

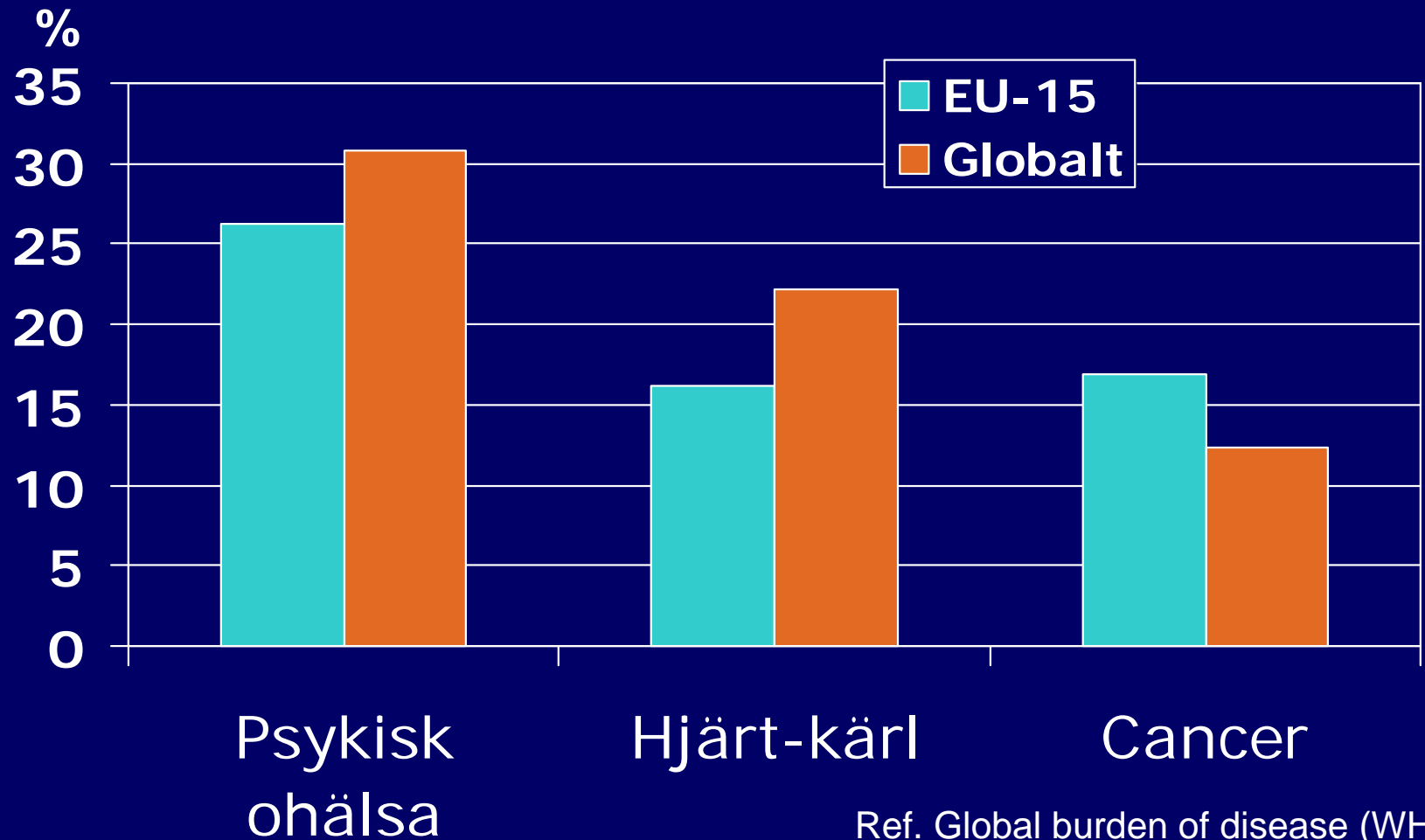


# Prevention av hjärt-/kärlsjukdomar - en nationell kraftsamling

Sarah Wamala, Statens folkhälsoinstitut

EuroPrevent, 6 april 2009

# Orsaker till sjukdomsördån (Dalys)



Ref. Global burden of disease (WHO)





Om ohälsosamma matvanor,  
stillasittande samt rökning eliminerades  
skulle 80 % av hjärt- och kärlsjukdomar,  
stroke och typ-2 diabetes samt 40 % av  
vissa typer av cancer kunna förhindras.

# Viktigaste anledningen till ökad medellivslängd

Under de senaste tjugo åren har:

- dödligheten i hjärtinfarkt halverats och
- dödligheten i stroke har minskat med en tredjedel.

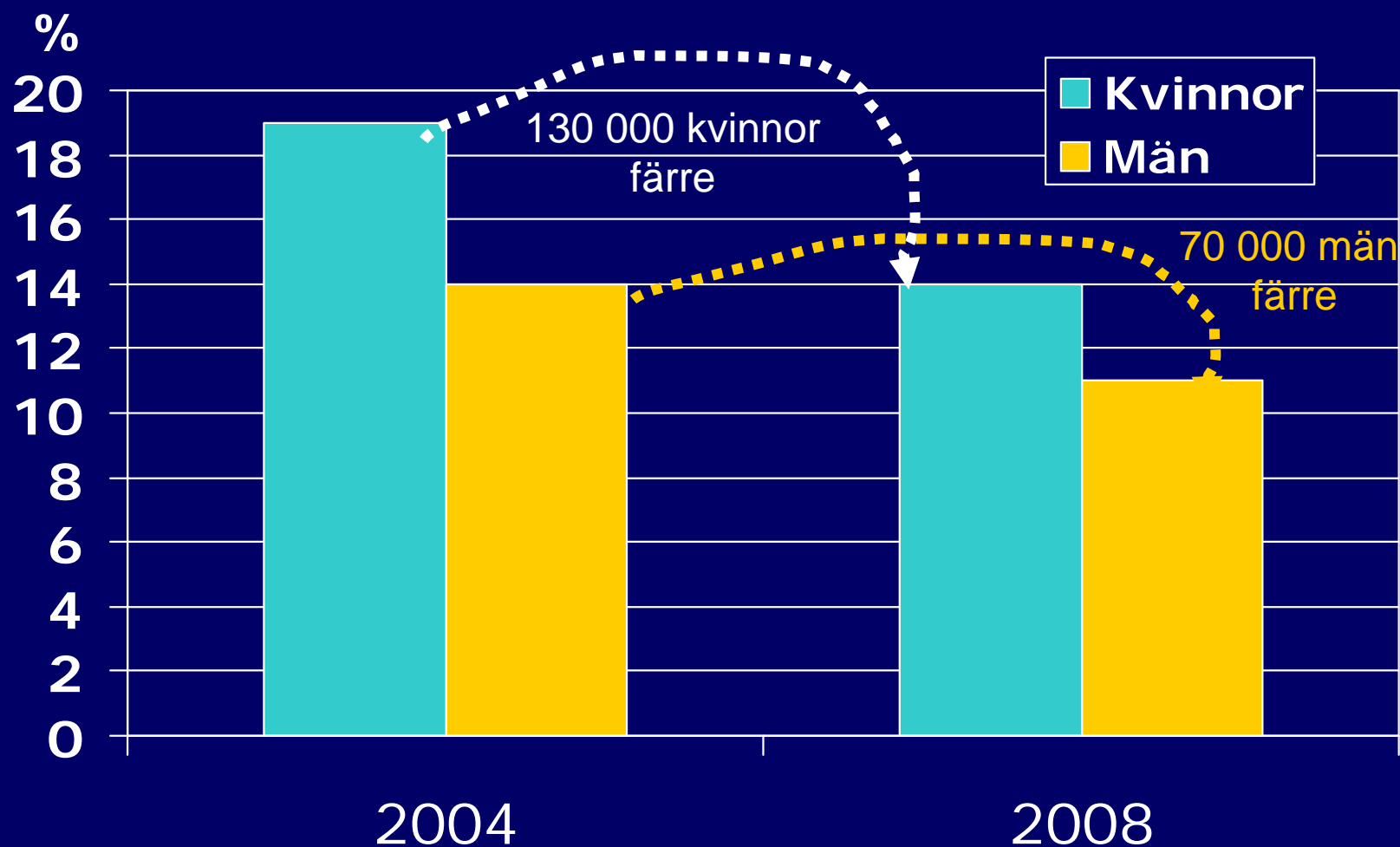


# Vad har hänt?

- Minskad rökning
- Sjunkande blodfettsnivåer i befolkningen
- Sjunkande blodtrycksnivåer i befolkningen under senaste tio åren



# Cigaretttrökning i Sverige (2004-2008)



- Ökad övervikt eller ökad fetma
- Fler barn och unga vuxna har blivit överviktiga de senaste 20 åren

	<b>MÄN</b>		<b>KVINNOR</b>	
	2004	2008	2004	2008
Övervikt	43%	42%	28%	28%
Fetma	11%	12%	11%	11%
Fysiskt aktiv (30 min/dag)	69%	65%	69%	64%



# Nationell kraftsamling

- **2003:** De svenska nationella folkhälsomålen antogs av riksdagen och man uppdrog åt Folkhälsoinstitutet att följa upp dem.
- **Juni 2008:** lade regeringen fram en förnyad folkhälsopolitik med fokus på levnadsvanor, barn och ungdom samt äldre. (2007/08:110)
- **Höst 2009:** Folkhälsoinstitutets livsstilsrapport som redovisar den fortsatta utvecklingen av hälsorelaterade levnadsvanor och hur effektiva insatserna varit.

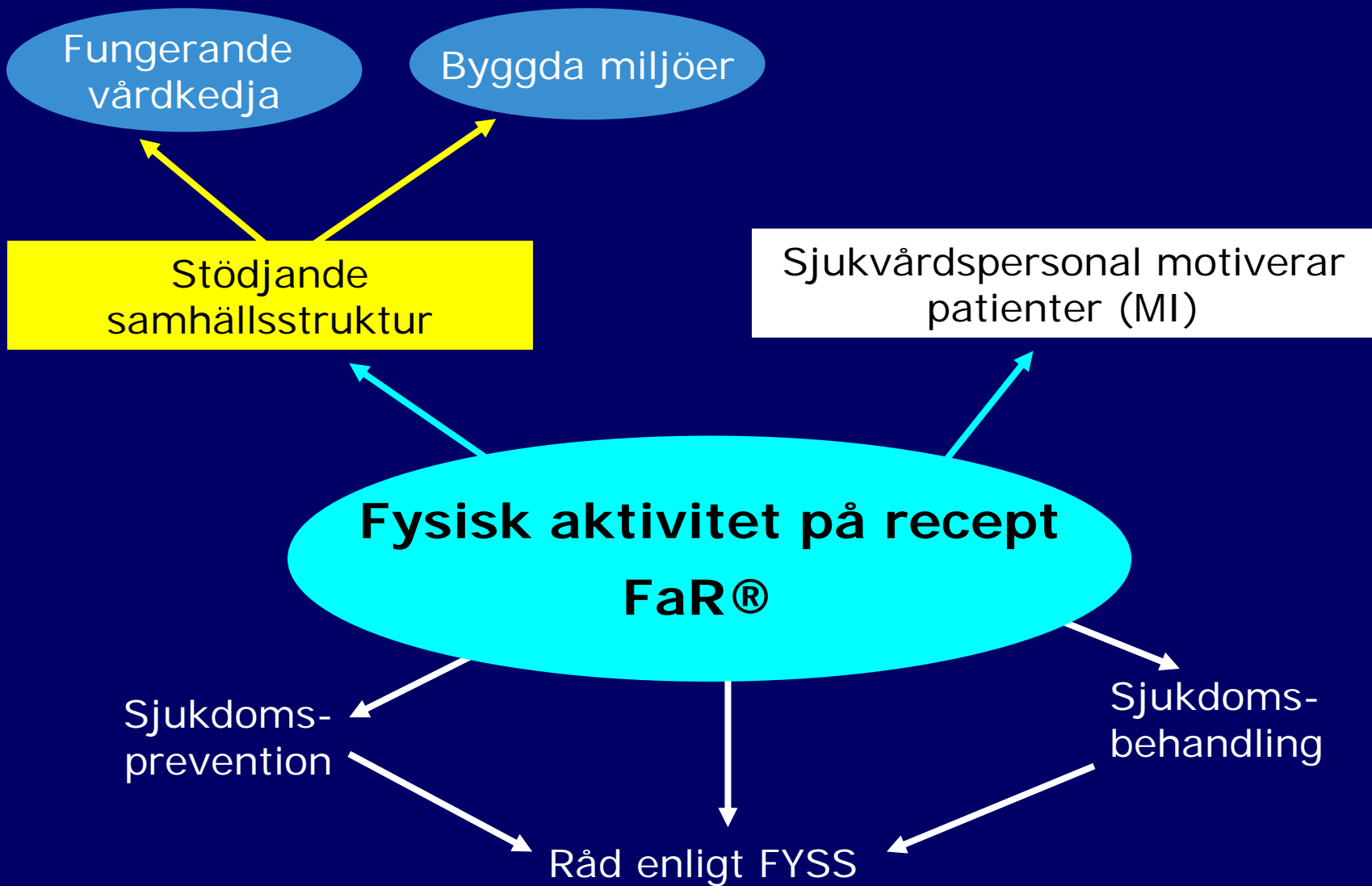
Ref. [www.fhi.se](http://www.fhi.se)



# Institutets arbete med levnadsvanor

- Fysisk aktivitet för att förebygga övervikt
  - Nationell utvärdering av receptförskrivnen fysisk aktivitet (FaR<sup>®</sup>)
  - Sprida skriften FYSS 2008
  - Insatser för ökad fysisk aktivitet och begränsat intag av sötsaker i skolan är viktigt
- Utbildnings-/fortbildningspaket avseende metoden motiverande samtal (MI) och fysisk aktivitet på recept (FaR<sup>®</sup>)





# Statistik FaR®

- Antal recept som skrivs ut ökade med 317 %
  - från 2 988 st (2004) till 12 454 st (2008)
- En större andel recept skrivs ut till kvinnor än till män





**”Hälsofrämjande arbete är nödvändigt för  
effektivisering av hälso- och sjukvården  
och är lönsamt”**

**Ett stort tack!**

**[www.fhi.se](http://www.fhi.se)**