

Pressmeddelande

Från Primärvården Göteborg

2008-05-14 08:27

Hälsolyftet på Hisingen får hedersomnämning

För sitt ambitiösa och långsiktiga folkhälsoarbete, till låga kostnader, får nu Primärvården Göteborg, Hisingen, hedersomnämning av Guldskalpellen och Dagens Medicin. Media hälsas välkommen till Vårdcentralen Biskopsgården där utnämningen delas ut fredagen den 15 maj kl 13:00. Höstvädersgatan 1, vån 2.

Om Hälsolyftet

På Hisingen satsar man på att främja hälsa och förebygga sjukdom genom "Hälsolyftet". Arbetet med Hälsolyftet bygger på att människor genom sina egna val och motivation kan förändra sin livsstil. På detta sätt hoppas man att risken för att drabbas av hjärt- och kärlsjukdomar, stroke och diabetes 2 ska minska hos befolkningen.

– Vår livsstil påverkar vår hälsa. Regelbunden fysisk aktivitet, rätt kost, frihet från tobak, positiv stress som man kan kontrollera och ett bra socialt nätverk får oss att må bättre, säger Ann Blomstrand, specialist i allmänmedicin och processledare.

Primärvårdens arenor har visat sig vara väl lämpade för att nå befolkningen med hälsosatsningar.

– Det har visat sig att sökande på en vårdcentral önskar att bli tillfrågad om sin livsstil och kan därför antas vara motiverade att göra en förändring, säger Ann.

I Hälsolyftet får man besvara enkla ja och nej frågor kring sin livsstil i en så kallad screening. Utifrån de svar som kommer fram kan man gå vidare och göra en hälsoprofil där man räknar ut inom vilka livsstilsområden man behöver göra en förändring.

– Det är här som den reflekterande processen startar hos individen och det är bra för motivationen. Personerna erbjuds också ett hälsosamtal hos hälsopedagog eller distriktssköterska, kontroll av blodtryck och blodsocker, säger Ann.

Arbetet bygger på egna val och motivation till att förändra sin livsstil. Den som behöver ändra på något formulerar själv vad man vill göra och vad man behöver hjälp med för att förbättra sin livsstil. Egenaktivitet och fysisk aktivitet stimuleras i processen. För deltagare i Hälsolyftet kan man se förändringar i positiv riktning efter ett år.

Kontaktperson: Ann-Christine Baar, 0707-957215

Publicerad av: Evelyn Stolfer Epost: evelyn.stolfer@vgregion.se