

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 webbplatsen för vårdgivare.

Dokumentationsstrukturen för levnadsvanor i VAS är anpassad utifrån *Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor*. Riktlinjerna är tillsammans 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 sjukdoms- förbyggande och hälsofrämjande arbete!

LATHUND FÖR DOKUMENTATION AV LEVNADSVANOR I VAS



UPPDATERAD APRIL 2019

– 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 min/v måttlig alt. 75 min högintensiv aktivitet)
- 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
 - Kvinnor: 9 standardglas/vecka eller mindre
 - Män: 14 standardglas/vecka eller mindre
- A3 Riskbruk
Gränserna avser friska, vuxna kvinnor och män:
 - Kvinnor: mer än 9 standardglas/vecka (veckokonsumtion) eller mer än 3 standardglas vid ett och samma tillfälle (intensivkonsumtion)
 - Män: mer än 14 standardglas/vecka eller mer än 4 standardglas vid ett och samma tillfälle
 - Vid all alkoholkonsumtion under graviditet

Sökord *alkoholrådgivning* – 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