohälsosamma  
levnadsvanor samt  
ungdomar under 18 år som  
röker





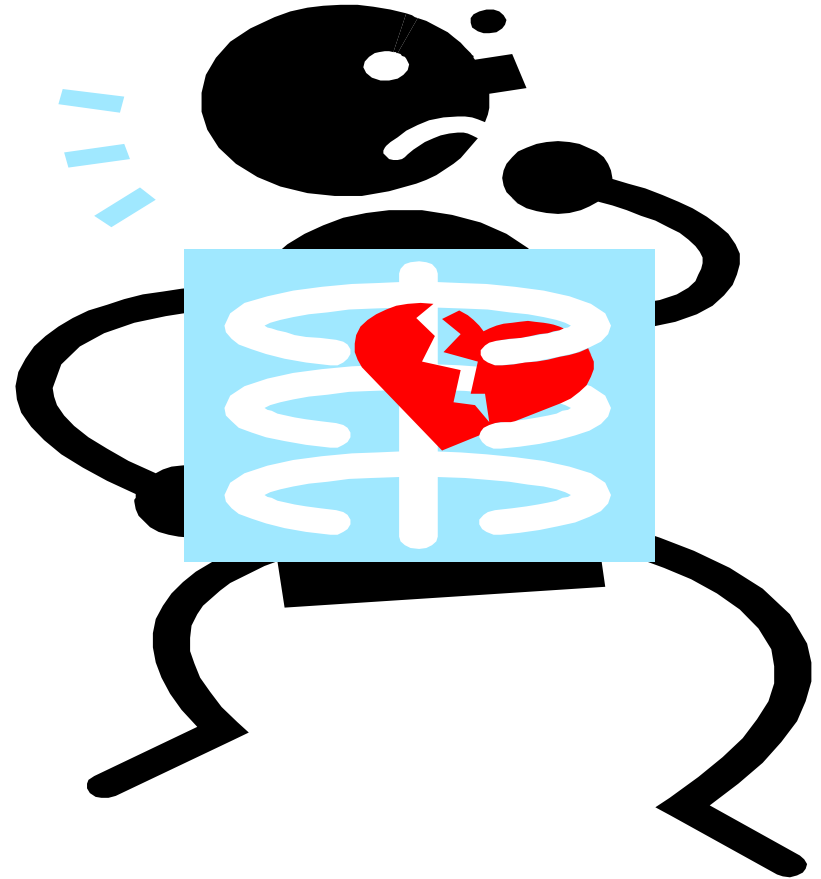
# Vilka omfattas av riktlinjerna?

**Inför operation, vid graviditet, vid amning och när man är förälder.**



# Vilka omfattas av riktlinjerna?

Personer med förhöjd risk till följd av sjukdomar och medicinska tillstånd



# Exempel på högriskgrupper vid riskbruk av alkohol



- Kronisk smärta
- Övervikt/fetma
- Högt blodtryck
- Leverpåverkan
- Hudsjukdom
- Depression och ångest
- Hjärt-kärlsjukdom
- Cancer
- Blodfettsrubbingar
- Schizofreni

# Exempel på högriskgrupper vid ohälsosamma matvanor



- Högt blodtryck
- Blodfettstubbningar
- Hjärt- kärlsjukdom
- Övervikt/fetma
- Schizofreni
- Depression och ångest
- Diabetes

# Rådgivningsnivåer i riktlinjerna

- Enkla råd (5-10 minuter)
- Rådgivande samtal (kunskap om levnadsvanan, utgår från individen, 10-30 minuter ev uppföljning)
- Kvalificerat rådgivande samtal (strukturerat eller teoribaserat, särskilt utbildad personal, längre samtal och flera träffar)

# Hälso- och sjukvården bör erbjuda patienter

Rökning

- Kvalificerat rådgivande samtal

Riskbruk av alkohol

- Rådgivande samtal

Otillräcklig fysisk aktivitet

- Rådgivande samtal med tillägg och uppföljning

Ohälsosamma matvanor

- Kvalificerat rådgivande samtal

# Hälso- och sjukvården bör gravida

Rökning och  
snusning

- Rådgivande samtal

Bruk av alkohol

- Rådgivande samtal

Otillräcklig fysisk  
aktivitet

- Behandlas inte i riktlinjerna

Ohälsosamma  
matvanor

- Kvalificerat rådgivande samtal

# Enkla råd



- Socialstyrelsen har tagit fram en film och en broschyr som visar hur ett enkelt råd i 5 steg kan ges på mindre än 5 minuter
- Ni hittar den på Socialstyrelsens webbplats



# Exempel på ett rådgivande samtal om fysisk aktivitet

- Informera och förbereda inför förändringen
- Följa upp erfarenheter inför förändringen och identifiera svårigheter
- Skriva ut Fysisk aktivitet på recept, dela ut stegräknare, motionsdagbok eller andra hjälpmedel för att stödja förändringen
- Följa upp efter förändringen hur det har gått och diskutera ev. svårigheter

# Exempel på kvalificerat rådgivande samtal

- Metod för diplomerade tobaksavvänjare



# Hälsofrämjande förhållningssätt gäller alltid

- **Hälsofrämjande – stödja patienternas möjlighet att öka kontrollen över sin hälsa**
- **Stödjande dialog – erbjuda patienterna kunskap, verktyg och stöd i sin hälsoutveckling**
- **Ta hänsyn till patienternas motivation till förändring**

# Bedöm om det är rätt tillfälle att fråga.....



# Hur kan patienter tas om hand

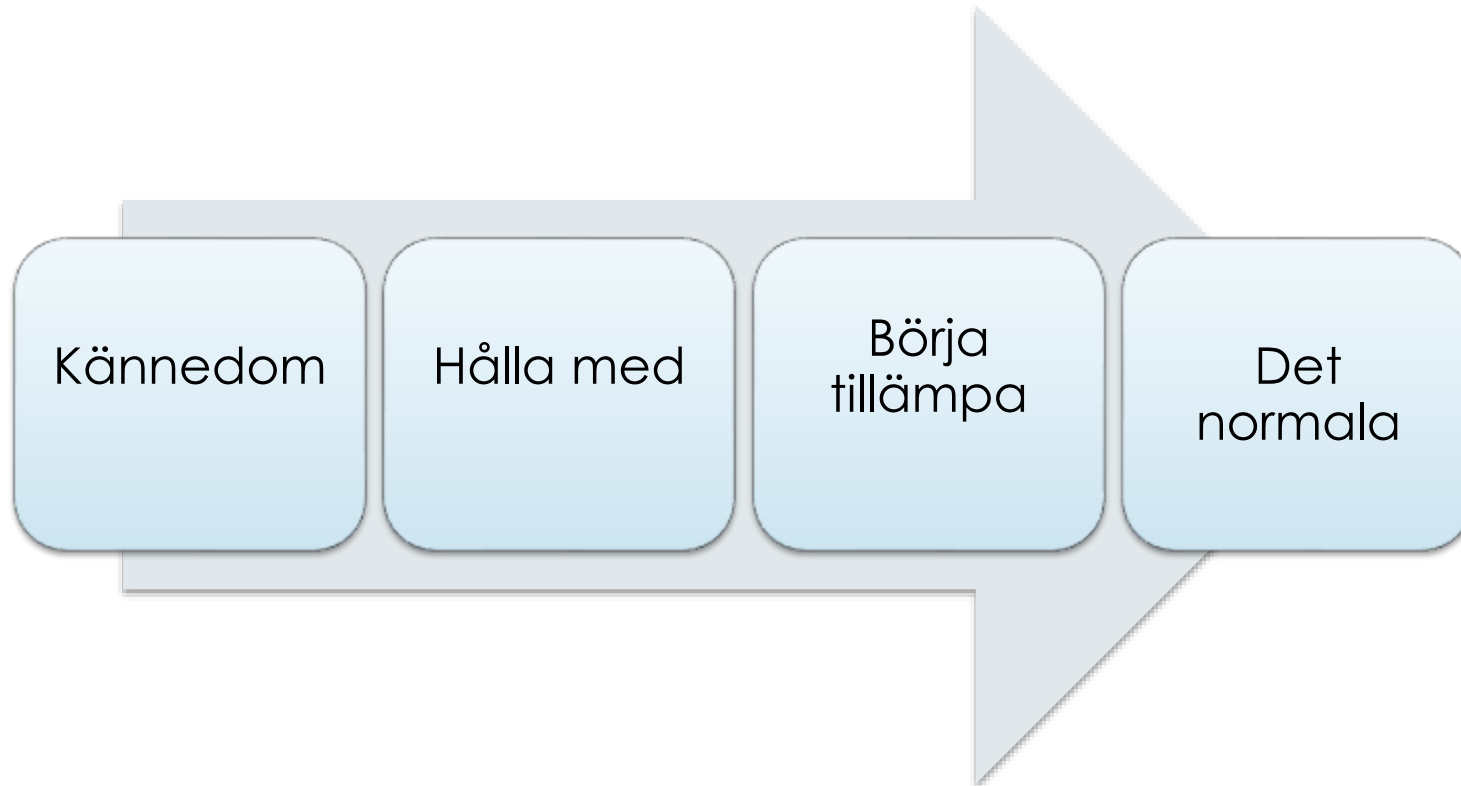


# Vilka aktörer är viktigast för förändring?

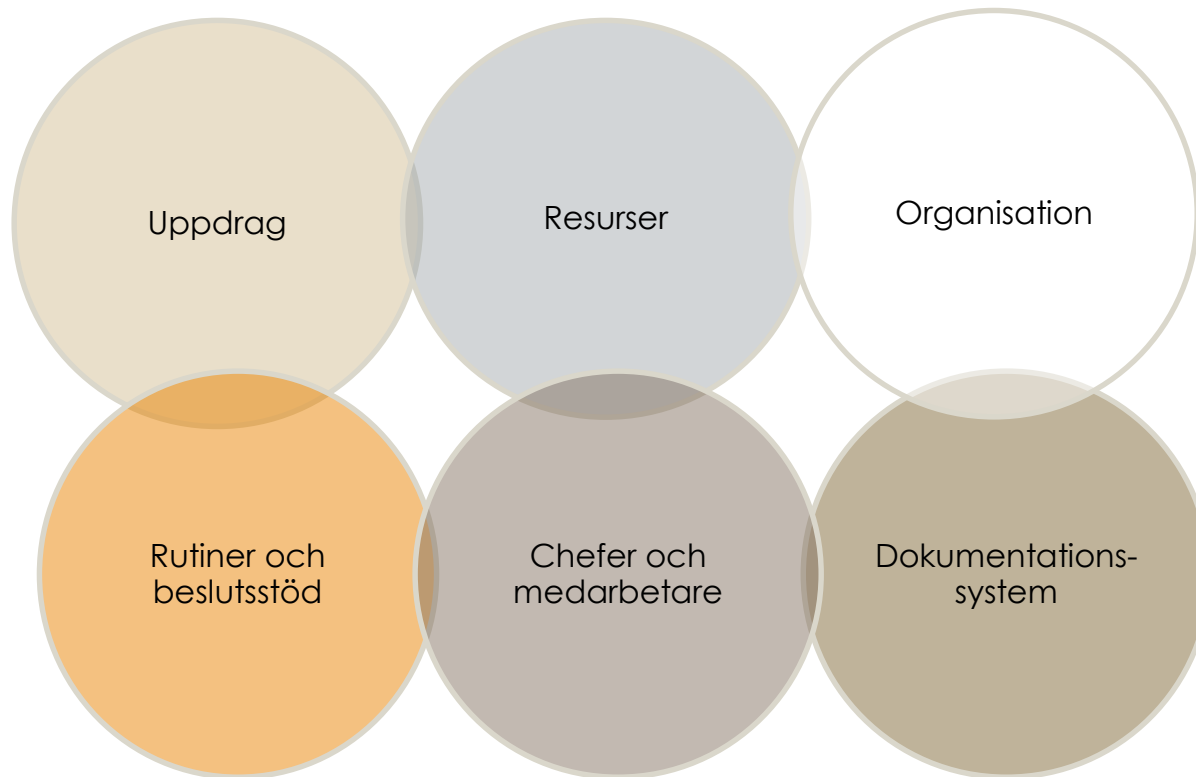
- Chefer och personal i vården
- Högsta ledningen
- Ledande professionsföreträdare



# Steg i förändringsprocessen



# Strukturella förutsättningar för en framgångsrik implementering





# Regeringsuppdraget om implementering

- Sprida kännedom och förankra riktlinjerna
- Skapa webbaserad utbildning
- Stödja metodutveckling
- Utveckla modeller eller metoder för att säkerställa datatillgång för uppföljning av införandet av riktlinjerna



*Photo©Oskar Falck*

**Mer information finns på:  
[www.socialstyrelsen.se](http://www.socialstyrelsen.se)**