

# Dina levnadsvanor- Rökfri och alkoholfri operation

Stöd och behandling, 1177

---

# Innehåll

Syfte

Målgrupp

Användningsområde

Programmets innehåll

Arbetsflöde

# Varför ett digitalt stöd för rökfri- och alkoholfri operation?

- Utgår från den SU-övergripande rutinen Rökfri- och alkoholfri före och efter operation
- Ger patienten möjlighet att ta del av utförlig information, när patienten har tid och möjlighet
- Underlättar genom att samla information och länkar på samma ställe.

## När och för vem är programmet lämpligt?

- För patienter som ska genomgå en operation.

### Exempel på användning

- Lämnas ut i god tid före en operation, på ett första besök eller inskrivning.
- Patienten kan läsa igenom stödet när det passar bäst och hur många gånger som helst.

# Programmet innehåller 4 moduler

1. Hur påverkar alkohol och rökning kroppen?
2. Hur undviker jag alkohol och rökning?
3. Avslutande ord
4. Kontaktuppgifter

### Mitt aktuella innehåll

Hur påverkar alkohol och rökning kroppen?

Hur undviker jag alkohol och rökning?

Avslutande ord

Kontaktuppgifter

# Programmets innehåll (exempel)

## Texter, bilder och ljudfiler

### Dina levnadsvanor kan göra skillnad

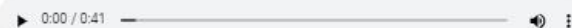


Vi ber dig se över dina levnadsvanor och hålla upp med alkohol och rökning både före och efter din operation. Vi vill att resultatet av operationen ska bli det bästa och forskning stöder dessa åtgärder.

Vi hoppas att du har fått hjälp av detta stöd och att det gett dig ökad förståelse kring vad som händer i kroppen när du dricker alkohol eller röker och hur det kan påverka resultatet av din operation.

Om du upplever att det är svårt att sluta röka eller dricka alkohol, tveka inte att vända dig till din vårdcentral eller höra av dig till den verksamheten som skall operera dig, för att få mer hjälp.

Här kan du lyssna på texten:



## Film

### Några tips på hur du kan tänka i olika situationer



## QUIZ



## Länkar

### Här kan du få råd och stöd

[Hitta din vårdcentral](#) 🌐

[Levnadsvanor i samband med operation - 1177](#) 🌐

[Slutarokalinjen.se](#) 🌐 eller ring 020-844448

## Arbetsflöde

1

- ✓ Stödet skickas ut från mottagning eller av operationskoordinatorer inför en operation.

2

- ✓ Patienten arbetar sig igenom programmet på egen hand.
- ✓ Patienten kan inte skicka meddelande.
- ✓ I modulen "Avslutande ord" får patienten svara på ett quiz

3

- ✓ Ansvarig behandlare avslutar patientens tillgång till Dina levnadsvanor – rökfri och alkoholfri operation efter 40 dagar.

# Utgivare

Utgivare namn och kontaktuppgifter: Helen Sundberg [helen.sundberg@vgregion.se](mailto:helen.sundberg@vgregion.se)  
Kontaktperson för programmet: Therese Garthman [therese.garthman@vgregion.se](mailto:therese.garthman@vgregion.se)

---

Kontakt systemförvaltare/designer SU:  
[annika.k.johnsson@vgregion.se](mailto:annika.k.johnsson@vgregion.se)

Kontakt regionala SoB-teamet:  
Funktionsbrevlåda: [sob@vgregion.se](mailto:sob@vgregion.se)

Tommy Skjulsvik, regionutvecklare  
Robin Björk, regionutvecklare  
Therese Johansson, regionutvecklare