

Kost

Sökord kostvanor – dokumentera om ingen bedömning gjorts alt. nuvarande matvanor:

- K0 Risknivå ej bedömd
- K1 Följer i stort rekommendationer
- K2* Betydande ohälsosamma matvanor

Sökord kostrådgivning – dokumentera åtgärd:

- DV141 Enkla råd om matvanor
- DV142 Rådgivande samtal om matvanor
- DV143 Kvalificerat rådgivande samtal om matvanor

**Definierat utifrån Socialstyrelsens kostindex (poängsättningen i Livsmedelsverkets enkätfrågor). För bedömning se [Region Hallands frågeformulär för levnadsvanor – stöd för tolkning](#) som finns för nedladdning via [Vårdgivarwebben](#).*

Dokumentationsstrukturen för levnadsvanor i VAS utgår från *Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor*. Riktlinjerna är till-sammans med Läkemedelskommitténs terapirekommendationer grunden för hälso- och sjukvårdens arbete med levnadsvanor.

Tips! Använd Region Hallands frågeformulär för levnadsvanor som underlag för samtal med din patient.

En enhetlig dokumentation ökar möjligheten att följa patientens väg mot hälsosammare levnadsvanor och Region Hallands sjukdomsförbyggande och hälsofrämjande arbete!

Region Halland

Box 517, 301 80 Halmstad
regionen@regionhalland.se
regionhalland.se

Lathund för dokumentation av levnadsvanor i VAS

– ett stöd för dig som dokumenterar och/ eller dikterar arbetet med levnadsvanor i VAS. För utförlig information se VAS-hjälpen eller VAS-manual för levnadsvanor och Fysisk aktivitet på recept.

Fysisk aktivitet

Sökord fysisk aktivitetsnivå

– dokumentera om ingen bedömning gjorts
alt. nuvarande fysisk aktivitetsnivå:

- F0 Risknivå ej bedömd
- F1 Tillräcklig (rekommenderad)
fysisk aktivitet
(150-300 min/v på måttlig alt.
75-150 min på hög intensitet)
- F2 Otillräcklig fysisk aktivitet
- F3 Fysiskt inaktiv

Sökord fysisk aktivitetsrådgivning – dokumentera åtgärd:

- DV131 Enkla råd om fysisk aktivitet
- DV132 Rådgivande samtal om fysisk aktivitet
- DV133 Kvalificerat rådgivande samtal om
fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet på recept (FaR) ska förskrivas
i VAS, se VAS-hjälpen eller VAS-manual.

Alkohol

Sökord alkoholvanor

– dokumentera om ingen bedömning gjorts
alt. nuvarande alkoholvanor:

- A0 Risknivå ej bedömd
- A1 Dricker ej alkohol
- A2 Lägre risk alkoholvanor
- A3 Riskbruk
Gränserna avser friska, vuxna kvinnor
och män:
 - 10 standardglas eller mer per vecka
 - 4 standardglas eller mer per
dryckestillfälle en gång i månaden
eller oftare
 - För gravida definieras all
alkoholkonsumtion som riskbruk.

Sökord alkoholorådgivning

– dokumentera åtgärd:

- DV121 Enkla råd om alkoholvanor
- DV122 Rådgivande samtal om alkoholvanor
- DV123 Kvalificerat rådgivande samtal om
alkoholvanor

Tobak

Sökord tobaksvanor

– dokumentera tobaksvanor och tidpunkt
om patienten slutat:

- R0 Har aldrig varit rökare
- R1 Slutat röka för >6 månader sen
- R2 Slutat röka för <6 månader sen
- R3 Röker då & då
(mindre än 1 cigarett/dag)
- R4 Dagligrökare
(1 cigarett/dag eller fler)
- S0 Har aldrig varit snusare
- S1 Slutat snusa för >6 månader sen
- S2 Slutat snusa för <6 månader sen
- S3 Snusar då & då
(mindre än 1 tillfälle/dag)
- S4 Dagligsnusare
(mer än 1 tillfälle/dag)

Sökord tobaksrådgivning

– dokumentera åtgärd:

- DV111 Enkla råd om tobak
- DV112 Rådgivande samtal om tobak
- DV113 Kvalificerat rådgivande samtal
om tobak