



Hälsoprocessinfo

Nummer 1 år 2018

Här kommer årets första nummer av Hälsoprocessinfo. Vår ambition är att förmedla vad som händer och hur vi på olika sätt kan stötta i hälsofrämjande processer. Vi kommer att skicka ut hälsoprocessinfo 2-4 gånger per år, beroende på vad som är aktuellt inom det hälsofrämjande- och sjukdomsförebyggande området.

Nationella riktlinjer- Alkohol: I förra nyhetsbrevet berättade vi om de nationella riktlinjerna för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor som kommit ut i en remissversion. Under året kommer vi att uppmärksamma var och en av de fyra levnadsvanorna, vi startar med alkohol. En del personer som dricker alkohol utvecklar så småningom ett beroende. Det blir en vana och kan vara svårt att sluta dricka. Ett beroende leder till komplikationer och besvär av olika slag, det finns bra metoder för att komma till rätta med ett alkoholberoende. Alkoholvanor och risken att utveckla ett beroende kan påverkas av olika saker. Det går inte att säga hur lång tid och hur mycket man måste ha druckit för att utveckla ett beroende, det är beroende av bland annat ärftlighetsfaktorer, läs mer på: <https://www.1177.se/Ostergotland/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Alkoholberoende/>
Mer information och filmer finns att tillgå på <http://alkohollinjen.se/>

"Studier visar att 40-80% av informationen som ges av hälso- och sjukvården glöms bort direkt".
Häsolitteracitet; är ett begrepp som innebär förmåga att förvärva, förstå, värdera och använda information för att bibehålla och främja hälsa. Ett verktyg som kan vara användbart är Teach back metoden. Vill du veta mer se: www.halsolitteracitet.se/ och <http://www.hfsnatverket.se/sokresultat?search=h%C3%A4solitteracitet>



Hälsoprocessledare

Linda Karlsson BKC, PVC och CVU
NSC, CKOC, Tandvården, HMC, DC, SC
Linda.ev.Karlsson@regionostergotland.se
010- 103 16 03 alt. 0702-14 82 40

Anna-Karin Schöld NSV och PVC
Anna-Karin.Schold@regionostergotland.se
010- 103 85 12 alt. 0730-23 14 13

Elin Glad NSÖ, NIF och PVC
Elin.Glad@regionostergotland.se
010-104 22 42 alt. 0727-11 68 10