



Hälsoråd

12 Dec 2024

Dagordning Hälsoråd

- Mötets öppnande, "Föregående minnesanteckningar" 09.00
- Vad är på gång när det gäller Hållbarhetsarbetet inom RÖ – *Sofia Lindstrand* 09.05
- Uppföljning workshop 241017- handlingsplan, hälsoråd 09.30
- Paus 09.55
- Socialstyrelsens uppdaterade riktlinjer 10.05
- Hälsan spelar roll plus forskning 10.10
- Övriga frågor 10.50
- Avslutning och Reflektion över dagens möte 10.55



Deltagare:

- Maria Elgstrand (ordf), Daniel Klockgård, Erik Ekblad, Sanja Halenius, Sara Sepehri Rad, Sara Birgersson, Emira Bajic, Stefan Holmberg, Sara Hjalmarsson, Mattias Sköld , Sofia Lindstrand, Jasminka Pinjagic, Magdalena Hjertstedt, Christina Berggren, Mia Thun, Linda Karlsson, Elin Glad
- Del av mötet: Ingrid Rystedt

Hållbarhetsarbetet inom RÖ- kommentarer/diskussion:

- Bra och viktig info. Bör gå i linjen så att informationen via UA kommer ut till centrumcheferna.
- Ur allergisynpunkt är det viktigt att inför upphandling att kolla upp material, flera miljövänliga engångsmaterial som kaffemuggar och sugrör m.m. kan innehålla t.ex. vete och utgöra risker för allergiker.
- Ofta styr efterfrågan från verksamheterna utbudet av material men om de får enkel och tydlig information via beställningssystem etc. blir det lättare att välja bra alternativ.
- Viktigt att även lyfta perspektivet ut mot befolkningen, vad kan Östgöten göra för ökad hållbarhet?
- HFS nätverket har inte fokuserat så mycket på miljö och klimat men i det internationella HPH-nätverket som HFS är medlemmar i finns mycket fokus på klimat fr a i de asiatiska länderna.

Hälsorådet inför 2025 – förslag utifrån workshop 17/10



- Hälsöfrämjande i ledning och styrning, processtänk och flödesmässigt stöd: Maria, bild 4
- Stöd/verktyg för samverkan mellan sektorer för att nå medborgare med multipla behov och sårbara grupper, befolkningsinriktat hälsöfrämjande arbete, civilsamhälle, hemtjänst, organisationer pågår inom Nära vård, hur förstärka? Koppling till Folkhälsöstrategins fokusområden, bild 5 (även "Hälsan spelar roll" ett gott exempel)
- Tandvården: (lyfts i riktlinjerna, bild 7) ny organisation efter översyn, samverkan kring munhälsa för barn- och unga, äldre och sköra
- Hälsöfrämjande inkluderat i introduktion till (nya) medarbetare.
- "Friskfaktorer" för medarbetare.
- **Konferens 2025:** Psykisk hälsa, samverkan psykisk hälsa-dagen i oktober? Medarbetares hälsa? Innevånarens psykiska hälsa?

Styrning och ledning inom Region Östergötland (som ligger till grund för prioriteringar, beslut och uppdrag)





Vi arbetar hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande för en stärkt folkhälsa

✓ Genomförd kartläggning av regionens interna arbete – Vad innebär folkhälsostrategin för Region Östergötland?



Arbete

Värt att prioritera 2024-2025

→ Stärka det systematiska arbetsmiljöarbetet

Uppdrag i TÅB 2025-2027

Utveckla stöd för att öka chefers och medarbetares kunskaper om friskfaktorer och trygghetsskapande åtgärders betydelse i arbetsmiljöarbetet (RS).



Levnadsvanor

Värt att prioritera 2024-2025

→ Implementera regionalt vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor

Uppdrag i beställningar från HSN till HoS integrera riktade insatser för att förebygga och behandla sjukdom. Fokus bör vara att alltid göra tidiga insatser. Tobaksbruk, riskbruk av alkohol, otillräcklig fysisk aktivitet och ohälsosamma matvanor är de levnadsvanor som bidrar mest till den samlade sjukdomsburden.



Delaktighet

Värt att prioritera 2024-2025

→ Utveckla och stärka samverkan med civilsamhället kring olika folkhälsoutmaningar

Uppdrag i TÅB 2025-2027

Identifiera lämpliga områden där överenskommelser med civilsamhället kan genomföras och utarbeta arbetssätt för att involvera ideella organisationer (HSN).



Hälsa- och sjukvård

Värt att prioritera 2024-2025

→ Bli bättre på att nå målgrupper som är svåra att nå

Uppdrag i TÅB 2025-2027

Utveckla det hälsofrämjande arbetet med särskilt fokus på socioekonomiskt svaga grupper som är svåra att nå, i samverkan med kommuner och andra aktörer (HSN).

Hälsorådet inför 2025 - kommentarer

- **Kommentarer kring Medarbetarnas hälsa:** under våren kommer en utbildning i MHFA (Mental health first aid) erbjudas medarbetare. Det är ett vetenskapligt utvärderat och internationellt första hjälpen-program vid olika psykiska tillstånd. Målet är att rädda liv genom ökade kunskaper om psykiska sjukdomar och självmord.
- Konceptet "Må bra med natur och kultur" kommer också att kunna erbjudas medarbetare vid stress och psykisk ohälsa.
- **Integrera hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande mera operativt i befintliga flöden** t.ex. cancer, habilitering, m.fl. Att utveckla det hälsofrämjande arbetet med särskilt fokus på sårbara grupper är ett prioriterat område i treårsbudgeten inför 2025. Exempelvis har kardiologen tittat på omotiverade skillnader utifrån kvalitetsregister och nu planeras liknande arbetet för diabetes, via diabetesrådet planeras en översyn av tillgången på hjälpmedel för patienter med typ 1 diabetes.
- Hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande behöver också komma in tydligare i verksamhetsplaner och handlingsplaner. Maria Elgstrand tipsa om att kontakta Planeringschef Ellen Nilsson. Hälsoprocessledarna kan bidra som processtöd/bollplank i arbetet.

Hälsoråd 2025



- **12 Feb, 14.00- 16.00 Digitalt**
- **6 Maj, 13.15- 16.00, Sessionssalen**
- **3 Okt 09.00-11.00 Digitalt**
- **25 Nov, 13.15- 16.00, Pratsalen**



Socialstyrelsens uppdaterade riktlinjer 22/11

- Ordet prevention är borttaget, enhetliga titlar på samtliga riktlinjer.
- Nya riktlinjerna för riskbruk gällande alkohol, kom tidigare i år men nya i dessa riktlinjer.
- Ändrade rekommendationer för snus kopplat till ny kunskap kring risker med snus till ex hjärt-kärlsjukdomar, diabetes och fosterskador. Alla ska erbjudas rådgivande samtal om snus samt få möjligheten att sluta, regionerna riggat med tobaksavvänjning precis som vi har. Numera är även nikotinsnus inkluderat.
- Extra satsning på grupper med sämre hälsa och levnadsvanor som till exempel socioekonomiskt svaga grupper. Socialstyrelsen nämnde även vikten av skolans roll. De lyfte även upp tandvården tydligare som en resurs i arbetet med levnadsvanor.
- Uppdaterat nationellt vårdprogram kommer under 2025, förhoppningsvis under första halvan. Region Östergötland kommer uppdatera olika utbildningar och dokument så snart det går.

<https://www.socialstyrelsen.se/kunskapsstod-och-regler/regler-och-riktlinjer/nationella-riktlinjer/riktlinjer-och-utvarderingar/levnadsvanor/>



Kommentarer kring Hälsan spelar roll:

- Finns det möjlighet att sprida metoden till andra grupper, t.ex via Habiliteringen, samt andra ingångar t.ex via idrottsrörelse och civilsamhälle?
- Viktigt också att sprida kunskap kring olika screeningprogram t.ex. mammografi, prostacancer m.m till grupper som har sämre hälsa och kanske inte känner till vad som görs inom olika områden för att förebygga sjukdomar.

Digitimmar våren 2025

- **Alkoholens påverkan på hjärnan: från ungdom till ålderdom – risker, effekter och möjligheter till återhämtning**
Datum: 3/2 kl. 14:00-15:00
- **Så kan hälsan förbättras i utsatta områden**
Datum: 27/3 kl. 14:00-15:00
- **Enhetlig dokumentation av levnadsvanor**
Datum: 8/4 kl. 14:00-15:00
- **Hälsan spelar roll**
Datum: 6/5 kl. 10:00-11:00
- **Digital hälsolitteracitet – en viktig faktor för att effektivt använda digitala lösningar och påverka hälsoutfall**
Datum: 3/6 kl. 11:00-12:00

<https://www.hfsnatverket.se/sv/kalender>



HFS

Nätverket Hälsöfrämjande hälso- och sjukvård

Välkommen på nästa digitala hälsoråd, Den 12 februari 2025

- Obs! tiden 14.00-16.00.

