

Nationella riktlinjer 2026:

Bäckenbottendysfunktion

Riktlinjerna i korthet

Stöd för prioriteringar i hälso- och sjukvården

Bäckebottendysfunktion innefattar olika nedsatta funktioner och besvär som är kopplade till bäckenbottens struktur, muskulatur och stödjevåvnader. Det är ett folkhälsoproblem som kan drabba människor oavsett kön, och problemen blir vanligare med stigande ålder. Omkring varannan kvinna får någon gång under livet bäckenbottendysfunktion.

För att personer med bäckenbottendysfunktion ska få rätt vård i tid krävs att den skam och normalisering som kan prägla området bryts – och att vårdkedjan hänger ihop. Tidig upptäckt, rätt insatser och fungerande samverkan är avgörande.

Vi vänder oss framför allt till dig som har ett övergripande ansvar för att fördela resurser i hälso- och sjukvården.

Observera att riktlinjerna inte är heltäckande, utan gäller ett urval av viktiga frågor där det behövs vägledning. Det är viktigt att fortsätta prioritera de arbetssätt som redan fungerar bra i hela landet.

→ Läs riktlinjerna och stödmaterialet på Socialstyrelsens webbplats, socialstyrelsen.se/nationellariktlinjer/backenbottendysfunktion.



Rekommendationer i korthet

Bryt skammen – normalisera inte besvären

Du som är beslutsfattare i hälso- och sjukvården behöver säkerställa att bäckenbottendysfunktion synliggörs i hälso- och sjukvårdens strukturer och i kommunikationen med patienter. Vårdpersonalen bör aktivt fråga om symtom och ge patienter möjlighet att berätta om sådant som de upplever påverkar livskvaliteten, även när det rör intima områden som urin- och analläckage, smärta och sexualitet. God vård motverkas om besvären normaliseras och betraktas som något patienten får lära sig att leva med.

Stärk kompetensen i primärvården

Ge primärvården bättre förutsättningar att arbeta systematiskt med bäckenbottendysfunktion. Det handlar både om kompetens och fungerande samverkansvägar. När rätt insatser sätts in tidigt minskar risken för långvarigt lidande – och därmed behovet av mer resurskrävande specialistvård.

Utjämna ojämlikheter

Det ska inte spela någon roll var i landet en person söker vård för bäckenbottendysfunktion. Alla behöver ha tillgång till en likvärdig bedömning, behandling och uppföljning, oavsett bostadsort och bakgrund. Våra rekommendationer syftar till att minska skillnader och ge förutsättningar för en god vård för alla i hela landet.

Organisera multiprofessionellt

Bäckebottendysfunktion med komplexa symtom kräver ofta insatser från flera professioner och verksamheter. Vården kan därför behöva organiseras så att olika kompetenser samverkar – både inom den somatiska vården och med psykiatrin. För att vården ska bli effektiv, jämlik och tillgänglig även för de mest utsatta patienterna, krävs ofta förbättrad samverkan och en tydlig ansvarsfördelning.

Vi följer upp och utvärderar

Med de nationella riktlinjerna vill Socialstyrelsen bidra till jämlika insatser med hög kvalitet. Till riktlinjerna hör indikatorer för uppföljning. Med hjälp av dem kommer vi att utvärdera hur regionerna och kommunerna följer riktlinjerna. Som beslutsfattare kan du också använda indikatorerna för att till exempel följa upp och utveckla din verksamhet.



Nationella riktlinjer 2026: Bäckebottendysfunktion
– Riktlinjerna i korthet (artikelnr 2026-4-10206)
kan laddas ner på vår webbplats.
www.socialstyrelsen.se/publikationer