

RPO Hälsöfrämjande
Maria Elgstrand
Ordförande

2021-11-22

1(7)

Handlingsplan 2022 för RPO Hälsöfrämjande

Bemanning: Östergötland: Maria Elgstrand, ordförande, Anna Linders, processtöd, Mats Lowén; Jönköping: Annette Frisk, Catarina Sahlman, Sofia Dahlin, NPO-representant; Kalmar: Anna Soltorp, Marie Tigerryd.

Mötesstruktur: Sex träffar per år där fem stycken är via digitalt mötesforum och ett är fysiskt med fokus på planering och uppstart inför kommande år.

RPO Hälsöfrämjande har tre RAG i dagsläget – en kring tobak, en som arbetar med alkohol- och rökfri inför operation och en kring Hälsan spelar roll. Fler RAG bildas vid behov.

År 2021 präglades av Covid-19-pandemin och stora omprioriteringar fick göras. Vård som kan anstå pausades och i det inkluderades delar av det hälsofrämjande- och sjukdomsförebyggande arbetet.

Pandemin har skapat en allvarlig samhällskris med stora konsekvenser för liv och hälsa. Den har även belyst hur skillnader i människors livsvillkor och sårbarhet påverkar risken för insjuknande i Covid-19. Samhällskriser drabbar oftast redan utsatta grupper hårdast och de grupper som drabbats värst av Covid-19 är samma grupper som hade störst risk för ohälsa redan före pandemin. Pandemin riskerar därför att öka ojämlikheten i hälsa.

Pandemin har även visat på vikten av goda levnadsvanor för att förebygga och klara av insjuknande i Covid-19. Att det hälsofrämjande- och sjukdomsförebyggande arbetet nedprioriterats då vården har varit hårt pressad har därför varit extra utmanade. Men det har också öppnat upp andra möjligheter. Den digitala mognaden har ökat och efterfrågan på digitala tjänster är stor. Här har det skapats möjligheter även inom det hälsofrämjande- och sjukdomsförebyggande området. Befolkningen i Sydöstra sjukvårdsregionen kan numera få tobaksavvänjning digitalt via Tobakshjälpen. Det pågår också ett utvecklingsarbete kring digitalisering av hälsosamtalen.

Den demografiska utvecklingen med en allt högre andel äldre i befolkningen och en ökande kompetens- och resursbrist, visar tydligt på de kommande utmaningarna som så väl samhället som hälso- och sjukvården står inför.

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.



Vardagsliv

Stöd för kropp
och själ

Primär-
vård

Specialiserad
vård



Hälsa och livskvalitet
i vardagen

Vård hemma

Vård utanför
sjukhus

Vård på
sjukhus

Fokusområden 2022

- Implementera och utveckla riktade hälsosamtal i sjukvårdsregionen
- Gemensam uppföljning av vårdriktlinje för alkoholfrihet och tobaksfrihet innan och efter planerad kirurgi
- Implementering av nytt vårdprogram levnadsvanor
- Gemensamma utbildningsinsatser
- Hälsan spelar roll

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 planerar att starta under första kvartalet 2022. 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 hälsofrämjande insatser och välfungerande screeningprogram
- Erbjudas kostnadseffektiv vård

Metod och åtgärd

En gemensam grund för riktade hälsosamtal som inkluderar digitala arbetssätt och levnadsvaneprogram inom plattformen för stöd och behandling i Sydöstrasjukvårdsregionen.

Konsekvensbeskrivning

Ett effektivt hälsofrämjande arbete på befolkningsnivå med hjälp av Riktade hälsosamtal har visat sig påverka folkhälsan i positiv riktning. Digitala arbetssätt har potential att ge mer effekt av arbetet.

Ansvarsfördelning

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

Uppföljning

RPO Hälsofrämjande avser att följa upp arbetet per år.

Utvärdering

Utvärdering sker i respektive län.

Gemensam uppföljning av vårdriktlinje för alkoholfrihet och tobaksfrihet innan och efter planerad kirurgi

Motivering – behov och syfte

Ett gemensamt informationsmaterial och vårdriktlinje för alkoholfrihet och tobaksfrihet innan och efter planerad kirurgi har implementerats i alla tre länen. Under 2022 ska en gemensam uppföljning göras.

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.

Komplikationer som kan tillstöta 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.

Patientlöfte och mål

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

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

Konsekvensbeskrivning

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.

Ansvarsfördelning

Den regionala arbetsgrupp där Region Jönköping är sammankallande håller samman arbetet med uppföljningen. I arbetsgruppen finns strateger och kommunikatörer från respektive län.

Uppföljning

RPO Hälsöfrämjande stämmer löpande av pågående arbete med uppföljningen under 2022. I respektive region planeras att ta ut data från journalsystemet för att undersöka hur vårdprogrammet används.

Utvärdering

Under och efter genomförd uppföljning summeras erfarenheter, framgångsfaktorer och hinder.

Implementering av nytt vårdprogram levnadsvanor

Motivering – behov och syfte

Ohälsosamma levnadsvanor är en betydande orsak till ohälsa och sjukdom och hälso- och sjukvården har en betydande roll i att erbjuda patienter stöd till förbättrade levnadsvanor. Utvärderingar visar dock att många patienter inte erbjuds det stöd de behöver och vill ha. Sedan 2011 (reviderade 2018) finns nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor och i januari 2022 publiceras nationellt vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor – prevention och behandling. Detta kommer sedan följas av ett vårdförlopp. Principiellt anger nationella riktlinjer *vad* som bör göras, medan vårdprogrammet ger vägledning *hur* det kan ske. Syftet med vårdprogrammet är därmed att ge vägledning för hur hälso- och sjukvårdens arbete med ohälsosamma levnadsvanor bör ske i det dagliga hälso- och sjukvårdsarbetet.

Patientlöfte och mål

Att arbeta strukturerat med levnadsvanor för prevention och behandling har potential att bidra till måluppfyllelse för samtliga patientlöften.

Målet för RPO hälsöfrämjandes arbete kring detta är ett ändamålsenligt användande av vårdprogrammet i hela sydöstra sjukvårdsregionen.

Metod och åtgärd

Att utforska möjligheterna till gemensam modell för implementeringen samt stödja varandra i arbetet genom exempelvis gemensamt arbetsmaterial och erfarenhetsutbyte.

Konsekvensbeskrivning

Konsekvensen blir en kvalitetssäkring av levnadsvanearbetet inom hälso- och sjukvården.

Ansvarsfördelning

Personer från respektive region som har uppdrag att arbeta med vårdprogrammets användning delger varandra kring arbetets gång.

Uppföljning

Arbetet följs upp och stäms av löpande i samband med RPO-möten under 2022.

Utvärdering

Arbetsgruppen får i uppdrag att ta fram förslag på hur arbetet kan utvärderas.

Gemensamma utbildningsinsatser

Motivering – behov och syfte

För att optimera resurser, samverka på bred front och säkerställa ett jämlikt stöd kring utbildningsinsatser.

Patientlöfte och mål

- 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

Under 2021 har en RAG inom Tobaksområdet startats. Under 2022 kommer även en RAG med fokus på fysisk aktivitet startas. Det pågår också gemensamma utbildningsinsatser för utbildningar i Motiverande samtal och inom arbetet med Hälsosamtal. Utbildningsinsatser planeras och genomförs gemensamt. Metodutveckling och uppföljning lika så.

Konsekvensbeskrivning

Att arbeta gemensamt med utbildningsinsatser förväntas leda till:

- Ökad samverkan
- Optimerar resurser
- Kvalitetssäkrar utbildningsinsatser
- Fler patienter och invånare får möjlighet till stöd kringförändring av levnadsvanor

Ansvarsfördelning

Utsedda personer i respektive län ingår i olika RAG och ansvarar för utbildningsinsatserna.

Uppföljning

- Antal startade utbildningsinsatser
- Antal medarbetare som har genomgått utbildningar
- Antal patienter som har använt sig av Tobakshjälpen
- Uppföljningsmöten med respektive RAG 1-2 gånger/år

Utvärdering

- Kvalitativ utvärdering av deltagare som genomgått utbildningsinsatserna
- Antal som är tobaksfria efter att ha fått ett stöd via Tobakshjälpen

Hälsan spelar roll

Motivering – behov och syfte

Personer med intellektuell funktionsnedsättning eller autism har en sämre hälsa än övriga befolkningen, det gäller inte minst livsstilsrelaterad ohälsa. I grupperna finns en ökad förekomst av fetma, diabetes och högt blodtryck, såväl som ångest och depression. De är också mindre fysiskt aktiva och har mindre hälsosamma matvanor.

”Hälsan spelar roll” erbjuder hälsoinformation och stöd för positiva beteendeförändringar på ett konkret, begripligt och engagerande sätt. Det är en hälsofrämjande intervention, men också en uppskattad och meningsfull aktivitet för både boende och personal inom LSS-verksamhet.

Hälsofrämjande arbete riktat till personer med LSS-insats är en förutsättning för följsamhet till råd om egenvård från primärvården vid till exempel fetma, diabetes och hypertoni. Det är viktigt både att använda befintliga metoder för att främja hälsa och att fortsätta att utveckla metoder och arbetssätt för denna målgrupp. Att arbeta med Hälsan spelar roll är ett gott exempel på riktad stödinsats till en målgrupp med sämre hälsa och sämre förutsättningar för att leva ett hälsosamt liv.

”Hälsan spelar roll” har sitt ursprung i programmet *HealthMatters* (ursprung i USA) som har utvärderats i en randomiserad kontrollerad studie, som visar att programmet hade positiv effekt på deltagarnas upplevelse av psykosocial hälsa, upplevelse av socialt stöd för goda levnadsvanor, tilltro till egen förmåga att träna, kunskaper om fysisk aktivitet samt rörlighet.

Region Stockholm har utvecklat den svenska modellen av ”Hälsan spelar roll” som bedrivits i projektform. På grund av omorganisation överlåter nu regionen programmet till andra intresserade regioner som kan driva arbetet vidare. Region Stockholm ansvarar för att avtal och andra juridiska handlingar finns på plats innan övertagandet av modellen.

Region Kalmar, Östergötland och Jönköping ämnar nu att tillsammans fortsatt härbärgera programmet för att kunna erbjuda detta till länens kommuner och på sikt också bredda nationellt.

Patientlöfte och mål

- vara delaktig och välinformerad genom hela vårdkedjan
- få tillgång till jämlik vård
- erbjudas bästa möjliga hälsofrämjande insatser och välfungerande screeningprogram

Metod och åtgärd

”Hälsan spelar roll” består av en hälsokurs samt två implementeringsstrategier: webbseminarier för blivande kursledare och handledning för kursledare. Kursen genomförs i LSS-verksamheter och inkluderar både teori och praktik.

Interventionen har utvärderats både avseende effekt och process. En signifikant förbättring kunde ses för fysisk aktivitet. Gällande BMI, midjemått, puls, blodtryck, fysisk funktion och kunskap om mat och hälsa visade utvärderingen något mer gynnsamma värden vid den andra mätningen. När det gällde levnadsvanor, tilltro till den egna förmågan att träna samt upplevelse av socialt stöd var utfallsmåtten oförändrade. Resultatet av den kvalitativa studien visade på vikten av att tillsammans hitta vägar för en bättre hälsa.

Konsekvensbeskrivning

Att erbjuda ”Hälsan spelar roll” till kommunernas LSS-verksamheter innebär ett mycket gott och evidensbaserat stöd i kommunernas uppdrag att göra hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande insatser för en utsatt målgrupp. Det bidrar också till ökad samverkan mellan region och kommun och i omställningen till en god och nära vård. Programmet bidrar till en bättre och mer jämlik hälsa hos målgruppen.

Ansvarsfördelning

För att arbeta fram en struktur för övertagande av ”Hälsan spelar roll” finns en regional arbetsgrupp (RAG) där representanter från samtliga regioner deltar. Inledningsvis kommer Region Jönköping från årsskiftet 2021/2022 vara hemvist för Hälsan spelar roll, vilket innebär samordningsansvar för utbildningsinsatser och drift av hemsida. Finansiering sker gemensamt av de tre regionerna via avtal. De tre regionerna samverkar avseende kompetens för att utbilda kursledare och övriga kunskapshöjande insatser samt uppföljning.

Uppföljning

Arbetet med Hälsan spelar roll kommer att följas upp av deltagande kommuner och sammanställas på regionnivå. RPO hälsofrämjande följer löpande uppföljningen av arbetet.

Utvärdering

Fortsatt utvärdering och utveckling av programmet kommer att ske i samverkan med USA där kontakt finns upprättad.

Samverkan

Nationell nivå

RPO Hälsofrämjande får regelbunden information om vad som sker i NPO Levnadsvanor samt har möjlighet att med NPO-representanten skicka upp synpunkter till NPO. På nationell nivå finns ett arbete för att hitta samverkan för att arbeta hälsofrämjande över gränserna. Arbetet på RPO-nivå speglar det nationella arbetet. RPO följer också utvecklingen inom aktuella nationella satsningar. Samarbete sker i sakfrågor vid behov.

Sjukvårdsregional nivå

Inom Sydöstra sjukvårdsregionen sker samarbete inom kunskapsrådet hälsa och rehabilitering. Inom kunskapsrådet finns behov att gemensamt fokusera på ett tema och försöka hitta samverkan kring det.

Förhoppningen är en kraftsamling med gemensamma aktiviteter över RPO-gränserna där även kommunerna är involverade och att detta kan ge ett förstärkt hälsofrämjande arbete. Ett specifikt önskemål är att samverka mer med RPO Primärvård för att gemensamt kraftsamla inom arbetet med nära vård.

Vid behov tas kontakt med andra RPO - exempelvis när RPO Hälsofrämjande ansvarar för remissvar för Sydöstra sjukvårdsregionen tas kontakt med samtliga RPO för möjlighet att lämna synpunkter. Samarbete sker i sakfrågor vid behov.

Inom det egna RPOt är ett löpande arbete att delge varandra om vad som är på gång, att omvärldsspana och sprida information om befolkningens hälsoutveckling, sprida goda exempel och dela med sig av lärdomar.

Regionnivå

Pågående arbeten utifrån fokusområden som berör den regionala nivån.

Kommuner

Kommunsamverkan sker i respektive region. Det har varit svårt att veta på vilken nivå kommunsamverkan inom kunskapsstyrningen ska ske. RPO hälsofrämjande kommer utveckla kommunsamveka inom satsningen med *Hälsan spelar roll*.

Patienter och närstående

Här har RPO-hälsofrämjande ett förbättringsområde. Vi behöver bli bättre på att inkludera patienter och närstående i olika uppdrag och arbeten. Ett första steg kan vara att börja med att vid specifika tillfällen ta med dem i de olika RAG:en. En möjlighet är att samarbeta de Levande bibliotek/ eller motsvarande som finns i de tre regionerna. Det är en resursbank bestående av personer med värdefull erfarenhet av att vara patient eller närstående.

Andra samarbetspartners

- HFS
- SKR
- Folkhälsomyndigheten
- Socialstyrelsen