

## Innspill til handlingsplan for fysisk aktivitet fra Norsk Kiropraktorforening

Mange bra tiltak har blitt implementert på området, men nordmenn beveger seg stadig mindre. Fysisk inaktivitet er nå vår største helseutfordring. Fysisk aktivitet ikke bare forebygger sykdom og uhelse, men er de siste 20 år etablert som god og effektiv behandling for en rekke tilstander fra høyt blodtrykk til depresjon. Aktivitetshåndboken som Helsedirektoratet utga i 2009 bør være et godt referansepunkt for myndighetenes videre arbeid på feltet.

Kiropraktorforeningens motto gjennom 30 år er «Et liv i bevegelse», og sikter til at god muskelskjeletthelse vil gi mindre livsstilssykdom og helsetap. Men forutsetningen for at enkeltindivider kan være fysisk aktive er at de har et bevegelsesapparat som i utgangspunktet muliggjør fysisk aktivitet på individnivå. Muskelskjeletthelse og fysisk aktivitet er med andre ord tett sammenkoblet, noe som bør gjenspeiles i myndighetenes videre strategi og konkrete tiltak på området.

Norsk Kiropraktorforening mener eksempelvis at etablering av pakkeforløp for pasienter med muskel- og skjelettplager kan forhindre overdiagnostikk og overbehandling. Politikere har etterlyst tiltak for å bedre kvalitet i behandlingen av pasienter med muskel- og skjelettlidelser. Helsedirektoratet har påpekt at primærhelsetjenesten i større grad må ta ansvar for pasienter med muskel- og skjelettlidelser. Det forutsetter tverrfaglige tiltak og samhandling mellom helsetjenestenivåene, både i kommunal og privat sektor. Pakkeforløp for muskel- og skjelettlidelser kan være et viktig tiltak som bør utarbeides og iverksettes.

Norsk Kiropraktorforening er for øvrig medlemsorganisasjon i Rådet for muskelskjeletthelse, og gir sin tilslutning til de anbefalinger som tilsvarende er gitt i det skriftlige innspillet til Rådet for muskelskjeletthelse.

Sign.

Hans Otto Engvold

Generalsekretær

Oslo, 31. oktober 2018