



Årsberättelse 2025–2026

Arbetsgruppen för preventiv kardiologi och levnadsvanor

Sammanfattning

Arbetsgruppen för levnadsvanor bildades våren 2012 med syftet att stödja implementeringen av Socialstyrelsens nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder inom svensk hjärtsjukvård och stärka kunskapen om preventiv kardiologi. Gruppen drevs initialt inom Svenska Läkaresällskapets Levnadsvaneprojekt på uppdrag av Socialstyrelsen och blev 2015 en permanent arbetsgrupp inom Svenska Kardiologföreningen under namnet Arbetsgruppen för preventiv kardiologi och levnadsvanor.

Arbetsgruppen består av Anna Egerstedt (kardiolog Lund, ordförande sedan 2025), Emma Hag (spec. ssk, Jönköping), Margrét Leosdóttir (kardiolog, Malmö), Mattias Ekström (kardiolog, Stockholm), Claes Held (kardiolog, Uppsala), Anna Norhammar (kardiolog, Stockholm), Jessica Persson (kardiolog, Karlskrona), Annica Ravn-Fischer (kardiolog, Göteborg) och Lars Svennberg (kardiolog, Gävle).

Nuläge för preventiv kardiologi i Sverige

Preventiv kardiologi har en central roll i modern hjärt-kärlvård. Trots den betydande minskningen av kardiovaskulär dödlighet är hjärt-kärlsjukdom fortsatt en av våra största folkhälsoutmaningar. Hypertoni, dyslipidemi, obesitas, fysisk inaktivitet, ohälsosamma matvanor och tobaksbruk bidrar till en stor del av den kvarvarande risken. Samtidigt kvarstår ett tydligt gap mellan evidens, riktlinjer och implementering i klinisk praxis.

Utvecklingen inom prevention går mot en mer precis och individualiserad riskbedömning. Nya riskmarkörer, såsom lipoprotein(a), och förbättrade möjligheter att identifiera subklinisk ateroskleros kompletteras av nya behandlingsmöjligheter inom bland annat lipidsänkning och obesitas. Digitala verktyg skapar samtidigt nya möjligheter till uppföljning och individanpassade interventioner. Levnadsvanor behöver fortsatt integreras som en självklar del av den medicinska behandlingen, med strukturerat stöd och uppföljning. Även inom sekundärprevention och hjärtrehabilitering finns fortsatt utmaningar som vi bla följer via SWEDEHEART.

Den centrala utmaningen är att omsätta kunskap och nya behandlingsmöjligheter i jämlik, effektiv och långsiktig prevention. Prevention behöver därför genomsyra hela vårdkedjan, från befolknings- och primärprevention till specialistvård och sekundärprevention. Arbetsgruppen har en viktig roll i detta arbete genom att stärka kunskap, implementering och samverkan kring kardiovaskulära riskfaktorer och levnadsvanor.

Aktiviteter 2025–2026

Fortbildningsdagarna i kardiologi

Vid Fortbildningsdagarna den 5–6 februari 2026 arrangerade arbetsgruppen seminariet ”**Ska vi mäta Lp(a) idag – eller vänta på behandling imorgon?**”. Seminariet modererades av Claes Held och omfattade tre föreläsningar:

- **Fördelar med mätning av Lp(a) – evidens och framtidsperspektiv**,
Emil Hagström, Uppsala
- **Nackdelar med mätning – när evidens möter klinisk verklighet**,
Annica Ravn-Fischer, Göteborg
- **Från individ till familj – nästa steg vid förhöjt Lp(a)**,
Mats Eriksson/Jonas Brinck, Stockholm

Kardiovaskulära vårmötet

Vid Kardiovaskulära vårmötet i Stockholm den 22–24 april 2026 arrangerade arbetsgruppen två symposier, båda välbesökta och uppskattade.

Effektiv lipidsänkning efter hjärtinfarkt – med patienten i fokus

Moderator: Anna Egerstedt och Mattias Ekström

- Vad säger evidensen? – Margret Leosdottir, Malmö
- Sjuksköterskeledd uppföljning – en väg till struktur och bättre resultat – Maria Willehadson, Stockholm
- Börja kraftfullt och trappa ner – eller börja smått och trappa upp? Vad föredrar jag som patient? – patientmedverkan

130/80 – lätt att säga, svårt att nå?

Moderatorer: Anna Egerstedt och Lars Svennberg

- 140/90 till 130/80 – är det mödan värt? – Mattias Brunström, Umeå
- Borta bra men hemma bäst – patientens roll i behandlingsstrategin – Martina Dovander, Stockholm
- Hur ser verktygslådan ut nu och i framtiden? – Jonas Spaak, Stockholm

Kurs i preventiv kardiologi

Arbetsgruppen arrangerar den 9–10 november 2026 en tvådagarskurs i preventiv kardiologi i Sigtuna. Kursen är certifierad av LIPUS som redan är fullbokad. Detta blir fjärde gången kursen genomförs sedan starten 2019.

Kursen riktar sig till ST-läkare inom kardiologi och internmedicin med särskilt intresse för kardiologi samt till kranskärslssjuksköterskor och fysioterapeuter. Syftet är att ge en aktuell och kliniskt orienterad genomgång av preventiv kardiologi, med fokus på riktlinjer, ny vetenskap och den förväntade utvecklingen inom området.

Nordic-Baltic Cardiology Congress

Arbetsgruppen är aktiv i planeringen inför Nordic-Baltic Cardiology Congress (NBCC) 2027 i Göteborg genom Mattias Ekström och Anna Egerstedt. Arbetet har bland annat omfattat framtagande av symposieförslag i dialog med representanter inom prevention från de nordisk-baltiska länderna, med ambitionen att spegla bredden inom preventiv kardiologi och tillvarata nordisk-baltisk expertis.

Dialog med SFAM

Arbetsgruppen har fört en dialog med Svensk förening för allmänmedicin (SFAM) kring Kloka kliniska val, specifikt rekommendationen **"Undvik upprepad kontroll av blodfetter för patienter med välfungerande blodfettssänkande behandling."**

Arbetsgruppen framförde synpunkter på formuleringen och på underlaget, bland annat mot bakgrund av svenska data som visar att en betydande andel patienter efter hjärtinfarkt inte längre är optimalt behandlade några år efter insjuknandet.

Dialogen fördes med SFAM ordförande Andreas Stomby under arbetsgruppens internat och var konstruktiv. Rekommendationen har därefter förtydligats med följande patientinformation: **"Om din blodfettsbehandling fungerar behövs inte nya prover så ofta."** Arbetsgruppen ser positivt på detta förtydligande och ser fram emot fortsatt dialog inom det kardiovaskulära preventionsområdet.

Nationell kardiovaskulär handlingsplan

Arbetsgruppen har under maj 2026 lämnat sin input både muntligen i möte och skriftligen till Socialstyrelsen arbetsgrupp som arbetar med den nationella kardiovaskulära handlingsplanen. Skrivelsen betonar behovet av en tydligare satsning på prevention och tidiga insatser för att minska framtida hjärt-kärlsjukdom, obesitas, dödlighet och vårdkostnader. Den lyfter vikten av samarbete mellan vårdnivåer, jämlik vård och systematisk uppföljning samt tidiga insatser för barn, unga och personer med hög risk. Vidare förespråkas förbättrad tillgång till screening, rehabilitering och evidensbaserade preventiva behandlingar med stor potential att förbättra folkhälsan.

Kloka kliniska val

Arbetsgruppen har påbörjat arbetet med att ta fram tre rekommendationer inom prevention för Kloka kliniska val. Förslagen kommer att färdigställas vid arbetsgruppens internat den 9-10 september och därefter lämnas till Svenska Kardiologföreningens styrelse i samband med årsmötet 14 oktober 2026.

European Association of Preventive Cardiology

Under året har arbetsgruppen genom Anna Egerstedt representerat Sverige i European Association of Preventive Cardiology (EAPC), genom deltagande i såväl digitala möten som fysiska möten i samband med ESC.

Riktlinjer

En viktig del av arbetsgruppens uppdrag är att bevaka och sprida nya riktlinjer och kunskapsstöd inom preventiv kardiologi. Under perioden har flera betydelsefulla uppdateringar publicerats.

2025 ESC/EAS Focused Update of the 2019 Guidelines on dyslipidaemias är under 2025, sannolikt den **viktigaste nya europeiska riktlinjeuppdateringen inom prevention**. Margrét Leosdottir och Anna Egerstedt skrev ett kondenserat referat av riktlinjerna i Svensk kardiologi.

Kommande är **2026 ESC – Cardiac Rehabilitation Guidelines** som släpps i samband med ESC i slutet av augusti.

Arbetsgruppen följer även den snabba utvecklingen inom obesitas, lipidsänkning, Lp(a), fysisk aktivitet och digital prevention och verkar för att omsätta nya rekommendationer i klinisk praxis genom fortbildning, symposier och riktade utbildningsinsatser.

Arbetsgruppens arbete

Under verksamhetsåret 2025–2026 har arbetsgruppen haft fem protokollförda digitala möten via Teams, utöver löpande informella möten och mailkontakter. Ett internat genomfördes den 24–25 september 2025 och ytterligare ett är planerat till den 9–10 september 2026. I januari upprättades ett årshjul som vi nu löpande uppdaterar med återkommande hållpunkter för aktiviteter under arbetsåret.

Ordförandeskifte

I samband med Svenska Kardiologföreningens årsmöte den 8 oktober 2025 avgick Mattias Ekström som ordförande efter en lång och betydelsefull insats för arbetsgruppen. Anna Egerstedt, kardiolog i Lund, övertog därefter ordförandeskapet.

Ett varmt tack riktas till Mattias för hans stora engagemang och arbete med att utveckla svensk preventiv kardiologi. Tack också till samtliga medlemmar i arbetsgruppen för deras kunskap, engagemang och arbete med att stärka prevention och hälsosamma levnadsvanor inom svensk kardiologi.

Anna Egerstedt

För Arbetsgruppen för preventiv kardiologi och levnadsvanor