

# Hälsoinformatörer i Region Sörmland

Arja Leppänen, Strateg och Cancerpreventionssamordnare, Välfärd och Folkhälsa  
RAG Cancerprevention, LPO Cancer och LPO Levnadsvanor  
20211202

---

## Jämlik hälsa på individens nivå

- "Gör jämlikt – gör skillnad" - innebär att inte fokusera på lika till alla, utan på att göra skillnad, på att se människors olika förutsättningar.
- Alla ska erbjudas generella insatser men de ska vara anpassade och utformade så att de bättre motsvarar olika människors och grupper behov.



# Exempel på ojämlikheter enl. Socialstyrelsen:

## ➤ **Levnadsvanor**

- Personer med längre utbildning **äter mer hälsosamt** än personer med kortare utbildning.
- De med eftergymnasial utbildning är mer **fysiskt aktiva** jämfört med dem som har gymnasial eller förgymnasial utbildning, för både kvinnor och män.

## ➤ **Bättre överlevnad med eftergymnasial utbildning oavsett cancerform**

## ➤ **Socioekonomiska skillnader**

- Skillnaden i **5-årsöverlevnad efter en cancerdiagnos**, mellan patienter i den högsta respektive lägsta socioekonomiska gruppen i Sverige är över 10 procent.

## ➤ **Hörsamhet för kallelse till screening**

- Kvinnor med utomnordisk bakgrund uteblir dubbelt så ofta från **mammografiscreening** som svenskfödda kvinnor



# Nationell cancer- preventionsplan

2020-2022

På uppdrag av Regionala cancercentrum i samverkan (RCC i samverkan) har den Nationella arbetsgruppen för cancerprevention (NAG cancerprevention) tagit fram en plan för det preventiva arbetet inom Regionala cancercentrum.



REGIONALA  
CANCERCENTRUM  
I SAMVERKAN

# Cancerplan 2022-24

Utvecklingsplan för cancervården inom  
Sjukvårdsregion Mellansverige

SJUKVÅRDSREGION  
Mellansverige



REGIONALT  
CANCERCENTRUM  
MELLANSVERIGE

# Sjukvårdsregional handlingsplan cancerprevention 2021 och framåt för Sjukvårdsregion Mellansverige

# Goda vanor för ett friskare liv - Hälsoinformatörer

- Pilotprojekt, hösten 2015 – våren 2016, i samarbete med Botkyrka kommun
- Jämställdhetspriset 2018
- Hälsoinformatörer i flera regioner .
- Region Sörmland: 182 utbildade hälsoinformatörer sedan april 2019
  
- **Mål och syfte**
  - Ökad kunskap om levnadsvanor och cancerscreening i en mångkulturell population
  - Ökat deltagande i cancerscreening
  - Information om Covid19, (smittspridning, testning, vaccin)
  - Öka möjligheten för HI att komma in på arbetsmarknaden





# Hälsöinformatörer

- **Vem**

- Olika kulturell bakgrund och alla åldrar
- Flerspråkiga
- Medlem i aktiv förening/nätverk/moské/kyrka/ungdomsklubb

- **Varför**

- Bor och känner området/kommunen
- Informera på sitt eget språk i närmiljö och föreningar
- När fram med information och dialog där vi annars har svårt att skapa kontakt

- **Utbildning**

- **Grundutbildning, temautbildning** inom levnadsvanor, screening, cancerprevention, metodiska samtal, patienträttigheter, vaccinering, etc.

- **Arvoderat uppdrag**

---



# Informationsmaterial på 12 olika språk

Baserat på European Code Against Cancer

RCC Mellansverige Cancerpreventionsplan

Rök inte och undvik  
tobak



Njut av solen, men  
bränn dig inte



Ha en hälsosam  
kroppsvikt



Gå på screening när  
du kallas!

Var fysiskt aktiv



- Tarmcancer

(män och kvinnor)



Ät hälsosam och  
varierad mat

- Bröstcancer och livmoder-  
halscancer (kvinnor)

Undvik alkohol  
i alla former

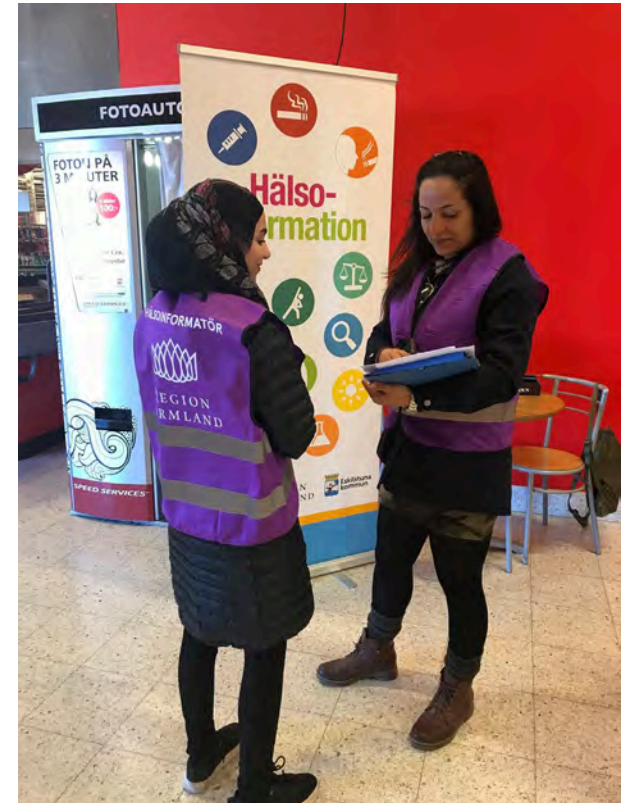


Vaccinera dig mot  
HPV



# Information som når fram

- Strategiska platser i områden där vi vet att vi har svårt att nå ut med information
- Trossamfund
- Skolor, förskola, föreningar, kvinnogrupper
- Mötesplatser, t.ex. bibliotek
- Informationsträffar
- SFI, ABF, Studieförbundet
- Köpcentrum
- Deltar på kommunala aktiviteter
- VC, MVC, BVC



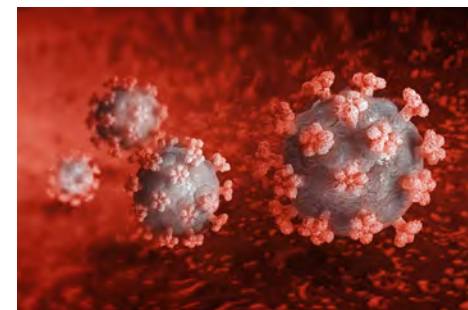


# Hälsoinformatörernas uppdrag under corona-pandemin:

- Hälsainformatörerna pratar **25 olika språk**
- **Informationsmaterial** på olika språk
- Uppdrag i **samtliga kommuner**
- Utfört **över 20 000 timmar** uppdrag

## Informations/utbildningsträffar för hälsainformatörer som arrangeras av kommunikationsenheten

- Varannan vecka
- Senaste nytt
- Ofta med läkare/smittskydd




## Webbsändningar



kunskapstorget / Träff med smittskyddsläkare i Sörmland och Emilla Gillström från region Sörmland



 Nu kan vi hjälpa dig på fler språk i bokningstelefonen för vaccination mot covid-19!



- Provtagningsstationer
- Bokningstelefonen
  - Arabiska
  - Engelska
  - Finska
  - Somaliska
- Vaccinationsmottagning
- Drop-in – vaccination
- Skolor, SFI, kyrkor, moskéer, föreningar....

## Youtube, Region Sörmlands kanal



- Spelat in **informationsfilm** om smittspridning och testning för regionen

# Resultat

- Hälsoinformatörerna når fram med information och dialog där vi annars har svårt att skapa kontakt.
- **Hälsoinformatörernas lokala tillhörighet, information på modersmål och kulturkännedom är avgörande.**
- Deltagare/åhörare rapporterat om livsstilsändringar
- Ökat deltagande i screening
- ❖ Hälsoinformatörer har fått arbete med HI-uppdraget som referens
- ❖ Ta makt över sitt liv så man blir anställningsbar!



## Lyckat!!

Några framgångsfaktorer enligt kommuner med verksamma hälsoinformatörer:

- **Tilltro till den egna förmågan**
  - makt att påverka sitt eget liv: egenmakt
  - och samhällsutvecklingen
- **Känsla av sammanhang**
  - mening, begriplighet och hanterbarhet
- **Socialt stöd**
- **Social sammanhållning**
- **Tillit till andra människor & institutioner**
- **Framtidstro**
- **Integration**
- **Insteg till arbetsmarknad**



# Uppföljning och utvärdering

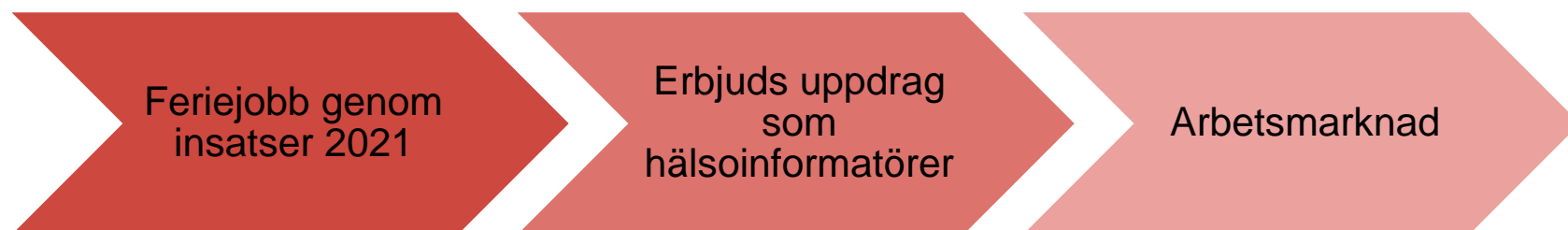
- Samverkan med Mälardalens Högskola, Akademin för Hälsa, Vård och Välfärd.
- Uppföljning för varje kommun med samverkansavtal efter ett år.
- Punktmätningar före uppstart och ett år senare.
- Gemensamma indikatorer för alla kommuner:
  1. Deltagandet i mammografi på postnummernivå
  2. Deltagandet i cellprovtagning på postnummernivå
  3. Deltagandet i HPV-vaccination inom Elevhälsan.
  4. Antalet första kontakter med tobaksavvänjare på VC



# Framtid

- HI-grupper:
  - **Mångkulturella**
    - Språk, kultur
  - **Unga**
    - Öka kunskap bland barn/ungdom om levnadsvanor

## Ökad möjlighet att komma in på arbetsmarknad:





Hälsainformatör



# Tack





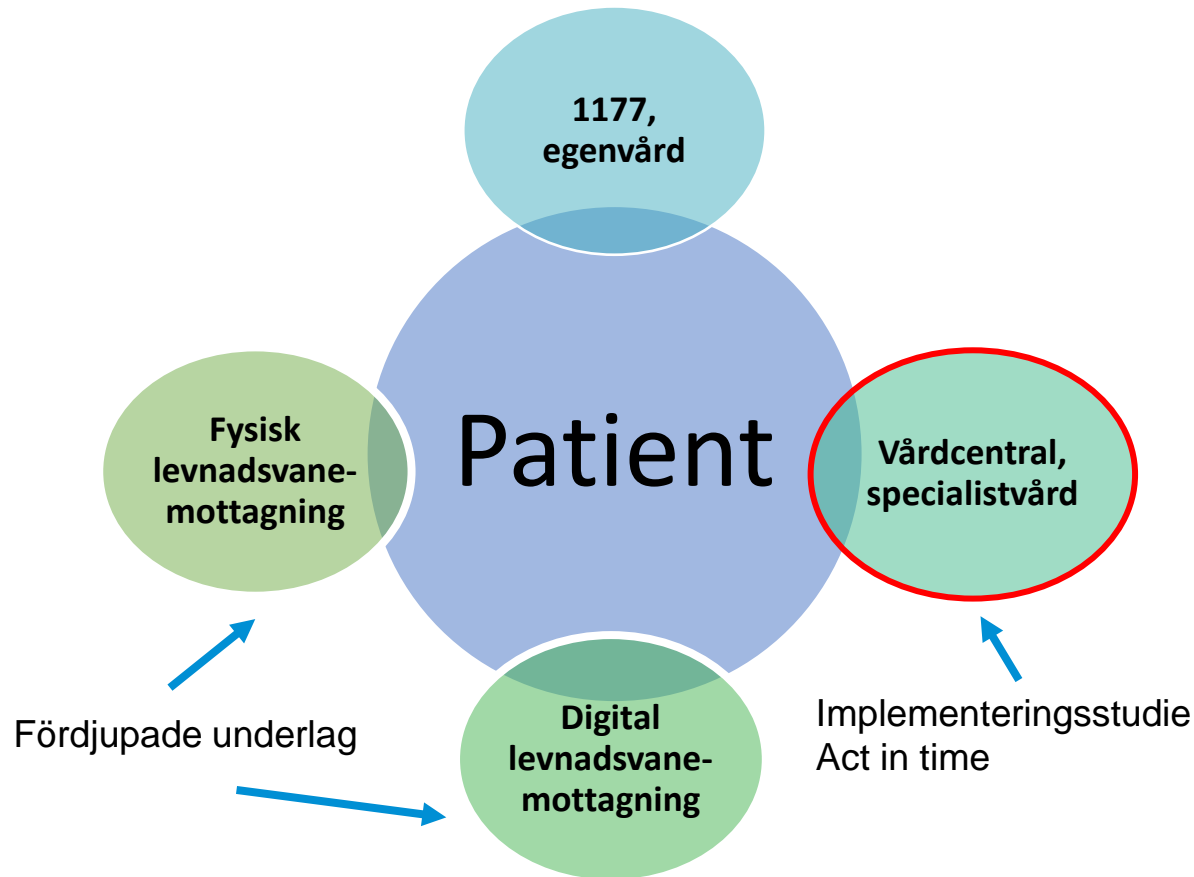
# **Implementeringsstudie Act in time**

**Kerstin Angergård, verksamhetsutvecklare  
Utvecklingsenheten, HS verksamhets- och  
ledningsstöd, Region Örebro län**

# Inriktningsbeslut om basplatta för hälsofrämjande arbete

I syfte att skapa en mer jämlik vård och bättre hälsa för medborgarna har ett inriktningsbeslut tagits om att fortsätta arbetet med basplattan för hälsofrämjande arbete.

Målet med basplattan är att skapa en överensstämmelse i åtgärder vid ohälsosamma levnadsvanor.



# Implementering av hälsofrämjande arbetssätt i primärvården – Act in time

- Majoriteten av patienterna på VC har kroniska sjukdomar som skulle kunna undvikas eller fördröjas (hjärt-kärlsjukdom, typ 2-diabetes, demens)
- 3% av HS-budgeten används till förebyggande vård



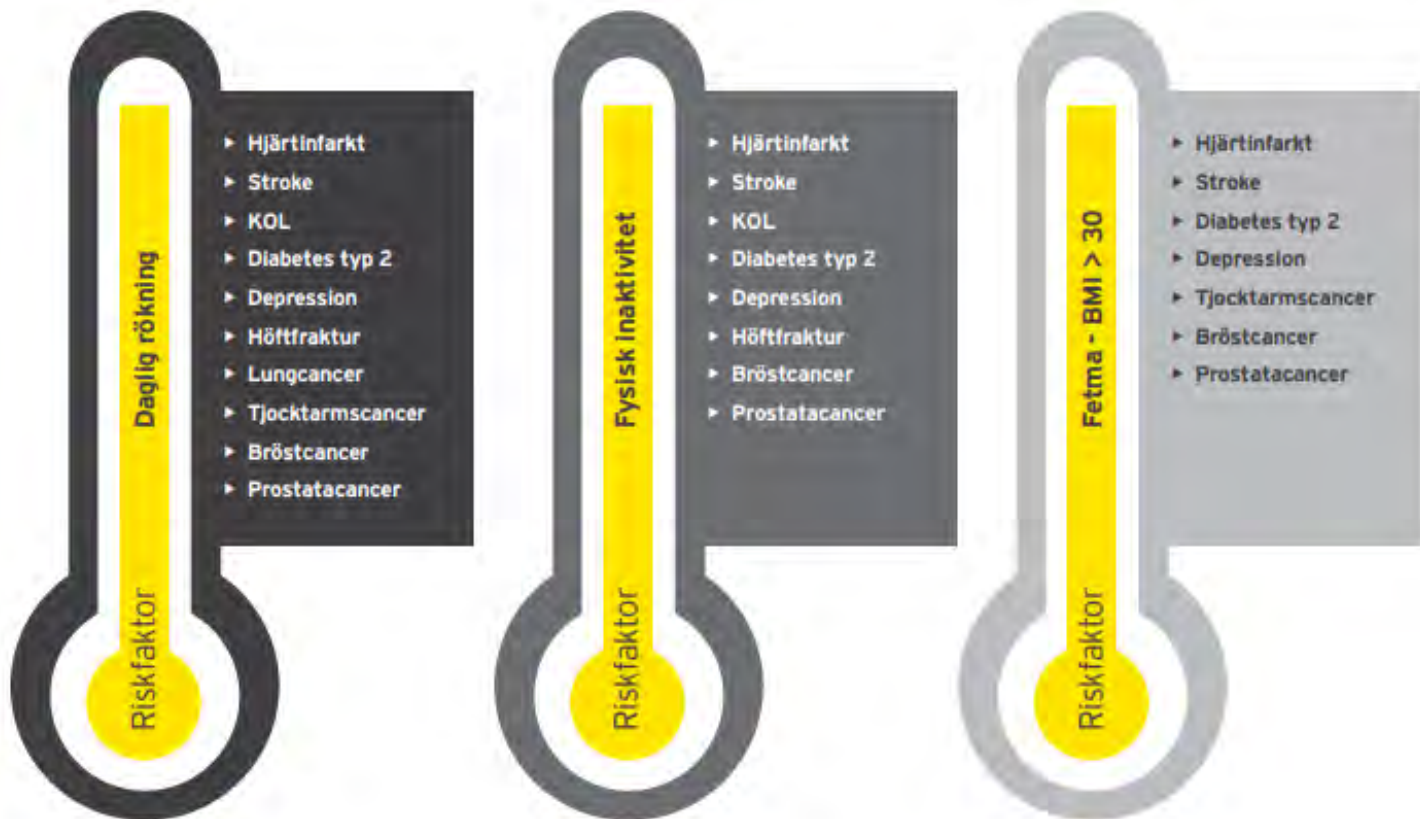
Foto: Håkon Mosvold Larsen/T

## DN DEBATT 6/9

*DN Debatt. "Snål budget till att förebygga ohälsa kan sänka välfärden"*

- Fyra KI-professorer: Det är hög tid att satsa rejält på att förebygga att en stor del av befolkningen drabbas av folksjukdomar.

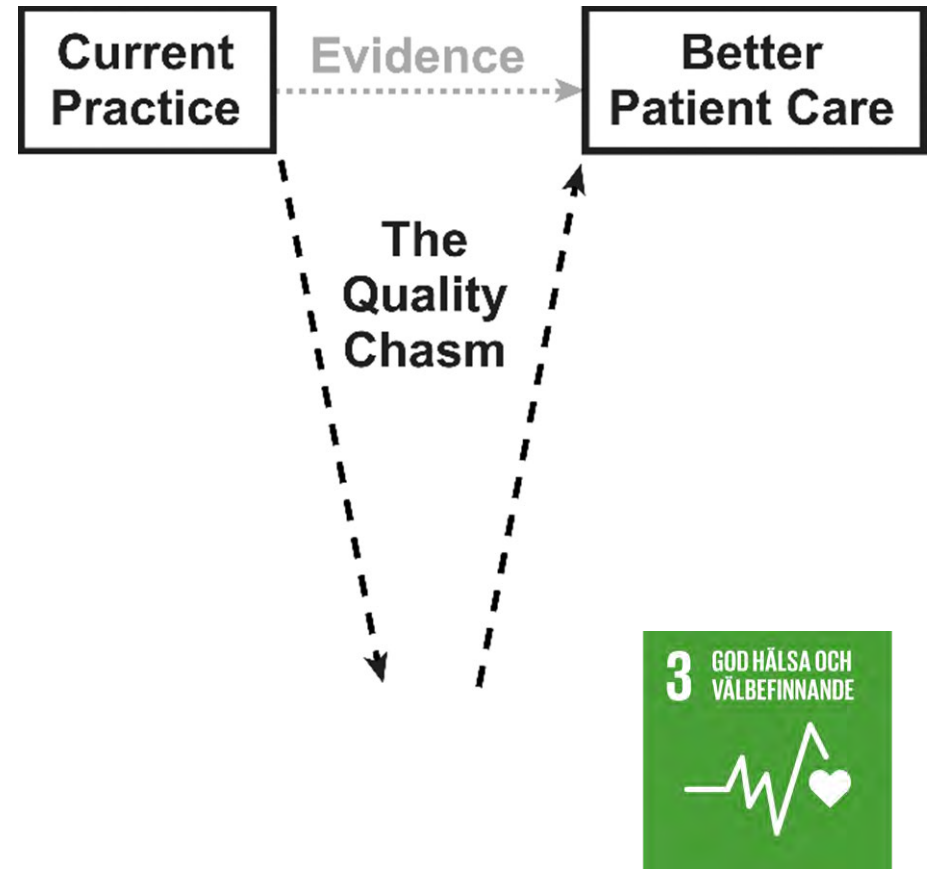
# Relationen mellan riskbeteende och vanliga folksjukdomar





## Syftet med projektet

- .... är att stödja chefer och medarbetare i implementering av ett hälsofrämjande arbetssätt i primärvården
- På så sätt kommer den kunskap som finns till nytta, vilket gör att man kan uppnå en bättre hälsa i befolkningen



# Organisation för att stödja och genomföra förändringen



Verksamhetschefer  
Alla medarbetare på VC



Interna facilitärerare



## Forskargrupp

Ylva Nilsagård, docent UFC

Emma Nilsing Strid, Med dr, UFC

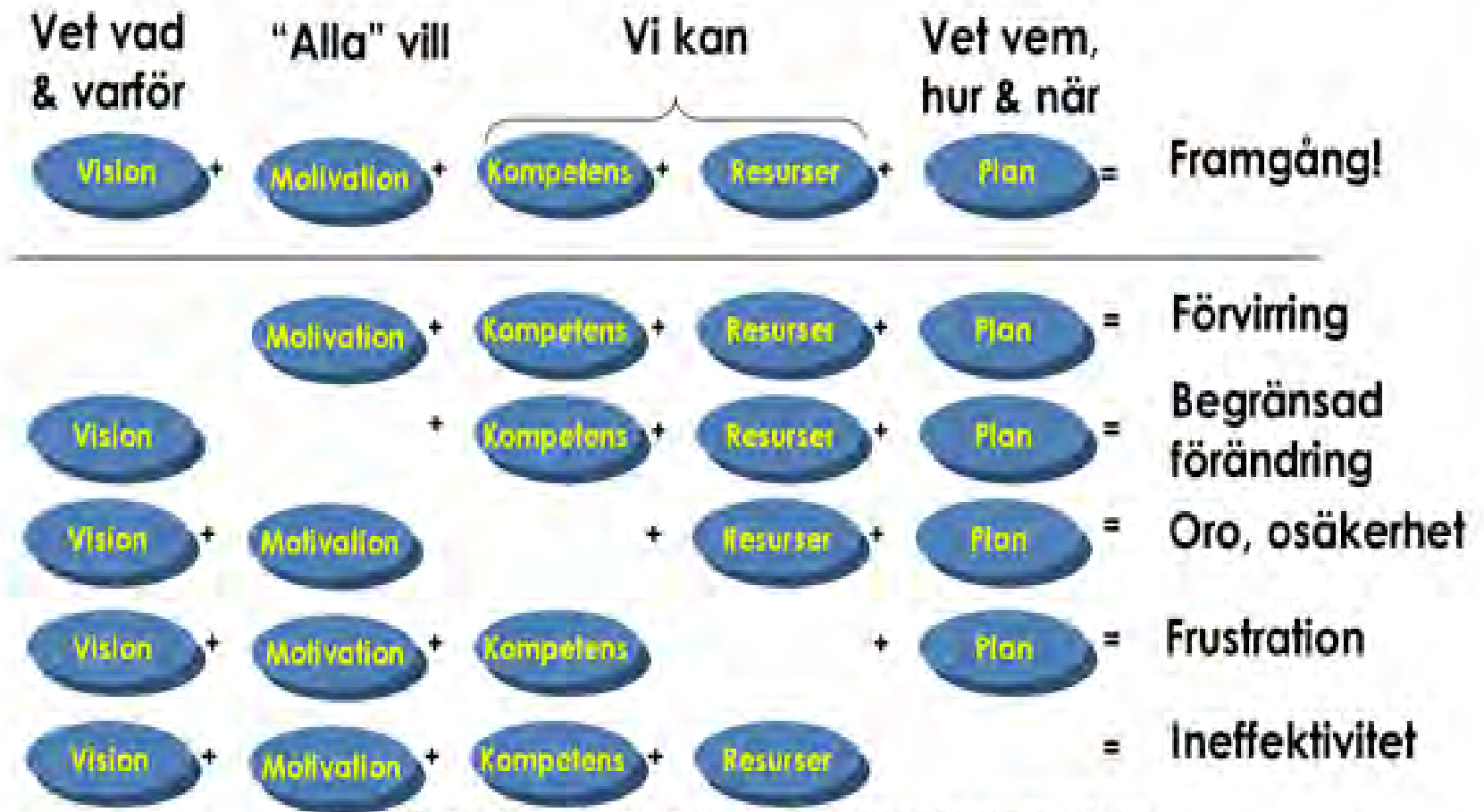
Lars Wallin, professor Högskolan Dalarna

Fredrik Söderqvist, docent UFC



Externa facilitärerare

# Framgångsfaktorer vid förändring (pluppbilden)



Anpassad från Knoster, T. (1991, June). Factors in managing complex change.

presentation på TASH konference, Washington D.C. The Association for People with Severe Disabilities.



# Genom att forska på införandet ...

## ...får vi kunskap om

- Vad vårdcentralens medarbetare och chefer upplever kan hindra eller möjliggöra införandet av det hälsofrämjande arbetssättet.
- Vilka effekter genomförd implementering gav utvärderat från patient-, medarbetar- och verksamhetsnivå.
- Hur implementeringsprocessen fungerade, dvs hur fungerade det stödet vårdcentralen fick?

# Kommentarer

Act in time erbjuder en möjlighet att på ett mer strukturerat och standardiserat sätt implementera arbetssättet i verksamheten – gör det hållbart

Belönande och roligt arbetssätt, får snabb feedback från patient

Många små förändringar blir på sikt stora

Lära av varandra – behöver tänka utanför våra yrkeskategorier

Tid är en faktor, upplever att vi aldrig har det. Måste ha mod att förändra.

Våga ändra mindset, mer utgå från folkhälsa istället för vård

# Samverkan hälsofrämjande och förebyggande åtgärder

**Lena Lönnberg, leg fysioterapeut  
211202**

**Representant Nationellt Program Område – levnadsvanor**

**Ordförande Regional respektive lokalt programområde - levnadsvanor**

# Disposition

Vad sker nationellt?

Hur jobbar vi sjukvårdsregionalt?

Lokala exempel på hälsofrämjande arbete i praktiken från Region Sörmland, Region Örebro och Region Västmanland



## Vår framgång räknas i liv och jämlik hälsa

Tillsammans gör vi varandra framgångsrika!

- Bakom systemet står regioner i samverkan med stöd av Sveriges Kommuner och Regioner (SKR)
- Samarbete med kommunerna
- Samverkan med bland andra patient- och professionsföreningar, staten

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

**SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN**

# Om kunskapsstyrning

- Att utveckla, sprida och använda bästa kunskap
- Detta ingår:
  - kunskapsstöd
  - stöd till uppföljning och analys
  - stöd till verksamhetsutveckling
  - stöd till ledarskapet
- Bidrar till att utveckla ett lärande system

## NATIONELLA PROGRAMOMRÅDEN

**Akut vård**

**Barn och ungdomars hälsa**

**Cancersjukdomar (utgörs av RCC i samverkan)**

**Endokrina sjukdomar**

**Hjärt- och kärlsjukdomar**

**Hud- och könssjukdomar**

**Infektionssjukdomar**

**Kvinnosjukdomar och förlossning**

**Kirurgi och plastikkirurgi**

**Levnadsvanor**

**Lung- och allergisjukdomar**

**Nervsystemets sjukdomar**

**Njur- och urinvägssjukdomar**

**Mag- och tarmsjukdomar**

**Medicinsk diagnostik**

**Perioperativ vård, intensivvård och transplantation**

**Psykisk hälsa**

**Rehabilitering, habilitering och försäkringsmedicin**

**Reumatiska sjukdomar**

**Rörelseorganens sjukdomar**

**Sällsynta sjukdomar**

**Tandvård**

**Äldres hälsa**

**Ögonsjukdomar**

**Öron-, näsa- och halssjukdomar**

**Nationella primärvårdsrådet**

# Sjukvårdsregionalt värdskap för nationella programområden

## NATIONELLA PROGRAMOMRÅDEN

▶ Akut vård

▶ Barn och ungdomars hälsa

▶ Cancersjukdomar (utgörs av RCC i samverkan)  
Vilande värdskap Norra

▶ Endokrina sjukdomar

▶ Hjärt- och kärlsjukdomar

▶ Hud- och könssjukdomar

▶ Infektionssjukdomar

▶ Kvinnosjukdomar och förlossning

▶ Kirurgi och plastikkirurgi

▶ Levnadsvanor

▶ Lung- och allergisjukdomar

▶ Nervsystemets sjukdomar

▶ Njur- och urinvägssjukdomar

▶ Mag- och tarmsjukdomar

▶ Medicinsk diagnostik

▶ Perioperativ vård, intensivvård och transplantation

▶ Psykisk hälsa

▶ Rehabilitering, habilitering och försäkringsmedicin

▶ Reumatiska sjukdomar

▶ Rörelseorganens sjukdomar

▶ Sällsynta sjukdomar

▶ Tandvård

▶ Äldres hälsa

▶ Ögonsjukdomar

▶ Öron-, näsa- och halssjukdomar

▶ Nationella primärvårdsrådet

### Regionala värdskap

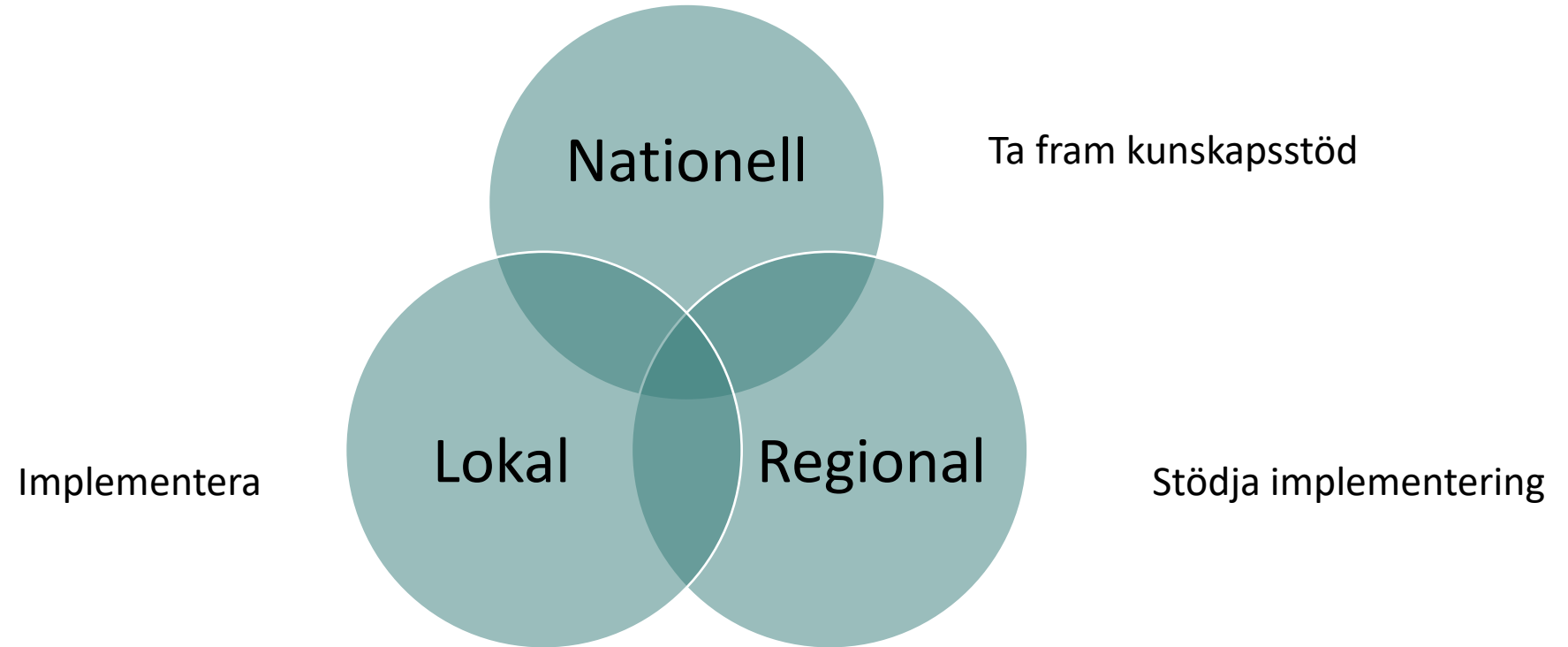
▶ Norra ▶ Stockholm-Gotland ▶ Sydöstra ▶ Södra ▶ Mellansverige ▶ Västra ▶ SKR/Vilande värdskap

Nationellt system  
för kunskapsstyrning  
Hälsa- och sjukvård

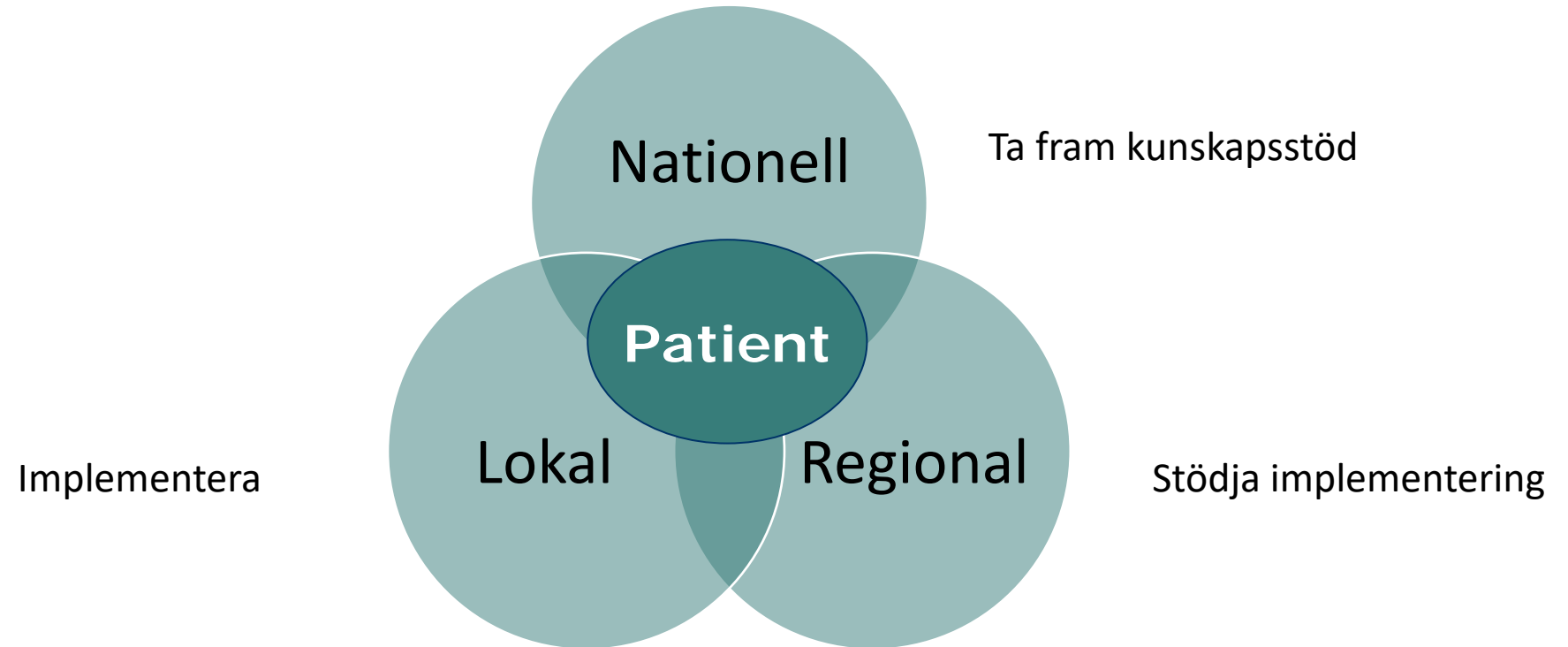
SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN



# Kunskapsstyrningens nivåer samverkar



# Kunskapsstyrningens nivåer samverkar



# Kunskapsstyrning innebär att

Kunskapen styr vad vi gör i mötet med patienten

Uppföljning och analys ger mer kunskap

Kunskap används för att förbättra verksamheter



# Ledamöter NPO Levnadsvanor

**VÄRDSKAP**

**Norra sjukvårdsregionen**

**ORDFÖRANDE**

**Lars Weinehall, *Norra sjukvårdsregionen***

**LEDAMÖTER**

**Lena Lönnberg, *Mellansvenska sjukvårdsregionen***

**Åsa Thurfjell, *Stockholm-Gotland sjukvårdsregion***

**Sofia Dahlin, *Sydöstra sjukvårdsregionen***

**Mats Börjesson, *Västra Götaland sjukvårdsregion***

**Malin Skogström, *Södra sjukvårdsregionen***

**Hans Lingfors, *NKK, adjungerad***

**Ann-Margrethe Iseklint, *kommunrepresentant***

**PROCESSLEDARE**

**Kristine Bergström, *Norra sjukvårdsregionen***

# Programområde-Levnadsvanor utgår från Nationella riktlinjer



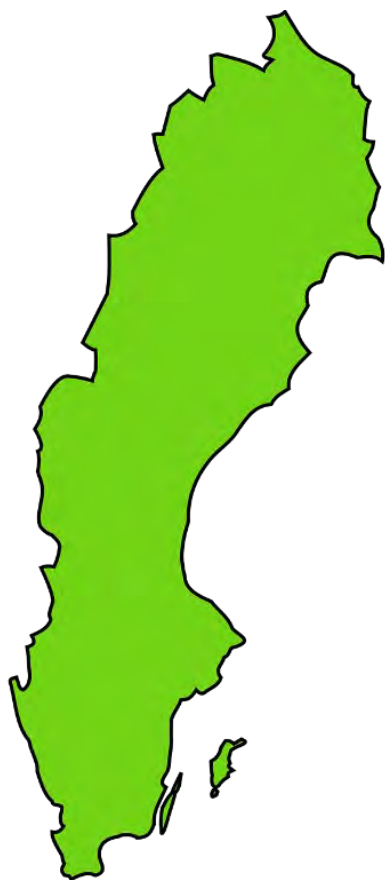
De fyra levnadsvanorna:  
-fysisk aktivitet  
-matvanor  
-tobak  
-alkohol

Personcentrerade samtal med motiverande strategier

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

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

# NPO Levnadsvanor – 4 fokusområden



1. Nationellt vårdprogram  
levnadsvanor
2. Personcentrerat och sammanhållet  
vårdförlopp levnadsvanor
3. Enhetlig dokumentation i journaler  
→ kvalitetsregister → uppföljning
4. Kunskapsgenomgång Riktade  
hälsosamtal enligt svensk modell

# 1. Nationellt vårdprogram levnadsvanor – planerad publicering 10 januari 2022!



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

**SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN**

# Målgrupp

I första hand vårdpersonal som möter patienter och chefer från och med första linjens vård



# Arbetsprocess

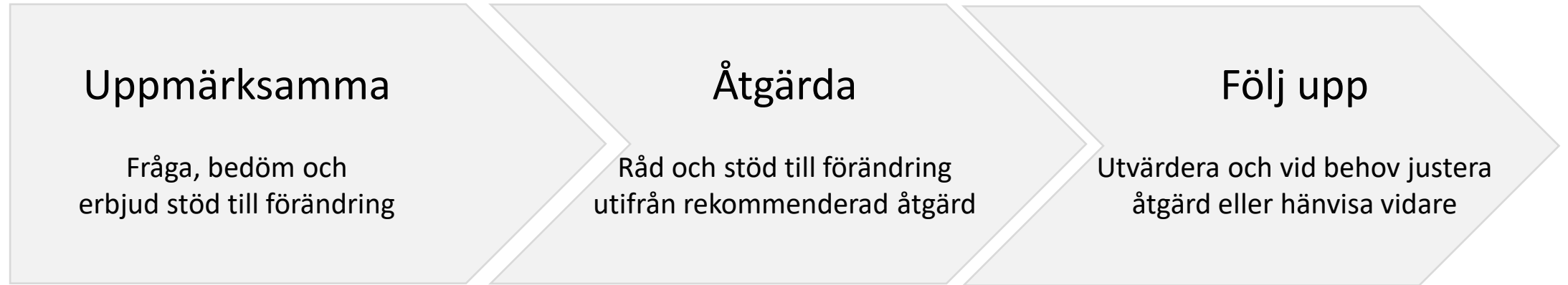
- Start maj 2020
- Rekommendationer baserade på Socialstyrelsens nationella riktlinjer
- Regionala vårdprogram som underlag
- Små arbetsgrupper för varje avsnitt
- Gemensamma diskussioner i NAG (=nationell arbetsgrupp)
- Avstämningar med personer utanför NAG
- Dialogmöten
- Remiss 15 april - 15 juni



# MÅL - Använda!

- Vårdpersonal och ledning får tillgång till ett evidensbaserat nationellt vårdprogram som vägledning och inspiration
- Inte behöva uppfinna vårdprogram i varje region
- Öka möjlighet att ge jämlik vård
- Kortversioner och webbutbildning planeras
- Marknadsföring

# Vårdprogrammet i sammanfattning



## 2. Personcentrerat och sammanhållet vårdförlopp levnadsvanor – nästa steg när vårdprogrammet är klart

Fokus på NÄR? Och  
VAR?



### 3. Enhetlig dokumentation

Målet att fastställa frågor för levnadsvanor som

- speglar verkligheten
- är lätta att använda i vården
- genererar information som kan återanvändas i olika sammanhang



Samarbete mellan: NPO levnadsvanor, Socialstyrelsen och Strukturerad vårdinformation (SKR)

Primärvårdskvalitet, Kvalitetsregister samt Uppföljning och analys (SKR) för vidare diskussion

## 4. Kunskapsgenomgång riktade hälsosamtal



Systematisk genomgång av den vetenskapliga litteraturen avseende den svenska modell, där hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande lågrisk- och högriskstrategi kombineras

# RPO – levnadsvanor, Mellansverige

Kerstin Angergård, Region Örebro

Kerstin Troedsson, Region Uppsala

Maria Vejdal, Region Sörmland

Hanna Höghielm, Region Gävleborg

Ulrika Sälgeback, Region Värmland

Yvonne Lowert, Region Dalarna

Lena Lönnberg, Region Västmanland (ordf)

Catharina Östman, Regionalt Cancercentrum



# Regionala programområden (RPO) – uppdrag

- Genomföra behovsinventering och bidra till det nationella programområdets behovsanalys och omvärldsbevakning
- Initiera frågor för nationell samverkan
- Skapa regionala tillämpningar av nationella kunskapsunderlag och beslutsstöd
- Ta emot, anpassa och omsätta nationell kunskap för att det ska nå ut till patientmötet
- Stödja spridning och implementering av bästa möjliga tillgängliga kunskap
- Samverkan med regional registercentrumorganisation



# TACK! och Dags för lokala exempel på hälsofrämjande arbete inom den Mellansvenska sjukvårdsregionen.



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

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

# Hälsocentrum Västmanland

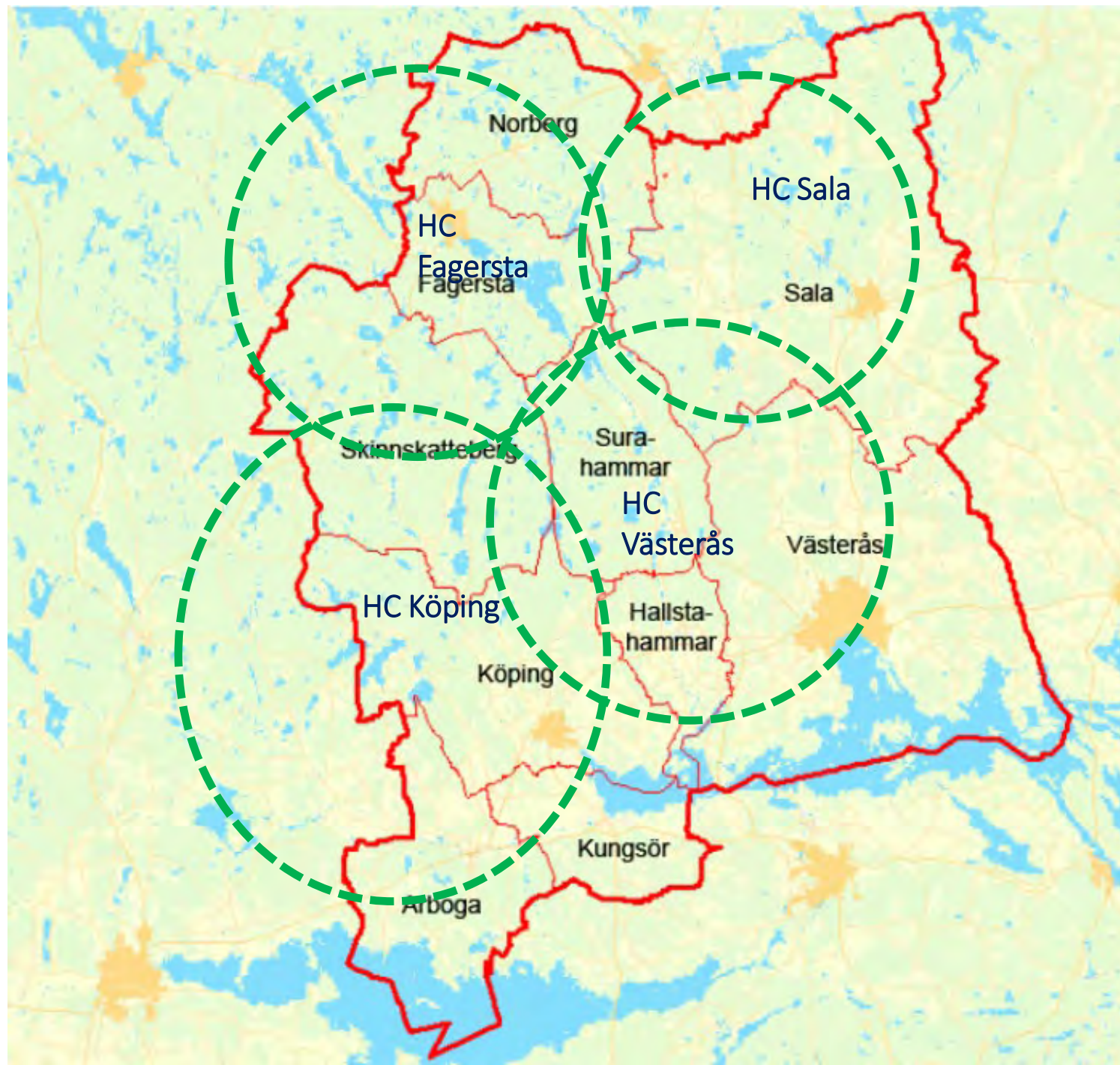
## “Länken mellan vården och vardagen”

Lena Lönnberg, verksamhetsutvecklare  
Hälsocentrum Västmanland



# Nära Vård i Västmanland

- Noderna ska erbjuda jämlik hälsa och vård för våra invånare med fokus på hälsofrämjande, fysisk- och psykisk hälsa.
- Stöd i noderna är våra verksamheter med stora krav på samverkan mellan Kommun och Region.
- Hälsocentrum finns redan geografiskt i dessa noder – det är där vi möter Västmanlänningen antingen på våra egna center eller på samarbetande vårdcentraler.



# Hälsocenter – Länken mellan vården och vardagen

- Fagersta - VC i Norberg, Skinnskatteberg
- Köping - VC i Arboga, Hallstahammar, Kungsör
- Sala
- Västerås, VC i Surahammar





**Hälsocenter vänder sig till  
personer över 16 år**

**Invånare kan söka Hälsocenter  
på eget initiativ eller få en remiss  
via sin vårdkontakt**

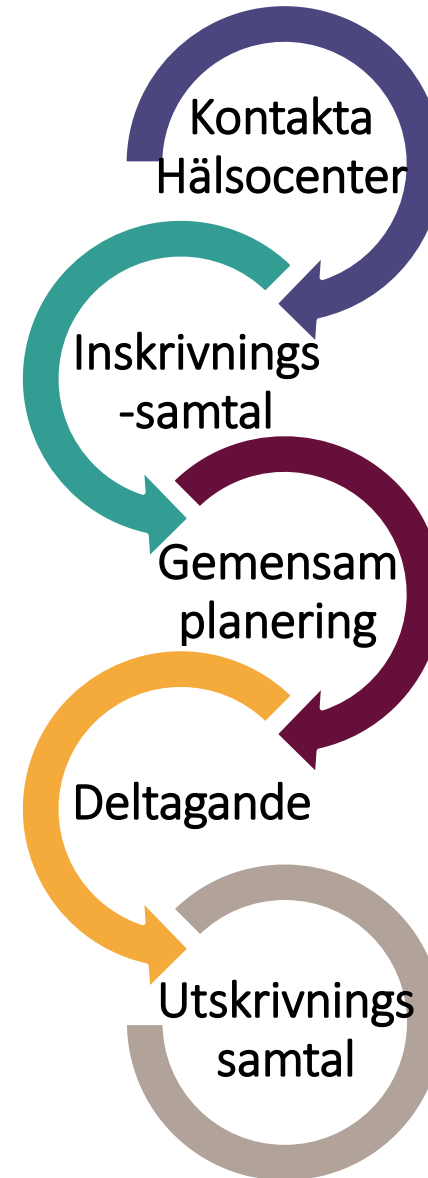
# Hälsocenter

Erbjuder stöd, coachning och rådgivning för att förändra  
Levnadsvanor, till exempel:

- Matvanor
- Fysisk aktivitet
- Tobak
- Alkohol
- Stress, sömn

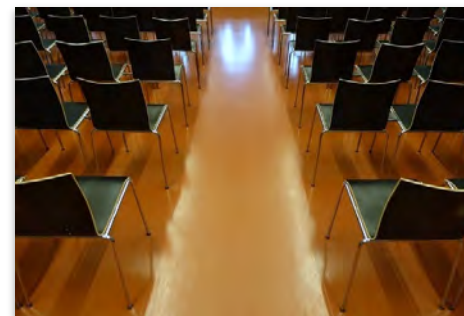


# Så här jobbar Hälsocenter



# Hälsocenter erbjuder

- Hälsosamtal
- Gruppaktiviteter
- Träning för nybörjare
- Öppna föreläsningar





# Tack för visat intresse!

