

## Koordinator levnadsvanor - uppdragsbeskrivning

### Bakgrund och syfte

Tobaksbruk, riskbruk av alkohol, otillräcklig fysisk aktivitet och ohälsosamma matvanor är de fyra levnadsvanor som bidrar mest till den samlade sjukdomsburden i Sverige. Dessa levnadsvanor utgör viktiga riskfaktorer för många av vår tids stora folksjukdomar, som till exempel hjärt-kärlsjukdom, cancer och typ 2-diabetes. Hälso- och sjukvården har därför ett särskilt ansvar att arbeta med hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande åtgärder för riskgrupper och stödja individens förmåga att ta ansvar för sin hälsa. Inte minst gäller detta vid redan utvecklade sjukdomstillstånd där förändrade levnadsvanor kan ha stor inverkan på fortsatt förlopp.

I den nationella riktlinjen Prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor har riskgrupper identifierats där de rekommenderade åtgärderna hög prioritet (1-3) och bedöms därmed vara åtgärder som bör prioriteras och utföras i Hälso- och sjukvården. Riskgrupper som särskilt behöver uppmärksammas är t ex vuxna med diabetes, astma, KOL, cancer, hjärt-kärlsjukdom, långvarig smärta, schizofreni eller depression. Andra riskgrupper som nämns är personer med fysisk, psykisk eller kognitiv funktionsnedsättning, social sårbarhet, biologiska riskmarkörer, barn och unga under 18 år, vuxna som ska genomgå operation samt gravida.

Ett hälsofrämjande förhållningssätt innebär att informera, stödja och motivera individer att ta ett eget ansvar för sin hälsa så att de vid behov har redskap för att förbättra den. Sjukdomsförebyggande insatser innebär att levnadsvanefrågor integreras i de riktade insatser som vården ger för att förebygga och behandla sjukdom.

Syftet med koordinator för levnadsvanor på arbetsplatsen är att stimulera till och vara en resurs för att främja arbete med levnadsvanor riktat till patienter i riskgrupper samt att stötta kollegor i arbetet med detta.

### Mål

Patienter tillfrågas om och blir erbjudna rekommenderade insatser gällande levnadsvanor vid kontakt med hälso- och sjukvården. Insatserna följs upp via klassificering av vårdåtgärder (KVÅ) och innefattar olika nivåer av rådgivning samt eventuella tillägg som till exempel dagböcker, aktivitetsmätare och Fysisk aktivitet på Recept.

### Uppdrag

#### I uppdraget ingår att på arbetsplatsen:

- vara kunskapsbärare gällande vikten av hälsosamma levnadsvanor både som prevention och sjukdomsbehandling
- främja att insatser för hälsosamma levnadsvanor systematiskt integreras i vårdprocesser och patientkontakter och ges samma status som övrig vård och behandling
- stötta kollegor i arbetet med att erbjuda insatser vad gäller levnadsvanor
- vad gäller fysisk aktivitet vara kontaktperson till RF-SISU:s folkhälsosamordnare.

## Vårdcentralchefens/enhetschefens ansvar

Vårdcentralchefens/enhetschefens ansvar är att:

- utse koordinator/er utifrån arbetsplatsens behov (en person för alla levnadsvanor eller en person per levnadsvana) och tillse att dessa har förutsättningar, befogenheter och kompetens att utföra uppdraget
- följa upp förutsättningar för uppdraget och resultat minst en gång per år i medarbetarsamtalet samt erbjuda stöd utifrån koordinators behov
- regelbundet följa resultat och initiera förbättringsarbete samt redovisa resultat till medarbetarna och vid verksamhetsuppföljning.

## Utbildning och nätverk

Som koordinator bör man gå Region Örebro läns utbildningar i respektive levnadsvana och Motiverande samtal om inte likvärdig kompetens redan innehas. Som stöd i arbetet erbjuds nätverksträffar 1-2 gånger per år/levnadsvana för fördjupning av kunskap och arbetsätt samt samverkan. Gemensamma nätverksträffar för samtliga levnadsvanor kan bli aktuella. Utöver detta kan föreläsningar komma att erbjudas.

## Uppföljning av mål

Liksom övriga mål för hälso- och sjukvården i Region Örebro läns verksamhetsplan återkopplas resultat till medarbetarna och verksamhet-/områdesledning. Övergripande resultat följs i hälso-sjukvårdens ledningsgrupp.

Koordinator för:

- Alkohol
- Fysisk aktivitet
- Matvanor
- Tobak

---

Ort och datum

---

Underskrift koordinator

---

Underskrift vårdcentralchef/enhetschef