



Årsrapport 2024–2025

Arbetsgruppen för preventiv kardiologi och levnadsvanor

Svenska Kardiologföreningen

Sammanfattning

Arbetsgruppen för Levnadsvanor (sedermera arbetsgruppen för Preventiv kardiologi och levnadsvanor) startade våren 2012. Syftet var att stödja implementeringen av de nya nationella riktlinjerna för sjukdomsförebyggande metoder i den svenska hjärtsjukvården, och att öka medvetenheten om preventiv kardiologi bland Sveriges kardiologer. Arbetsgruppen drevs initialt inom ramen för Svenska Läkaresällskapets (SLS) Levnadsvaneprojekt, på uppdrag av Socialstyrelsen, men blev en permanent arbetsgrupp 2015 under namnet "Arbetsgruppen för preventiv kardiologi och levnadsvanor". Arbetsgruppen har under 2024–2025 utökats med två nya medlemmar, Emma Hag (Jönköping) och Margret Leosdottir (Malmö). Därutöver har arbetsgruppen bestått av Mattias Ekström, (Stockholm, ordförande sedan 2021), Anna Egerstedt (Lund), Claes Held (Uppsala), Anna Norhammar (Stockholm), Jessica Persson (Karlskrona), Annica Ravn-Fischer (Göteborg) och Lars Svennberg (Gävle).

Nulägesanalys av preventiv kardiologi i Sverige

Intresset för preventions- och hälsofrågor är fortsatt stort. ESC presenterade 2021 nya riktlinjer; *ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice*¹ och i år 2025 *ESC Focused update of the ESC/EAC 2019 Guidelines for the management of Dyslipidaemias*². Nu rekommenderas behandlingsmål för LDL-kolesterol <1,4 mmol/l för patienter med känd kranskärslsjukdom. Vi har även nyligen fått nya behandlingsmål för blodtryck³, <130 mmHg systoliskt för alla, om det tolereras. Därtill understryks betydelsen av att undvika stillasittande och man rekommenderar ett alkoholintag om mindre än 100 g per vecka för både män och kvinnor, vilket överensstämmer med Socialstyrelsens nyligen uppdaterade riktlinjer för hälsosamma levnadsvanor 2023. Vid ESC-kongressen i London 2024 presenterades utöver nya riktlinjer för hypertoni, även riktlinjer för kronisk kranskärslsjukdom och revaskularisering. Vi väntar nu på att Nationella kunskapsstyrningen för hälso- och sjukvård presenterar sitt slutförslag till ett standardiserat vårdförlopp för Hypertoni.

Arbetsgruppen är även representerad i SWEDEHEART/SEPHIAs nationella arbetsgrupp. I SWEDEHEART följs patienter <80 år ett år efter hjärtinfarkt. Där registreras kardiovaskulära riskfaktorer såsom blodtryck, kolesterolvärden, förekomst av diabetes, tobaks- och alkoholvanor, fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor. Effekterna av SARS-CoV-2-pandemin har varit tydliga, med betydande nedgång i deltagandet i fysiskt träningsprogram efter hjärtinfarkt. Även om vi sett en återhämtning under de senaste åren behövs fortsatt ökade insatser för att öka deltagandet i hjärtträningsprogram liksom egen träning och att motivera till minskat stillasittande.

¹ *ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice*. European Heart Journal (2021) 00, 1_111

² 2025 ESC Focused update of the ESC/EAC 2019 Guidelines for the management of Dyslipidaemias

³ 2024 ESC Guidelines for the management of elevated blood pressure and hypertension

Aktiviteter under 2024–2025

Kurs i Preventiv kardiologi

Arbetsgruppen organiserade en två dagars kurs i Preventiv kardiologi, Sigtuna 4–5 november 2024. Kursen var, liksom tidigare år certifierad av LIPUS, och samlade den här gången 49 deltagare. Detta var tredje gången som kursen hölls sedan 2019 och kursen fick även den här gången mycket höga betyg av såväl deltagare som sponsorer. Kursen var riktad till ST-läkare i slutet av sin utbildning inom kardiologi eller internmedicin med speciellt intresse för kardiologi, samt kranskärslssköterskor och fysioterapeuter. Syftet är att deltagarna ska få en övergripande men ändå snabb genomgång av det nyaste som händer inom området Preventiv kardiologi, med fokus på aktuella riktlinjer, ny vetenskap och vad som förväntas komma nytt under närmaste året.

Fortbildningsdagarna

Arbetsgruppen bidrag till fortbildningsdagarna 6–7 februari var ett seminarium med titeln *Ökar vikten svikten? Seminariet modererades av Claes Held och omfattade tre presentationer med inbjudna föreläsare:*

- Epidemiologen ser växande övervikt bland unga vuxna och en ökad risk för hjärtsvikt, Annika Rosengren, Göteborg
- Övervikt, stillasittande och hjärtsvikt med stelt hjärta – prevention och möjlig behandling. Krister Lindmark, Stockholm
- GLP-1 analogernas effekter/mekanismer bortom vikttnedgång och förlängd gångsträcka, Lars Rydén, Stockholm

Möte i Sveriges riksdag

Margret Leosdottir och Annica Ravn-Fischer deltog tillsammans med Anna Norhammar i ett möte i Sveriges riksdag om hjärt-kärlsjukvård den 12 mars. Till mötet bjöd man in specialister från kardiologi, och allmänmedicin, representanter från näringsliv, från patientorganisationer som Riksförbundet Hjärt-lung samt från Hjärtlungfonden.

Man diskuterade viktiga fokusområden inom hjärtsjukvård som vi behöver satsa resurser på i framtiden. Här diskuterades bland annat vikten av prevention men även precisionsmedicin.

Kardiovaskulära vårmötet 17–19 april, Malmö

Vårt symposium modererades av Mattias Ekström och Emma Hag. Symposiet lockade många åhörare, och det blev bra diskussioner kring utformningen av framtidens hjärtrehabilitering.

Fysisk aktivitet och träning vid hjärtsjukdom – på och utanför sjukhus

- Nulägesanalys – hur ser det ut idag
Mattias Ekström, Stockholm
- Hjärtträning på och utanför sjukhus
Maria Bäck, Göteborg
- Erfarenheter av träning utanför sjukvården
Anna Carlén, Linköping

European Association for Preventive Cardiology (EAPC)

Under året har arbetsgruppen, genom Mattias Ekström och Anna Egerstedt representerat Sverige i *European Association for Preventive Cardiology (EAPC)*.

Arbetsgruppens möten

Arbetsgruppen har under 2024–2025 haft sex protokollförda, digitala möten via TEAMS och därutöver mer informella möten samt mailkontakter. Vi hade ett internat 1–2 oktober 2024 och ett internat 24–25 september 2025.

Ordförande i arbetsgruppen

Mattias Ekström har varit arbetsgruppens ordförande alltsedan 2021 och kommer nu att avgå. Arbetsgruppen föreslår att Anna Egerstedt, kardiolog i Lund tar över som ordförande från SvKf:s årsmöte den 8 oktober 2025.

Mattias Ekström, för arbetsgruppen