

Folkhälsa



Uttryck för befolkningens hälsotillstånd, som tar hänsyn till såväl nivå som fördelning av hälsan.

(Folkhälsovetenskapligt lexikon, Janlert, 2000)

Övergripande målet för folkhälsopolitiken:

- att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation

Riksdagens beslutade målområden – juni 2018

Åtta målområden

Folkhälsopolitikens sektorsövergripande mål- och uppföljningsstruktur med elva målområden omvandlas till åtta:

Det tidiga livets villkor

Kunskaper, kompetenser och utbildning

Arbete, arbetsförhållanden och arbetsmiljö

Inkomster och försörjningsmöjligheter

Boende och närmiljö

Levnadsvanor

Kontroll, inflytande och delaktighet

En jämlik och hälsofrämjande hälso- och sjukvård

Våra egna styrande dokument

Regionplanen + att ta fram ny folkhälsostراتيجية under 2023/24

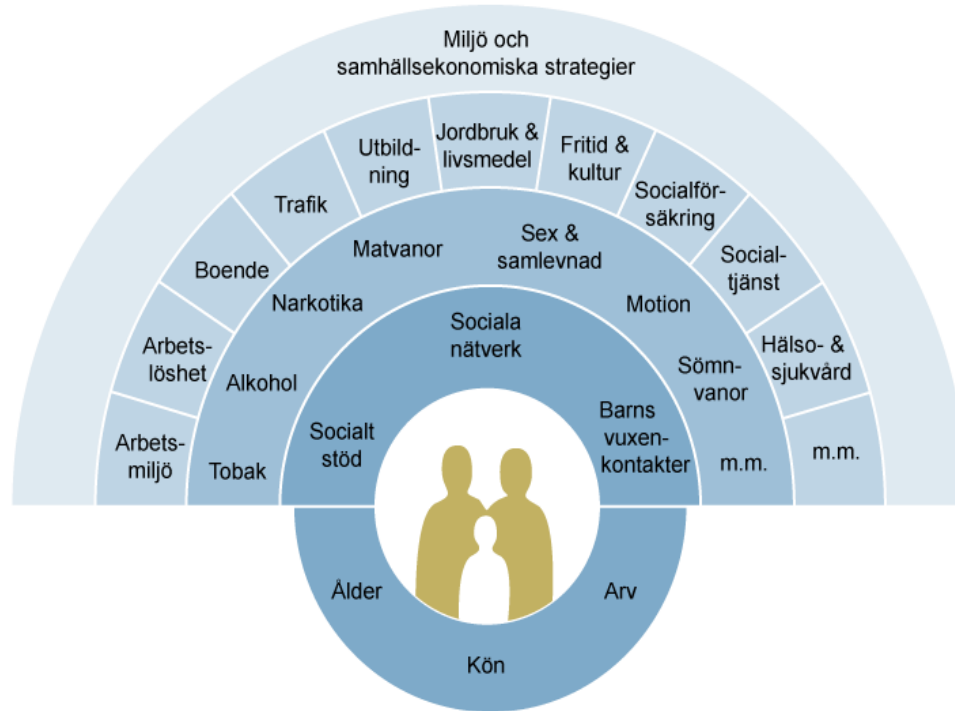
Regional utvecklingsstrategi - RUS

Avsiktsförklaringen i länet-Forum för folkhälsa

Finns folkhälsopolitiskt program för norra regionen NRF

Vi följer nationell budget för att bevaka var det finns externa medel att söka.

Faktorer som påverkar hälsan



...och olika aktörer på olika nivåer...



- För att nå det övergripande målet för folkhälsoarbetet krävs insatser från de flesta sektorer i samhället – från det offentliga, från näringslivet och från civilsamhället.
- Bäst resultat nås om frågorna integreras i och utgör del av andra politikområden än folkhälsopolitiken.
- Folkhälsoarbetet behöver särskilt uppmärksamma att olika individer har olika förutsättningar och olika behov. Därför kan det bli mer rättvist om individer behandlas olika istället för lika.

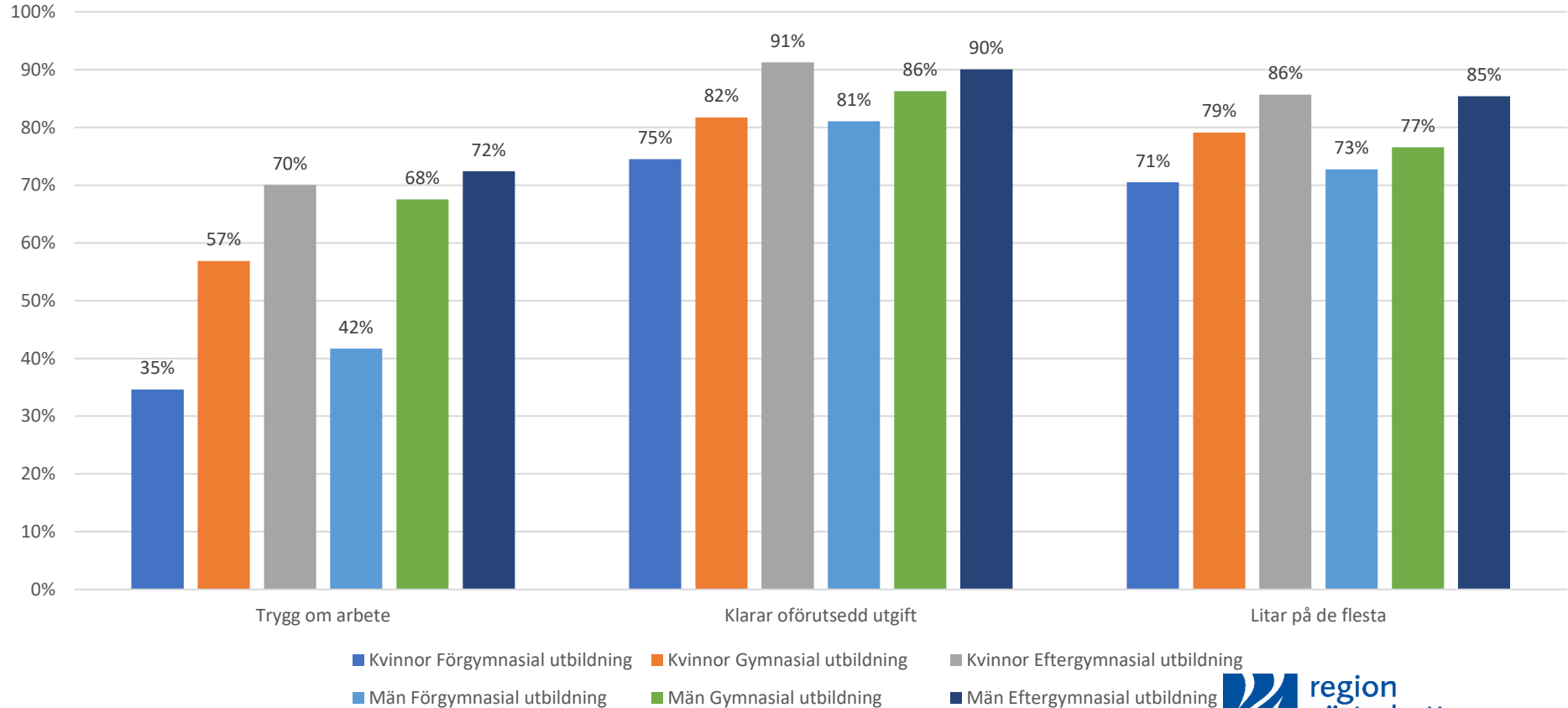


Exempel på hälsoutfall och levnadsvanor som samvarierar med utbildning (HLV 2022)

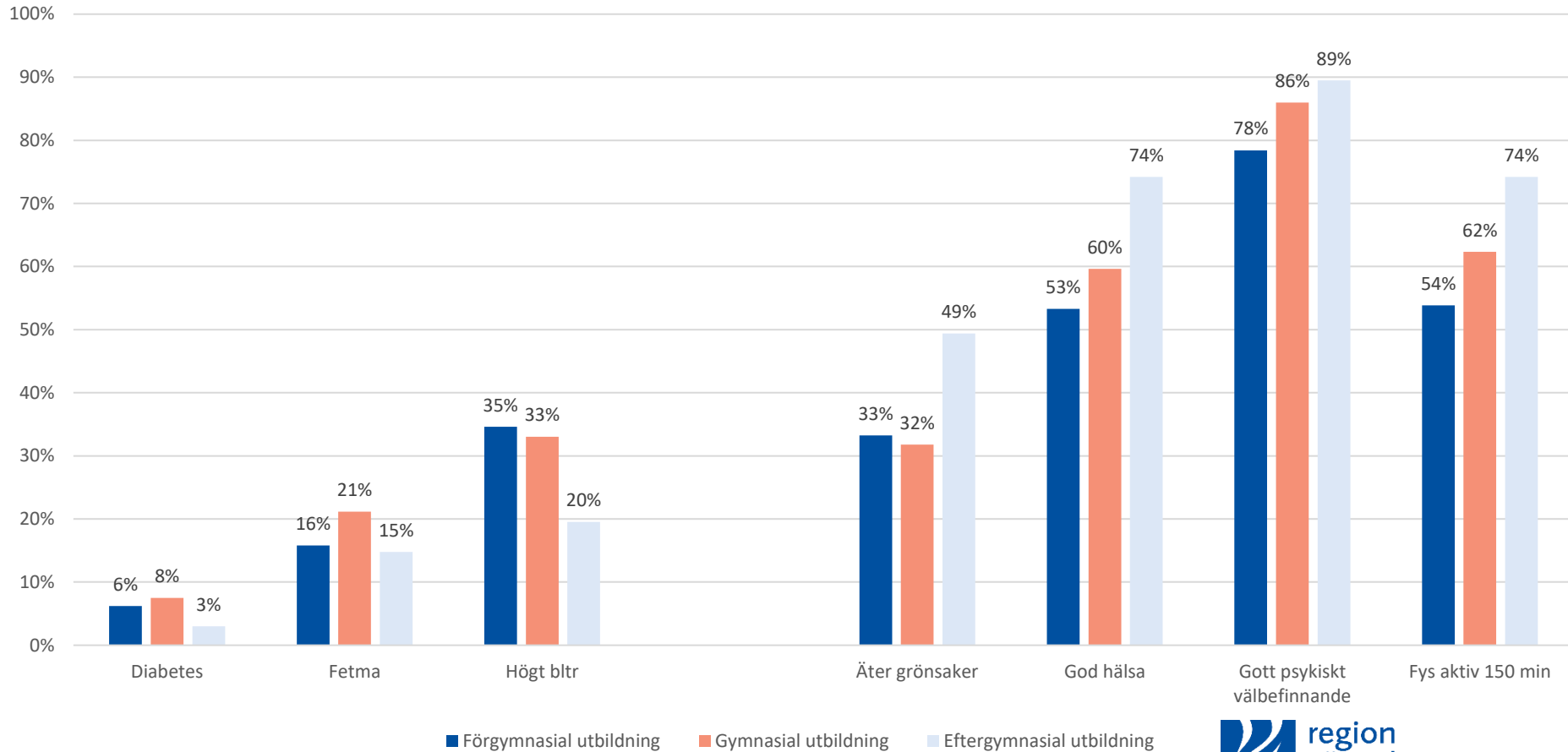
- Diabetes, Högt blodtryck, Fetma
- Äter grönsaker och rotfrukter minst 2 gånger per dag
- God eller mycket god självskattad hälsa
- **Gott psykiskt välbefinnande** (Kessler 6; ”-positiv syn på framtiden, -varit till nytta, -känt sig lugn, -hanterat problem på ett bra sätt, -tänkt på ett bra sätt, -känt mig nära andra människor, -kunnat bestämma mig om saker och ting”)
- Fysiskt aktiv minst 150 minuter per vecka (rekommenderad mängd fysisk aktivitet)

Livsvillkor

(Är du orolig för att förlora ditt arbete, Klarar du en oförutsedd utgift på 13 000 utan att låna, Litar du på de flesta?)



Kvinnor

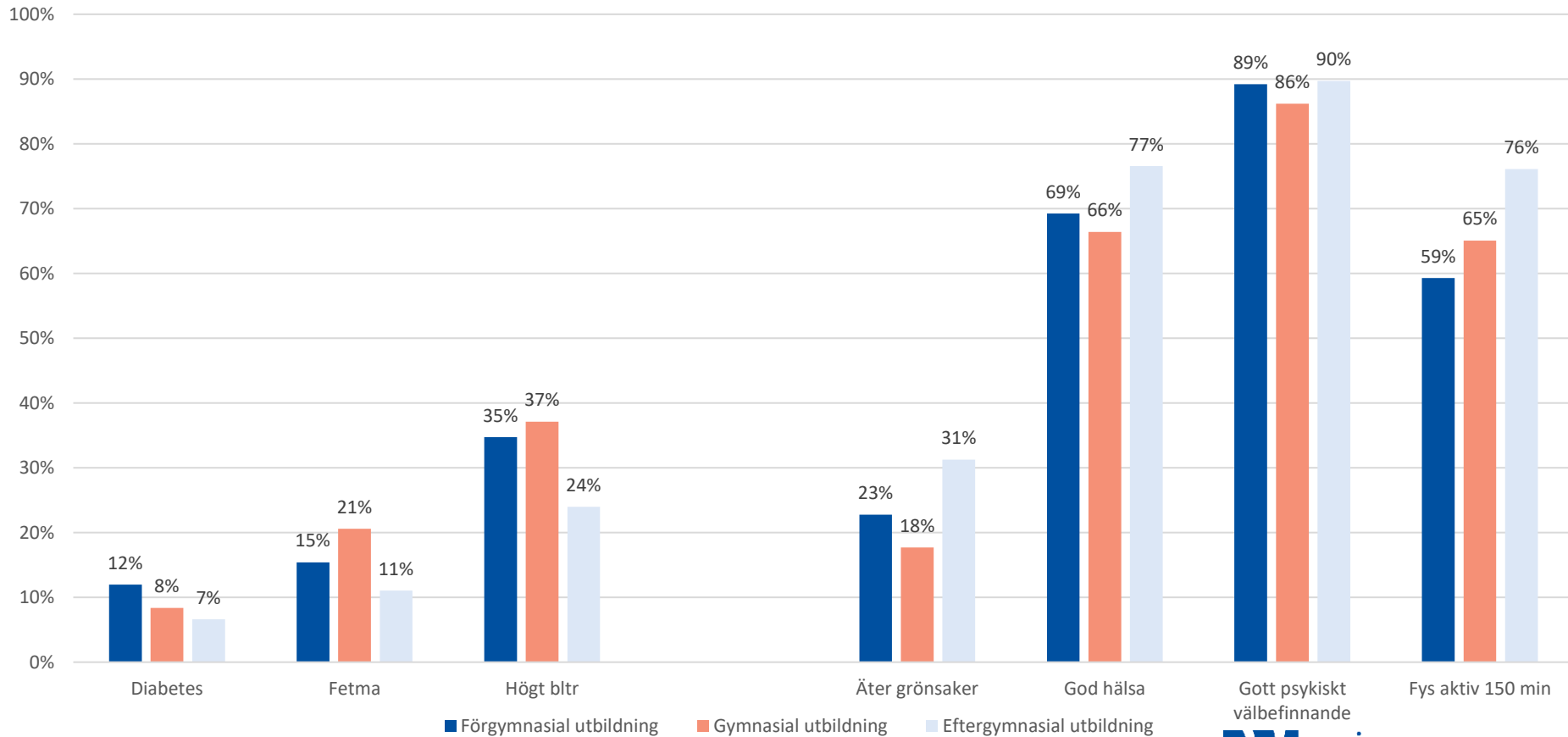


■ Förgymnasial utbildning

■ Gymnasial utbildning

■ Eftergymnasial utbildning

Män



■ Förgymnasial utbildning

■ Gymnasial utbildning

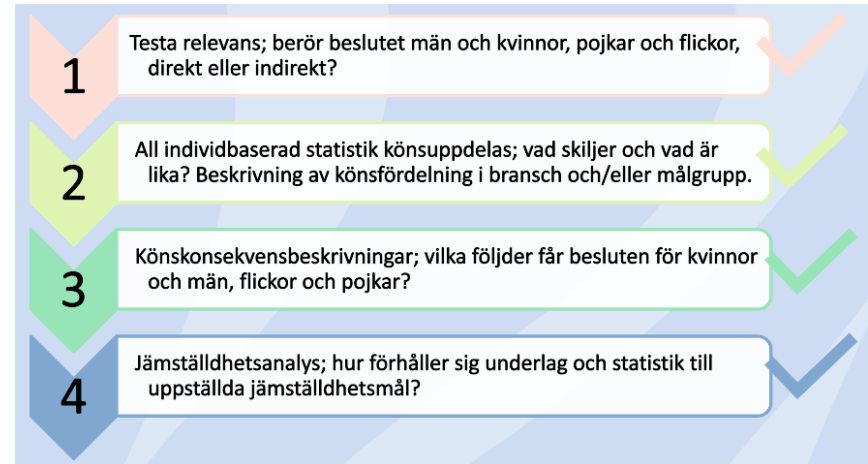
■ Eftergymnasial utbildning

Jämställda beslut – ett kvalitetsarbete

- Beslut
- Checklistor
- Utbildningar
- Ändrad tjänsteskrivelsemall
- Uppföljning inom internkontroll



Vilja
Förstå
Kunna



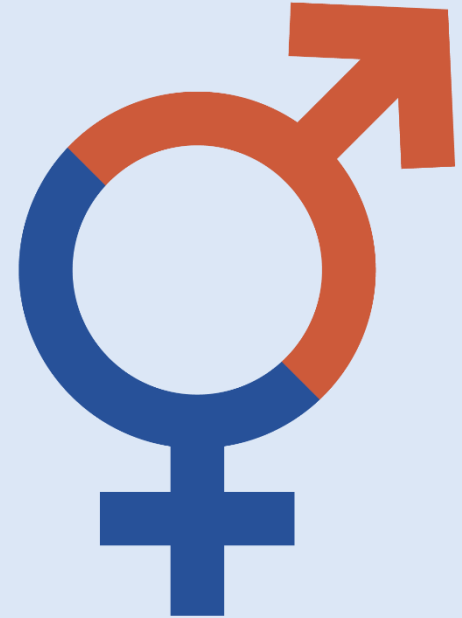
Fler insatser

Uppföljning av beslutsunderlag fortsätter

Fördjupningsutbildning i jämställdhetsanalys

Revidera strategi för jämställdhet och jämlikhet

Remiss: Länsstrategi Ett jämställt Västerbotten



Webbutbildning

Jämlik sjukvård – om rasism och likvärdigt patientbemötande

Ca 60 minuter - går att göra i omgångar

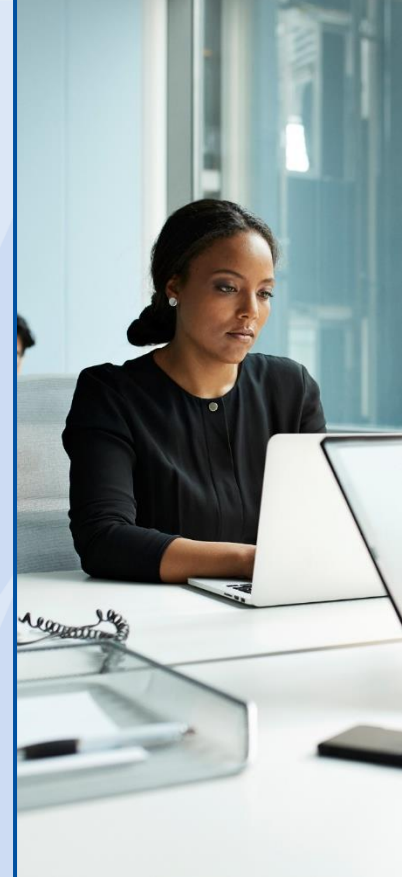
Innehåll:

- Definition och uttryck för rasism
- Konsekvenser för hälsan
- Likvärdigt patientbemötande

Nya moduler:

- Juridisk status och rätten till hälsa
- Segregation och hälsa

- ordlista
- reflektionsfrågor
- ljudberättelser
- verktyg



Webbutbildning om samisk kulturförståelse

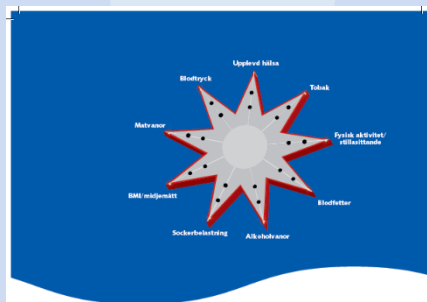
Ur: Regionstyrelsens nämndplan 2022

Regionförvaltningens anställda tar del av digitala utbildningar om nationella minoriteter och samisk hälsa



<https://reva.samarbeta.se/>

Riktade hälsosamtal – “besiktning”



Din framtida hälsa

Du är inbjuden till Västerbottens hälsoundersökningar för att få inspiration och stöd och råd till livsstilsförändringar för att må bra och minska risken för att bli sjuk i framtiden.

Hur du lever och hur du mår har stor betydelse för din framtida hälsa. Hjärtinfarkt, stroke, diabetes och många cancersjukdomar beror i hög grad på levnadsvanor och livssituation. Du kan minska risken att drabbas och även små förändringar kan få stor betydelse. Det är aldrig för sent.

 Västerbottens
län





Salut-satsningen

Hälsosamtal och hälsoformulär hälsa – levnadsvanor – livsvillkor

MÖDRAHÄLSOVÅRDEN & SALUT-SATSNINGEN I VÄSTERBOTTEN

Till dig som väntar barn och *inte* är gravid



MÖDRAHÄLSOVÅRDEN & SALUT-SATSNINGEN I VÄSTERBOTTEN

Till dig som väntar barn och är gravid



Frågor om våld i nära relationer

Eftersom vi vet att en del kvinnor utsätts för våld av någon närstående så frågar vi alla kvinnor vi möter på BVC om det. Våld från närstående kan vara fysiskt, sexuellt eller psykiskt våld t.ex. kränkningar, hot eller våning. Våldet kan utövas av nuvarande eller tidigare partner eller någon annan närstående familjemedlem eller släkting. Våld från närstående kan gälla fysiskt,

1. Har du någon gång känt dig kontrollerad av din partner eller någon annan närstående? Ja Nej
2. Har din partner eller någon annan för dig betydelsefull person någon gång gjort dig illa fysiskt på något sätt t.ex. luggat, knuffat, slagit eller sparkat dig? Ja Nej
3. Har du någon gång tvingats till eller utsatts för sexuella handlingar mot din vilja? Ja Nej
4. Har din partner någon gång gjort dig illa fysiskt på något sätt? Ja Nej

Samtalsguide för personal Enskilt föräldrasamtal

inledning – Salta – Ramlar – Anordning – Sammanfattning – bedömning – Utsäkring

Barnet	Att vara förälder	Du själv
<p>Barnets liv om ditt barn?</p> <p>Vad gör ni tillsammans, då och då ditt barn?</p> <p>Har ni något speciellt som varit utmanande?</p> <p>Jag skulle vilja se ditt barn?</p> <p>Har du något som du tycker om att göra?</p> <p>Har du något som du tycker om att göra?</p> <p>Har du något som du tycker om att göra?</p> <p>Har du något som du tycker om att göra?</p>	<p>Har du det varit för dig att bli förälder?</p> <p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p>	<p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p> <p>Har du några frågor?</p>

Checklista tandhälsa vid 12 och 18 månaders besöket på BVC

Barnets namn: _____
Personnummer: _____
Vårdnadshavare: _____
Telefonkontakt: _____


Behov av tok: _____
Annat: _____
Avsändare: _____
Hälsocentral: _____


	Ja	Nej
1. Har barnet någon kronisk sjukdom, t.ex. astma eller hjärtsjukdom, som kan påverka tandhälsan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Får barnet nattmål?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Får barnet sötsaker eller snacks mer än 1 gång/vecka (dvs. gods, sött dryck, bullar, kex, chips, glass m.m.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Borstas barnets tänder mindre ofta än 2 gånger/dag?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Har någon av barnets ev. syskon haft hål i tänderna?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Om en av dessa fem frågor besvaras med "Ja" sänds Checklistan till Folk tandvården.

BARNHÄLSOVÅRDEN & SALUT-SATSNINGEN I VÄSTERBOTTEN

3-årsenkät





HÄLSOFRÅGOR I FÖRSKOLEKLASS ELLER ÅRSKURS 1

HÄLSOFRÅGOR I ÅRSKURS 4

HÄLSOFRÅGOR I ÅRSKURS 7 ELLER ÅRSKURS 8

HÄLSOFRÅGOR I GYMNASIET ÅR 1

Svar		Svar		Svar		Svar		Svar		Svar	
Ja	Nej	Ja	Nej	Ja	Nej	Ja	Nej	Ja	Nej	Ja	Nej
Svar på nästföljande avsnitt i Hälsosamtal med socialarbetaren. Sätt ett kryss i rutan som passar bäst på dig om inget annat anges.											
SMOKELÖ											
1. Har du varit till gymnasiet?											
2. Har du varit till gymnasiet?											
3. Har du varit till gymnasiet?											
4. Har du varit till gymnasiet?											
5. Har du varit till gymnasiet?											
6. Har du varit till gymnasiet?											
7. Har du varit till gymnasiet?											
8. Har du varit till gymnasiet?											
9. Har du varit till gymnasiet?											
10. Har du varit till gymnasiet?											
11. Har du varit till gymnasiet?											
12. Har du varit till gymnasiet?											
13. Har du varit till gymnasiet?											
14. Har du varit till gymnasiet?											
15. Har du varit till gymnasiet?											
16. Har du varit till gymnasiet?											
17. Har du varit till gymnasiet?											
18. Har du varit till gymnasiet?											
19. Har du varit till gymnasiet?											
20. Har du varit till gymnasiet?											
21. Har du varit till gymnasiet?											
22. Har du varit till gymnasiet?											
23. Har du varit till gymnasiet?											
24. Har du varit till gymnasiet?											
25. Har du varit till gymnasiet?											
26. Har du varit till gymnasiet?											
27. Har du varit till gymnasiet?											
28. Har du varit till gymnasiet?											
29. Har du varit till gymnasiet?											
30. Har du varit till gymnasiet?											
31. Har du varit till gymnasiet?											
32. Har du varit till gymnasiet?											
33. Har du varit till gymnasiet?											
34. Har du varit till gymnasiet?											
35. Har du varit till gymnasiet?											
36. Har du varit till gymnasiet?											
37. Har du varit till gymnasiet?											
38. Har du varit till gymnasiet?											
39. Har du varit till gymnasiet?											
40. Har du varit till gymnasiet?											
41. Har du varit till gymnasiet?											
42. Har du varit till gymnasiet?											
43. Har du varit till gymnasiet?											
44. Har du varit till gymnasiet?											
45. Har du varit till gymnasiet?											
46. Har du varit till gymnasiet?											
47. Har du varit till gymnasiet?											
48. Har du varit till gymnasiet?											
49. Har du varit till gymnasiet?											
50. Har du varit till gymnasiet?											

Graviditet

2-18 månader

3 år

6-16 år

Samverkan mödra- och barnhälsovård, folk tandvård och folkhälsoenheten

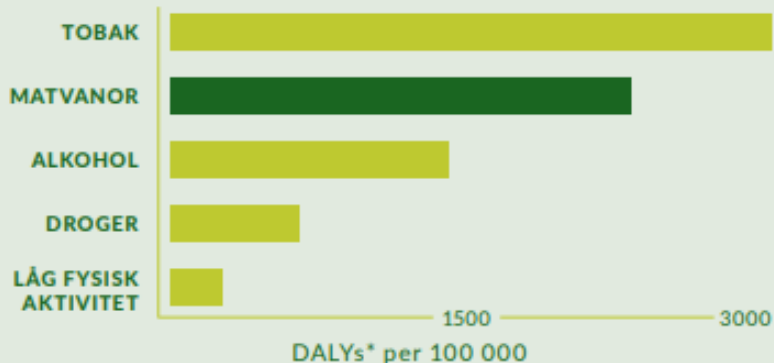
Hälsosamtal i skolan, samverkan elevhälsan i länet och folkhälsoenheten



1 AV 4 PERSONER I SVERIGE
RISKERAR ATT BLI SJUK ELLER
DÖ I FÖRTID PÅ GRUND AV
OHÄLSOSAMMA MATVANOR¹

MATVANORNA ÄR DEN NÄST STÖRSTA PÅVERKBARA RISKFAKTORN FÖR SJUKDOM ²

I Sverige, alla kön, alla åldrar, 2019



*antalet förlorade friska år pga. för tidig död och sjuklighet

AA

dv.sob.1177.se

1177
VÄRDGUIDEN

E-tjänster

Logga ut
Inloggad som Jane Doe

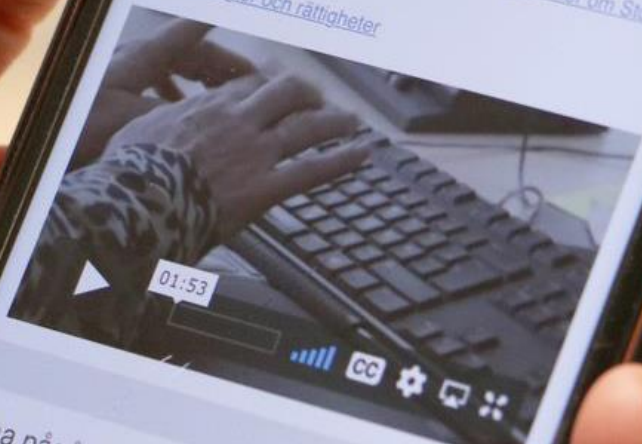
Start - Stöd och behandling

Stöd och behandling

Om Stöd och behandling

Välkommen till Stöd och behandling, en tjänst där du kan få stöd, behandling eller utbildning på nätet. [Läs mer om Stöd och behandling](#)

[Mer om regler och rättigheter](#)



Dina nå...

Varför är det viktigt med bra matvanor?

Matvanornas
betydelse för
prevention av
sjukdom

Matvanornas
betydelse vid
sjukdom och
sekundärprevention

Matvanorna som en
del i behandlingen

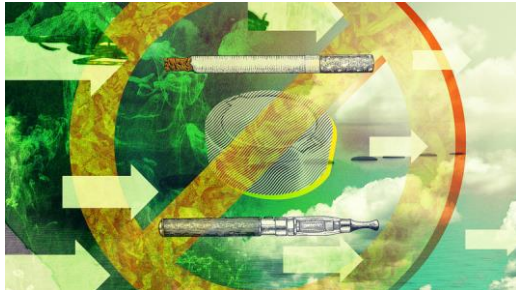
Tobak-och nikotinavvänjning

Tobaksavvänjare ska finnas på hälsocentralerna men saknas på en tredjedel av våra hälsocentraler.

Tobakspreventiva mottagningar finns på sjukhusen.

Min nikotinfria resa – ett digitalt stöd via 1177

Nya produkter når kontinuerligt nya målgrupper som sedan behöver stöd med nikotinavvänjning. Barn och unga är särskilt utsatta.



Tobaksfri duo

tobaks**FRI**
duo

- Program för elever i årskurs 5-9 (+gymnasiet)
- Programmet utgår från kontraktmetoden
- Presentation av programmet och uppstart i klasserna görs av Hälsoodontologiska teamet (HOT-teamet)
- Programmet är utvärderat och utvecklas kontinuerligt
- Utmaning: Skolan har många uppdrag och tobaksprevention prioriteras inte på alla skolor. Det gör att eleverna riskerar att få en ojämlig kunskap om nikotin och tobak och vilka hälsofarliga effekter som tobak och nikotin har.

Fysisk aktivitet inom Region Västerbotten

SALUT

- FaR till gravida
- Rörelserikedom för barn och ungdomar
- Dans för hälsa till ungdomar med psykisk ohälsa

Vuxna

- Projekt träning vid cancer inom RCC norr
- Digitalt stöd för ökad fysisk aktivitet (SoB)

Äldre - Fallprevention

- Fallpreventionsnätverk för länets kommuner
- Samverkan inom fallprevention med kommuner, Umeå universitet, RF-SISU, Bildningsförbund, Pensionärsorganisationer m fl
- Fallint-veckan
- Rörelserikedom för seniorer

Alkohol

- Utbildning till personal och arbetsgrupper: Samtala om alkohol
- Alkohol och äldre
- Stöd och behandlingsprogram –Stöd till bättre alkoholvanor



regionvasterbotten.se



1177

[Start](#) [Inkorg](#) [Bokade tider](#) [Journalen](#) [Egen provhantering](#) [Stöd och behandling](#)

Du är här: [Start](#) / [Stöd och behandling](#) / [Mitt innehåll](#) / [Målsättning, Inledning](#)

MÅLSÄTTNING

Inledning

Målsättning

Alkoholen har säkert påverkat dig och ditt liv på olika sätt. Det är du som är experten på dig själv och ditt eget liv och det är du som tar besluten. Det första avsnittet av programmet innehåller fakta om alkoholens påverkan på hjärnan och kroppen. I det här avsnittet kommer du få möjlighet att sätta ett mål för den förändring du vill göra. Din målsättning kan vara att inte alls dricka alkohol eller att få mer medvetna alkoholvanor.

• Helnykterhet

Ditt mål är att avstå helt från alkohol.

• Medvetna alkoholvanor

Målet är inte att avstå alkohol helt utan minska konsumtionen till en nivå som du själv tycker är kontrollerad och måttlig.





”Vi har en nolltolerans mot hat och förtryck såsom hbtq-fobi och säger ifrån om någon uttrycker sig kränkande. Vi ber om ursäkt om vi gör misstag och strävar ständigt efter att förbättra oss.”

HBTQ-diplomering

SRHR-Sexuell och reproduktiv hälsa



- Gratis kondomer via 1177.se
- Klamydia.se
- Olika nätverk inom länet och nationellt
- Kunskapshöjande insatser t verksamheten; Sex och cancer
- Ny nationell plan juni, regioner får tillgång under hösten

Psyk-E bas utbildningar

- Fördjupade basutbildningar
 - Grundläggande psykisk ohälsa
 - Psykisk ohälsa hos äldre
 - Suicidprevention
- Utförs gemensamt i arbetsgrupper
- Studiecirkelformat med filmade föreläsningar
- För regional och kommunal personal



PSYK-E BAS



PSYK-E BAS



PSYK-E BAS

Suicidprevention – övriga utbildningar

SPiSS – Suicidprevention i Svensk sjukvård

Till personal

- Webbutbildning
- Utförs individuellt
- Finns tillgänglig på Lärande region och webb
- Ca 2 timmar



Våga fråga och Våga fråga äldre

Till allmänhet och personal

- Tvåtimmars utbildning
- Ges av Suicide Zero
- Fakta och myter om självmord
- Varningssignaler att uppmärksamma
- Viktigt att förmedla hopp

Spel om pengar och spelproblem



Utbildning

Det finns möjlighet att inom regionen få basutbildning om Våld i nära relationen. Regionen anordnar både öppna basutbildningar för anmälan från flera verksamheter och verksamhetsspecifika utbildningar.

Grundläggande innehåll:

- Vad är våld i nära relationer?
- Hälsa- och sjukvårdens uppgift
- Att identifiera våldsutsatthet

Föreläsning, filmer och diskussioner

Möjlighet till viss fördjupning inom:

- Barns utsatthet
- Funktionshindersrelaterat våld
- Hedersrelaterat våld och förtryck
- Samverkan
- Våldspreventivt arbete

Aktuellt arbete

Under 2023 kommer fokus bland annat vara:

- Framtagande av rutiner i LITA rörande barn och våldsutsatthet, hedersrelaterat våld och förtryck samt prostitution/sex mot ersättning och människohandel för sexuella ändamål
- I samverkan med Länsstyrelsen Västerbotten anordna utbildningar om våldsutövare samt sexuellt våld
- I samverkan med FoU Socialtjänst anordna tillfällen för kompetensutveckling och samverkan mellan hälso- och sjukvård och socialtjänst



TACK!