

RMPO Hälsöfrämjande  
Jesper Ekberg  
Ordförande

2019-11-29

1(5)

## Handlingsplan 2020 för RMPO Hälsöfrämjande

Bemanning: Jesper Ekberg (Jönköping), Mattias Jonsson (Jönköping), Sofia Dahlin (Jönköping), Sandra Karlsson (Kalmar), Anna Linders (Östergötland), Maria Elgstrand (Östergötland), Matti Leijon (Östergötland), Mats Lowén (Östergötland).

Mötesstruktur: Sex träffar per år där fem stycken är via Skype och ett är fysiskt (då vi jobbar med årsrapport och handlingsplan).

Hälso- och sjukvården står inför stora utmaningar, med en allt äldre befolkning (ökat sjukvårdsbehov), ökad ojämlikhet i hälsa i befolkningen och en ökande kompetens- resursbrist. Vi befinner oss inom kort i gapet där efterfrågan och behov inte täcks upp av våra resurser om vi fortsätter att göra som vi alltid gjort. Att få till en omställning mot en mer Nära vård är en nödvändighet och är på agendan hos alla tre regioner. Följande bilder från respektive region breddar perspektivet och fångar med regionala utvecklingsfrågor och de hälsöfrämjande arenorna – fokus på hälsa och vård som ett samlat system.



## Förbättringsområden

En viktig del i RMPO Hälsöfrämjandes kommande arbete är att prioritera aktiviteter tillsammans med andra RMPO:n inom kunskapsrådet, men även med andra RMPO:n utanför kunskapsrådet. Valda förbättringsområden nedan är därför valda utifrån vad RMPO Hälsöfrämjande särskilt ska fokusera på för egen del. RMPO hälsöfrämjande kommer även jobba med att sprida goda exempel från respektive län under 2020.

- Implementera och utveckla riktade hälsosamtal i sjukvårdsregionen
- Implementera framtaget informationsmaterial och vårdriktlinje kring alkoholfrihet och tobaksfrihet innan och efter planerad kirurgi
- Spridning av framgångsrika exempel
- Utvecklad samverkan med andra RMPO inom Sydöstra sjukvårdsregionen

## Implementera och utveckla riktade hälsosamtal i sjukvårdsregionen

### Motivering – behov och syfte

Invånarna har en god hälsa i sydöstra sjukvårdsregionen, men alla hänger inte med i utvecklingen. Framförallt går hälsoutvecklingen åt fel håll när det gäller övervikt/fetma, psykisk hälsa samt att hälsoklyftorna mellan grupper och geografiska områden ökar.

Region Jönköpings län och Region Östergötland genomför riktade hälsosamtal för valda åldersgrupper. Region Kalmar län utreder om möjligheterna att starta. Riktade hälsosamtal är ett effektivt sätt att förebygga hjärt-kärlsjukdom och är en strategi som även fångar behovet av att minska övervikt/fetma och psykisk ohälsa.

### Patientlöfte och mål

Följande patientlöften har särskild koppling till förbättringsområdet:

- Vara delaktig och välinformerad genom hela vårdkedjan
- Få tillgång till jämlik vård
- Erbjudas bästa möjliga hälsöfrämjande insatser och välfungerande screeningprogram
- Erbjudas kostnadseffektiv vård

### Metod och åtgärd

**Etablera ett medicinskt råd för riktade hälsosamtal, med följande syfte:**

- Nå tongivande distriktsläkare – ägarskap och legitimitet
- Regelbunden revidering/uppdatering utifrån senaste rönen
- Manual för genomförarna respektive frågeformulären till invånaren – utformning och struktur
- Knyta ihop hälsosamtalen med det generella levnadsvanearbetet i primärvården.

**Bygga gemensam grund för digitala arbetssätt**

- Invånartjänster
- Digitala stöd för genomförare och ledning i primärvården

### Konsekvensbeskrivning

#### Ansvarsfördelning

Genom RMPO Hälsöfrämjande finns redan uppbyggda kontakter till respektive region. Det finns dock behov av att formulera en tydlig ansvarsfördelning och arbetsgrupp för förbättringsområdet.

## **Uppföljning**

RMPO Hälsöfrämjande avser att följa upp arbetet per tertial.

## **Utvärdering**

Tidsplan är under framtagande. Region Jönköpings län genomför under 2019 en utvärdering av effekterna av hälsosamtalen i länet. Det finns även annan utvärdering gjord i samarbete med Region Östergötland, såsom hur invånarna upplever värdet av hälsosamtalen.

## **Samverkan inom förbättringsområdet**

### **Nationell nivå**

Aktiviteten har tydlig koppling till NPO levnadsvanor.

Inom nätverket Hälsöfrämjande hälso- och sjukvård finns temagrupper riktade hälsosamtal.

### **Sjukvårdsregional nivå**

Tydliga kopplingar till exempelvis RMPO:n för hjärt-kärl och cancer, samt regionala samverkansgrupper såsom forskning och hållbar utveckling.

### **Lokal nivå och kommuner**

Stor potential till ökad samverkan med kommunerna, inte minst vad gäller åtgärder som invånaren kan göra för att förbättra sin hälsa. Det finns goda exempel i form av hälsocenter i samverkan med kommunens fritidsförvaltning, FaR och andra områden.

### **Patientföreträdare**

Det finns goda möjligheter att belysa och tillsätta invånarrepresentation i utvecklingsarbetet.

## **Implementera framtaget informationsmaterial och vårdriktlinje kring alkoholfrihet och tobaksfrihet innan och efter planerad kirurgi**

### **Motivering – behov och syfte**

Att införa rök-/tobaks- och alkoholfrihet innan och efter planerad kirurgi är en viktig preventiv åtgärd för att både minska risken för komplikationer och stimulera patienten till att göra livsstilsförändringar.

Detta medför minskade resurser för återbesök och ev. ytterligare ingrepp och behandlingar. Det finns också stora vinster med att från vårdens sida uppmärksamma levnadsvanor genom rådgivande samtal för att stödja patienten till en förändring. Hälsosamma levnadsvanor minskar risken för ohälsa och sjukdom i både ett kort och längre perspektiv. Det förebyggande arbetet med levnadsvanor är en betydande del i det hälsöfrämjande arbetet, därför en viktig aktivitet för RMPO- hälsöfrämjande.

### **Patientlöfte och mål**

Komplikationer som kan tillstå i samband med operation minskar då patienten avhåller sig från alkohol minst 4 veckor innan ingreppet samt minst 4 veckor efter operationen. Detta medför minskade resurser för återbesök och ev. ytterligare ingrepp och behandlingar. Det finns också vinster med att från vårdens sida uppmärksamma levnadsvanor genom bland annat rådgivande samtal för att stödja patienten till en förändring. Hälsosamma levnadsvanor minskar risken för ohälsa och sjukdom i både ett kort och längre perspektiv.

Följande patientlöften har särskild koppling till förbättringsområdet:

- Vara delaktig och välinformerad genom hela vårdkedjan
- Erbjudas bästa möjliga hälsofrämjande insatser och välfungerande screeningprogram
- Få tillgång till patientsäker vård
- Erbjudas kostnadseffektiv vård

## Metod och åtgärd

Att skapa de bästa förutsättningar för en framgångsrik planerad operation utan efterföljande komplikationer innefattar, bland annat, att den som ska opereras är rökfri men även alkoholfri. I februari 2017 inkom en motion ”Inför alkoholstopp för operationspatienter” till regionfullmäktige i Östergötland. Hälso- och sjukvårdsnämnden fick i uppdrag att utreda formerna för ett införande av alkoholfrihet för operationspatienter vid planerad operation i Region Östergötland. Uppdraget utökades efter att ha varit uppe i RSL till att gälla hela Sydöstra sjukvårdsregionen. Beslut om projektets utförande togs i samband med regional sjukvårdsledning 11 februari 2019. Arbetet med införandet av alkoholfri före och efter operation kommer att kopplas till den redan upparbetade processen kring rökfrihet före och efter operation.

Ett gemensamt informationsmaterial till patienter, utbildningsmaterial för medarbetare och vårdriktlinje tas fram av en regional arbetsgrupp. Implementeringen görs i varje län och berör opererande enheter inom slutenvården och tandvården samt primärvården.

## Konsekvensbeskrivning

I Hanne Tønnesens rapport ”Stark för kirurgi” (2017) lyfts riskerna för komplikationer sammankopplat med alkoholkonsumtion i samband med kirurgi likande de risker som finns förknippat med rökning och operation. Vid rökfrihet 4-8 veckor före och efter operationen kan risken för komplikationer (ffa ökad infektionsrisk och försämrad sårsläkning) halveras (1177.se).

Också alkoholkonsumtion ökar risken för postoperativa komplikationer med 70 % enligt H. Tønnesens rapport. Gränsen för alkoholintag, ut ett kirurgiskt riskperspektiv, ligger på intag över två standardglas per dag (oavsett kön). Tidigare har gränsen varit fem standardglas, men det finns också studier som visar på att 2-3 glas/dag kan ge en ökad risk för komplikationer i samband med operation. Då de studier som finns idag inte är lika många som för tobaksfri i samband med operation är den undre gränsen inte helt fastlagd och patienten bör rekommenderas total alkoholfrihet innan och efter planerad kirurgi.

Genom att införa tobaks- och alkoholfri operation minskar risken för komplikationer och fler patienter får möjlighet att göra en livsstilsförändring. Rutinen innebär också ett ytterligare stöd för läkare och övrig vårdpersonal att fånga upp patienter med ohälsosamma levnadsvanor. Det nya arbetssättet förväntas vara igång i november 2019.

## Ansvarsfördelning

Arbetet bedrivs genom en regional arbetsgrupp där Region Jönköping är sammankallande. I arbetsgruppen finns strateger och kommunikatörer från respektive län som tar fram material och samordnar genomförandet i egen organisation.

Uppdraget beslutas i respektive sjukvårdsledning och följs genom RMPO hälsofrämjande.

## Uppföljning

Lokala rutiner för uppföljning kommer att tas fram i respektive region.

## Utvärdering

Utvärdering kommer att ske löpande i nära dialog med berörda verksamheter.

## Spridning av framgångsrika exempel

1. Kalmar – standardiserat vårdförlopp för suicidprevention (bra exempel på integrering i H&S)
2. Östergötland – Status Östergötland (bra exempel på illustrativa sätt att visa hälsodata)
3. Jönköping - 1177/tobakshjälpen (bra exempel på segmentering och nyttjande av digitala tjänster).

## Utvecklad samverkan med andra RMPO inom Sydöstra sjukvårdsregionen

### Motivering – behov och syfte

Sydöstra sjukvårdsregionen står inför ett antal utmaningar vad gäller hälsan i regionen, bland annat finns det en ökande psykisk ohälsa, övervikt och ökande hälsoskillnader mellan grupper och mellan geografiska områden. Det krävs en bra samverkan för att få en positiv utveckling av hälsan inom sjukvårdsregionen.

### Patientlöfte och mål

- Erbjudas bästa möjliga hälsofrämjande insatser och välfungerande screeningprogram
- Erbjudas kostnadseffektiv vård

### Metod och åtgärd

RMPO Hälsofrämjande anordnade under hösten 2019 en workshop med kunskapsråd hälsa och rehabilitering med syfte att komma fram till hur RMPO kan samverka för att möta de hälsoutmaningar som finns. På workshopen diskuterades vilka utmaningar som finns för att arbeta hälsofrämjande och förebyggande samt vilka behov RMPO i kunskapsrådet kan lösa tillsammans och vilket stöd RMPO Hälsofrämjande skulle kunna ge. Workshopen banar väg för samarbeten över flera RMPO.

### Konsekvensbeskrivning

Förhoppningen är att en kraftsamling med gemensamma aktiviteter över RMPO-gränserna, kan ge ett förstärkt hälsofrämjande arbete.

### Ansvarsfördelning

RMPO Hälsofrämjande ansvarar för att initiera och leda arbetet kring workshopen. Varje RMPO har ansvar i den samverkan som sedan uppstår samt att inom sitt RMPO arbeta hälsofrämjande.

## Samverkan inom RMPO Hälsofrämjande

Utöver vad som redan beskrivits under respektive förbättringsområde finns också nedan samverkan.

### Nationell nivå

På nationell nivå finns också ett arbete för att hitta samverkan för att arbeta hälsofrämjande över gränserna. Arbetet på RMPO-nivå speglar det nationella arbetet. RMPO följer också utvecklingen inom aktuella nationella satsningar.

### Sjukvårdsregional nivå

Samarbete i kunskapsrådet hälsa och rehabilitering inom Sydöstra sjukvårdsregionen.