

Hälsokurvan

Hälsokurvan är ett pedagogiskt hjälpmedel vid samtal om livsstil och hälsa – dialog
Inriktning hjärt-kärlsjd., diabetes och cancer
Beteendeförändring - kontroll, stöd

Målgrupp

föräldrar till 1- åringar,
grundskolan år F, 4, 7 alt 8, gymnasiet år 1.
Föräldrar till barn med fetma
Blivande föräldrar
Forskning och utveckling

Anpassning av frågeställningar och riskkategoribedömning

Studier av föräldrars och personals erfarenhet – Hälsohögskolan i Jönköping och
institutionen för pediatrik i Linköping
Testas i intresserade skolor länet

Frågeområden

Skolsituation
Relationer
Motion och annan fysisk aktivitet
Mat
Tobak (från skolår 7)
Alkohol (från skolår 7-8)
Narkotika, droger (från gymn)
Upplevd hälsa
Sammanfattning

Slutsats

Individ - medaktör och egenansvar, helhetsbild
Grupp – aggregerade data ger epidemiologisk bild och underlag för intervention

Hälsokurva för gymnasiet

Underlag för hälsosamtal

KÖN ÅLDER KOMMUN SKOLA
 KLASS NR DATUM
 BESÖK NR SKOLSKÖTERSKA

	Låg risk			Hög risk
	1	2	3	4
1 Skolsituation <input type="checkbox"/>	21 - 16	15 - 11	10 - 6	5 - 0
2 Relationer <input type="checkbox"/>	9 - 7	6 - 5	4 - 3	2 - 0
3 Fysisk aktivitet <input type="checkbox"/>	≥ 21	20 - 14	13 - 7	6 - 0
4 Fysisk inaktivitet <input type="checkbox"/>	< 21	22 - 27	28 - 35	> 35
5 Matvanor <input type="checkbox"/>	36 - 28	27 - 19	18 - 10	9 - 0
6 Tobak <input type="checkbox"/>	9 - 7	6		5 - 0
7 Alkohol <input type="checkbox"/>	6 - 5	4 - 3	2 - 1	0
8 Upplevd hälsa <input type="checkbox"/>	15 - 12	11 - 9	8 - 5	4 - 0
9 iso-BMI <input type="checkbox"/>	18,5-24,9	25,0-29,9	≥ 30,0 < 18,5	
10 <input type="checkbox"/>				
11 Vikt, kg <input type="checkbox"/>				
12 Längd, meter <input type="checkbox"/>				
13 Midja, cm <input type="checkbox"/>				
14 <input type="checkbox"/>				
15 <input type="checkbox"/>				
16 <input type="checkbox"/>				