

Replik publicerad i Dagens samhälle

Kostråd måste kunna få anpassas till individen Publicerad 24/3 2017

I Dagens Samhälle den 10 februari skriver generaldirektörerna Annica Sohlström, Livsmedelsverket och Olivia Wigzell, Socialstyrelsen att "En fjärdedel av alla vuxna svenskar har så ohälsosamma matvanor att de riskerar att bli kronisk sjuka eller dö i förtid. Det är hög tid att vårdens beslutsfattare prioriterar frågan om hälsofrämjande samtal i vården." De hänvisar dels till Socialstyrelsens nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder och Livsmedelsverkets kostråd som bygger på de nordiska näringsrekommendationerna.

Det framgår även av Socialstyrelsens utredning "Så här vill patienter berätta för sjukvården om sina levnadsvanor, resultat av en befolkningsundersökning 2016" att 97% av tillfrågade kan tänka sig att dela med sig av sina levnadsvanor i kontakter med hälso-och sjukvård för att få rätt vård och behandling.

Vi ska nu försöka följa den fina och avancerade balansakt som det kan innebära att arbeta med dessa frågor inom Hälso- och sjukvården. Som legitimerad vårdpersonal har vi dels ett krav att följa de riktlinjer som utfärdas av Socialstyrelsen, men även ett krav att följa forskningen och att hålla sig uppdaterad och kontinuerligt fortbilda sig inom sin profession. Vårdprofessionerna har även inom sina respektive förbund yrkesetiska koder att följa.

De nationella riktlinjerna för sjukdomsförebyggande metoder ligger till grund för det vårdprogram för hälsofrämjande levnadsvanor som används inom Stockholms landsting. Det vårdprogram man följer om man är anställd av eller jobbar på uppdrag av SLL (Liknande används i flera landsting) I vilket det tydligt framgår att vi ska ge evidensbaserade råd "De råd om hälsosammare matvanor som ges inom hälso- och sjukvården ska vara evidensbaserade och utgå från livsmedelsverkets rekommendationer. Dessa bygger på de nordiska näringsrekommendationerna som sammanfattas i bilden nedan:



ÖKA	BYT UT	BEGRÄNSA
Grönsaker Baljväxter	Spannmåls- produkter av vitt/siktat mjöl → Spannmåls- produkter av fullkorn	Charkprodukter Rött kött
Frukt och bär	Smör, smör- baserade matfetter → Vegetabiliska oljor, oljebase- rade matfetter	Drycker och livsmedel med tillsatt socker
Fisk och skaldjur	Feta mejeri- produkter → Magra mejeri- produkter	Salt
Nötter och frön		Alkohol

Nu uppstår det eventuellt problem. Livsmedelsverket har nämligen inte i uppdrag att ge kostråd till sjuka. Detta framkommer i en replik i Läkartidningen om kostråd till patienter med IBS, till vilka Livsmedelsverkets kostråd inte alltid är de bäst lämpade. Kostråd vid sjukdom faller istället under Socialstyrelsens ansvar. Så är de som vi förväntas tala med om ohälsosamma matvanor alltså friska patienter?

I det regionala vårdprogrammet står det tydligt att det är extra viktigt att vi inom hälso-och sjukvården talar med patienter om goda matvanor i mötet med patienter som lider av hjärt-och kärl sjukdom, högt blodtryck, blodfetsrubbningsar, diabetes, stort bukcomfång, övervikt, fetma, schizofreni, depression, ångest och demens.

Kostråden vi förväntas ge är i stora drag: öka andelen frukt och grönt, minska andel rött kött, minska på socker och vit mjölmatt till fördel för fullkornsprodukter, byta feta mejerieprodukter till magra och byta smör mot växtbaserat fett och att rekommendera nyckelhålmärkta produkter. Men råden att undvika mejerifett kan inte längre försvaras av hälsoskäl. Så varför ändras de aldrig? Är det av prestigeskäl eller ligger industriintressen bakom?

Vad är det man vill åstadkomma med att ge dessa kostråd till friska individer? Att satsa pengar på att dietister utbildar vårdpersonal, att de i sin tur ägnar mer tid till att samtala om goda levnadsvanor kan nog alla vara överens om att vi bör göra, utan tvekan, mer tid och bättre kunskap! Men att ge kostråd på gruppnivå har tidigare visat sig problematiskt och de nationella kostråden är som tidigare nämnts inte lämpliga för alla, exempelvis vid diabetes. Är det här verkligen rätt väg att gå?

Om det bara finns ETT svar på frågan hur vi bör äta för att anses ha hälsosamma matvanor, vad är då meningen med att fråga? I yrkeslegitimationen ligger ett yrkeskunnande, som riskerar att förminska betydligt med den styrning som efterfrågas av generaldirektörerna. När landstingen sätter de mål som efterfrågas och ska följas upp, vad är det man utvärderar? Hur mäter man hälsosamma matvanor? Är det hur många som passerar primärvården och fått information om livsmedelsverkets kostråd?

Eftersom ny forskning ger en delvis annan bild av vilka råd som skulle kunna vara bra att ge till friska och sjuka menar vi att professionerna bör ges ett större handlingsutrymme till personligt anpassad rådgivning.

Jenny Levin leg. dietist primärvården Stockholm

Marina Olai leg. dietist primärvården Stockholm

Leena Nygren leg. sjuksköteska och leg. psykoterapeut, Stockholm

Tina Brus leg sjuksköterska, diabetessköterska, primärvården Örebro

Ralf Sundberg leg läkare, docent, författare, Malmö

Ref.

<https://www.dagenssamhalle.se/debatt/ohaelsosamma-matvanor-riskerar-folkhaelsan-31463>

<http://www.vardgivarguiden.se/globalassets/behandlingsstod/vardprogram/halsoframjande-levnadsvanor.pdf>

<https://www.livsmedelsverket.se/om-oss/press/nyheter/debattartiklar/replik-lakartidningen/>

