

FKM LM -05

FKM LM-44

Barbro Kvaal –
28.April 2022

Helsefremmende og forebyggende helsearbeid

Folkehelseloven

FKM LM -05

KJENNE TIL PRINSIPPER VED
ULIKE TYPER FOREBYGGENDE
ARBEID PÅ INDIVID- OG
GRUPPENIVÅ

Forebygging

Primærforebygging: innsats som søker å forhindre at et problem, skade eller sykdom oppstår.

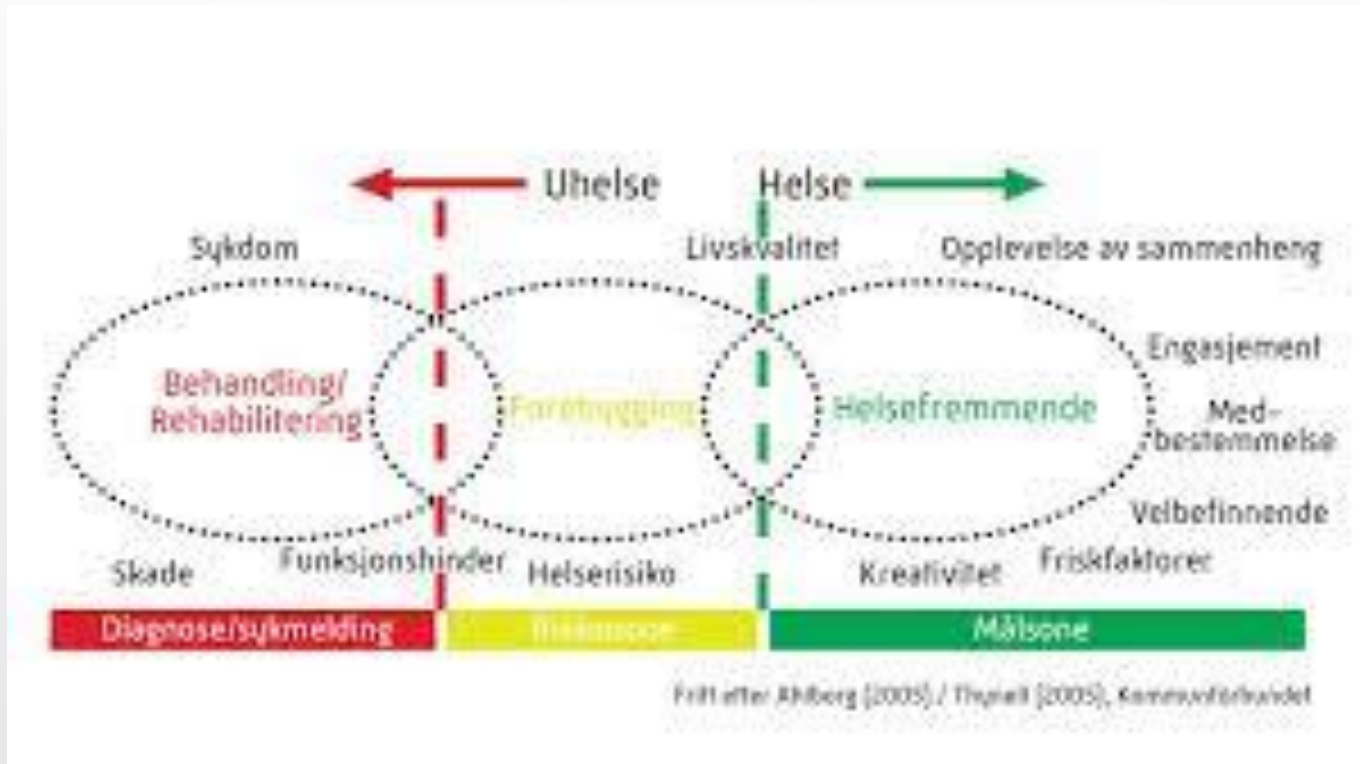
Sekundærforebygging: innsats som søker å begrense varighet av et problem, skade eller sykdom som er oppstått.

Tertiærforebygging: innsats som søker å hindre eller begrense følgetilstander av et problem, skade eller sykdom som er oppstått.

Forebyggende helsearbeid

- Forebygge sykdom
- Fremme helse
- Fjerne sykdomsfremkallende elementer





Forebygging

5

Forebygging forsøk på å eliminere eller begrense en uønsket utvikling.

Forebyggende arbeid

- Forebyggende arbeid tar sikte på utvikle tiltak som fører til en reduksjon i:
 - Sykdom
 - Skade
 - Sosiale problemer
 - Risikofaktorer
 - Dødelighet



Universelle tiltak

- Strategier og tiltak som er rettet mot alle, uten å skille ut grupper og individer



- innsats som søker å begrense varighet av et problem, skade eller sykdom som er oppstått.

Sekundærforebygging

**Sekundærforebygging
etter hjerteinfarkt** s. 12

Helsefremmende vs forebyggende

- Helsefremmende:
 - Jobbe for opplevelse av overskudd, livsglede og mestring
- Forebyggende tiltak:
 - Redusere faktorer som truer folks helse

Helsefremmende arbeid/tiltak

- Er å sikre at befolkningen opplever faktorer som fremmer overskudd, livsglede og opplevelse av god helse
- «den enkelte skal ha overskudd til å møte hverdagens krav»
- Helsefremmende tiltak er ikke bare et ansvar hos «helse»

Individ versus gruppe

Råd og veiledning til
enkelpasient
(fastlegen)

Generelle råd til gruppe
av mennesker
(generelle kostholdsråd,
vaksineråd osv.)
(Statlige myndigheter)



Allmenmedisin versus samfunnsmedisin

- Fastlege/allmenmedisin:
individ
- Samfunnsmedisin :
gruppe



FKM LM 44

- Ha kjennskap til sentrale bestemmelser som regulerer plikter og rettigheter for helsepersonell og pasienten:
 - Folkehelseloven
 - Smittevernloven (eget foredrag)
 - Helseberedskapsloven (eget foredrag)

Folkehelseloven

Folkehelse:

- befolkningens helsetilstand
- og hvordan helsen fordeler seg i befolkningen

Folkehelsearbeid:

- samfunnets arbeid/innsats



Folkehelsearbeid er samfunnets innsats for å påvirke forskjellige faktorer



som direkte hemmer eller fremmer befolkningens helse og trivsel,



forebygge somatisk og psykisk sykdom, skade eller lidelse,



bidra til å utjevne sosiale helseforskjeller beskytte befolkningen mot faktorer som kan ha negativ innvirking på helsen

Folkehelseloven

- Utjevne sosiale forskjeller – det er sammenheng mellom utdanning, inntekt og helse i befolkningen
- Helse i alt vi gjør – utvikling av et helsefremmende samfunn innebærer at helse skal i varetas på tvers av sektorer. Omsorg for den enkelte og legge til rette for at hver og en skal kunne mestre sitt liv
- Bærekraftig utvikling – legge til rette for en samfunnsutvikling som sikrer grunnleggende behov over tid -



Forebygging/Fastlegeoppgaver

- Diagnose – helst tidlig
- Forebygging – helst primærforebygging, men særlig sekundær – og tertiærforebygging
- Behandling:
 - Symptomlindring
 - Livstiltak
 - Hindre forverring
- Rehabilitering og samhandle

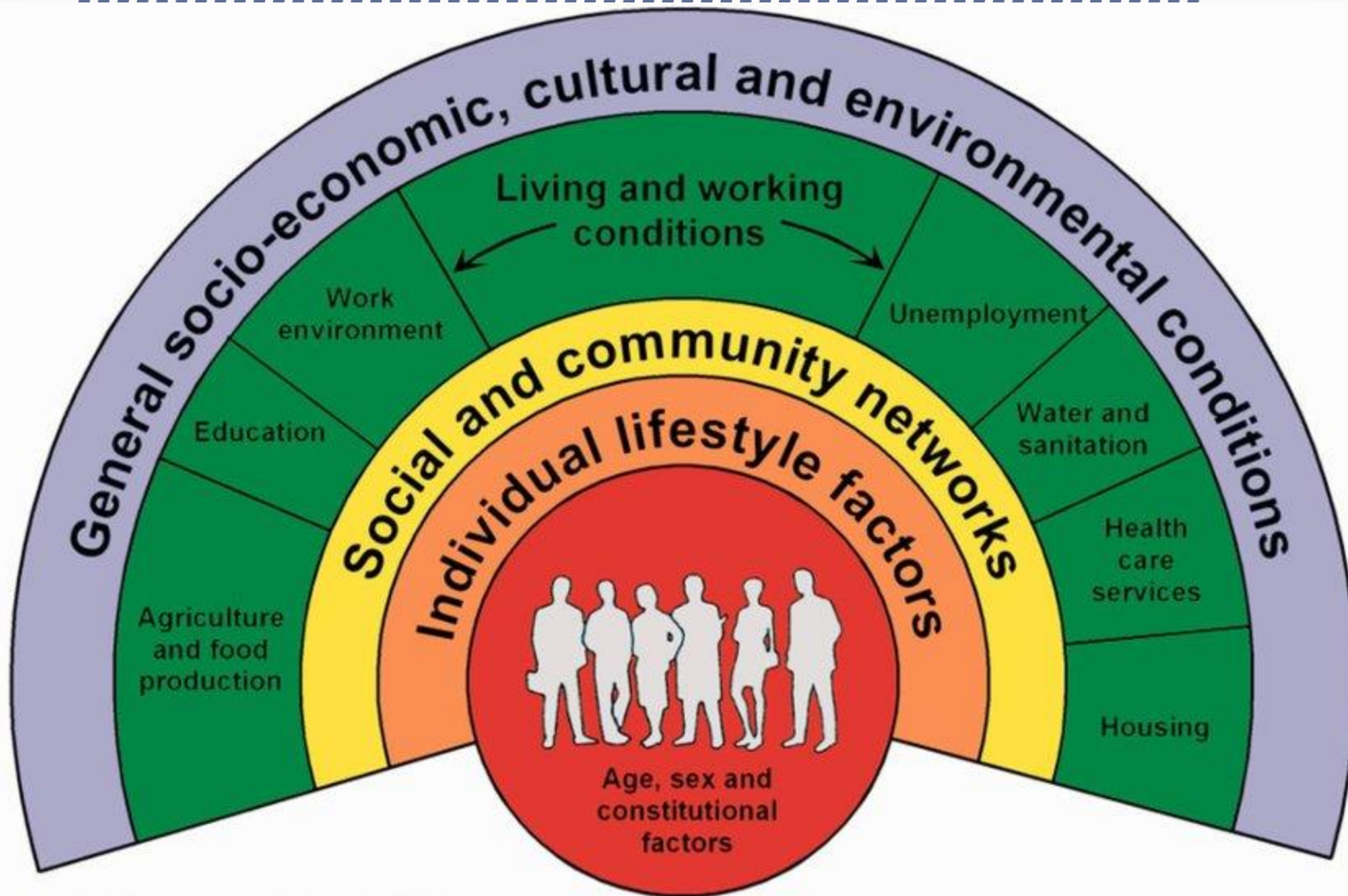




Hva er god helse?

- Helse inkluderer både fysisk og psykisk helse – og det handler om mye mer enn sunn livsstil.
- Og heller ikke bare fravær av sykdom.

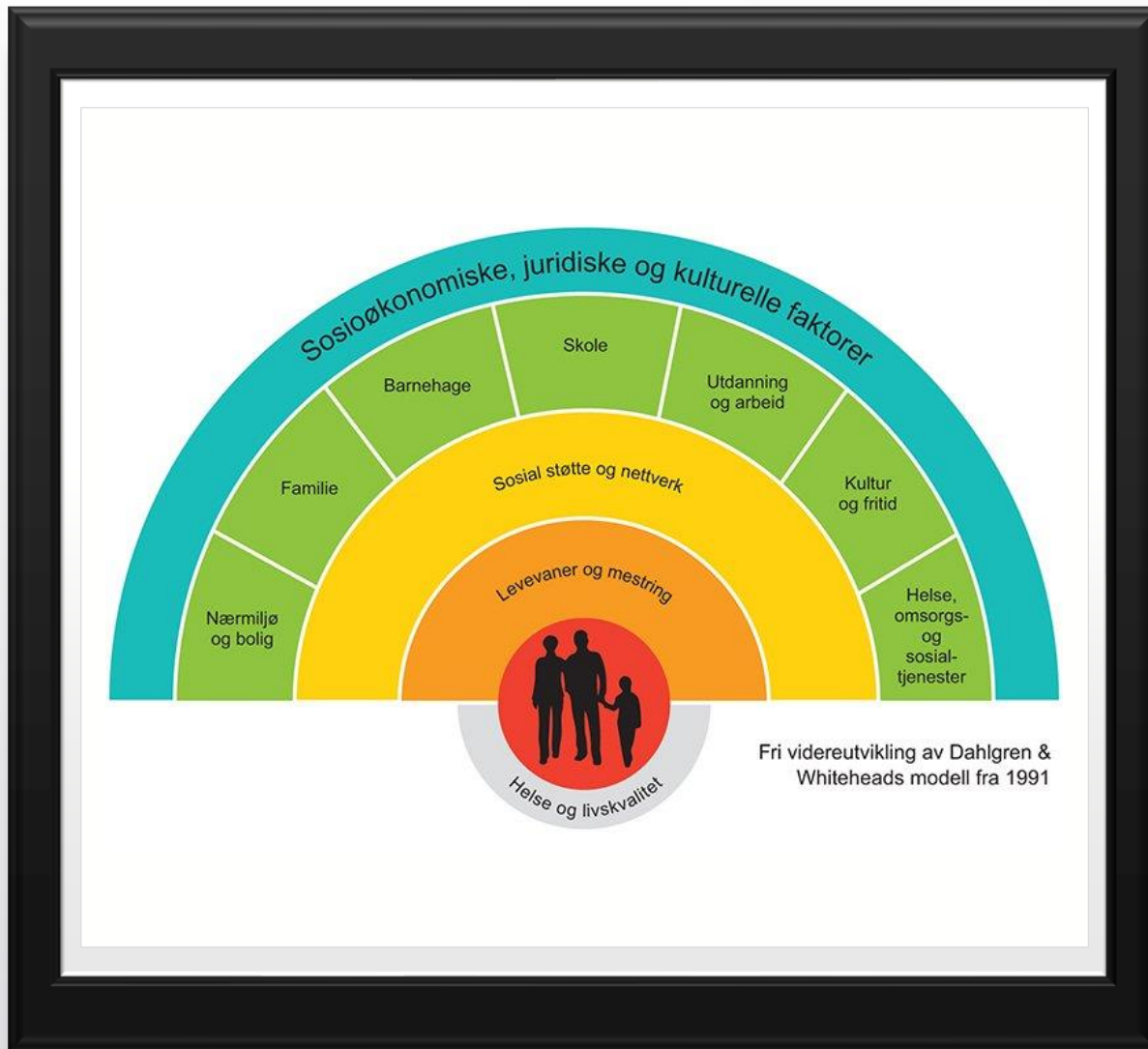
- **GOD HELSE ER Å HA OVERSKUDD TIL HVERDAGENS KRAV**



Source: Dahlgren and Whitehead, 1991



Påvirkningsfaktorer for psykisk helse Hva gir god helse og livskvalitet



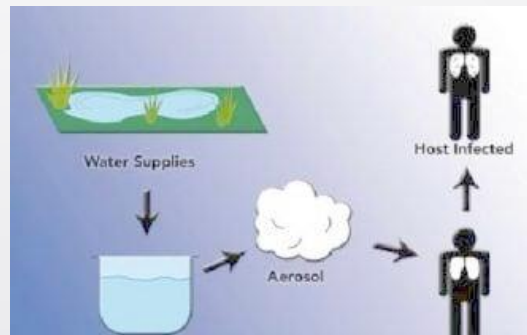


Kap 3 – miljørettet helsevern

Miljørettet helsevern er alle faktorer i miljøet som til enhver tid direkte eller indirekte kan ha innvirkning på helsen –

- Biologiske,
- Kjemiske,
- Fysiske
- Sosiale miljøfaktorer

Miljørettet helsevern - hjemlet i Folkehelseloven



Prinsipper for folkehelsearbeid

Føre var –

tiltak for å redusere risiko for helseskade og tiltak for å fremme god helse.

Langsiktig tenkning – folkehelsearbeid gir ikke så ofte gevinster på kort sikt

Medvirkning.

Det må legges til rette at innbyggerne er med, aktiv medvirkning fra barn og unge og fra særskilte grupper som kanskje ikke deltar så ofte

Folkehelseoversikt

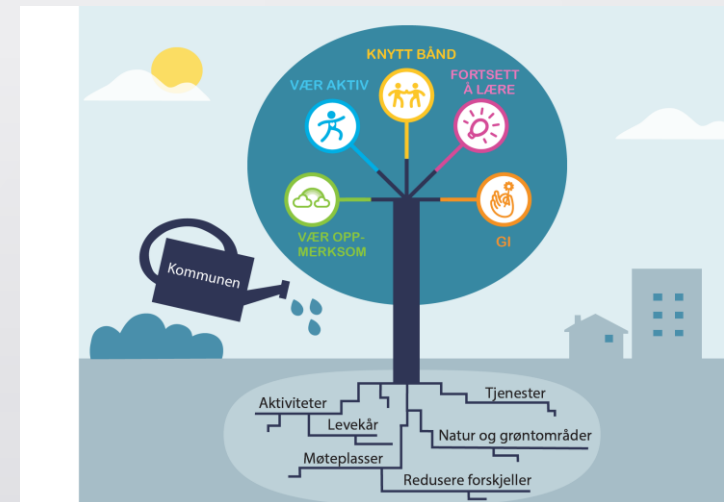
Kommunen skal ha oversikt over
helsetilstand og
påvirkningsfaktorer i kommunen

Oversikten skal være skriftlig og
identifisere
folkehelseutfordringene.

Folkehelseprofil

- Hvert år utgir FHI en folkehelseprofil for hver kommune eller fylkeskommune

- <https://www.fhi.no/hn/folkehelse/folkehelseprofil>



2012

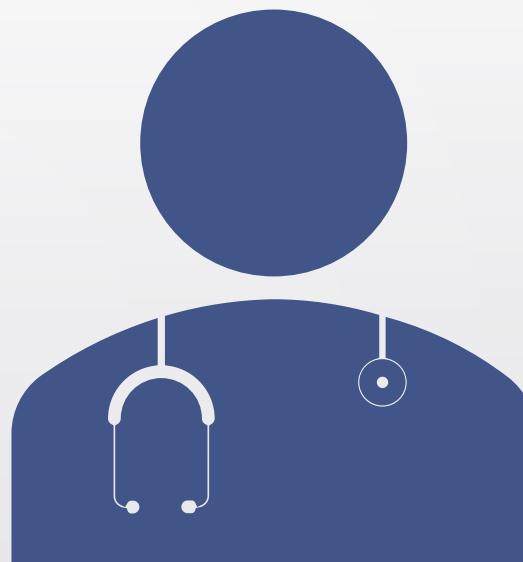
Helse – og omsorgstjeneste loven





Lovens hovedformål

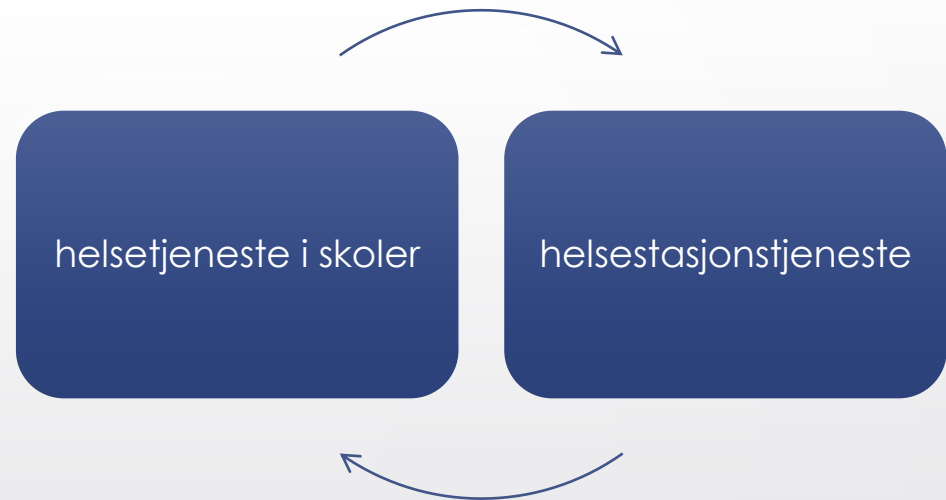
- I Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m. (helse- og omsorgstjenesteloven) er kommunenes overordnede ansvar for helse- og omsorgstjenester definert slik:
- Kommunen skal sørge for at personer som oppholder seg i kommunen tilbys nødvendige helse- og omsorgstjenester.
-



Kommunens ansvar

- Kommunens ansvar omfatter alle pasient- og brukergrupper, herunder personer med somatisk eller psykisk sykdom, skade eller lidelse, rusmiddelproblem, sosiale problemer eller nedsatt funksjonsevne.
- Kommunens helse- og omsorgstjeneste omfatter offentlig organiserte helse- og omsorgstjenester som ikke hører under stat eller fylkeskommune (§ 3-1).

29 Helsefremmende og forebyggende tjenester, herunder:



Helsestasjon/skolehelsetjenesten

- Helsestasjon er et lavterskel tilbud
- Gratis
- Åpent for alle som bor eller oppholder seg i kommunen/landet
- Starter før fødselen med oppfølging i svangerskapet
- Helsestasjonen følger barnet fra fødsel og frem til skolestart – deretter skolehelsetjenesten



Oppfølging



- Jevnlige kontroller -
- Følge utviklingen:
 - Vekt og lengde,
 - språk,
 - motorikk,
 - samspill
- Vaksiner
barnevaksinasjons-
programmet
- Gjennom gode
kommunale tilbud skal
barn og foreldre få god
oppfølging og hjelp

Oppfølging av barn

For den enkelte

- Følges opp av helsesykepleier, helsestasjonslege, fysioterapeut m.fl.
- Hyppige kontroller første året – og litt mindre hyppig frem til 2 år. Deretter 4 års kontroll og førskolekontroll
- Helsestasjonen passer på at barnet utvikler seg som det skal
- Passer på at det får vaksiner i henhold til barnevaksinasjonsprogrammet
- Vurdering av generell utvikling
- Utvikling av språk, ferdigheter, trygghet osv
- Vurdering av tannhelse
- Helsestasjonen kan sørge for videre henvisning /vurdering hvis det er nødvendig
- Kontakt med fastlege hvis nødvendig

For alle:

- Kommunen er ansvarlig for at det er et tilstrekkelig helsestasjonstilbud
- Helsestasjon er gratis, for alle som bor eller oppholder seg og lavterskeltilbud
- Staten er ansvarlig for hvilke vaksiner som er i barnevaksinasjons -programmet og at vaksinene er tilgjengelige
- Staten utarbeider retningslinjer for helsestasjonsarbeidet

Svangerskapsoppfølging av mamma -

For den enkelte

Svangerskapskontroll:

Fastlege

Jordmor

Evnt spesialist



For alle

- Kommunen skal sørge for at det er jordmor og tilstrekkelige fastleger
- Staten utarbeider retningslinjer for svangerskapsomsorg

Svangerskaps- og barnelomsorgstjenester

- <https://www.helsenorge.no/gravid/svangerskapskontroller/>



35

LIS 1 kurs 28.april 2022

Utredning

Diagnostisering

Behandling

Fastlegeordningen
Primærlegetjeneste

Hjelp ved ulykker og andre akutte situasjoner, herunder



- Legevakt
- Heldøgns medisinsk akuttberedskap
- Medisinsk nødmeldetjeneste



Andre helse- og omsorgstjenester, herunder:

HELSETJENESTER I
HJEMMET,

PERSONLIG ASSISTANSE,
HERUNDER PRAKTISK
BISTAND OG
OPPLÆRING OG
STØTEKONTAKT,

PLASS I INSTITUSJON,
HERUNDER I SYKEHJEM,
OMSORGSBOLIGER

AVLASTNINGSTILTAK (§
3-2)

Omsorg

- For den enkelte:
 - Personlig hjelp og behandling
 - Hjelpen skal være tilpasset
- For alle:
 - Sykehjem
 - Tilrettelagte boliger
 - Hjemmebaserte tjenester



Rehabilitering

- Sosial, psykososial og medisinsk habilitering og rehabilitering



Habilitering versus rehabilitering

- Habilitering:
- Habilitering er planmessig arbeid for at den som er [funksjonshemmet](#) på grunn av sykdom, skade eller lyte, skal utvikle funksjonsevnen og/eller mestringssevnen med sikte på størst mulig selvstendighet og livskvalitet på egne premisser. Begrepet brukes mest om tiltak for barn som er født med funksjonshemning.
- Ofte spesialisthelsetjenesten
- Rehabilitering:
- Rehabilitering er sosial- og helsetjenester som har til formål å gjenvinne fysisk, [kognitiv](#) eller sosial funksjonsevne som er tapt på grunn av sykdom eller skade. Målet er å gjøre den enkelte bruker i stand til å fungere så godt som mulig i dagliglivet ut fra sine forutsetninger og ønsker. Rehabilitering karakteriseres ofte som en dynamisk og individuell prosess hvor egen motivasjon og innsats har innvirkning på prosessen.

Hvorfor rehabilitere

- <https://www.helsenorge.no/hjelp-etilbud-i-kommunene/habilitering-og-rehabilitering/>
- **Tjenester innen habilitering og rehabilitering skal bidra til at pasient og bruker kan trene opp og vedlikeholde ferdigheter og evne til mestring. Målet er å kunne leve et mest mulig selvstendig liv ut fra egne forutsetninger og ønsker.**



42

Noen av kommunens offentlige helseoppgaver

Kort repetisjon

- Fastlegeordning/Legevaktsordning
- Helsestasjon/skolehelsetjeneste
- Botilbud – heldøgn (sykehjem, omsorgsboliger, boliger tilrettelagt for spesielle grupper)
- Hjemmetjeneste
- Psykisk helsearbeid
- Rustjeneste
- Fysioterapi- Ergoterapitjeneste
- Rehabilitering/habilitering