

Irene Nilsson Carlsson  
Irene.nilsson-carlsson@socialstyrelsen.se

Ann-Sofie Bertilsson  
Ann-sofie.bertilsson@socialstyrelsen.se

## Primärvårdens stöd till patienter med ohälsosamma levnadsvanor 2019

### Fler patienter får stöd att ändra ohälsosamma levnadsvanor

Regionerna fortsätter att bygga ut rådgivningen inom primärvården<sup>1</sup> till personer med ohälsosamma levnadsvanor. Socialstyrelsens Nationella riktlinjer för att förebygga och behandla ohälsosamma levnadsvanor rekommenderar till hälso- och sjukvården att ge rådgivning till patienter som röker, har ett riskbruk av alkohol, är otillräckligt fysiskt aktiva eller har ohälsosamma matvanor. I år är första året som samtliga regioner har lämnat uppgifter till Socialstyrelsen om arbetet med levnadsvanor. Under 2019 har rådgivningen ökat gällande alla fyra levnadsvanor.

Störst ökning ser vi för rådgivning om fysisk aktivitet. Det är 6,1 procent av alla patienter inom primärvården som fått rådgivning om fysisk aktivitet under 2019. Observera att vi redovisar rådgivningen i förhållande till alla patienter i primärvården eftersom vi inte har tillgång till uppgifter om hur många av besökarna i primärvården som har ohälsosamma levnadsvanor.

En positiv utveckling är att något fler personer än tidigare, närmare 1 procent har fått rådgivning om riskbruk av alkohol. Trots utvecklingen är det dock fortfarande den levnadsvana där det är minst vanligt med rådgivning i primärvården. Alkoholkonsumtion kan orsaka eller hänga samman med många av de hälsoproblem som är vanligt att söka för i primärvården så det är därför angeläget att personalen erbjuder stöd till dem som har ett riskbruk av alkohol. Enligt Folkhälsomyndighetens data för 2020 var 12 procent av kvinnorna och 20 procent av männen i åldern 16-84 år riskkonsumenter av alkohol. Sannolikt är således behovet av rådgivning betydligt högre än vad som ges inom primärvården idag.

Ohälsosamma matvanor är vanliga i befolkningen<sup>2</sup> och 2019 fick 4,1 procent av patienterna i primärvården rådgivning om matvanor. Det har blivit mindre vanligt att röka och 2020 rökte 7 procent av kvinnorna och 7 procent av männen dagligen. Andelen patienter inom primärvården som fått rådgivning för att sluta

---

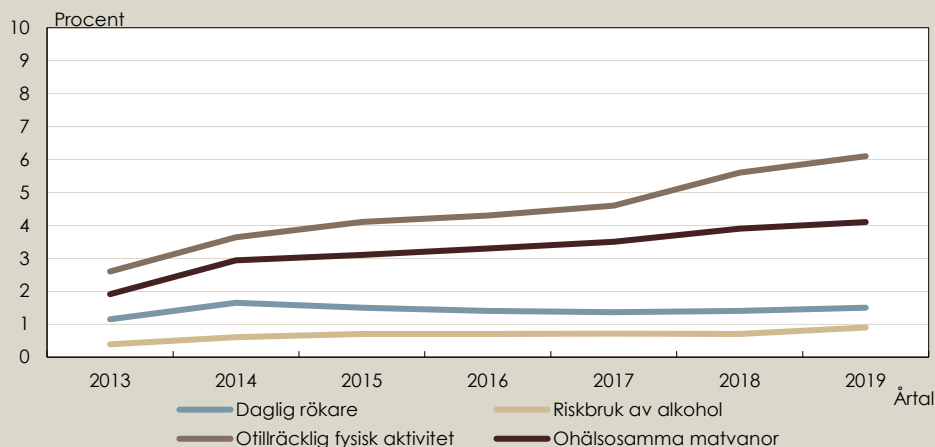
<sup>1</sup> Uppgifterna bygger på en enkät som har skickats till regionerna och svaren avser i regel verksamhet vid vårdcentraler/hälsocentraler eller motsvarande. Vi saknar motsvarande information från den kommunala hälso- och sjukvården och när det i rapporten anges primärvården avses därför regionernas primärvård. Jämförelsen mellan åren behöver göras med viss försiktighet eftersom det har tillkommit fler regioner som har svarat på enkäten sedan första insamlingen 2013. Vid insamlingen för 2019 rapporterade samtliga regioner.

<sup>2</sup> Det är t.ex. bara 34 procent av befolkningen 16-84 år som äter grönsaker och rotfrukter minst 2 gånger per dag enligt Folkhälsomyndighetens data.

röka är i stort sett oförändrad sedan 2016, men senaste året ser vi en liten ökning av rådgivningen till 1,5 procent.

### Figur 1. Åtgärder till personer med ohälsosam levnadsvana

Andelen av primärvårdens patienter som har fått en dokumenterad åtgärd på grund av ohälsosam levnadsvana år 2013-2019.

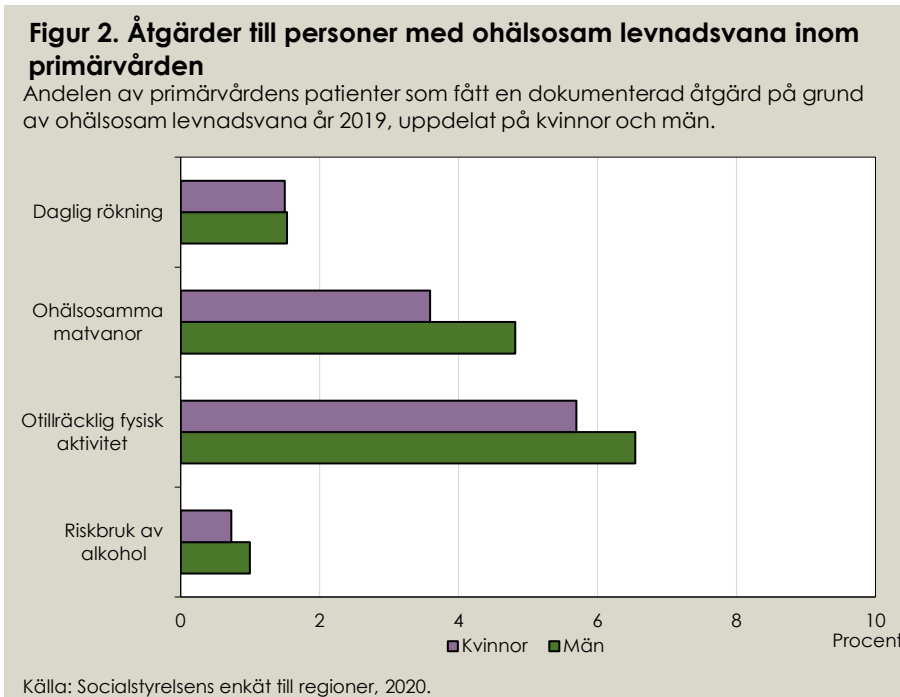


Källa: Socialstyrelsens enkät till regioner, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019 och 2020.

## Rådgivningen om levnadsvanor olika för kvinnor och män

Det är en större andel av männen som är patienter inom primärvården som får rådgivning om levnadsvanor jämfört med kvinnor som är patienter i primärvården. Skillnaderna är tydligast när det gäller rådgivning om matvanor och fysisk aktivitet men gäller även för rådgivning om alkohol.

Om man i stället jämför hur många kvinnor respektive män som får rådgivning är bilden delvis annorlunda. Mätt på det sättet är det fler kvinnor än män som får rådgivning om fysisk aktivitet och rökning. Skillnaderna i jämförelserna beror på att det är betydligt fler kvinnor än män som är patienter i primärvården.



## Det är fortfarande stora skillnader hur regionerna arbetar med levnadsvanor

Norrbotten ligger fortfarande i topp när det gäller att genomföra någon form av rådgivning för alla levnadsvanor. I Norrbotten fick 2019 hela 15,7 procent av besökarna i primärvården någon form av rådgivning om fysisk aktivitet och 11,8 procent någon form av rådgivning om ohälsosamma matvanor. Många i Norrbotten får dock enkla råd. Det är bra att inleda rådgivningen med enkla råd men alla regioner är sannolikt inte lika noga med att dokumentera när man lämnar enkla råd vilket kan förklara en del av skillnaderna mellan regionerna.

Om vi jämför de mer omfattande åtgärderna för fysisk aktivitet, dvs. rådgivande samtal och kvalificerat rådgivande samtal är det flera regioner som ligger på en likvärdig nivå. Det gäller Stockholm, Västernorrland, Västmanland och Norrbotten där mellan 6,3 och 7,2 procent av primärvårdsbesökarna har fått rådgivande eller kvalificerat rådgivande samtal om fysisk aktivitet.

När det gäller rådgivning om matvanor ger Socialstyrelsen högst prioritet till kvalificerat rådgivande samtal. Det är två regioner där minst 5 procent av primärvårdsbesökarna får kvalificerat rådgivande samtal om matvanor, Stockholm och Västernorrland.

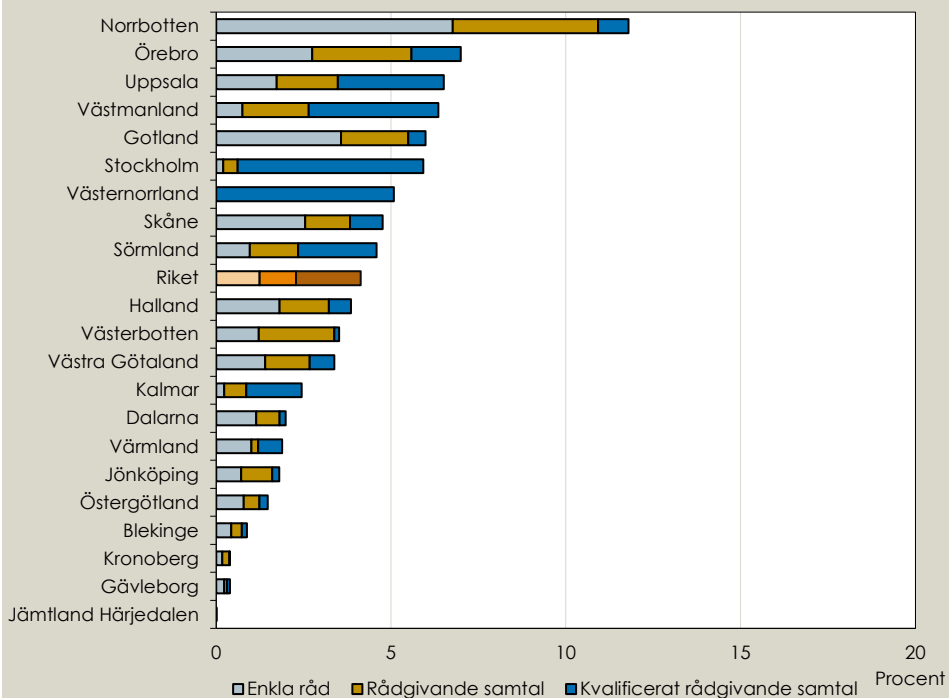
Rådgivningen om tobak prioriteras högt både för rådgivande och kvalificerat rådgivande samtal. I sex regioner fick minst 1 procent av patienterna i primärvården rådgivande eller kvalificerat rådgivande samtal om rökning under 2019.

För att stödja personer med riskbruk av alkohol att ändra sina dryckesvanor ges högst prioritet till rådgivande samtal- i de Nationella riktlinjerna för att förebygga och behandla ohälsosamma levnadsvanor. Fem regioner genomförde 2019

rådgivande eller kvalificerat rådgivande samtal till minst 0,5 procent av besökarna i primärvården. Det var Skåne, Västmanland, Västernorrland, Norrbotten och Gotland.

### Figur 3. Åtgärder till personer med ohälsosamma matvanor

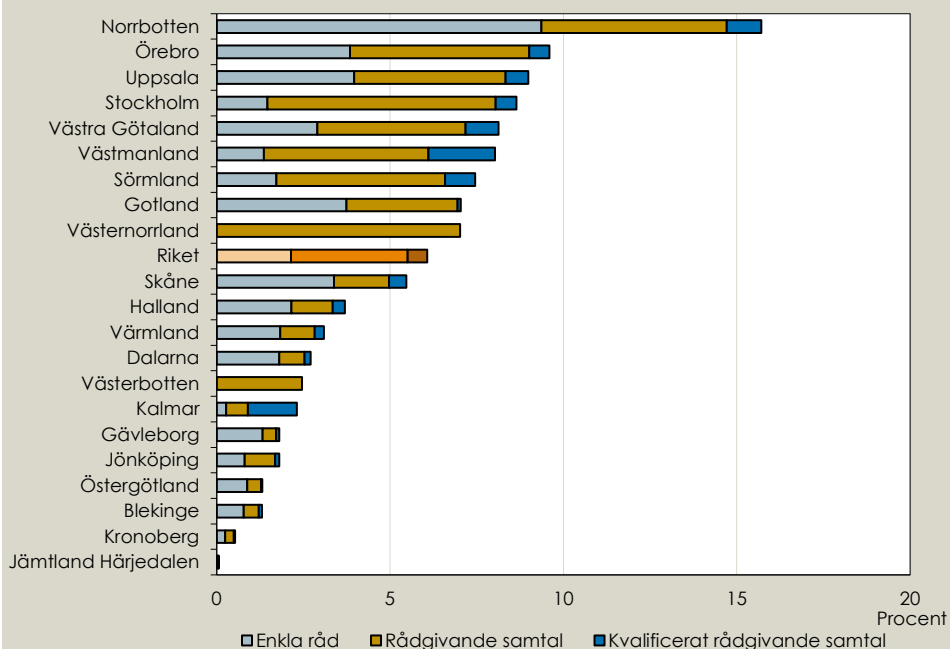
Andelen av primärvårdens patienter som under året har fått en dokumenterad åtgärd på grund av ohälsosamma matvanor. År 2019.



Källa: Socialstyrelsens enkät till regioner, 2020.

### Figur 4. Åtgärder till personer med otillräcklig fysisk aktivitet

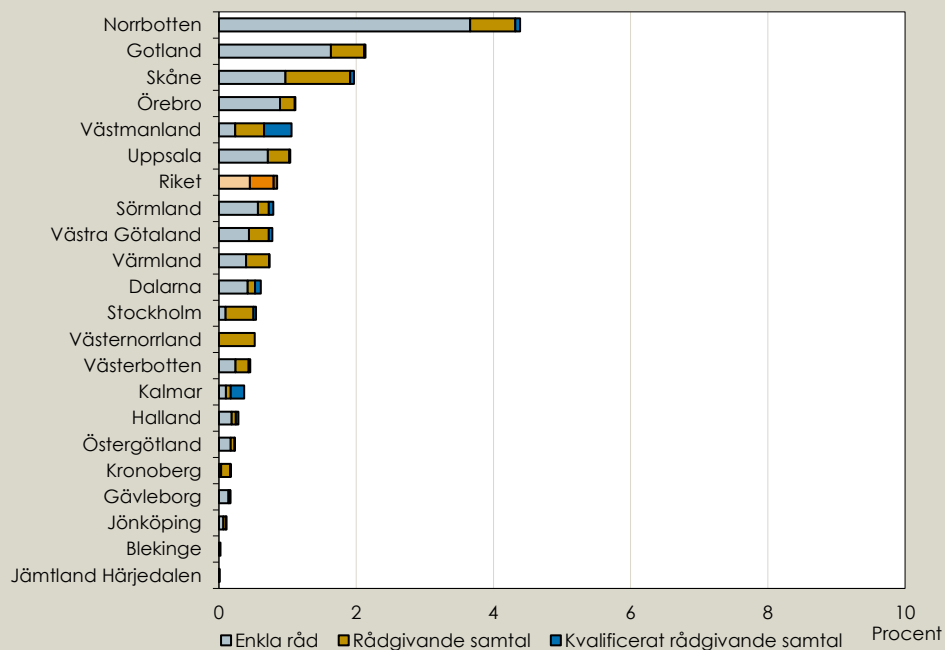
Andelen av primärvårdens patienter som under året har fått en dokumenterad åtgärd på grund av otillräcklig fysisk aktivitet. År 2019.



Källa: Socialstyrelsens enkät till regioner, 2020.

### Figur 5. Åtgärder till personer med riskbruk av alkohol

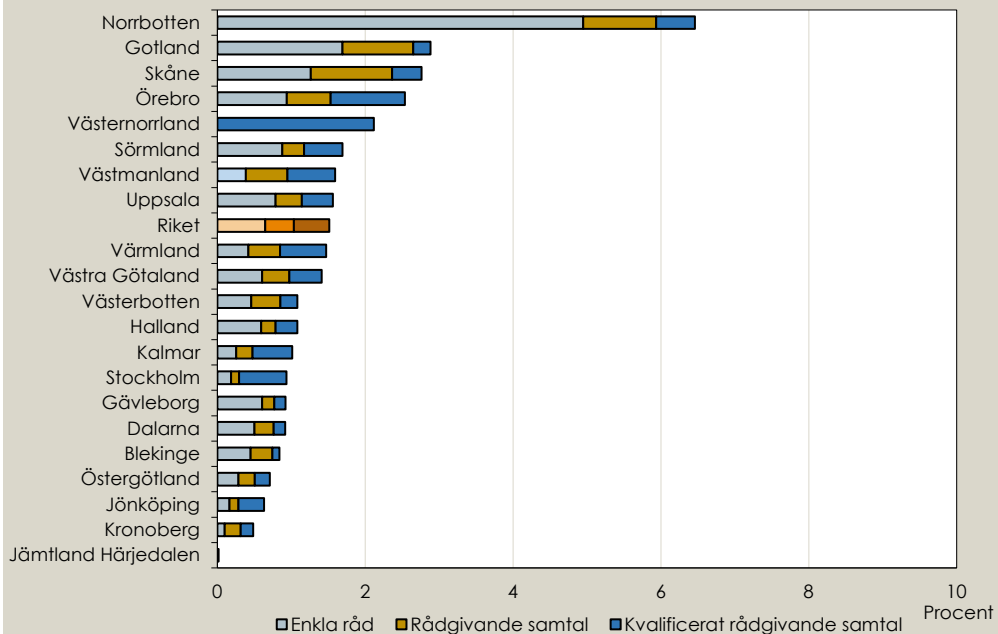
Andelen av primärvårdens patienter som under året har fått en dokumenterad åtgärd på grund av riskbruk av alkohol. År 2019.



Källa: Socialstyrelsens enkät till regioner, 2020.

**Figur 6. Åtgärder till personer som röker dagligen**

Andelen av primärvårdens patienter som under året har fått en dokumenterad åtgärd på grund av daglig rökning. År 2019.



Källa: Socialstyrelsens enkät till regioner, 2020.