

Instruktion

Fastställt av: Thomas Lindgren

Upprättat av: Oliver Mattsson

Organisation gäller inom: Närsjukvårdsområde Skellefteå, Närsjukvårdsområde Södra Lappland, Närsjukvårdsområde Umeå, Primärvård Länsuppdrag, Primärvård Mitt Södra Lappland, Primärvård Nord Skellefteå, Primärvård Nord Södra Lappland, Primärvård Nord Umeå, Primärvård Syd Skellefteå, Primärvård Syd Södra Lappland, Primärvård Syd Umeå, Primärvård Väst Skellefteå, Primärvård Väst Umeå, Primärvård Öst Umeå, Primärvårdsjour Umeå, Privat primärvård

Beteendemedicin - remissinformation - vårdpraxis

Förändringar från föregående utgåva

Nytt ledningssystemsdokument.

Arbetsgrupp

Avdelningschef Katarina Steinholtz, katarina.steinholtz@regionvasterbotten.se.

Verksamhetschef Annika Nordin Johansson, 090-785 70 72.

Giltighetsområde

Region Västerbotten

Beteendemedicin - information till remittent

[Om Beteendemedicin - information till remittent](#)

Beteendemedicins uppdrag

Att främja hälsosamma levnadsvanor, stärka individens självomhändertagande och stödja beteendeförändringar för hälsosammare levnadsvanor och hållbar viktminskning hos vuxna med etablerad obesitas eller risk för obesitas om samtidigt andra riskfaktorer för ohälsa. Behandlingen är inriktad mot hälsosam kost, fysisk aktivitet och tobaksfrihet. Tobaksavvänjning behandlas i annat dokument om Tobaksprevention.

Upplägg Levnadsvanebehandling

Teambaserad multiprofessionell behandling i grupp som beaktar individens behov. Behandling sker i Umeå och Sorsele. **Observera att vi i nuläget inte har möjlighet till läkemedelsförskrivning.**

Ett utskrivet dokument är endast en kopia. Giltig version finns i ledningssystemet.

Medicinsk målgrupp

Fetma/Obesitas med BMI ≥ 30

eller

BMI ≥ 27 – 29.9 med bukfetma + minst ett av nedanstående:

- a. diabetes
- b. hjärtkärlsjukdom eller stroke
- c. hypertoni
- d. hyperlipidemi
- e. prediabetes
- f. reumatoid artrit som medför måttliga till svåra begränsningar
- g. kronisk njursvikt (GFR < 30 ml/min)

För framgångsrik behandling behöver patienten

- Vara motiverad till att förändra sina levnadsvanor via beteendeförändringar
- Ha förmåga och förutsättningar (sociala, kommunikativa, språkliga och kognitiva) att delta i gruppbehandling.

Behandling är *inte* aktuell vid

- Rökning (ex-rökare ska ha varit rökfria minst 3 månader) enligt principen att den hälsovådligaste vanan ska tas om hand först
- Riskbruk av alkohol (i.e. PEth $\geq 0,3$) eller aktivt drogbruk
- Bariatrisk kirurgi planerad eller genomförd senaste året
- Graviditet eller amning
- Oförmåga att klara av gruppbehandling då helt individuell behandling ej ryms inom ramen för vår verksamhet. Behöver av denna anledning också klara sig utan språkligt tolkstöd.

Remissens innehåll

- Nyligen (< 1 månad) uppmätt vikt, längd, BMI och midjemått, blodtryck, puls.

Ett utskrivet dokument är endast en kopia. Giltig version finns i ledningssystemet.

- Nyligen (<1 månad) tagna blodprover:
 - lipidstatus
 - thyroideastatus
 - faste-glucos
 - HbA1c
 - PEth
 - Riskfaktorer för diabetes/hjärt-kärlsjukdom eller redan etablerad sjukdom
 - Förekomst av annan samtidig sjukdom
 - Motivation till förändrade levnadsvanor

Behandlingsmål

- **Minst 5 % viktnedgång under behandlingsperioden.**
- **150 aktivitetsminuter per vecka**

Område

Vårdpraxis\Ämnesområde\Beteendemedicin och levnadsvanor

Utarbetat av

Innehållet utarbetat av arbetsgruppen och granskat av AKO-gruppen.

Referenser

Ange eventuella referenser till dokumentet.

Sökord

Vårdpraxis, Primärvård, Beteendemedicin och levnadsvanor

Ett utskrivet dokument är endast en kopia. Giltig version finns i ledningssystemet.

Dokumentinformation

Här anges information om vad som finns i grå ruta, sidhuvud, sidfot och om information angetts om kontrollerade kopior.

Det anges här för att kunna läsas av hjälpmedel för synnedsatta. **Denna information får inte tas bort!**

Information i sidhuvud

Bild på region Västerbottens logga.

Versionsnummer: 95153

Giltigt från och med: 2023-09-29

Giltigt till och med: 2027-12-11

Information i grå ruta på första sidan

Dokumenttyp: Instruktion

Fastställt av: Thomas Lindgren

Upprättat av: Oliver Mattsson

Organisation gäller inom: Närsjukvårdsområde Skellefteå, Närsjukvårdsområde Södra Lappland, Närsjukvårdsområde Umeå, Primärvård Länsuppdrag, Primärvård Mitt Södra Lappland, Primärvård Nord Skellefteå, Primärvård Nord Södra Lappland, Primärvård Nord Umeå, Primärvård Syd Skellefteå, Primärvård Syd Södra Lappland, Primärvård Syd Umeå, Primärvård Väst Skellefteå, Primärvård Väst Umeå, Primärvård Öst Umeå, Primärvårdsjour Umeå, Privat primärvård

Information i Sidfot

Dokumentnummer: 95153

Kontrollerade kopior

Ett utskrivet dokument är endast en kopia. Giltig version finns i ledningssystemet.