



LUNDS
UNIVERSITET

Riktade Hälsosamtal i Skåne -Vad visar forskningen?

BEATA BORGSTRÖM BOLMSJÖ,

SPECIALIST I ALLMÄN MEDICIN, VÅRDCENTRALEN SORGENFRI, MALMÖ
DOCENT, CENTRUM FÖR PRIMÄRVÅRDSFORSKNING, IKVM; LUNDS UNIVERSITET



Vad är riktade
hälsosamtal i Skåne?
–hur går det till

Mål med forskningen
kring de riktade
hälsosamtalen i
Skåne?

Vad visar resultaten?

Var står vi nu?

Spelar det någon roll?



Riktade häls

Syfte

- Identifiera ohälsosamma levnadsvanor
- Stödja förändring för att förebygga hjärt-kärlsjuk

Målgrupp

- Alla invånare 40 & 50 år på vårdcentralerna i Sk

Genomförande

1. Inbjudan via brev/digitalt + telefonkontakt
2. Digital hälsoenkät + provtagning
3. Hälsosamtal på vårdcentral eller digitalt

Fokusområden

- Levnadsvanor: fysisk aktivitet, mat, alkohol, tobak
- Biologiska riskfaktorer: blodtryck, blodfetter, blodsocker
- Psykosociala faktorer & ärftlighet

Hälsokurvan

- Visuellt pedagogiskt verktyg
- Utgår från deltagarens behov
- Stöd & råd för hälsosamma levnadsvanor och psy

Man Storafrund

19090909-0909

Kön: Kvinna Ålder: 112 Grupp: 40

		Låg risk ← → Hög risk			
		1	2	3	4
Fysisk aktivitet, kcal/vecka	-	>2000	1000-2000	500-999	<500
Mat, Fett: - Fiber: - Kostpoäng -		3-5	6-8	9-11	
Alkohol, glas/vecka	-	♂ <5 ♀ <4	2-3 5-8	14-18 9-12	>18 >12
Tobak	Cig/dag - Snusdosor/vecka -	0	max. 4 cigg, vattenpipa	1-9	>9
Livssituation	-	<2	2-3	4-5	
Psykisk ohälsa	-	<3	3-4	5-7	
Ärftlighet, diabetes	-	0	1	≥2	
Ärftlighet, hjärt-kärlsjukdom	♀ (ålder): -	♂ <10 ♀ <9	10-19 10-14	20-29 15-19	>30 >10
BMI, kg/m ²	-	♂ <27 ♀ <26	27-36,9 29-38,9	>37 >39	
Midja-stusskvot	-	♂ <0,90 ♀ <0,78	0,90-0,94 0,78-0,82	0,95-0,99 0,83-0,87	>1,00 >0,88
Blodtryck, mm Hg	---	<140 <90	140-159 90-104	160-179 105-114	≥180 ≥115
Kolesterol, mmol/l	-	♂ <5,00 ♀ <5,00	5,00-6,49 5,00-7,09	6,50-9,00 7,10-9,00	>9,00 >9,00
Kronisk sjukdom, ICD-10	-				

Vikt: -
Längd: -
Midja: -
Stuss: -
Blodtryck: --- mm Hg

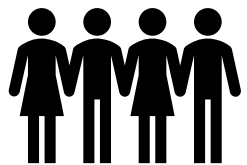
Kolesterol: -
LDL: -
HDL: -
fP-Glukos: -

Vårdcentral:
Test VC
Hälsosamtalsledare:
emma

Mål med forskningen i riktade hälsosamtal

- Utvärdera själva metoden Riktade hälsosamtal
- Undersöka hälsan och livsstilen hos medelålders invånare i Skåne
- Ta fram nya kunskaper kring kardiovaskulära riskfaktorer
- Långsiktig uppföljning av samband mellan riskfaktorer och livsstil på hjärt-kärlsjukdomar, cancer och andra allvarliga sjukdomar

Här är vi nu



Alla



Informerat samtycke
forskningsstudie



Biobank



LUNDS
UNIVERSITET



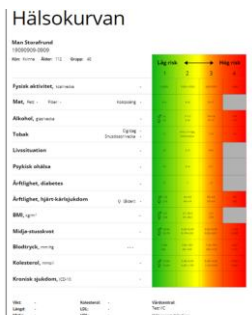
Fallgropar!



Datautlämning svårt trots etiktillstånd, tar mycket tid



Självrapporterad data. *Enormt bra matvanor men ändå obesitas och > 60 % fysiskt aktiva >150 min/vecka*



Förändringar i metodstödet efter hand

Kartläggning av vår första studiepopulation



Scandinavian Journal of Primary Health Care



ISSN: (Print) (Online) Journal homepage: www.tandfonline.com/journals/jpri20

Health determinants among participants in targeted health dialogues offered to all 40-year-old individuals in a metropolitan region of 1.4 million people

Emelie Stenman, Beata Borgström Bolmsjö, Anton Grundberg & Kristina Sundquist



Preventive Medicine Reports 45 (2024) 102845

Contents lists available at [ScienceDirect](https://www.sciencedirect.com)

Preventive Medicine Reports

journal homepage: www.elsevier.com/locate/pmedr



Obesity and its association with self-efficacy and metabolic risk factors by region of birth among 40-year-olds participating in the Swedish targeted health dialogues

Beata Borgström Bolmsjö^{a,b,*}, Simona Chiarappa^{a,b,c,1}, Emelie Stenman^{a,b}, Anton Grundberg^{a,b}, Kristina Sundquist^{a,b}

> [Arch Public Health](https://doi.org/10.1186/s13690-024-01457-4). 2024 Nov 28;82(1):228. doi: 10.1186/s13690-024-01457-4.

Aggregation of cardiovascular risk factors in a cohort of 40-year-olds participating in a population-based health screening program in Sweden

Beata Borgström Bolmsjö^{1 2}, Emelie Stenman^{3 4}, Anton Grundberg^{3 4}, Kristina Sundquist^{3 4}

Affiliations + expand

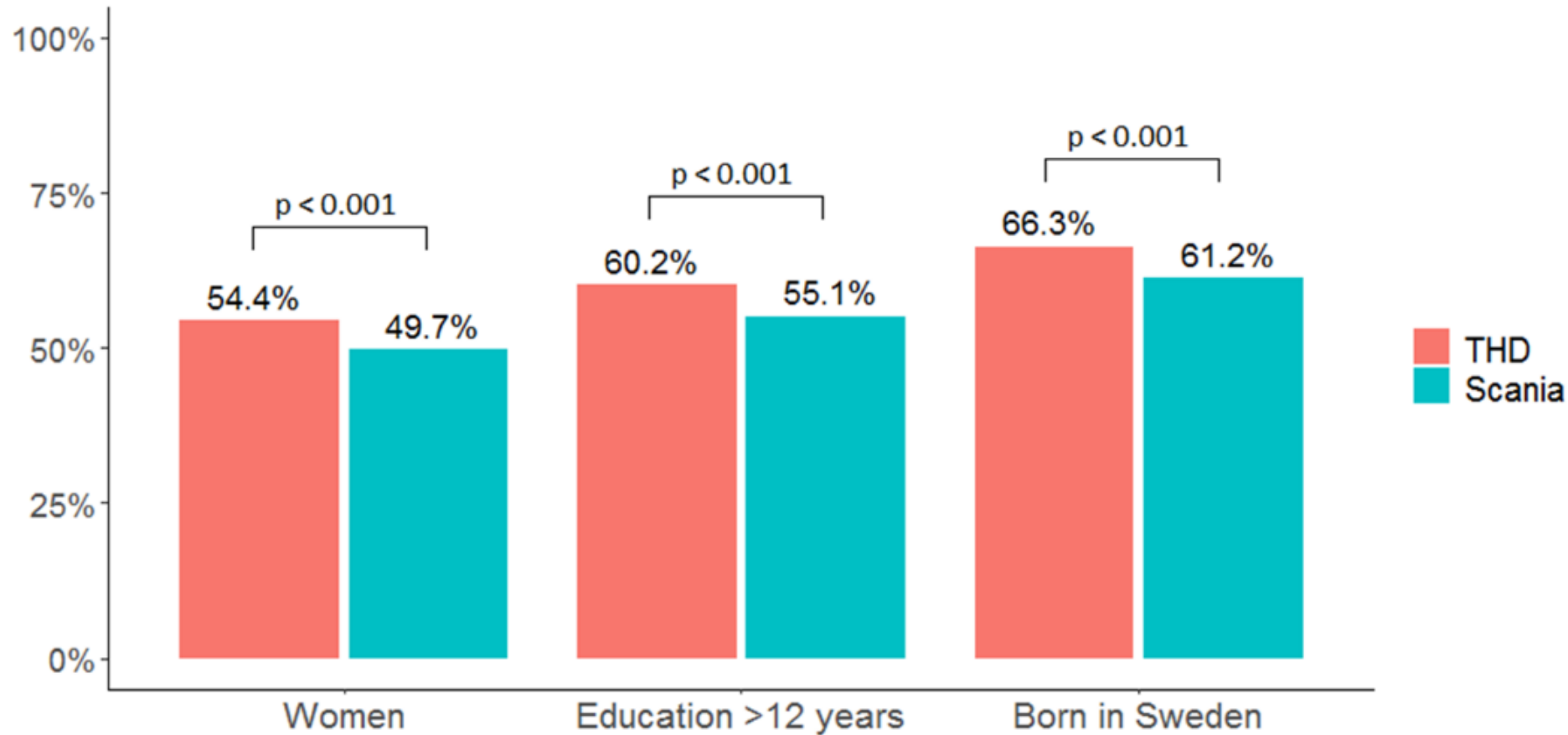
PMID: 39609874 PMCID: [PMC11603876](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/PMC11603876/) DOI: [10.1186/s13690-024-01457-4](https://doi.org/10.1186/s13690-024-01457-4)

Samma kohort i alla tre artiklarna
1831 40-åringar i Skåne



LUNDS
UNIVERSITET

Kvinnor, högutbildade och svenskfödda deltog oftare i hälsosamtal



	Kvinnor	Män
Högt blodtryck (>140/90)	12.0 %	26.6 %
Högt kolesterol (LDL $\geq$ 5 mmol/L)	2.4%	8.0%
Högt fastesocker (6.1 – 6.9 mmol/l eller >7)	5.8%	13.3%
BMI 25 – 29.9	27.9%	43.8%
BMI $\geq$ 30	18.7%	18.6%
Hög midje-stuss kvot	25.8%	55.7%
Hög alkohol konsumtion	11.6%	21.8%
Tobaksanvändning	19%	40%

*p<0.05 för samtliga utom BMI>30

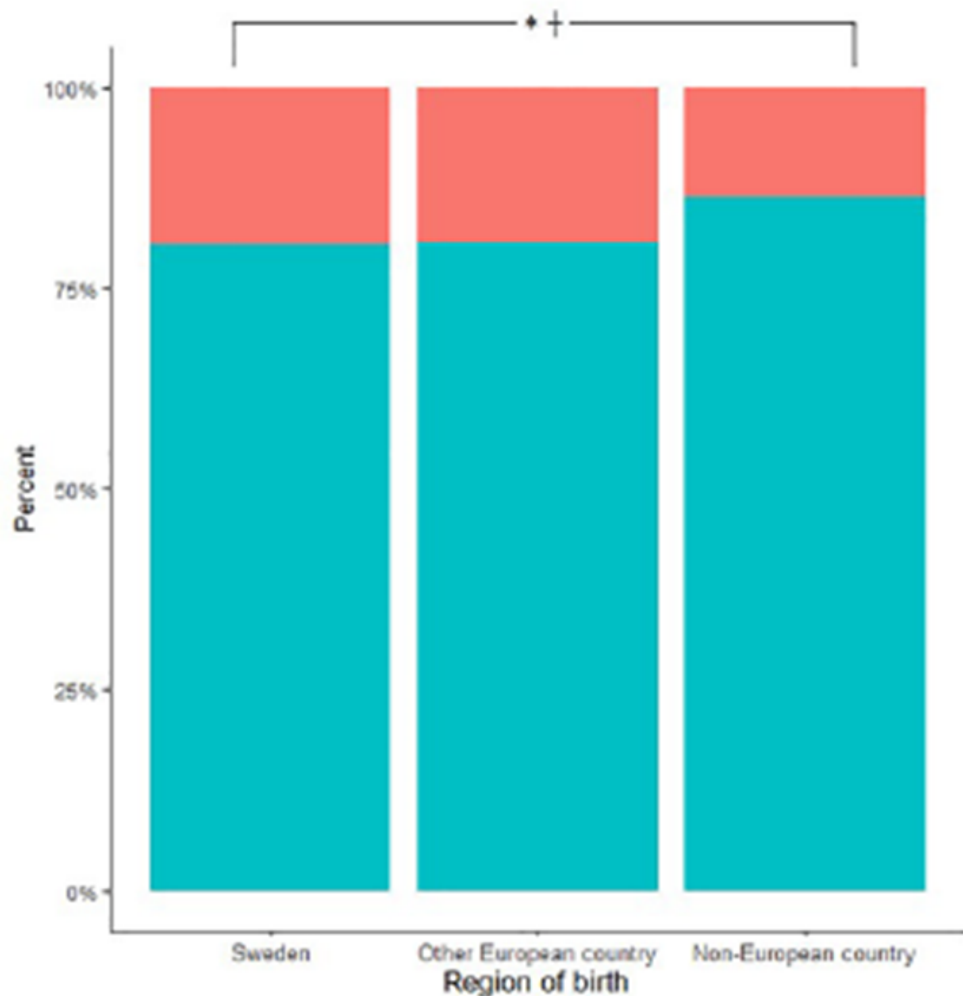
	Låg utbildning	Hög utbildning
Högt blodtryck (>140/90)	22.4%	16.0%
Högt fastesocker (6.1 – 6.9 mmol/l / >7)	12.1%	7.2%
BMI 25 – 29.9	38.6%	32.7
BMI $\geq$ 30	25.0%	14.7%
Hög midje-stuss kvot	49.5%	32.8%
Tobaksanvändning	39.1%	21.7%

*p<0.05 för samtliga

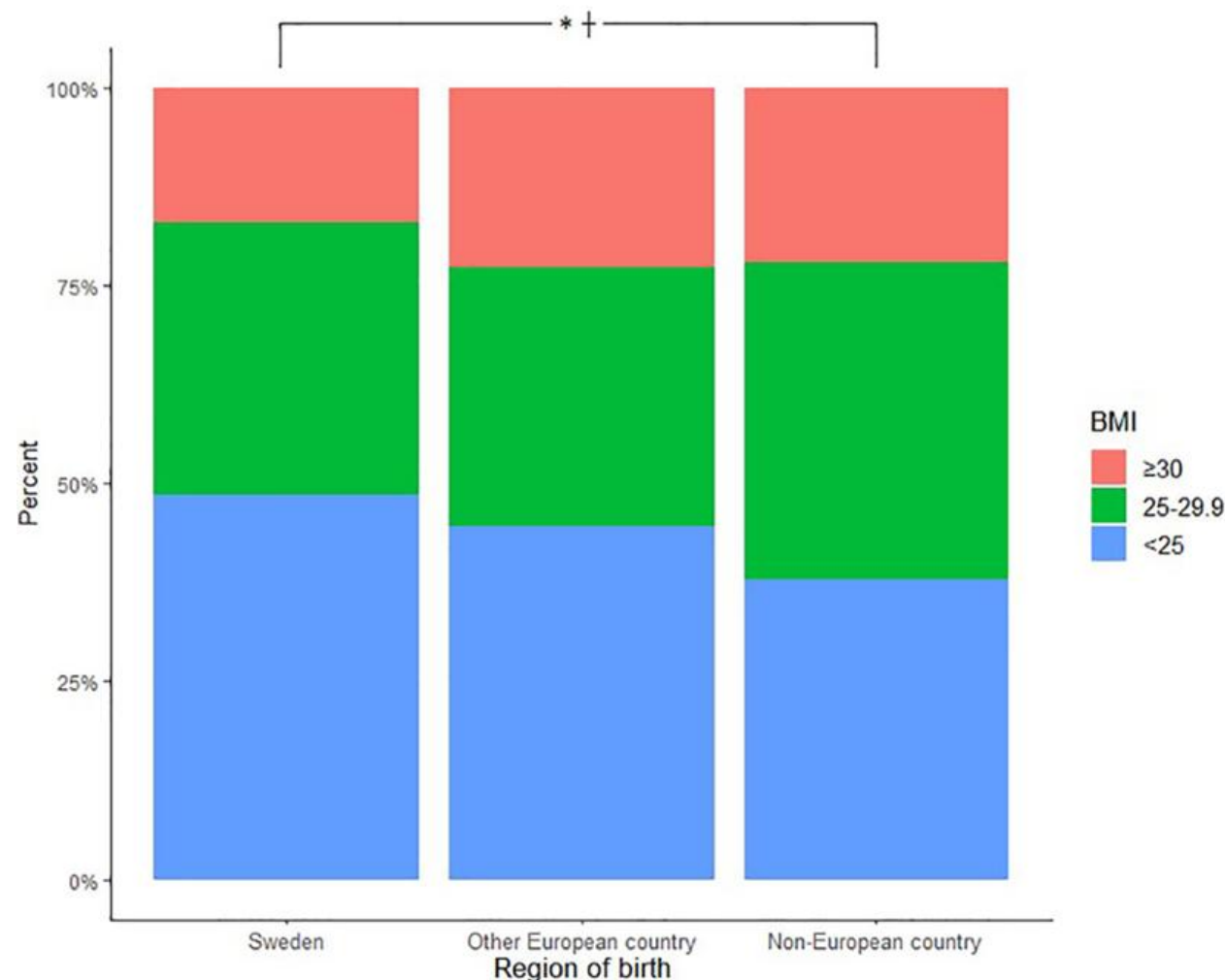
- Samband mellan antal ohälsosamma levnadsvanor och metabola riskfaktorer

Den metabola riskprofilen skiljer sig beroende på var man är född

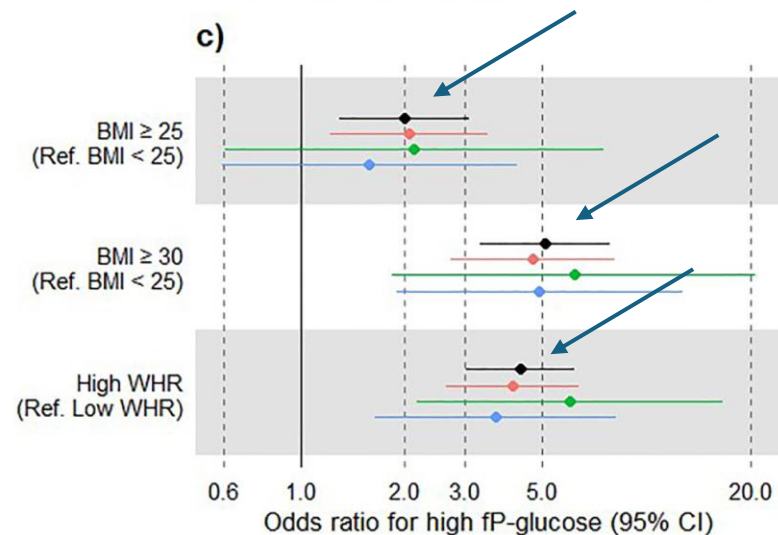
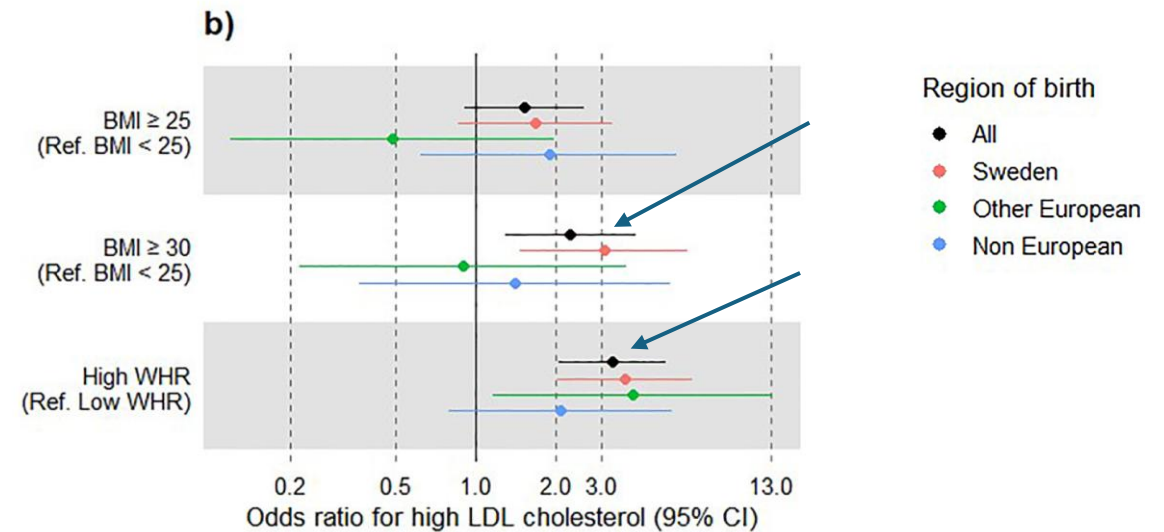
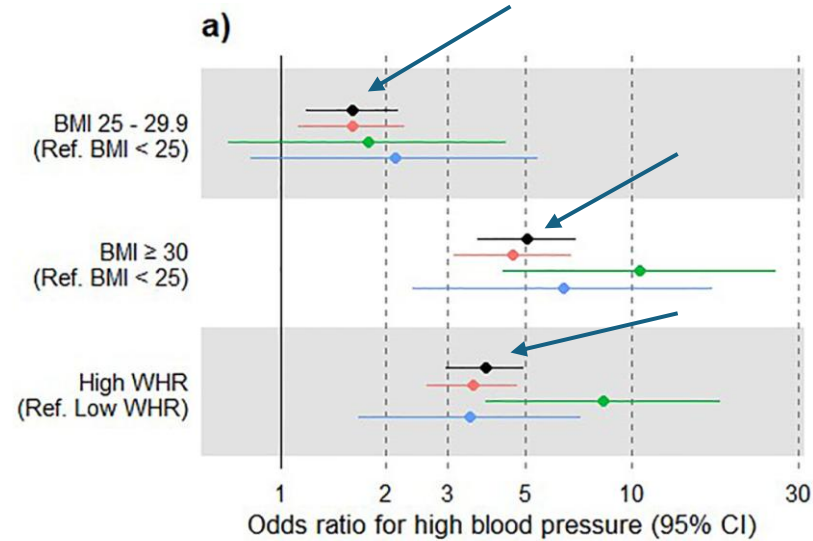
Blodtryck



BMI



Samband mellan högt BMI/hög midja-stusskvot (WHR) och metabola riskfaktorer



Borgström Bolmsjö et al. Obesity and its association with self-effi actors by region of birth among 40-year-olds participating in the S dialogues. Preventive Medicine Reports 2024.

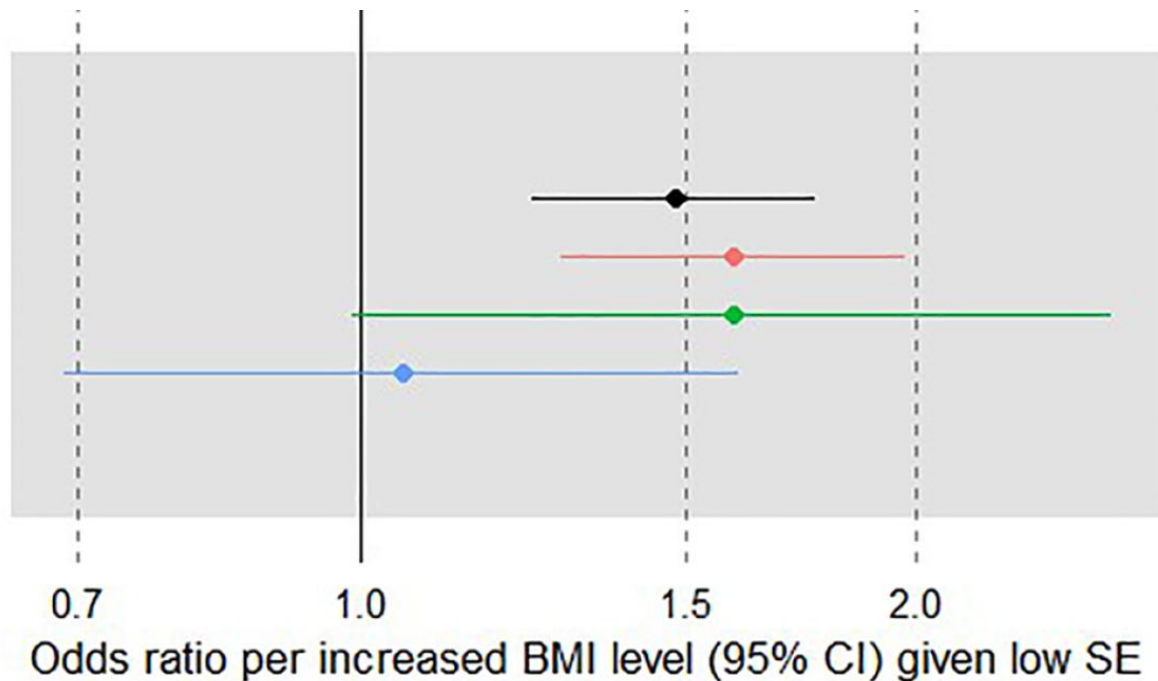
Association mellan metabola riskfaktorer och övrig risk

(justerat för kön, utbildningsnivå och ursprung)

	Högt blodsocker	Högt blodtryck	Högt kolesterol	Fetma/hög midje stuss kvot
Psykisk ohälsa				
Social utsatthet				
Rökning				
Ärftlighet				

Self-efficacy: tilltro till förmågan att påverka den egna hälsan

54,7 % av svenskfödda deltagare, 47,4 % av deltagare födda i Europa och 48,5 % av deltagare födda utanför Europa hade en hög self-efficacy/tilltro ($p < 0.05$).



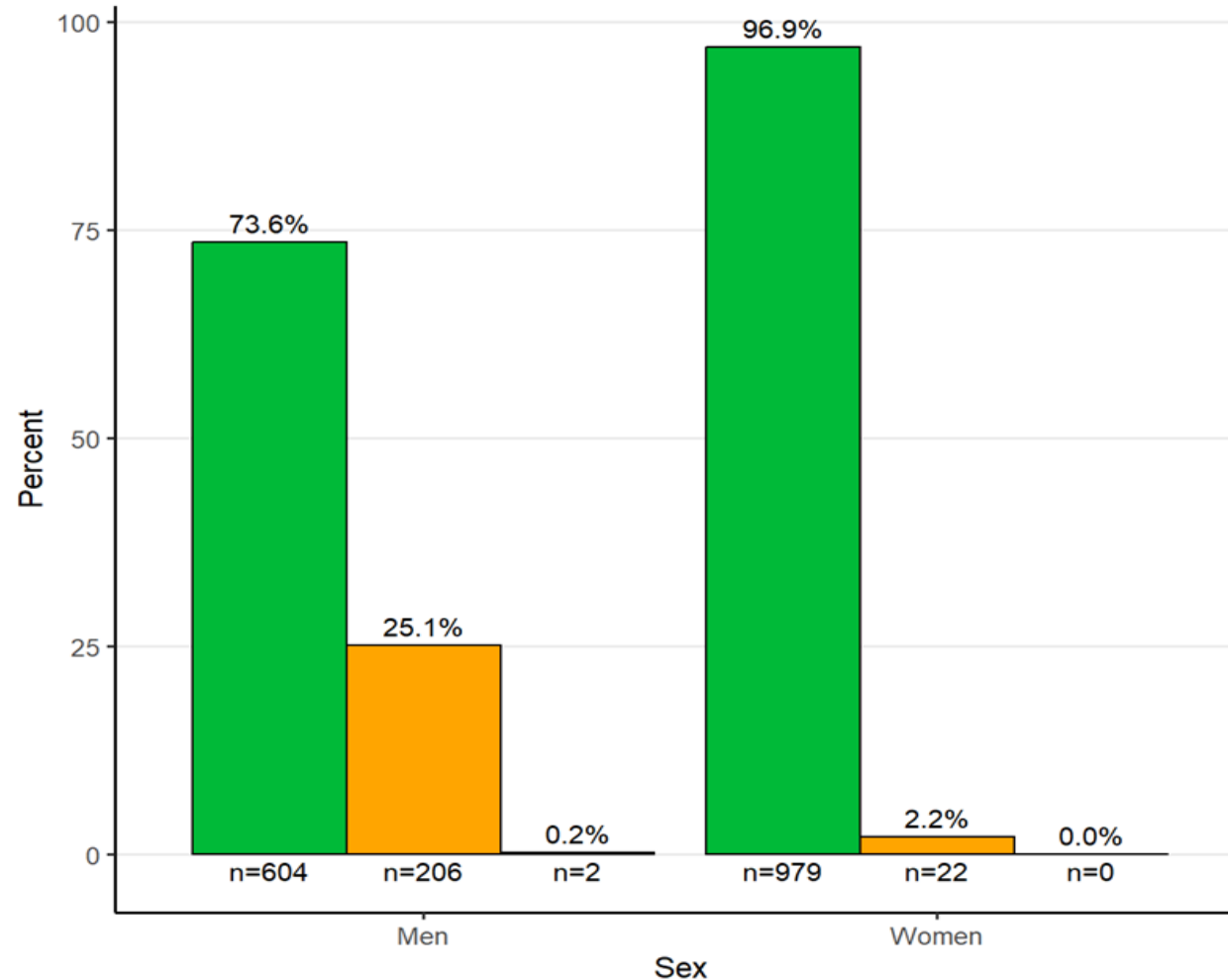
Samband mellan **låg tilltro** till egna förmågan att påverka hälsan och **högt BMI**

Region of birth

- All
- Sweden
- Other European
- Non European

SCORE2

- Non-HDL, blodtryck, kön, rökning
- 1/4 av alla män
2,5 % till < 7,5 % risk
för kardiovaskulär
händelse inom 10 år
- > 95 % av kvinnorna låg
risk < 2,5%
- 0,2 vs 0 % hög risk för
alla



Borgström Bolmsjö et al. Aggregation of cardiovascular risk factors in a cohort of 40-year-olds participating in a population-based health screening program in Sweden. Archives of Public Health 2024.

Vad säger våra riktlinjer?

Den samlade risken är viktigare än absoluta blodfettnivåer. För personer utan känd hjärtkärlsjukdom eller diabetes kan en multifaktoriell riskvärdering göras, gärna med hjälp av SCORE2 för personer 40-69 år och SCORE2-OP för personer äldre än 70 år som ger en uppskattning av personens risk att drabbas utav kardiovaskulär död, icke-fatal hjärtinfarkt eller stroke inom 10 år.

Riskenivå och åtgärd	<50 år	50-69 år	>70 år
 Låg-måttlig kardiovaskulär risk: Riskfaktorbehandling ej indicerad	<2,5 %	<5 %	<7,5 %
 Hög kardiovaskulär risk: Riskfaktorbehandling bör övervägas	2,5 – 7,5%	5 – 10 %	7,5 – 15 %
 Mycket hög kardiovaskulär risk: Riskfaktorbehandling rekommenderas	>7,5 %	>10%	>15%

Modifierad tabell, 10-års risk enligt SCORE 2, Eur Heart Journal (2021) 42, 3227-3337.

Ställningstagande till farmakologisk lipidbehandling bör ske på individuell bedömning baserad på förekomst av andra riskfaktorer, komorbiditet och patientpreferens.



Sammanfattning

- Obesitas / ökat midjeomfång är kopplat till övriga metabola riskfaktorer men också till alla andra icke-metabola riskfaktorer
- Personer med obesitas har lägre tilltro till den egna förmågan att påverka sin hälsa
- Många 40-åriga män i Skåne har en medelhög risk för hjärtekärlhändelse inom 10 år –men inte kvinnor!
- **Ska man rikta sig mer specifikt?**
- **Fungerar metoden i sjukvården?**



Var står vi nu?



Familiär hyperkolesterolemi LDL>5,
hur många fått diagnos hyperlipidemi inom ett år?



Time needed to treat?

Tack för er uppmärksamhet!

14.04 !!!



LUNDS
UNIVERSITET

– Det var lite svårt efter 5 minuter för det var så varmt och svetten började rinna i ögonen på mig. Jag fick en liten felträff med underbenet men jag lyckades hålla bollen i luften, säger Tomas Lundman.

