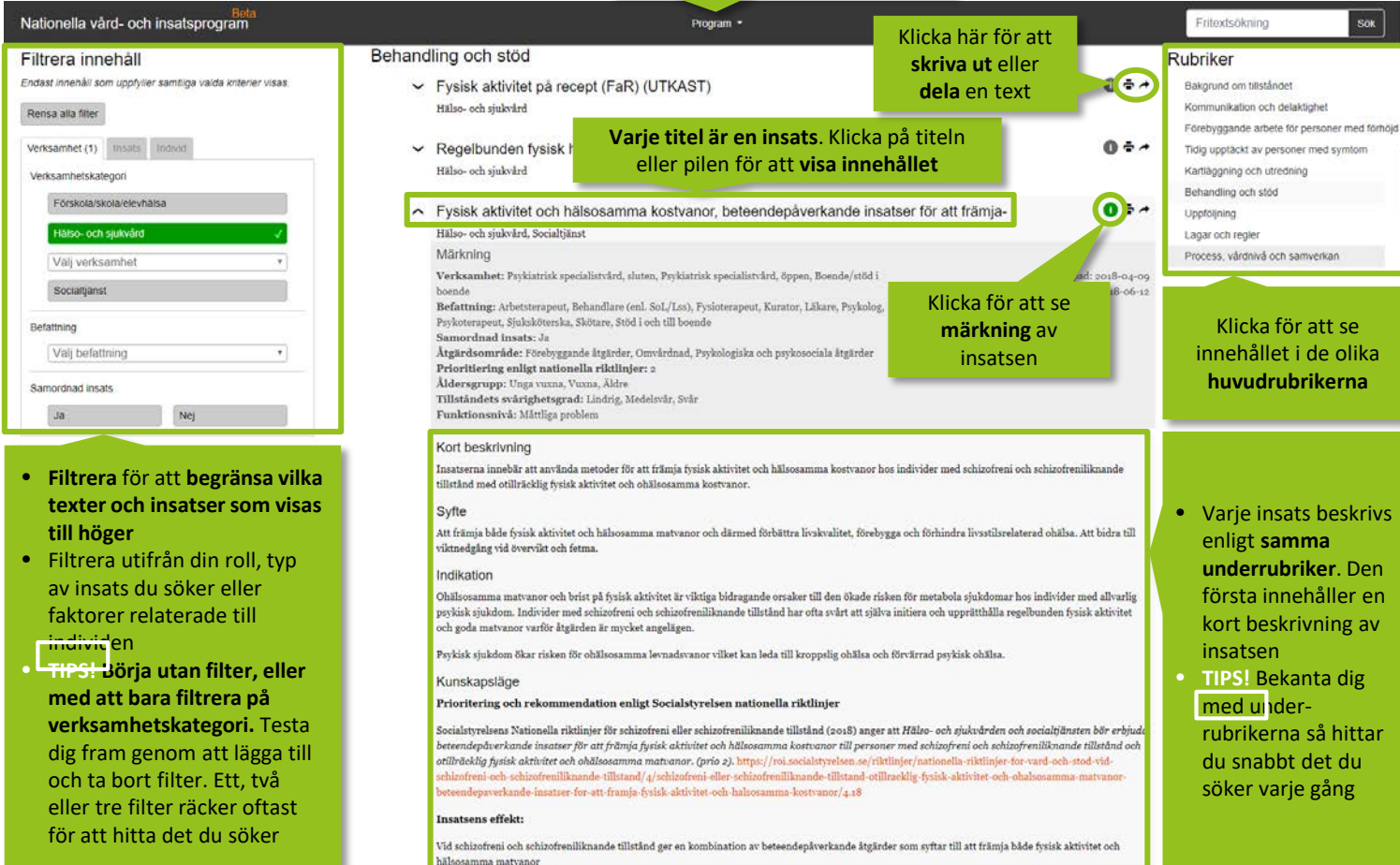


# Användarinstruktioner Vårdochinsats.se

Vård- och insatsprogram psykisk hälsa

2018-06-29

Välj eller ändra program här



**Nationella vård- och insatsprogram** Fritextsökning

**Filtrera innehåll**  
Endast innehåll som uppfyller samtliga valda kriterier visas

Rensa alla filter

Verksamhet (1)

Verksamhetskategori

Förskola/skola/elevhälsa

**Hälsa- och sjukvård** ✓

Välj verksamhet

Socialtjänst

Befattning

Välj befattning

Samordnad insats

**Behandling och stöd**

▼ Fysisk aktivitet på recept (FaR) (UTKAST)  
Hälsa- och sjukvård

▼ Regelbunden fysisk k...  
Hälsa- och sjukvård

**Varje titel är en insats. Klicka på titeln eller pilen för att visa innehållet**

▲ Fysisk aktivitet och hälsosamma kostvanor, beteendepåverkande insatser för att främja-  
Hälsa- och sjukvård, Socialtjänst

Märkning

Verksamhet: Psykiatrisk specialistvård, sluten, Psykiatrisk specialistvård, Öppen, Boende/stöd i boende

Befattning: Arbetsterapeut, Behandlare (enl. Sol/Los), Fysioterapeut, Kurator, Läkare, Psykolog, Psykoterapeut, Sjuksköterska, Skötare, Stöd i och till boende

Samordnad insats: Ja

Åtgärdsområde: Förebyggande åtgärder, Omvårdnad, Psykiologiska och psykosociala åtgärder

Prioritering enligt nationella riktlinjer: 2

Åldersgrupp: Unga vuxna, Vuxna, Äldre

Tillståndets svårighetsgrad: Lådrig, Medelvärd, Svår

Funktionsnivå: Måttliga problem

**Klicka här för att skriva ut eller dela en text**

**Klicka för att se märkning av insatsen**

**Rubriker**

Bakgrund om tillståndet

Kommunikation och delaktighet

Förebyggande arbete för personer med förmöj

Tidig upptäckt av personer med symptom

Kartläggning och utredning

Behandling och stöd

Uppföljning

Lagar och regler

Process, vårdnivå och samverkan

**Klicka för att se innehållet i de olika huvudrubrikerna**

**Kort beskrivning**

Insatserna innebär att använda metoder för att främja fysisk aktivitet och hälsosamma kostvanor hos individer med schizofreni och schizofrenliknande tillstånd med otillräcklig fysisk aktivitet och ohälsosamma kostvanor.

**Syfte**

Att främja både fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor och därmed förbättra livskvalitet, förebygga och förhindra livsrelaterad ohälsa. Att bidra till viktminskning vid övervikt och fetma.

**Indikation**

Ohälsosamma matvanor och brist på fysisk aktivitet är viktiga bidragande orsaker till den ökade risken för metabola sjukdomar hos individer med allvarlig psykisk sjukdom. Individer med schizofreni och schizofrenliknande tillstånd har ofta svårt att själva initiera och upprätthålla regelbunden fysisk aktivitet och goda matvanor varför åtgärden är mycket angelägen.

Psykisk sjukdom ökar risken för ohälsosamma levnadsvanor vilket kan leda till kroppslig ohälsa och förvärrad psykisk ohälsa.

**Kunskapsläge**

**Prioritering och rekommendation enligt Socialstyrelsens nationella riktlinjer**

Socialstyrelsens Nationella riktlinjer för schizofreni eller schizofrenliknande tillstånd (2018) anger att *Hälsa- och sjukvården och socialtjänsten bör erbjuda beteendepåverkande insatser för att främja fysisk aktivitet och hälsosamma kostvanor till personer med schizofreni och schizofrenliknande tillstånd och otillräcklig fysisk aktivitet och ohälsosamma matvanor. (prio 2).* <https://roi.socialstyrelsen.se/riktlinjer/nationella-riktlinjer-for-vard-och-stod-vid-schizofreni-och-schizofrenliknande-tillstand/4/schizofreni-eller-schizofrenliknande-tillstand-otillracklig-fysisk-aktivitet-och-ohalsosamma-matvanor-beteendepaverkande-insatser-for-att-framja-fysisk-aktivitet-och-halsosamma-kostvanor/4.18>

**Insatsens effekt:**

Vid schizofreni och schizofrenliknande tillstånd ger en kombination av beteendepåverkande åtgärder som syftar till att främja både fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor

**TIPS!** Börja utan filter, eller med att bara filtrera på verksamhetskategori. Testa dig fram genom att lägga till och ta bort filter. Ett, två eller tre filter räcker oftast för att hitta det du söker

• Filtrera för att begränsa vilka texter och insatser som visas till höger

• Filtrera utifrån din roll, typ av insats du söker eller faktorer relaterade till individen

• **TIPS!** Börja utan filter, eller med att bara filtrera på verksamhetskategori. Testa dig fram genom att lägga till och ta bort filter. Ett, två eller tre filter räcker oftast för att hitta det du söker

• Varje insats beskrivs enligt **samma underrubriker**. Den första innehåller en kort beskrivning av insatsen

• **TIPS!** Bekanta dig med underrubrikerna så hittar du snabbt det du söker varje gång

# EXEMPEL 1: Hitta rätt på Vårdochinsats.se



En skötare som på en sluten psykiatrisk avdelning var med när en patient med Schizofreni på avdelningen spändes fast i bälte. Nu undrar hen om situationen hade kunnat undvikas eller göras mindre obehaglig för patienten



Det finns olika sätt att hitta information på Vårdochinsats.se

## A. VÄLJ VÅRD- OCH INSATSPROGRAM OCH FILTRERA INNEHÅLLET

1. Välj VIP. I detta fall *Schizofreni och schizofreniliknande tillstånd*
2. Filtrera innehållet. Använd i detta fall exempelvis kategorierna:
  - **Verksamhet** (välj Psykiatrisk specialistvård, sluten) och
  - **Tillståndets svårighetsgrad** (välj Svår)
3. Läs titlarna på de olika insatserna och välj i detta fall de som handlar om hot, våld och tvångsinsatser

## B. FRITEXTSÖKNING

1. Skriv in det du söker i fritextsökfältet uppe i högra hörnet. I detta fall, skriv in "Tvångsåtgärder"
2. Välj insatser utifrån listan. Du ser både i vilket VIP insatsen finns och en kort beskrivning av vad insatsen innebär

## C. GÅ DIREKT TILL HUVUDRUBRIKERNA

- Välj VIP. Välj sedan insatser under de huvudrubriker som bäst överensstämmer med insatsen du söker



Det finns många olika insatser beskrivna i vård- och insatsprogrammen

I detta fall valde skötaren att läsa om insatserna:

- **Gott bemötande**
- **Förebygga hot och våld**
- **Bra bemötande vid fysiska ingripanden/ tvångsåtgärder**
- **Samtal - uppföljning efter tvångsåtgärd**