

## Motion angående förebyggande hälsovård för äldre.

Hur man åldras bestäms av arv, miljö och livsstil. Positiva aspekter är att varje individ livet ut kan utvecklas som människa, bli en mognare och klokare person och få högre social kompetens. Det negativa är att åldrandet innebär en ökad risk för ohälsa. Genom att välja livsstil och livsmiljö kan individen själv påverka hur snabbt åldrandet skall minska i livskvalitet. Genom insikt i påverkan av livsstilsval kan både individen och samhället minska sina kostnader och främja en ökad livskvalitet för den äldre gruppen i samhället.

Riskfaktorer som går att påverka är höga blodfetter, rökning, högt blodtryck, bukfetma, diabetes och stress. Viktiga åtgärder är rökstopp, regelbunden motion, bra kosthållning, viktnedgång till normalvikt och minskad stress. Om livsstilsförändringar inte ger tillräcklig förbättring av riskfaktorer kan man behöva ta till läkemedel. Livsstilsförändring, inte läkemedel, bör vara rätt prioriteringsordning. En omfördelning av kostnader möjliggörs med bra information och förebyggande hälsovård.

Med förebyggande hälsovård för äldre från 65-år kan en långsiktig förebyggande hälsovård planeras. Detta ger en ökad trygghet och livskvalitet för individen samtidigt som det ger en minskad kostnad för kommunen och sjukvården. Genom att erbjuda hälsoundersökning och kartlägga behov av förebyggande aktiviteter för en bättre hälsa minskar belastningen på nuvarande vårdcentraler vilket skapar utrymme för förebyggande hälsovård.

Kungsbackaborna yrkar att;

*Nämnden för Äldreomsorg får i uppdrag att återkomma med förslag på hur vi kan införa och organisera förebyggande hälsovårdsundersökningar för alla över 65 år, boende i Kungsbacka kommun.*

Kungsbacka 2008-08-21

.....  
Roger Larsson  
Kungsbackaborna