

Kloka allmänmedicinska val – räddningen för svensk sjukvård?

Jonas Sjögren, allmänläkare Västerås

Personliga erfarenheter

Osäkerhet

- Industri, flygverksamhet mål eliminera osäkerhet
- Medicinsk verksamhet mål att hantera/absorbera osäkerhet

Osäkerhet

- Balans mellan att göra för mycket och att göra för lite

- Endast en **minoritet** av de beslut en allmänläkare fattar och de råd hon ger kan baseras direkt på vetenskaplig dokumentation (5).
Väsentliga orsaker till hälsoproblem och dysfunktion ligger inom de molekylära, psykologiska och sociala sfärerna, i individuella och unika konstellationer (6).
- *I samråd med patienten ska läkaren ändå välja en strategi som gynnar patienten och som samtidigt bidrar till att optimera samhällets resursanvändning.*

Slöseri med resurser

- Enligt OECD är minst 20 procent onödigt
- Andra beräkningar upp mot 50 procent
- Sjukvårdens andel av BNP har ökat från 5,5% år 1970 till 11% idag, och sjukvårdens utgifter från knappt 250 miljarder kronor till 400 miljarder kronor bara de senaste 20 åren.

Drivkrafter

- Medicinteknisk utveckling – fler åtgärder finns
- Kommersiella och professionella intressekonflikter
- Riktlinjeförfattare med ekonomiskt jäv vidgar diagnoskriterier och behandlingsindikationer
- Kulturella idéer om att mer alltid är bättre, och tron på tidig diagnostik
- Ansvarsutkrävning för underlåtenhet, ej för överbehandling – ”defensive medicine”
- Ekonomiska incitament och uppföljning premierar överanvändning av åtgärder (och dokumentation)

Läkarbesök online, snabbt och enkelt



Nya platser, samma snuva.

Läkarbesök direkt i mobilen.



36

37



38

39



Men följer du ditt hjärta?

© 2002 Blackwell Science Ltd, *Journal of Internal Medicine* 252: 105–112

CH 750 097 : 72-41 RZMUSC #A26VUNE

DATA FOR THE FOLLOWING TABLES OF SELECTED
STATISTICS OF THE UNITED STATES ARE
BASED ON THE 1990 CENSUS. THE DATA ARE
PRESENTED IN THE FOLLOWING TABLES:
1. MAJOR METRO AREAS
2. NON-METRO AREAS
3. RURAL AREAS
4. TOTAL U.S. POPULATION
5. U.S. POPULATION BY AGE AND SEX
6. U.S. POPULATION BY RACE AND ETHNICITY
7. U.S. POPULATION BY EDUCATION
8. U.S. POPULATION BY INCOME
9. U.S. POPULATION BY OCCUPATION
10. U.S. POPULATION BY MARITAL STATUS
11. U.S. POPULATION BY HOUSEHOLD TYPE
12. U.S. POPULATION BY LANGUAGE
13. U.S. POPULATION BY RELIGION
14. U.S. POPULATION BY ANCESTRY
15. U.S. POPULATION BY PLACE OF BIRTH
16. U.S. POPULATION BY NATURALIZATION
17. U.S. POPULATION BY CITIZENSHIP
18. U.S. POPULATION BY VOTING RATE
19. U.S. POPULATION BY PARTY AFFILIATION
20. U.S. POPULATION BY POLITICAL IDEOLOGY
21. U.S. POPULATION BY RELIGIOUS BELIEFS
22. U.S. POPULATION BY ETHICAL BELIEFS
23. U.S. POPULATION BY ENVIRONMENTAL BELIEFS
24. U.S. POPULATION BY ECONOMIC BELIEFS
25. U.S. POPULATION BY SOCIAL BELIEFS
26. U.S. POPULATION BY CULTURAL BELIEFS
27. U.S. POPULATION BY ARTIST BELIEFS
28. U.S. POPULATION BY MUSICIAN BELIEFS
29. U.S. POPULATION BY ACTRESS BELIEFS
30. U.S. POPULATION BY ACTOR BELIEFS
31. U.S. POPULATION BY DIRECTOR BELIEFS
32. U.S. POPULATION BY PRODUCER BELIEFS
33. U.S. POPULATION BY WRITER BELIEFS
34. U.S. POPULATION BY EDITOR BELIEFS
35. U.S. POPULATION BY CAST MEMBER BELIEFS
36. U.S. POPULATION BY COSTUME DESIGNER BELIEFS
37. U.S. POPULATION BY PRODUCTION DESIGNER BELIEFS
38. U.S. POPULATION BY MUSIC BELIEFS
39. U.S. POPULATION BY FILM BELIEFS
40. U.S. POPULATION BY TELEVISION BELIEFS
41. U.S. POPULATION BY RADIO BELIEFS
42. U.S. POPULATION BY THEATRE BELIEFS
43. U.S. POPULATION BY DANCE BELIEFS
44. U.S. POPULATION BY MUSIC VIDEO BELIEFS
45. U.S. POPULATION BY MUSIC CLIP BELIEFS
46. U.S. POPULATION BY MUSIC VIDEO BELIEFS
47. U.S. POPULATION BY MUSIC CLIP BELIEFS
48. U.S. POPULATION BY MUSIC VIDEO BELIEFS
49. U.S. POPULATION BY MUSIC CLIP BELIEFS
50. U.S. POPULATION BY MUSIC VIDEO BELIEFS

TESTA DIGI
Su emi Còla
passer dig pò
socialte emi

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

It is a very good idea to have a copy of the book "The Art of the Interview" by John F. Kennedy and Robert F. Kennedy. It is a very good book for anyone who is interested in the art of the interview. It is a very good book for anyone who is interested in the art of the interview.

1770-1771-1772-1773-1774-1775-1776-1777-1778-1779-1780-1781-1782-1783-1784-1785-1786-1787-1788-1789-1790-1791-1792-1793-1794-1795-1796-1797-1798-1799-1800-1801-1802-1803-1804-1805-1806-1807-1808-1809-1810-1811-1812-1813-1814-1815-1816-1817-1818-1819-1820-1821-1822-1823-1824-1825-1826-1827-1828-1829-1830-1831-1832-1833-1834-1835-1836-1837-1838-1839-1840-1841-1842-1843-1844-1845-1846-1847-1848-1849-1850-1851-1852-1853-1854-1855-1856-1857-1858-1859-1860-1861-1862-1863-1864-1865-1866-1867-1868-1869-1870-1871-1872-1873-1874-1875-1876-1877-1878-1879-1880-1881-1882-1883-1884-1885-1886-1887-1888-1889-1890-1891-1892-1893-1894-1895-1896-1897-1898-1899-1900-1901-1902-1903-1904-1905-1906-1907-1908-1909-1910-1911-1912-1913-1914-1915-1916-1917-1918-1919-1920-1921-1922-1923-1924-1925-1926-1927-1928-1929-1930-1931-1932-1933-1934-1935-1936-1937-1938-1939-1940-1941-1942-1943-1944-1945-1946-1947-1948-1949-1950-1951-1952-1953-1954-1955-1956-1957-1958-1959-1960-1961-1962-1963-1964-1965-1966-1967-1968-1969-1970-1971-1972-1973-1974-1975-1976-1977-1978-1979-1980-1981-1982-1983-1984-1985-1986-1987-1988-1989-1990-1991-1992-1993-1994-1995-1996-1997-1998-1999-2000-2001-2002-2003-2004-2005-2006-2007-2008-2009-2010-2011-2012-2013-2014-2015-2016-2017-2018-2019-2020-2021-2022-2023-2024-2025-2026-2027-2028-2029-2030-2031-2032-2033-2034-2035-2036-2037-2038-2039-2040-2041-2042-2043-2044-2045-2046-2047-2048-2049-2050-2051-2052-2053-2054-2055-2056-2057-2058-2059-2060-2061-2062-2063-2064-2065-2066-2067-2068-2069-2070-2071-2072-2073-2074-2075-2076-2077-2078-2079-2080-2081-2082-2083-2084-2085-2086-2087-2088-2089-2090-2091-2092-2093-2094-2095-2096-2097-2098-2099-2100-2101-2102-2103-2104-2105-2106-2107-2108-2109-2110-2111-2112-2113-2114-2115-2116-2117-2118-2119-2120-2121-2122-2123-2124-2125-2126-2127-2128-2129-2130-2131-2132-2133-2134-2135-2136-2137-2138-2139-2140-2141-2142-2143-2144-2145-2146-2147-2148-2149-2150-2151-2152-2153-2154-2155-2156-2157-2158-2159-2160-2161-2162-2163-2164-2165-2166-2167-2168-2169-2170-2171-2172-2173-2174-2175-2176-2177-2178-2179-2180-2181-2182-2183-2184-2185-2186-2187-2188-2189-2190-2191-2192-2193-2194-2195-2196-2197-2198-2199-2200-2201-2202-2203-2204-2205-2206-2207-2208-2209-2210-2211-2212-2213-2214-2215-2216-2217-2218-2219-2220-2221-2222-2223-2224-2225-2226-2227-2228-2229-2230-2231-2232-2233-2234-2235-2236-2237-2238-2239-2240-2241-2242-2243-2244-2245-2246-2247-2248-2249-2250-2251-2252-2253-2254-2255-2256-2257-2258-2259-2260-2261-2262-2263-2264-2265-2266-2267-2268-2269-2270-2271-2272-2273-2274-2275-2276-2277-2278-2279-2280-2281-2282-2283-2284-2285-2286-2287-2288-2289-2290-2291-2292-2293-2294-2295-2296-2297-2298-2299-2300-2301-2302-2303-2304-2305-2306-2307-2308-2309-2310-2311-2312-2313-2314-2315-2316-2317-2318-2319-2320-2321-2322-2323-2324-2325-2326-2327-2328-2329-2330-2331-2332-2333-2334-2335-2336-2337-2338-2339-2340-2341-2342-2343-2344-2345-2346-2347-2348-2349-2350-2351-2352-2353-2354-2355-2356-2357-2358-2359-2360-2361-2362-2363-2364-2365-2366-2367-2368-2369-2370-2371-2372-2373-2374-2375-2376-2377-2378-2379-2380-2381-2382-2383-2384-2385-2386-2387-2388-2389-2390-2391-2392-2393-2394-2395-2396-2397-2398-2399-2400-2401-2402-2403-2404-2405-2406-2407-2408-2409-2410-2411-2412-2413-2414-2415-2416-2417-2418-2419-2420-2421-2422-2423-2424-2425-2426-2427-2428-2429-2430-2431-2432-2433-2434-2435-2436-2437-2438-2439-2440-2441-2442-2443-2444-2445-2446-2447-2448-2449-2450-2451-2452-2453-2454-2455-2456-2457-2458-2459-2460-2461-2462-2463-2464-2465-2466-2467-2468-2469-2470-2471-2472-2473-2474-2475-2476-2477-2478-2479-2480-2481-2482-2483-2484-2485-2486-2487-2488-2489-2490-2491-2492-2493-2494-2495-2496-2497-2498-2499-2500-2501-2502-2503-2504-2505-2506-2507-2508-2509-2510-2511-2512-2513-2514-2515-2516-2517-2518-2519-2520-2521-2522-2523-2524-2525-2526-2527-2528-2529-2530-2531-2532-2533-2534-2535-2536-2537-2538-2539-2540-2541-2542-2543-2544-2545-2546-2547-2548-2549-2550-2551-2552-2553-2554-2555-2556-2557-2558-2559-2560-2561-2562-2563-2564-2565-2566-2567-2568-2569-2570-2571-2572-2573-2574-2575-2576-2577-2578-2579-2580-2581-2582-2583-2584-2585-2586-2587-2588

1990) and the 1991 paper by the same authors (1991) are the only two studies that suggest a significant effect of the size of the firm on the amount of capital raised. In the first study, the authors find that the amount of capital raised is positively related to the size of the firm. In the second study, the authors find that the amount of capital raised is negatively related to the size of the firm.

THE JOURNAL OF THE AMERICAN MEDICAL ASSOCIATION
PUBLISHED WEEKLY
Subscription price, \$5.00 per annum in advance.
Single copies, 15 cents.
Entered as Second-Class Matter, October 3, 1917.
Acceptance for mailing at special rate of postage provided for in Act of October 3, 1917.
Postage paid at Chicago, Ill.
Copyright, 1938, by American Medical Association
Published by the American Medical Association, 535 North Dearborn Street, Chicago, Ill.
Second-class postage paid at Chicago, Ill.
Postmaster: Send address changes in this journal to THE JOURNAL OF THE AMERICAN MEDICAL ASSOCIATION, 535 North Dearborn Street, Chicago, Ill. 60610.

There is more to the market than meets the eye. The market is a complex system of interactions between many different actors, each with their own goals and objectives. The market is not a simple, linear system, but a complex, dynamic system that is constantly evolving. The market is a place of opportunity, but also of risk. It is a place where the future is uncertain, and where the only way to survive is to be adaptable and resilient.

© 2000 Blackwell Science Ltd, *Journal of Internal Medicine* 247: 255–262

Call 800-368-5848 or visit us at www.3m.com/50years to learn more about the 50th anniversary of the Scotch-Brite® brand.

Levels Applet



0022-0715/97/0000-0000\$05.00/0

[illegible]A close-up, color portrait of a woman with short, wavy blonde hair. She is smiling gently, showing her teeth. The image has a slightly grainy texture, characteristic of a printed photograph.

Varannan kvinna riskerar
som en följd av bensin
De flesta helt i onödan

Sveriges kvinnor lever länge, men inte alltid förblir så starka? Ben-
sjukdom som är speciellt vanlig
är att varannan kvinna hamnar
frakturer som en följd av ett sk

Är du i riskzonen –
www.starktskelett.nu!

Det finns många faktorer som kan leda till att du får benskörrhet. Vill du veta hur stor risken är att just du drabbas? Gå in på www.starktσκεlett.nu och testa dig genom att svara på några enkla frågor nu.

Förebygg eventuell benskröhet genom att öka ditt intag av kalcium och D-vitamin.

Kalcipos-D mite
med kalcium och

Lyssna på
din kropp
innan den
börjar larma

Med Wertsabs enkla blodprov kan du snabbt upptäcka vad din kropp har att säga om din hälsa, i god tid innan eventuella symptom uppstår.

Har ser dina blodfetter ut? Ditt blodsocker?
Får du i dig tillräckligt med vitaminer och mineraler?

Blodprovet tas i anslutning till vårdcentralen, och resultaten kommer direkt till din mobil eller dator.

Du får även en analys och ett personligt uttalande av en läkare, som hjälper dig att förstå resultaten och börja ta kontroll över din hälsa.

Svårare än så är det inte, om du bara tittar krogen så säga sitt.

Välkommen till
werlabs.se



Sparad bild



till galan

Pris: 23 kr

Grundad 1830 av
Lars Johan Wiersma

ÖRNING, DOK, SP, LAPPLAND, NORD

**Din plötsliga
FÖRKYLNING
KAN VARA
EN OKÄND
SJUKDOM**



Experten: Kunskap saknas, många blir
avfärdade och kallas "inbillningssjuka"

lén: Tiden var mogen att klä av K...

Kommersialisering

- En efterfrågestyrd vårdmarknad driver en överanvändning av resurser. Åtskilliga utredningar och behandlingar utan medicinsk grund skulle kunna undvikas genom tillitsfulla kontinuerliga vårdrelationer där läkare och patient, i dialog, tillsammans kan fatta beslut.



FISKENS HUVUD RUTTNAR FÖRST
KINESISKT ORDSPRÅK OM KORRUPTION

Risker

- Sjukvårdsverksamhet är farlig

Behandlingsri

Sjukskrivning ökade vid att få
hypertonidiagnos

*Haynes et al. NEJM
1978;299:741-4*

Hypertension

Falsk-positiv screening mammografi orsakar
psychosocial skada, mätbart även efter 3 år
*Brodersen & Siersma. Ann Fam Med
2013;11:106-15*

**Falsk-positiv
mammogram**

• Biverkningar

Första veckan efter diagnos av
prostatacancer ökade risk för:
CVD händelse: RR 2,8 (95% CI 2.5–3.2)
Suicid: RR 8,4 (95% CI 1.9–22.7)

Fall et al. PLoS Med 2009;6:e1000197

Prostatacancer

“I am not allowed to play badminton; I must not ski
because it increases my risks of getting hurt; so I
simply dare not. **I am scared stiff**”

Reventlow et al. Soc Sci Med 2006;62:2720-31

Osteoporosis

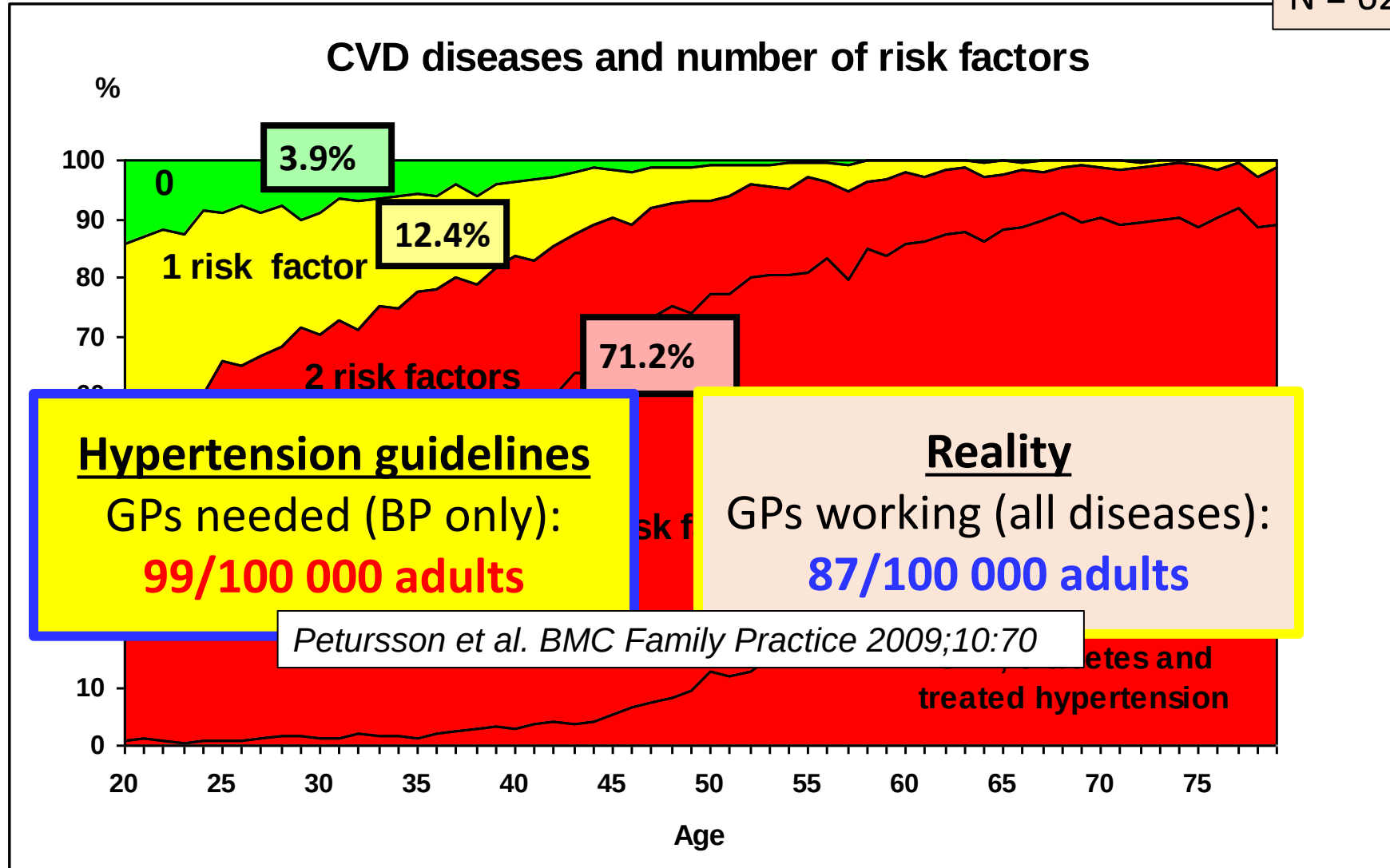
“ I was very disappointed when I got the message ... for my part it was like to have your own **death sentence**”

“ ... and so it's clear basically ... so I would have lived a better life without this information. Yes, being conscious that something is maybe dangerous, but that will be watched to see how it develops ... so that's not the sort of information that gives me something positive, I mean knowing that there can be a problem ... if I can't affect it, then it's better not to know.”

Screening-upptäckt AAA

Hansson et al. Health Risk Soc 2012;4:341-359

HUNT 2 study
N = 62 104



Riktlinjer



Ångest

CVD

KOL

Fetma

Artros

Tyreoidea

Läkartidningen

RAPPORT

SCORE2 – ett uppdaterat verktyg för att skatta kardiovaskulär risk

Mattias Brunström, med dr, ST-läkare, Hjärtcentrum, Norrlands universitetssjukhus, Umeå

Mattias.brunstrom@umu.se

Jonas Andersson, med dr, överläkare, medicinkliniken, Skellefteå lasarett

Mats Eliasson, professor, överläkare, medicinkliniken, Sunderby sjukhus, Luleå

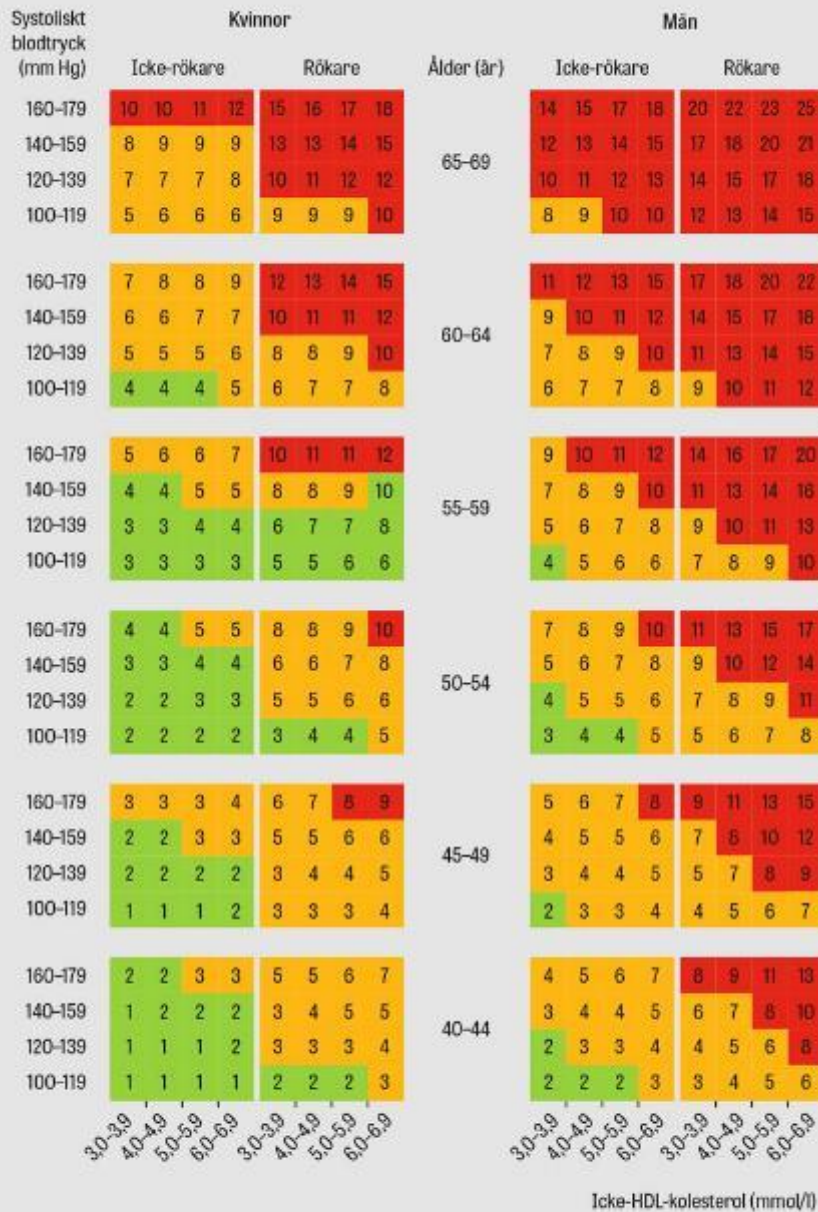
Michael Fu, professor, överläkare, VO medicin, geriatrik och akutmottagning Östra, Sahlgrenska universitetssjukhuset, Göteborg

Per-Olof Hansson, docent, chefläkare, Sahlgrenska universitetssjukhuset, Göteborg

Stefan Söderberg, professor, överläkare, Hjärtcentrum, Norrlands universitetssjukhus, Umeå

Brunström et al. Läkartidningen. 2021;118:21164

FIGUR 1. SCORE2 för skattning av 10-årsrisken för kardiovaskulär händelse



Prevention och social prescribing

- Ofrivillig ensamhet och social isolering är en stark riskfaktor

Choosing wisely; Historik

- Ända sedan antiken har det funnits röster som varit kritiska mot användning av medicinska resurser som inte varit till nytta eller skadliga för patienter (Low value care)
- Tog fart i slutet av 1900-talet
- Artikelserier i BMJ och JAMA "Too much medicine" "Less is more" "Overdiagnosis; Harming the healthy"
- Lanserades i USA 2012
- Position Paper av de nordiska allmänmedicinorganisationerna 2017



Syftet med Choosing Wisely

Att främja samtal mellan kliniker och patienter för att hjälpa patienter att välja vård som:

- Är evidensbaserad
- Undviker upprepning av redan utförda åtgärder
- Inte skadar
- Är verkligt nödvändig

<https://www.youtube.com/watch?v=FqQ-JuRDkl8>

CHOOSING WISELY CAMPAIGNS WORLDWIDE



Fullmäktige gav SLS nämnd i uppdrag att tillsätta en arbetsgrupp med representation av flera specialiteter samt nämndledamot för att arbeta vidare med att sondera förutsättningar för en kampanj strukturerad enligt modellen "Choosing Wisely", anpassad efter svenska förhållanden, och i samarbete med relevanta aktörer.

**Unngå å foreta «pakke-bestilling» av blodprøver –
vurderer spesifikk indikasjon for hver enkelt prøve.**

**Unngå å oppfordre friske mennesker til
regelmessig helseundersøkelse uten symptomer
eller kjent risikotilstand**

**Unngå å forskrive NSAID uten at det foreligger
spesifikk grunn og risiko for bivirkninger er vurdert**

**Unngå å måle PSA uten først å vurdere risiko og
indikasjon ved hjelp av anamnese og klinisk
undersøkelse**

**Unngå å starte medikamentell
primærforebygging før totalrisiko er vurdert og
fordeler og ulemper med behandling er drøftet
med pasienten**



**Gjør
kloke
valg**

5 "do-nots" på Internmedicin SUS och i SIM

KAD – Kortast möjliga tid, RIK, Riktlinje

Blodtransfusioner – Transfusionsgräns 70 g/l, Single unit transfusion

PPI – I samråd med PV, sätt ut

Lab-test – Enbart absolut nödvändiga prover vid nödvändig provtagning

CT-skalle – Ej vid synkope utan associerade neurologiska symtom => PoCUS

Internmedicinens 5 att göra:

- Spendera tid med patienten
- Involvera patienten i diskussion om vården och begränsningar i vården
- Använd interna kompetenser i största möjliga utsträckning
- Re-Evaluera hela tiden dina och andras bedömningar och åtgärder
- Förebygg sarkopeni, immobilisering, osteoporos och försämrad kardiopulmonell reserv.

Hur kan risker för över/underdiagnostik och -behandling minskas?

Aspekter att ta hänsyn till vid utformning av personcentrerade och
sammanhållna vårdförlopp

1. Relevans för primärvården

Finns det vetenskapligt stöd i form av studier från primärvård och primärvårdens patienter?

- Prevalens i primärvård?
- Samsjuklighet?

2. Bedömning av nytta och skada

Har värdering gjorts av om nyttan med åtgärd överstiger risken för skada?

- Skadliga effekter?
- Överdiagnostik?
- Underdiagnostik?

3. Resurser och undanträngningseffekter

Är kostnader och resurser, som krävs för att följa rekommendationerna, rimliga i förhållande till förväntad nytta?

- Rimliga kostnader?
- Undanträngningseffekter?

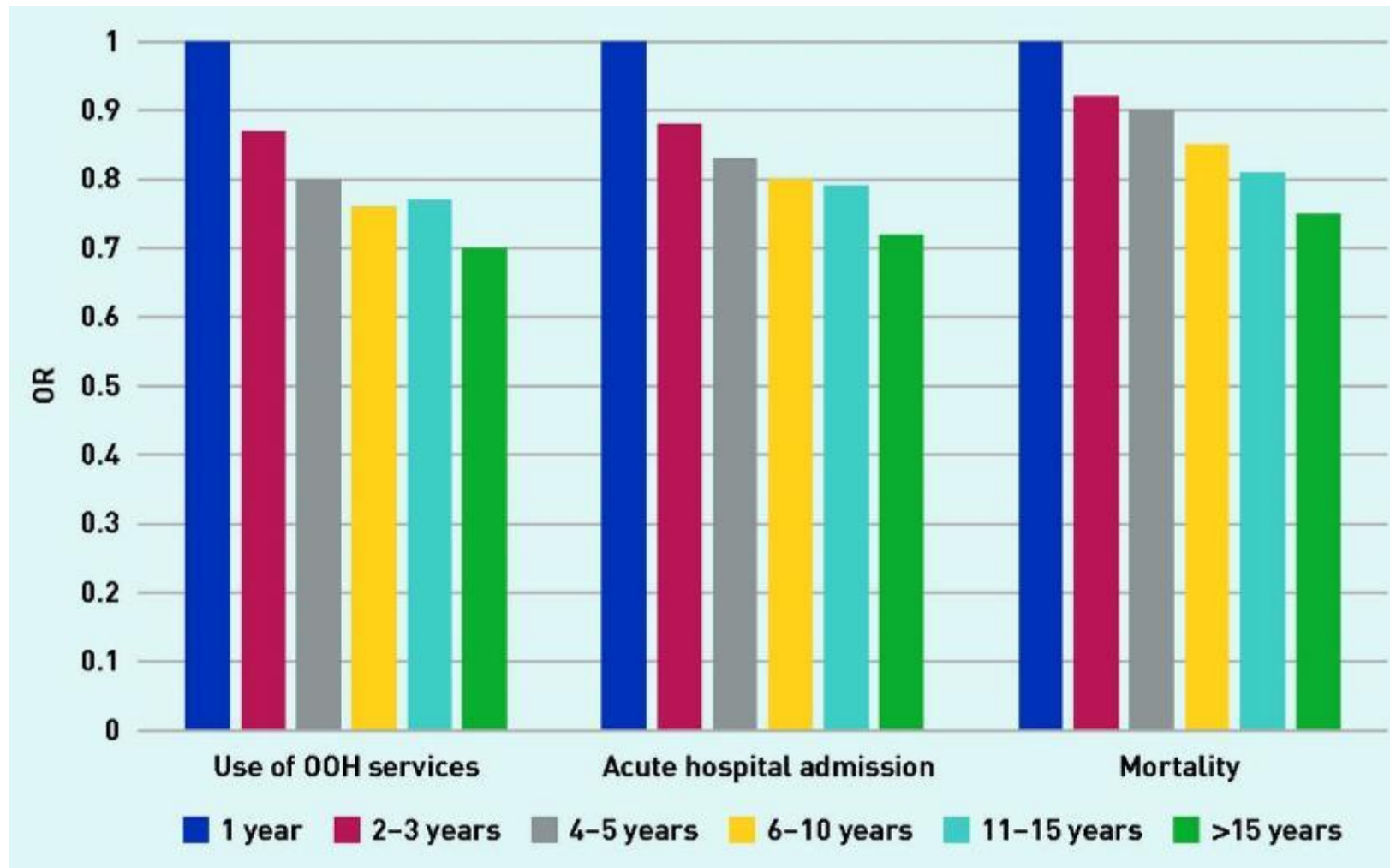
4. Jämlik vård

Hur tas hänsyn till individer eller samhällsgrupper som är marginaliserade och därför riskerar att bli underdiagnosticerade och underbehandlade?

Vad görs redan? Inte bara listor!

- STRAMA!
- Fas-Ut – ”deprescribing”
- De-implementeringsforskning
- Socialstyrelsen icke-göra, utmönstring av åtgärder, kartläggning av praxisvariation
- SBU
- Läkemedelskommittéer, NEPI, förskrivningsåterkoppling
- Laborera rätt och lagom
- Svensk Internmedicinsk Förening Choosing Wisely

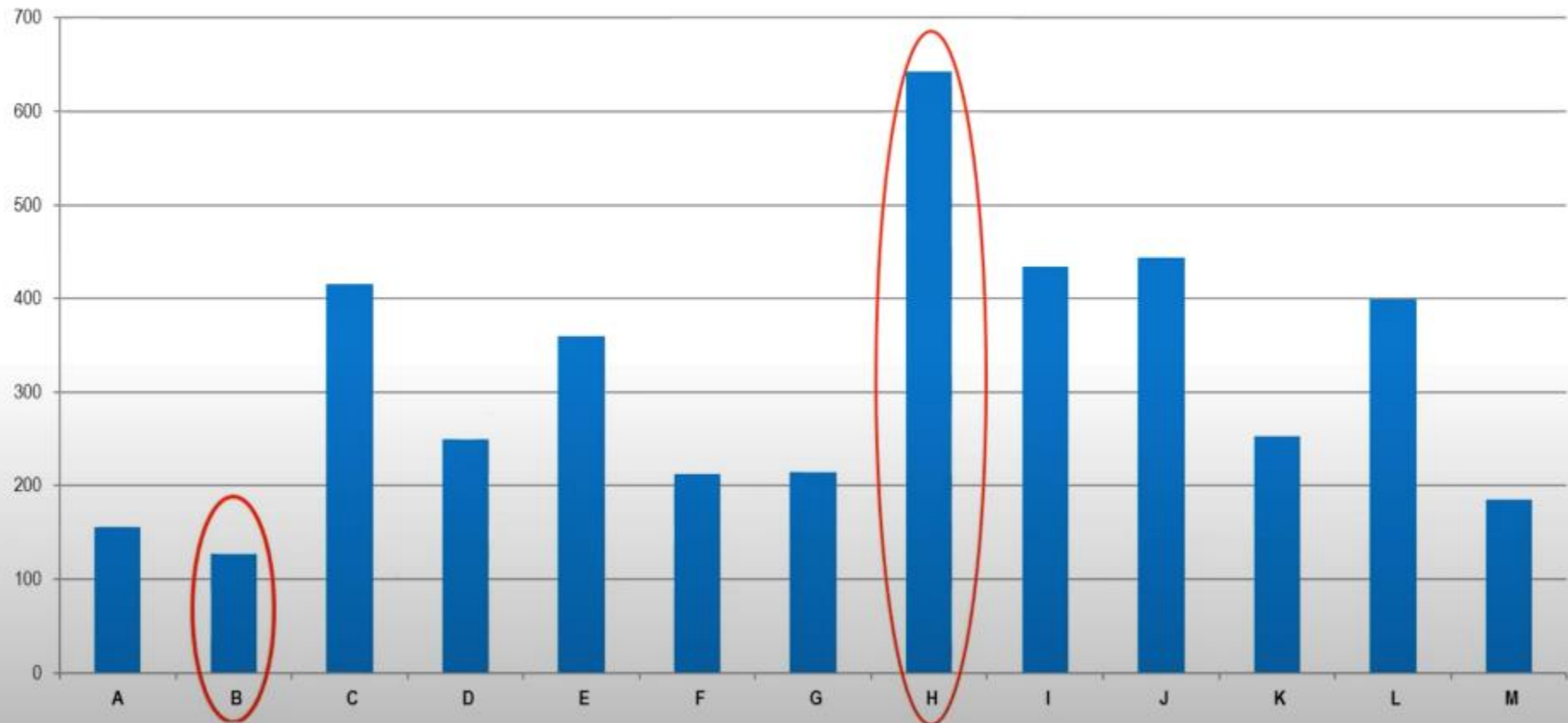
Associations between continuity measured as years with the same RGP and odds for use of OOH services, acute hospital admissions, and mortality during 2018.



Hogne Sandvik et al. Br J Gen Pract
doi:10.3399/BJGP.2021.0340



Example: number of antibiotic prescriptions for RTI per GP



- Allt medicinsk värde uppstår i det personliga mötet i ett slutet rum
- Alla resurser förbrukas i det personliga mötet i ett slutet rum

- Osäkerhet
 - riktlinjer + kollegial dialog + remissgenomgång + fortbildning
- Kommunikation – tolkning
 - återkommande konsultationsträning, sit in
- Relation
 - självkännedom
- Nyfikenhet
 - den främsta drivkraften! Gör arbetet kul!

De sju dödssynderna

- 1. **Lust** Konsten att hålla sina egna känslor i schack
- 2. **Frosseri** Konsten att vara en förebild. En missbrukande läkare stöter på vissa svårigheter
- 3. **Girighet** För många exempel finns där girighet korrumperar medicinen
- 4. **Lättja** Konst att bemästra sin egen bekvämlighet. Lathet leder till invanda mönster och stereotyper
- 5. **Vrede** Självkännedom och konsten att hantera sina egna känslor
- 6. **Avund** Konsten att utveckla sina egna styrkor i stället för att jämföra sig med andra
- 7. **Högmod** Konsten att vara ödmjuk och respektfull