

Október var mánuður heilsulæsis

Höfundar:

Björk Bragadóttir, Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins
Hildur Einarsdóttir, Landspítali
Jóhanna Ó. Eiríksdóttir, Landspítali
Jónína Sigurgeirsdóttir, Reykjalundur
Katrín Blöndal, Landspítali
Margrét Hrönn Svavarsdóttir, Háskólinn Akureyri
Nanna Friðriksdóttir, Landspítali, Háskóli Íslands
Brynja Ingadóttir, Landspítali, Háskóli Íslands

Heilsulæsi er hugtak sem hefur verið mikið í deiglu síðustu tvo áratugi. Það var ekki fyrr en með útgáfu Heilbrigðisstefnu – stefnu fyrir íslenska heilbrigðisþjónustu til ársins 2030 sem heilsulæsi var sett á oddinn á Íslandi. Þar segir að unnt sé að efla heilsulæsi með markvissu starfi þeirra sem veita heilbrigðisþjónustu (Heilbrigðisráðuneytið, 2019). Heilsulæsi varðar ekki bara einstaklingana sjálfa heldur hefur athygli manna undanfarið beinst í auknum mæli að heilbrigðiskerfi og stofnunum. Farið er að tala um heilsulæsar stofnanir en markmið slíkra stofnana er að auðvelda fólki að finna, skilja og nota upplýsingar og þjónustu til að sinna heilsu sinni (Brach og Harris, 2021).

Margar skilgreiningar eru til á hugtakinu heilsulæsi en flestar eiga þær það sameiginlegt að ná yfir hæfni einstaklinga til að afla sér upplýsinga, skilja þær og nýta til eflingar á eigin heilsu. Með þekktari skilgreiningum sem notaðar eru í dag er skilgreining Sørensen og félaga (2012) sem sjá undir myndinni sem fylgir greininni.

Heilsulæsi er mikilvægt fyrir heilsu manna, því sé það takmarkað er hætt á misskilningi og að leiðbeiningum heilbrigðisstarfsfólks sé annaðhvort ekki fylgt eða að þeim sé fylgt á rangan hátt. Lítið er vitað um heilsulæsi einstaklinga og stofnana á Íslandi. COVID-19 faraldurinn hefur þó sýnt okkur hve mikilvægt er að einstaklingar hafi gott heilsulæsi. Þeir hafa þurft að taka margar ákvarðanir varðandi heilsu sína í heimsfaraldrinum og greina á milli áreiðanlegra og villandi upplýsinga sem birtar hafa verið bæði í fjölmiðlum og á samfélagsmiðlum.



Heilsulæsi tengist almennu læsi og felur í sér þekkingu, áhuga og hæfni til að finna, skilja, meta og nýta sér heilbrigðistengdar upplýsingar. Það er nauðsynlegt svo fólk geti tekið ákvarðanir um notkun heilbrigðisþjónustunnar, fyrirbyggingu sjúkdóma og heilsueflingu til að viðhalda eða bæta lífsgæði (Sørensen o.fl., 2012).

Snemma í sumar veitti Heilbrigðisráðuneytið styrki til gæða- og nýsköpunarverkefna í heilbrigðisþjónustu. Við sem þetta skrifum fengum rausnarlegan styrk til að hanna námskeið fyrir heilbrigðisstarfsfólk um heilsulæsi. Markmið námskeiðsins, sem hægt verður að nota hvar sem er í heilbrigðiskerfinu, er að efla færni þátttakenda í að meta og bæta heilsulæsi sjúklinga og stofnana. Með þessu verkefni viljum við leggja okkar af mörkum til að vinna að innleiðingu Heilbrigðisstefnu til ársins 2030.

Hjúkrunarfræðingar munu heyra meira frá okkur í vetur en við stefnum að því að hafa námskeiðið tilbúið og í boði fyrir hjúkrunarfræðinga og aðra heilbrigðisstarfsmenn á haustmánuðum 2022.

Áhugasömum er velkomið að senda okkur hugmyndir og ábendingar varðandi innihald námskeiðsins á netföngin bjork.bragadottir@heilsugaeslan.is eða brynjain@landspitali.is

HEIMILDIR

- Brach, C., & Harris, L. M. (2021). Healthy People 2030 health literacy definition tells organizations: make information and services easy to find, understand, and use. *Journal of General Internal Medicine*, 36(4), 1084-1085.
- Heilbrigðisráðuneytið (2019). Heilbrigðisstefna - Stefna fyrir íslenska heilbrigðisþjónustu til ársins 2030.
- Sørensen, K., Van den Broucke, S., Fullam, J. et al. Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. *BMC Public Health* 12, 80 (2012). <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-80>

Margar skilgreiningar eru til á hugtakinu **heilsulæsi** en flestar eiga þær það sameiginlegt að ná yfir hæfni einstaklinga til að afla sér upplýsinga, skilja þær og nýta til eflingar á eigin heilsu.