

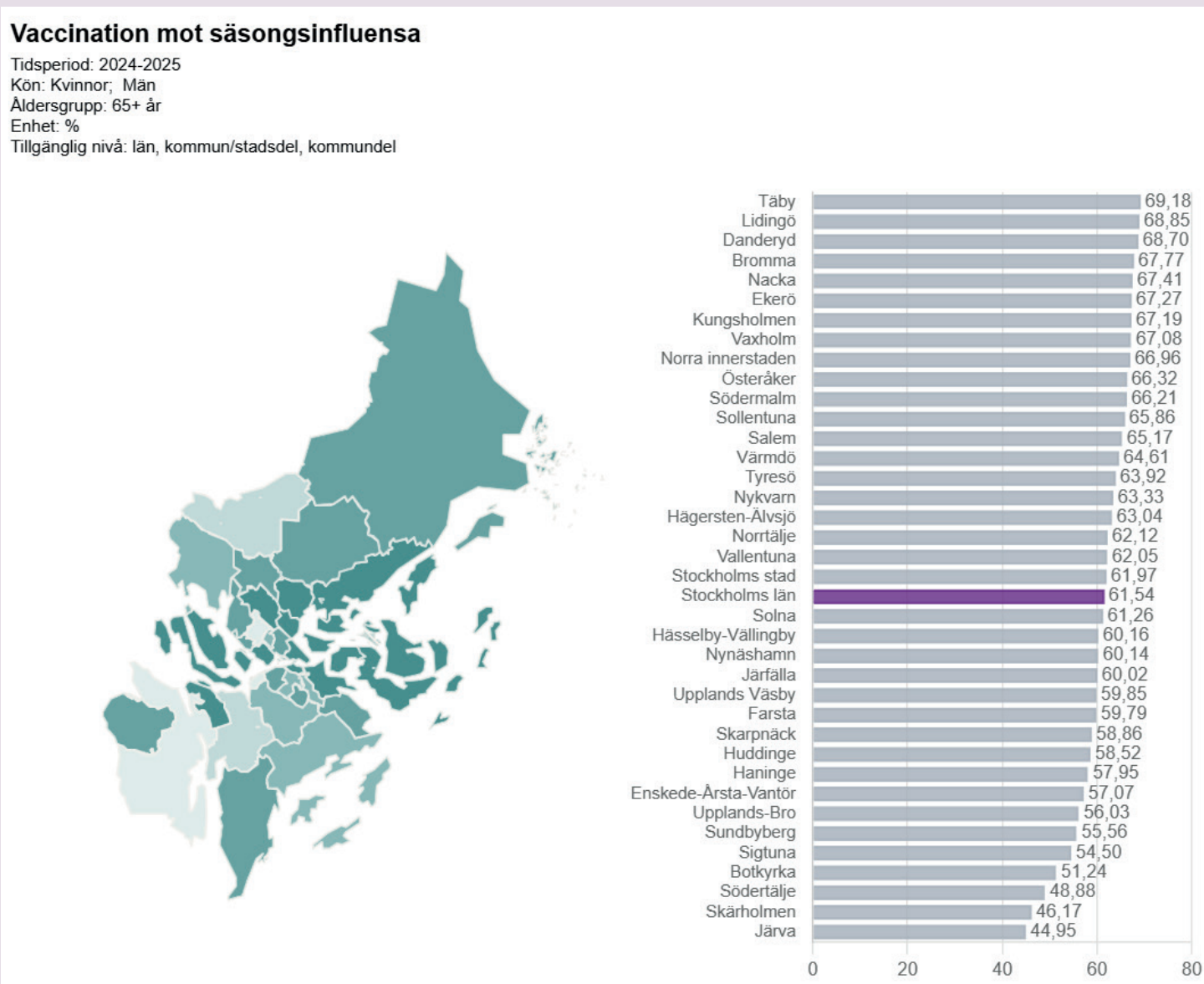
Folkhälsokollen – ger dig bättre koll på hälsoläget i Stockholms län



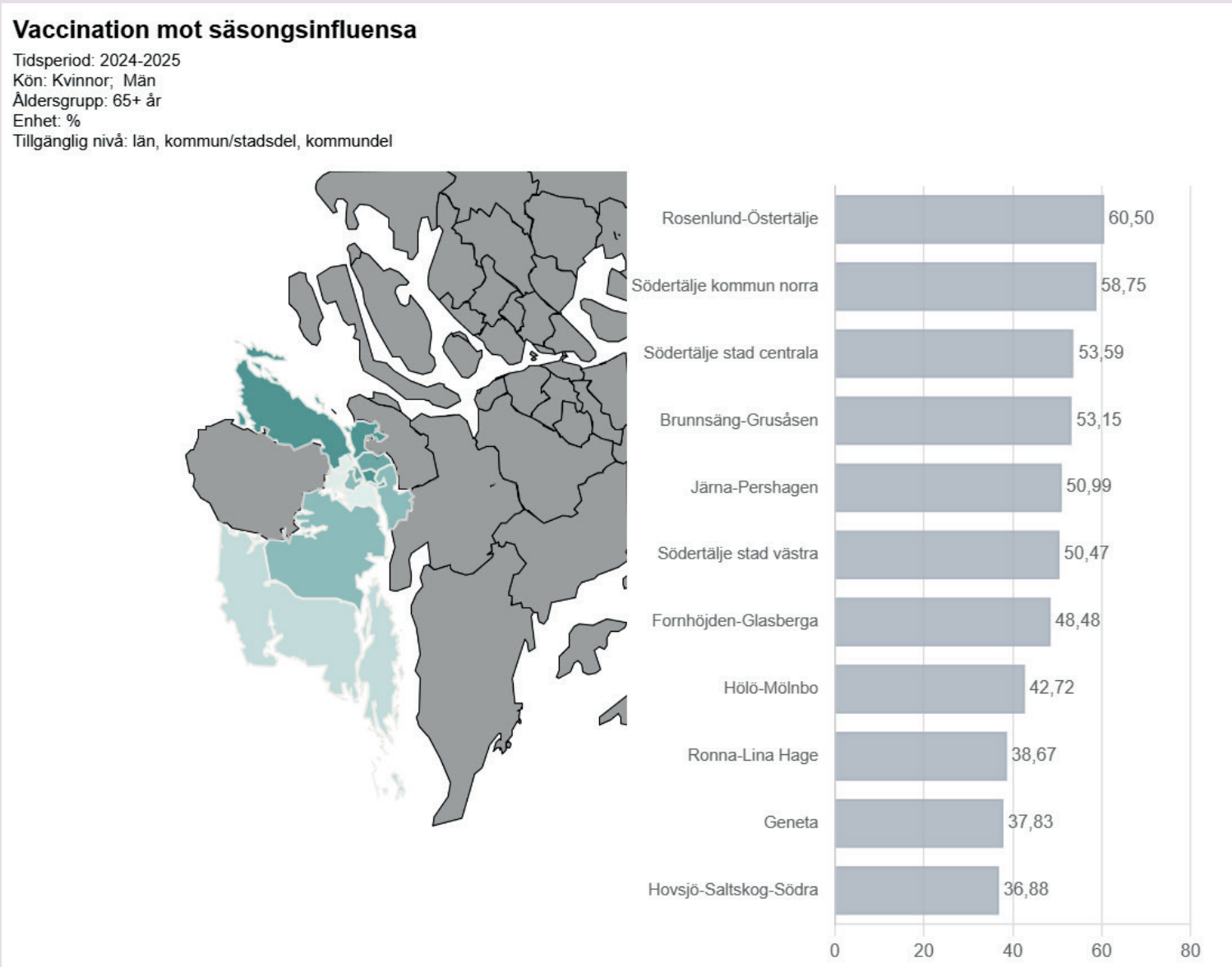
Vad erbjuder Folkhälsokollen?

Folkhälsokollen är ett webbverktyg som ger dig koll på hälsoläget i Stockholms län med tolv olika folkhälsoområden.

Du kan använda data från Folkhälsokollen och göra jämförelser av vald indikator på kommun, län och stadsnivå. Du kan också göra jämförelser mellan grupper, såsom män och kvinnor eller olika socioekonomiska grupper.



Andel (%) individer, 65 år eller äldre, som är vaccinerade mot säsongsinfluensa, fördelat på kommunal nivå.



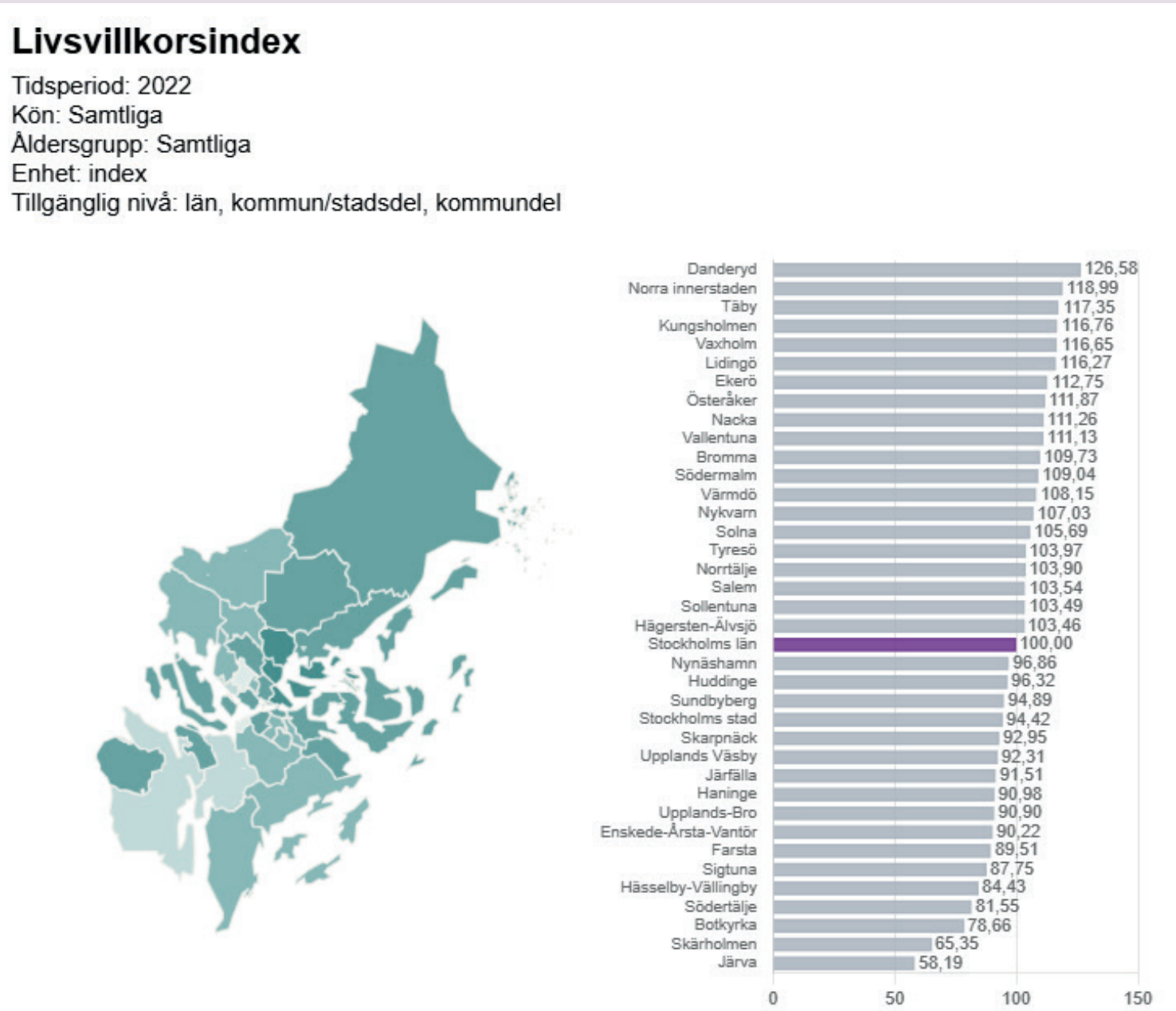
Andel (%) individer, 65 år eller äldre, som är vaccinerade mot säsongsinfluensa fördelat på stadsdelsnivå i Södertälje kommun.

Livsvillkorsindex

Livsvillkorindexet synliggör skillnader i sociala och ekonomiska förhållanden mellan bostadsområden.

Det genomsnittliga bostadsområdet i länet har ett indexvärde på 100, vilket innebär att områden som har värden under 100 präglas av mer sårbara livsvillkor än genomsnittet i länet och vice versa.

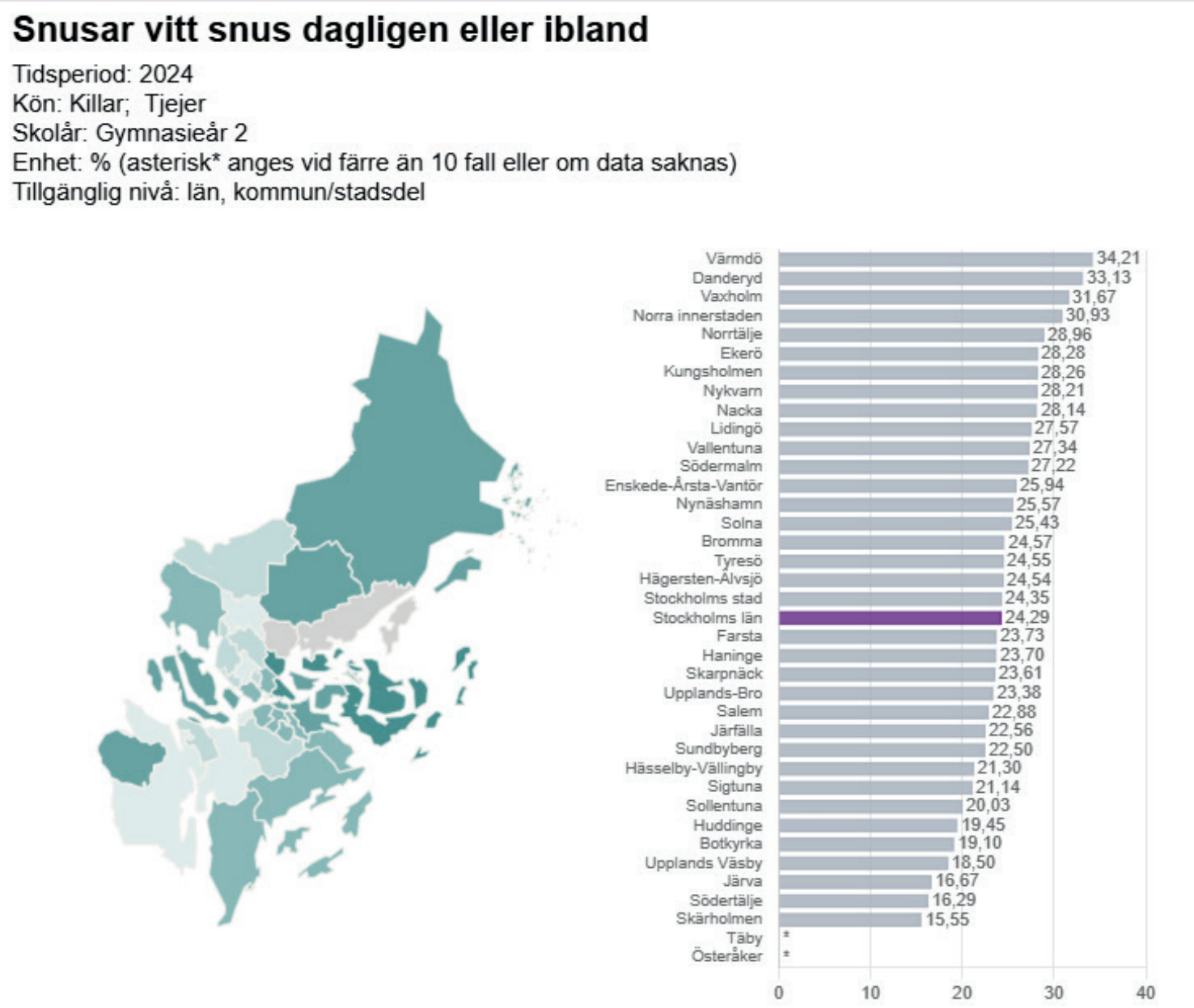
Indexet är relativt och områdenas värden kan bara tolkas i relation till varandra och inte som ett oberoende värde.



Indexet bygger på en sammanställning av sju olika variabler, bland annat ekonomiskt bistånd, boende med ensamstående förälder med flera. Läs mer på folkhaelsokollen.se

Uppdateras med jämna mellanrum

Folkhälsokollen uppdateras med data och nya folkhälsoområden med jämna mellanrum. Det senaste folkhälsoområdet "Ungas hälsa" har fem indikatorer, fördelat på ungdomar i årskurs 9 och år 2 i gymnasiet.

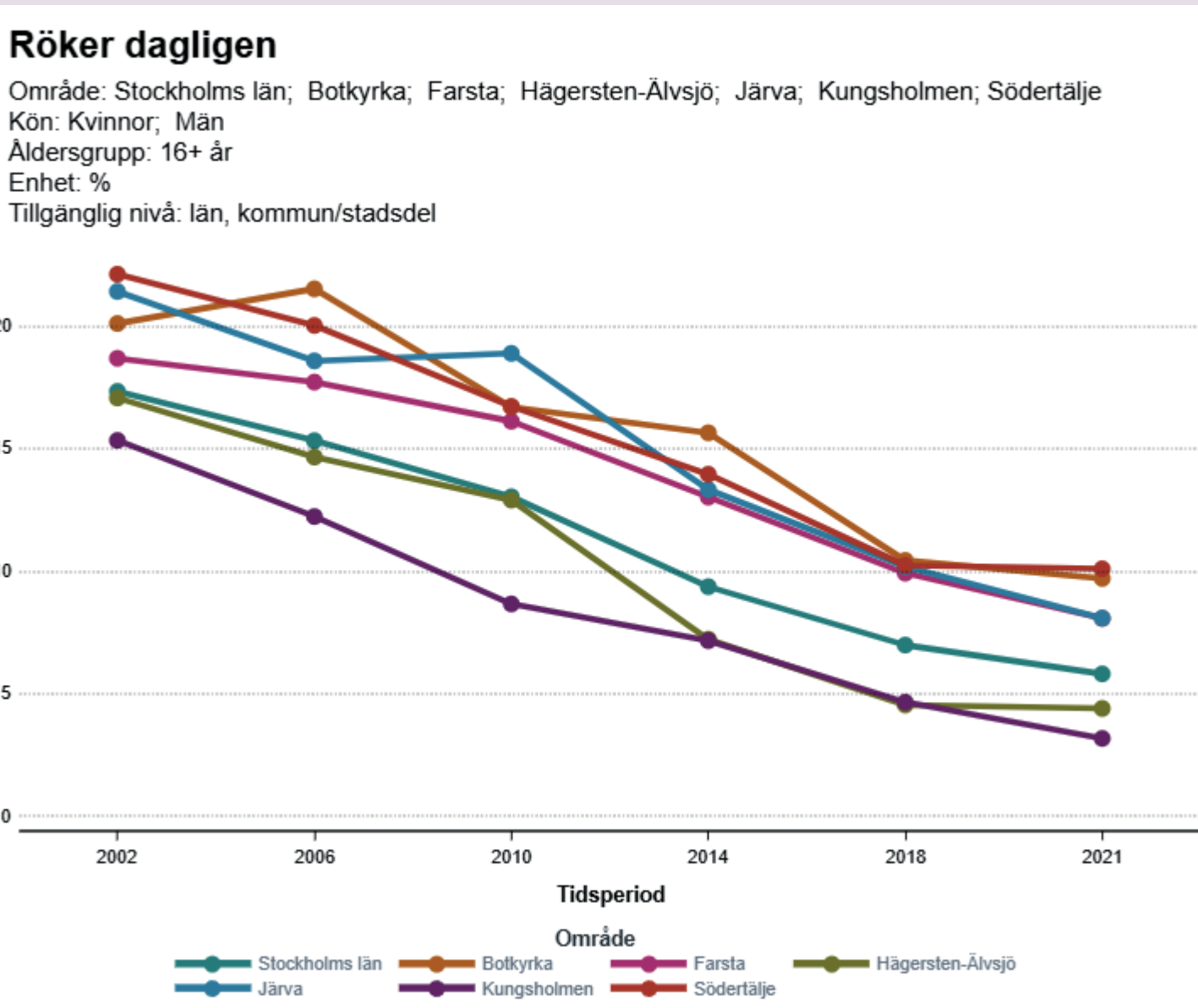


Andel (%) unga killar och tjejer i år 2 i gymnasiet, som uppger att de snusar vitt snus dagligen eller ibland.

Trender över tid

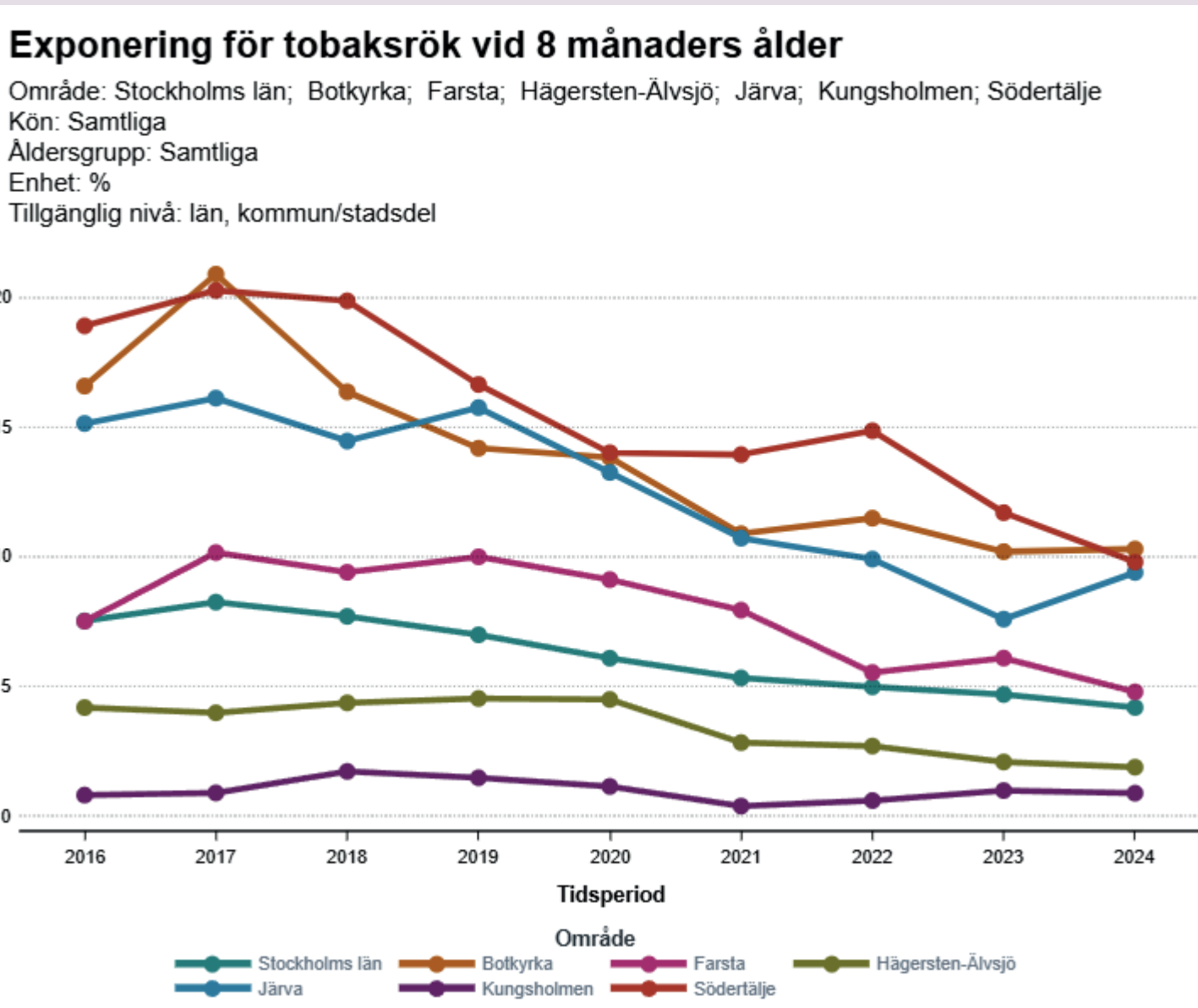
Data om riskfaktorer, hälsoutfall och levnadsvanor visas på Folkhälsokollen och många indikatorer går att följa över tid.

Rökning har haft en nedåtgående trend hos majoriteten av befolkningen.



Andel (%) individer som uppger att de röker dagligen.

Även barn som exponeras för passiv rökning är färre år 2024, jämfört med år 2016.



Andel (%) barn vars mamma, pappa eller annan person som stadigvarande bor i familjen rökte dagligen när barnet var fyra veckor och när en uppföljningen gjordes vid åtta månaders ålder.

Vill du veta mer?

Vi erbjuder kostnadsfria presentationer och workshoppar om Folkhälsokollen.

Skicka en förfrågan till folkhaelsokollen.slso@regionstockholm.se

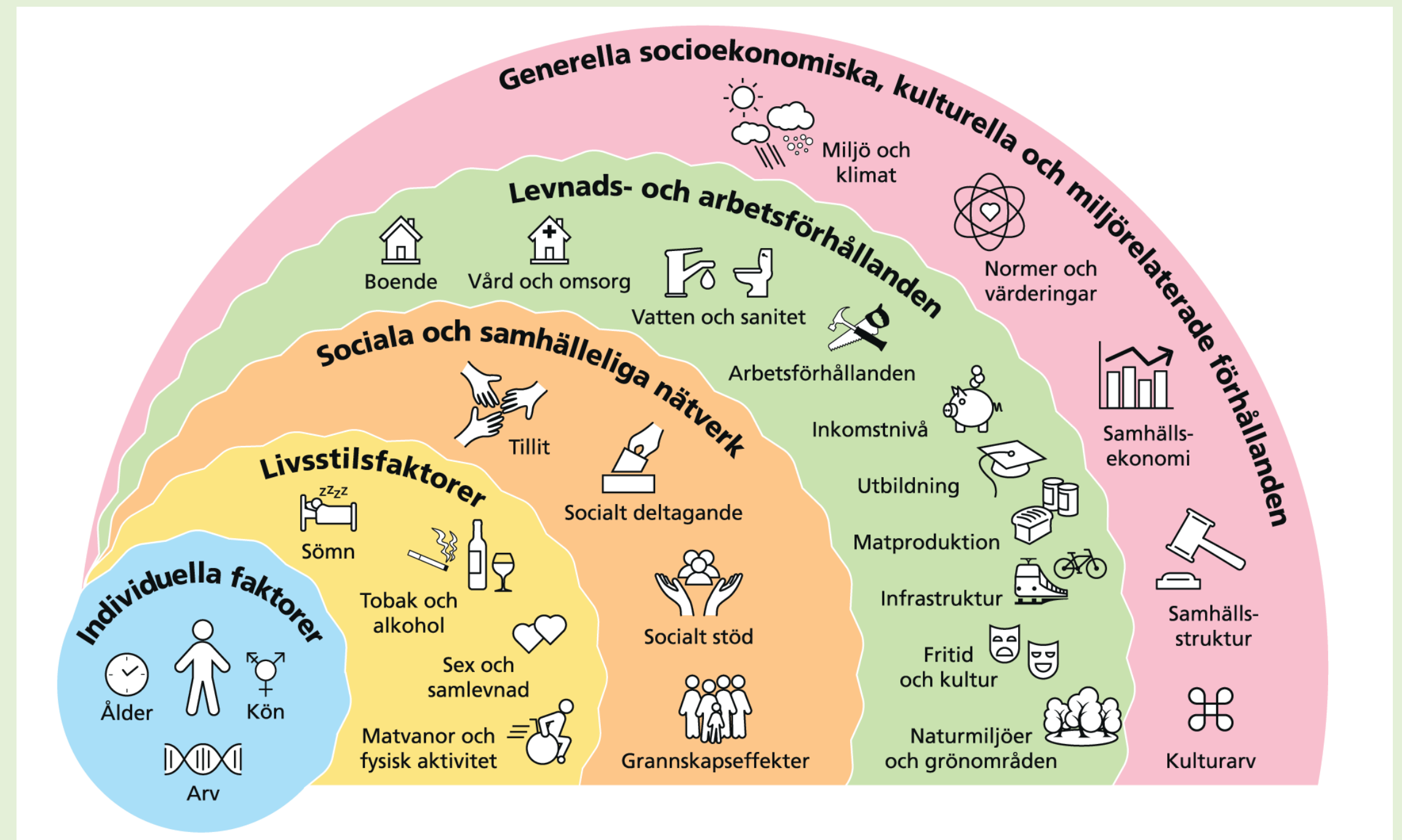
Stöd till hälsofrämjande levnadsvanor – för en god och jämlik hälsa

Levnadsvanornas påverkan på hälsa

Majoriteten av all hjärt-kärlsjukdom och en tredjedel av cancer kan förebyggas genom hälsosamma levnadsvanor. Den som äter hälsosamt, är fysiskt aktiv och inte röker eller dricker större mängder alkohol lever i genomsnitt 14 år längre än den som har ohälsosamma levnadsvanor.

Levnadsvanor som grundläggs i barn- och ungdomsåren påverkar individers framtida hälsa och hälsorelaterade beteenden. De påverkar också hur barn och unga mår och deras förutsättningar att lära sig.

Källa: Nationellt vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor



Hälsans bestämningfaktorer är faktorer som påverkar människors hälsa. De finns på flera olika nivåer och samspelar med varandra. Källa: Region Stockholms folkhälsopolicy.

Sektionen för hälsofrämjande levnadsvanor

På sektionen för hälsofrämjande levnadsvanor finns expertstöd inom sakområdena

- tobak och nikotin
- alkohol
- matvanor
- fysisk aktivitet.

Vi driver och utvecklar bland annat Sluta-röka-linjen och Elevhälsoportalen.

SLUTA-RÖKA-LINJEN



RING 020-84 00 00
www.slutarokalinjen.se

Sluta-röka-linjen

Sluta-röka-linjen erbjuder kostnadsfritt stöd att förändra tobaks- och nikotinvanor per telefon och chatt.

Sluta-röka-linjen ger också stöd och handledning till personal i frågor som rör arbete med tobak och nikotin.



Läs mer på
slutarokalinjen.se



elevhälsoportalen

Elevhälsoportalen

Elevhälsoportalen stödjer skolor att genomföra hälsofrämjande och förebyggande insatser i skolmiljön.

Här finns digitala verktyg och material för att bedriva ett strukturerat hälsofrämjande arbete som bygger på vetenskaplig grund.

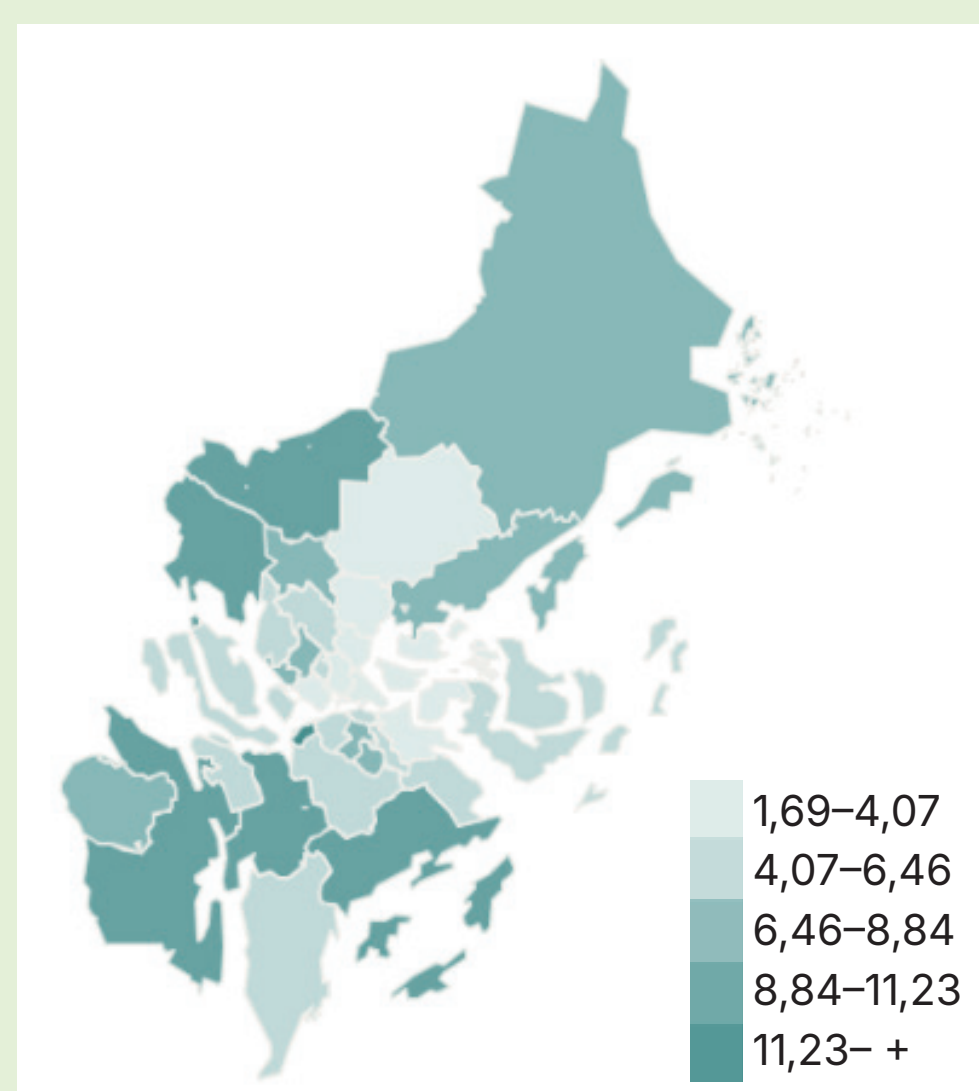


Läs mer på
elevhalsoportalen.se

Nya socialtjänstlagen + CES

CES kan bidra till Socialtjänstens arbete med att

- ha ett förebyggande perspektiv
- främja jämlika och jämställda levnadsvillkor
- ha en tydligare roll i samhällsplaneringen och planera insatser inom alla verksamhetsområden
- vara kunskapsbaserad och vila på vetenskap och beprövad erfarenhet.

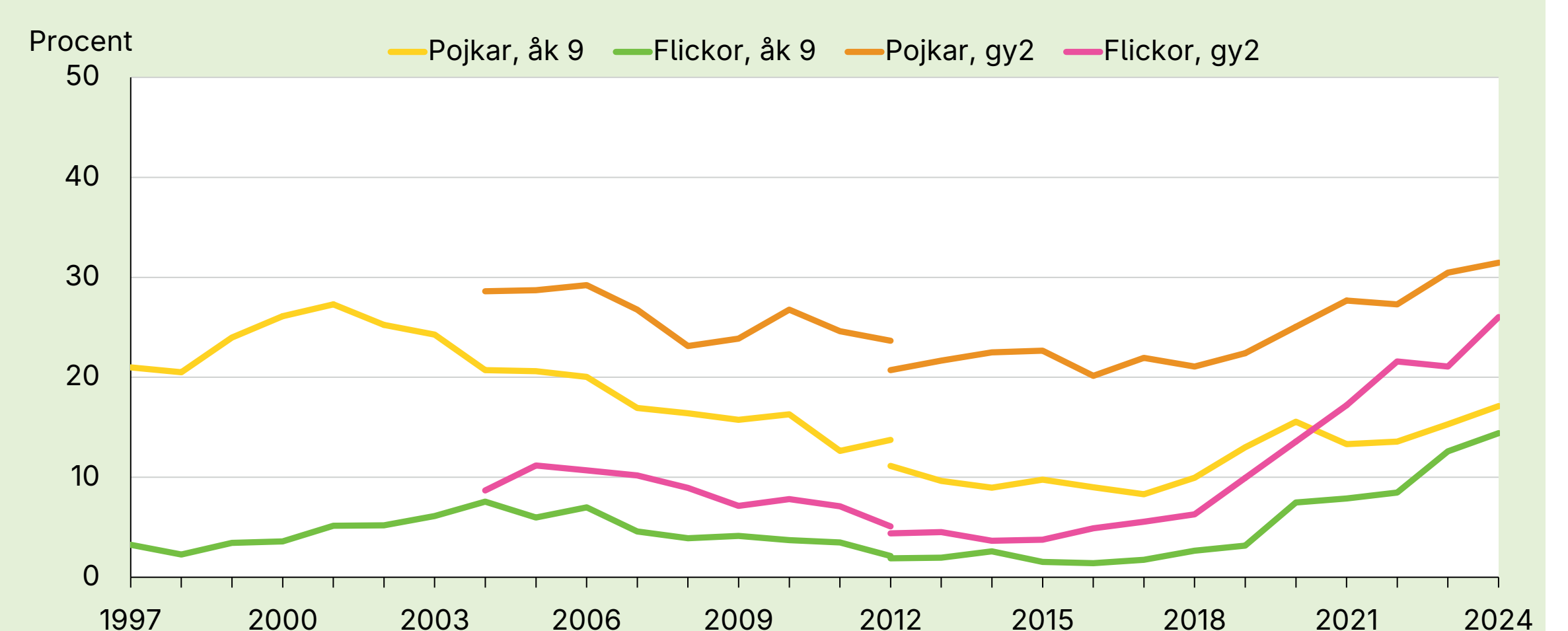


Rökning är den riskfaktor som bidrar mest till sjukdomsburden i Stockholms län. Kartan illustrerar andel (%) personer över 16 år som röker dagligen.
Källa: Folkhälsokollen.

Kontakta oss

Kontakta oss gärna för mer information om hur CES kan stödja förebyggande arbete för en god och jämlik hälsa befolkningen i Stockholms län.

E-post: ces.slso@regionstockholm.se

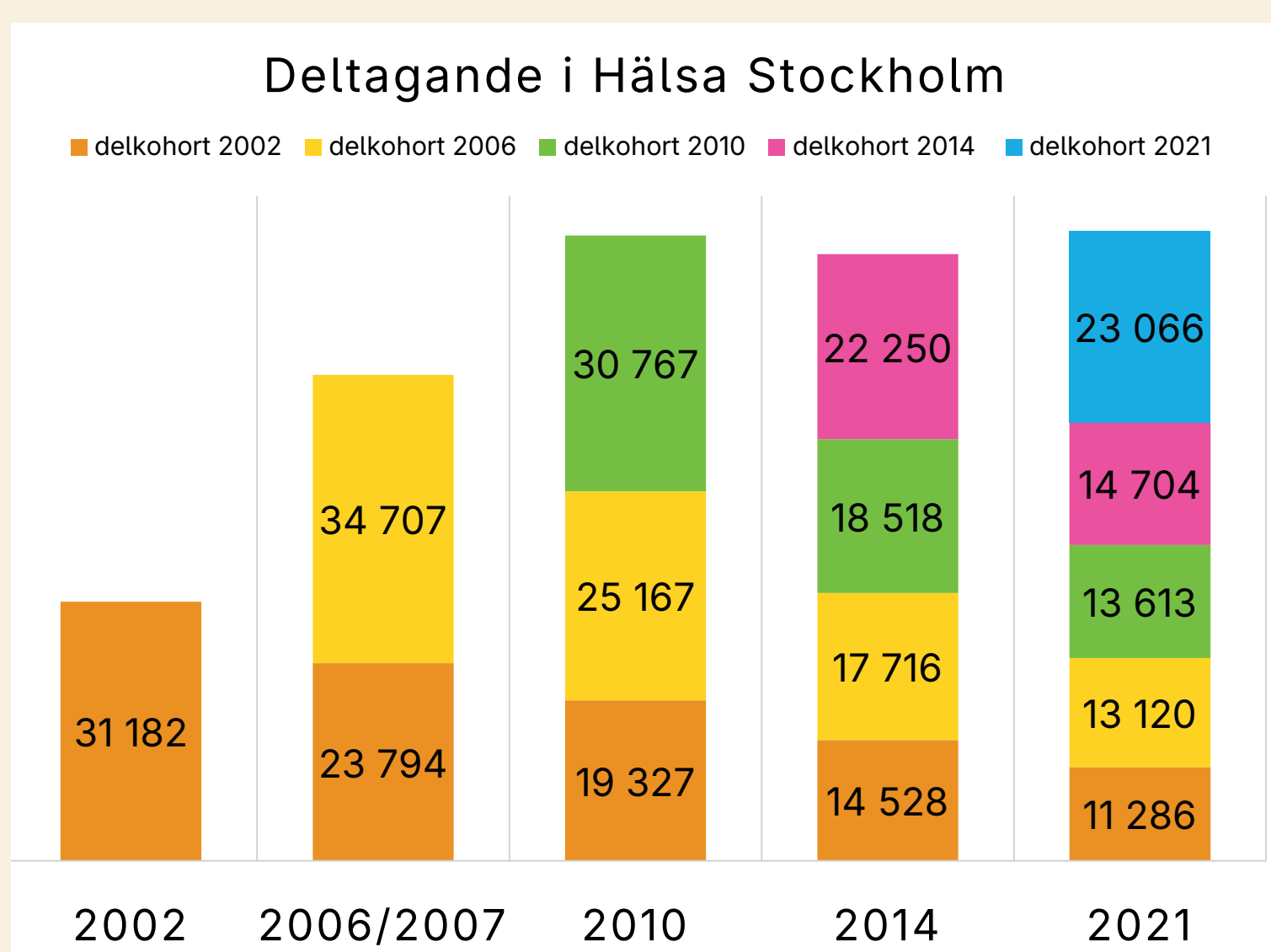


Det vita snuset kom ut på marknaden 2017. Figuren illustrerar andel (%) elever i Sverige som snusar dagligen eller ibland. Källa: CAN Skolelevers drogvanor 2024.

Hälsa Stockholm – en undersökning om levnadsvillkor och hälsa sedan 2002

Hälsa Stockholm

- Enkäter
- Registerdata om sociodemografi och diagnoser
- Genomförs vart fjärde år sedan 2002
- Slumpmässigt urval om 50 000 personer i Stockholms län
- Uppföljning av tidigare respondenter



Antalet svarande i varje datainsamling, uppdelade efter det år de ursprungligen rekryterades. Svarsfrekvensen har varierat mellan 42,3 procent och 62,5 procent.

Insamlade uppgifter

Enkäter

Hälsotillstånd
Funktionsnedsättning
BMI
Kost
Tobak
Alkohol
Fysisk aktivitet
Smärta
Psykiska symtom
Förtroende för institutioner i samhället
Avstått sjukvård på grund av dålig ekonomi
Trygghet
Utsatthet för våld
Sexuell läggning
Arbetsförhållande

Register SCB

Ålder
Kön
Civilstånd
Födelseland
Familjetyp
Barn
Bostadskategori
Gymnasiebehörighet, betyg
Utbildningsnivå
Inkomst
Yrke
Arbetslöshet
Sjukpenning, sjukersättning
Ekonomiskt bistånd
Pension

Region Stockholms databas VAL:

- kontakter med sjukvården
- diagnoser.

Socialstyrelsens register:

- diagnoser.

Viktigt underlag

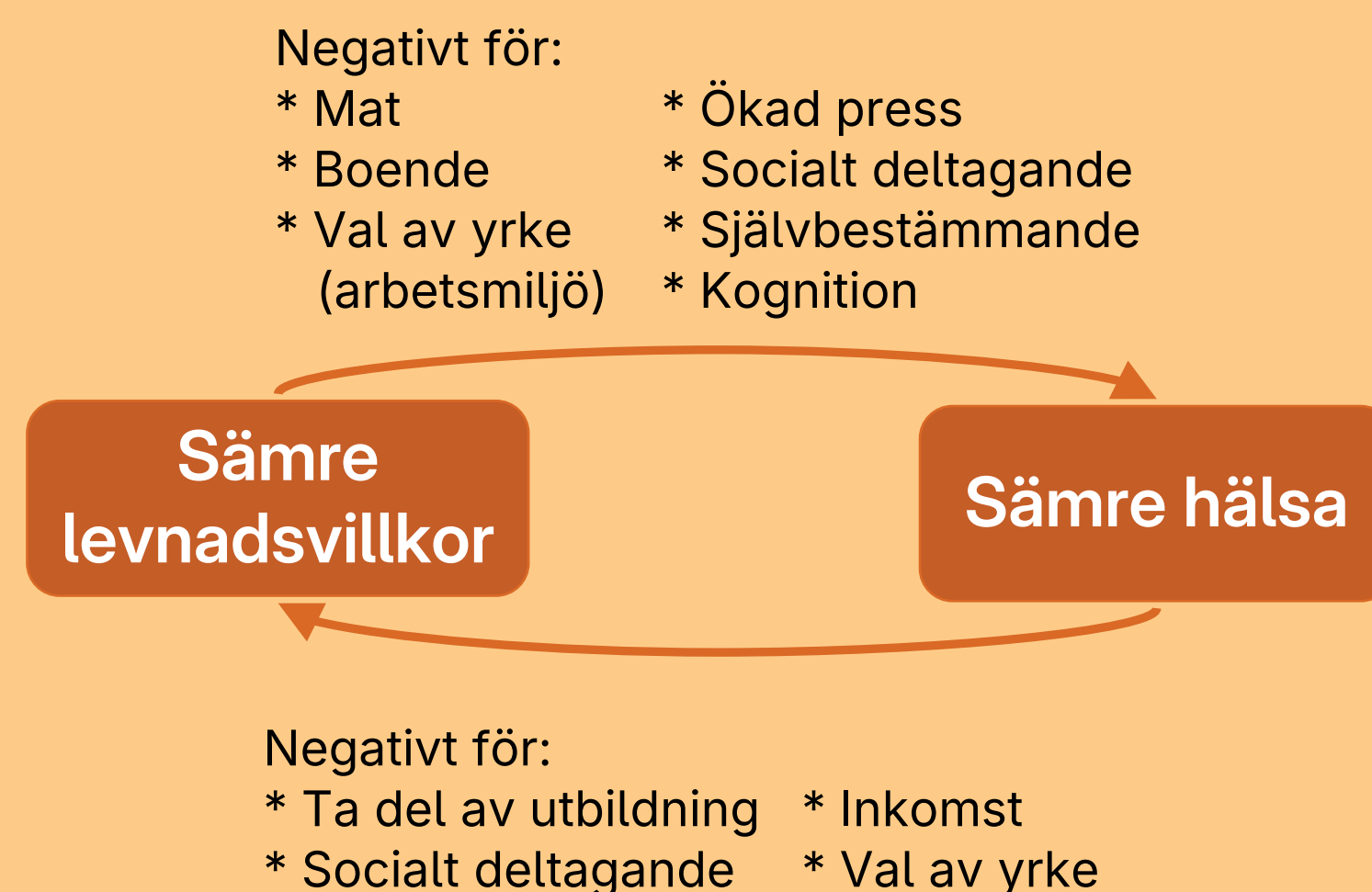
- Folkhälsorapporterna
- Folkhälsokollen
- Andra rapporter
- Forskning



Nästa Hälsa Stockholm

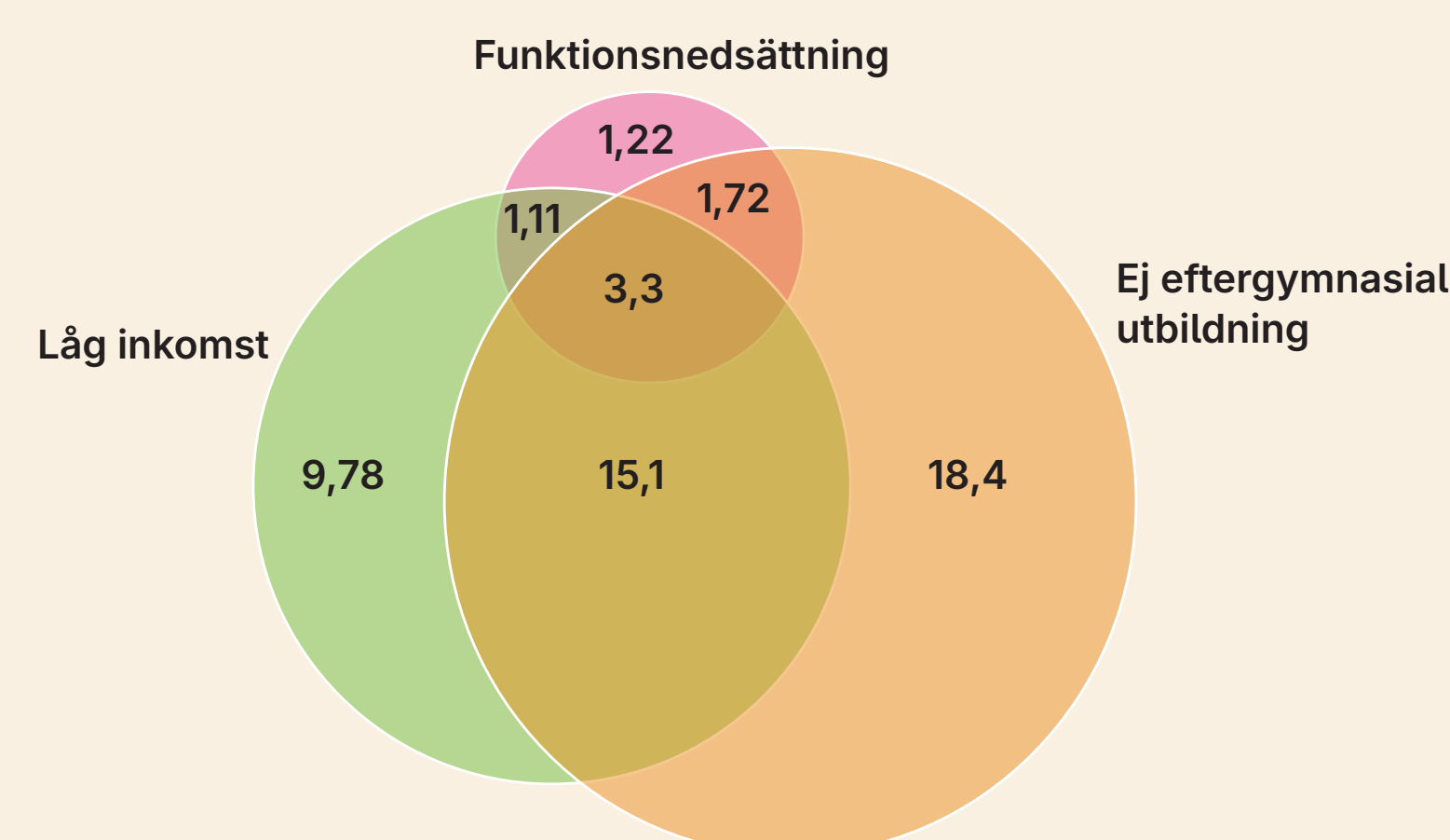
Startar i januari 2026.

Levnadsvillkor är starkt kopplade till möjligheter för god hälsa.



De sociala och ekonomiska förutsättningarna för hälsa behöver stärkas i utsatta grupper och områden.

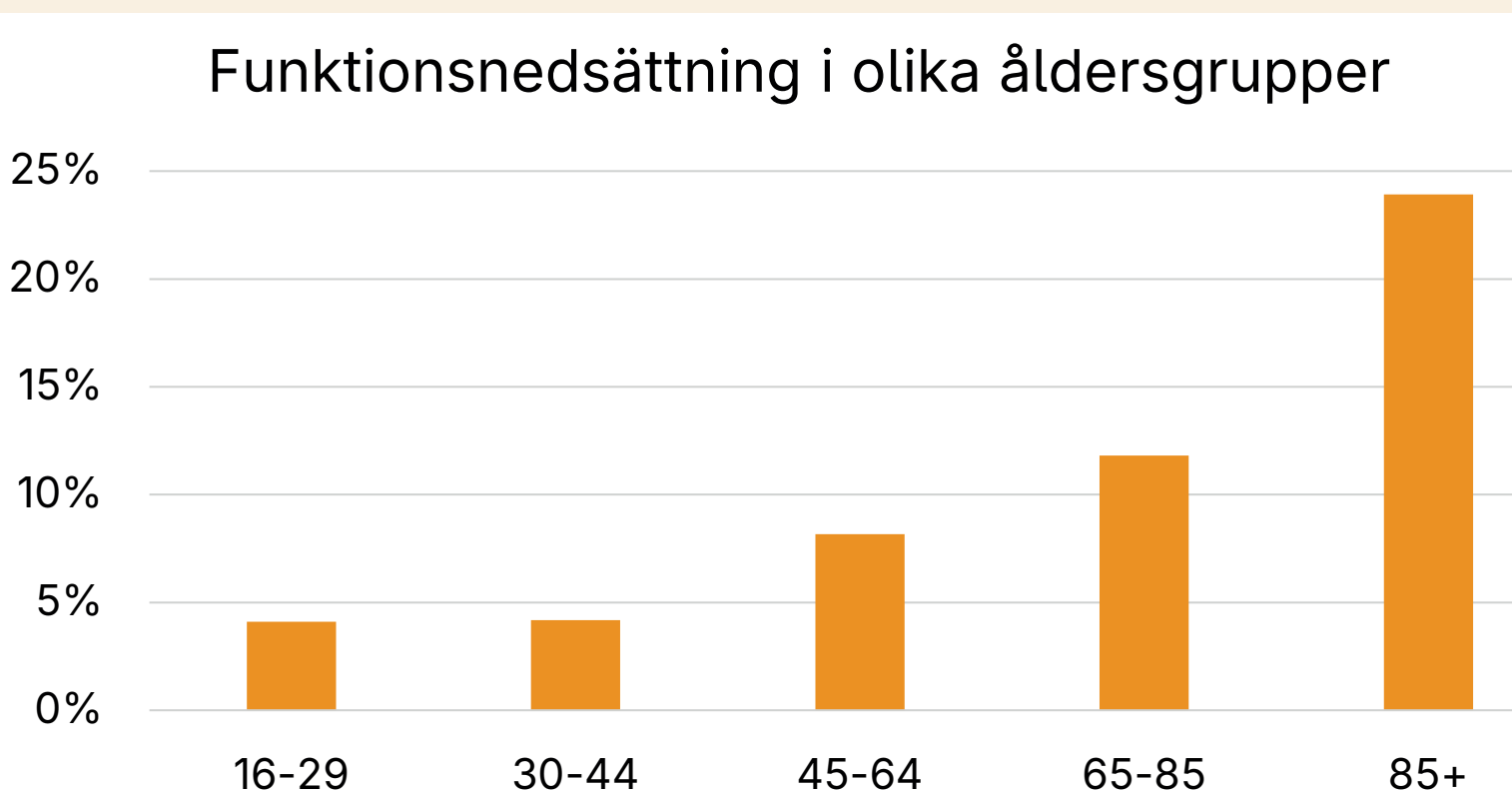
Dåliga levnadsvillkor samvarierar



Andelen av befolkningen som tillhör de 20 procenten som har lägst inkomst, kortare än eftergymnasial utbildning, och långvariga hälsoproblem som begränsar deras dagliga liv i hög grad (Hälsa Stockholm 2021).

Bland de som har låg inkomst har majoriteten också kort utbildning. Totalt 7,33 procent har en funktionsnedsättning, och 83 procent av dessa har låg inkomst eller låg utbildningsnivå.

Funktionsnedsättningar ökar med åldern

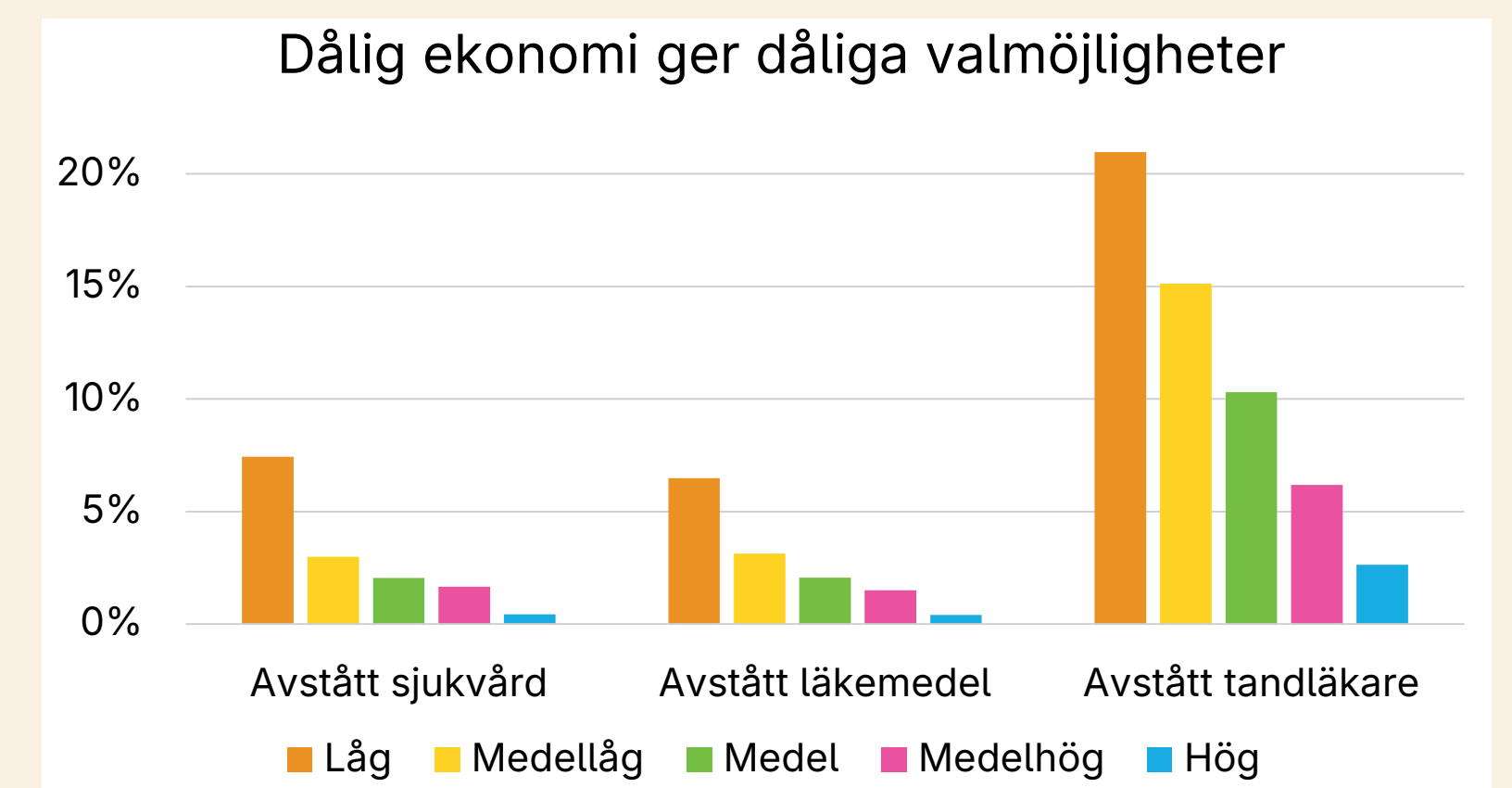


Andelen som anger att de har långvarig hälsoproblem som begränsar deras dagliga liv i hög grad i olika åldersgrupper (Hälsa Stockholm 2021).

Andelen 65 år och äldre som rapporterar en funktionsnedsättning är ganska stabil över tid. Men gruppen kommer öka i storlek framöver.

Skillnader i inkomst växer

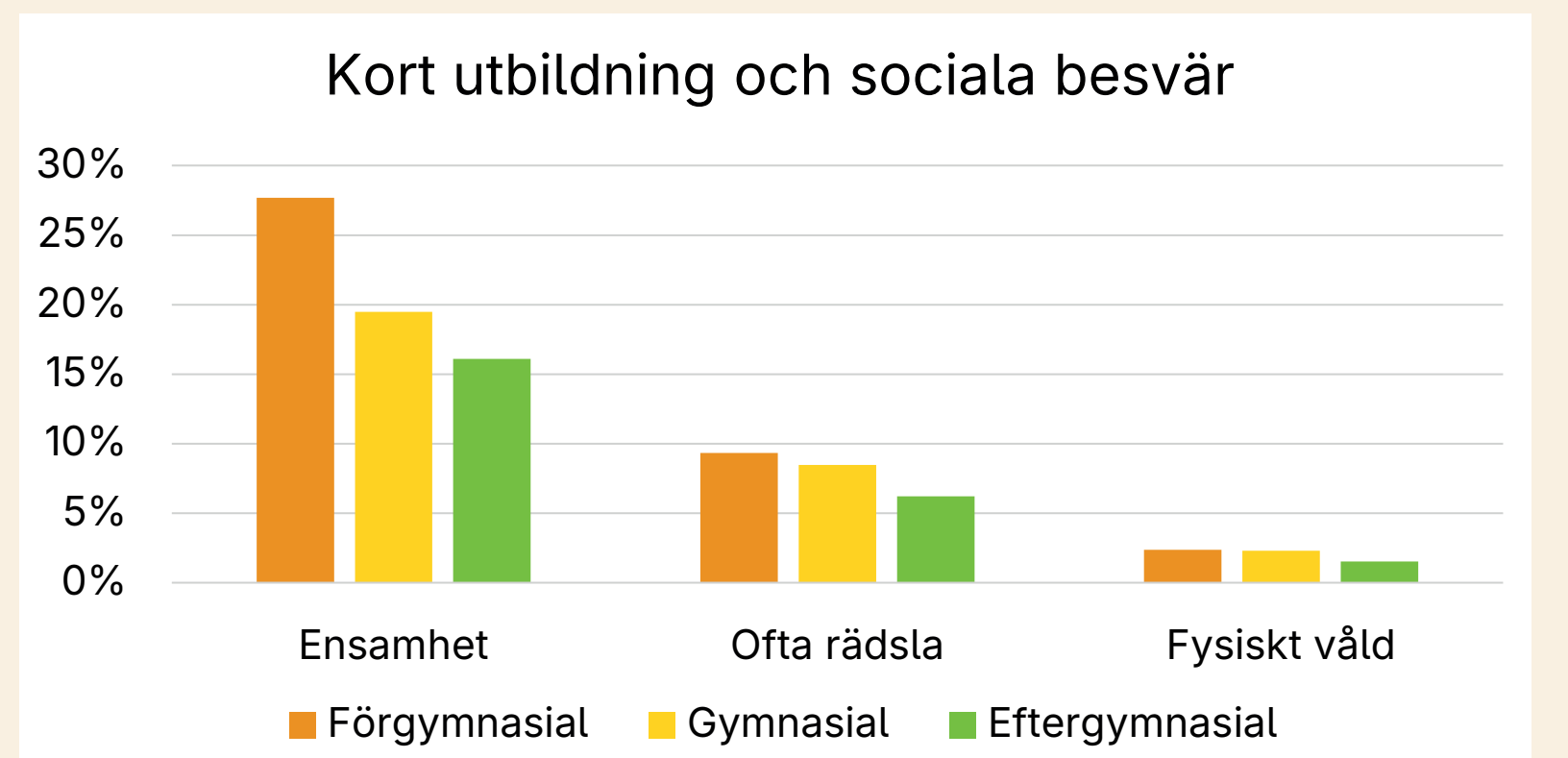
I utsatta områden väljer fler bort hälso- och sjukvård.



Andel (%) av befolkningen som rapporterar att de avstått sjukvård, läkemedel, eller tandläkarevård på grund av ekonomiska skäl under senaste året, uppdelat efter nivå av disponibel inkomst (Hälsa Stockholm 2021).

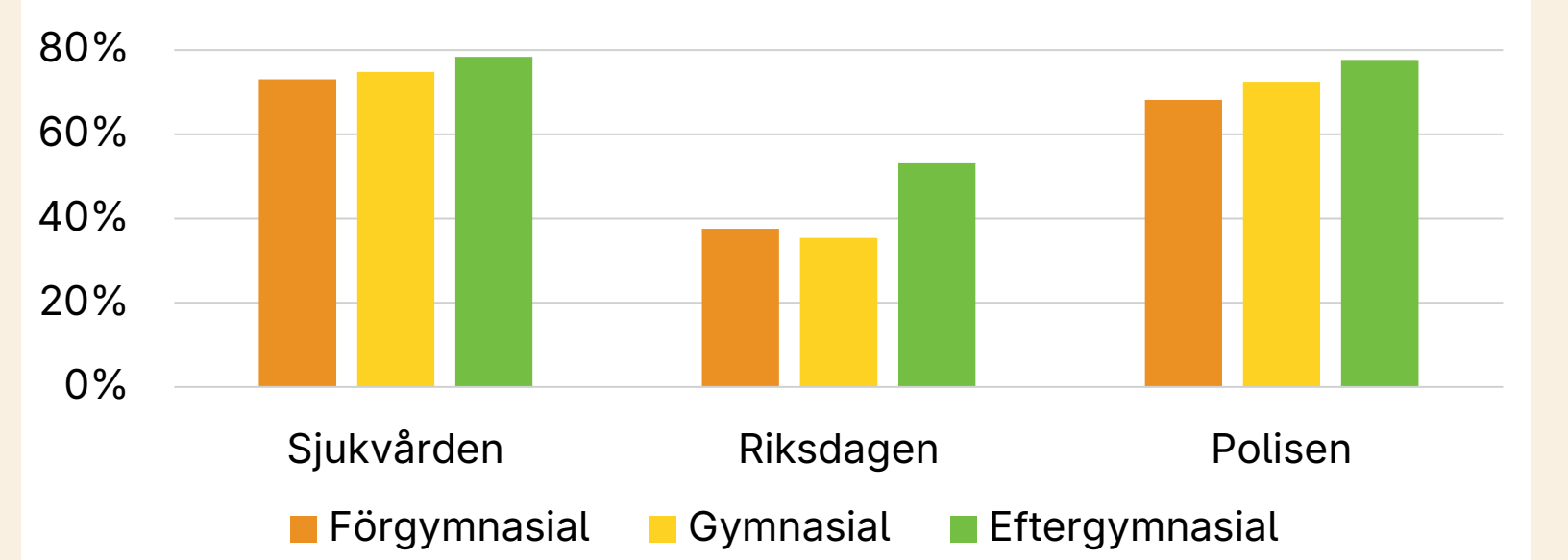
Kort utbildning kopplat till sämre hälsa

Lång utbildning ger bra sociala effekter, men kopplingen kan också bero på selektion.

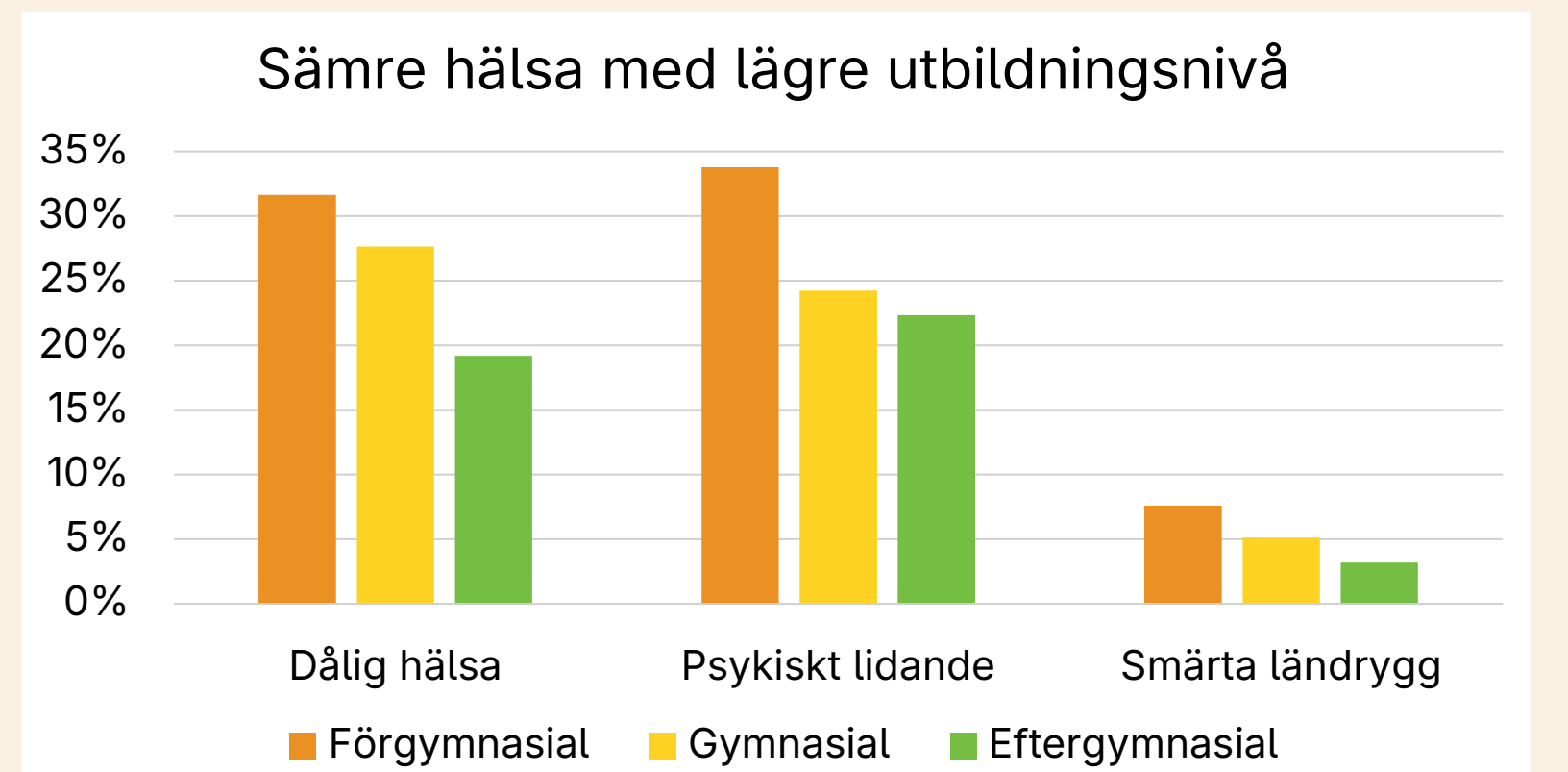


Andel (%) av befolkningen som rapporterar att de besvärar av ensamhet minst en gång i veckan, ofta undviker att gå ut av rädsla för att bli överfallen, rånad eller på annat sätt ofredad, eller utsatts för fysiskt våld under senaste året (Hälsa Stockholm 2021).

Förtroende för samhällsinstitutioner kopplat till längre utbildning



Andel (%) av befolkningen som anger att de har stort eller mycket stort förtroende för sjukvården, riksdagen respektive polisen (Hälsa Stockholm 2021).



Andel (%) av befolkningen som anger att de har någorlunda, dålig, eller mycket dålig hälsa, symtom av psykisk ohälsa (Kessler-6), eller har smärta i ländryggen av hög grad (Hälsa Stockholm 2021).

Utvärdering av Lilla ABC – ett universellt föräldrastödsprogram (barn 1–2 år)

Behov av tidiga interventioner

Psykisk ohälsa är en av våra stora folkhälsoutmaningar. De första åren i livet är särskilt viktiga då de lägger grunden för framtida psykisk hälsa och välmående.



Illustrationerna är hämtade från Lilla ABC och gjorda av Lotta Sjöberg.

Utvärdering av Lilla ABC

CES enhet för psykisk hälsa har i samarbete med Karolinska Institutet utvärderat föräldrastödsprogrammet Lilla ABC i en ny studie.

Syftet är att öka kunskapen om ett universellt föräldrastödsprogram vilket kan främja positiva föräldrastrategier och barns välmående.

Det långsiktiga målet är att utveckla ett evidensbaserat föräldrastödsprogram för små barn.

Om studien

- En nyligen avslutad randomiserad kontrollerad studie.
- Två armar: interventionen (Lilla ABC) jämförs med digitala föreläsningar om barns utveckling.
- Deltagare: svensktalande föräldrar med barn i åldern 1–2 år.

Om Lilla ABC

Lilla ABC är ett universellt föräldrastödsprogram för föräldrar med barn mellan 1 och 2 år. Programmet är baserat på utvecklingspsykologi, positiv psykologi och principer för hälsopromotion.

Kort om programmet:

- utgår från en strukturerad vägledning
- består av fyra gruppträffar på 60 minuter + 30 minuter för fika och umgänge
- leds av två utbildade gruppleddare, kommun och region i samverkan
- barnen deltar vid träffarna.



Resultat

En första artikel har publicerats i den vetenskapliga tidsskriften BMC Psychology. I den valideras studiens barnutfallsmått (Ages and Stages Questionnaire) för svenska 18 månader gamla barn.

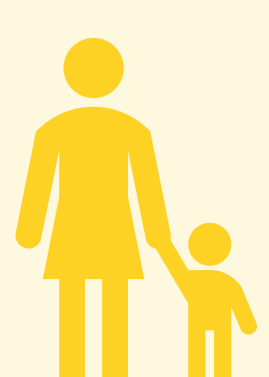


Bild från artikeln publicerad i BMC Psychology.

Analysen med fokus på förmätning och eftermätning direkt efter avslutad intervention är färdig. Nu pågår analyser av resultatet för eftermätningarna vid sex och tolv månader efter intervention.

Vilka är föräldrarna i studien?

I studien deltog 832 föräldrar med olika bakgrund.



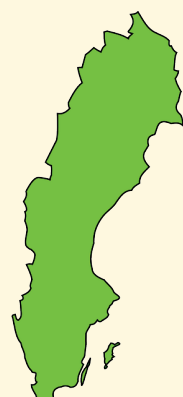
69 %
kvinnor



31 %
män



70 %
högutbildade



82 %
svenskfödda

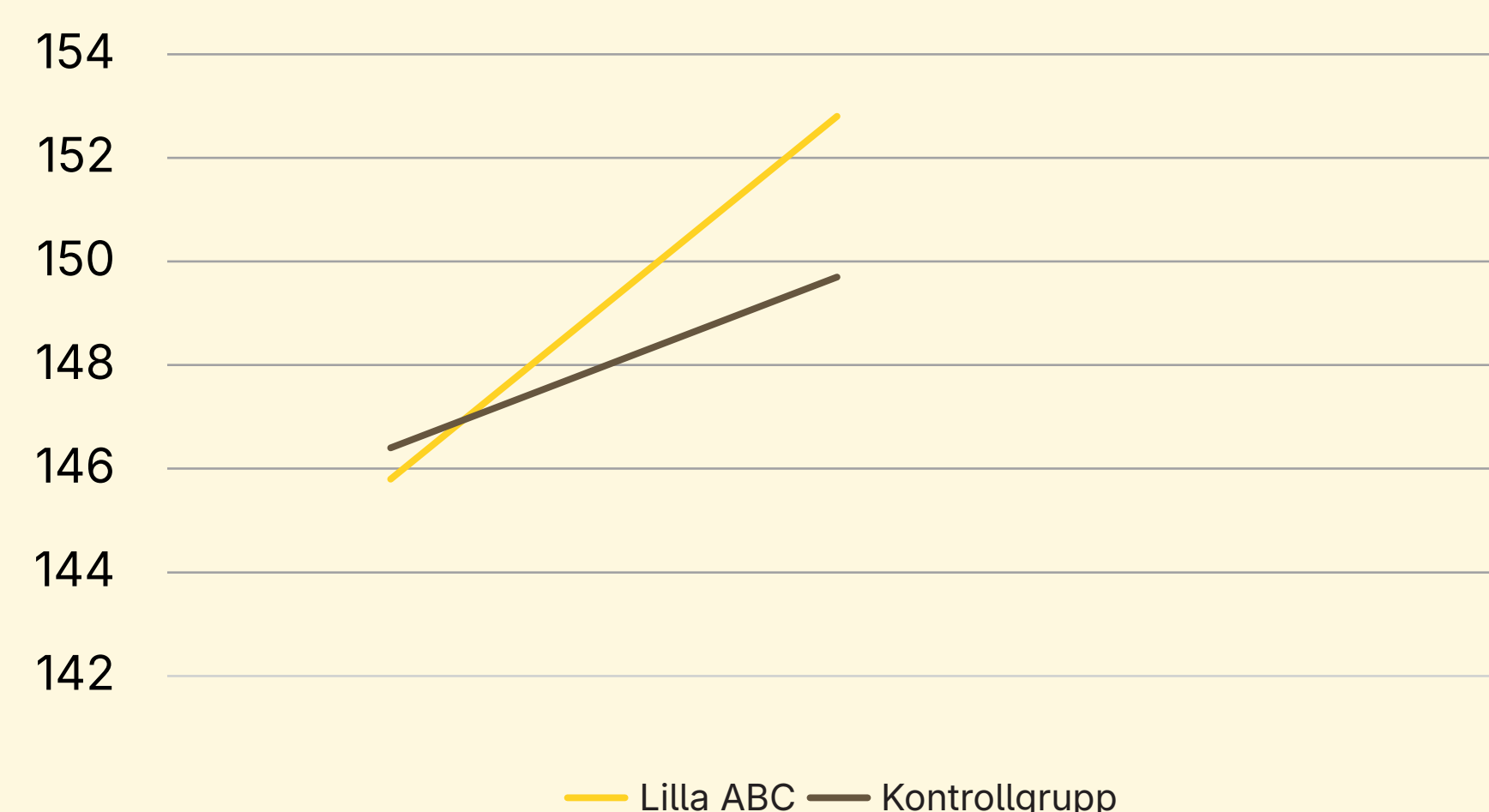


18 %
utrikesfödda

Slutsatser

Våra slutsatser från studien hittills är att Lilla ABC

- har en säkerställd effekt för föräldrar som deltog i Lilla ABC med en ökad användning av positiva strategier för att reglera sina barns negativa känslor



Gruppmedelvärde (M) på stödjande föräldrastrategier (CTNS) före och efter insatsen.

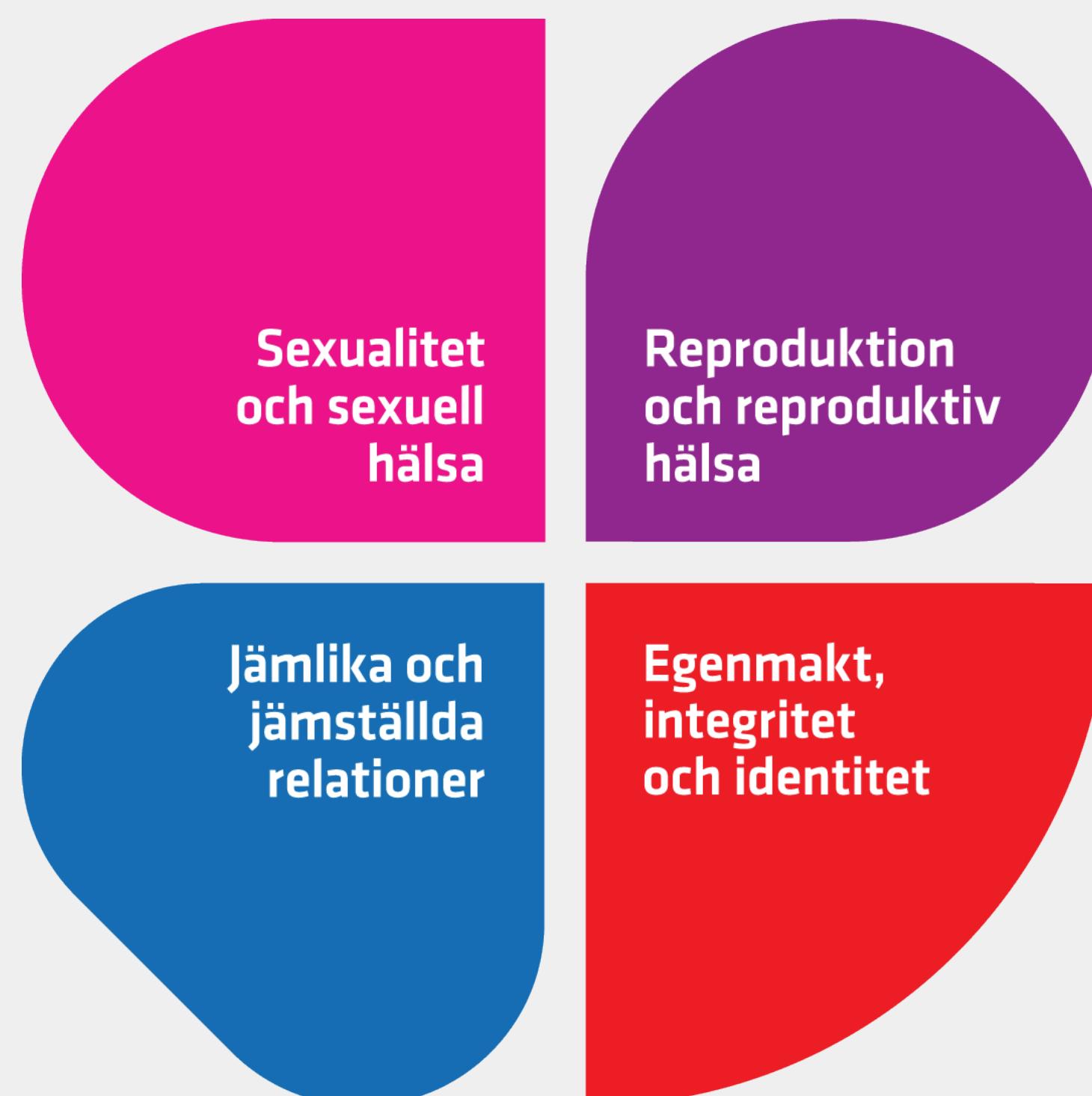
- verkar effektivt i att engagera småbarnsföräldrar, eftersom 70 procent deltog i tre eller fyra träffar
- verkar främja jämlikhet, eftersom resultaten inte påverkas av deltagarnas bakgrundsfaktorer
- verkar fylla ett glapp både för BVC och för föräldrar.

Sexuell och reproduktiv hälsa – vi ger evidensbaserat kunskapsstöd

SRHR – en grund för god och jämlik hälsa

Sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter (SRHR) är en central del av människors allmänna hälsa eftersom det påverkar både välbefinnande och relationer. Därmed är SRHR en viktig del av folkhälsoarbetet.

Utöver sexualitet och reproduktion ingår rättigheter och individens förutsättningar att själv bestämma över sin kropp och sina relationer, såsom att leva fri från tvång, våld och diskriminering.



Vad omfattar SRHR? Illustrationen är hämtad från Folkhälsomyndighetens nationella SRHR-strategi.

Exempel där vi kan stötta

Vi har särskild expertis om unga och unga vuxna, och bedriver forskning om dessa grupper i samarbete med Karolinska Institutet.

Unga är en prioriterad målgrupp i både Folkhälsomyndighetens nationella SRHR-strategi och Socialstyrelsens arbete med tidiga och samordnade insatser (TSI).

Tillsammans med Stockholms ungdomsmottagningar har vi kartlagt vilka grupper som nås av deras preventiva vård, bland annat vid screening för våld och utsatthet.

Vi har även studerat digitala vårdformer som video- och chattbesök som ett nytt sätt att nå unga, särskilt de i samhällsvård som HVB- och SIS-hem.

Kunskapsorganisation, analysenhet och expertresurs

CES SRHR-enhet arbetar med uppföljning, forskning och kunskapsstöd inom SRHR. Enheten tar fram beslutsunderlag, analyser och rapporter för regionala och nationella aktörer. Vi bidrar med bred ämneskunskap samt kompetens inom analys, metod och utvärdering för att stödja ett kunskapsbaserat arbetssätt.

Våra ämnesområden och projekt

- ungas SRHR, vård och andra preventiva insatser
- kvinnohälsa och förlossningsvård (t.ex. klimakteriet och endometrios)
- SRHR hos individer med migrationsbakgrund
- sexuellt våld, utsatthet och trakasserier
- HBTQI+ personers levnadsförhållanden och hälsa
- äldres sexuella hälsa
- socioekonomisk status och SRHR-utfall.

Vanliga problem och frågor från unga

- samtycke, sex och relationer
- förebygga sexuellt våld och kränkningar
- HBTQI+-frågor
- preventivmedel
- sexuellt överförbara sjukdomar
- utsatta grupper
- hedersrelaterat våld och förtryck
- förebygga tonårsgraviditeter
- tillgång till preventiv och hälsofrämjande vård.

Vad vi kan bidra med för en evidensbaserad och förebyggande socialtjänst

Interventioner och kompetenshöjande insatser till olika målgrupper.

Statistiska analyser av stora befolkningsdata.

Kartläggning och riskanalyser på befolkningsnivå, gruppnivå och institutionsnivå.

Systematiska översikter för att kartlägga forskning och identifiera metoder och insatser.

Intervjustudier: enskilda intervjuer eller fokusgrupper med olika aktörer.