

## **Populärvetenskaplig sammanfattning**

Den här studien är en hälsoekonomisk utvärdering av en behandling med fokus på livsstilsförändringar. Hälsoekonomiska utvärderingar syftar till att ge vägledning till beslutsfattare inom vården över hur begränsade resurser ska fördelas. Ohälsosamma levnadsvanor är riskfaktorer för flertalet sjukdomar och ett stort problem både kostnadsmässigt för samhället och via de komplikationer individer drabbas av. Österåsens Hälsohem är ett landstingsägt behandlingshem som bedriver internatbaserad behandling med fokus på livsstilsförändringar. Patienterna är i regel multisjuka med en huvuddiagnos vilken oftast är relaterad till fetma, stress eller smärta. De delas in under behandlingen i temagrupper utifrån sin grundproblematik. Vid behov kompletteras behandlingen även med diabeteskola och tobaksavvänjning.

I studien undersöks kostnaden per vunnen hälsoeffekt av interventionen. För att mäta hälsoeffekten har patienterna uppskattat sin hälsa före och efter behandling via ett formulär som mäter hälsorelaterad livskvalitet kallat SF-36. Mätning via SF-36 har skett vid tre tillfällen; vid behandlingsstart samt efter 6 månader och 2 år. Svaren från SF-36 har därefter översatts till ett mer generellt mått på hälsa, kallat kvalitetsjusterade levnadsår (QALYs), för att möjliggöra jämförelser mot vad som anses kostnadseffektivt inom vården. Resultaten visar att patienterna i snitt ökar sin hälsorelaterade livskvalitet signifikant efter behandlingen och att denna effekt kvarstår åtminstone två år efter avslutad behandling. Störst effekt av temagrupperna sågs hos stressgruppen som framför allt förbättrade den mentala aspekten av hälsa. Behandlingen är med stor sannolikhet kostnadseffektiv då kostnaden per vunnen hälsoeffekt (QALY) ligger i nivå med vad som generellt brukar anses kostnadseffektivt inom svensk vård. Antar man dessutom att hälsoeffekten håller i sig ännu längre än de två år data finns på, vilket är ett rimligt antagande, sjunker kostnaden ytterligare snabbt.