



<b>Huvudhandledare:</b>	Ann-Helen Patomella, Docent, Universitetslektor ann-helen.patomella@ki.se 08-52483726
<b>Projekttitel:</b>	Aktivare vardag: implementering och utvärdering av effekt av ett e-hälsounderstött stroke-preventionsprogram för primärvården, som baseras på deltagande i hälsofrämjande engagerande vardagsaktiviteter.

### **Bakgrund**

Hjärt- och kärlsjukdomar orsakar flest dödsfall i världen, stroke är en av de vanligaste diagnoserna. Riskfaktorer för stroke går att påverka, men i det förebyggande arbetet ligger en stor utmaning i att möjliggöra hälsosamma vanor som blir bestående i vardagen. I projektet adresseras ohälsa och riskfaktorer bland personer med risk för stroke genom att öka deltagandet i engagerande och hälsofrämjande vardagsaktiviteter. Primärvårdens (PV) uppdrag är att erbjuda och utföra preventiva åtgärder och det finns ett stort behov av att utveckla nya metoder för ett mer systematiskt, och effektivt förebyggande arbete för att minska strokerisk.

### **Syfte/Frågeställningar**

Syftet med projektet är att utvärdera effekterna av ett mobiltelefon-understött preventionsprogram Aktivare vardag (AV) för personer med risk för stroke, och bidra med kunskap för framtida implementering i PV.

Hur kan en evidensbaserad intervention samskapas för att understödja användbarhet, genomförande och implementeringsstrategier hos personer med risk för stroke och professionella inom PV (Studie 1)?

Vad är effekten av preventionsprogrammet AV för personer med risk för stroke avseende 1) stroke-risk, 2) delaktighet i hälsofrämjande engagerande vardagsaktivitet, och 3) självskattad hälsa (studie 2)?

Vilka mekanismer och kontextuella faktorer påverkar implementeringsprocessen och utfallet av preventionsprogrammet AV (Studie 3)?

### **Metoder**

Metoderna som används i projektet består av både kvalitativa och kvantitativa ansatser. Interventionen bygger på evidens om levnadsvanor och hur engagerande vardaglig aktivitet kan bidra till hälsosamma aktivitetsmönster. Projektet bygger på riktlinjer för utveckling och utvärdering av komplexa interventioner enligt Medical Research Council.

### **Planerade studier**

I studie 1 används co-design strategier för att undersöka hur preventionsmaterialet kan samskapas och implementeras inom PV. I studien genomförs fokusgruppsintervjuer och individuella intervjuer. Studie 2 avser att utvärdera effekten av AV för personer som uppvisar flera påverkbara riskfaktorer för stroke (gruppstorlek=90). AV programmet pågår i 11 veckor och består av gruppträffar och individuellt stöd med en

mobiltelefonapplikation. I studie 3 undersöks forskningsprocessen och implementeringen av programmet i PV och data samlas in med strukturerade protokoll, enkäter och intervjuer med olika aktörer som deltagit i programmet.

### **Betydelse**

De individuella, samhällliga och ekonomiska fördelarna med strokeprevention är mycket höga då strokeinsjuknade leder till stora konsekvenser och höga kostnader på flera plan. Konsekvenser som nedsatt livskvalitet och begränsad psykisk, fysisk och emotionell hälsa är vanligt hos personer med stroke och deras anhöriga. Prevention av stroke gynnar inte bara individen utan även samhället; socialt och ekonomiskt.