

Forskare cyklar 250 mil, för bättre fothälsa vid diabetes

Med avhandlingen i cykelväskan gav jag mig, Ulla Hellstrand Tang, ut på Hoj17 för att fullgöra högskolans tredje uppgift, att föra ut forskningsresultat för diskussion i samhället. Att på cykel, i en folkhälsosatsning sätta sig på en cykel och verka för bättre fothälsa mitt i naturen och möta människor, där de bor, är helt unikt. Hoj17 är en klimatsmart aktion för bättre fothälsa organiserat av Göteborgs Diabetesförening. Under den 250 mil långa cykelturen arrangerade diabetesföreningarna runt om i landet, från Jonsered i väst till Jokkmokk i norr, fotmöten för att diskutera varför det är så stora regionala skillnader i prevention och behandling av fotkomplikation vid diabetes. Politiker och vårdprofession uppmanades att tillsammans med patientorganisationerna samlas kring en gemensam strategi för minskade fotskador.

Initiativet till Hoj17 togs den 16 april 2016 av mig, Monica Ullbrandt, och Birgitta Kihlberg, båda aktiva i diabetesrörelsen. Från patientorganisationerna formulerades uppdraget för Hoj17, nämligen ”Kolla min fot”. Kravet är i enlighet med Socialstyrelsens rekommendationer att alla personer med diabetes bör fotundersökas, riskgraderas och erbjudas adekvat prevention och vård för att främja god fothälsa som förhindrar fotsår och amputation [1]. Flera källor pekar mot att vården är ojämlig. Jämförelser från Socialstyrelsen visar att det är stora regionala skillnader i andelen amputationer vid diabetes [2]. Från Nationella Diabetesregistret presenteras att det beror på var i landet man bor ifall man som diabetiker får sina fötter fotundersökta eller inte [3]. Om alla personer i Sverige med diabetes för enkel preventiv vård förbättras fothälsan, livskvaliteten ökas, hälsokostnader minskas och ett aktiv liv främjas.

Förberedelser

Förberedelserna satte igång under sommaren 2016. Rutten planerades på cykelvänliga vägar med hjälp av cykelkartor. Cykel, cykelvagn, packväskor, tält, sovsäck, gasolkök införskaffades och verktygslådan gjordes iordning. Forskningsenkäter sammanställdes. I enkäterna ställdes frågor om huruvida fotundersökning, fotvård, ortopedtekniska hjälpmedel och vård i multidisciplinära fotteam erbjuds vid diabetes. Aktiviteter pågick runt om i hela landet. Lokalföreningarna bokade plats för möten, bjöd in politiker och press, ordnade cykelkortege och spred information om fotmötena. Fotterapeuter engagerades för att demonstrera hur en fotkontroll utförs.

Den 30 juli 2017, efter 90 dagar och 250 underbara mil på cykel når jag målet, Jonsereds Herrgård. Vid finalen la Göteborgs Diabetesförening upp fotfrågan på bordet. Kalla fakta om den ojämlika fotsjukvården för personer med diabetes i Västra Götalandsregionen presenterades. I paneldebatten gavs handfasta förslag till hur VGR kan halvera antalet fotsår och amputationer. Patientrepresentant Leif Sundberg berättade hur värdefullt det är att ha en fot fri från fotsår. Positivt utfall, i ekologiska, ekonomiska och sociala termer, vid en halvering av amputationer presenterades av Tekn. Dr Stefan Hellstrand. Arrangörerna avslutade mötet med önskan att sitta ner vid samma bord som politiker för att lägga en plan för minskade amputationer i VGR. Avsikten är att i gemensam aktion verka för en fotsjukvård i toppklass, med och för patienten.



Bild 20170730_154130. Vid finalen av Hoj17 på Jonsereds Herrgård medverkade, från vänster, Stefan Hellstrand, Tekn. Dr.; Fredrik Löndahl, ordf. i Diabetesförbundet; Kent Olaiisson, ordf. i Diabetesföreningen i VGR; Leif Sundberg, patientrepresentant, Cafégruppen; Conny Jalkegård, Erimed; Mirjana Vidicek, medicinsk foterapeut i VGR; Christel Dahlström, medicinsk foterapeut, medicinmottagningen, Mölndals sjukhus, Sahlgrenska Universitetssjukhuset; Margareta Jonsson, medicinsk foterapeut i VGR; Ninni Jonsson, Cinnamon samt Ulla Hellstrand Tang, Med. Dr. och leg. ortopedingenjör, Ortopedteknik, Sahlgrenska Universitetssjukhuset.



Bild 20170730_143744. Vid paneldebatten i Jonsered deltog sjukhusdirektör Agnetha Folestad, Lundby Capiro Närsjukhus; Christel Dahlström, medicinsk foterapeut, medicinmottagningen, Mölndals sjukhus, Sahlgrenska Universitetssjukhuset; Susanne Asteberg, sårsköterska, ortopedmottagningen, Mölndals sjukhus, Sahlgrenska Universitetssjukhuset; Fredrik Löndahl, ordf. i Diabetesförbundet; Kent Olaiisson, ordf. i Diabetesföreningen VGR; Pär Samuelsson, Nationella Diabetesregistret; Ulla Hellstrand Tang, Med. Dr. och leg. ortopedingenjör, Ortopedteknik, Sahlgrenska Universitetssjukhuset; Stefan Hellstrand, Tekn. Dr. samt Leif Sundberg, Cafégruppen.

Men låt oss nu börja från början. Den 29 april gick startskottet för Hoj17 från Jonsereds Herrgård under hejarop. Med salut från musikanter och lyckönskningar av sjukhusdirektör Agnetha Folestad, Capiro Lundby Närsjukhus startade jag färden mot Norrköping.



Bild 20170429. Starten skedde den 29 april från Jonsereds Herrgård.

Strålande resultat

Det första mötet, i **Norrköping** den 12 maj var framgångsrikt. Diabetesförbundets direktör Cecilia Gomez, Östergötlands Diabetesförening och foterapeuter bokade in mötestid med politiker. Syftet var att till hösten diskutera strategier för bättre prevention och vård av fotkomplikation vid diabetes i Östergötland.



Bild 20170512_181503. Fram med kalendrarna! Politiker, Diabetesförbundets direktör Cecilia Gomez, Östergötlands Diabetesförening och fotterapeuter bokade upp mötestid med politiker. Det gällde frågan om bättre tillgång till kompetent personal för prevention och vård av fotkomplikation vid diabetes. I paneldebatt med publiken deltog regionråden Fredrik Sjöstrand (M), Anita Jernberger (L), Margareta Fransson (MP) samt Rebecca Hägg (S).



Bild 20170512_164805. Ulla eskorterades till torgmötet i Norrköping.

Tre veckor efter starten cyklade jag in till mötet i **Stockholm**. Politiker, patientföreträdare och vårdprofessionen bestämde att till hösten 2017 samlas för att diskutera vilka regionala fotproblem som Stockholm har att lösa. Färre fotsår, färre amputationer och bättre livskvalitet för personer med diabetes sattes upp som långsiktigt mål.



Bild 20170521. Stockholmsmötet den 21 maj skedde i solsken. Från vänster Jenny Hjalmarsson, Diabetesförbundet Stockholms Län, Ann Lindström, Sveriges Fotterapeuter, regeringens samordnare i Life Science, Anders Lönnberg, Ella Bohlin, Landstingsråd Stockholms Läns Landsting (KD) Thomas Magnusson samt Ulla Hellstrand Tang.

Efter nio veckors cykling kommer jag till mötet i **Piteå**. Där krokas diabetesförbundets representant arm med fotterapeuter och lokalföreningen för att tillsammans verka för att alla personer med diabetes ska fotundersökas årligen, enhetligt en förbestämd god struktur. Fötter i riskzonen bör remitteras vidare för åtgärder (ortopedteknik och specialistvård).



Bild 20170701. Piteå Diabetesförening och Sveriges Fötterapeuter i Norrbotten.

På väg till mötet i Jokkmokk passerar jag det imponerande vattenfallet i Storforsen och Polcirkeln.



Bild 20170707. Polcirkeln passeras.

I **Jokkmokk** samlades foterapeuter, representanter från Diabetesföreningen Jokkmokksbygden med omnejd, Diabetesförbundet och Hoj17 för att tillsammans med politiker jobba för en bättre prevention och vård av fotkomplikation vid diabetes i Norrbotten.



Bild 20170708. Lyckat fotmöte på Hotell Jokkmokk.

Mitt i naturen

Trettionio nätter somnade och vaknade jag till naturens ljud i mitt tält. Tranor, orrar, enkelbeckasiner och bröljande råbockar gav krydda åt naturlivet. Det blev soliga frukoststunder vid blänkande vatten och annorlunda middagsplatser. Åsynen av björnsåret i granskogen fick min puls att öka. Den röda älgkalven i björksnåret var förtjusande.



Bild 20170707_213031. Tältplats utanför Jokkmokk. Bild 20170514_093205. Östergötland. Bild 20170517_152234, Skanssundet.



Bild 20170520_11014. Fika i vägren söder om Stockholm



Bild 20170513_182543. Kvinna, 72, årsveden för uppvärmning av huset. På hösten handplockar hon 400 liter skogsbär.



Bild 20170516_135602. Ulla köper vårprimörer hos Carlsson Grönt utanför Vagnhärad



Bild 20170516_071656. Frukost i tidig vårmorgon.



Bild 20170613. Högt uppe i ett älgstorn utanför Sollefteå blir det kvällsmat...med smak av get.



Bild 20170517_12482. Mitt bland goda människor njuter jag hälsoliv Anite Lindmark, fotterapeut, Nyköping öppnar sitt hem för blöt cyklist och bjuder på fenomenal frukost.



Bild 20170517_124827, 20170517_124839, 20170517_124905, 20170517_124822. Efter hotellfrukost i Södertälje cyklar jag lätt vidare mot Stockholm.



Bild 20170524_091024, 20170524_123152, 20170524_123032. Svealand förgyller tillvaron med läckerheter från i skir grönska. Tar ett dopp och cyklar vidare.

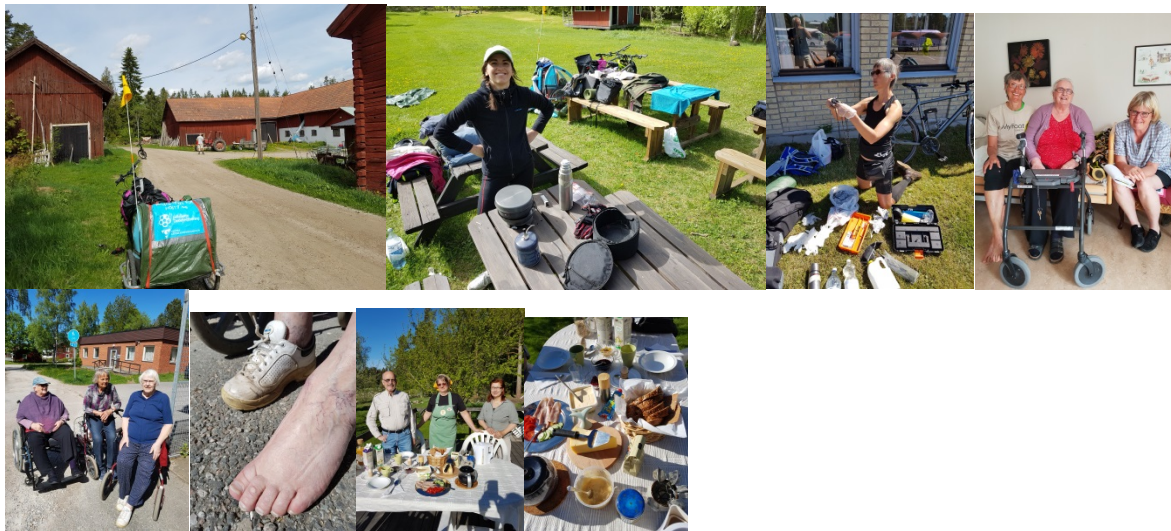


Bild 20170528_121207, 20170529_101401, 20170529_125352, 20170526_145654, 20170525_154634, 20170526_144700, 20170526_145654, 20170527_082130, 20170527_082052. Vackra kulturområden passeras, utrustning kontrolleras, tältplats riggas och rivs. Trevliga möten med människor varvas med fotkontroller och frukost i försommarsolen. Fallängetorp bjuder på hemlagat till frukost.



Bild. 20170614_163615, 20170614_163752, 20170614_165425. På Österåsens Hälsohem utanför Sollefteå spisar jag middag med diabetesföreningens representant

Resan söderut

Cykel, cykelvagn och tio packväskor färdades exotiskt på Inlandsbanan söderut från Jokkmokk till Värmland. Vid mötet i **Kil** presenterades Värmlandsmodellen av diabetesfotkoordinator Marie Bejmo. Hon fängslade publiken när hon berättade om ett 17 års arbete för att halvera antalet amputationer i länet. Tekn. Dr. Stefan Hellstrand visade värdet av en hållbar hälso- och sjukvårdssatsning, att minska antalet fotsår och amputationer.



Bild 20170718. Marie Bejmo och Stefan Hellstrand vid mötet i Kil den 18 juli.

Efter 13 veckor på cykel når jag VGR. Möten anordnades i **Uddevalla, Stenungsund och Jonsered.**



Bild 20170727. Möte i Stenungsund den 27 juli.

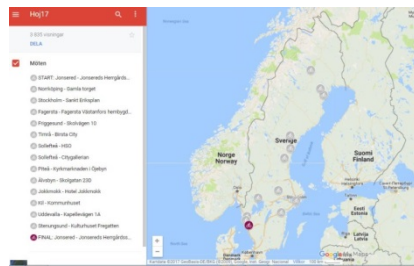
Mission completed

Under Hoj17, ett unikt klimatsmart projekt, har fothälsan diskuterats i nio regioner. Tretton möten har arrangerats. Kravet på fotundersökningar för alla och insatser för alla med riskfot fick stor uppmärksamhet i media med inslag i TV nyheter, fyra sändningar i lokalradio, 15 tidningsartiklar och tusentals läsare i de sociala medierna. Tvärprofessionella nätverk för samverkan har skapats. Patientorganisationerna, fotterapeuter, ortopedingenjörer, fysioterapeuter, läkare, sjuksköterskor har blivit inspirerade att tillsammans med politiker gå till handling för bättre prevention och vård av fotkomplikation vid diabetes. Landsting som redan gjort en framgångsresa, att halvera antalet amputationer, står med öppna armar för att ta emot delegationer från andra delar av landet. Här kan nämnas Södermanland och Värmland som kan visa föredömliga resultat efter decennier av strukturerat förbättringsarbete.

Faktaruta

Ulla Hellstrand Tang, disputerade den 30 mars med avhandlingen ”The Diabetic Foot – assessment and assistive devices” vid Institutionen för Kliniska vetenskaper, Avdelning för Ortopedi. I avhandlingen föreslås ett strukturerat sätt att undersöka fötterna vid diabetes med hjälp av checklistan i webprogrammet D-Foot. Vidare framkommer att enklare prefabricerade inlägg kan användas för prevention av fotsår. Forskningsresultaten testas nu i klinisk vardag på Ullas arbetsplats, Ortopedteknik, Område 3, Sahlgrenska Universitetssjukhuset.

Hoj17 (www.hoj17.se) fick stöd av Risénstiftelsen, Diabetesförbundet, VGR och privata aktörer inom ortopedteknik och sårvård.



Cykelturen gick från Jonsered i väster till Jokkmokk i norr. I åtta regioner ordnade lokala diabetesföreningar 13 debattmöten.

Referenser

1. Socialstyrelsen, *Nationella riktlinjer för diabetesvård 2015*.
2. Socialstyrelsen, *Nationella riktlinjer - Utvärdering 2015. Indikatorer och underlag för bedömningar*. 2015.
3. NDR, *Nationella Diabetesregistret. Årsrapport. 2014 års resultat*. 2015.