



Region Uppsala



# **Forskningsbokslut 2023**

## **Nära vård och hälsa**

# Innehållsförteckning

|                                                  |           |
|--------------------------------------------------|-----------|
| <b>Inledning</b>                                 | <b>1</b>  |
| <b>Forskning i den nära vården</b>               | <b>2</b>  |
| <b>Snabbstatistik 2023</b>                       | <b>4</b>  |
| <b>Intervju: Anne Johansson</b>                  | <b>6</b>  |
| <b>Projekt som beviljats FoU-medel 2023</b>      | <b>8</b>  |
| <b>Projekt som genomförts med FoU-medel 2023</b> | <b>9</b>  |
| <b>Intervju: Mats Martinell</b>                  | <b>10</b> |
| <b>Intervju: Paul Kalliokoski</b>                | <b>14</b> |
| <b>Nära vård och hälsas doktorander</b>          | <b>18</b> |
| <b>Intervju: Robert Sarkadi Kristiansson</b>     | <b>20</b> |
| <b>FoUU-talks</b>                                | <b>22</b> |
| <b>Akademiskt primärvårdscentrum forskning</b>   | <b>24</b> |

# Inledning

**Nära vård och hälsa driver utvecklingen av den nära vården i Uppsala län – för alla invånares hälsa, habilitering och vård - tillsammans med regionen och kommunerna. Som en universitetssjukvårdsenhet i nära samarbete med Uppsala universitet strävar vi kontinuerligt efter att förbättra forskningen inom den nära vården. Detta bokslut sammanfattar det forskningsarbete som genomförts under året inom Nära vård och hälsa i Region Uppsala.**

Året 2023 var ett år av utveckling för vår forskningsverksamhet. Genom att etablera ett forskningskansli, införa digital studieregistrering och utveckla stödmaterial för chefer och medarbetare har vi skapat en stabil grund för forskningens tillväxt.

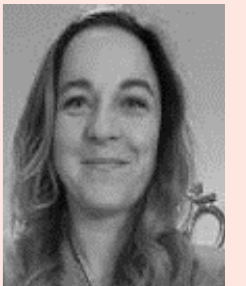
Vi har inte bara satsat på infrastruktur för forskning, utan också på att stötta våra medarbetare och forskare. Genom att erbjuda möjligheter till finansierade doktorandstudier och forskningsmedel har vi främjat forskning inom ämnen såsom långvarig smärta, psykisk hälsa, diabetes och covid-19.

Förvaltningens forskningsråd invigdes i början av året och har arbetat fram en handlingsplan som fastställts av förvaltningsdirektören. Handlingsplanen syftar till att stärka och utveckla forskning i den nära vården i enlighet med regionens forskningsstrategi, samt Region Uppsalas och Uppsala universitets gemensamma visioner och mål för den verksamhetsintegrerade utbildningen av sjukvårdens professioner, den kliniska forskningen och utvecklingen av

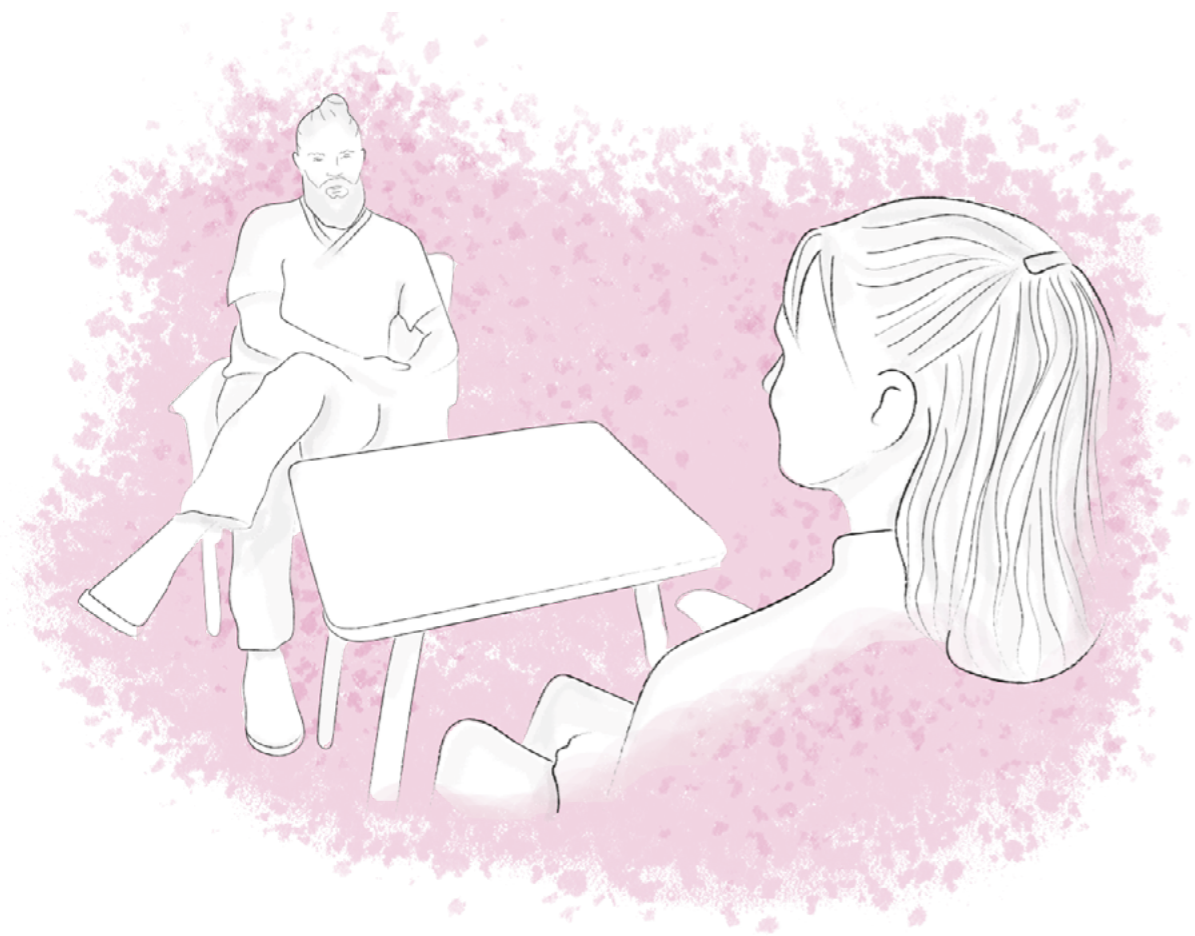
hälso- och sjukvården.

Vårt engagemang för kunskapsspridning har fortsatt genom forskningsseminarier och FoUU-talks, där vi delar kunskap och idéer för att främja en öppen och inkluderande forskningsmiljö.

Viser framemot en fortsatt forskningsresa tillsammans med regionen och kommunerna för att stärka den verksamhetsnära forskningen och bidra till förbättrad vård och hälsa för länets invånare!



**Lena Ring**  
**FoUU-chef**  
**Nära vård och hälsa**



## Forskning i den nära vården

**Akademiskt primärvårdscentrum (APC) forskning och Forskning funktionshinder arbetar med att främja och stärka forskning inom Nära vård och hälsa. Verksamheten bedriver, stödjer och möjliggör forskning inom Nära vård och hälsa, och sprider kunskap, resultat och idéer så att dessa kan omsättas i praktiken.**

APC forskning och Forskning funktionshinderns verksamhet inom Nära vård och hälsa startade 2018. Verksamheten har 10 medarbetare; fyra medarbetare som arbetar forskningsstödande och sex lektorer med förenad förenad anställning vid Nära vård och hälsa. 2022 öppnades en forskningsmottagning på Samariterhemmet. I mottagningens lokaler kan Nära vård och hälsas studier bedrivas och forskare kan ta emot forskningsdeltagare.

### Vi bedriver forskning

Under 2023 registrerades 21 nya forskningsstudier. Förvaltningen har under året haft 12

registrerade doktorander. Av dessa var fem samverkansdoktorander, två ST-läkare med forskarinriktning och fem externa doktorander. En ny samverkansdoktorand har dessutom godkänts av förvaltningsdirektören att ansöka till Uppsala universitet om att antas som doktorand. En av våra medarbetare disputerade under året i ämnet graviditetskomplikationer och hjärt- och kärlsjukdom.

### Vi stödjer forskning

För att stärka stödet till ledning, chefer och medarbetare startade förvaltningen ett forskningskansli under 2023. Forsknings-

kansliet ses veckovis och består av FoUU-chef, gruppchef, FoU-samordnare och forskningssjuk-sköterska. Kansliet ansvarar för koordinering och uppföljning av bla FoU-medel för den nära vården samt ger specifikt stöd till medarbetare, forskare och forskningsprojekt.

För att underlätta registrering av studier som bedrivs inom förvaltningen har processen för studieregistrering digitaliserats genom plattformen Researchweb. Stödmaterial har också tagits fram i form av mallar och checklistor för forskare, samt särskilt stödmaterial för chefer kring forskning.

### Vi möjliggör forskning

Vi har möjliggjort forskning under året genom utlysning av forskningsmedel. Nära vård och hälsa utlyser årligen cirka 3 miljoner kronor i medel för forsknings- och utvecklingsprojekt. Under 2023 beviljades medel till 13 nya projekt, varav sex forsknings-, två utvecklings- och fem doktorandprojekt. Ämnen som beviljades medel var bland annat långvarig smärta, hjärtsvikt, olika projekt inom psykisk hälsa, luftvägsinfektioner, kvinnors hälsa, graviditet, covid-19 och diabetes. Projekten kommer att genomföras under 2024.

Under hösten har förvaltningen även sjösatt en ny process för antagning av ST-läkare med forskningsinriktning. Steg ett är utlysning av projekt och genomfördes under hösten, där forskare har kunnat ansöka med projekt lämpliga för doktorander. Steg två kommer att genomföras under 2024, där ST-läkare med anställning inom Nära vård och hälsa eller privat vårdcentral som har avtal med regionen kommer att kunna ansöka om att bli doktorander vid de valda projekten.

### Vi sprider kunskap, resultat och idéer

Vi har fortsatt att sprida kunskap och idéer genom forskningsseminarier tre gånger per termin för forskningsaktiva inom förvaltningen. Under 2023 har vi fortsatt med FoUU-talks som är populärvetenskapliga föreläsningar som sänds live en gång i månaden. Ämnen som har presenterats under året är bland annat långvarig smärta, sköldkörtelsjukdom, diabetes, kulturdoulor, läkemedel, högt blodtryck, förbättringsledning, D-vitaminbrist och barn- och ungas psykiska hälsa.

# Snabbstatistik 2023



**13**

nya forskningsprojekt beviljades FoU-medel för den nära vården



**21**

nya studier har godkänts för att genomföras inom Nära vård och hälsa



**36**

disputerade medarbetare med anställning inom Nära vård och hälsa



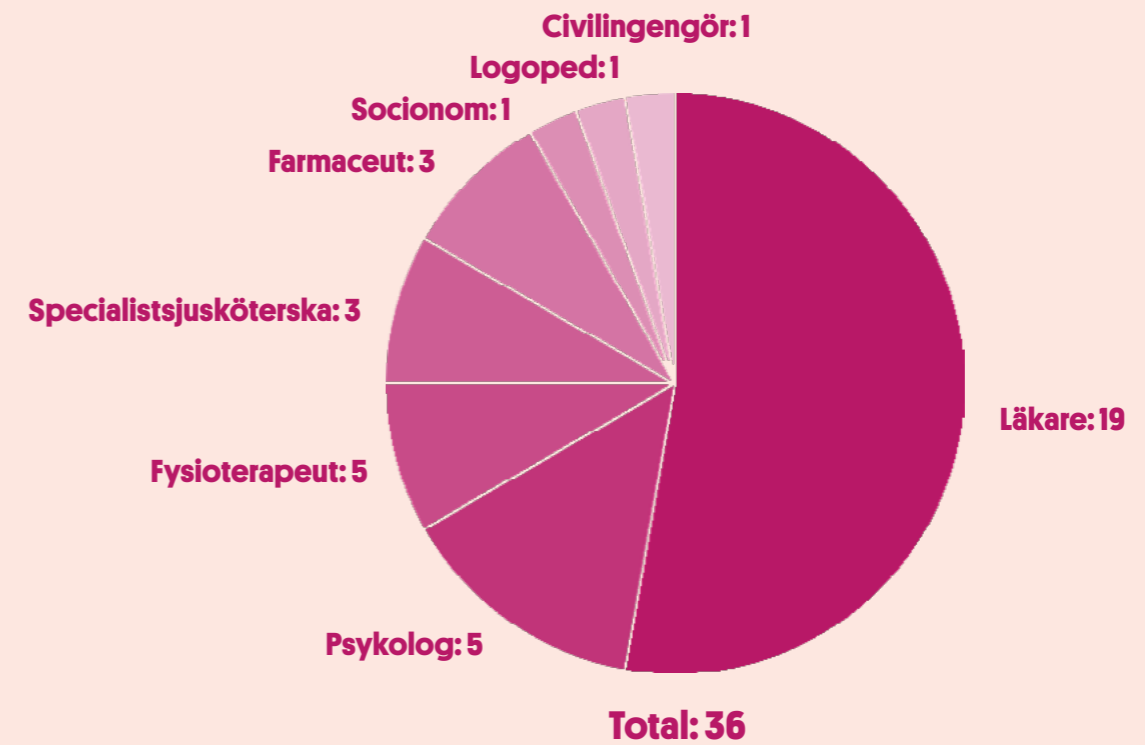
**24**

publicerade vetenskapliga artiklar av medarbetare inom förvaltningen

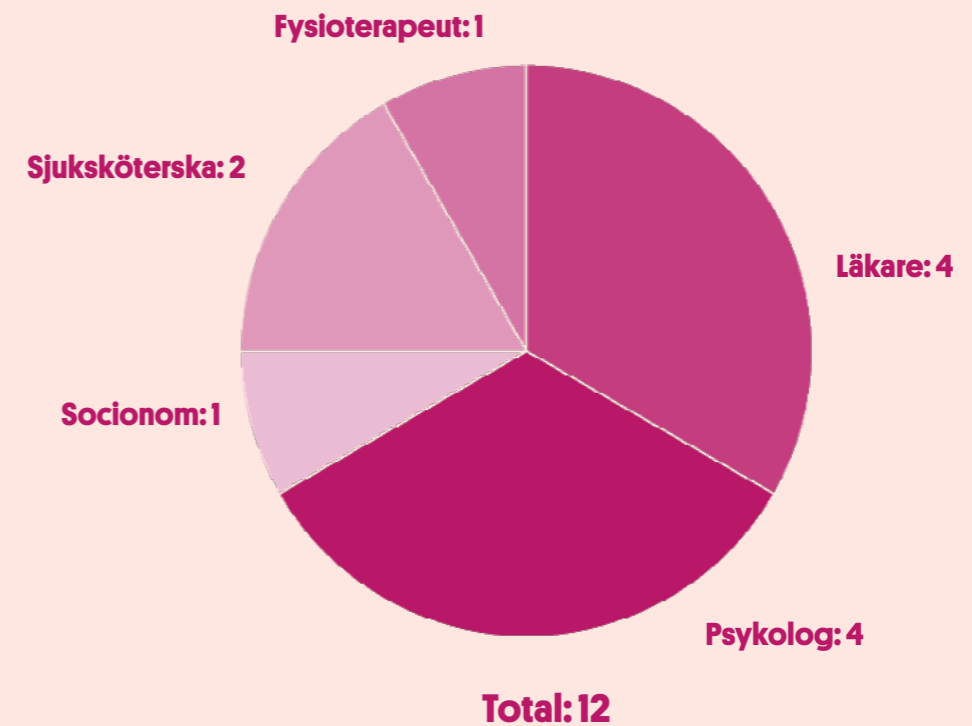
**2023 beviljades 2 914 706 kronor i forskningsmedel hos Nära vård och hälsa**

**6 forskningsseminarier genomfördes under 2023**

**Fördelning av professioner: disputerad personal hos Nära vård och hälsa**



**Fördelning av professioner: doktorander hos Nära vård och hälsa**





# Anne Johansson: Forskning behövs för att möta framtiden

**Anne Johansson är Nära vård och hälsas biträdande förvaltningsdirektör. Forskning är en viktig del av hennes uppdrag, och hon drivs av viljan att förbättra invånarnas hälsa tillsammans med förvaltningens medarbetare.**

**- Nära vård och hälsa möter människor i alla skeden av livet, och under hela livet. Genom forskning hittar vi de bästa möjligheterna att få vården att räcka till alla invånare, och hjälper dem till bättre hälsa. Vi måste därför se forskning som en del i vårt ordinarie arbete.**

Forskning är en del av Annes uppdrag som biträdande förvaltningsdirektör. Hon ingår i Nära vård och hälsas ledningsgrupp, som på olika sätt arbetar för att främja forskning, samt i förvaltningens forskningsråd. Anne representerar även Nära vård och hälsa i Uppsala universitets forsknings-, utvecklings- och utbildningsråd inom allmänmedicin.

- Forskning och ordinarie verksamhet är två olika kulturer som möts. Ledningen har ett ansvar att underlätta och främja forskning. Vi behöver arbeta med hur forskning ska integreras i verksamheterna som en del av kärnuppdraget, och vi behöver involvera våra medarbetare.

Som legitimerad sjuksköterska har Anne över 35 års erfarenhet av kliniskt arbete, bland annat inom palliativ vård och akutsjukvård. I det patientnära arbetet har hon själv arbetat praktiskt med olika studier, och kommit i kontakt med deltagare i olika forskningsprojekt.

- Jag upplever att forskningsdeltagare uppskattar möjligheten att vara delaktiga i forskning. Min uppfattning är att många invånare vill bidra till att öka kunskapen om olika sjukdomar och hälsotillstånd, utveckla behandlingar och sprida ny kunskap.

Anne ser möjligheter att förbättra framtidens vård och invånarnas hälsa genom forskning. Det krävs nya lösningar och arbetssätt för att ta hand om en växande och åldrande befolkning, som i större

utsträckning lever med kroniska sjukdomar. I hennes uppdrag ingår omställningen mot Effektiv och nära vård 2030. Projektet innebär att vård och omsorg behöver ställa om för att bli mer tillgänglig utifrån individens behov och förutsättningar. Målbilden är en nära vård som bygger på kontinuitet och hög tillgänglighet.

- En av de bästa sakerna med mitt jobb är möjligheten att vara med och påverka framtidens vård. Omställningen mot en effektiv och nära vård är en viktig del, och pågår inte enbart i Region Uppsala utan i hela Sverige. Genom att forska och dela kunskap med varandra kan vi förbättra vården. Hur genomförs en omställning på bästa sätt, och vad leder till en bättre vård? Vad kan vi lära oss av andra regioner, och var kan vi vara förebilder?

För Anne är ambitionen att forskning och kunskapsspridning ska bli en naturlig del av ordinarie verksamhet, och att medarbetare och invånare ska vara delaktiga i den forskning som bedrivs. Förvaltningen arbetar med att främja både pågående forskning och intresserade medarbetare som vill utveckla sin idé, genom bland annat coaching.

- Tips för dig som vill börja forska är att ta kontakt med Nära vård och hälsas forskare. De kan hjälpa dig på vägen och tipsa om vilka resurser som finns tillgängliga. Det ska vara lätt att göra rätt inom forskning!



**”Genom forskning hittar vi de bästa möjligheterna att få vården att räcka till alla invånare, och hjälper dem till bättre hälsa”**

## Projekt som beviljades FoU-medel för den nära vården 2023 för att genomföras under 2024

### Forskningsprojekt

Automating Metabolic Profiling in Primary Care Using EMRs - Diabetes Mellitus (AUTOMETA-DM)  
**Mats Martinell**

DAHLIA-projektet Uppsala. Ökad tillgänglighet till evidensbaserad psykologisk behandling för långvarig smärta - en digital beteendeterapi med psykologstöd i primärvården: effekter, prediktorer, kostnadseffektivitet och implementering  
**Louise Davies**

Internetförmiddad kognitiv beteendeterapi för komplicerad sorg: en randomiserad kontrollerad studie  
**Lina Ciardella**

Mödrar med Autism Möter Mödrahälsovården: Bemötande, Anpassningar och Stöd  
**Tommie Forslund**

Användardialog kring fall och fallprevention  
**Helena Fabian**

Översättning och psykometrisk testning av en skala för inre miljö inom ramverket Consolidated Framework for Implementation Research  
**Helena Fabian**

### Doktorandprojekt

Egenvårdsstöd till personer med diabetes typ 2  
**Jessica Rosman**

Internetbaserad kognitiv beteendeterapi och fysisk aktivitet vid insomni för att förbättra primärvårdspatienters hälsa (INSOMNIAC)  
**Mia-Mari Stråle**

Internetbaserad kognitiv beteendeterapi i primärvården - kostnader och behandlingsutfall  
**Amanda Simonsson**

Förbättrad upptäckt av problem inom psykisk, fysisk och sexuell hälsa hos ungdomar genom användandet av ett digitalt stödinstrument  
**Mikael Andersén**

Opioider vid långvarig smärta i primärvården (Opi-Prim): utveckling och utvärdering av en ny personcentrerad teambehandling på vårdcentral  
**Anna Svensson**

### Utvecklingsprojekt

Hjärtklappningsutredning via vårdcentral genom intermittent EKG-registrering i hemmet  
**Teresa Algård**

Kartläggning av evidensläget för hur den grafiska utformningen av pratkartor påverkar användningen hos personer med kommunikationssvårigheter och deras anhöriga  
**Maria Ulrici**

## Projekt som genomfördes 2023 med FoU-medel för den nära vården

### Forskningsprojekt

Kulturdoula inför förlossning och föräldraskap - asylsökande kvinnors upplevelse av stöd, information och integrationsprocess  
**Elenor Kaminsky**

Forskningsstudie om neuroradiologiska fynd hos icke sjukhusvårdade postcovid-patienter med kognitiv nedsättning och mental och fysisk trötthet.  
**Serena Fineschi**

INSOMNIAC - Fas 2: pilotstudie av kombinerad internetbaserad kognitiv beteendeterapi mot insomni (IKBTi) och internetbaserat stöd för ökad fysisk aktivitet jämfört med endast IKBTi  
**Mia-Marie Stråle**

Bättre liv för patienter med opioider vid långvarig smärta i primärvården genom en ny personcentrerad teambehandling: genomförbarhet av en kontrollerad före-och-efter interventionsstudie  
**Thomas Kempen**

Symtom och sjukdomsförlopp vid covid-19 och andra vanligt förekommande luftvägsinfektioner  
**Mats Martinell**

Implementering av en stegvis vårdmodell för psykisk hälsa: sjukvårdspersonalens uppfattningar om utveckling och påverkan av skräddarsydda implementeringsstrategier  
**Emma Manner**

### Doktorandprojekt

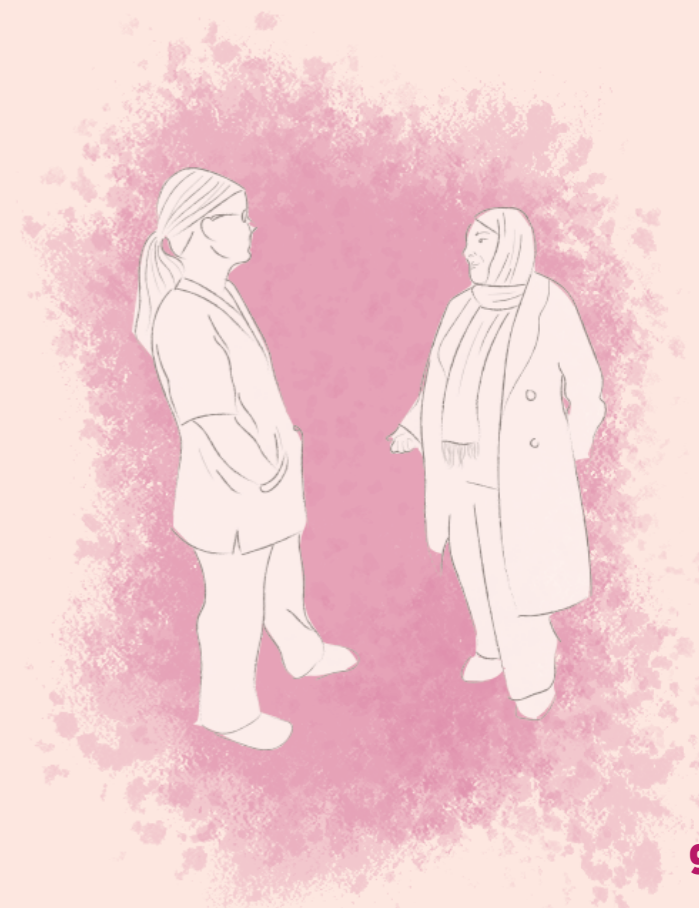
Strukturerat egenvårdsstöd till personer med diabetes typ 2  
**Jessica Rosman**

Internetbaserad kognitiv beteendeterapi i primärvården - Vad påverkar kostnader och behandlingsutfall?  
**Amanda Simonsson**

Förstå de underliggande mekanismerna för återinläggningar av sköra äldre patienter med hjärtsvikt  
**Robert Sarkadi Kristiansson**

Den generella ledrörlighetens betydelse för bäckensmärta under och efter graviditet  
**Kerstin Ahlqvist**

Förbättrad upptäckt av problem inom psykisk, fysisk och sexuell hälsa hos ungdomar  
**Mikael Andersén**





# Mats Martinell: Forskar för att förbättra diabetesvården

**Mats Martinell är distriktsläkare på Eriksbergs vårdcentral och lektor vid Akademiskt primärvårdscentrum forskning. Hans drivkraft är viljan att förbättra hälsan för patienter. Genom sin forskning om kategorisering av diabetes i olika undergrupper strävar han inte bara efter att förstå sjukdomen bättre, utan att skapa verktyg för att individualisera och förbättra behandlingen för patienter som lever med diabetes.**

Närmare en halv miljon människor i Sverige lever med diabetes typ 2, som innebär att kroppen har en försämrad förmåga att reglera blodsocker. Insulin hjälper kroppen att transportera socker till cellerna, så att det kan användas som energi. Vid typ 2-diabetes blir cellerna i kroppen mindre känsliga för insulin, samtidigt som kroppen producerar mindre insulin än den behöver.

Diabetes delas idag upp i typ 1 och typ 2 diabetes, samt tillfälliga tillstånd som graviditetsdiabetes. En röd tråd i Mats forskning är att undersöka om det går att dela upp diabetes i fler undergrupper än de som används idag, och om undergrupperna kan användas för att bedöma risk för komplikationer eller ge mer effektiva behandlingar.

- Under mina doktorandstudier fokuserade ett delprojekt, som leddes av forskare på Lunds universitets diabetes center, på att skapa nya kategorier av diabetes. Studien använde en teknik som heter klusteranalys där deltagare grupperades i olika kluster baserat på likheter och skillnader. Indelningen gjordes med fler variabler än de som används vid diabetes typ 1 och 2. På så vis upptäcktes fler undergrupper till diabetes.

Under 2023 har Mats registrerat en ny studie, AUTOMETA-DM. Projektet byggvidare på tidigare forskning om undergrupperingar inom diabetes. Förutom att undersöka vilka

undergrupper deltagare tillhör tittar studien på hur deltagare rör sig mellan undergrupper över tid, beroende på vilken behandling de får och om de utvecklar andra sjukdomar.

- Visionen är att bygga modeller för hur patienters sjukdom kan komma att utvecklas i framtiden. Vi som arbetar med diabetes inom den nära vården vet att sjukdomen förändras över tid. Patienterna lever med sjukdomen under resten av sitt liv, och den går igenom olika faser som går att påverka med behandling.

Studien samlar in data från vårdbesök som patienter med typ 2-diabetes gör årligen. Datan används sedan för att gruppera patienter i olika kluster. Syftet är att se om klustren kan förutsäga risken att utveckla komplikationer och vilka behandlingar som ger bäst effekt. Målet är att kunna förbättra vården för patienter med diabetes och underlätta det dagliga arbetet för vårdpersonal.

- All data finns redan i journalen. Om vi kan identifiera undergrupper genom den datan så kan modellen automatiseras i journalsystemet. Vid varje besök skulle läkaren kunna se vilka undergrupper patienter tillhör genom ett diagram. Det skulle kunna användas som ett kommunikationsverktyg för att underlätta att prata om diabetes, och som behandlingsstöd.

Förutom diabetes är Mats aktiv inom covid-19-forskning och projektet CRUSH



**”Visionen är att bygga modeller för hur patienters diabetes kan komma att utvecklas i framtiden.”**



Covid. Forskningsprojektet består av flera delstudier som bland annat analyserar virusnivåer i avloppsvatten, enkäter och en app där deltagare rapporterar symptom. Projektet har bidragit till ökad kunskap om covid-19 och smittspridning, och under 2023 startade en ny delstudie upp. Deltagare rapporterar in symptom och det görs mätningar av avloppsvatten. Vid avvikande symptom lämnar deltagarna prover för att forskarna ska kunna identifiera om det är ett nytt virus eller en mutation.

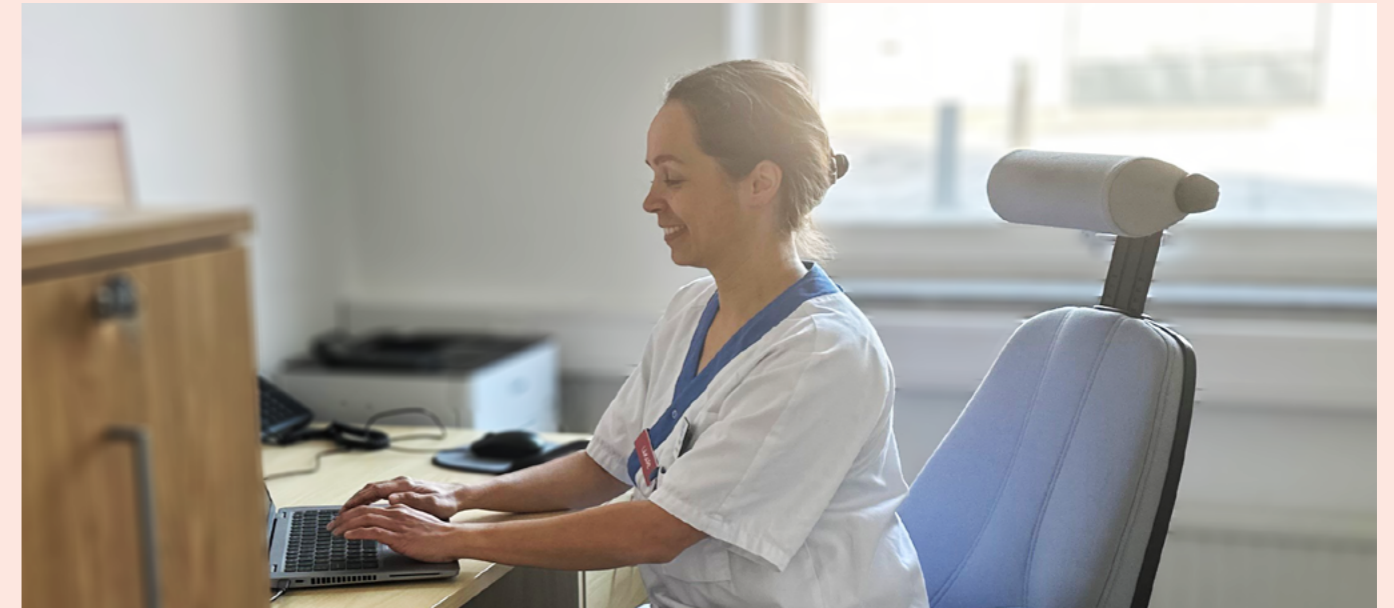
- Under pandemin lärde vi oss att viruset förändras mycket. Det utvecklas för att undkomma immunförsvaret och hålla igång smittspridningen. Studien vi genomför nu har syftet att upptäcka och identifiera mutationer och virus i ett tidigt skede. Det skulle kunna vara ett sätt att föra pandemiberedskapen vidare för framtida scenarion; att vid ett tidigt stadium kunna upptäcka oväntade sjukdomsfall och mutationer.

CRUSH covid har också gett viktiga lärdomar om hur forskningsresultat kan kommuniceras effektivt till allmänheten. Under covid-19-pandemin rapporterades studiedatan veckovis på en hemsida. Studien fick uppmärksamhet för hur datan presenterades på många olika sätt digitalt, bland annat via kartor där det gick att följa smittspridning och virusnivåer.

- En nyckelidé till Crush covid var att göra datan tillgänglig för alla. Människor tar till sig information på olika sätt. För att öka spridningen av forskningsresultat är det viktigt att tänka på att presentera data på så många olika sätt som möjligt och använda olika medier. Anpassa kommunikationen beroende på vem mottagaren är. Skapa en dashboard för din forskning där datan presenteras interaktivt på flera olika sätt!

Förutom att bedriva egen forskning leder Mats universitetets forskargrupp i allmänmedicin och är akademiskföreträdare i Näravård och hälsas forskningsråd. Han är också aktiv inom läkarutbildningen och handleder doktorander som arbetar hos Nära vård och hälsa. Till andra medarbetare som vill forska rekommenderar han att börja med att definiera en forskningsfråga eller ett problem.

- Börja med att definiera vad du vill forska om. Det är också viktigt att fundera kring varför du vill forska – är det för att få en djupare förståelse, eller lösa ett problem inom din verksamhet? Nästa steg att ta kontakt med en forskare inom det område du vill forska om. Fundera även kring hur du vill vara involverad. Det finns många sätt att vara delaktig i forskning, till exempel genom att själv doktorera eller genom att hjälpa till i pågående projekt.



Några av Nära vård och hälsas doktorander: Heidi Norberg, Mikael Andersén och Karl Laurell



# Paul Kalliokoski: Forskar för att förbättra folkhälsan

**Paul Kalliokoski är distriktsläkare på Samariterhemmets vårdcentral och lektor vid Akademiskt primärvårdscentrum forskning. Han forskar om osteomalaci och dess konsekvenser, som huvudsakligen orsakas av D-vitaminbrist och är kopplad till livsstilsfaktorer. Hans drivkraft är att förse människor med bättre kunskap för att de ska kunna förbättra sin hälsa.**

För Paul är forskning inom den nära vården viktigt för att resultaten ska spegla hela Sveriges befolkning:

- Forskningen och resultatet ska spegla invånarna och då behövs det ofta en oselektad och bred population. Vi behöver forska inom primärvården för att få den bästa uppfattningen om vår befolkning, deras hälsa, sjukdomar och behandlingar.

D-vitamin har flera funktioner i kroppen, och behövs bland annat för att bygga starka tänder och skelett. D-vitaminbrist ger symptom som trötthet, svaghet, muskelvärk och nedsatt mineralinnehåll i skelettet, men det är inte alltid människor med brist får symptom. Vi får i oss D-vitamin genom maten men det bildas även i huden vid solexponering. Vegetarianer, veganer och personer med dåligt näringsupptag från tarmen, exempelvis efter överviktskirurgi, löper en ökad risk för D-vitaminbrist. Risken ökar även för dem som bär täckande kläder eller har pigmenterad hud, vilket gör att vissa grupper av befolkningen är mer utsatta.

Idén till Pauls forskning uppstod i samband med hans kliniska arbete på en vårdcentral. Där kom han i kontakt med flera kollegor och patienter med somaliskt ursprung som hade D-vitaminbrist. När han började jämföra blodprover från kvinnor med somalisk bakgrund upptäckte han ett mönster.

- Jag mötte flera i övrigt friska och unga

människor, men som hade kraftiga symptom på D-vitaminbrist vilket påverkade deras livskvalitet. När vi började forska så blev resultatet omvälvande för mig för att det var så många som hade besvär. Genom att öka kunskapen om D-vitaminbrist och hur vi kan behandla det hoppas jag kunna förbättra folkhälsan.

Erfarenheten från vårdcentralen ledde till en studie om D-vitaminbrist hos gravida somaliska och svenska kvinnor. Resultatet visade att nio av tio somaliska deltagare hade D-vitaminbrist, och i en tredjedel av fallen var D-vitaminnivåerna så låga att de var omätbara. Endast en av tio svenska kvinnor hade D-vitaminbrist. Deltagarna med brist på D-vitamin erbjöds kosttillskott och uppföljning, och resultatet visade att detta hade en positiv påverkan på D-vitaminnivåerna och skelettnedbrytningen.

Paul har efter sin första studie fortsatt att forska om D-vitaminbrist. Pågående studier fokuserar på sambandet mellan osteomalaci och brist på D-vitamin och kalcium under graviditet. Brist på dessa näringsämnen kan orsaka osteomalaci, vilket leder till skelettsmärta och minskad skelettmineralhalt. I en studie undersöks olika sätt att diagnosticera osteomalaci hos gravida kvinnor.

- Vi vill se om vi kan utveckla ett sätt att påvisa osteomalaci hos gravida kvinnor, utan att använda komplicerade metoder. Det



**”Vi behöver forska inom primärvården för att få den bästa uppfattningen om vår befolkning, deras hälsa, sjukdomar och behandlingar.”**



är olämpligt att röntga kvinnor som är gravida eftersom strålningen kan skada fostret. Det är också jobbigt och mindre lämpligt att utsätta gravida kvinnor för en benmärgsbiopsi, som annars anses vara den säkraste metoden för att ställa diagnosen osteomalaci. Metoden är inte tillgänglig i primärvården som tar hand om den vanliga mödrahälsovården.

- Så hur ska vi veta om gravida kvinnor har osteomalaci? Det är viktigt eftersom det påverkar både mamman och barnets hälsa, och båda behöver så goda förutsättningar som möjligt under graviditeten. I studien testar vi ett protokoll för att diagnosticera osteomalaci.

En annan studie som startats under 2023 undersöker om osteomalaci orsakar ökad bäckensmärta under graviditet. Bäckensmärta är ett vanligt problem under graviditeten. Det drabbar en tredjedel av alla gravida kvinnor och behandlas vanligtvis med träning. Om studien upptäcker ett samband hoppas Paul att vi i framtiden ska kunna förebygga bäckensmärta genom att förse gravida kvinnor med vitamin- och mineraltillskott.

- Vi vet att personer med osteomalaci kan få väldigt ont i nedre delen av ryggen, och nu vill vi veta om det är kopplat till bäckensmärta hos gravida kvinnor. Bäckensmärta drabbar många kvinnor och påverkar livskvaliteten. I nuläget finns det inte många behandlingsalternativ. Om vi hittar ett samband så kan vi erbjuda mer effektiva behandlingar och förebygga att smärtan uppstår.

Utöver sitt kliniska arbete och forskning engagerar sig Paul också i undervisning av läkarstudenter. Han strävar efter att sprida kunskap genom att handleda studenter och kommunicera forskningsresultat till kollegor och allmänheten.

- Jag känner glädje och ödmjukhet över att få bidra till utbildningen av framtida kollegor. Med förenad tjänst stannar jag kvar i den kliniska verkligheten som distriktsläkare samtidigt som jag undervisar framtidens läkare. Forskningen ger oss ny kunskap som utvecklar vården och som studenterna kommer att använda i sitt arbete. De olika delarna av mitt arbete – klinik, utbildning och forskning – är sammanflätade.



**Några av Nära vård och hälsas medarbetare som är involverade i forskning: Anne Johansson, Lena Ring, Helena Karlén Nilsson, Emma Manner, Louise Hamark, Paul Kalliokoski och Mats Martinell**





## Nära vård och hälsas doktorander

**Nära vård och hälsa möjliggör doktorandstudier för medarbetare, under förutsättning att de antas till en forskarutbildning. Under 2023 hade Nära vård och hälsa 12 doktorander; fyra läkare, fyra psykologer, två sjuksköterskor, en fysioterapeut och en socionom.**

För att tillhandahålla en god hälso- och sjukvård ska regionen aktivt stödja klinisk forskning, och bidra till införandet av nya evidensbaserade behandlingsmetoder. Som del av detta möjliggör Nära vård och hälsa doktorandstudier för förvaltningens medarbetare.

Medarbetare kan bedriva doktorandstudier som samverkansdoktorand hos Nära vård och hälsa, som forskar-ST eller som extern doktorand. Samverkansdoktorandtjänster och forskar-ST utlyses via Researchweb och utannonseras på Samverkanswebben.

Som samverkansdoktorand får doktoranden förlägga 50 procent av sin arbetstid på forskarstudier, inom ramen för sin tjänst. Finansiering för de 50 procenten innebär bibehållen lön, baserad på den grundanställning medarbetaren har.

Doktorander ges möjlighet att delta i Nära vård och hälsas doktorandnätverk via APC forskning och Forskning funktionshinder. Där får de möjlighet att dela kunskap och erfarenheter med andra forskarstuderande. Alla doktorander, oavsett finansieringsform, är välkomna att delta.

### Vad är en doktorand?

**Doktorander genomgår en universitetsutbildning på forskarnivå. Efter avslutad godkänd utbildning erhåller doktoranden en doktorexamen. Studierna omfattar minst fyra års heltidsstudier, men många doktorander studerar på deltid i upp till åtta år i kombination med att arbeta kliniskt.**

## Nära vård och hälsas doktorander 2023



**Kerstin Ahlqvist**

**Den generella ledrörlighetens betydelse för bäckensmärtagen under och efter graviditet**



**Mikael Andersén**

**Förbättrad upptäckt av problem inom psykisk, fysisk och sexuell hälsa hos ungdomar**



**Carl Brandt**

**Hur skillnader i hormoner, menscykeln och hjärnan påverkar psykoterapi och psykoterapiutfall**



**Cecilia Ingard**

**Delaktighet och inflytande vid särskilda boenden med specialisering mot demenssjukdomar**



**Cecilia Josefsson**

**Bättre egenvård vid typ 2-diabetes**



**Karl Laurell**

**Orsaker till och konsekvenser av dålig följsamhet till blodtrycksmediciner**



**Heidi Norberg**

**Typ 2 diabetes i primärvård - ur ett patientcentrerat och epidemiologiskt perspektiv**



**Jessica Rosman**

**Strukturerat egenvårdsstöd till personer med diabetes typ 2**



**Robert Sarkadi Kristiansson**

**Förstå de underliggande mekanismerna för återinläggningar av sköra äldre patienter med hjärtsvikt**



**Amanda Simonsson**

**Internetbaserad kognitiv beteendeterapi i primärvården - vad påverkar kostnader och behandlingsutfall?**



**Mia-Mari Stråle**

**Internetbaserad KBT och fysisk aktivitet vid insomni**



**Anna Svensson**

**Opioider vid långvarig smärta i primärvården**

# Robert Sarkadi Kristiansson: Forskar för att utveckla vården

**Robert Sarkadi Kristiansson är en av Nära vård och hälsas samverkansdoktorander. Han kombinerar rollen som chefsläkare med forskarstudier om hjärtsvikt och sköra äldre. Med en bakgrund inom kvalitetsutveckling drivs Robert av intresset för att förbättra och utveckla vården.**

- Min drivkraft är att jag vill förstå sammanhang bättre, och utveckla arbetssätt som kan förbättra vården. Vi har ett ökande vårdbehov och begränsade resurser. Forskning behövs för att säkerställa att vi arbetar på ett sätt som ger god effekt!

Hjärtsvikt är en kronisk sjukdom där hjärtat har en nedsatt pumpförmåga. Det orkar inte pumpa runt tillräckligt mycket blod i kroppen, och kroppens olika delar får därför inte tillräckligt med syre och näring. Begreppet sköra äldre syftar på personer med en åldersrelaterad försämring av kroppsfunktioner. De har minskad förmåga att klara av påfrestningar, som sjukdom, och har ett stort behov av vård och omsorg.

- Som chefsläkare verkar jag för att förbättra samarbetet mellan olika aktörer, för att förbättra vården för regionens äldre invånare. Där ingår gruppen sköra äldre, som har ett behov av samordnad vård mellan sjukhus, primärvård och kommunen. För att de ska få god vård behöver vi ett fungerande samarbete mellan dessa aktörer.

Att förbättra och utveckla vården är en röd tråd i Roberts forskning. Hans första delprojekt undersökte om införandet av hjärtsviktssjuksköterskor bidrog till att minska återinläggningar för patienter som vårdats på sjukhus för hjärtsvikt. Resultatet visade att antalet återinläggningar inom 30 dagar efter första vårdtillfället inte minskade.

Syftet med pågående delprojekt är att identifiera faktorer som ger bättre vård och minskar risken för återinläggningar vid

hjärtsvikt. Delprojekten undersöker även om det finns regionala skillnader i Sverige.

- När vi prioriterar vård måste vi titta på hur vi kan förbättra vården och samtidigt vara kostnadseffektiva. Det finns ett antal regioner som har förbättrat vården och minskat antalet återinläggningar på sjukhus. Vad är gemensamt för de regionerna där detta har förbättrats? Finns det ett mönster, och hur resonerar man kring det?

Näravårdochhälsaerbjudermedarbetare möjligheten att bli samverkansdoktorander. Som samverkansdoktorand fortsätter medarbetaren att arbeta kliniskt samtidigt som de bedriver forskarstudier på halvtid under åtta år.

Som samverkansdoktorand har medarbetaren flera uppdrag vilket kan vara en utmaning. Robert menar att rollen som chefsläkare och doktorand främjar varandra. Inom forskningen drivs han av viljan att förstå sammanhang och att utveckla metodiska arbetssätt, vilket han även har nytta av som chefsläkare.

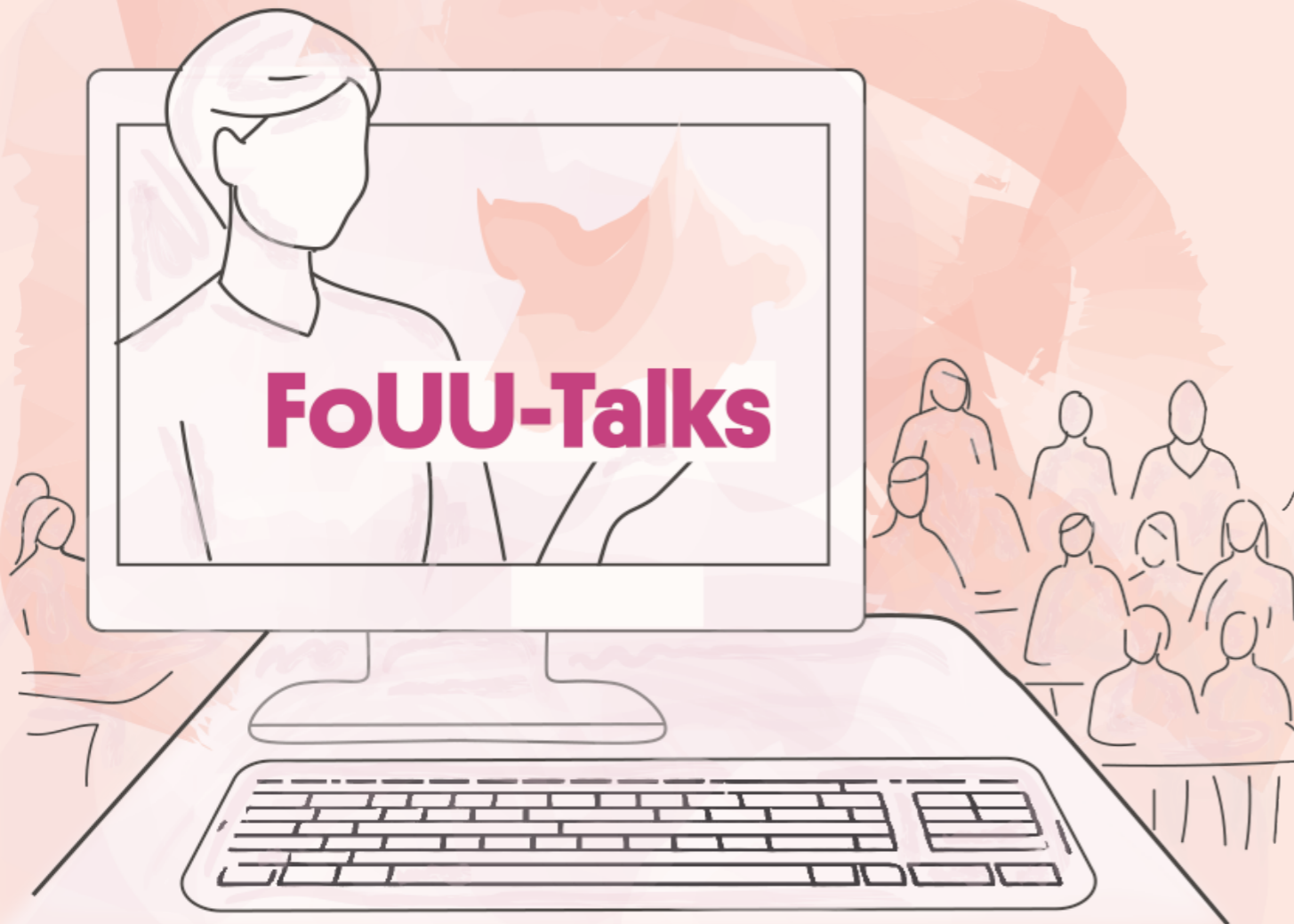
- Jag tänker att jag står på tre ben i mitt arbete; den kliniska chefsläkarrollen, forskningen samt förbättringskunskap och lärande. De befruktar varandra på ett väldigt bra sätt! Till andra medarbetare som vill forska rekommenderar jag att kontakta en forskare inom det område du är intresserad av. Fråga om det finns möjlighet att bli involverad i pågående projekt – det brukar alltid finnas en öppning för den som är motiverad!



**”Min drivkraft är att jag vill förstå sammanhang bättre, och utveckla ett arbetssätt som kan förbättra vården.”**



# FoUU-Talks 2023



FoUU-Talks är korta digitala föreläsningar som sänds live varje månad. Syftet med föreläsningarna är att sprida kunskap på ett populärvetenskapligt sätt om Nära vård och hälsas aktuella projekt och studier inom både forskning, utveckling och utbildning, Hälsoäventyret samt FoU socialtjänst och angränsande hälso- och sjukvård. Föreläsningarna spelas in och kan ses i efterhand av de som inte kan delta live.

Se kalendarium och inspelade föreläsningar på Samverkanswebben:  
<https://regionuppsala.se/samverkanswebben/forskning-och-utbildning/forskning/fouu-talk/>

## Januari

**iKBT i primärvården – kostnader och behandlingsutfall?**

**Amanda Simonsson, doktorand Nära vård och hälsa och psykolog APC utveckling**

## Februari

**Kulturdoulor för nyanlända kvinnor i region Uppsala inför förlossning och föräldraskap**

**Eleonor Arén, sjuksköterska och barnmorska Cosmos asyl- och integrationshälsan**

## Mars

**Läkemedel - hjälp eller stjälp? Klinisk apotekare i den nära vården**

**Anna Ekman, apotekare Akademiskt primärvårdscentrum Utveckling**

## April

**Högt blodtryck - riskfaktorn som orsakar mest förtida död i världen**

**Karl Laurell, doktorand Nära vård och hälsa och ST-läkare Luthagens vårdcentral**

## Maj

**Förbättringsledning - livsviktigt för patienten!**

**Robert Sarkadi Kristiansson, chefsläkare Ledningskontoret Nära vård och hälsa**

## Juni

**Min hypotyreos syns inte på vanliga prover!**  
**Agnes Andreasson, ST-läkare**

**Kortikosteroidinjektioner vid behandling av trokanterit?**

**Christoffer Freij, ST-läkare**

## Augusti

**Kan metabol profilering ändra vår syn på diabetes?**

**Mats Martinell, distriktsläkare Eriksbergs vårdcentral och lektor APC forskning, Nära vård och hälsa**

## September

**OpiPrim-studien - utvecklad teambehandling på vårdcentral vid smärta och opioider**

**Anna Svensson, distriktsläkare, Tierps vårdcentral  
Magnus Peterson, lektor APC Forskning**

## Oktober

**Vad händer när man inte får solljus, dricker mjölk eller äter fet fisk?**

**Paul Kalliokoski, lektor APC forskning**

## November

**Ungas röster om våld, tystnadskultur, trygghet och framtidstro**

**Hälsoäventyret, Nära vård och hälsa**

**Kontakt och för att få inbjudan till FoUU-Talks:  
[fouu.nvh@regionuppsala.se](mailto:fouu.nvh@regionuppsala.se)**

# Om Akademiskt primärvårdscentrum forskning och Forskning funktionshinder

Detta bokslut är framtaget av Akademiskt primärvårdscentrum forskning och Forskning funktionshinder. Vi arbetar med att främja och stärka forskning inom Nära vård och hälsa. Vi bedriver, stödjer och möjliggör forskning inom Nära vård och hälsa, och sprider kunskap, resultat och idéer så att dessa kan omsättas i praktiken.

## Våra medarbetare



Lena Ring  
Verksamhetschef



Sören Spörndly-  
Neer  
Gruppchef



Helena Karlén  
Nilsson  
Samordnare



Johanna Hellström  
Forskningssjuk-  
sköterska



Helena Fabian  
Lektor



Elenor Kaminsky  
Lektor



Ulrika Löfkvist  
Lektor



Magnus Peterson  
Lektor



Mats Martinell  
Lektor



Paul Kalliokoski  
Lektor

Kontakta oss!  
[apc.forskning@  
regionuppsala.se](mailto:apc.forskning@regionuppsala.se)

# Akademiskt primärvårdscentrum forskning och Forskning funktionshinder



## Bedriver forskning

- Medarbetare med forskningstid i sin tjänst
- Pågående studier inom Nära vård och hälsa
- Medverkar i nationella forskningsprojekt

## Möjliggör forskning

- Akademiska vårdcentraler
- FoU-medel i den nära vården
- Kurser för personal inom Nära vård och hälsa:
  - Från idé till projektplan
  - Vetenskapligt förhållningssätt för ST-läkare



## Stödjer forskning

- Akademisk vårdcentralers forskningsmottagning
- Forskningssjuksköterska inom Nära vård och hälsa
- Checklistor, mallar och dokument för forskning
- Medarbetare som arbetar med forskningsstöd

## Sprider kunskap, resultat och idéer

- FoUU-talks - digitala livesända föreläsningar
- Forskningsseminarier
- Lektorer med förenad tjänst mellan Region Uppsala och Uppsala universitet
- Forskningsbokslut för Nära vård och hälsa

