



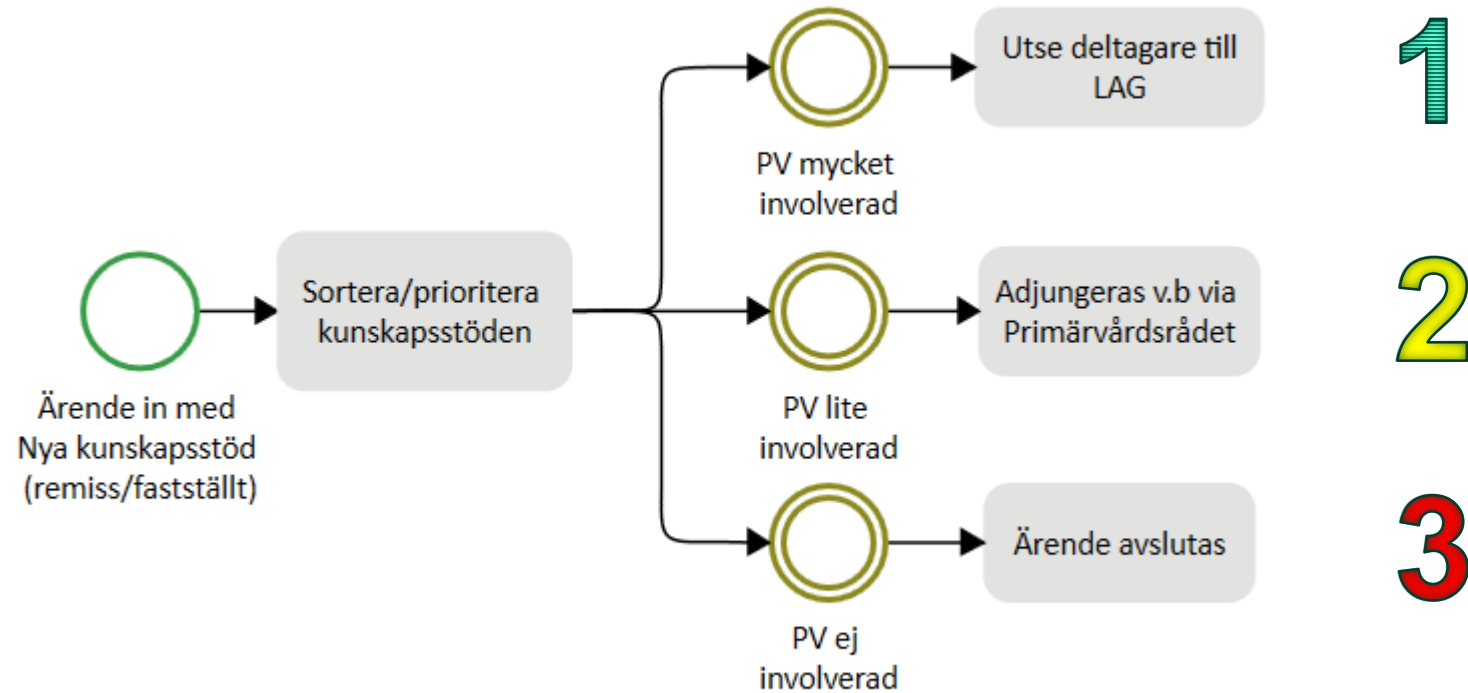
Nationella kunskapsstöd Levnadsvanor



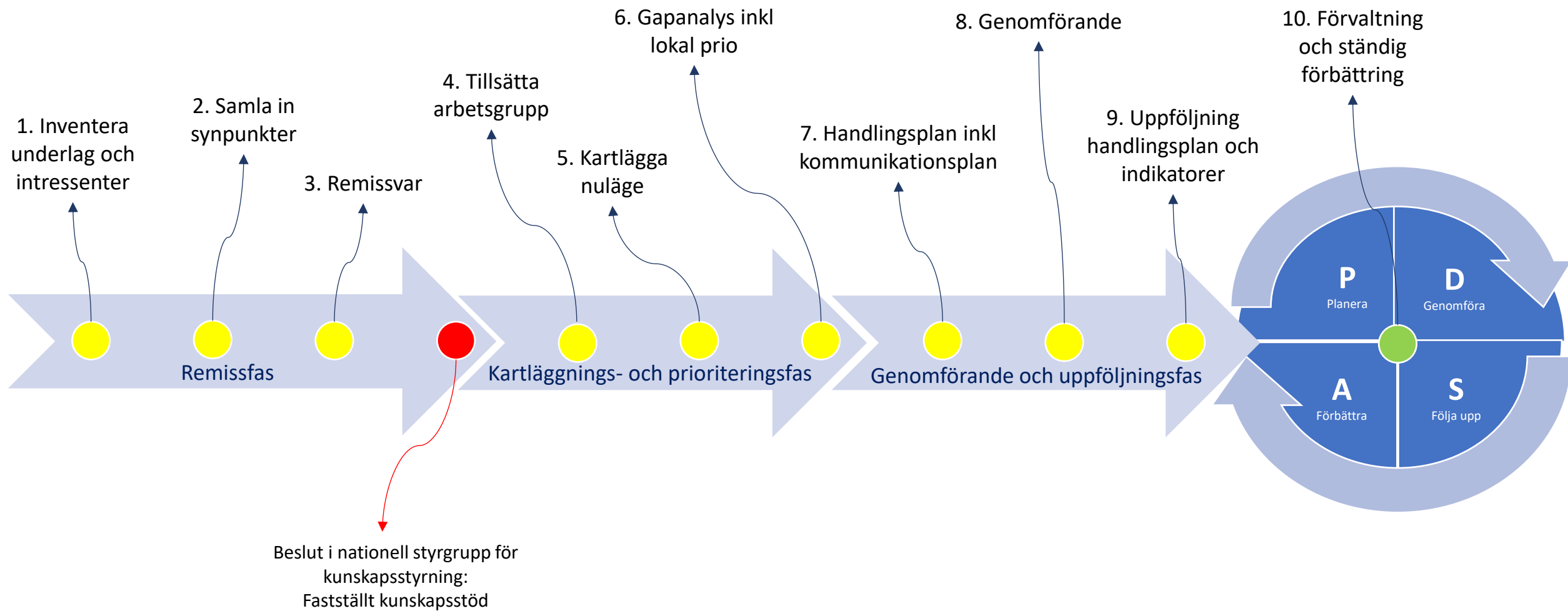
Kunskapsstöd

- På remiss/synpunktsrunda
- Fastställt

Prioritering av remisser i Primärvårdsrådet: Allmänmedicin, Primärvård rehabilitering, Kommuner, Vårdval



Beskrivning av processen för ordnat mottagande av kunskapsstöd:





Prio 1 Primärvård rehabilitering jan-maj 2025

Remisser

- Skörhet hos äldre
- Obesitas

Fastställda kunskapsstöd

- Knäledsartros proteskirurgi



Stöd för samtal om levnadsvanor

Här hittar du som vårdgivare information och vägledning för att stödja dina patienter i att förändra sina levnadsvanor.

Hitta snabbt

[Introduktionsfilm](#)
[Utbildning](#)
[Metodstöd för samtal om levnadsvanor](#)
[Fysisk aktivitet på recept \(FaR\)](#)
[Nationellt kunskapsstöd](#)


Fråga om levnadsvanor

Ditt samtal gör skillnad.



Stöd för samtal

Metodstöd för enkel rådgivning.



Tipsa om egenvård

Tipsa om egenvårdsråd på 1177.se.



Om levnadsvanorna



Tobaksvanor



Alkoholvanor



Fysisk aktivitet



Matvanor



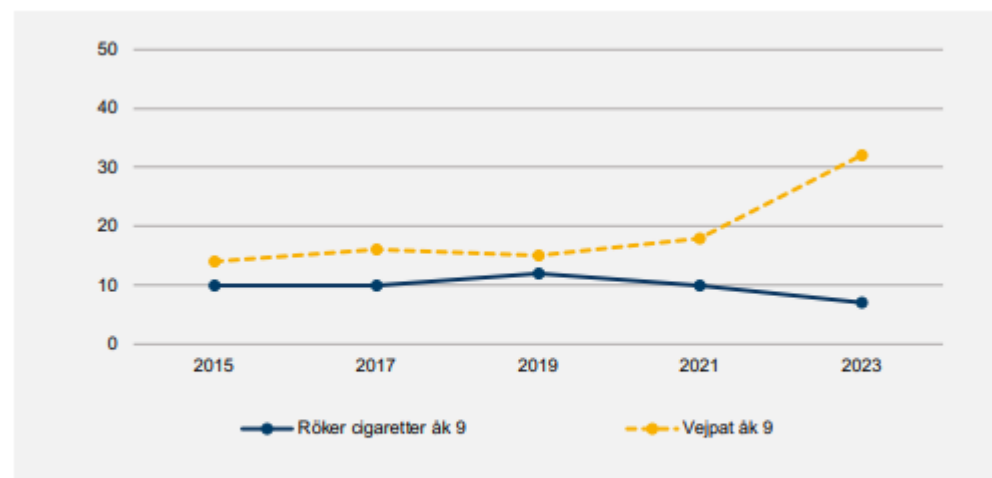
Levnadsvanor

Vårdprogram för prevention och
behandling

Nytt och på gång kring levnadsvanor...

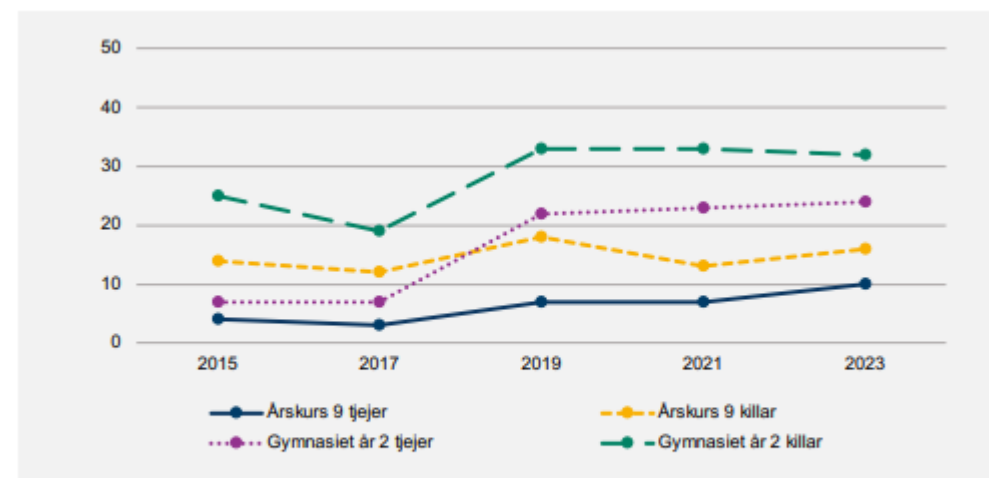
- Basutbildning levnadsvanor är klar, finns i Utbildningsplattformen
- Fördjupande utbildningar inom tobak/nikotin och alkohol finns. Fysisk aktivitet och FaR publiceras inom kort.
- Förenklad förskrivning FaR + FaR-instruktion (arbete för digital blankett pågår)
- Nytt kunskapsstöd på gång: Sömn
- Region Värmland har återanslutits till Nätverket Hälsofrämjande hälso- och sjukvård ([HFS](#))
- Om värmlänningarna 2025 publicerad





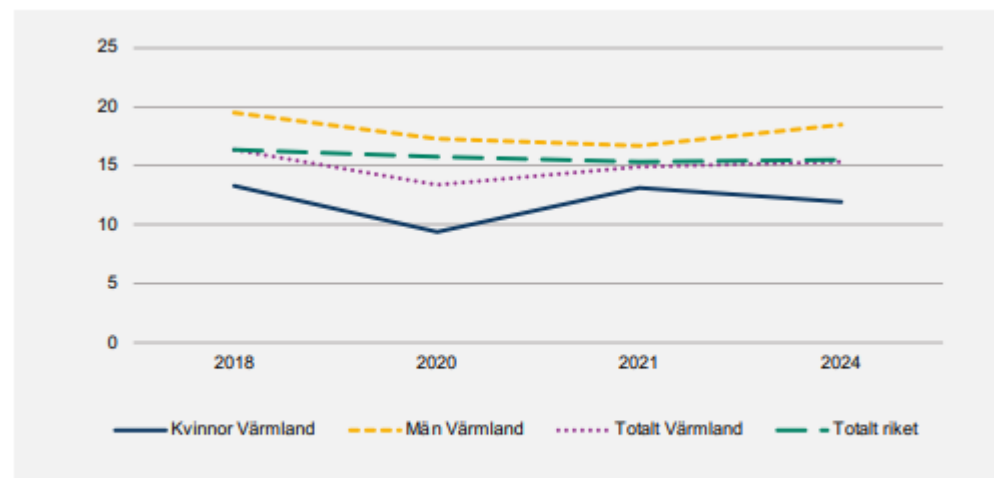
Figur 19. Andel (%) elever i årskurs 9 som röker cigaretter (dagligen, nästan varje dag, ibland) och andel elever som vejpat under de senaste 12 månaderna, Värmland år 2015–2023.

Källa: Elevers drogvanor.



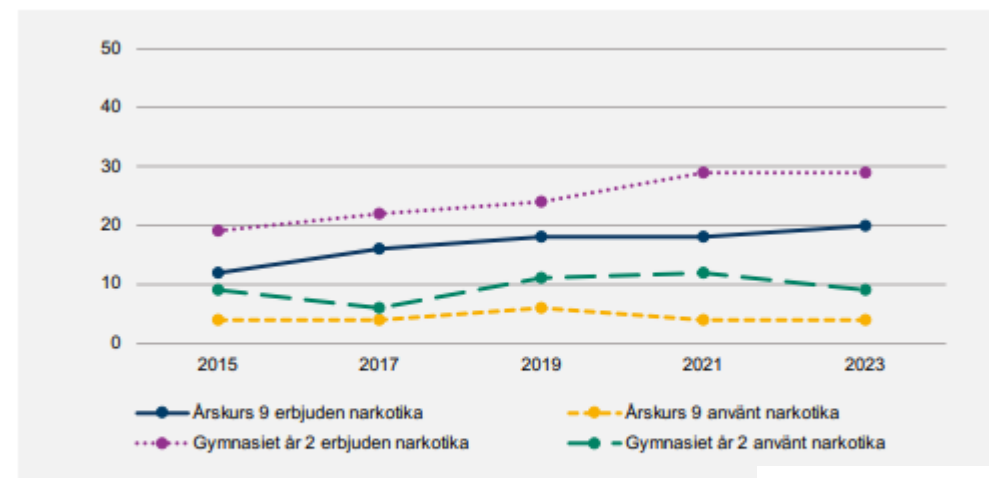
Figur 20. Andel (%) elever i årskurs 9 och gymnasiet år 2 som snusar (dagligen, nästan varje dag, ibland), uppdelat på årskurs och kön, Värmland år 2015–2023.

Källa: Elevers drogvanor.



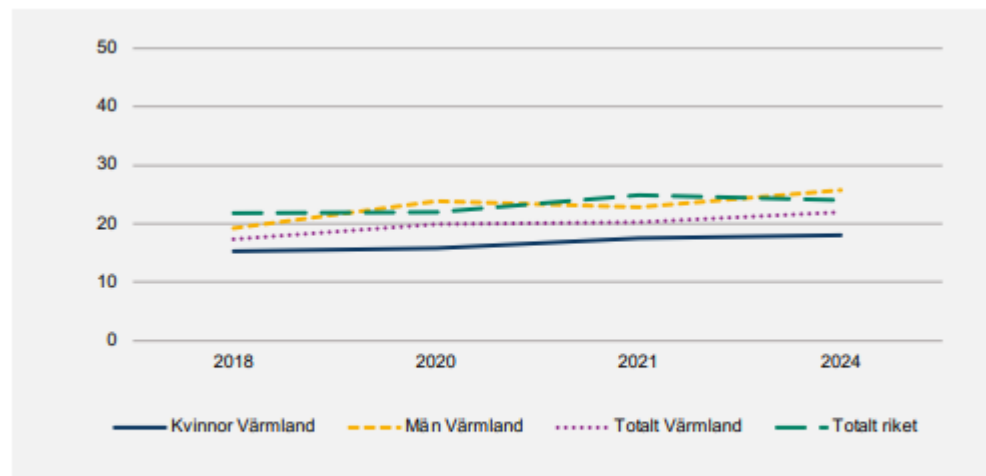
Figur 22. Andel (%) med riskbruk av alkohol, uppdelat på kön, 16–84 år, Värmland och riket år 2018–2024.

Källa: Hälsa på lika villkor.

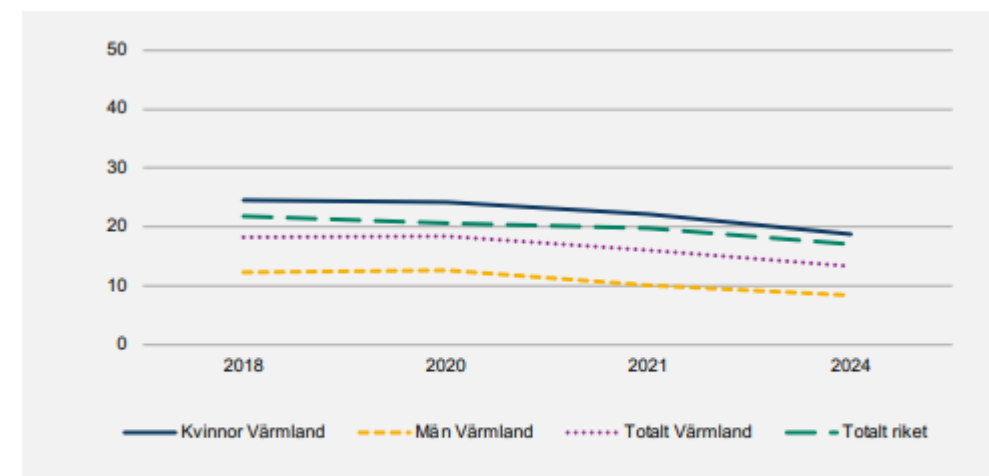


Figur 23. Andel (%) elever i årskurs 9 och gymnasiet år 2 som blivit erbjudna narkotika de senaste 12 månaderna och andel elever i årskurs 9 och gymnasiet år 2 som använt narkotika någon gång, Värmland år 2015–2023.

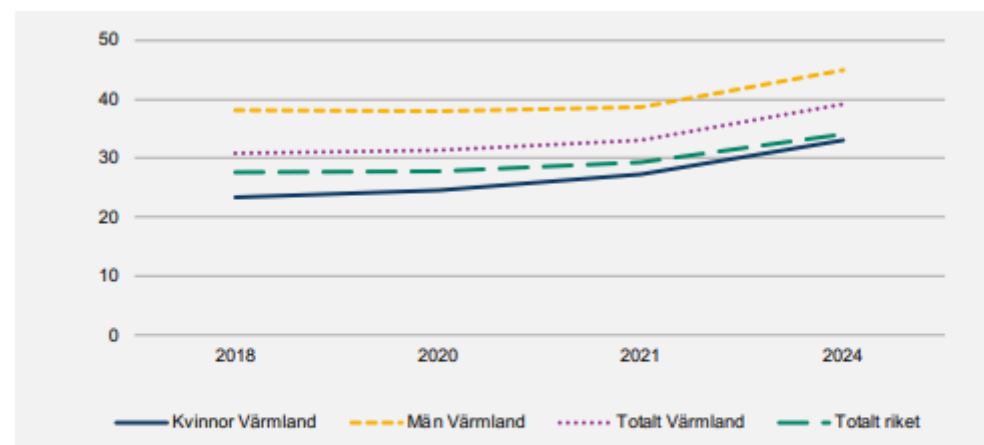
Källa: Elevers drogvanor.



Figur 24. Andel (%) som sitter mer än 10 timmar per dygn, uppdelat på kön, 16–84 år, Värmland och riket år 2018–2024.
Källa: Hälsa på lika villkor.



Figur 25. Andel (%) som äter frukt och grönsaker mer än tre gånger per dag, uppdelat på kön, 16–84 år, Värmland och riket år 2018–2024.
Källa: Hälsa på lika villkor.



Figur 26. Andel (%) som dricker sötade drycker minst 2–3 gånger per vecka, uppdelat på kön, 16–84 år, Värmland och riket år 2018–2024.
Källa: Hälsa på lika villkor.

Checklista

Levnadsvanor – stöd för chefer

Dialogfrågor

- Vilka patienter ska tillfrågas om levnadsvanor hos er?
- Hur använder ni frågeformuläret?
- Hur gör ni med de patienter som behöver ytterligare stöd som inte ges hos er? Vet ni vart ni kan hänvisa?
- Något ytterligare stöd ni behöver för att kunna arbeta med levnadsvanor?