

Centrum för epidemiologi
och samhällsmedicin

Årsrapport 2018



Centrum för epidemiologi
och samhällsmedicin
REGION STOCKHOLM

Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin
Box 45436, 104 31 Stockholm
ces.slso@sll.se

Årsrapport 2018
Omslagsfoto: Maskot bildbyrå
Produktion: Enheten för kommunikation, CES.

Stockholm april 2019
Årsrapporten kan laddas ned från Folkhälsoguiden
www.folkhalsoguiden.se

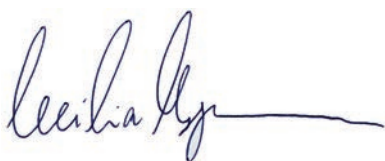
Förord

Folkhälsans positiva utveckling sedan andra världskriget är en av mänsklighetens triumfer – i Stockholm, Sverige och i världen. I vårt län har exempelvis dödligheten i hjärtinfarkt mer än halverats bara de två senaste decennierna. Bakom framgångarna ligger viktiga medicinska landvinningar och ett generellt ökat välbefinnande, men också ett effektivt förebyggande arbete. Trots kritik kring bland annat bristande tillgänglighet i vården, har även professionalisering och effektivisering av hälso- och sjukvårdssystemet bidragit till en positiv utveckling. Samhällsmedicin är en tvärvetenskaplig disciplin med huvudsyfte att förbättra folkhälsan. Samhällsmedicinska kliniker, som Region Stockholms Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES), har genom epidemiologisk kartläggning och analys, metodutveckling och utvärdering, utbildning och stöd till implementering haft en viktig roll i den gynnsamma utvecklingen av hälsoläget.

Under 2018 kunde CES fokusera helt på dessa kärnuppgifter, och på att bygga upp den spetskompetens vår kunskapsintensiva verksamhet kräver. Detta genom att vår huvudman visat stort förtroende och engagemang i vårt uppdrag. Vi har därför kunnat leverera en rad ”produkter”, alla med sikte på en god och jämlik hälsa i länet, och alla med tydlig utgångspunkt i evidens. Vi har exempelvis utbildat fler vårdchefer i implementering av kostnadseffektiva arbetssätt, och visat på svagheter och styrkor i införandet av första linjens vård vid psykisk ohälsa hos barn och unga. Vår webbplats Elevhälsportalen fortsatte att ge skolor och förskolor verktyg för ett evidensbaserat förebyggande arbete, och den nya Folkhälskollen med interaktiva data kunde lanseras. Läs mer om dessa exempel – och många andra – i årsrapporten!

År 2018 blev CES en universitetssjukvårdsenhet. Det är något som förpliktigar och ytterligare understryker vårt ansvar som kunskapscentrum. Vi kommer att ta det uppdraget på fullaste allvar, och göra vårt bästa för att ge beslutsfattare, vårdgivare och andra välfärdsaktörer bästa möjliga kunskapsstöd.

Detta är viktigt inte minst eftersom den positiva folkhälsoutvecklingen riskerar att mattas av. I USA sjunker nu medellivslängden i vissa befolkningsgrupper, och vi måste gardera oss mot en liknande utveckling här. Hälso- och sjukvårdssystemet måste av kostnadsskäl hitta nya arbetssätt och göra rätt. Klyftor mellan olika grupper ökar, och vård liksom förebyggande insatser måste nå människor i utsatthet eller med lägre hälsolitteracitet i högre utsträckning. Vi tror därför att samhällsmedicin blir en allt viktigare del av den nya nätverkssjukvården, och ser mycket fram emot att göra skillnad även nästa år.



Cecilia Magnusson
Verksamhetschef



Innehåll

Förord	3
CES uppdrag	7
Region Stockholms folkhälsopolicy	8
Mål 1 Det finns stöd, verktyg och förutsättningar för att välja hälsosamma levnadsvanor	10
Mål 2 En god, jämlik och jämställd hälsa där de med sämst hälsa prioriteras	17
Mål 3 Minskad psykisk ohälsa och förbättrad somatisk hälsa bland personer med psykisk sjukdom	20
Mål 4 En arbetslinje som präglas av hälsofrämjande arbetsmiljöer och insatser som leder till att människors resurser tillvaratas.....	23
Övergripande folkhälsoarbete	24



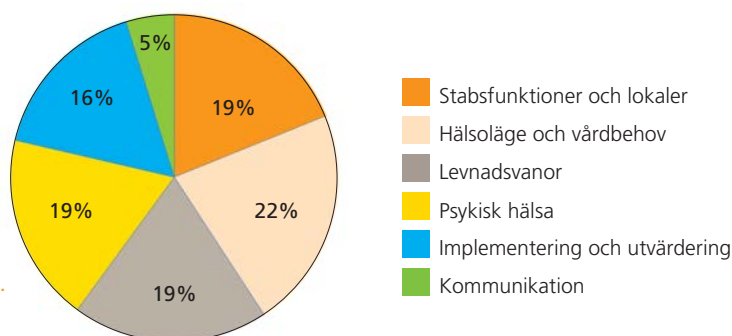
CES uppdrag

Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES) ska bidra till en god och jämlik hälsa för befolkningen i Stockholms län genom kunskapsutveckling och kunskapsspridning. Verksamheten innefattar epidemiologisk bevakning och analys, utveckling, utvärdering och stöd till implementering av metoder för hälsofrämjande och förebyggande arbete, riktlinjer och policyer inom folkhälsoområdet.

CES etablerades 1 april 2012 när Karolinska Institutets folkhälsoakademi överfördes till Stockholms läns landsting (numera Region Stockholm). CES tillhör Stockholms läns sjukvårdsområde, och arbetar på uppdrag av Hälso- och sjukvårdsförvaltningen inom Region Stockholm.

På CES bedrivs folkhälsovetenskaplig forskning och utbildning samt strategiskt folkhälsoarbete. Arbetet sker i nära samverkan med akademien, särskilt Karolinska Institutet.

Medelförbrukning efter verksamhetsområde, CES 2018. Avtal HSN 2017–2056 (52,5 mSEK).



Samverkan sker också med myndigheter, andra landsting och regioner, kommuner samt övriga aktörer inom folkhälsoområdet.

CES driver ett flertal webbplatser, bland annat Folkhälsoguiden och Elevhälsoportalen. På Folkhälsoguiden samlas fakta, material och nyheter om folkhälsa och folkhälsoarbete i Stockholms län. Sidan vänder sig till alla med intresse för folkhälsa, men främst till dem som arbetar med folkhälsofrågor i länet.

Elevhälsoportalen är en webbplats och ett verktyg som kostnadsfritt stöder skolor och förskolor i arbetet att kartlägga och genomföra hälsofrämjande och förebyggande insatser. CES driver Elevhälsoportalen tillsammans med flera centrumbildningar inom Region Stockholm. Läs mer om CES webbplatser på sida 26.

Huvuduppgifter för Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES):

- kartläggning och analys av hälsoläge, behovsanalys och hälsans bestämningsfaktorer
- metodutveckling, identifiering, utveckling och anpassning av metoder för hälsofrämjande och förebyggande arbete
- utvärdering av riktade hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande insatser, policyförändringar, vårdprogram och riktlinjer
- stöd till implementering av policyer, riktlinjer och program inom folkhälsoområdet
- expertstöd till den politiska ledningen och tjänstemannaorganisationen inom Region Stockholm, på uppdrag av Hälso- och sjukvårdsförvaltningen
- systematisk kunskapsspridning.



Foto: Yanan Li

Region Stockholms folkhälsopolicy

Policy folkhälsa 2017–2021 är ett styrdokument med visionen att Region Stockholm ska bedriva hälsofrämjande arbete för att skapa förutsättningar för en god, jämställd och jämlik hälsa för alla.

Policyn belyser att samtliga verksamheter inom Region Stockholm har möjlighet – och ansvar – att bidra till en bättre folkhälsa i länet. Folkhälsoarbetet är inte bara en fråga för hälso- och sjukvården utan i hög grad också för Region Stockholms andra kärnverksamheter: kollektivtrafiken, regionplaneringen och kulturen.

Som styrdokument ska folkhälsopolicyn användas vid planering och uppföljning inom hela regionkoncernen. Varje nämnd och styrelse ska inkludera folkhälsoperspektivet i styrning och ledningssystem och ta fram mätbara mål i enlighet med *Policy folkhälsa 2017–2021*.

I *Policy folkhälsa 2017–2021* beskrivs fyra övergripande mål. För att demonstrera hur CES arbetar folkhälsofrämjande hänvisar innehållet i den här årsrapporten till någon av de fyra målbeskrivningarna.

Fyra mål

Policy folkhälsa 2017–2021 vill bidra till

- att det finns stöd, verktyg och förutsättningar för att välja hälsosamma levnadsvanor
- en god, jämlik och jämställd hälsa där de med sämst hälsa prioriteras
- minskad psykisk ohälsa och förbättrad somatisk hälsa bland personer med psykisk sjukdom
- en arbetslinje som präglas av hälsofrämjande arbetsmiljöer och insatser som leder till att människors resurser tillvaratas.

CES stöder implementeringen av Policy folkhälsa 2017–2021

CES har i uppdrag att stödja Region Stockholms förvaltningar och bolag att implementera *Policy folkhälsa 2017–2021*. Uppdraget inleddes 2017 i samband med att policyn antogs av dåvarande landstingsfullmäktige, och har sedan dess fortlöpigt.

Under 2018 har CES hjälpt flera verksamheter att implementera *Policy folkhälsa 2017–2021*. Bland annat vårdbolaget Tiohunda, Tillväxt- och regionplaneförvaltningen, Patientnämnden och Förvaltningen för utbyggd tunnelbana. Dessutom har man gett stöd till Södersjukhusets planering och förberedelse för att gå CES kurs *Metodstöd i implementering* med syfte att införa rökfri och alkoholfri operation.

Stödet från CES har under det gångna året främst fokuserat på att höja intresset för implementering och att stärka verksamheters kapacitet att genomföra en framgångsrik implementeringsprocess. En kartläggning från 2017 och 2018 visade att olika verksamheter har olika förutsättningar att implementera folkhälsopolicyn. Och med anledning av det har CES utvecklat sitt stöd så att det anpassas efter verksamhetens behov och kapacitet.

I samband med kartläggningen, gjordes dessutom bedömningen att motivationen för att implementera policyn behöver höjas, och att många verksamheter kan inspireras av varandra genom att dela sina erfarenheter. Insatserna under året har därför haft som mål att stärka kapaciteten både inom verksamheterna, mellan verksamheterna och på systemnivå.

Stödet med syfte att utveckla den interna implementeringskapaciteten har skett genom att

erbjuda konsultativt stöd, föreläsningar som tillgängliggör evidensbaserad kunskap om implementering samt kursen *Metodstöd i implementering* som ger praktiskt utbildnings- och handledningsstöd.

Insatser med syfte att stärka kapaciteten mellan verksamheterna har handlat om att utveckla förutsättningar för kollegialt lärande och samverkan kring implementeringsstrategier. Under 2018 har CES både arrangerat egna och deltagit i andras nätverksträffar. Det har resulterat i att Hälso- och sjukvårdsförvaltningens nätverk för akutsjukhus valt att gemensamt utveckla arbetet med folkhälsopolicyns målområde "goda levnadsvanor". En del i det arbetet är att implementera rökfri och alkoholfri operation på sjukhusen.

För att inspirera och tillgängliggöra information mellan Region Stockholms verksamheter använder CES sin webbplats Folkhälsoguiden. Där beskrivs olika verksamheters varierande sätt att arbeta med folkhälsopolicyn.

Som insats för att stärka kapaciteten på systemnivå har CES utrett områden som, enligt verksamheterna själva, utgör viktiga förutsättningar för att lyckas implementera folkhälsopolicyn. CES har bland annat gett implementeringsstöd rörande frågor där möjligheten till verk samma beslut legat utanför den egna verksamheten. Ett sådant område har varit att utveckla digitala hälsojournaler för barn med syfte att underlätta arbetet med att stödja goda levnadsvanor. CES har även utrett, det politiskt prioriterade området, att stödja minskad tobaksanvändning genom förbud av tobaksförsäljning inom akutsjukhusens lokaler.



MÅL 1

Det finns stöd, verktyg och förutsättningar för att välja hälsosamma levnadsvanor



Uppdrag tobaksprevention Stockholm

Uppdrag tobaksprevention Stockholm invigdes hösten 2018 och drivs av CES i samarbete med Akademiskt primärvårdscentrum (APC). Syftet är att skapa en tobakspreventiv samlingspunkt i Region Stockholm för att effektivisera och utöka det tobakspreventiva arbetet. Uppdrag tobaksprevention Stockholm ska minska antalet rökare i Stockholms län och vara ett stöd för andra aktörer som arbetar mot samma mål. Det är ett treårigt uppdrag som väntas bidra till en mer jämlik hälsa i befolkningen.

” Uppdrag tobaksprevention Stockholm ska bidra till Region Stockholms mål att halvera rökningen till år 2025.

Inom uppdraget utvecklas och tillämpas nya evidensbaserade metoder och insatser för att minska rökning och återfall på befolkningsnivå. Genom skraddarsydda utbildningar, implementeringsstöd, seminarier och workshoppar ska Uppdrag tobaksprevention Stockholm säkerställa att rökavvänjning med kvalificerat rådgivande samtal, i enlighet med Socialstyrelsens riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor, är en självklar och viktig del av hälso- och sjukvården i Region Stockholm.

Andra prioriterade uppgifter är dels att skapa en uppdragsutbildning i tobaksprevention och kvalificerad avvänjning vid Karolinska Institutet, dels att utveckla evidensbaserade insatser för rökavvänjning riktade till särskilt utsatta grupper.

Trots att andelen rökare i Stockholms län, liksom i resten av landet, sjunker, är rökning den riskfaktor som bidrar mest till sjukdomsburden i befolkningen. Dessutom är tobaksbruket

ojämnt fördelat i samhället. Till exempel är daglig rökning tre gånger vanligare bland personer med kort utbildning än bland de med längre utbildning. I Stockholms län finns också

påtagliga skillnader mellan olika kommuner och stadsdelar som väl reflekterar socioekonomiska förhållanden och immigrations-täthet.



”I september 2018 firade Sluta-Röka-Linjen 20 år. Vid firandet deltog cirka 70 gäster under en eftermiddag som innehöll föreläsningar, en utställning och minnen från åren. Det hela avslutades med en gemensam buffé.

Sluta-Röka-Linjen 20 år

Sedan 1998 har Sluta-Röka-Linjen tagit emot över 150 000 samtal. Med empati och med fokus på individens egen förmåga att bryta sitt tobaksberoende, lyssnar och motiverar Sluta-Röka-Linjens rådgivare på de som söker stöd i sitt rök- eller snusstopp.

Samtalen kommer också från de som oroar sig för en rökande anhörig och från vården som allt oftare efterfrågar Sluta-Röka-Linjens kompetens inom handledning och utbildning av nya tobaksavvänjare.

På senare tid har Sluta-Röka-Linjen utvecklats med en digital chattfunktion och erbjuder även

treparsamtal med en tolk på flera olika språk för de som hellre uttrycker sig på annat språk än svenska.

Sluta-Röka-Linjens kvalificerat rådgivande samtal har god effekt, och utvärderingar pekar på omkring 35 procent självskattad tobaksfrihet efter tolv månader.

Fördubblad rådgivning på annat språk

Under 2018 har Sluta-Röka-Linjen hanterat cirka 4 600 samtal om eget tobaksbruk, och hälso- och sjukvården har remitterat drygt 300 personer till tobaksavvänjningsstöd hos Sluta-Röka-Linjen.

Sluta-Röka-Linjen har under året genomfört 193 samtal på annat språk än svenska, vilket nästan är en fördubbling jämfört med året innan. Detta har resulterat i att rådgivningen har förstärkts med fler anställda tobaksavvänjare, och sedan slutet av 2018 erbjuds samtal utan tolk på både arabiska och persiska.

Hösten 2018 påbörjade Sluta-Röka-Linjen ett utvecklingsarbete som under 2019 bland annat kommer resultera i en ny webbplats, nytt material och uppföljning på sms. Uppföljning på sms innebär att Sluta-Röka-Linjen, efter samtycke från klienten, skickar en sms-enkät med några frågor om klientens tobaksbruk sex månader efter det första samtalet med en rådgivare. Syftet är att följa upp rådgivningsresultatet och samtidigt fungerar sms:et som en påminnelse att klienten fortfarande kan vända sig till Sluta-Röka-Linjen för fortsatt stöd vid behov.

Hälsofrämjande arbete i skola och förskola

Skolan och förskolan är arenor som når nästan alla barn, där kunskap och värderingar utvecklas och även olika beteenden tar form – bland annat hälsovanor. Därför prioriterar CES skolan och förskolan för främjande av hälsosamma levnadsvanor och för prevention av skadliga. Fokus ligger på matvanor, rörelsevanor, tobaks- och alkoholbruk samt psykisk hälsa.

Under 2018 har CES lyft betydelsen av policyer och rutiner för hälsosamma måltider och för ökad fysisk aktivitet bland förskolebarn. CES har släppt två rapporter som behandlar detta, och som delats ut till samtliga förskolor i Region Stockholm. Även en kartläggning av fysisk aktivitet inom förskolan har påbörjats.

Fysisk aktivitet har positiva effekter på fysisk och psykisk hälsa hos barn i förskoleålder, samt minskar risken att utveckla kroniska sjukdomar. Det är rekommenderat att barn är fysiskt aktiva minst 60 minuter varje dag.

Hösten 2018 inledde CES en kartläggning av fysisk aktivitet på ett trettiotal av Södermalms förskolor. Kartläggningen ska visa om förskolan med hjälp av konkreta åtgärder kan nå målet om 60 minuters fysisk aktivitet om dagen. Dessutom undersöker CES om mer fysisk aktivitet och utomhustid i förskolan kan kopplas till mindre sjukfrånvaro bland både barn och personal. Studien pågår och avslutas under 2019.

Exempel på konkreta förbättringsåtgärder för att främja fysisk aktivitet på förskolan:

- Utveckla utformningen av gårdarna.
 - Öka barnens tillgängliga yta genom att flytta stängsel eller öppna eventuella grindar inom gårdsområdet.
 - Skapa fler passager som ger möjlighet att springa runt olika gårdselement som till exempel:
 - förrådshus
 - dungar eller buskage
 - kullar
 - hela förskolebyggnaden (genom att flytta stängsel).
- Formulera och tydliggör hälsofrämjande arbetssätt i lokala styrdokument eller policyer. Förslag på innehåll:
 - minimitid ute
 - utevistelse varje dag
 - utevistelse både för- och eftermiddag
 - möta föräldrarna utomhus
 - organiserad påklädning
 - etablera rutiner för öppethållande av grindar
 - begränsa skärmtid som inte är pedagogiskt motiverad
 - stimulera barn till rörelse i samband med utevistelse.



Utvärdering av stödsamtal inom elevhälsan

Att utveckla övervikt i ung ålder är en stark riskfaktor för den framtida hälsan. I dag har ungefär vart femte skolbarn i Sverige övervikt eller fetma, vilket kan leda till både fysisk och psykisk ohälsa på kort och lång sikt. Under 2018 har CES lett ett utvecklingsarbete kring programmet *Mitt Brännpunktssamtal* som utvecklats för att ge elevhälsan stöd i samtal med barn och föräldrar om matvanor och fysisk aktivitet.

Mitt Brännpunktssamtal riktar sig till elever med övervikt för att förebygga att övervikten utvecklas till fetma. Programmet består av ett antal verktyg samt fem manualstyrda samtal mellan skolsköterska, elev och elevens föräldrar.

CES utvecklingsarbete skedde i samarbete med tre skolsköterskor och sex elever, och bland annat utvärderades programmets genomförbarhet. Arbetet beskrevs i en rapport samt presenterades vid ett öppet seminarium med cirka 70 deltagare i december 2018.

SkolmatSverige förbättrar skolmåltider

Att skolan erbjuder goda, näringsriktiga och integrerade skolmåltider i den pedagogiska verksamheten är en förutsättning för att barnen ska kunna utveckla hälsosamma matvanor. Åtminstone under sin tid på skolan. SkolmatSverige är ett kostnadsfritt verktyg som hjälper skolor och kommuner i hela landet att utvärdera, dokumentera och utveckla kvaliteten på sina skolmåltider utifrån ett helhetsperspektiv.

Siffror från slutet av 2018 visar att 543 skolor i Stockholms län har ett konto på SkolmatSverige, och att elva kommuner och 124 grundskolor har en aktiv interaktion med verktyget. Dessutom har 20 kommuner ett konto för att arbeta systematiskt med skolmåltider på en övergripande nivå.

Statistik visar att skolmåltidens näringsriktighet har förbättrats signifikant sedan 2011. CES har studerat förbättringen med hjälp av data som skolorna rapporterar till verktyget. Preliminära resultat presenterades vid en av årets träffar för Livsmedelsverkets nationella nätverk för bra matvanor i april 2018.



Elevhälsoportalen satsar på psykisk hälsa

Elevhälsoportalen är en webbplats och ett webbverktyg som kostnadsfritt stöder skolor och förskolor att kartlägga och genomföra hälsofrämjande och förebyggande insatser i skol- och förskolemiljön. Under 2018 har Elevhälsoportalen uppdaterats med nya texter, användarvänligheten och antal kontoanvändare har ökat och man har satsat mer på psykisk hälsa.

Tillsammans med fysisk aktivitet är psykisk hälsa det mest besökta ämnesområdet på Elevhälsoportalen. Med stöd av Hälso- och Sjukvårdsförvaltningen (HSF) har man påbörjat en särskild satsning för att på ett mer systematiskt sätt arbeta för att främja barnens psykiska hälsa. Satsningen syftar till att stödja skolorna som har uttryckt ett behov att arbeta preventivt och hälsofrämjande inom detta högaktuella område.

Moderna metoder för att samla in hälsodata

Svarsfrekvensen på traditionella folkhälsoenkäter sjunker, rent generellt. Med anledning av det har CES under 2018 kartlagt och utforskat alternativa metoder för att samla information om stockholmarnas hälsa. Kartläggningen har resulterat i ett antal olika spår där fokus ligger på ny teknik, målgruppsanpassning och möjligheten att använda registeruppgifter.

Det här är ett utvecklingsarbete som kräver stora resurser och stort engagemang. CES har därför beslutat att tillsätta en projektledare med ansvar att koordinera och följa upp de spår som har utforskats. Under 2019 kommer CES ha en tydligare bild av hur framtidens insamling av den epidemiologiska bevakningen bör gå till, när enkäter inte räcker.

850

skolor runt om i landet har skapat konto på Elevhälsoportalen sedan starten 2016

SDPP – analys och kunskapsspridning

Stockholms diabetespreventiva program (SDPP) är en studie av diabetesrelaterade riskfaktorer och sjuklighet som startades av Stockholms läns landsting (numera Region Stockholm) i samarbete med Karolinska Institutet på 1990-talet. Studien inkluderar 8 000 män och kvinnor som hittills följts upp efter tio respektive tjugo år. Den senaste uppföljningen genomfördes av CES och slutfördes 2017.

Hittills har data från SDPP-studien använts i 18 akademiska avhandlingar och gett upphov till 91 vetenskapliga publikationer.

Under 2018 har CES fortsatt arbetet med att utveckla och tillgängliggöra SDPP-studiens databas över insamlad information. För att öka användningen av materialet har CES sammanställt en teknisk rapport som beskriver studiens tre omgångar av datainsamlingar.

CES har även tillsatt resurser för att analysera data och sprida kunskap som genererats av studien. I dag finns en godkänd etikansökan som gör att man kan koppla ihop studiens databas till nationella hälso- och sjukvårdsregister samt befolkningsregister. Detta kommer göra studien unik i många avseenden, och fånga intresse både nationellt och internationellt.



MÅL 2

En god, jämlik och jämställd hälsa där de med sämst hälsa prioriteras

Nya Folkhälsokollen

CES driver och utvecklar webbplatsen och webbverktyget Folkhälsokollen. Där samlas aktuell hälsodata för att ge en överblick över folkhälsan i Stockholms län. Den som använder Folkhälsokollen kan enkelt ta reda på hur olika hälsofaktorer fördelar sig, samvarierar och utvecklas över tid i länets kommuner och stadsdelar.

I maj 2018 lanserades Folkhälsokollen i en förbättrad version. Webbplatsen har fått ett nytt utseende och det finns en mängd nya funktioner och visualiseringar som möjliggör en snabb överblick över hälsan i Stockholms län. Verktøygen på Folkhälsokollen har blivit mer användarvänliga, fått ökad användbarhet och flera nya diagram. Det gör det ännu enklare att analysera hälsodata och jämföra statistik mellan områden, åldersgrupper eller kön. Den nya plattformen har dessutom gett CES möjlighet att utöka materialet på webbplatsen, och under 2019 kommer flera hälsoindikatorer tillkomma.

Hösten 2018 har präglats av ett intensivt utvecklingsarbete som till viss del fokuserat på att sprida kunskap och kännedom om Folkhälsokollen. Arbetet har bland annat resulterat i att verksamheter nu kan boka ett besök och en presentation av Folkhälsokollen. Presentationen ger en introduktion till webbverktyget, är delvis interaktiv och skraddarsys efter den verksamhet och kommun eller stadsdel som besöks. Den som bokar får möjlighet att komma med önskemål om vilka specifika hälsofaktorer som ska presenteras och ur vilket perspektiv.

46%

fler sidvisningar på Folkhälsokollen 2018 än året innan.

Att boka en presentation av Folkhälsokollen är kostnadsfritt och intresset har snabbt blivit stort. Under våren 2019 är flera besök inbokade och Folkhälsokollen ska träffa stadsdelsförvaltningar, kommuner och vårdcentraler runt om i länet.

Boka en presentation

Folkhälsokollen besöker gärna er verksamhet och ger en presentation av webbverktyget, skraddarsydd efter er kommun eller stadsdel och era eventuella intresseområden.

Mejla till folkhsokollen.sls@sl.se.

Folkhälsoenkäten

Vart fjärde år genomför CES den så kallade Folkhälsoenkäten, och 2018 var det dags igen. Det är med Folkhälsoenkäten som CES samlar in den data som ligger till grund för innehållet i Folkhälsorapporten – en av CES största produkter, och som också ges ut med fyra års intervall.

De regelbundet återkommande folkhälsoenkäterna besvarar viktiga folkhälsofrågor och synliggör stora folkhälsoproblem. De har till exempel visat hur psykisk ohälsa ökat över tid, särskilt bland unga. Genom analyser av materialet kan dessutom betydelsen av olika riskfaktorer förstås.

Svaren i enkäterna ger ovärderlig kunskap för att bland annat förstå hur hälsan kan bli bättre, hur skolan ska lyckas ge barn och unga förutsättningar för ett liv i god hälsa, för hur individen själv ska kunna påverka sin hälsa och för att planera hälso- och sjukvård efter befolkningens behov.

Den här gången gjordes folkhälsoenkäten i samarbete med Folkhälsomyndigheten som ansvarar för kartläggningen av folkhälsan på nationell nivå. Närmare 60 000 slumpvis utvalda stockholmare i åldrarna 16–84 år fick en inbjudan att delta i undersökningen.

Folkhälsorapporten kommer att lanseras i Landstingshuset den 25 november 2019 och därefter finnas tillgänglig på www.folkhalsoguiden.se

Rapporter på gång...

Under 2018 har CES arbetat med två rapporter som handlar om hur hälso- och sjukvård kan planeras efter befolkningens behov.

Den ena rapporten handlar om värdet av att ha en socialmedicinsk funktion inom primärvården. Individer i socioekonomiskt och socialt utsatta områden har sämre hälsa och ett större vårdbehov, och det har väckt frågan kring huruvida en socialmedicinsk funktion behövs i dessa områden eller inte. Rapporten som CES arbetar med innehåller sammanställd data om hälsa, vårdbehov och vårdkonsumtion samt intervjuer med personal vid vårdcentraler och socialtjänster i Hässelby och Rinkeby. Resurser, utökade individbehov och samverkan var några av de resonemang som lyftes under intervjuerna med personalen.

I den andra rapporten används Stockholms läns VAL-databaser för att ta reda på om könsskillnader i vårdkonsumtion kan förklaras av det faktiska vårdbehovet. Region Stockholm har en lägre sjukdomsburda än resterande Sverige, men en högre öppenvårdskonsumtion per person. Dessutom finns skillnader mellan könen. Fyra av fem kvinnor har minst ett besök per år jämfört med två av tre män, och kvinnor har även fler antal besök per patient. I åldersgruppen 15–79 har kvinnor fler öppenvårdsbesök än män och dessutom en högre sjukdomsburda. Skillnaden i öppenvårdskonsumtion beror sannolikt på skillnader i vårdsökande beteende.

Rapporterna kommer att publiceras under våren 2019. Håll utkik på www.folkhalsoguiden.se.



Kortade väntetider inom cancervården

Mellan 2015 och 2018 genomfördes en nationell satsning på standardiserade vårdförlopp (SVF) inom cancervården för att få kortare väntetider och en mer jämlik vård. Målet med SVF är att ingen cancerpatient ska behöva vänta onödigt länge på vård.

CES har genom Regionalt cancercentrum Stockholm Gotland fått ett treårigt uppdrag att följa, stödja och utvärdera implementeringsarbetet med standardiserade vårdförlopp. Syftet med uppdraget är att identifiera och beskriva faktorer som främjar eller försvårar implementeringen av SVF samt att utvärdera resultatet av implementeringsprocessen.

Sedan satsningen infördes har man kunnat se vissa förbättringar gällande väntetiderna. CES analys av kvalitativa data visar att vårdprocessen nu går snabbare, är mer jämlik och mer patientsäker.

CES analyser visar också att det nya arbets sättet innebär utmaningar för vårdprofessionen. Bland annat vad gäller samarbete och koordinering av vård samt utredning vid en misstanke om cancer. Primärvården och specialistvården möter varierande utmaningar och det skiljer sig mycket mellan olika vårdförlopp.

Vidare pekar CES utvärdering på att den nya funktionen "SVF-koordinator" haft en viktig roll i arbetet med SVF.

Under 2019 kommer CES utvärdering sammanfattas i fyra faktablad. Håll utkik på www.folkhalsoguiden.se.

MÅL 3

Minskad psykisk ohälsa och förbättrad somatisk hälsa bland personer med psykisk sjukdom

Nytt arbetssätt för att upptäcka psykisk ohälsa hos asylsökande och nyanlända

Våren 2018 påbörjade CES ett nytt uppdrag att utveckla och implementera ett utökat arbetssätt för hälsoundersökningar för asylsökande och nyanlända migranter. Det nya arbetssättet syftar bland annat till att psykisk ohälsa lättare ska upptäckas.

Till grund för uppdraget ligger CES rapport *Hälsoundersökningar för asylsökande och nyanlända* från 2017. I den uppmärksammades brister i hälsoundersökningens bedömning av psykisk ohälsa. Samtidigt visar siffror från Socialstyrelsen att 20–30 procent av asylsökande mår psykiskt dåligt.

CES rapport från 2017 visade att utformningen av hälsoundersökningen för asylsökande och nyanlända skiljer sig åt mellan de vårdcentraler som har uppdraget att utföra den. Det framkom också att det saknas ett strukturerat och evidensbaserat arbetssätt kring hur man ska följa Socialstyrelsens riktlinjer för hur psykisk hälsa och traumatiska upplevelser som påverkar hälsan ska handläggas inom ramen för hälsoundersökningen.

I det utökade arbetssättet införs en standardiserad samtalsmall och ett screeninginstrument som heter Refugee Health Screener-13 (RHS-13). RHS-13 ska möjliggöra en strukturerad bedömning och hantering av psykisk ohälsa. I pilotfasen deltar två vårdcentraler som nu använder RHS-13 vid alla hälsoundersökningar. Enligt sjuksköterskor på vårdcentralerna har samtalet kring psykisk ohälsa underlättats.

CES kommer att utvärdera det nya arbetssättet

under 2019. Man planerar att utöka projektet och inkludera fler av Region Stockholms vårdcentraler som har i uppdrag att utföra hälsoundersökningen för asylsökande och nyanlända.

Även andra regioner och landsting har intresserat sig för arbetssättet, och CES har spridit kunskap bland annat genom att delta på en konferens i Västra Götalandsregionen. Projektet har också uppmärksammats i SVT Stockholm och tidningen Vårdfokus.

Högre förekomst av självmordsförsök bland personer med könsidentitetsproblematik

Allt fler personer söker könskorrigering av vård, och kliniska studier visar att personer som söker vård för könsinkongruens har högre förekomst av psykisk ohälsa och självmordsbeteende. Könsinkongruens betyder att kroppen eller det kön som tilldelades vid födseln inte stämmer överens med könsidentiteten. För många innebär det ett stort lidande och de individer som uppfyller kriterier kan diagnostiseras med könsdysfori eller transsexualism.

I ett faktablad som CES publicerade 2018 undersöktes upplevd könsinkongruens i den generella befolkningen i Stockholms län, och även sambandet med psykisk ohälsa. Data hämtades från Stockholms läns folkhälsoenkät 2014. I den ingick frågor om upplevelsen av olika aspekter av könsinkongruens. I enkäten angav cirka 0,5 procent av den vuxna befolkningen (22 år och äldre) att de i någon grad skulle vilja förändra sin kropp med hormoner eller kirurgi.

En ännu högre andel upplevde andra aspekter

av könsinkongruens, såsom att känna sig som en person av annat kön eller att vilja bli behandlad som en person av annat kön. Högst var förekomsten bland de unga vuxna där cirka 1 procent haft tankar om att genomgå behandling. Med ökad kännedom och acceptans i samhället kan fler personer med upplevd könsinkongruens väntas söka sig till vården.

I faktabladet bekräftas även tidigare studier som visat att psykisk ohälsa och självmordsförsök är betydligt vanligare hos personer som upplever könsinkongruens jämfört med resten av befolkningen. Varför det ser ut så är ännu okänt. Stress på grund av stigma, samsjuklighet av olika slag, sämre hälsovanor och att man undviker vården av rädsla att bli diskriminerad är tänkbara förklaringar. Att personer med könsinkongruens utgör en riskgrupp för psykisk ohälsa betyder att de bör uppmärksammas mer inom vården, i synnerhet de unga.

Faktabladet fick stor uppmärksamhet i nationell media.

Uppföljning: Första linjen för barn och unga som mår psykiskt dåligt

Första linjen kallas den verksamhet eller funktion i kommuner, landsting och regioner som först tar emot ett barn eller en ungdom som visar tecken på att må psykiskt dåligt. I Region Stockholm är det sedan 2014 möjligt för husläkarmottagningar och barn- och ungdomsmedicinska mottagningar att ansöka om tilläggsuppdrag för att arbeta med första linjens psykiska ohälsa bland barn och unga.

Under 2017 fick CES i uppdrag av Hälso- och sjukvårdsförvaltningen att kartlägga omfattning och uppbyggnad av tilläggsuppdraget. I CES uppdrag ingick också att beskriva förhållandet mellan första linjen och barn- och ungdomspsykiatri. Och dessutom ingick att undersöka eventuella skillnader mellan de första linjenverksamheter som bedrivs vid husläkarmottagningar och de som bedrivs vid barn- och ungdomsmedicinska mottagningar.



Foto: Yanan Li

CES har under 2018 gjort en uppföljning genom analys av vårdregisterdata och genom intervjuer med personal på första linjemottagningar och med nyckelpersoner inom barn- och ungdomspsykiatri (BUP) samt barnhälsovården.

Första linjen för barn och unga som mår psykiskt dåligt har växt kraftigt sedan starten 2014. Redan 2016 fick mer än 8 000 barn och unga stöd och hjälp. Det motsvarar cirka två procent av den unga befolkningen i Region Stockholm. Samtidigt har cirka 5,5 procent av barn och unga haft kontakt med BUP, som bedriver specialistnivå inom psykiatri för barn. Det innebär alltså att dubbelt så många barn och unga har kontakt med specialistnivån än med första linjen.

Resultatet från CES uppföljning visade inga tydliga tecken på att BUP avlastats i de områden som också har första linjen-verksamhet. Det kan betyda att verksamheterna når olika målgrupper eller att det finns vårdbehov som inte tillgodoses. Uppföljningen visade att ju högre andel arbetslösa, utrikesfödda eller andel familjer med låg köpkraft i området, desto lägre andel barn och unga som hade kontakt med första linjen-verksamhet. Det tyder på att det finns stora mörkertal av barn i behov av hjälp, vilket även forskning visar. En slutsats är att första linjen-verksamheter behöver expandera, speciellt för barn i åldrarna noll till tre år.

Nya metoder för att minska inåtvända och utagerande problem hos yngre barn behövs

CES har sammanställt effekterna av föräldraprogram som ska hjälpa yngre barn med inåtvända och utagerande problem. Trots att det i dag finns ett relativt brett utbud av föräldraprogram råder det brist på evidensbaserade program som riktar sig till yngre barn i åldrarna noll till fem år.

Syftet med faktabladet var att sammanställa och redovisa vilka former av föräldraprogram som har visat effekt på inåtvända och utagerande problem hos yngre barn. CES sammanställning baserades på sju systematiska översikter som gjorts på området.

Sammantaget visar översikterna att föräldraprogram som syftar till att minska utagerande problem har en liten till medelstor effekt. Det framkommer även exempel på två specifika program (De otroliga åren och Triple-P) som har utvärderats i flera randomiserade kontrollerade studier, och som bör vara förstahandsval när den här typen av insatser ska ges till föräldrar med barn i åldrarna noll till fem år.

Det finns betydligt färre studier som har undersökt effekten av föräldraprogram som ska minska inåtvända problem i åldersgruppen noll till fem år. Den sammantagna bilden av de fåtal studier som gjorts visar inte på några egentliga effekter. Det finns därför ett stort behov att utveckla och utvärdera nya metoder. Detta är särskilt viktigt eftersom just oro och nedstämdhet ökat kraftigt bland unga sedan 1980-talet.



MÅL 4

En arbetslinje som präglas av hälsofrämjande arbetsmiljöer och insatser som leder till att människors resurser tillvaratas

Bristande kunskap om nacksmärtans orsaker och åtgärder

En av 2018 års stora insatser var arbetet med en rapport om nacksmärtans orsaker och åtgärder. Nacksmärta är ett av våra stora folkhälsoproblem och i rapporten sammanställs alla bakomliggande orsaker och beprövade åtgärder som studerats och utvärderats i den vetenskapliga litteraturen. Slutsatsen är att den evidensbaserade kunskapen om vad som orsakar nacksmärta och hur man framgångsrikt behandlar besvären fortfarande är låg.

Rapporten visar att det egentligen bara finns en faktor som är tydligt förknippad med risken att drabbas av nacksmärta. Och det är att man har lidit av det tidigare. Andra orsaker, bland annat rökning och att vara kvinna, visar svagare samband med nacksmärta.

Dessutom framkommer att det saknas övertygande stöd för att de åtgärder som prövats faktiskt fungerar – trots att många olika typer av metoder

används, och trots att det finns en mycket stor utvärderingslitteratur. De åtgärder som har studerats och utvärderats är ergonomiska åtgärder, sjukgymnastik, mer generell fysisk aktivitet, manuell terapi, fysikaliska behandlingar såsom stödkragar och akupunktur, rådgivning och kognitiv beteendeterapi. Till och med vanliga smärtstillande läkemedel har svagt vetenskapligt stöd, enligt rapporten.

Centrum för arbets- och miljömedicin

För att ta del av mer hälsofrämjande arbete som är relaterat till arbetsmiljö, hänvisar CES till systercentrumet Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM). CAMM arbetar inom ett brett fält av ämnen för att identifiera och förebygga risker i arbets- och omgivningsmiljön. Läs mer på www.camm.sll.se.

Övergripande folkhälsoarbete

Föreläsningsserie om folkhälsa

Tillsammans med institutionen för folkhälsovetenskap vid Karolinska Institutet har CES lanserat föreläsningsserien Stockholm Public Health Lectures. Det är en serie populärvetenskapliga föreläsningar som hålls av ledande experter inom folkhälsa. Fokus ligger på viktiga frågor inom folkhälsoområdet och frågor som rör planering av hälso- och sjukvården.

Stockholm Public Health Lectures invigdes i maj 2018 när den första föreläsningen hölls. Temat var miljöer som ökar risken för övervikt och fetma. Sedan dess har ytterligare tre föreläsningar hållits. Alla föreläsningar är på engelska, kostnadsfria och öppna för allmänheten. För att göra de så tillgängliga som möjligt filmas varje föreläsningstillfälle och sänds antingen live, eller publiceras i efterhand på Folkhälsoguiden.

Stockholm Public Health Lectures 2018:

- Can Governments implement fair health? An ethical take on Swedish public health policy?
- The disease of Gun Violence
- The Obesogenic Environment.

Se föreläsningarna på www.folkhalsoguiden.se.

Nytt traineeprogram ger stärkt kompetens

Under 2018 inledde CES ett unikt traineeprogram inom forskning och praktik i Region Stockholm. I september anställdes sex traineere som har studerat global hälsa eller folkhälsovetenskap på universitet eller högskola i Sverige.

” Jag sökte mig till programmet för möjligheten att utvecklas inom kombinationen forskning, policy och praktik.

– Pernilla Svefors, trainee på CES.

Traineerna får en introduktion till epidemiologi, hälsosystemanalys, hälsoekonomi, implementering och prevention. Under programmet varvas seminarier, studiebesök och individuellt arbete i projekt. Varje trainee har en egen handledare och får möjlighet att prova på att arbeta inom CES olika verksamhetsområden. De får god insyn och många kontakter både i organisationen och inom Region Stockholm.

Det är första gången CES har ett trainee-program, och syftet är bland annat att stärka den samhällsmedicinska kompetensen inom Region Stockholm. Eftersom Region Stockholm, och därmed hälsoläget bland befolkningen, förändras snabbt behöver hälso- och sjukvården göra ständiga anpassningar för att möta nytillkomna behov. Samhällsmedicinska analyser är avgörande för utvecklingen av sådana anpassningar, och i det arbetet är CES traineere till stor hjälp.

” Jag hoppas få utvecklas som forskare inom psykisk hälsa och detta är en bra karriärmöjlighet för mig. Och naturligtvis hoppas jag kunna bidra till en bättre folkhälsa i Stockholm.

– Joseph Muwonge Jr, trainee på CES.

Metodstöd för lyckad implementering

Att införa nya arbetssätt och rutiner är ofta en utmaning och det kan uppstå praktiska svårigheter längs vägen. För att sprida forskningsbaserad kunskap och färdigheter i att underlätta en implementering erbjuder CES ett praktiskt stöd och handledning i implementering, kallat *Metodstöd i implementering*.

Metodstödet har två inriktningar: en som vänder sig till chefer och en som vänder sig till arbetsgrupper. Chefer får träna på att planera en implementering och att använda ledarskapsbeteenden som effektivt stöder en implementering, såsom att inspirera till förändring och hantera motstånd. I metodstödet för arbetsgrupper får deltagarna, i teori och praktik, lära sig att systematiskt planera och genomföra nya förändringar.

Metodstödet består av fyra till fem workshoppar med korta föreläsningar och praktiskt arbete tillsammans med deltagare från andra verksamheter. Mellan workshopparna arbetar deltagarna med implementeringen i den egna verksamheten, med handledning från CES.

Under 2018 har CES fortsatt att både vidareutveckla och genomföra *Metodstöd i implementering*. Exempel på områden som deltagare tagit med sig till kursen och arbetat med det gångna året är *Policy folkhälsa 2017–2021*, jämställdhetspolicyer, personcentrerad omvårdnad och patientdelaktighet.

Folkhälsa online

Folkhälsoguiden är CES webbplats om folkhälsa och folkhälsoarbete inom Stockholms län. På Folkhälsoguiden publiceras nyheter om till exempel hälsoläge och vårdkonsumtion i Region Stockholm, förebyggande insatser och metoder för implementering.

104

deltagare från 20 verksamheter deltog i Metodstöd i implementering under 2018.

Folkhälsoguiden lanserades 2004 för att skapa en samlingsplats för information om folkhälsa och folkhälsoarbete eftersom detta saknades. På Folkhälsoguiden kan man ladda ned alla rapporter, faktablad och övrigt material som CES producerat de senaste åren. Även äldre material kan beställas på begäran. Man kan dessutom läsa och anmäla sig till Folkhälsoguidens nyhetsbrev som regelbundet skickas ut till drygt 1 000 prenumeranter.

Folkhälsoguiden finns också på Twitter och Facebook. Där delas aktuella nyheter och relevant forskning inom folkhälsa såväl som uppdateringar som rör folkhälsorelaterade aktiviteter i Stockholms län.

CES driver och har ansvar för flera andra webbplatser inom folkhälsoområdet, läs mer om dem på nästa sida. CES samarbetar också med redaktionerna för bland annat 1177 Vårdguiden, Vårdgivarguiden och VISS (Vårdinformation i Storstockholm).

Publicerat av Folkhälsoguiden 2018:

- fem rapporter från CES
- sju faktablad från CES
- sju nyhetsbrev
- 44 nyhetsartiklar
- 196 inlägg på Twitter med 139 000 visningar
- 150 inlägg på Facebook.

CES webbplatser

CES driver och utvecklar ett antal webbplatser inom folkhälsa och epidemiologisk bevakning. Dessa handlar bland annat om barns och ungas hälsa i förskola och skola, samt stöd till förändrade tobaksvanor.



På CES webbplats finns allt eget utgivet material, information om CES uppdrag och organisation samt om medarbetare och lediga tjänster.

www.ces.sll.se



Folkhälsoguiden är en webbplats för folkhälsofrågor och folkhälsoarbete inom Stockholms län.

www.folkhalsoguiden.se



Elevhälsoportalen är en webbplats och ett webbverktyg för att stödja det hälsofrämjande arbetet i förskola och skola. Arbetet med portalen är ett samarbete mellan CES, CAMM och CHIS inom Region Stockholm.

www.elevhalsoportalen.se



SkolmatSverige är ett kostnadsfritt verktyg som hjälper skolor att utveckla måltidens kvalitet – ur ett helhetsperspektiv.

www.skolmatsverige.se



Med Folkhälsokollen får du snabbt och enkelt en överblick över hur livsvillkor, levnadsvanor och hälsa fördelar sig och utvecklas över tid i Stockholms län.

www.folkhalsokollen.se



Sluta-Röka-Linjen är en nationell och kostnadsfri stödlinje för alla som har funderingar kring att sluta röka eller snusa. Samtal kan ske via telefon och chatt.

www.slutarokalinjen.se

