

Om Beteendemedicin

Information till remittent

Beteendemedicins uppdrag:

Att stödja beteendeförändringar för mer hälsosamma levnadsvanor och hållbar viktminskning hos vuxna med risk för eller etablerad obesitas, diabetes eller hjärt-kärlsjukdom.

Behandlingen är inriktad mot hälsosam kost, fysisk aktivitet och tobaksfrihet.

Behandlingsupplägg:

Levnadsvanebehandling:

Teambaserad multiprofessionell gruppbehandling som beaktar individens behov. Behandling sker i Umeå, Sorsele eller Skellefteå.

Tobaksavvänjning:

Tobakspreventiv mottagning vid Norrlands universitetssjukhus

Medicinsk målgrupp, levnadsvanebehandling:

1. Fetma/Obesitas med BMI ≥ 30
2. Bukfetma med minst ett av nedanstående tillstånd *:
 - a. diabetes
 - b. hjärtkärlsjukdom eller stroke
 - c. hypertoni,
 - d. hyperlipidemi
 - e. prediabetes
 - f. reumatoid artrit som medför måttliga till svåra begränsningar
 - g. kronisk njursvikt (GFR < 30)

* Definitioner för medicinsk målgrupp

- bukfetma med midjemått för kvinnor > 88 cm och män > 102 cm
- Prediabetes (IFG $\geq 6,1$ eller IGT $\geq 8,9$ eller HbA1C ≥ 42)
- Hypertoni (läkemedelsbehandling eller blodtryck $\geq 140/90$)
- Hyperlipidemi (läkemedelsbehandling eller triglycerider $> 1,7$ eller LDL $> 3,0$ eller HDL hos kvinnor $< 1,3$ och hos män $< 1,0$ mmol/l)

För framgångsrik behandling behöver patienten

- Vara motiverad till att förändra sina levnadsvanor via beteendeförändringar
- Ha förmåga och förutsättningar (social, kommunikativ och kognitiv) att delta i gruppbehandling
- Ha praktiska förutsättningar och utrymme i livet för en behandling som kräver tid, energi och engagemang

När är behandling inte aktuell

- Substansbruk (rökare < 3 månaders rökfrihet, riskbruk av alkohol eller aktivt drogbruk)
- Bariatrisk kirurgi (genomförd senaste året).
- Vid graviditet eller amning

Remissens innehåll

- Vikt, längd, BMI och midjemått
- Riskfaktorer för diabetes/hjärt-kärlsjukdom eller redan etablerad sjukdom
- Förekomst av annan samtidig sjukdom
- Behov av/motivation till förändrade levnadsvanor
- Eventuella svårigheter vid gruppbehandling.

Hur följs behandlingen?

- > 5 % vikttnedgång under behandlingsperiod.
- > 150 aktivitetsminuter per vecka

Avdelningschef Katarina Steinholtz,
katarina.steinholtz@regionvasterbotten.se.

Verksamhetschef Annika Nordin Johansson,
090-785 70 72.