

## Nationellt vårdprogram levnadsvanor, kortversion

# Inför operation



## UPPMÄRKSAMMA

Personen bör tillfrågas om sina levnadsvanor inför operation, informeras om komplikationsrisker och vilka vinster som kan uppnås med att förändra sina levnadsvanor. *Se respektive kortversion för indikatorfrågor.*

Inled samtal om levnadsvanor inför operation med att be om lov att utforska personens levnadsvanor.

- *Dina levnadsvanor kan ha betydelse för din operation. Är det okej att vi pratar en stund om detta?*

## ÅTGÄRDA

### RÖKNING *KVÅ: Enkla råd - DV111, Rådgivande samtal - DV112, Kvalificerat rådgivande samtal - DV113*

Vid rökning inför operation så avses både sporadisk och daglig rökning.

#### Elektiva operationer

Rökstopp från minst 4 till helst 8 veckor före operation till minst 4 till helst 8 veckor efter operation.

- Kvalificerat rådgivande samtal med erbjudande om tillägg med nikotinläkemedel (prioritet 1)
- Rådgivande eller kvalificerat rådgivande samtal med tillägg av läkemedel för rökavvänjning (vareniklin) (prioritet 2)

#### Akuta operationer

Omedelbart rökstopp vid första patientkontakt fram till 6 veckor efter operation.

- Omedelbart rökstopp med erbjudande om tillägg av nikotinläkemedel

*Efter operation:*

- Kvalificerat rådgivande samtal med erbjudande om tillägg med nikotinläkemedel (prioritet 1)
- Rådgivande eller kvalificerat rådgivande samtal med tillägg av läkemedel för rökavvänjning (vareniklin) (prioritet 2)

### ALKOHOL *KVÅ: Enkla råd - DV121, Rådgivande samtal - DV122, Kvalificerat rådgivande samtal - DV123*

Alkoholuppehåll rekommenderas fyra veckor före och en tid efter operation, tills sårsläkning och gott allmäntillstånd uppnåtts. Avser alla patienter som ska genomgå en operation.

#### Vid riskbruk av alkohol

- Rådgivande samtal (prioritet 3)
- Kvalificerat rådgivande samtal (prioritet 6)

#### Vid riskbruk av alkohol med utvecklat beroende

- Kvalificerat rådgivande samtal med eventuellt tillägg av alkoholläkemedel

#### Vid alkoholbruk under riskbruksgräns

- Rekommendation om alkoholuppehåll fyra veckor före operation och en tid efter operation

## FYSISK AKTIVITET *KVÅ: Enkla råd - DV131, Rådgivande samtal - DV132, Kvalificerat rådg. samtal - DV133, FaR - DV200*

Erbjud stöd till optimering av fysisk prestationsförmåga när det är kliniskt relevant, i alla delar av vårdkedjan.

### Vid låg prestationsförmåga och/eller uttalat låg fysisk aktivitetsnivå

- Identifiera som riskpatient med fördröjd postoperativ återhämtning och komplikationer
- Ta ställning till lämplig åtgärd utifrån patientens övriga riskfaktorer och vilken typ av operation som planeras

### Om operationen förväntas ske långt fram i tiden (samtliga patienter)

- Ge råd om fysisk aktivitet motsvarande allmänna rekommendationer om minst 150 aktivitetsminuter på måttlig intensitet i veckan
- För patienter med otillräcklig fysisk aktivitet bör ett rådgivande samtal erbjudas, med eller utan tillägg av FaR (Fysisk aktivitet på Recept)

## MATVANOR/NUTRITION *KVÅ: Enkla råd - DV141, Rådgivande samtal - DV142, Kvalificerat rådg. samtal - DV143*

Uppmärksamma risk för undernäring/fetma och ohälsosamma matvanor inför omfattande kirurgi och erbjud åtgärder för minskad komplikationsrisk.

**Vid undernäring eller risk för undernäring** – om det kan ske utan rimlig fördröjning bör bedömning och kostbehandling utföras av dietist, annars i samråd med eller enligt riktlinjer från dietist.

- Allvarlig risk föreligger vid ofrivillig viktnedgång 10-15 % senaste 6 mån, BMI <18,5, serumalbumin <30 g/l, eller enligt bedömning med validerat screeninginstrument.
- Erbjud kostbehandling minst 7–10 dagar före operation (6 veckor vid tidigare operationskomplikation eller vid allvarlig risk för undernäring).

**Vid fetma (BMI ≥30)** - vid rekommendation om viktnedgång, säkerställ god nutritionsstatus och bibehållen muskelmassa. Screena för diabetes typ 2.

### Remitterande enhet

- Uppmärksamma levnadsvanor och dokumentera i patientjournalen.
- Initiera stöd och behandling om behov föreligger och registrera KVÅ-koder.
- Uppmana patienten att besvara hälsodeklaration operation inför sitt besök i specialistvården, exempelvis digital hälsodeklaration (eHD) via 1177 eller motsvarande.
- I remissen till specialistvården bör levnadsvanestatus framgå, samt vilken behandling som eventuellt erbjudits och påbörjats.

### Opererande enhet

- Uppmärksamma levnadsvanor och dokumentera i patientjournalen.
- Initiera stöd och behandling om behov föreligger och om detta inte skett tidigare, exempelvis remittera till tobaksavvänjare och/eller alkoholbehandlare i primärvården.
- Registrera KVÅ-koder.
- Uppmana patienten att besvara hälsodeklaration operation om detta inte skett tidigare, exempelvis digital hälsodeklaration (eHD) via 1177 eller motsvarande.

## FÖLJ UPP

Samtliga åtgärder följs upp i enlighet med rekommendation i respektive avsnitt av nationellt vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor – prevention och behandling.

### Källor till ytterligare information

[www.1177.se](http://www.1177.se) | Levnadsvanor i samband med operation  
[www.sls.se](http://www.sls.se) | Stark för kirurgi – stark för livet

På Region Örebro läns vårdgivarwebb finns material med information och stöd till dig som träffar patienter som behöver ändra sina levnadsvanor.

<https://vardgivare.regionorebrolan.se/sv/vardriktlinjer-och-kunskapsstod/levnadsvanor/>

**Nationellt system  
för kunskapsstyrning  
Hälso- och sjukvård**

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN