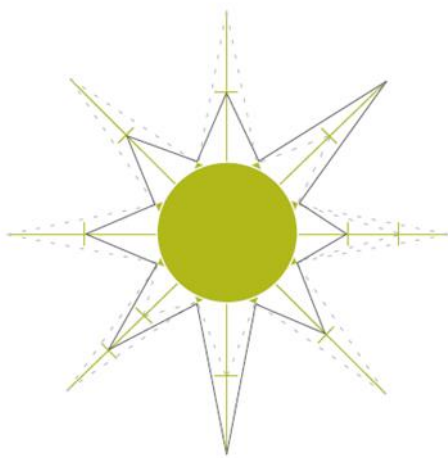


Region Gävleborgs riktade hälsosamtal med 40- åringar

Rapport för verksamhetsåret 2025



Region Gävleborgs riktade hälsosamtal med 40-åringar 2025

Denna årsrapport sammanfattar arbetet med riktade hälsosamtal med 40-åringar i Region Gävleborg under 2025. Året präglades av ett omfattande införande av journalsystemet Cosmic, variationer i bemanning samt skiftande lokala förutsättningar. Delegeringsuppdrag till Hälsoatorget har påverkat förutsättningarna för att genomföra hälsosamtalen enligt ordinarie planering.

Flera privata hälsocentraler har inte haft möjlighet att genomföra några hälsosamtal alls, eller endast ett mycket begränsat antal. Eftersom Hälsoatorget övertog ansvaret för hälsosamtalen vid offentligt drivna hälsocentraler först i juli 2025 saknas fullständig statistik för hela året. Det finns därmed ingen statistik från offentligt drivna hälsocentraler för det första halvåret 2025.

Inledning

Riktade hälsosamtal med 40-åringar är en primärpreventiv och befolkningsinriktad insats som genomförs på hälsocentralerna. Det övergripande målet är att stärka befolkningens hälsa och välbefinnande samt att minska insjuknandet i framför allt hjärt- och kärlsjukdom samt typ 2-diabetes. Syftet är att erbjuda deltagarna kunskap, motivation och vid behov uppföljning för att skapa förutsättningar för förbättrade levnadsvanor och minskad framtida sjukdomsrisk.

I hälsosamtalen uppmärksammas levnadsvanor (fysisk aktivitet, matvanor, alkohol och tobak), biologiska riskfaktorer (blodtryck, blodfetter, blodsocker, vikt och bukfetma), livssituation, psykisk hälsa samt ärftlighet. Arbetet kräver medicinsk kompetens och förmåga att genomföra personcentrerade och motiverande samtal.

Det riktade hälsosamtalet genomförs enligt en strukturerad metodik som beskrivs i [Rutin Riktade hälsosamtal inom Primärvården, Hälsoval Region Gävleborg \(se även webbsida \[regiongavleborg.se/halsosamtal\]\(http://regiongavleborg.se/halsosamtal\)\)](#). Avdelning Strategi, finansiering och folkhälsa ansvarar för metodutveckling, kunskapsstöd, utbildning och stöd till hälsosamordnare samt uppföljning på övergripande nivå i Region Gävleborg.

Uppdraget ingår i hälsocentralernas basuppdrag och samtliga 40-åringar som är listade på en hälsocentral i Gävleborg ska erbjudas riktade hälsosamtal det år de fyller 40 år. Målnivån är ett deltagande på 60 procent.

Riktade hälsosamtal enligt den så kallade svenska modellen genomförs i dag i någon form i 19 av Sveriges 21 regioner. I många regioner erbjuds samtal vid 40, 50, 60 och 70

års ålder, vilket ger en större folkhälsoeffekt. Region Gävleborg erbjuder i dagsläget endast samtal för 40-åringar.

Arbetet genomförs på vetenskaplig grund och innebär följande:

- Verksamheten är integrerad i primärvården som en del av det ordinarie arbetet.
- Den är befolkningsbaserad, det vill säga samtliga i målgruppen erbjuds deltagande vid sin hälsocentral.
- Individanpassat samtalsstöd ges till samtliga deltagare, där hälsodialogen är den centrala komponenten och arbetssättet fokuserar på individens motivation och resurser.
- Arbetet stöds av visuella pedagogiska hjälpmedel.
- Låg- och högriskstrategi kombineras.
- Insatsen baseras på aktuell medicinsk evidens för hjärt- och kärlprevention.
- Arbetet anpassas till lokala förutsättningar.
- Kvalitetssäkring sker genom ett samordnat centralt kompetens- och metodstöd.

Datainsamling

Ett frågeformulär (se bilaga) skickades till hälsosamordnare på privata hälsocentraler samt till vårdenhetschef vid Hälsotorget. Svaren ligger till grund för redovisningen av antal inbjudna och deltagare under 2025.

I dagsläget är det inte möjligt att ta fram deltagarnas risk- och friskfaktorer, eftersom rapporter inte kan tas ut från Clinic24. Rapporten begränsas därför till att redovisa antal och andel inbjudna samt deltagare under 2025.

Inbjudna och deltagande 40-åringar

Privata hälsocentraler

Genomförandet varierade stort mellan olika hälsocentraler. Påverkan från införandet av Cosmic, bemanningsbrist och en förskjuten uppstart av inbjudningar till 40-årssamtalet medförde att flera hälsocentraler inte kunde erbjuda några samtal alls under året. Vissa hälsocentraler kunde endast erbjuda hälsosamtal till en del av sina listade 40-åringar. Sammantaget uppnåddes varken målet att 100 procent av 40-åringarna ska bjudas in eller målnivån för deltagande på 60 procent.

- Andelen inbjudna varierade från 0 till 100 procent.
- Deltagandet varierade kraftigt, från inga genomförda samtal till över 50 procent av de inbjudna.
- Flera hälsocentraler startade arbetet först under hösten, vilket begränsade antalet möjliga samtal under året.

Hälsotorget – uppdrag

Under 2025 gavs Hälsotorget i uppdrag att genomföra riktade hälsosamtal med 40-åringar i syfte att avlasta de offentligt drivna hälsocentralerna under implementeringen av journalsystemet Cosmic. Från och med juli 2025 ansvarade Hälsotorget för genomförandet av riktade hälsosamtal med 40-åringar vid Region Gävleborgs offentligt drivna hälsocentraler.

Till följd av detta är statistiken för 2025 ofullständig och omfattar endast perioden efter att Hälsotorget påbörjat genomförandet. Någon samlad statistik för det första halvåret 2025 finns därför inte tillgänglig för offentligt drivna hälsocentraler

Bakgrund till uppdraget

Beslut enligt hälso- och sjukvårdsnämnden 2024-01-23, § 8:

- Ansvar för de riktade hälsosamtalen flyttades till Hälsotorgen under 2025.
- Uppdraget trädde i kraft i juli, vilket innebär att 40-åringar födda januari–juni inte fick något hälsosamtal, om de inte själva tog kontakt.
- Hälsocentralerna faktureras för samtalsdelen; detta erbjudande gäller även privata vårdgivare. Inga privata vårdgivare har valt att nyttja erbjudandet.
- De riktade hälsosamtalen genomförs huvudsakligen digitalt; i undantagsfall fysiskt, motsvarande cirka ett tiotal individer.
- Hälsotorgen bjöd in 100 procent av de listade 40-åringarna vid offentligt drivna hälsocentraler under perioden juli–december.
- Deltagandet bland de inbjudna uppgick till 69 procent.

Hälsotorget har även tagit emot 40-åringar listade på privata hälsocentraler. Dessa besök ingår inte i statistiken nedan och Hälsotorget har inte erhållit ersättning för dessa samtal.

Tabell 1: Antal listade födda 1985 och av dessa; antal inbjudna, andel inbjudna, antal deltagare, andel deltagare av de inbjudna (varav kvinnor och män) och andel deltagare i relation till populationen 40-åringar per privata hälsocentraler och inbjudningar från Hälsotorg 1 juli-31 december 2025. Uppgift om kön bland inbjudna saknas för vissa vårdgivare. Kön redovisas därför inte i summerande statistik.

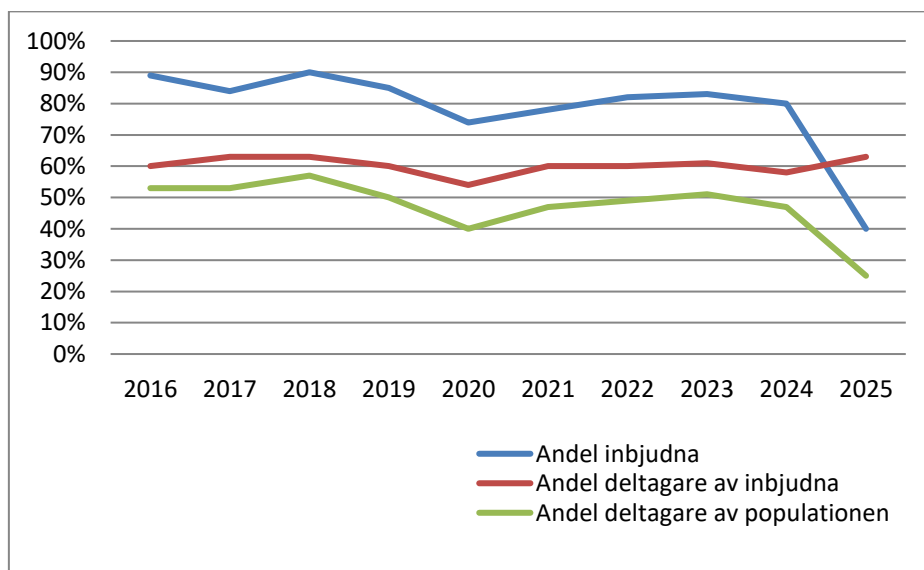
Privata Hälsocentraler	Antal listade födda 1985	Antal inbjudna födda 1985	Andel inbjudna av listade	Antal deltagare	Andel deltagare av inbjudna	Varav kvinnor av inbjudna	Varav män av inbjudna	Andel deltagare av populationen
Capio Brynäs hc	107	39	36 %	29	74 %	19	20	27 %
Capio Gävle hc	-	0	-	0	-	0	0	-
Capio Bomhus	78	78	100 %	27	35 %	19	8	35 %
Hälsocentralen City	141	76	54 %	36	47 %	40	36	26 %
Eira hälsocentral ptj	-	0	-	0	-	0	0	-
Praktikertjänst Bollnäs	222	75	34 %	44	59 %	19	25	20 %
Praktikertjänst Voxnadalen	-	0	-	0	-	0	0	-

Harmånger hc Hälsingeläkarna	50	42	84 %	17	41 %	20	22	34 %
Håstaholmens hc	82	78	95 %	42	54 %	38	39	51 %
Falck Hälsopartner	-	0	-	0	-	0	0	-
Premicare Bergsjö	30	17	57 %	8	47 %	7	10	27 %
Premicare e-center	-	0	-	0	-	0	0	-
Oxtorget hc	-	0	-	0	-	0	0	-
Söderhamnsfjärdens hc	-	0	-	0	-	0	0	-
Hälsocentralen Sjöstaden AB	41	15	37 %	12	80 %	-	-	29 %
Hälsotorg 1 juli – 31 december	919	919	100 %	632	69 %	306	326	69 %
Summa 1 januari-31 december	3338	1339	40%	847	63%	-	-	25%

I figur 1 redovisas andelen inbjudna och deltagare under åren 2016–2025. Under pandemiåren 2020 och 2021 skedde en tydlig nedgång i både antalet inbjudningar och deltagandet. Samtidigt har vissa hälsocentraler under perioden 2021–2023 arbetat ikapp med hälsosamtal för 40-åringar från åren 2020–2022. Detta redovisas inte i statistiken, då kompletterande data saknas. Därmed är siffrorna för åren 2020–2022 underskattade i förhållande till det faktiska utfallet.

För 2025 redovisas heller inte antal inbjudna och andel deltagare från offentligt drivna hälsocentraler under det första halvåret (januari–juni). Med utgångspunkt i statistiken för årets andra hälft uppgår andelen inbjudna till 80 procent, andelen deltagare av de inbjudna till 63 procent samt andelen deltagare av populationen till 51 procent.

Figur 1: Andel inbjudna och andel deltagare i Gävleborgs Riktade hälsosamtal med 40-åringar 2016–2025



Inbjudningar

Enkätsvaren visar att hälsocentralerna och Hälsotorget generellt följer rutinerna för hur inbjudningar till 40-årssamtalet ska ske. Samtidigt framkommer det att arbetsätten skiljer sig åt när det gäller hur inbjudningar skickas ut, hur många påminnelser som görs samt hur uteblivna besök hanteras.

Inbjudningsmetoder:

- brev med förbokad tid
- telefonkontakt
- Clinic24
- kombination av metoder

Telefoninbjudan lyfts ofta fram som särskilt effektiv för att minska antalet uteblivna besök, särskilt i verksamheter med begränsad tillgång till tider. Clinic24 används främst av de med hög digital mognad, medan andra varierar sin metod beroende på resurstillgång och patientgruppens behov. Samtalsunderlaget har skickats till 40-åringen via brev och Clinic24. Hälsotorg har i enstaka fall använt 1177 och e-tjänsterna för detta ändamål.

Påminnelser

Användningen av påminnelser skiljer sig tydligt åt:

- Flera hälsocentraler och Hälsotorg använde SMS-påminnelser.
- Några hälsocentraler upplevde att brev med förbokad tid fungerar dåligt och följde därför upp med telefonsamtal.
- Vissa skickade inga påminnelser alls på grund av tids- och resursbrist.

Genomförande av samtalen

- Nästan alla samtal genomfördes fysiskt på hälsocentralerna.
- Grundprogrammet följdes i stort på hälsocentralen, med viss minskning av spirometri i slutet av året på grund av personalbrist.
- Någon hälsocentral erbjöd kolesterolprov till samtliga 40-åringar.
- På Hälsotorget genomfördes samtalen till största delen digitalt. Ett tiotal individer önskade fysiska samtal och fick detta.
- Hälsotorget gör avsteg från metoden i och med att blodprov (p-glukos och kolesterol) tas på indikation på hälsocentral. Blodtryck, längd/vikt, midjemått tas av deltagaren själv.

Dokumentation

Dokumentationen varierade:

- Vissa hälsocentraler dokumenterade inte alls i Clinic24, ofta på grund av digitala hinder eller tidsbrist.

- Hälsotorget dokumenterar i både Clinc24 och Cosmic.

Material, stöd och kompetens

- De flesta hälsocentraler och Hälsotorget använder det rekommenderade informations- och egenvårdsmaterialet.
- Materialet upplevs som tillfredsställande och ändamålsenligt.
- Nästan inga hälsocentraler efterfrågar ytterligare metodstöd – de huvudsakliga hindren handlar i stället om organisatoriska faktorer.
- En hälsocentral uttrycker behov av mer utbildning kring provsvar.
- De flesta enheter har en eller två personer som genomför hälsosamtalen, vilket gör verksamheten sårbar vid frånvaro.
- Yrkesgrupper som genomför samtalen på hälsocentralerna är främst sjuksköterskor och distriktssköterskor, men även fysioterapeuter, rehabkoordinatorer och hälsovetare förekommer.
- På Hälsotorget utförs samtalen av hälsopedagoger.
- Nästan all personal på hälsocentralerna har grundutbildning i motiverande samtal (MI), och samtliga på Hälsotorget har både grund- och fördjupningsutbildning i MI.

Hantering av uteblivna besök

De flesta hälsocentraler erbjuder inte ny tid till deltagare som uteblivit. Där ny tid ges sker detta vanligtvis via telefonkontakt. Begränsad personalstyrka och hög arbetsbelastning anges som huvudskäl till att nya tider inte kan erbjudas regelbundet. Hälsotorget erbjuder ny tid på samma sätt som vid tidigare bokning.

Sammanfattning av övriga kommentarer

Trots årets utmaningar uttrycker många att hälsosamtalen fungerar väl och ger stor nytta när de genomförs. Flera lyfter att samtalen är:

- meningsfulla
- viktiga i det hälsofrämjande arbetet på hälsocentralen
- uppskattade av deltagarna
- ett bidrag till att förebygga både hjärt- och kärlsjukdom och psykisk ohälsa

Utvecklingsönskemål

- fler nätverksträffar och möjligheter till kunskapsutbyte
- förbättringar i Clinc24
- sluta att dubbeldokumentera mätvärden i Clinc24 och Cosmic
- en längre tidsperiod för att kunna genomföra samtal med dem som inte deltagit under året

Bilaga - Underlag till årsrapport för Region Gävleborgs riktade hälsosamtal med 40-åringar 2025

Hälsocentral/Hälsotorg _____

Uppgiftslämnare - namn _____

1. Antal listade (aktivt/tilldelade) 40-åringar (födda 1985) på hälsocentralen

____ st varav

____ st kvinnor

____ st män

2. Antal 40-åringar som erbjudits hälsosamtal

____ st varav

____ st kvinnor

____ st män

3. Antal 40-åringar som deltagit i hälsosamtal

____ st varav

____ st kvinnor

____ st män

4 a. Hälsosamtalen utgår från rutinen för riktade hälsosamtal?

Ja

Nej

Delvis

4 b. Om delvis, beskriv avsteg _____

5 a. Erbjudande om hälsosamtal till personer födda 1985 har skett (fler alternativ kan väljas)

Brev med förbokad tid

Via Clinic24

Ringt och bjudit in

Varierande/annat/olika sätt

5 b. Om varierande/annat/olika sätt för inbjudan har använts, beskriv hur (ange gärna antal som skett via de olika formerna av inbjudan och om ni har koll på deltagarandelen vid respektive olika inbjudan)

5 c. Samtalsunderlaget har skickats till 40-åringen via

Brev

Clinic24

Varierande/annat/olika sätt

6 a. De inbjudna har fått en påminnelse innan besöket

Ja

Nej
Delvis

6 b. De som fått en påminnelse innan besöket: Hur har de fått påminnelsen? (Fler alternativ kan väljas)

SMS
Telefonkontakt
Brev
Annat sätt

7 a. Uteblivna 40-åringar har erbjudits en ny tid (ej avbokade)?

Ja
Nej
Delvis
Har inte haft några uteblivna

7 b. De som erbjudits ny tid: Hur har ny tid erbjudits?

8 a. I grundprogrammet ingår p-glukos, blodtryck, längd/vikt, midjemått och sedan sommaren 2024 spirometri till rökare/före detta rökare. Lipidprofil tas om deltagaren uppvisar riskfaktorer för hjärtkärlsjukdom. Erbjuds något mer utöver grundprogrammet?

Nej
Kolesterolprov till alla
Annat

8 b. Om annat, vad erbjuds? _____

9. Hälsosamtalet dokumenteras i Clinic24? (Samtalsunderlag samt mätvärden)

Ja
Nej
Delvis

10. Används rekommenderat informations- och egenvårdsmaterial? (Material som bland annat finns på hemsidan)

Ja
Nej
Delvis

11 a. Är rutin, informations- och egenvårdsmaterial tillfredsställande?

Ja
Nej
Delvis

11 b. Om rutin, informations- eller egenvårdsmaterial inte är tillfredsställande. Vad mer behövs? _____

12 a. Önskar du mer stöd för genomförandet av riktade hälsosamtal?

Ja

Nej

12 b. Om ja, vad önskar du mer av? _____

13. Antal personer på hälsocentralen som utför hälsosamtal ____st

14. Följande yrkeskategorier genomför hälsosamtal på din hälsocentral:

Distriktssköterska

Sjuksköterska

Undersköterska

Fysioterapeut

Arbetsterapeut

Hälsovetare

Annan yrkeskategori

15. Antal av de som utför hälsosamtal som gått grundutbildning i MI? ____st

16. Övriga kommentarer (ex om ni arbetat ikapp föregående års samtal, förbättringsförslag i Clinic24 eller något helt annat) _____