

"Dit Liv Din Sundhed" forskningsprojektet – et randomiseret studie, der skal evaluere effekten af et tilbud om helbredsundersøgelser til borgere i alderen 45 til 69 år i udsatte boligområder.

Kort Forskningsprotokol

Formål med "Dit liv – din sundhed"

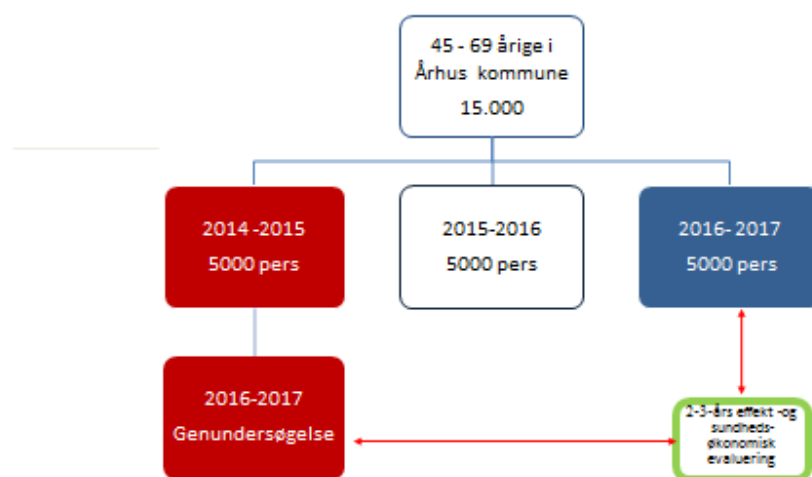
For borgerne i Århus

- at opnå en bedre sundhed og øget livskvalitet

For Århus kommune og Sektion for Almen Medicin, Institut for Folkesundhed, Århus Universitet:

indsats med fokus på fysisk
sundhed. Et randomiseret studie med

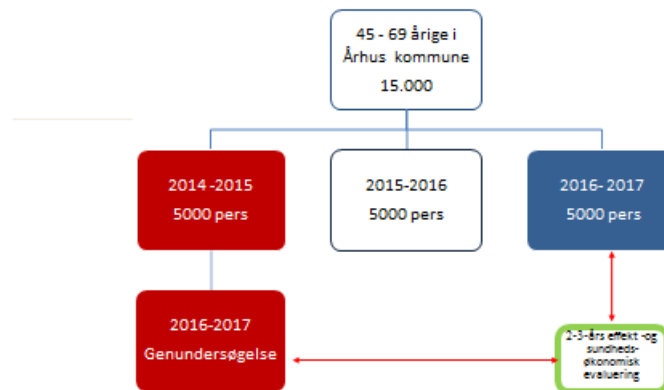
Overordnet design Århus



næste 3 år (2013-2016) en
i Århus, en sundhedssamtale og
udbud af relevante tilbud ved
i, samt borgere der kan have

randomiseres til 2 grupper. I
og inviteres samtidigt.
(2014-2015). Kontrol gruppen er
kontrol-gruppe får tilbudt
der således en opfølgningstid

Overordnet design Århus



Interventionen:

Det overordnede formål med indsatsen er at identificere personer som er i risiko for at udvikle diabetes og hjertekarsygdom samt motivere denne gruppe for livsstilsændringer og hensigtsmæssig farmakologisk intervention. Interventionen består således af flere elementer:

- Invitation til Helbredsundersøgelse
- Mini-sundhedssamtale
- Opfølgende tilbud ved Folkesundhed Århus. Disse opfølgende tilbud fokuserer på øget fysisk aktivitet samtidig med andre livsstilsændringer hvis nødvendig
- Konsultation/samtale og behandling hos egen læge for den gruppe, der har diabetes og høj risiko for hjertekarsygdom

Effektmål:

Effekten af indsatsen måles på metaboliske parametre (HbA1c), risiko for hjertekar sygdom og fysisk aktivitets niveau.

Det endelige mål med indsatsen er at færre udvikler diabetes og hjertekarsygdom. Den opfølgningstid, vi har mulighed for i projektet er imidlertid så kort (2-3 år) at det ikke er muligt at anvende sygelighed som effektmål. Derfor bruges såkaldte intermediære sygdomsmål, som blandt andet HbA1c. Vi planlægger imidlertid at kohorten skal følges på registerniveau med henblik på udvikling af sygdom og dødelighed.

Forskningsansvarlig:

Anneli Sandbæk, Phd, praktiserende læge og Professor
Institut for Folkesundhed , Sektion for Praktiserende læger, Århus Universitet

Email: anneli.sandbaek@alm.au.dk

Bilag 1 - Helbredsundersøgelsen

Blodtryksmåling: gennemsnit af tre målinger efter 5 minutters hvileperiode. Måles med digital blodtryksmåler, Omron HBP-1300.

Højdemåling: Der måles kropshøjde uden sko til nærmeste millimeter.

Kropsvægt: Kropsvægt måles med tøj. Måles med digital personvægt, Tanita WB 110PMA, klasse III certificeret.

Taljeomkreds: Måles uden beklædning til nærmeste hele centimeter, horisontalt midt mellem nederste ribbenskant og øverste hoftekam.

Lipidprofil: Totalkolesterol, Triglycerid, LDL, HDL og glukose måles på kapillærblod fra fingerprik. Analyseres med Alere Cholestech LDX System.

Langtidsblodsukker, HbA1c: Måles på kapillærblod fra fingerprik. Analyseres med Siemens DCA Vantage Analyzer.

Kondition: Maksimal iltoptagelse (l/min) og Kondital (ml O₂/kg/min) estimeres med 6 minutters submaksimal cykeltest (Aastrands 1-punktstest). Test udføres på Monark Exercise 939E Pendulum Ergometer.

Hjertescore: Beregnes på baggrund af målt kolesterol, systolisk blodtryk, alder, køn samt selvrapporteret rygestatus. Resultat fremskrives til 60 år hvis borger er yngre. Risiko beregnes med algoritme for lavrisikopopulation.

Bilag 2 – Hvilke borgere opfordres til at gå til egen læge?

Hvilke resultater sendes til lægens laboratorie-skema

Kategorisering af borgere	Gul borger	Rød borger	Rød+ borger
Kliniske kriterier	- skal ikke til lægen - kan have gavn af tilbud i Folkesundhed Århus	- opfordres til at gå til lægen. - korrespondance sendes til læge - kan deltage på tilbud i Folkesundhed Århus uden lægehenvi sning	- Der tages kontakt til lægen fra Folkesundhed Århus mhp aftale om tidspunkt for konsultation - korrespondance sendes til læge - kan <u>ikke</u> deltage på tilbud i Folkesundhed Århus uden lægehenvi sning
Blodtryk, BT (mmHg)		BT > 140/95 mmHg (enten >140 eller > 95)	BT >= 200/110 (enten >= 200 eller >=110)
HbA1c		HbA1c >= 6,0 % (42 mmol/mol) <8 mmol/mol	HbA1c >= 8 % (64 mmol/mol)
Hjertescore		Hjertescore >=5 %	
Totalkolesterol (mmol/L)		kolesterol >=6 mmol/l	
LDL (mmol/L)		LDL >= 6 mmol/l	
Alkoholvaner	Alkohol risikoadfærd ifl. AUDIT spørgeskema		
Rygning	Daglig ryger		
Kondital	Lavt eller meget lavt kondital ved Åstrands test		
BMI	>28		

Kategorisering af borgerne

I denne tabel fremgår det hvilke borgere der kategoriseres som hhv. "gul", "rød" eller "rød+" borgere, og hvilken besked borgerne får efter helbredsundersøgelsen (borgerne får udleveret en resultatfolder efter undersøgelsen).

Mini livsstilssamtale

Efter helbredsundersøgelse foregår en mini-livsstilssamtale omkring resultatet af helbredsundersøgelsen samt spørgeskema besvarelserne. Under denne samtale præsenteres de tilbud ved Folkesundhed Århus som kan være relevant for den enkelte borger.

Laboratorie-svar

Ovenstående data overføres til lægernes lab-skema, pånær kondital.

Korrespondance til lægerne

Når en borger kategorises som "rød" eller "rød+" (jf tabellen ovenfor) udfra helbredsundersøgelsen, sendes en korrespondance til borgerens egen læge med resultatet.

Borgeren skal selv booke en konsultation ved egen læge, derfor ønsker vi at gøre lægen opmærksomme på resultatet i det tilfælde at borgeren ikke booker en konsultation.

Bilag 3 - Relevante tilbud i Folkesundhed Århus, samt henvisningsprocedure

Henvisningsprocedure:

Henvisningen sendes elektronisk til lokationsnummer: 5790000160921

Borgeren kontaktes herefter telefonisk af en kontaktperson fra Folkesundhed Aarhus. Det tilstræbes at borgeren kontaktes senest 2 dage efter henvisningen er modtaget.

Relevante tilbud i Folkesundhed Århus

	SNAC Indledene snak om mulighederne hos Folkesundhed Aarhus		SUND LIVSSTIL For overvægtige og/eller motions-uvante mellem 18 og 64 år
	LÆNDERYG Træningsforløb for borgere med smerter i lænderyggen		AKTIV SMERTEHÅNTERING Kursusforløb for borgere der lever med kroniske smerter
	KRÆFT Forløb for borgere der har eller har haft kræft		SUNDHEDSFORLØB Forløb for borgere med diabetes type 2, kol eller hjertekarsygdom
	DROP Individuelt eller gruppebaseret rygestopforløb		DROP Rygestop for udsatte og psykisk sårbare borgere
	SUNDHED I VEST Sundhedsforløb på somali, tyrkisk, arabisk og persisk (brochuren findes også på de fire fremmedsprog)		VISITKORT Visitkort med kontaktoplysninger. Fås også med invitation til instruktion i din nye PEP-fløjte

Mere info findes på praksis.dk:

<https://www.sundhed.dk/sundhedsfaglig/sundhedstilbud/region-midtjylland/kommuner/aarhus/>