

Screening av levnadsvanor hos patienter med tidig reumatoid artrit

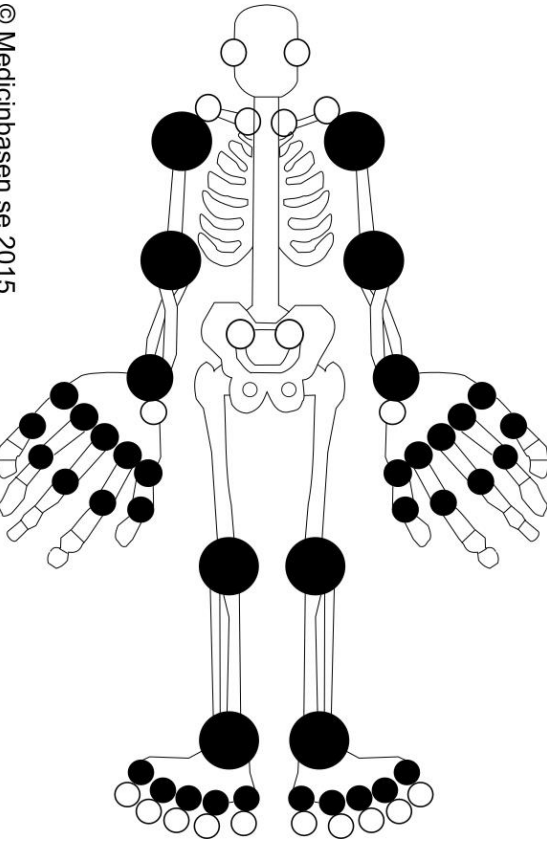
Marie-Louise Karlsson
Biträdande univertitetssjuksköterska

Reumatoid Artrit



Reumatoid Artrit

© Medicinbasen.se 2015



- Ryggrad:
 - Cervikalt
- Övre extremiteter:
 - PIP
 - MCP
 - Handled (ej CMC-1)
 - Armbåge
 - Axel
- Nedre extremiteter:
 - Knä
 - Fotled
 - MTP

Svullnad, stelhet och smärta i leder

Allmänna symtom

Kan drabba inre organ

Dubblad risk för hjärt och kärlsjukdom

Tidig artrit

Matpyramiden



Metod

Screeningformulär om levnadsvanor via take care innan 6-månaders besöket.

Formulär:

Fysisk aktivitet: minuter per vecka

Kostfrågor: Grönsaker, frukt, fisk och sötsaker

Akohol: standardglas per vecka

Tobak: cigaretter per dag

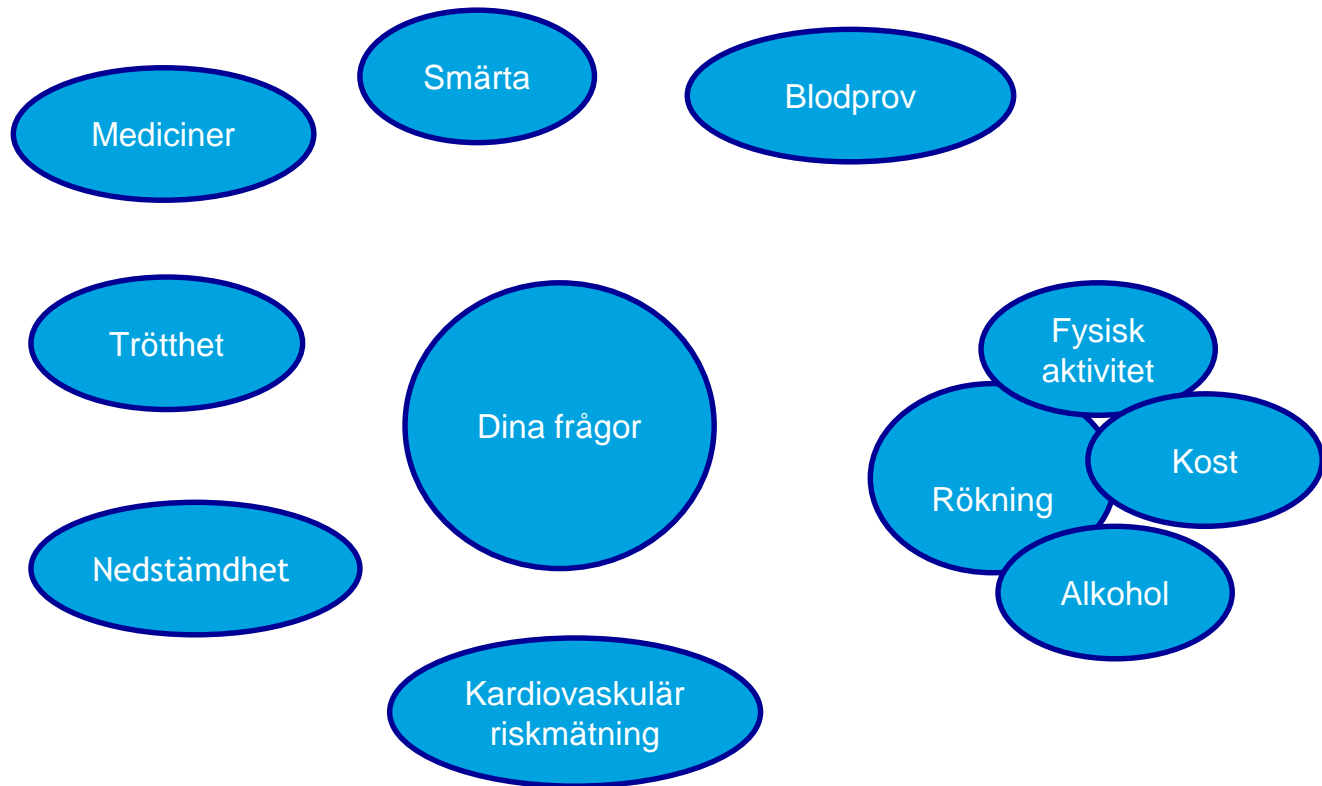
Rådgivande samtal utifrån behov

Kostrådgivning och rökstopp på kliniken

Sjukgymnast

FAR (Fysisk Aktivitet Recept)

Remiss till primärvården



Uppföljning

Nästföljande besök på kliniken

Nytt levnadsvanesamtal vid 18 månader

Resultat fysisk aktivitet

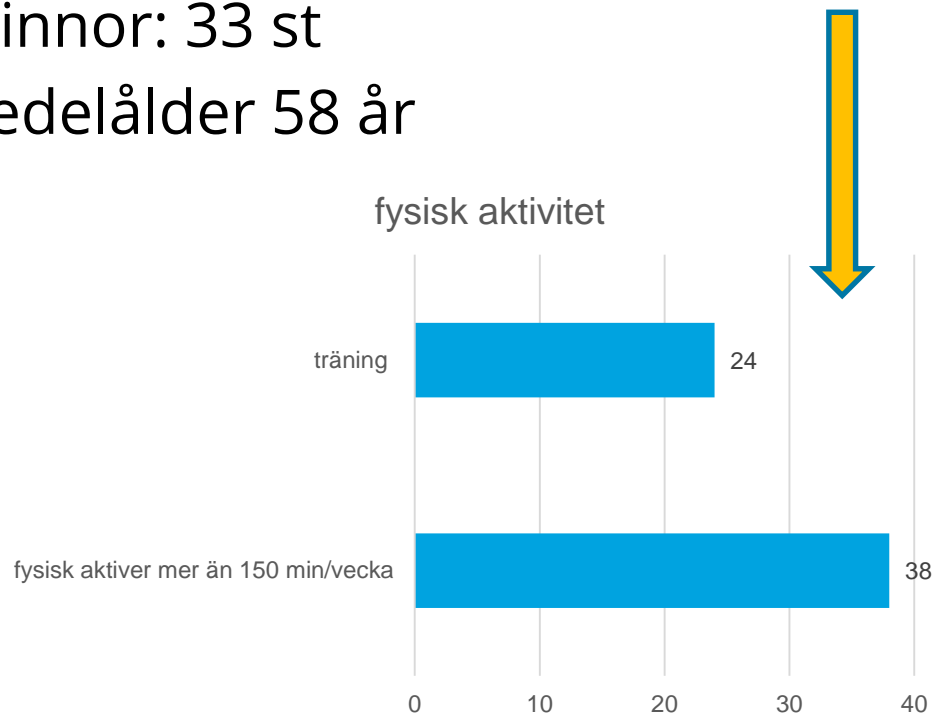
n=50

Kvinnor: 33 st

Medelålder 58 år

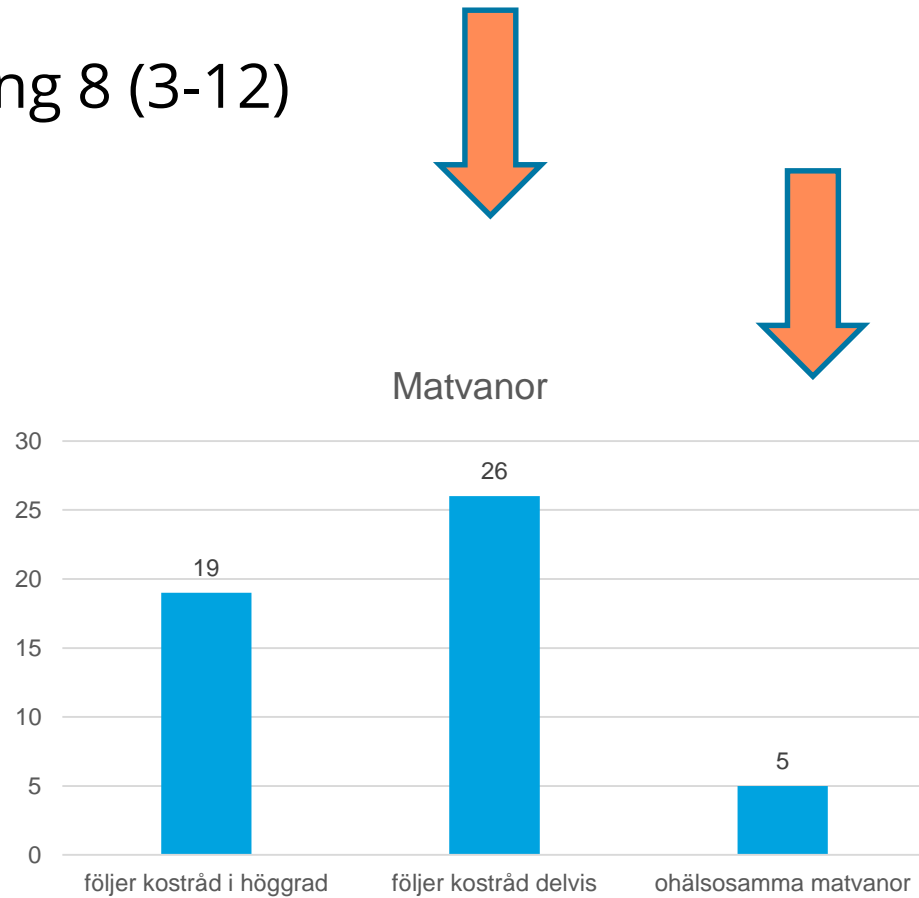
Vardagsmotion
min/vecka med 300
(40-600)

Fysisk träning min/v 80
(30-400)



Matvanor

Kostpoäng 8 (3-12)



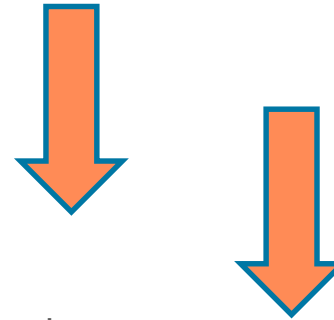
BMI inte alltid så bra värde på övervikt/fetma

BMI= 29

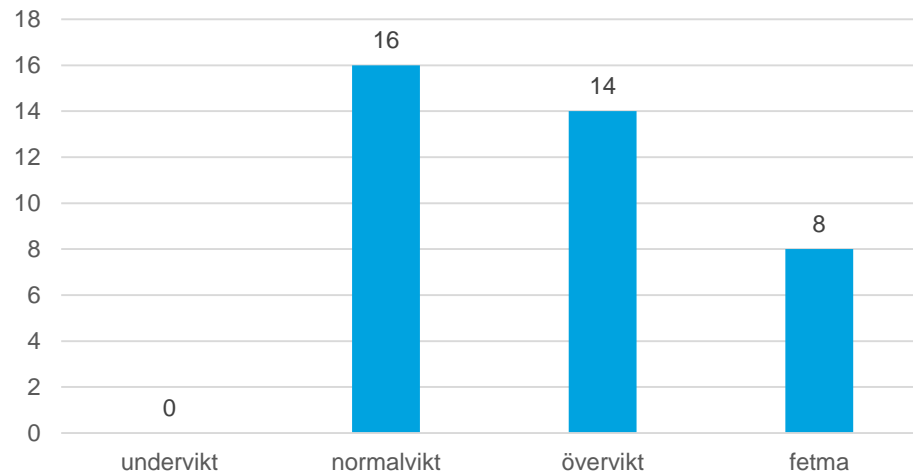


Resultat BMI

BMI med 26,08 (21,12-36,8)



Viktkategorier



6 = 12% rökare



Median 2 standardglas/v
(0-7)



Hur använda resultatet?

Mål

- Alla sjuksköterskor skall ha rådgivandesamtal om levnadsvanor
- Alla patienter som startar ett biologiskt läkemedel skall screenas för levnadsvanor och få rådgivande samtal

Projekt för att utbilda omvårdnadspersonal om hälsosamma levnadsvanor

Tack för uppmärksamheten

