



Årsrapport 2023–2024

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 för att öka medvetenheten om preventiv kardiologi bland Sveriges kardiologer. Arbetsgruppen drevs initialt inom ramen för Svenska Läkaresällskapet (SLS) Levnadsvaneprojekt, på uppdrag av Socialstyrelsen, men blev en permanent arbetsgrupp 2015 under namnet "Arbetsgruppen för preventiv kardiologi och levnadsvanor". Anna Kiessling ledde arbetet under flera år men avgick som ordförande 2021. Arbetsgruppen har under 2023–2024 bestått av Mattias Ekström (ordförande sedan 2021), Anna Egerstedt, Claes Held, Anna Norhammar, Jessica Persson, Annika Ravn-Fischer och Lars Svennberg.

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. Nu rekommenderas behandlingsmål för LDL-kolesterol <1,4 mmol/l för patienter med känd kranskärslsjukdom. Vi har även nyligen fått nya behandlingsmål för blodtryck², 120–129 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.

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 de senaste åren varit tydliga, med betydande nedgång i deltagandet i fysiskt träningsprogram efter hjärtinfarkt. Här behövs fortsatt ökade insatser för att öka deltagandet i hjärträningsprogram 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 ESC Guidelines for management of Chronic Coronary Syndromes

Aktiviteter under 2023–2024

Artikel i Svensk Cardiologi

Arbetsgruppen skrev en sammanfattande artikel i Svensk Cardiologi om vad som är nytt i de Nordiska Näringsrekommendationerna 2023. Vi väntar nu på att Livsmedelsverket ska uppdatera de svenska riktlinjerna.

Fortbildningsdagarna

Arbetsgruppen bidrog till fortbildningsdagarna 8–9 februari var ett seminarium med titeln *F17.2 – hur vanligt? Hur farligt?* Seminariet modererades av Mattias Ekström och omfattade tre presentationer:

- E-cigarettor och Vejpning – vad säger aktuell forskning om riskerna? Magnus Lundbäck, Danderyds sjukhus, Stockholm
- Att vara beroende av snus – svart eller vitt? Gabriel Arefalk, Karlskrona och UAS
- Finns det fortfarande tillgängliga läkemedel och nikotinersättningsmedel som hjälper mot tobaksberoende? Matz Larsson, Lungkliniken/tobakspreventiva enheten, Örebro

Kardiovaskulära årsmötet-24, Göteborg

Arbetsgruppen bidrog med ett symposium på kardiovaskulära vårmötet i Göteborg.

Titel: Övervikt och kardiovaskulär sjukdom – idag och imorgon

Symposiet belyste övervikt, särskilt bukfetma som ett växande hälsoproblem i Sverige. Vi gav en uppdatering av utvecklingen över tid bland patienter som drabbats av hjärtinfarkt, hur vi bäst definierar övervikt och när övervikten blir en klinisk börda med negativa hälsoeffekter. Vi diskuterade aktuella möjligheter till behandling med överviktskirurgi respektive läkemedelsbehandling. Vidare belyser symposiet den stora utmaningen att hitta vägen till långsiktighet – att motivera människor till bestående förändringar och förbättringar av sina levnadsvanor med erfarenheter från en levnadsvanemottagning.

- När blir övervikten en klinisk börda? Anna Egerstedt, Malmö
- Vilken behandling skall vi välja? Kirurgi och/eller läkemedel.
Per Björklund obesitaskirurg, Göteborg och Mattias Ekström, Stockholm
- Hur uppnår vi långsiktighet? Jessica Persson, Karlskrona/Karlshamn
- Moderatorer: Lars Svennberg, Gävle och Kristina Åhlund, specialistfysioterapeut, Trollhättan

European Association for Preventive Cardiology (EAPC)

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

Almedalen

Claes Held deltog för arbetsgruppens räkning i ett seminarium som arrangerades av Sanofi under Almedalsveckan i Visby. Seminariet diskuterade de senaste årens sjukvårdspolitiska reformer med fokus på hjärt-kärlsjukdom.

Arbetsgruppens möten

Arbetsgruppen har under 2023–2024 haft sex protokollförda, digitala möten via TEAMS och därutöver mer informella möten samt mailkontakter. Vi planerar nu för ett internat i Båstad 1-2 oktober samt ännu en upplaga av kursen i Preventiv Kardiologi som kommer att hållas i Sigtuna 4-5 nov.

Mattias Ekström, för arbetsgruppen