



Stöd till bättre matvanor, via 1177.se Odensala HC

Syftet med utvecklingsuppdraget var att testa stödprogrammet "Stöd till bättre matvanor" via 1177.se hos patienter med ohälsosamma matvanor.

Bakgrund

På de Riktade Hälsosamtalen som erbjuds till alla som fyller 40, 50, 60 och 70 år har det identifierats att majoriteten har ohälsosamma matvanor. 1177.se erbjuder stödprogrammet "Stöd till bättre matvanor". Ett internetbaserat program med moduler som handlar om allt från motivation, värderingar till kunskapsfakta om näringslära. Behandlaren har möjlighet att välja ut vilka moduler varje enskild individ ska erhålla.

Metod

Deltagare till att använda programmet "Stöd till bättre matvanor" har identifierats och erbjudits att delta via de Riktade Hälsosamtalen. Enstaka personer som kommit för livsstilssamtal har också erbjudits. Totalt har vi haft 8 personer som använt programmet. Vi har avsatt 30 min avstämning per personal och vecka.

Resultat

Av 8 deltagare har 4 fortsatt programmet men ej avslutat det. Övriga 4 har avbrutit programmet på egen önskan. En person har upplevt att formatet på programmet ej varit passande. Tre personer har påbörjat programmet men sedan tappat motivationen. Det har varit svårt att schemalägga fasta tider för veckovis uppföljning på grund av att våra tidböcker ser olika ut varje vecka. Viktigt att vara tydlig gentemot patienten att återkoppling kan variera. Svårt att rekrytera deltagare. Majoriteten av deltagare har vi rekryterat via de Riktade Hälsosamtalen. Många har påbörjat programmet, men sedan har motivationen dalat. Loggar inte in i programmet trots meddelande från behandlare. Lågprioriterat vid personalfrånvaro.

Slutsats

Ett bra stödprogram som ger en möjlighet för patienten att fördjupa sig i kunskaper om matvanor som en del i en livsstilsförändring. Det har upplevts positivt av oss personal, att kunna erbjuda ett stöd om man på Riktat hälsosamtal upptäckt "ohälsosamma matvanor". Svårt att rekrytera deltagare. Majoriteten av deltagare har vi rekryterat via de Riktade Hälsosamtalen. Många har påbörjat programmet, men sedan har motivationen dalat trots uppföljning av behandlaren. Patienten måste vara motiverad själv för att fullfölja programmet.

Kontakt:

Emelie Jönstedt Olsson, emelie.andersson@regionjh.se
Nina Andersson, nina.andersson@regionjh.se
Elisabeth Strömblad, elisabeth.stromblad@regionjh.se