



HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG

Seltjarnarnesbær

vellíðan fyrir alla

Undiritun samnings um Heilsueflandi samfélag

24. október 2018, Vivaldi völlum Seltjarnarnesi

Alma D. Möller, landlæknir



Embætti
landlæknis
Directorate of Health



Heilsa og vellíðan

Heilsa er líkamleg, andleg og félagsleg vellíðan en ekki einungis það að vera laus við sjúkdóma og örorku.

Alþjóða heilbrigðismálastofnunin (1948)

Lýðheilsa felur í sér markvissar aðgerðir hins opinbera og annarra sem miða að því að bæta heilsu, líðan og lífsgæði þjóða og þjóðfélagshópa.

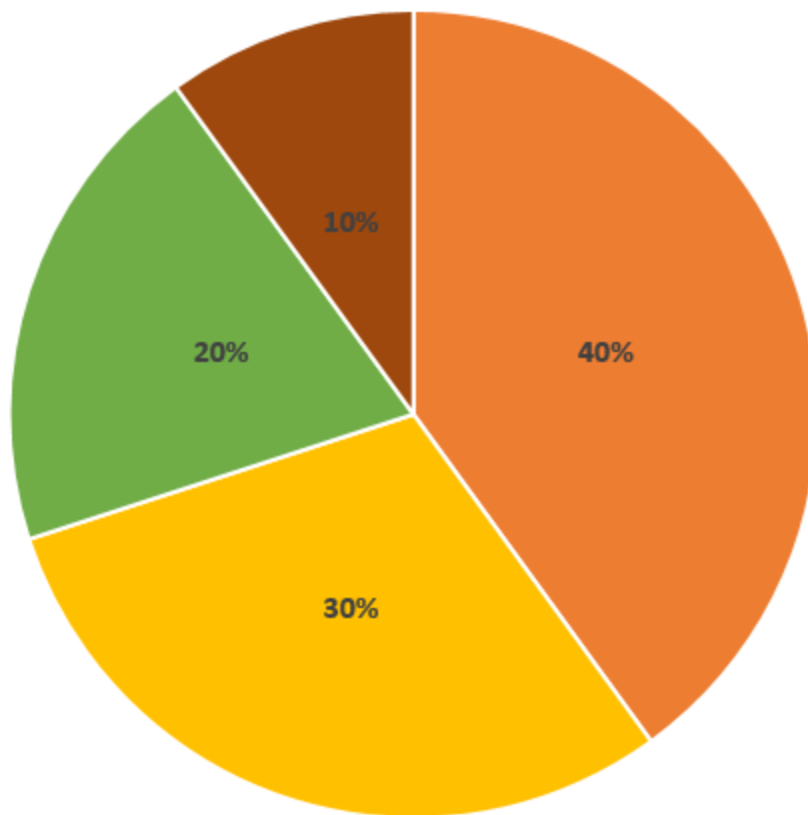
WHO, Health promotion glossary (1998)



Áhrifaþættir heilsu og vellíðanar



Þættir sem hafa áhrif á lífslíkur



- **Lifnaðarhættir**
Hreyfing, mataræði, tóbaksnotkun, áfengisneysla, öruggt kynlíf
- **Félags- og efnahagslegir þættir**
Menntunarstig, atvinna, fjölskyldu- stuðningur, vinir, félagslegt tengslanet
- **Heilbrigðisþjónusta**
Gæði, aðgengi
- **Umhverfisþættir**
Húsnæði, atvinnuöryggi, umferðaröryg- brunavarnir, löggæsla,

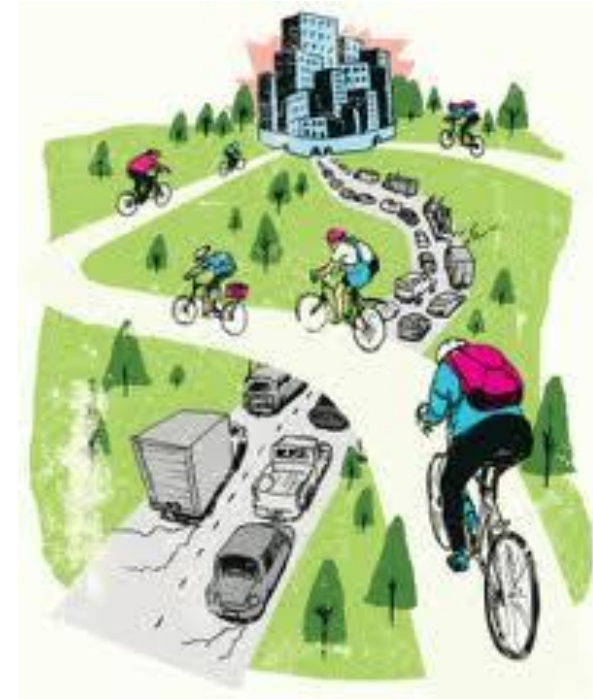
Heimild: Brainerd MK. 2013. <http://www.mayo.edu/people/mary-k-brainerd>

HEILSA OG VELLÍÐAN MEÐ HEIMSMARKMIÐUNUM

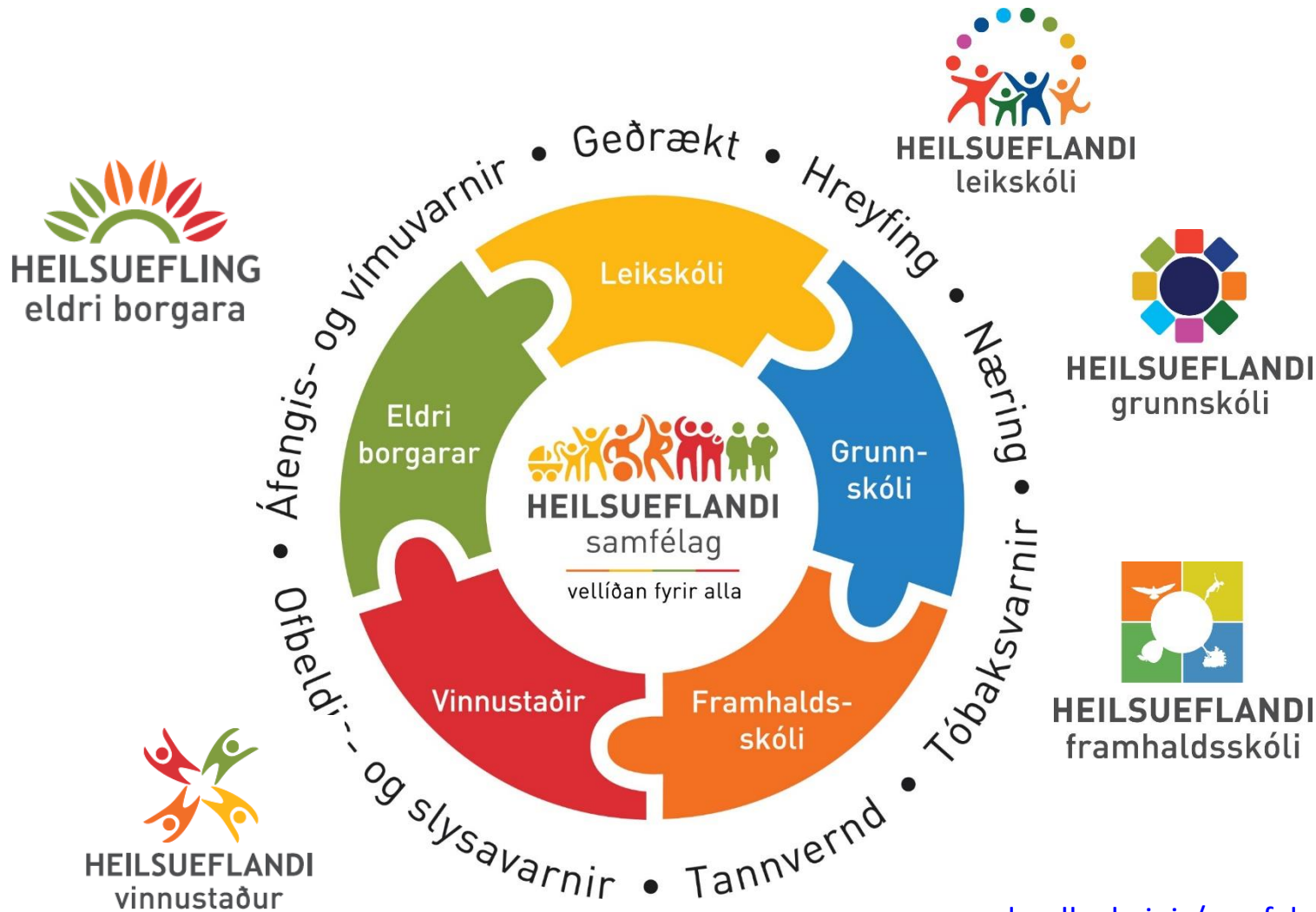


Hvað er heilsuefning?

- Í **heilsuefningarstarfi** er markvisst unnið með áhrifaþætti heilbrigðis.
- Heilsuefning er ferli sem **gerir fólki kleift** að hafa **aukin áhrif á heilsu** sína og bæta hana. (WHO, 1986)
- **Holla valið þarf að vera eins auðvelt og mögulegt** er þar sem fólk býr, starfar og leikur sér (óháð m.a. aldri, kyni eða félagslegri stöðu).



Heilsueflandi starf hjá Embætti landlæknis



Hvað er Heilsueflandi samfélag?

- Heilsueflandi samfélag er samfélag þar sem **heilsa og líðan íbúa er í fyrirrúmi** í stefnumótun og aðgerðum á öllum sviðum (e. *Health in All Policies* [HiAP]).
 - **HiAP** er heildræn nálgun sem hefur að leiðarljósi að **allir geirar hafi hlutverk** þegar kemur að því að **skapa aðstæður sem stuðla að heilsu og vellíðan** allra íbúa.





Meginmarkmið Heilsueflandi samfélags

Að styðja samfélög í að
skapa umhverfi og aðstæður sem stuðla að
heilbrigðum lifnaðarháttum, heilsu og
vellíðan allra íbúa

Börn Ungmennni Fullorðnir Eldra fólk



HEILSUEFLANDI
samfélag





Leiðarljós Heilsueflandi samfélags

- **Virk þátttaka samfélagsins** í heild, þ.m.t. hagsmunaaðila úr öllum geirum.
- Starfið byggir á **bestu þekkingu og reynslu** á hverjum tíma.
- Valda ekki skaða (DO NO HARM)
- **Jöfnuður** í heilsu með almennum aðgerðum og aðgerðum sem taka tillit til þarfa viðkvæmra hópa.
- **Sjálfbærni**, starf og árangur til lengri tíma litið.

Hvað leggur Embætti landlæknis til samstarfsins?

- Stuðning og ráðgjöf til stýrihópa
- Skilgreinir og birtir lýðheilsuvísa
- Gátlista fyrir áherslupætti *Heilsueflandi samfélags og skóla* á vinnusvæðinu www.heilsueflandi.is
- Nafn samfélags á heimasíðu embættisins
- Ráðleggingar, fræðsluefni og annað stuðningsefni
- Heilsueflandi vinnustofur í landsfjórðungum
- Námskeið fyrir starfsfólk heilsugæslu varðandi heilsuhegðun
- Kynningarefni, hnapp á heimasíðu og fána





Samstarf og samráð við hagsmunaaðila sem starfa á landsvísu

Stýrihópur HSAM:

- Embætti landlæknis, stýrir starfinu
- Forsætisráðuneytið (TBC)
- Velferðarráðuneytið (bæði heilbrigðis- og félagsmálahluti).
- Mennta- og menningarmálaráðuneytið
- Samband íslenskra sveitarfélaga.
- Þróunarmiðstöð heilsugæslunnar

Samráðsvettvangur HSAM:

- Embætti landlæknis, stýrir starfi
- Embætti ríkislögreglustjóra
- Félag Sameinuðu þjóðanna
- Fjölmeningarsetur
- Grænni byggð
- Íþróttá- og Ólympíusamband Íslands
- Landssamband eldri borgara
- Matvælastofnun
- Menntamálastofnun
- Samgöngu- og sveitarstjórnarráðuneytið
- Samgöngustofa
- Samtökin 78
- Skipulagsstofnun
- Umboðsmaður barna
- Umhverfisstofnun
- Ungmennafélag Íslands
- Vinnueftirlitið
- Virk, starfsendurhæfingarsjóður



Hvað eru lýðheilsuvísar?

- Safn mælikvarða sem gefa vísbendingar um heilsu og líðan þjóðarinnar og áhrifaþætti þeirra
- Berum okkur gjarnan saman við önnur lönd en berum sjaldnar saman svæði á Íslandi
- Svæðisbundinn munur á heilsu er þekktur víða um heim
- Þurfum að fylgjast með stöðu mála á Íslandi



Hvers vegna lýðheilsuvísar eftir heilbrigðisumdæmum?

- Heilbrigðisumdæmi og sveitarfélög eru vettvangur heilsueflingar og heilbrigðisþjónustu
- Viljum auðvelda sveitarfélögum og heilbrigðisþjónustu að:
 - greina stöðu svæðisins
 - finna styrkleika og veikleika hvers svæðis
 - skilja betur þarfir íbúanna





Einblöðungar fyrir hvert umdæmi

Höfuðborgarsvæðið

LÝÐHEILSUVÍSAR 2018



Lýðheilsuvísar eftir heilbrigðisumdæmum á Íslandi

Hvers vegna lýðheilsuvísar?

Lýðheilsuvísar eru safn mælikvarða sem gefa vísbendingar um heilsu og líðan þjóðarinnar. Birting lýðheilsuvísna eftir heilbrigðisumdæmum á Íslandi er liður í því að veita yfirsýn yfir lýðheilsu í hverju umdæmi fyrir sig í samanburði við landið í heild. Lýðheilsuvísar er ætlað að auðveldna sveitarfélögum, heilsuefandi samfélögum og heilbrigðisþjónustu að greina stöðuna í eigin umdæmi, finna styrkleika og áskoranir og skilja þarfið íbúa þannig að hægt sé að vinna að því að bæta heilsu og líðan.

Hvað hefur áhrif á heilsu og líðan?

Fjölmargir þættir hafa áhrif á heilsu og líðan einstaklinga. Sumum áhrifaþáttum heilsu er ekki hægt að breyta, t.d. aldrir og erfðum. Margir aðrir áhrifaþættir heilbrigðis eru hins vegar þess eðlis að hafa má áhrif á þá og stuðla þannig að bætti heilsu og vellíðan einstaklinga og minnka líkur á sjúkdómum. Má þar nefna lífnaðarháttir á borð við áfengis- og tobaksneyslu, mataræði og hreyfingu og samskipti við fjölskyldu og vini. Þá geta líffskilyrði eins og framboð og aðgengi að menntun, atvinnu, húsnæði, heilbrigðis- og félagsþjónustu einnig haft mikil áhrif (Dahlgren G, Whitehead M, 1991). Með því að hafa heilsu og líðan að leiðarljósi í allri stefnumótun og aðgerðum má draga úr ójöfnuði m.t.t. heilsu og um leið skapa umhverfi og aðstæður, t.d. í skólum, á vinnustöðum og í samfélögum almennt, sem stuðla að heilbrigðari lífnaðarháttum.



Dahlgren G, Whitehead M. 1991. Policies and Strategies to Promote Social Equity in Health. Stockholm, Sweden: Institute for Futures Studies.

Svæðisbundinn munur á heilsu

Munur á heilsu og líðan eftir svæðum er þekktur um allan heild. Til þess að draga úr þessum mun þarf að fylgjast með mælikvörðum sem gefa hann til kynna og miðla upp- lýsingu til þeirra sem starfa á vettvangi. Hjá Embætti landlæknis er unnið að heilsuefingu á heildrænan hátt í

Höfuðborgarsvæðið

Hér eru dæmi um lýðheilsuvísar þar sem tölur fyrir höfuðborgarsvæðið eru frábrugðnar tölum fyrir landið í heild.

- Hlutfallslega færstir meta líkamlega heilsu slæma
- Fæðingar mæðra <20 ára fæstar
- Þátttaka barna í skipulögðu íþróttastarfi mest
- Virkur ferðamáti fullorðinna undir landsmeðaltali
- Sýklalyfjagæðisvísar barna < 5 ára flestar
- Flestar sérfræðingsheimsóknir á íbúa

gegnum Heilsuefandi samfélag og Heilsuefandi leik-, grunn- og framhaldsskóla þar sem áhersla er lögð á að skapa aðstæður sem stuðla að heilsu og vellíðan allra. Á grundvelli svæðisbundinna lýðheilsuvísar og Heilsuefandi samfélags geta sveitarfélög og heilbrigðisþjónusta unnið saman að því að bæta heilsu og líðan íbúa.

Val á lýðheilsuvísam

Við val á lýðheilsuvísam er sjónum beint að þeim áhrifaþáttum heilsu og líðanar sem fela í sér tækifæri til heilsuefingar og forvarna. Einnig er leitað við að velja þá þætti í sjúkdómabyrði sem mikilvægt er að heilbrigðisþjónusta hvers umdæmis geri sér grein fyrir og bregðist við eftir föngum. Mikilvægar stefnur og aðgerðaáætlanir á sviði lýðheilsu eru hafðar til hlidsjónar. Þar má nefna stefnu velferðarráðuneytisins um lýðheilsu og aðgerðir sem stuðla að Heilsuefandi samfélagi frá 2016, stefnu Evrópuvaldar Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar um heilsu kvenna frá 2016, aðgerðaráætlun Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar vegna langvinnra sjúkdóma frá 2013 og árlegar starfsáætlunar Embættis landlæknis.

Gögn

Margvisleg gögn liggja til grundvallar útreikningum lýðheilsuvísna. Notuð eru gögn úr heilbrigðisskrám og könnun- um landlæknis, úr könnunum Rannsóknar og greininga, frá Hagstofu Íslands, Menntamálastofnun og Sjúkratryggingum Íslands. Birtar eru upplýsingar úr gögnum sem nýjust eru hverju sinni.

Höfuðborgarsvæðið

LÝÐHEILSUVÍSAR 2018



- Heilbrigðisumdæmið er marktækt frábrugðil landinu öllu
- Heilbrigðisumdæmið er ekki marktækt frábrugðil landinu öllu
- Ekki er prófað fyrir marktækni
- ▭ Landið allt
- Dreifing heilbrigðisumdæmanna sjö

Lýðheilsuvísir	Ár	Umdæmi	Ísland	Eining	Höfuðborgarsvæðið	
Samfélag	1 Íbúafjöldi	2017	219.681	343.400		
	2 Íbúafjöldi (fjölgun/fækkun)	2013-17	6,0	6,1 %		
	3 Íbúar ≥ 80 ára	2017	3,5	3,6 %		
	4 Kynjahlutfali	2017	1,0	1,0	kk/kvk	
	5 Fæðingar mæðra <20 ára	2013-17	5,3	7,0 Á 1.000		
	6 Lesskilningur (9. b.)	2017	82,5	82,5 %		
	7 Háskóla menntaðir	2017	46,9	37,8 %		
	8 Elga erfitt með að ná endum saman	2017	11,1	12,3 %		
	9 Hamingja fullorðinna	2017	59,9	59,9 %		
	10 Velliðan fullorðinna	2017	26,8	26,2 %		
	11 Vanlíðan í skóla (8.-10. b.)	2018	9,6	10,3 %		
	12 Einmanaleiki (8.-10. b.)	2018	9,5	9,8 %		
	13 Stuttur svefn (8.-10. b.)	2018	41,6	42,0 %		
	14 Stuttur svefn fullorðinna	2017	25,9	28,1 %		
Lífnaðarháttir	15 Streita fullorðinna	2017	25,0	23,9 %		
	16 Virkur ferðamáti í vinnu/skóla, fullorðnir	2017	16,9	20,5 %		
	17 Þátttaka í skipulögðu íþróttastarfi (8.-10. b.)	2018	54,2	52,1 %		
	18 Grænmetis- og ávaxtaneysla fullorðinna	2017	11,7	10,9 %		
	19 Gosdrykkjaneysla (8.-10. b.)	2018	6,9	7,2 %		
	20 Gosdrykkjaneysla fullorðinna	2017	17,7	18,0 %		
	21 Öfbelið um ævina, fullorðnir	2017	31,0	30,4 %		
	22 Áhættudrykkja fullorðinna	2017	27,0	25,1 %		
	23 Rafsigarettunotkun (10. b.)	2018	22,7	22,4 %		
	24 Reykingar fullorðinna	2017	8,4	9,4 %		
	25 Tobaksnotkun í vör, fullorðnir	2017	4,9	4,9 %		
	26 Kannabisneysla fullorðinna	2017	2,3	1,9 %		
	Heilsa og sjúkdómur	27 Líkamleg heilsa samleg/leleg, fullorðnir	2017	21,9	25,8 %	
		28 Andleg heilsa samleg/leleg, fullorðnir	2017	19,4	21,2 %	
29 Þunglyndislyfjanotkun, kk		2017	98,0	96,0	DDP	
30 Þunglyndislyfjanotkun, kvk		2017	174,9	177,0	DDP	
31 Líkamspýngdarstuðull ≥ 30, fullorðnir		2017	22,8	26,6 %		
32 Blóðsýkurí ækkandi lyf, önnur en Insúlín		2017	32,4	33,9	DDP	
33 Blóðfúllækkandi lyf		2017	86,5	88,3	DDP	
34 Dánartíðni vegna hjarta- og æðrasjúkdóma, kvk		2013-17	156,3	168,9	Á 100.000	
35 Nýgengi krabbameina, kk		2007-16	563,6	544,2	Á 100.000	
36 Nýgengi krabbameina, kvk		2007-16	475,9	459,6	Á 100.000	
37 Sýklalyfjagæðisvísar < 5 ára		2017	1.185,3	1.088,0	Á 1.000	
38 Bólusetningar barna, 12 mán.		2018	91,3	90,8 %		
39 Bólusetningar barna, 4 ára		2018	86,4	86,3 %		
40 Skimun fyrir leghálskrabbameini		2017	66,6	66,2 %		
41 Skimun fyrir brjóstakrabbameini	2017	56,1	57,1 %			
42 Lífskjpta aðgerðir á mjóðm	2013-17	222,2	239,6	Á 100.000		
43 Blóðlísti eftir hjúkrunaryrmi, ≥ 67 ára	2017	6,9	7,6	Á 1.000		
44 Sérfræðingsheimsóknir	2017	1,7	1,4	Á íbúa		

Sjþingir
1. Hagst. 2. Hagst. 3. Hagst. 4. Hagst. 5. Fø. Fæðingar/1.000 kvk 15-19 ára. Aldurst. 6. Mms. Líkamshæfni í lesklingi í samræmi könnunarprófi. 7. Hagst. 25-74 ára. 8. H&L. Frakar/reglj. erfitt. 9. Vöktun. Svára 8-10 á hamngönguferðu (1-30). 10. H&L. Skora 32-35 á SWENWIS kvæði (7-35). 11. R&G. Líkur oft/áætlað. 12. R&G. ÖR einnanna sl. vikur. 13. R&G. < 7 kl/öfðu. 14. Vöktun. < 6 klæ/öfðu. 15. Vöktun. Þinnu oft/þing oft fyrir meðal ströðu. 16. Vöktun. Ganga/þvíla ≥ 3x í viku. 17. R&G. Álfá þróttir ≥ 3x í viku. 18. Vöktun. Borðe grænmetis og ávaxta 5 dögum. 19. R&G. ≥ daglega. 20. Vöktun. Sýklar og lefa sýklarlausir ≥ daglega. 21. H&L. Beetjar) skemmu og/ella kynferðislegu orðveldi um ávinna. 22. Vöktun. AGZT-C samræmingur eftir kyni. 23. R&G. ≥ 1x í mán. 24. Vöktun. Daglega. 25. Vöktun. í daglega. 26. H&L. ≥ 1x í mín. 27. H&L. 2x. H&L. 2x. Lgg. ATC: N05A. Aldurst. 30. Lgg. ATC: N05A. Aldurst. 31. H&L. Kg/m². 32. Lgg. ATC: A10B. Aldurst. 33. Lgg. ATC: C10. Aldurst. 34. Dms. ICD-10: I00-I99. Aldurst. 35. Krn. Öf mein. Aldurst. 36. Krn. Öf mein. Aldurst. 37. Lgg. ATC: J01. Aldurst. 38. Bss. Upphafnað. ág. 2016. DTA-NP-Hb. 39. Bss. Upphafnað. ág. 2012. dTAP. 40. LK. Upphafnað 3,5 ára matring 21-65 ára. 41. LK. Upphafnað 2½ ára matring 40-69 ára. 42. Vss. NCP. NFB. NFC. Aldurst. 43. Fhs. ≥ 67 ára. 44. Sl.
Marktækt er miðuð við 95% öryggismörk (p<0,05).

Virkur ferðamáti í vinnu/skóla, fullorðnir

Hlutfall þeirra sem hjólar eða gengur þrisvar sinnum í viku eða oftar til vinnu eða skóla

Ár valið

2017

Ár

All

Kyn

All

Heilbrigðisumdæmi



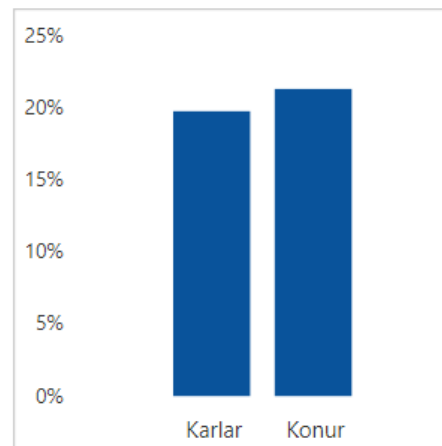
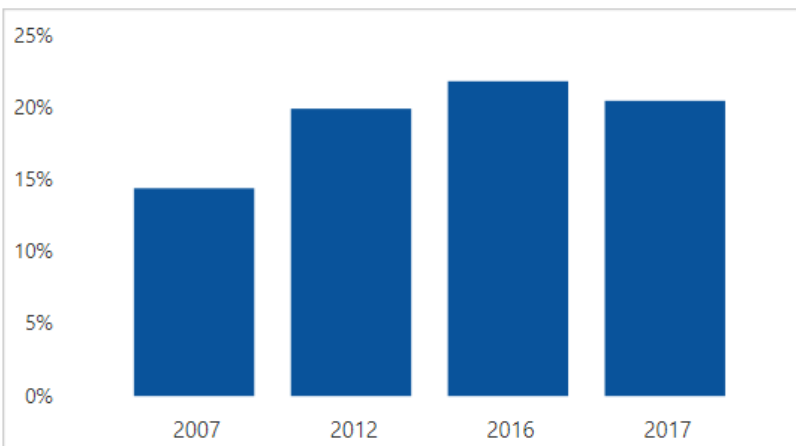
Sveitarfélög

Hlutfall á landsvísu

20.5%

Árið 2017 ferðuðust 20.5% fullorðinna þrisvar sinnum í viku eða oftar til vinnu eða skóla gangandi eða hjólandi.

Heilbrigðisumdæmi	Hlutfall	Vikmörk	Marktekt
Vesturland	28.4%	4.4%	hærra*
Vestfirðir	35.9%	6.7%	hærra*
Norðurland	33.6%	4.4%	hærra*
Austurland	30.8%	5.6%	hærra*
Suðurland	26.9%	4.5%	hærra*
Suðurnes	12.9%	4.2%	lægra*
Höfuðborgarsvæðið	16.9%	2.0%	lægra*

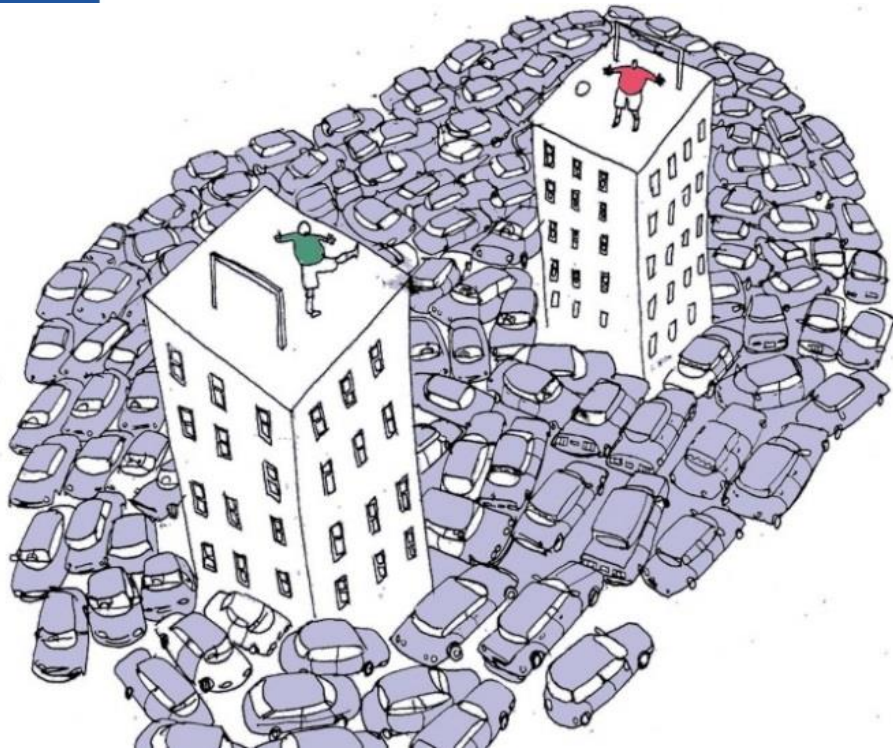


* = Marktækt frábrugðið í samanburði við landið allt ($p < 0,05$)



„Lýðheilsa er á endanum spurning um í hvers konar samfélagi við viljum búa.“

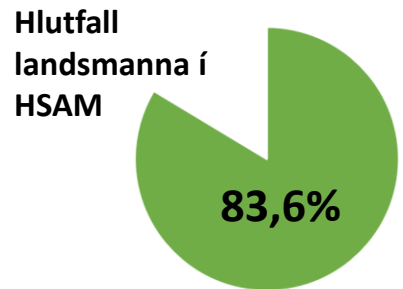
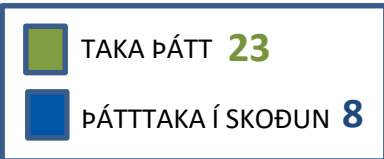
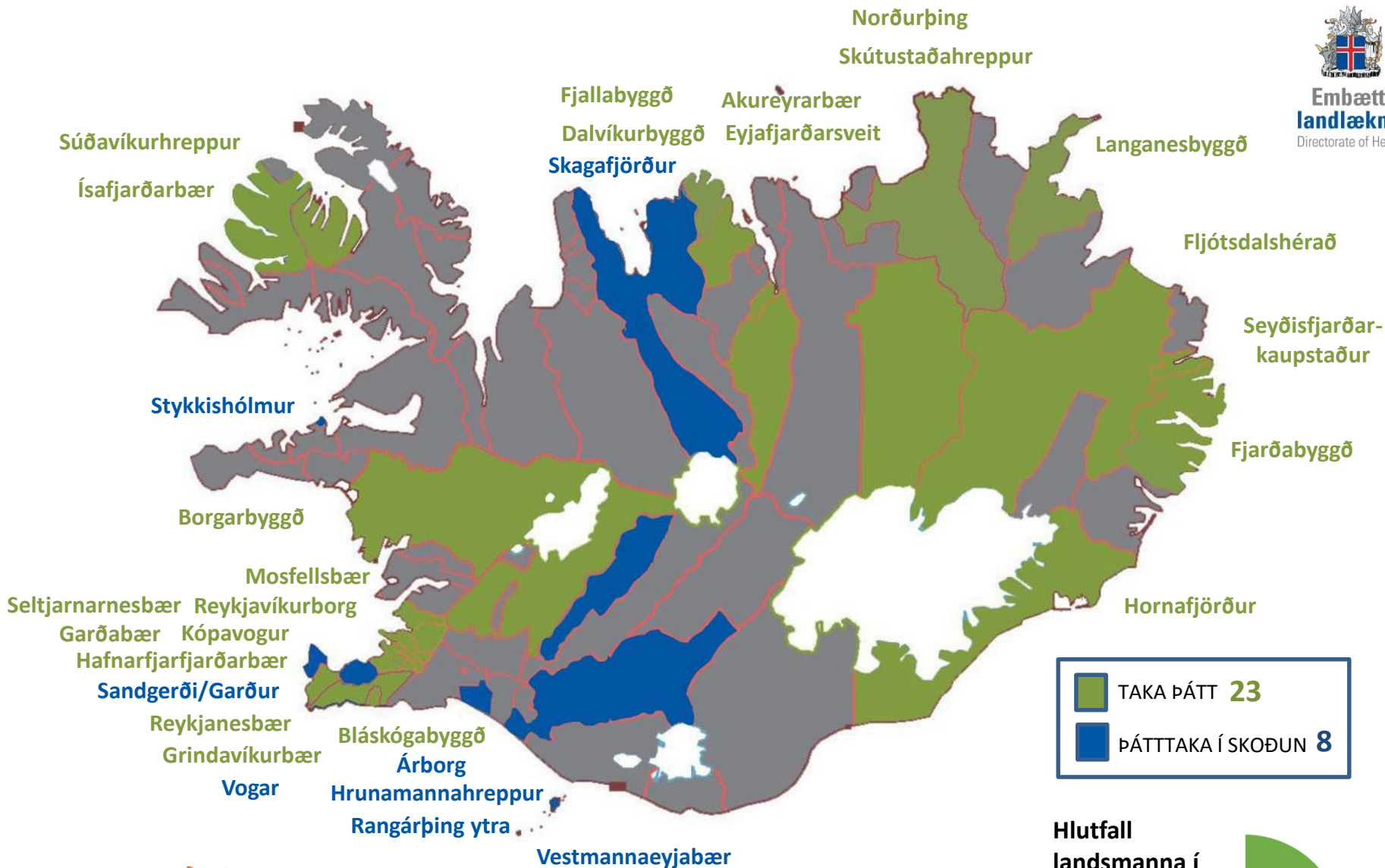
Agren, G. (2003). *Sweden's new public health policy: National Public Health Objectives for Sweden.*



Mynd: <http://boardvoice.ca/public/2016/07/28/visions-of-a-healthy-community/>



Embætti
landlæknis
Directorate of Health



Heilsueflandi samfélag
okt. 2018



HEILSUEFLANDI
samfélag

vellíðan fyrir alla

Takk fyrir

**Spurningar, uppástungur og ábendingar:
samfelag@landlaeknir.is**