



## Motion för folkhälsa

### Sjukdomsförebyggande verksamhet i hela länet

Den bästa vården är den som hindrar människor från att bli sjuka över huvud taget. Det sjukdomsförebyggande arbetet är otroligt viktigt: globalt uppskattar WHO att 80% av världens kranskärslssjukdomar och strokes, samt 30% av världens cancer kan förebyggas. Även i rika och hälsosamma länder kan en hel del uppnås. I Storbritannien uppskattar Kingsfund (en tankesmedja för vårdfrågor) att varje pund investerat i anti-rökningsprogram sparar 15 pund i vårdkostnader, träningsprogram kan ge upp till 23 pund i besparingar per investerat pund. På Malmö stads kulturförvaltning drevs ett förebyggande projekt med företaget Feelgood, som beräknades ha gett tillbaka 2.8 kronor per investerad krona, bara i ökad produktivitet och minskad sjukfrånvaro.

Tyvärr är det svårt att nå ut med den sjukdomsförebyggande vården. För att förbättra det sjukdomsförebyggande arbetet så bör landstinget länka ihop sig med civilsamhället, som når många fler, även de som bor på landsbygd eller av andra skäl befinner sig långt bort från vården.

Socialstyrelsen lyfter fyra områden där vården kan göra ett större förebyggande jobb: tobaksbruk, riskbruk av alkohol, otillräcklig fysisk aktivitet och ohälsosamma matvanor. De åtgärder som föreslås är olika former av hälsosamtal med personer i riskgrupper. Just hälsosamtal eller information med liknande funktion borde kunna genomföras även av andra organisationer än vården, i samverkan med vårdpersonal. En typ av organisationer som finns över hela länet, är engagerade i folkbildning och har verksamhet i samtalsliknande former är studieförbunden. Dessa vore lämpliga att använda i det sjukdomsförebyggande arbetet.

### Studieförbundens arbete

Studieförbunden kan göra flera saker som är snarlika de insatser socialstyrelsen föreslår och en del sådan verksamhet sker redan. Studiecirklar kan föras i hur man lever hälsosamt, inklusive matlagningsskolor, hälsosam konsumtion och utbildningar om olika hälsofaror och okända risker i vardagen. Med hjälp av vårdpersonal kan de också sprida kunskap om hur hälsa fungerar, t.ex. om träning eller kunskap om beroende. De kan ha cirklar om hur man hanterar existerande hälsoproblem och hur man undviker stress. De har vidare även möjligheten att lyfta saker som ligger en bit utanför det sjukdomsförebyggande arbetet men som gynnar egen eller andras hälsa, så som samtal om att leva med sjuka närstående, hantera akuta skador eller vart i vården man bör vända sig med olika slags problem.

Socialstyrelsens föreslagna åtgärder, enligt de nationella riktlinjerna för sjukdomsförebyggande metoder är olika former av rådgivning och samtal. Dessa delas in i tre nivåer: enkla råd, rådgivande samtal och kvalificerade rådgivande samtal (se bilaga). Den typ av information och hälsoråd som omfattas under "enkla råd" är av ett sådant slag att de borde kunna förmedlas i föreläsnings- eller studiecirkelliknande format utan problem, i vården så rör det sig oftast om personliga samtal kortare än 5 minuter. Även innehållet i rådgivande samtal borde gå att passa in väl i studieförbundens typ av verksamhet, förutsatt att de lyfter in hälso- och sjukvårdspersonal. Först de avancerade rådgivande samtalen har ett innehåll som är uppenbart bortom studieförbundens verksamhet.

Att integrera studieförbunden i det sjukdomsförebyggande arbetet skulle inte bara ge landstinget en förlängd hälsoarm ut i länet. Det skulle också öppna en kommunikationskanal mellan landstinget och länets invånare. Det skulle dels ge landstinget en större möjlighet att sända ut sina medarbetare för att prata hälsa med medborgare, men det skulle också kunna verka åt andra hållet – studieförbunden kan uppmuntra människor med behov att söka upp vården i rätt tid, och på rätt nivå.



## Motion för folkhälsa

### Projektmodellen

För att ta tillvara på den sjukdomsförebyggande potential som civilsamhället och studieförbunden har så bör landstinget påbörja ett försöksarbete. Detta arbete bör riktas mot grupper i samhället med stor risk för ohälsa och som är mindre benägna att sätta sig i kontakt med vården. Det kan handla om migranter, långtidsarbetslösa, unga utan fullgjorda gymnasiestudier, unga som söker sig till barn och ungdomshälsa med begynnande ohälsoproblem etc. Det kan också vara så att man fokuserar på någon av de kommuner i länet med högst ohälsotal och skapar nya lösningar där. Studieförbunden bör få hjälp att utveckla sina verksamheter, genom dialog med vården, men därefter bör detaljstyrning undvikas. Det sker enklast genom att varje studieförbund kan få en maxsumma för varje projekt, kravet på projektet ska vara att det är en ny lösning med innehåll som inte utförs idag och med nya vägar för att nå ut och med ett fokus enligt det som beskrivits ovan. Försöksprojektet bör till en början begränsas till en treårsperiod och under projektets gång bör studieförbunden löpande samla in information om deltagarnas hälsa och hälsobeteenden, för att förenkla utvärdering av projektets effekter på deras hälsa.

### Centerpartiets landstingsgrupp föreslår landstingsfullmäktige besluta

Att i samverkan med studieförbunden i Blekinge län utveckla ett förstärkt hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbete.

Att under 3 år driva ett försöksprojekt där studieförbunden får hjälp att genomföra nya aktiviteter och projekt som syftar att främja folkhälsan i länet i enlighet med innehållet i motionen.

Att genom studieförbunden öka hälsomedvetandet i länet och nå ut till nya grupper.

Lars Karlsson

Gruppledare för centerpartiets landstingsgrupp Blekinge. (c)



## Motion för folkhälsa

Bilaga 1

**Tabell 1. Socialstyrelsens tre åtgärdsnivåer för sjukdomsförebyggande metoder**

Åtgärdsnivå	Beskrivning	Omfattning i tid
Enkla råd	<ul style="list-style-type: none"><li>• Information och korta, standardiserade råd och rekommendationer om levnadsvanor (inte detsamma som att ställa frågor om levnadsvanor).</li><li>• Ev. komplettering med skriftlig information.</li></ul>	Vanligtvis kortare än 5 minuter.
Rådgivande samtal	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dialog mellan hälso- och sjukvårdspersonal och patient.</li><li>• Anpassning till den specifika personens ålder, hälsa, risknivåer m.m.</li><li>• Ev. komplettering med olika verktyg och hjälpmedel.</li></ul>	Vanligtvis 10–15 minuter, ibland upp till 30 minuter. Konsultationen sker ibland vid upprepade tillfällen
Kvalificerat rådgivande samtal	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dialog mellan hälso- och sjukvårdspersonal och patient.</li><li>• Anpassning till den specifika personens ålder, hälsa, risknivåer m.m.</li><li>• Eventuell komplettering med olika verktyg och hjälpmedel.</li><li>• Vanligen teoribaserat eller strukturerat, t.ex.<ul style="list-style-type: none"><li>- Social learning theory/Social cognitive theory</li><li>- Health belief model</li><li>- Theory of planned behavior</li><li>- Stages of change/Transtheoretical model</li><li>- Motiverande samtal (MI)</li><li>- Kognitiv beteendeterapi (KBT)</li><li>- Åtgärd med komponenter från flera teorier</li></ul></li><li>• Personal med utbildning i den metod som används.</li></ul>	Ofta längre än rådgivande samtal. Konsultationen sker i regel vid upprepade tillfällen