


Kommuneoverlege
Indre Østfold
kommune

Barbro Kvaal

Vår 2024



Helsefremmende og
forebyggende helsearbeid

Folkehelseloven

Kommunale tjenester og
forvaltning



FKM LM -05

Kjenne til prinsipper ved ulike typer forebyggende arbeid på individ- og gruppenivå

Helsefremmende og forebyggende helsearbeid

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 arbeid

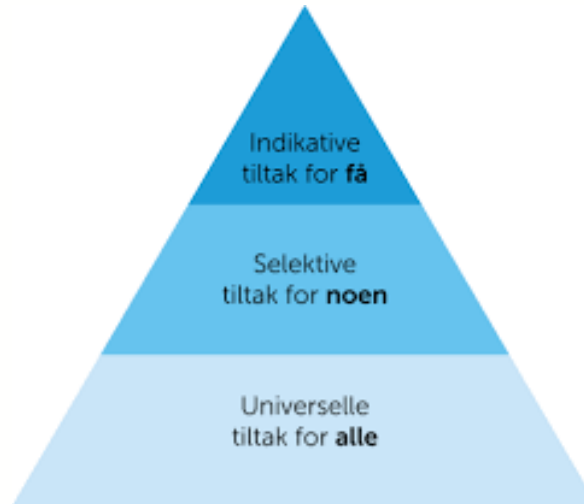
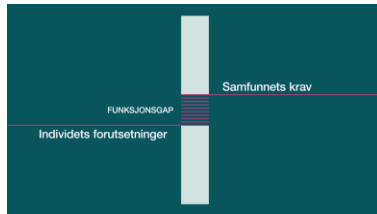
- Forebygge sykdom – begrense sykdom
- Fremme helse
- Fjerne sykdomsfremkallende elementer
- Reduksjon i:
 - Skade
 - Sosiale problemer
 - Risikofaktorer
 - Dødelighet





Universelle tiltak

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





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 i «helse»





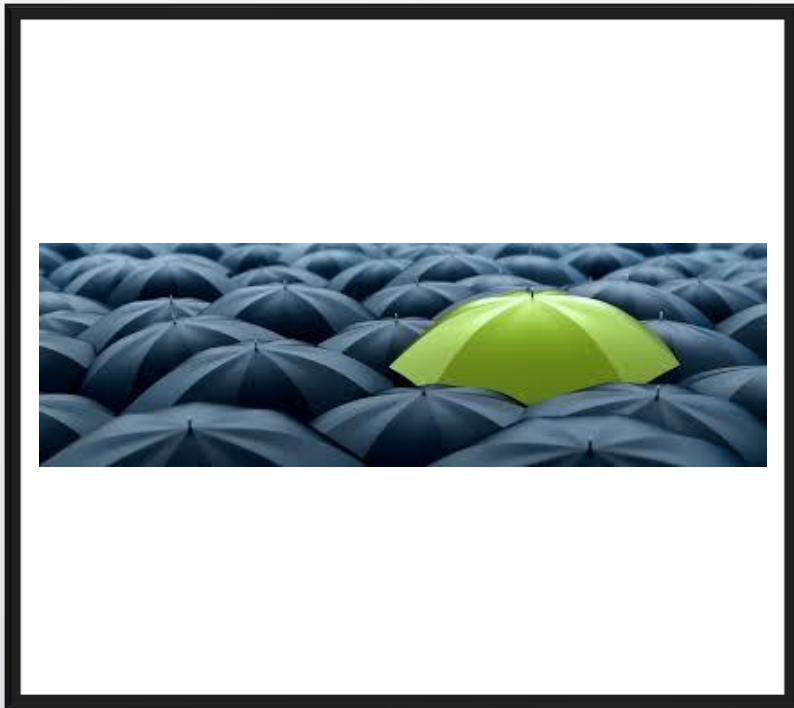
Helsefremmende vs forebyggende



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



Individ versus gruppe



Råd og veiledning til
enkelt pasient
(fastlegen)

Generelle råd til
gruppe av
mennesker
(Myndigheter)



Allmenmedisin versus samfunnsmedisin

- Fastlege/allmenmedisin:
individ

- Samfunnsmedisin :
gruppe



Forebygging/Fastlegeoppgaver



- Diagnose – helst tidlig
- Kartlegge risikofaktorer
- Forebygging – helst primærforebygging, men det er svært viktig med sekundær – og tertiærforebygging
- Behandling:
 - Symptomlindring
 - Livstiltak
 - Hindre forverring
- Rehabilitering og samhandle

FKM LM 44

- **Ha kjennskap til sentrale bestemmelser som regulerer plikter og rettigheter for helsepersonell og pasienten:**
 - Folkehelseloven (2012)
 - Smittevernloven /annet foredrag
 - Helseberedskapsloven/ annet foredrag
 - Helse- og omsorgsloven



Folkehelseloven

Folkehelse:

- befolkningens helsetilstand
- og hvordan helsen fordeler seg i befolkningen

Folkehelsearbeid:

- samfunnets arbeid/innsats

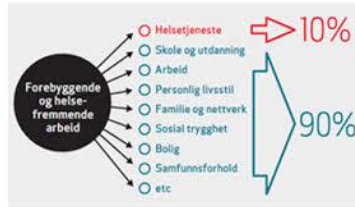


Folkehelseloven

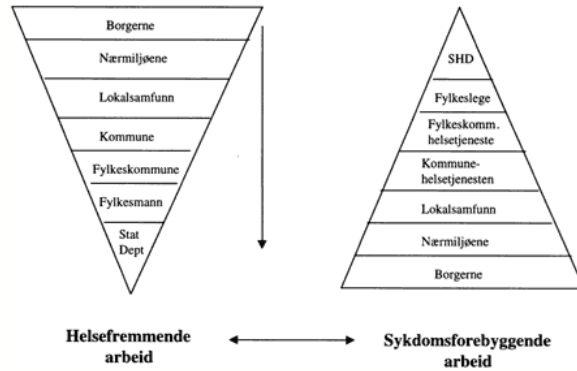
Utjevne sosiale forskjeller – det er sammenheng mellom utdanning, inntekt og helse i befolkningen

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 -



Folkehelsearbeid i Norge



| | Sykdomsforebygging | Helsefremmende arbeid |
|------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| Teoretisk modell | Biomedisinsk sykdomsmodell | Sosial helsemodell |
| Fokus på | Risikofaktorer for sykdom | Ressurser for helse |
| Vitenskapelig grunnlag | Naturvitenskapelig | Samfunnsvitenskapelig |
| Styringsmodell | Teknokratisk | Demokratisk |
| Hovedstrategi | Teoribasert påvirkning | Erfaringsbasert medvirkning |



Folkehelsearbeid

Samfunnets innsats for å påvirke forskjellige faktorer som:

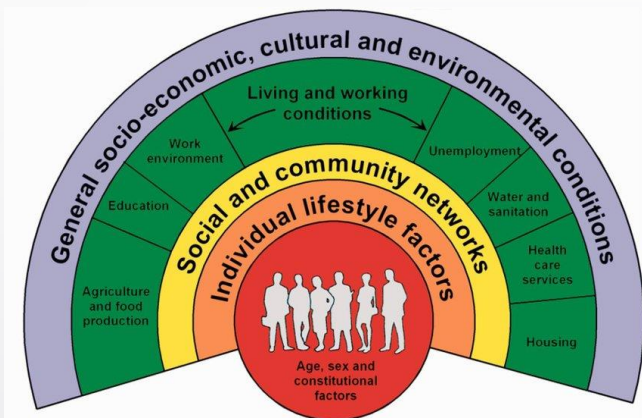
- Direkte hemmer eller fremmer befolkningens helse og trivsel
- Forebygge somatisk og psykisk sykdom, skade eller lidelse,
- bidra til å utjevne sosiale helseforskjeller beskytte befolkningen mot faktorer som kan ha negativ innvirking på helsen





Påvirkningsfaktorer for psykisk helse

Hva gir god helse og livskvalitet



Source: Dahlgren and Whitehead, 1991



Fri videreutvikling av Dahlgren & Whiteheads modell fra 1991



Hva er god helse?

- God helse inkluderer både fysisk og psykisk helse – og det handler om mye mer enn sunn livsstil.
- God helse er heller ikke bare fravær av sykdom.
- **GOD HELSE ER Å HA OVERSKUDD TIL HVERDAGENS KRAV**





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

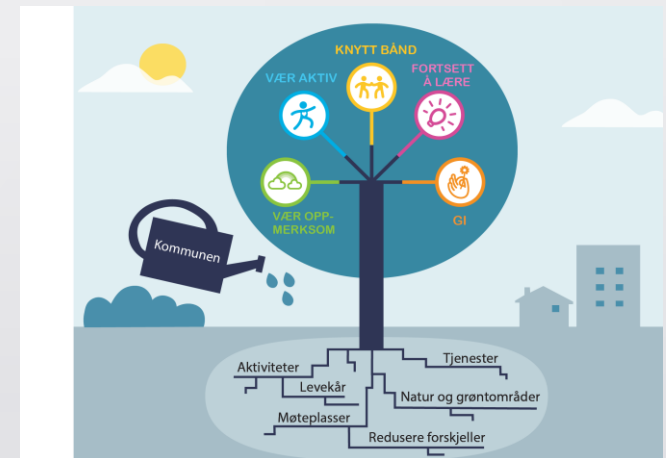
Oversikten skal være skriftlig og identifisere folkehelseutfordringene.

Folkehelseprofil

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



- <https://www.fhi.no/hn/folkehelse/>
- [folkehelseprofil](#)



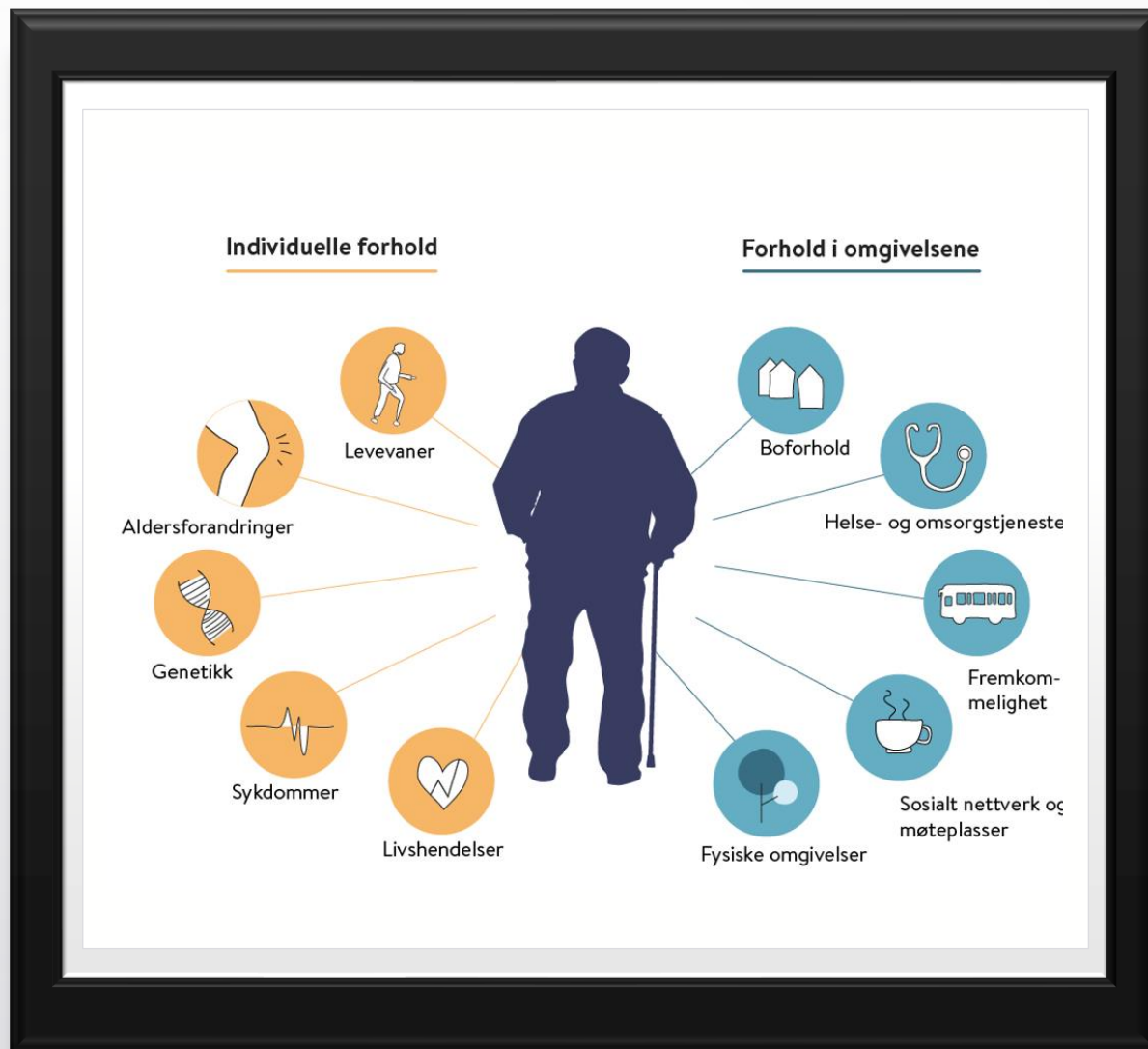


Folkehelseprofil 2024

- Eldres helse er temaet for folkehelseprofilen 2024. Temaet gjenspeiles i indikatorer og figurer. Indikatorene som presenteres i profilen er valgt med tanke på helsefremmende og forebyggende arbeid, men er også begrenset av hvilke data som er tilgjengelige på kommunenivå. All statistikk må tolkes i lys av annen kunnskap om lokale forhold.



Hva påvirker eldres helse



Miljørettet helsevern

Folkehelseloven kap 3

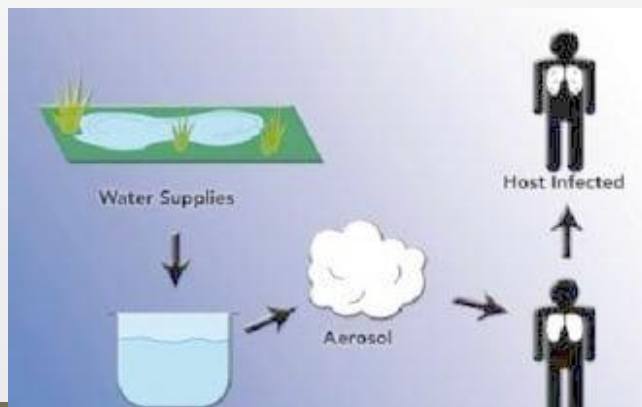
Kap 3 – miljørettet helsevern

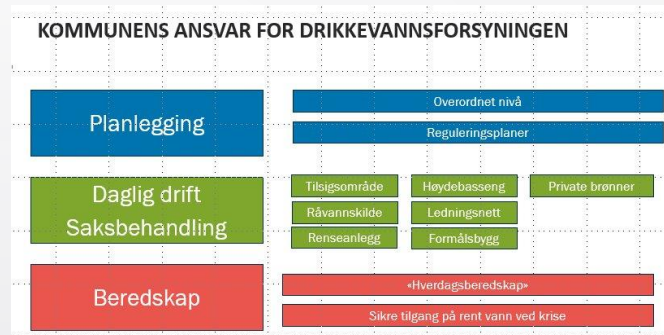
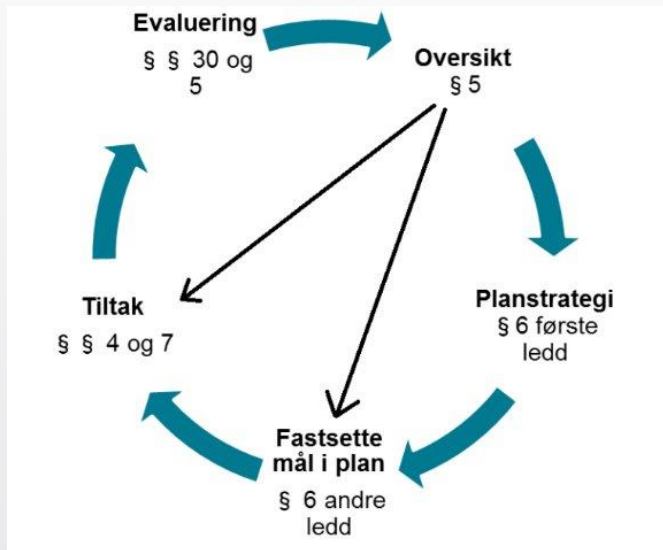


- Miljørettet helsevern er alle faktorer i miljøet som til enhver tid direkte eller indirekte kan ha innvirkning på helsen –

- Biologiske,
- Kjemiske,
- Fysiske
- Sosiale miljøfaktorer

Miljørettet helsevern - hjemlet i Folkehelseloven





Oversikt, planlegging, tilsyn, beredskap – f.eks drikkevannsforsyning



Hva du kan møte i klinikken som lege

Pasienter som opplever helseplager pga forhold i miljøet.

- Støy (nattestøy), støv, lys, vibrasjoner

Dersom du som lege oppdager at flere pasienter fra samme område har tilsvarende plager, og du ikke kan utelukke at det skyldes faktorer i miljøet.

- Grunnforurensning, vannforurensning, luftforurensning, støyplager, dårlig inneklime på skole/ barnehage

Dersom du er sykehjemslege og mener at forholdene på sykehjemmet ikke er tilfredsstillende.

- Fukt og mugg, flere med luftveisinfeksjoner enn normalt, mye fallskader el.l. som kan skyldes feil ved utforming eller innredning av lokaler

Boligfelt bygget på gammel søppelfylling

Det lekker helseskadelig og eksplosive gasser inn i minst 21 hus på et boligfelt i Brånåsdalen på Romerike. Nå slår kommunen fast at flere av husene er bygget over et gammelt søppeldeponi.



Dag Aasdalen
Journalist

Anette Holth Hansen
Journalist

Victoria Wilden
Journalist

Publisert 16. nov. 2017 kl. 08:56
Oppdatert 16. nov. 2017 kl. 10:4



Artikkelen er
mer enn to år
gammel.

Gamle synder

28



Helse – og omsorgstjeneste loven (2012)

Lovverket

Kommunale tjenester og forvaltning



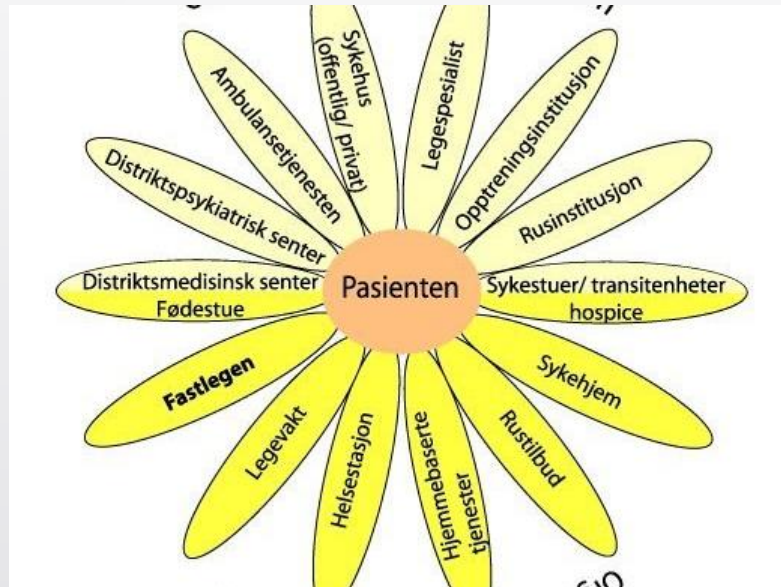
Kommunens ansvar



- 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).



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.
-

§ 3-2. Kommunens ansvar for helse- og omsorgstjenester

- Helse- og omsorgstjenesteloven er en norsk lov om helse- og omsorgstjenester. Loven er en pliktlov som pålegger kommunene å tilby innbyggerne bestemte helse- og omsorgstjenester

Helsestasjonstjeneste

33 Helsefremmende
og forebyggende
tjenester,
herunder:

Skolehelsetjeneste



Helsestasjon – vår viktigste forebyggende arena



Helsestasjon: for barn og foreldre

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



Helsestasjon



- Alle barn 0–5 år bør få tilbud om regelmessige konsultasjoner på helsestasjonen. Tilbudet i helsestasjon 0–5 år bør følge et standardisert program med **14 konsultasjoner, inkludert et hjemmebesøk til nyfødte** [
- **Målet med helsestasjonsprogrammet er:**
- at foreldre opplever mestring i foreldrerollen
- å bidra til godt samspill mellom foreldre og barn
- å fremme fysisk, psykisk og sosial utvikling hos sped- og småbarn
- å forebygge, avverge og avdekke vold, overgrep og omsorgssvikt
- å avdekke fysiske og psykiske utviklingsavvik tidlig
- å bidra til at barn får oppfølging og henvises videre ved behov



Skolehelsetjeneste

Skolestart undersøkelse
(Lege/Helsesykepleier)

Helsesamtale 8 klasse
(Helsesykepleier)

Helsesykepleier bør være
tilgjengelig på skolen også til det
som ikke er lovpålagt

Vaksinasjoner i henhold
til barnevaksinasjonsprogrammet
(omtales under smittervern)





Helsestasjon for ungdom

- Alle kommuner skal ha et helsestasjonstilbud for ungdom opp til 20 år, jf. forskrift om helsestasjons- og skolehelsetjenesten § 3 første ledd bokstav b.
- Helsestasjonstilbudet til ungdom bør organiseres slik at det:
 - Er tilpasset ungdommenes behov
 - Gis på ungdommenes premisser
 - **Opplevs tilgjengelig for ungdommene, også for dem som ikke går på skole**



Svangerskaps- og
barselomsorgstjenester

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



Hjelp ved ulykker og andre akutte situasjoner, herunder



- Legevakt
- Heldøgns medisinsk akuttberedskap
- Medisinsk nødmeldetjeneste

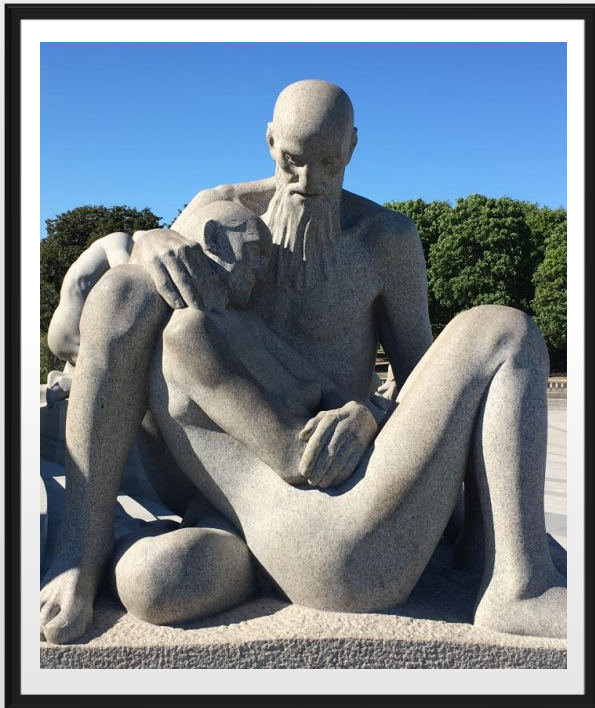


Utredning, diagnose og behandling

- Primærhelsetjenesten
- Fastlegeordning –
 - Alle har ikke krav på en fastlege, men alle innbyggere som ifølge folkeregisteret er bosatt i en norsk kommune, har rett til en fastlege.



Omsorg



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

«Hva er viktig for deg?»



Omsorgstrappen

Tiltak innen Pleie og omsorg tilrettelegges ut fra LEON-strategien (laveste effektive omsorgsnivå).



HELSETJENESTER I HJEMMET,

PERSONLIG ASSISTANSE, HERUNDER
PRAKTISK BISTAND OG OPPLÆRING
OG STØTTEKONTAKT,

PASS I INSTITUSJON, HERUNDER I
SYKEHJEM, OMSORGSBOLIGER

AVLASTNINGSTILTAK (§ 3-2)

45 Andre helse- og omsorgstjenester, herunder:



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 mestringsevnen 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 rehabiliterer

- <https://www.helsenorge.no/hjelpetilbud-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.**

Noen av
kommunens
offentlige
helseoppgaver
Kort repetisjon

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