

Regionens hälsoinriktade arbete

Genom det här nyhetsbrevet vill vi på Kompetenscentrum för hälsa (KCH) visa hur många bra hälsofrämjande insatser som görs i Regionen på olika nivåer.

Västmanlands hälsosamtal för 50-åringar

Från och med fredag den 3 mars 2017 införs riktade hälsosamtal för 50-åringar inom primärvården i Västmanland. Syftet är att förebygga hjärtkärlsjukdom och diabetes typ 2 genom att påverka levnadsvanor. Alla listade 50-åringar blir erbjudna ett kostnadsfritt hälsosamtal inkl. provtagning. Hälsosamtalsledare har utbildats och ett webbstöd har tagits fram för att minska administrationen. Region Västmanland är först i Sverige med att erbjuda denna digitalisering av hälsosamtalsprocessen men flera landsting och regioner är på väg i samma riktning.

Har du frågor kontakta projektledare Rebecca Jensen: rebecca.jensen@regionvastmanland.se, 021-175337

"LÄGET - ett kulturprojekt baserat på undersökningen liv och hälsa ung"

Du har väl inte glömt att anmäla dig till projektet Lägets avslutningskonferens?

Nu avslutas Läget som projekt och den 28-29 mars är du inbjuden till projektets avslutningskonferens "Kultur som metod för att sprida information och kunskap" i Västerås! Under de två dagarna vill vi dela med oss av våra erfarenheter av projektet och du bjuds på alltifrån teaterföreställningar till panelsamtal och föreläsningar.

Information, inbjudan och anmälningslänk finns här:

www.regionvastmanland.se/laget

Aros Congress Center (ACC) Västerås den 28-29 mars 2017, sista dag för anmälan 21 mars. Har du frågor, kontakta Madelen Lindquist, madelen.lindquist@regionvastmanland.se eller tel. 021-17 56 85

Liv och hälsa ung

Insamlingen av Liv och hälsa ung 2017 är klar. Över 6 000 elever har medverkat i undersökningen.

De första resultaten skickas ut till länets skolor och kommuner i maj. Under hösten skickas resultaten för sarskolan ut, som deltog för första gången i årets undersökning.

Målet med Liv och hälsa ung är att bidra till en god hälsa bland länets unga. Genom undersökningen får vi mer information om vad som fungerar bra och var det finns problem. På så vis blir det lättare att sätta in insatser på rätt ställe.

Hälsofrämjande förhållningssätt i personcentrerad vård

HFS-nätverkets temagrupp hälsofrämjande förhållningssätt har tagit fram ett introduktionsbildspel som också är en bildbank där du kan plocka bilder och sätta ihop med bilder som belyser arbetet i den egna organisationen.

Bildspelet beskriver hälsofrämjande förhållningssätt i förhållande till personcentrerad vård som tar sin ansats i patientlagen. Personcentrerad vård utgår från att en patient är mer än sin sjukdom och kan vara en aktiv part i planering av vården. Hälsofrämjande förhållningssätt stödjer detta genom att ta vara på patientens resurser och möjligheter att uppleva god självskattad hälsa. [Du hittar bildspelet här](#)

Nationell HFS-konferens - Tillsammans för en god och jämlik hälsa.

Jönköping står värdar för årets konferens som äger rum 30-31 maj. Det är ett samarbete med utvecklingskraft som tar vid 31 maj till 1 juni. Information publiceras löpande på webbplatserna: plus.rjl.se/utvecklingskraft samt www.hfsnatverket.se

Levnadsvanor för ST-läkare

I programmet för ST-läkarnas utbildning ingår nu en kurs om sjukdomsförebyggande arbete genom förändring av ohälsosamma levnadsvanor. Det kommer att ske vid två tillfällen per år och det är läkemedelskommitténs expertgrupp levnadsvanor som står för innehåll och utförande.

Liv och hälsa 2017- En undersökning om livsvillkor, levnadsvanor och hälsa

Hälsan ser olika ut i olika åldrar och förändras över tid. Ökar eller minskar olika hälsoproblem? Vilka är orsakerna till vår tids ohälsa? Frågorna är viktiga. Därför genomför Region Västmanland en befolkningsenkät bland vuxna under våren 2017. I början av mars får närmare 14 000 slumpmässigt utvalda länsinvånare i åldern 18 år eller äldre ett brev med förfrågan om att svara på en enkät. Frågeformuläret kan svaras via webb- eller pappersenkät. Undersökningen görs i samverkan med Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Landstinget i Värmland och Region Örebro län. Liknande undersökningar gjordes år 2000, 2004, 2008 och 2012.

Undersökningen genomförs för att studera hälsoutvecklingen i befolkningen samt människors egen uppfattning om sin hälsa. Resultaten används som underlag för planering av den framtida hälso- och sjukvården samt folkhälsoarbetet i länet. Nytt i undersökningen är att frågeformulären är särskilt anpassade till åldersgrupperna 18-29 år, 30-69 år och 70+ år. Frågeområdena handlar om hälsa, levnadsvanor och livsvillkor.

De första resultaten av undersökningen kommer att presenteras under senhösten 2017.

<https://regionvastmanland.se/livochhalsa2017>



I juni kommer nästa nummer ut. Har du idéer om saker du vill läsa eller om du har ett bra exempel på hur just din enhet jobbar hälsofrämjande så maila annika.wallin@regionvastmanland.se och berätta.

”Från eldsjälur till helhet och engagemang”

Intervju med enhetscheferna Henrik Drott och Birgitta Törnblom.

Röntgenkliniken startade upp sina hälsoteam under 2015. Teamet består av enhetschefer, skyddsombud och hälsoinspiratörer.

”Det kändes naturligt och roligt att ta det här steget och vi hade ett bra samarbete med Regionhälsan. Att ha ett hälsoteam underlättar för det blir en kontinuitet och arbetet är inte beroende av några eldsjälur som försöker hålla ett engagemang uppe”, säger Henrik.

Det startade med en föreläsning om hälsofrämjande arbetsplats varefter man hade en workshop för att få fram friskfaktorer. Både detaljer i den egna verksamheten och förmåner som Hälsolyftet och rabatt på apoteket lyftes fram. Sedan tittade man på förbättringar med fokus på det medarbetarna själva kan påverka. Några saker valdes ut att börja med, t ex användning av hjälpmedel. Pernilla De Flon Forsberg kom till arbetsplatsen för att se hur man arbetar med (eller utan) hjälpmedel och sedan kunna guida medarbetarna till bättre arbetsställningar exempelvis.

Hälsoteamet träffas regelbundet. ”Vi är till viss del samma personer som vid samverkansmöten, men det här blir det egen arena för vissa frågor där vi fokuserar positivt och får nya perspektiv”, säger Birgitta. Henrik håller med och lägger till att det här är ett annat angreppssätt på till exempel sjukfrånvaro. I och med att både hälsoinspiratörer och skyddsombud är med så blir det en bredd på innehållet, hälsofrämjande arbetsplats handlar inte bara om träning.

En viktig fråga är information till medarbetare och man jobbar för att nå ut så mycket som möjligt via Arbetsplatsen. Eftersom alla inte kan vara med vid alla arbetsplatsträffar men alla är det bra med ett digitalt forum.

Både Birgitta och Henrik ser en nytta med att ha flera team på sjukhuset: ”Då kan vi använda varandra och ”snegla” på vad andra gör. Varför inte hospitera?”

Mottagandet av hälsoteamets arbete bland de 180 medarbetarna varierar och förändras men är i grunden positivt. I verksamhetsledningen däremot finns inga tvivel, det här är en självklarhet.