



Adipositasforeningen

landsforeningen for overvægtige

Behandling
og overvægt

Indhold

- Fremtidens indsatser mod fedme
- Overset i sundhedsvæsenet
- Hjælp har kort levetid
- Behandlingsophold
- Kirurgi holder døden for døren
- Bivirkninger ved kirurgi
- Forskning i mad misbrug
- Sundhed styrer!

FORMANDENS

Klumme!



Af Nina Frahm,
Landsformand

I dette temablad har vi valgt at undersøge hvad der findes af behandlingstilbud for overvægtige mennesker i Danmark. Det blev en lidt trist research, da det viste sig, at der stort set ikke findes noget reelt behandlingstilbud til overvægtige. Det var hurtigt overstået, da vi søgte i det offentlige behandlingssystem. Der tilbydes kun fedmekirurgi og kun et enkelt hospital har en kortvarig ikke-kirurgisk behandling for nogle få overvægtige, der bliver henvist via egen læge (Se artiklen i bladet).

Det vi derimod fandt rigtig meget stof om var rapporter, forskning, undersøgelser, høringer og udtalelser fra eksperter, der efterhånden har en meget stor viden omkring overvægtige mennesker

og de personlige, økonomiske og samfundsmæssige belastninger. Men nogen konkrete tiltag findes desværre ikke. Der var dog et enkelt forskningsprojekt, der har den overvægtige som direkte aktør i projektet. De forsøger at skaffe forskningsmidler, hvilket indtil nu ikke er lykkedes. (Se artiklen i bladet).

Støtten til overvægtige der opsøger hjælp er overladt til et utal af hel- eller halvprivate aktører, der hver især har deres bud på, hvad der måske kan lette fedmekurven og den enkelte borger. Researchen viste et broget marked af et utal af tilbud, der stort set handlede om kost og motion og at præstere et her og nu vægttabs resultat. Ses bl.a. i TV i

udsendelsen "En by på skrump" (Se artiklen i bladet).

Adipositasforeningen vil meget gerne, at myndighederne tager skeen i den anden hånd og får gjort noget praktisk ved den massive viden, der efterhånden findes om forebyggelse og sundhedsfremme på det fysiske, psykiske og sociale plan omkring overvægtsproblematikken. Vi opfordre myndighederne til at tage direkte kontakt til Adipositasforeningen, så vi sammen kan få lagt en handleplan for ikke kirurgisk behandling af overvægtige i Danmark.

Venlig hilsen
Nina Frahm
Adipositasforeningen



Adipositasforeningen

Temablad 2009/2010

Info@adipositasforeningen.dk

www.adipositasforeningen.dk

Redaktionen:

Nina Frahm, nina@adipositasforeningen.dk
Birgitte Hansen, formtiljob@struerskolen.dk
Jette Nikolajsen, mail@jettenikolajsen.dk

Henvendelse om indlæg til Temabladet sendes til:

Telefon: 3022 7848 Mail: Info@adipositasforeningen.dk
Adipositasforeningen, Strøby Bygade 21 D, 4671 Strøby.

Deadline

Til nr. 2-2010 15. februar 2010

Sats og tryk:

Stiftsbogtrykkeriet, tlf. 5572 3333

ISSN-nr.: 1602-6780

Annoncer i bladet er ikke nødvendigvis et udtryk for Adipositasforeningens holdning.

Redaktion

Organisering, ansvar og fremtidige tilbud i en indsats mod fedme



**Af Regitze Siggaard,
Næstformand,
Adipositasforeningen**

Der er ikke tvivl om det vil koste penge at forebygge overvægt. Efter mange års fragmenterede og forsøg og småprojekter, som tilsammen har kostet mange penge, er tiden nu kommet til at intensivere indsatsen og professionalisere den, for at sikre en hensigtsmæssig og kosteffektiv udvikling til gavn for borgere og samfund.

Nogle af de aktiviteter og initiativer som igangsættes er alle sammen isoleret set sikkert gode og fornuftige – men

- Hvordan bliver gjort til permanente og kvalitetssikrede aktiviteter?
- Hvem har ansvaret for hvilke målgrupper? Og er der nogen der bliver glemt?
- Hvordan skal indsatser og behandling prioriteres?

En ting er sikkert – der er tale om et problem som bare bliver større og større. Samtidig har vi et sundhedsvæsen som i høj grad kun behandler symptomer og sygdom, og ikke de grundlæggende årsager til fedmeproblematikken.

For at finde holdbare løsninger kræves vilje, mod og nytænkning – for hvis vi tror at vi kan løse problemet ved at gøre som vi plejer, og et tankesæt som virkede i fortiden, er det for sent i forhold til nutidens problemer. Faggrænser skal udvides og der skal arbejdes på tværs af sektorer for at skabe nye innovative løsninger.

Hvad skal der til?

Frem for alt er der behov for en klar ansvarsfordeling i forhold til opgaverne med at forebygge overvægt. Vi kan ikke længere nøjes med at sige at den over-

vægtige isoleret og alene bærer hele ansvaret for sin tilstand og bare skal tage sig samme. Det vil være det samme som at sige at den AIDS-, diabetes- og hjerteramte selv er skyld i deres sygdom og selv skal løse dem! Er det fair?

Fit for Forebyggelse

Vi kan ikke pege på ét effektivt håndtag at dreje på for at løse udfordringerne – vi har brug for en palette af håndtag som skal ændre på både:

- Gradvise ændringer i samfundsstrukturer f.eks. infrastruktur og byplanlægning
- Tilgængelighed så det sunde valg bliver det lette valg f.eks. på fødevarerområdet
- Målrettede behovsstyrede og tilstrækkelige behandlingsmuligheder
- Krav om at professionelle og frivillige som er i kontakt med børn og unge, forstår at indgå i en motiverende dialog som kan blive grobund for forandringer, og at de skal ændre holdninger og kompetencer i forhold til fysisk aktivitet og bevægelse
- Ændrede holdninger til overvægt – både hos de overvægtige selv såvel og hos alle omkring dem; pårørende, kolleger, ledere, sagsbehandlere, sundhedspersoner, politikere m. fl.
- Lovgivningsmæssige overvejelser f.eks. i forhold til momsfrigørelse af sundhedsfremmende aktiviteter på arbejdspladsen, og mulighed for indtægtsdækkede aktiviteter i kommunalt regi
- Målrettet kompetenceudvikling og uddannelse af de lokalt ansvarlige

Årsagerne til overvægt er komplekse – men det betinger ikke nødvendigvis at løsningen behøver at være det. Løsningen har imidlertid mange aktører som specielt i fællesskab kan gøre en afgørende forskel. Hvis sunde fødevarer skal være tilgængelige, kræver det midler, engagement og involvering så både detailhandlen, fast-food leverandører, producenter,

myndigheder og NGO'er kan arbejde tæt sammen mod fælles mål.

Hvem har vi overset? Hvem har vi glemt i dag?

Ingen kan lide at blive glemt – men i dag der kun yderst få og meget sporadisk tilbud – og de tilbud som eksisterer, har ikke engang de nødvendige ressourcer til at yde en optimal indsats. De er f.eks. dem som er for overvægtige til en fedmeoperation, de som lider af spiseforstyrrelsen – madmisbrug, de unge som i forhold til forebyggelse er "hjemløse" og rent behandlingsmæssigt ikke kan fedmeopereres eller må få medicin. Overvægtige familier med overvægtige børn. Det kan være vanskeligt at sætte tal på disse grupper, men i forhold til voksne skønnes der at være ca. 100.000 der opfylder kriterierne for at blive henvist til en fedmeoperation.

One shot!

Hvis du fik at vide at du kun havde et forsøg på at gøre Danmark til et land, hvor overvægten kunne kontrolleres i sådan et omfang at man ikke blev syg og/eller uarbejdsdygtig – hvad ville den mest effektive indsats være?

Så den mest effektive indsats vil være at ændre på rammer og vilkår for hverdagslivet, så det blev tilrettelagt så mestringsevne, selvværd, livsoverskud blev fremmet. At der oprettes et nationalt samlingssted – et råd for overvægt – vil være en effektiv måde at vidensdele og inspirere til nye standarder og behandlingsmetoder på nationalt niveau.

Kom i gang – der er ikke brug for flere rapporter og undersøgelser. Der er brug for at omsætte den viden vi har til handlinger nu!

Kilde: Fedme er et samfundsproblem. Høring på Christiansborg den 27. oktober 2009.

*Læs og hør hele indlægget på:
www.teknologiraadet.dk*



Støt de overvægtige, henvis til
www.adipositasforeningen.dk
LANDSFORENINGEN FOR OVERVÆGTIGE



SPARRING • KURSER • FOREDRAG • NETVÆRKDANNELSE

Det mener de om behandling...

Nytænkning og samarbejde skal sikre sundhed i verdensklasse

Det danske sundhedsvæsen kan komme i verdensklasse, men det kræver nytænkning og et langt bedre samarbejde mellem det offentlige og private. Nytænkning, samarbejde mellem det offentlige og det private samt et skarpt fokus på forebyggelse er nøgleord, hvis kvaliteten i sundhedsvæsenet skal løftes. Det mener adm. direktør i Dansk Industri Hans Skov Christensen.

Paradigmeskift nu, tak!

I dag er der primært fokus på sundhedsvæsenet som et produktionssystem, hvor sygehusene får flere penge, jo flere de behandler - frem for på om den enkelte patient modtager den mest hensigtsmæssige behandling. Det skal der laves om på. Der er behov for en radikal ændring af sundhedsvæsenets måde at operere på, hvis vi skal gøre os håb om at få et sundhedsvæsen i verdensklasse, mener formand for Danske Regioner Bent Hansen.

Den medicinske patient skal opprioriteres

Der er en betydelig risiko for, at de medicinske patienter bliver tabere i det danske

sundhedsvæsen. Hvis det skal lykkes at optimere sundhedsindsatsen og behandlingsforløbet for de medicinske patienter, kræves der både et koordineret og målrettet patientforløb samt en højere prioritering af det medicinske område. Og så kræver det ikke mindst et holdningskifte blandt lægerne, vurderer formand for Medicinsk Tænk tank Thomas Gjørup.

Ikke penge nok til sundhed i verdensklasse

Erhvervsmanden Asger Aamund er ikke i tvivl om, at den største udfordring for det danske sundhedsvæsen er, at der er alt for få penge til at finansiere det. Det danske sundhedsvæsen er på vej ind i et gevaldigt finansierings problem, der kommer til at slå bunden ud af velfærdssamfundet. Der skal tjenes flere penge – snart – hvis danskerne fremover skal have et tilfredsstillende sundhedsvæsen.

Fokus på forskning er afgørende

Der skal satses endnu hårdere på sundhedsfremme og forebyggelse, hvis Danmarks sundhedsvæsen skal være med helt fremme. Der bruges langt fra nok ressourcer på sundhedsfremme og forebyggelse

til at sikre kvaliteten i det danske sundhedsvæsen. Området kræver langt større politisk fokus og vilje, hvis Danmark skal have et sundhedsvæsen i verdensklasse. Det mener formand for Kommunernes Landsforening Erik Fabrin.

Trygfonden giver millioner til sundhedsfremme, forebyggelse og helbredelse

Hidtil har der været en næsten naiv forestilling om, at det ikke koster ret meget at finde ud af, hvilken forebyggelse der virker. Men man må indstille sig på, at det er lidt lige som med farmakologi – det er big science,« siger forskningschef i Trygfonden Anders Hede.

Trygfonden bruger i år 400 millioner kroner til tryghedsskabende aktiviteter inden for sundhed, sikkerhed og trivsel. Pengene på sundhedsområdet går til projekter, der støtter bedre patientsikkerhed, akutindsatser, sygdomsforebyggelse, bedre tilbud til mennesker med kronisk sygdom og døende.

Kilde: www.sundhed2009.dk

Adipositasforeningens kurser, undervisning, foredrag

Adipositasforeningen har en stort team af dygtige foredragsholder og undervisere der tilbyder at komme ud til mange forskellige offentlige og private institutioner og virksomheder.

Foredrag mv. kan tilbydes til både ledelse, personaler, voksne, børn, unge samt ældre. Områderne vi kan dække er; forskning, pleje og behandling, sundhedspolitik, coaching og kommunikative redskaber samt den overvægtige egen historie.

Af emner kan nævnes: Mad-misbrugsforskning, forflytninger, pleje og behandling, etik og holdninger, DVD og egen historie om "et værdigt patient forløb". "De små skridt", kurser og undervisning i hvordan man takler f.eks. medarbejdersamtalen med den overvægtige medarbejder, 3 step redskaberne for forældre til overvægtige børn og mange andre.

Kontakt os og hør om vi har den underviser, der lige præcis kan, hvad du har brug for. Henvendelse til Nina Frahm, info@adipositasforeningen.dk eller telefon 3022 7848.



Adipositasforeningen informationsstand rykker ud!

Adipositasforeningen tilbyder at komme ud til dit arrangement der målretter sig til livsstilsrelaterede udfordringer. Udover stand informationerne har vi pakked løsninger med bl.a. indhold af debattører, foredragsholder og andet Events team.

Foto: Adipositasforeningens Stand i forum, KBH.



400.000 overvægtige danskere er overset i sundhedsvæsenet

Adipositasforeningen og fagforbundet 3F har nu etableret initiativet "Folkebevægelsen mod Overvægt". Formålet er at gøre opmærksom på en overset gruppe blandt de overvægtige. 400.000 danskere kan ikke tabe sig ved egen hjælp og har brug for bedre og målrettet hjælp. "Folkebevægelsen mod Overvægts første skridt er kampagnen "Bryd Tyngdeloven", der lanceres den 21. september med uddeling af æbler i København og Århus. Overvægtige kan nemlig "bryde tyngdeloven", hvis de får den rette, individuelle behandling

Mere end 400.000 danskere er så svært overvægtige, at klassiske diæter og motionsprogrammer ikke er nok til at hjælpe dem med at tabe sig. De udgør en overset mellemgruppe, som ikke 'passer ind' i samfundets sædvanlige kategorier for overvægt – de vejer for meget til at tabe sig på egen hånd og har derfor brug for en anden type hjælp, der inddrager både psykiske, fysiske og sociale problemstillinger. I stedet befinder de mange hundrede tusind mennesker sig i et tomrum, ude af takt med samfundets store fokus på forebyggelse, sund kost og motion, fordi de har brug for helt andre tiltag end dem, som bruges i dag.

- Tidens helt store mantra er, at man skal tage ansvar for sit eget liv, leve sundt og forbygge eventuel overvægt hos sig selv og sin familie. Men for mere end 400.000 overvægtige danskere er løbet altså kørt i forhold til forebyggelse. De er allerede svært overvægtige og har ikke kun brug for gode råd om løbeture og sund kost. I stedet har de brug for en langt mere varieret og individuel rådgivning, der både tager højde for fysiske, sociale og psykiske udfordringer, og den får de desværre kun sjældent. Derfor opfordrer vi eksempelvis de overvægtige danskere til at gå til lægen og få rådgivning om, hvordan de individuelt kan tabe sig, siger Regitze Siggaard, næstformand og talskvinde for Adipositasforeningen, som er landsforeningen for overvægtige i Danmark.

Overvægt koster samfundet milliarder

Med 'Bryd Tyngdeloven' vil Adipositasforeningen og 3F både sætte fokus på vilkårene for de mange svært overvægtige mennesker i Danmark og samtidig stille skarpt på de samfundsmæssige konsekvenser ved svær overvægt. Hvis ikke de mere end 400.000 svært overvægtige danskere får den rette behandling, koster

det samfundet mange mia. kr. nu og i fremtiden.

- Svært overvægtige har brug for behandling, der er tilpasset deres individuelle behov. Hvis ikke de får den rette hjælp til at tabe sig, risikerer vi at skabe en stor gruppe af mennesker med kroniske sygdomme, lavt selvværd og ringe livskvalitet. Samtidig ryger det danske sundhedsvæsens omkostninger til behandling af overvægtige gennem loftet, siger Søren Toubro, som er formand for Dansk selskab for Adipositas forskning og overlæge ved Reduce – Klinik for Ernæringsforskning i Roskilde.

Det tidligere Indenrigs- og Sundhedsministerium skønnede i 2007, at udgifterne til forebyggelse og behandling af sygdomme relateret til svær overvægt udgør mere end 14 mia. kr. om året. Sygefraværet på de danske arbejdspladser på grund af overvægtsrelaterede lidelser beregner styrelsen til over 1,6 mia. kr. årligt. Men værst af alt betyder overvægt stress, sygdom, lavt selvværd og tabuisering for en stor del af den danske befolkning.

Kilde: Søfartens ledere og Adipositasforeningen.

"Bryd tyngdeloven" kampagnen skudt i vejret med uddeling af æbler ved hjælp af mange frivillige



Komikeren Henrik Bruhn fra Komedy kuren hjælper Eventsteamet med at dele æbler ud på banegården i Århus.

3F og frivillige i gang med at sætte makater på kildevand



Foran hovedbanegården i København.

DE 3 STEP

i kampen mod kiloene



Sundhedscoach, Naima Kirkefeldt

Kolleger, familie og venner er vigtige medspillere, når du fløjter til kamp mod overflødige kilo.

Fællesskaber er vigtige, siger sundhedscoach Naima Kirkefeldt. Man kan dele det, der er svært, inspirere hinanden, støtte hinanden og være stolte sammen. Det er for eksempel en fremragende idé at lave og spise sund mad med andre. Nyde farven, smagen og duftene – og ikke mindst synet.

Engang imellem at lave sunde madpakker til hinanden på arbejdspladsen kan også være en måde at støtte hinanden på.

- Mange synes på forhånd, det er besværligt at lave sund mad. Så er det vigtigt at have en gruppe at lade sig inspirere af.

3 step i kampen mod kiloene

Naima Kirkefeldt er en af mange frivillige i Adipositasforeningen. En forening der arbejder for retten til et godt liv og ordentlige vilkår for overvægtige i Danmark.

Så hun kender alt til den evige kilo-kamp, der både handler om selvværd, kost og motion. Og det allervigtigste er at tage fat stepvis:

STEP 1:

Gør det, du altid har gjort.

Gør det legalt at spise kagen, chipsene eller det stykke chokolade, du har svært ved at undvære. Men det skal ikke mere være hver dag.

Put det, du skal spise, på en pæn tallerken, i et smukt glas eller en skål og nyd det. Lav gerne din egen lille ceremoni, hvor du virkelig nyder alle nuancerne i det, du spiser – uden at læse eller se tv samtidig.

STEP 2:

Gør dig klar til nye vaner

Du beholder de dårlige vaner, men sætter nye ind samtidig: En gulerod, et stykke frugt, lidt frugtsalat eller en smoothie. Beslut dig for at tage trapperne op og ned fem gange eller dans fem minutter, hvis du elsker musik.

Det handler ikke om fitness fem gange om ugen, men om at lave målene små, så de bliver en succes.

STEP 3:

Tag gradvis afsked med det gamle

Det er tiden til at fade ned på de dårlige vaner. Det er jo ikke dem,

man taber sig af. Lav et sundhedsvane-skema og sæt efterhånden flere af de nye og sundere vaner ind. Mellem en og tre nye vaner om ugen er et passende antal. Sjælen skal med, når du vil tabe dig, og derfor skal du ikke bare skrotte alt det gamle. Mennesker har relationer til mad, ligesom til andre mennesker.

- For eksempel kan sukkerafhængige nemt føle, de mister en god ven, hvis det er slut med slik og kager, siger Naima Kirkefeldt.

Kend dine undskyldninger

Få styr på alle de undskyldninger, vi kender.

Lav måske endda en liste:

- Jeg er træt
- Jeg venter til mandag
- Det har været en hård dag på arbejdet
- Det hele er synd for mig
- Jeg har gjort det godt i dag, det skal fejres

Indfør nye former for belønning:

- Miks en lækker smoothie til dig selv
- Gå en tur i byen
- Lyt til fem minutters musik
- Tag et varmt fodbad
- Giv dig lov til bare at være dig selv i nogle minutter

Kilde: Karin Ravn, Fagbladet 3F



Overspisning er den hyppigste spiseforstyrrelse

Overspisning / Binge Eating Disorders (BED) er en af de mest udbredte spiseforstyrrelser og den rammer stadig flere og flere. Kendskabet til sygdommens årsager har dog været begrænset, hvilket har alvorlige konsekvenser både, hvad angår forebyggelse og behandling. Det er vigtigt at se på overspisning fra en ny vinkel og på, hvordan vi kan behandle overspisere fremover.

LMS - Landsforeningen mod spiseforstyrrelser og selvskade har eksisteret siden 2001 og er en forening, der har til formål at nedbryde tabuer og skabe forståelse for spiseforstyrrelser og anden selvskadende adfærd. Landsforeningen mod Spiseforstyrrelser arbejder for at forebygge spiseforstyrrelser, give støtte, rådgivning og information til personer, der er ramt af en spiseforstyrrelse, samt pårørende og andre interesserede.

www.spiseforstyrrelser.dk

Sundhed styrer!

Det er presserende, at vi rejser en kritisk debat om de præmisser, der i dag bestemmer hvordan sundhedsfremme forstås og praktiseres. Vi bør huske på, at sundhed ikke bare er et individuelt ansvar, fordi staten har en åbenlys interesse i at sikre en arbejdsstyrke i topform og en reduktion af udgifterne til sygeværnet – sundhedsfremme er dermed at betragte som en styringsteknologi.



Af cand.mag. Iben
Charlotte Aamann

Stadig flere temaer og positioner er i de sidste fire årtier er blevet inkluderet i sundhedsdiskursen, samtidig med at sundhedsfremmende indsatser i dag i stigende grad italesættes som den enkeltes eget ansvar. Denne adfærdsregulering virker gennem selvteknologier, hvor individet ledes til selvledelse via det, der ofte betegnes "personlig udvikling."

DRs efterårsserie *By på skrump* er et oplagt eksempel på, hvordan denne "governmentality" afgør måden, vi taler om sundhed på. Her følger vi fem overvægtige borgere i Ebeltoft, der coachet af sundhedsguruen Chris McDonald (McD), en psykolog og en diætist, arbejder intensivt på at tabe sig. Alene psykologens tilstedeværelse er symptomatisk: Sundhedsbestræbelsen tager form som et personligt dannelsesprojekt.

Hjælp som styring

I afsnit 2, sendt d. 22. september er den 28-årige Louise hovedperson. Louise yder modstand og det forklarer psykologen som manglende selvtillid. Dette "hjælpen univers" er disciplinerings arnested: I et velmenende vokabularium, ud fra de bedste hensigter og fuldstændig blind for sin egen magtudøvelse, italesætter psykologen projektet som en hjælp til Louise for hendes eget bedste – helt uagtet at Louise tydeligvis hellere vil være fri og i øvrigt fremstår som en gæv og tilfreds 28-årig provins-pige.

Denne blide, normaliserende disciplinering ligner ikke magtudøvelse fordi den tager form som omsorg og støtte. Men spørgsmålet er, om Louise får et bedre liv og bliver en mere rentabel samfundsborger af at blive overbevist om, at hun har et selvværdsproblem. Det betænkelige er også, at magtens usynlighed umuliggør kritik: Louises modstand virker snarere som en bekræftelse på opfattelsen af, at hun har brug for hjælp.

Modstand elimineret

Louise har ellers, får vi ad vide, overvejet

at melde sig ud af programmet, og har flere gange undervejs i udsendelsen tryglende erklæret: "Jeg kan ikke overskue det lige nu!" Alligevel planlægger de tre coaches en konfrontation. Til det evaluende møde kan man derfor overvære McD råbe: "Det er fucking ikke godt nok, det der!", flankeret af diætist og psykolog, der vredt nedstirrer den genstridige Louise. Da McD anklager Louise for at trække resten af holdet ned, bryder hun omsider sammen. Sammenbruddet – som var konfrontationens eksplicitte formål – udløser straks belønning i form af en mildnet stemning og et anerkendende: "Jah, GODT Louise" fra psykologen.

Men én ting er den problematiske, populærpsykologiske idé om, at selve sammenbruddet er en slags "nulstilling," hvorfra en ny, sund opbygning af subjektet kan tage form. En anden ting er, at det modbydelige – og nøje planlagte – overgreb på hele idealet om en personlig integritet, fremstår legitimt. McD hævder ligefrem, i sin efterfølgende refleksion over krænkelsen, at: "Det var absolut nødvendigt."

Men spørgsmålet er, om marginalisering og stigmatisering vil øge befolkningens velvære og ydeevne eller om resultatet snarere vil være mere sygefravær og forøgede udgifter. Det er en velargumenteret pointe at sundhed i forvejen er ulige fordelt. Set i det lys bevirker den måde, sundhedsfremme i dag praktiseres på, blot, at de samfundsgrupper, som i forvejen levere kortere og ringere, påføres yderligere belastning.

I forlængelse heraf ligner McDs anklage om, at Louise trækker holdet ned en direkte spejling af anklagen om, at den, der udviser risikoadfærd vil belaste samfundsøkonomien med omkostninger for alle "os andre." Denne noget-for-noget-retorik bør anholdes fordi den ligner et forsøg på at afvikle selve velfærdstankens essens som netop er en noget-for-ikke-noget-solidaritet kombineret med en samfundsmæssig bevidsthed om fællesansvaret for de levevilkår, borgerne er underlagt.

Kritik som umuligt projekt

Nedbrydningen af Louise i *By på skrump* illustrerer altså hvordan kritik bliver et umuligt projekt, når styringen tager form som "hjælp til personlig udvikling." Louise tager ellers til genmæle: "Jeg er ikke et dårligt menneske" råber hun. – "Jeg er ligeså god som alle jer!" Men Loui-

ses affektytringer virker som urimelige anfægtelser af de tre coaches bestræbelser, der jo bygger på de bedste hensigter. Afvæbningen fuldendes, da Louise i udsendelsens slutning krammer sin overgrebsmand, og da Landsforeningen for overvægtige i efterfølgende uge kritiserer McD for sit grænseoverskridende og respektløse virke. I den forbindelse udtaler Louise nemlig, at "Jeg er ikke ydmyget" i en artikel, hvor det videre hedder, at "situationen er i virkeligheden udtryk for, at sundhedseksperterne ved, hvad hun har brug for, mener deltageren selv."

Den ultimative afmontering af modmagten sker i det øjeblik den dominerende inkorporerer de dominerendes perspektiv. Herfra kan Louise omsider ledes til selvledelse i retning af en normal krop. I et bredere perspektiv er problemet, at kritik, som er en grunddynamik i et demokratisk samfund, sættes ud af kraft, når modmagten reduceres til et symptom på behovet for hjælp.

Når sundhedsfremmende indsatser i dag entydigt retter sig mod områder, hvor den enkelte kan – og bliver – stillet personligt til regnskab, er det ikke bare forkasteligt ud fra et menneskeligt og demokratisk synspunkt. I et samfundsmæssigt perspektiv er det også tvivlsomt, om indsatserne har den ønskede effekt.



BIVIRKNINGER ved fedmeoperationer



Af overlæge
Jens Peter Kroustrup

Bivirkningerne ved fedmeoperationer afhænger af hvilken operation og teknik der anvendes, både hvad angår de umiddelbare operative komplikationer, såvel som de kirurgiske og medicinske komplikationer som kan opstå senere i forløbet. I Danmark udføres operationerne i overensstemmelse med den Nationale Fællesprotokol udarbejdet af Sundhedsstyrelsen.

Gastric banding

Ved gastric banding kan der opstå læsion på mavesækken, enten under operationen, men også senere, op til 10 år efter, kan båndet gnave sig ind i mavesækkens væg. Under båndet er der en ballon som bestemmer størrelsen af mavesæk forsnævringen, ballonen fyldes med væske fra et kammer som ligger i huden på bugvæggens forside. Hele regulerings systemet kan give anledning til bivirkninger, utætheder, infektioner eller fremmedlegmereaktioner. På lang sigt kan der opstå forskydning af båndet, eller udvidelse af mave og spiserør i den overliggende del. De mest hyppige, sene bivirkninger, er knyttet til selve måden båndet fungerer til at give vægttab, idet forhindring af normal passage kan give fødeintolerans i form af opkastninger, eller at visse fødeemner helt undgås. - Desværre iagttages ofte at kostvanerne ændres til fødeemner, der giver færre gener, mere sød og fed mad, med det resultat at vægttabet ikke holder.

Gastric bypass

Ved gastric bypass foretages mere gennemgribende ændringer af mave-tarmkanalens normale anatomi og funktion. Der er i alt 3 'åbninger', hvoraf de 2 kan give anledning til både lækage og forsnævninger. Disse komplikationer er ledsaget af karakteristiske symptomer, og

kan som regel nemt korrigeres. En hyppig bivirkning er mavesår i området ved den øverste sammensyning, som i en del tilfælde kræver langvarig medicinsk behandling. Den mest alvorlige bivirkning, som i enkelte tilfælde er fatal, er tarmslyng opstået i et indvendigt brok, eller som en følge af en forstyrret normal bevægelse af tarmen. De ernæringsmæssige bivirkninger er mangel på vitaminer og mineraler, idet den del af tyndtarm hvor vigtige næringsstoffer optages, bliver aflukket ved operationen. Betydningen af de forskellige, mulige mangeltilstande er først nu ved at blive undersøgt, men utvivlsomt er der en del patienter som ikke tager de anbefalede vitamin- og mineraltilskud, og som på lang sigt udvikler mangelsygdomme. Et andet endnu uafklaret område er, hvilken betydning det har for diagnostik og behandling af sygdomme i mavessæk, tolvfingertarm, galde og bugspytkirtel, at området er blindlukket.

Løsthængende skin

En anden type bivirkninger hænger sammen med det opnåede vægttab, idet en bypass operation i gennemsnit giver et vægttab på 50 kg, vil mange have gener af løsthængende skin og hudlapper især over mave og bryst, men også på arme og ben, resten af kroppen og halsen.

Patient tilfredsheden

Patient tilfredsheden målt ved spørgeskema undersøgelser ligger forbavsende højt, således er det første år efter operationen 92 % meget eller særdeles godt tilfreds med resultatet. De sidste 8 % synes vægttabet har været enten for lille eller for stort, eller der har været gener, bivirkninger eller komplikationer til indgrebet. Succesraten er dog således høj sammenlignet med andre tilbud indenfor sundhedssektoren, hvilket afspejles i den meget store efterspørgsel på fedmeoperationer. Problematik i forhold til danskere der lader sig operere mod fedme i udlandet Der er en del patienter som har fået foretaget operation i udlandet, skønsmæssigt 100 – 300 om året. Det er forståeligt i det omfang begrundelsen er manglende kapacitet i Danmark, hvis ventetiden findes urimelig lang, eller der er problemer med at komme frem til en specialafdeling.

Men det er problematisk når begrundelsen er en omgøelse af kriterierne i fællesprotokollen. Kriterierne er valgt med baggrund i undersøgelser der viser større risiko ved operation på ældre eller ved tilstedeværelse af anden alvorlig sygdom. Der er også dokumentation for den gunstige effekt af et vægttab før operationen, og vedrørende kriteriet om psykiske og mentale tilstand, må det anses for god lægepraksis, ikke at udføre indgrebet på patienter der ikke kan medvirke til de nødvendige efterfølgende kost- og livsstilsændringer. Der er desværre ingen overblik over hvilke udenlandske klinikker der opfylder de internationale standarder. Vedrørende komplikationer, bivirkninger og efterkontrol er der ingen regler. Vi har desværre set en del patienter, som ikke har fået den mest basale information om indgrebet.

Kilde:

Nr. 265: Fedme er et samfundsproblem. Høring på Christiansborg den 27. oktober 2009. Se: www.teknologiraadet.dk



GB-FORENINGEN.DK

Af Mona Larsen Formand for GB-foreningen

GB-foreningen er en forening der er oprettet med det formål at støtte og hjælpe folk der overvejer, eller har fået foretaget en fedmeoperation.

Foreningen opstod i 2005 med ganske få medlemmer, som en naturlig følge af det nyeste indenfor bekæmpelsen af overvægt, nemlig en gastric banding eller en gastric bypass operation. I dag er disse operationer langt mere udbredte, hvilket kan ses på GB-foreningen har næsten 700 medlemmer og knap 3000 brugere af Gb-forum.

Ambassadører og støttegrupper

Foreningen har et korps af ambassadører fordelt over hele landet, der støtter op lokalt, hvis man har spørgsmål om f.eks. hvordan det er at være opereret. Derudover har GB-foreningen lokale støttegrupper, hvor kommende og nuværende opererede, mødes og støtte hinanden i kampen mod kiloene, udveksle gode råd om kost mv. og få råd og vejledning i de

ting der forandrer sig, når man er fedmeopereret.

Hvorfor vælger så mange netop denne form for behandling?

Det foreningens medlemmer beskriver, er at de ikke føler at der er realistisk hjælp nok at hente i det danske samfund. De har alle prøvet de få muligheder sundhedssystemet byder på; mange har været på højskoler, prøvet medicinsk hjælp, gået til diætister og andre af de gængse behandlinger, alt sammen for at tage det tabte på igen, samt lidt ekstra kilo oven i. Fedmeoperation, enden på overspisning. At få en fedmeoperation, er for de fleste af vores medlemmer en umiddelbar ende på overspisning og på evnen til at indtage for meget sukker og fedt.

At de efter operationen ikke kan spise særlig meget og at hvis de gør det, straks får det dårligt af for meget indtag af fedt og sukker. Dette beskrives af mange som en stor en lettelse og som om kirurgerne har givet dem kontrollen over deres eget



FØR



EFTER

Fedmeoperationer et trækplaster

I Gb-foreningen er vi meget opmærksomme på at vi ikke skal reklamere for operationerne. Vor opgave er at vejlede og støtte, og være med til at nedbryde fordomme mod overvægt og fedme kirurgi. Mange især unge mennesker ser det som en hurtig løsning på deres overvægts problem. Men de unge må og skal prøve alt andet, før der tages skridt til at blive opereret. De ser jo at vi bliver slanke og tænker ikke så meget på, at de skal leve i mange år med operationen og dens bivirkninger. Yderlig information www.gb-foreningen.dk, eller ved at oprette sig: www.gb-forum.dk hvor man kan læse dagbøger, ser billeder og stille spørgsmål til andre i samme situation.

Fedmeoperationer holder døden fra døren

Mennesker, der bliver opereret mod fedme, formindsker kraftigt risikoen for at dø af hjerte-karsygdomme, diabetes og kræft, viser ny undersøgelse. Fem eller ti gange så mange skal opereres, mener svensk professor. Resultaterne er entydige i to nye undersøgelser, der er offentliggjort i New England Journal og Medicine. Patienter, der bliver opereret mod fedme, lever længere. Ifølge en svensk undersøgelse er 2.000 opererede fedmepatienter blevet fulgt i ti år. De er blevet sammenlignet med en lige så stor gruppe overvægtige, der ikke har gennemført operationer, og forskellen mellem grupperne er markant. De opereredes dødelighed er nedsat med 30 procent.

Dødeligheden faldt

I en amerikansk undersøgelse er 8.000 patienter, der lider af fedme, blevet fulgt, og resultatet peger i samme retning, her var dødeligheden i den opererede gruppe faldet med 40 procent.

Diabetes som dødsårsag forsvandt næsten helt i den opererede gruppe, mens risikoen for at dø af kræft- eller hjerte-karsygdomme blev mindsket med 60 procent.

Opfordrer til flere operationer

De nye resultater får lederen af den svenske undersøgelse, professor emeritus ved Sahlgrenska universitetssygehus Lars Sjöström, til at opfordre til, at flere fede patienter kommer på operationsbordet. »Konsekvensen må jo rimeligvis blive, at fedmekirurgi bliver mere almindeligt og mere accepteret«, siger han til avisen Dagens Nyheter. »I dag opererer vi cirka 1.000 om året i Sverige. Jeg forestiller mig, at vi bliver nødt til at operere fem eller ti gange så mange«, siger professoren.

Mange holder vægttab

Tidligere har der været tvivl om, hvorvidt fedmeopererede patienter fik vægttab på lang sigt. Men den svenske undersø-

gelse viser, at de patienter, der blev opereret med den mest effektive metode, Gastric Bypass, var gået 25 procent ned i vægt ti år efter operationen.

Der findes tre former for fedmeoperationer. Ved gastric bypass-operationen syes mavesækken sammen, og maden ledes uden om mavesækken og direkte ned i tyndtarmen. Ved to andre former for indgreb strammes mavesækken ind, så patienten dermed kan spise mindre. Kilde Politikken, Marie Hjortdal marie.hjortdal@pol.dk



BEHANDLINGSTILBUD til patienter med overvægt

på Livsstilscentret Regionshospitalet Brædstrup, Midtjylland



En overvægtig person og som ønsker at ændre på sin livsstil, kan i dag få hjælp ved en indlæggelse på Livsstilscentret i Brædstrup under Regionshospitalet Horsens, Brædstrup og Odder. Den overvægtige har mulighed for at deltage i et forløb bestående af 3 indlæggelser á 4 døgn varighed med ca. 3 måneders interval; dvs. 12 døgn afviklet over ca. et halvt år.

Formål

Formålet med behandlingen på Livsstilscentret er at man som patient øger sin

livskvalitet og forbedrer sin sundhedsadfærd. Behandlingen sigter imod, at den enkelte skaber større overensstemmelse mellem, hvad du gerne vil – og hvad du reelt gør!

Behandlingen

Behandlingen foregår på hold, hvor alle patienter er overvægtige. Netop samværet med ligestillede er vigtigt, da det giver mulighed for at udveksle erfaringer med andre, der også lever med overvægt og som ønsker at ændre livsstil.

Der er ca. 18 patienter på hvert hold. Den overvægtige er sammen med de samme medpatienter alle 3 gange. Imellem indlæggelserne har den overvægtige mulighed for tlf. opfølgning.

Teoretisk og praktisk undervisning

Der er både teoretisk og praktisk undervisning bl.a. i flg. emner:

Trivsel

Hvordan forandrer du livsstil og hvordan holder du fast i de forandringer du opnår.

Hvordan håndteres og takles f.eks. smerter og stress forårsaget af overvægten. Hvordan bryder du gamle og uhensigtsmæssige vaner.

Sundhedsfremme: Hvad sker der når du er overvægtig? Hvordan forebygger du yderligere forværring.

Ernæring

Hvordan sammensættes en sund og varieret kost. Hvordan får jeg vitaminer nok og hvilken betydning har et evt. stort forbrug af alkohol, sukker eller fedt.

Fysisk aktivitet

Hvilken betydning har det, at jeg er fysisk aktiv, og hvordan kan bevægelse virke smertelindrende. Hvordan finder jeg en motionsform jeg kan lide – og glæde ved at bevæge mig.

De kan deltage

For deltagelse forudsætter det at man er overvægtig og har en lægehenvielse på indlæggelsen. Den overvægtige skal være motiveret i forhold til at tilegne sig viden og færdigheder til at ændre livsstil. At vedkommende vil indgå i holdundervisning og skal kunne klare sig uden hjælp fra andre personer under opholdet.

Ægtefælle/samlever kan også komme med

Ægtefælle eller samlever er velkommen til at deltage under hele indlæggelsesforløbet, så de kan støtte hinanden i at gennemføre forandringerne.

Læst om behandlingscenteret

på www.livsstilscentret-braedstrup.dk og yderlige oplysninger ved Oversygeplejerske Grethe Simonsen, Leder af Livsstilscentret Tlf.:795913 25



Lene Medom Laursen:

"Her er ingen løftede pegefingre.

Vi lærer at tage ansvar for eget liv, og finder ud af at livsstilsændringer sagtens kan gøres med humor og sund fornuft.

Det vigtigste er at gøre noget godt for sig selv på egne præmisser!"



Eigil Werdelin:

"Jeg er holdt op med at ryge og har kun taget 1 kg på. Jeg har fået mange gode venner."

Fondsmidler og sponsorer til NYT BEHANDLINGSTILBUD til svært overvægtige

I Struer er et nyt og opsigtsvækkende behandlingstilbud under udvikling. For-projektet er allerede gennemført. Netop nu ansøger vi om midler til næste skridt i MADMISBRUGSPROJEKTET, således at vi kan være klar til et egentlig behandlingstilbud i løbet af det næste års tid.

**Afdelingsleder
Birgitte Hansen
StruerSkolen**



Madmisbrugsprojektets formål er at udvikle behandlingsmetoder til svært overvægtige med BMI over 40 og misbrugsadfærd i forhold til mad. En madmisbruger har en trang til mad som ligner den trang, en alkoholiker har til alkohol. Indhold: Madmisbrugsprojektet går ud på at udvikle behandlingsmetoder med adfærdsterapi og mestring af tvangsadfærd. Behandlingen indeholder adfærdsterapi, kostvejledning, praktisk madlavning, fysisk træning og motion.

Behandlingen:

Den overvægtige tager ophold på behandlingsstedet og gennemgår intensiv behandling i 12 uger. Opfølgingsfase på 1 år, hvor deltageren hver uge rapporterer til behandlerteamet om almen tilstand og vægt-reduktion. Efter et år overgår opfølgningen til netværksgruppe og tlf interview i op til 5 år eller mere, for at følge behandlingseffekten over lang tid.

Forventede resultater:

Vi forventer at den overvægtige opnår helt eller delvis mestring af tvangsadfærd og over tid opnår en betydelig vægtreduktion, opnår et stærkere helbred, undgår følgesygdomme, opnår større selvhjulpethed og større livskvalitet. Projektet ejes indtil videre af StruerSkolen, som er en selvejende institution beliggende i Struer og godkendt af undervisningsministeriet under lov om Frie Kostskoler. Madmisbrugsbehandlingen skal bo i en ny behandlingsinstitution, som får til huse i et tidl. plejehjem fra 1974, ejet af Struer Kommune.

Ledelse og samarbejde:

Madmisbrugsprojektet ledes af cand. psych Martin Helfer, tidl. leder af Stofbehandling i Ringkøbing Amt. Martin Helfer har været fuldtidsansat på projektet siden august 2008. Projektet samarbejder med alkoholbehandlingscenter Ringgården i Middelfart og med

Hospitalsenheden Vest i Holstebro. Til projektet er knyttet en meget stærk følgegruppe bl.a. Adipositasforeningen.

Madmisbrugsprojektet er udtryk for nytænkning. Projektleder Martin Helfer og undertegnede har præsenteret projektet for nogle medlemmerne af Folketingets Sundhedsudvalg, som alle mente at projektet bør nyde fremme.

Økonomisk støtte:

Det er altid en udfordring at gå ny vej, derfor søger vi sponsorer og fondspenge. Vi håber at rigtig mange af Adipositasforeningens læsere kan se perspektiverne i at få etableret et behandlingstilbud til en gruppe mennesker, som der i øjeblikket ikke findes noget behandlingstilbud til og samtidig se perspektivet i at få etableret en ny behandlingsinstitution i Vestjylland. Kontakt og yderlig information til afdelingsleder Birgitte Hansen, StruerSkolen formtiljob@struerskolen.dk

KORT NYT

Hjælp til overvægtige børn har kort levetid
Hvert år får en række kommuner penge fra staten til projekter, der skal fremme sund kost og motion hos børn og unge. Men når pengene fra staten slipper op, stopper projekterne. Avisen 24timer har kontakttet de kommuner, der stoppede med at få penge fra staten sidste år, og ingen af kommunerne har haft råd til at fortsætte projekterne i deres oprindelige form.

Ikke overraskende

Det er ærgerligt men ikke overraskende, siger Jeppe Matthiessen fra DTU Fødevareinstituttet, der forsker i danskernes kost- og motionsvaner. - Det er uheldigt, at projekterne stopper, for vi ved, at der skal et langt, sejt træk til. Hvis bør-

KORT NYT

nene ikke bare skal tabe sig, men også bevare vægttabet, skal initiativerne fortsætte efter projektperioden, siger han til 24timer. Siden 2005 har 31 kommuner fået 73 millioner kroner fra den såkaldte satspulje, der skal bruges til at ændre det faktum, at hvert femte barn, ifølge Sundhedsstyrelsen, er overvægtig.

Katastrofal indsats

Når vægten ryger i vejret stiger risikoen for livsstilssygdomme betydeligt - også hos børn. Derfor er det, ifølge børnelæge Jens-Christian Holm på Holbæk Sygehus, vigtigt at gøre meget mere for at bekæmpe overvægt hos børn og unge end man gør i dag. - Den nationale indsats er en katastrofe, for projekterne er alt for lokale

KORT NYT

og lemfældige og har ikke fat i tyngden af overvægtige børn i Danmark, siger han.

Sunde vaner kræver overskud

I landsforeningen for overvægtige, Adipositasforeningen, frygter man, at de familier der har allermost brug for hjælp bliver ladet i stikken, når projekterne må lukke og slukke - Det er naturligvis også forældrenes ansvar at holde de sunde vaner, hvis de har overskuddet til det. Men de familier vi hjælper i vores projekter er netop dem, der ikke har overskuddet, og derfor har brug for andre til at støtte og hjælpe dem, siger Regitze Siggaard, der er næstformand i Adipositasforeningen. Kilde: Mie Brandstrup, mieb@dr.dk, DR Nyheder.

Det forbandede hemmelige liv med PCO

Forfatter: Stine Lønbæk

Forlag: www.bog.dk

Af Nina Frahm,
formand for Adipositasforeningen

Stine Lønbæk har skrevet en fremragende og meget tankevækkende bog om sit eget liv med sygdommen PCO. Og som hun selv skriver "Forestil dig, at du var kvinde med mandlig skægvekst. Forestil dig, at du så skulle barbære dig mindst to gange om dagen, for at være sikker på, at ingen ville opdage din hemmelighed.

Og forestil dig, at den samme kvinde er overvægtig, aldrig føler sig mæt, og at ethvert forsøg på en slankekur – selv med hjælp fra en diætist – ender i nederlag. Man kan godt forestille sig, at denne kvinde ikke har et særligt stort

selvværd! Og at hun ikke har nemt ved at tale med nogen om det. Læg dertil sygelig træthed, humørsvingninger, kraftig hårvækst på andre dele af kroppen, tab af hovedhår, uregelmæssige menstruationer, vanskeligheder med at blive gravid og risiko for diverse livsstilssygdomme. – Selv med en stærk psyke kan det ikke overraske, at denne kvinde kan gå ned med flaget ind imellem". Langt over 200.000 kvinder i Danmark, har en eller flere af disse symptomer. Men det er kun en ganske lille del af disse kvinder der er i kontakt med behandlersystemet. De fleste har ikke kunnet gennemskue, at de meget forskellige generende faktorer kan være symptomer på én og samme sygdom. "derfor har det aldrig strejft dem, at gå til læge med disse meget private ting. De lever bare "det forbandede hemmelige liv" år efter år".



PCO –er en forkortelse for PolyCystisk Ovariesyndrom – altså mange cyster på æggestokkene, så er cysterne blot ét af symptomerne. Alle de ovennævnte symptomer fremkaldes af insulinresistens, og kan behandles effektivt med en kost, der indeholder en kontrolleret mængde kulhydrater.

Bogen kan varmt anbefales at læses.

KORT NYT

Utsigtede hændelser – hos svært overvægtige patienter

Andelen af overvægtige i Danmark er stigende. Det afspejler sig i et stigende antal svært overvægtige patienter på sygehuse. To tværsnitsundersøgelser har vist, at i 2005 var 3,5 % af patienterne svært overvægtige, og i 2007 var det 4,6 %. Fra et patientsikkerhedsmæssigt perspektiv stiller svært overvægtige patienter særlige krav til sygehusenes indretning, undersøgelse og behandling. Dansk og international litteratur viser, at de største problemer vedrører indretning af senge-stuer og behandlings rum, manglende eller forkerte hjælpemidler og behandlingsudstyr, kirurgiske og anæstesiologiske problemer.

Ved en søgning i Dansk Patientsikkerhedsdatabase for perioden 2004 til oktober 2008 fandtes 73 rapporter om utilsigtede hændelser, hvor det må formodes, at patienternes overvægt havde betydning for hændelserne. Hændelserne fordelte sig på 10 kategorier: hjælpemidler, lejring på sengestue, pladsforhold, personalebehov, fald, vanskeliggjort undersøgelse og behandling, udstyr til undersøgelse og behandling, medicinering, lejring ved operation samt anæstesi.

I rapporten foreslås, at der regionalt og lokalt foretages en gennemgang af senge-stuer, bad- og toiletforhold, undersøgelses- og behandlings rum med henblik på at sikre kapacitet til at kunne rumme det forventede antal svært overvægtige patienter. Det foreslås, at sygehusene planlægger, hvad der er brug for af hjælpemidler og behandlingsudstyr til denne patientgruppe. Det foreslås, at personalet får kendskab til svært overvægtige

KORT NYT

patienters særlige sygdomsspektrum, at de oplæres i betjeningen af de særlige hjælpemidler og behandlingsudstyr, samt at der planlægges efter, at der i særlige situationer er behov for mere personale til disse patienter. Kilde: Sundhedsstyrelsen 2009. www.sst.dk/publ/Publ2009/EFT/DPSD/DPS-DTema09_Overvaegt_21aug09.pdf.

Høring på Christiansborg om Fedme som samfundsproblem

Tirsdag den 27. oktober 2009 var der indkaldt til høring på Christiansborg. Emnet var: Fedme som samfundsproblem. Høringen var arrangeret af Teknologirådet for Folketingets Sundhedsudvalg, hvis formand Preben Rudiengaard var vært og ordstyrer. Til høringen var indkaldt en lang række eksperter, som fra hver sin vinkel kunne belyse emnet. Adipositasforeningen var også inviteret og fra foreningen deltog næstformand Regitze Siggaard. I høringen deltog også seks folketingspolitikere fra Folketingets Sundhedsudvalg. Politikernes opgave var at udspørge eksperterne. Dette gav et interessant billede af, hvad der rør sig lige nu og måske også et lille fingerpeg om, i hvilken retning udviklingen kommer til at gå. Alle indlæg kan læses og høres på www.teknologiraadet.dk

Strategisk forskning i velfærdssygdomme – metabolisk syndrom i perspektiv

Nyere forskning stiller spørgsmålstegn ved, om vi samfundsmæssigt prioriterer indsatsen mod velfærdssygdomme rigtigt. Et spørgsmål som Det Strategiske Forskningsråds Programkomité for Fødevarer,

KORT NYT

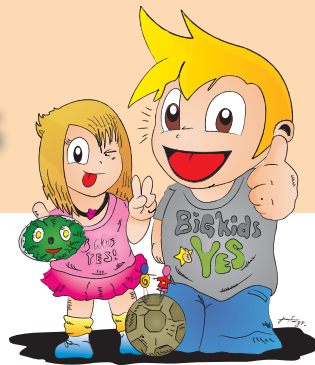
Sundhed og Velfærd satte fokus på en konference den 02.09.2009 i Landstingssalen på Christiansborg. Ved konferencen har programkomiteen inviteret nogle af Danmarks ledende forskere om området til at præsentere deres forskning og til at diskutere mulighederne for at gøre det endnu bedre i indsatsen mod det metaboliske syndrom. Betegnelsen "det metaboliske syndrom" henviser til kombinationen af de store velfærdssygdomme diabetes, fedme og hjerte-karsygdomme. Baggrunden er, at disse velfærdssygdomme udgør et stort og kraftigt stigende problem i både industri- og udviklingslande. Programkomiteen har siden 2004 udmøntet betydelige beløb til forskning i sammenhængen mellem fødevarer og velfærdssygdomme.

Konferencen var inddelt i tre sessioner, der belyste udvalgte aspekter af den strategiske forskning i velfærdssygdomme. Session 1 handler om påvirkninger på fosterstadiet og i tidlig barndom; session 2 handler om forholdet mellem fødevarer og fedme; og session 3 stiller skarpt på livsstil og diabetes. Læs Abstrakts fra oplæggene under nyheder på fi.dk og få yderligere oplysninger hos Det Strategiske Forskningsråds sekretariat, Susanne Edeling Hede: 3544 6377 Morten Andreasen: 3544 6230 Forsknings og Innovationsstyrelsen Bredgade 40, 1260 København K

Problemet med verden er, at fjolserne er skrāsikre og de kloge er fulde af tvivl"

Bertrand Russell,
engelsk filosof, 1872-1970.

JCI Danmark støtter BigKids



BigKids oplevede den store glæde at blive valgt som det projekt JCI ville støtte.

JCI Danmark (www.jci.dk) er en national netværksorganisation med 1.000 medlemmer, der fokuserer på personlig udvikling, internationalt arbejde og CSR (virksomheders frivillige arbejde med at integrere sociale, etiske og miljømæssige hensyn i deres forretningsaktiviteter). JCI Danmark er en del af en global netværksorganisation med over 350.000 medlemmer fra 170 lande. Igennem flere år har JCI Danmark fokuseret på at støtte konkrete lokale projekter af høj kvalitet igennem konkret assistance. Bl.a. har JCI Danmark hjulpet andre projekter med PR, branding, IT-systemer, frivillig arbejdskraft, fund raising, uddannelse og lign.

JCI Danmark holdt Nationalkongres i Esbjerg den 2.-4. oktober (se www.nk09.dk), hvor BigKids projektet stifter Naima Halse Kirkefeldt og Nina Frahm blev inviteret til at komme og fremlægge BigKids projektet og deres behov på en 2 timers workshop. Projektets 1-3 største udfor-

dringer blev løst under selve workshoppen på stedet, af de tilstedeværende virksomheders deltager og af deres netværk ved telefon opkald til mulige bidragsydere.

Virksomhedernes ide til BigKids

Under workshoppen foreslog de deltagende virksomheder, at vi ud over tilbud til kommunerne også skulle udarbejde BigKids tilbud til lokale virksomheders medarbejdere og deres børn i samspil med andre børn og forældre i det lokalområde hvor virksomheden ligger.

BigKids og JCI i arbejdstøjet

Efter workshoppen er der blevet fulgt op på de konkrete tiltag og der sikres at JCI Danmark også "leverer varen" overfor BigKids. Workshoppen og den efterfølgende opfølgning gennemføres af JCI Danmarks CSR Task Force med Anders Pennerup Gantzhorn CSR Director, JCI Danmark i spidsen. Efter de aftalte 2 måneders støtte

fra JCI, besluttede JCI at fortsætte med at støtte BigKids ubegrænset og så længe begge partner finder det nødvendigt.

Yderlige informationer:

Anders Pennerup Gantzhorn, CSR Director, JCI Danmark e-mail apg@tdc.dk og Naima Kirkefeldt, BigKids Relations og livsstilscoach coachyou@coachyou.dk, tlf. 3013 3939.



LIVSSTILSKURSUS ved Limfjorden

Er du træt af din overvægt?

Har du brug for professionel hjælp til at komme af med de overflødige kilo?

Livsstilslinjens psykolog, diætist, kok, fysioterapeut, fitnessinstruktør og øvrige lærere er klar til at tage hånd om dig.

Kurset begynder med et sundhedstjek: vægt, fedtprocent, BMI, taljemål, blodtryk, blodsukker, kolesterol, kondition og kroppens alder.

Målingerne danner grundlag for det videre forløb.

Få din egen kostplan og motionsplan.

Se: www.livsstilslinjen.dk

Kursusstart hver søndag.

Pris: 1650 - 2400 kr. pr. uge incl. eneværelse.

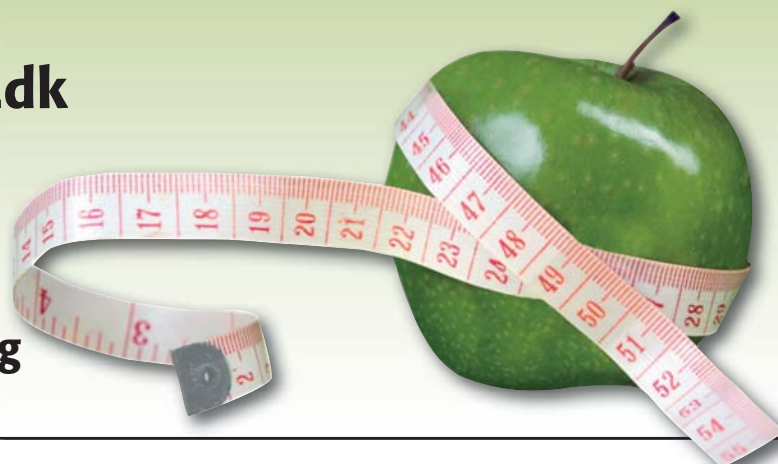
Pris: 1350 - 2100 kr. pr. uge som dag-elev.

Vælg uge-kurser eller 6 ugers modul.

E-mail: kursus@livsstilslinjen.dk

StruerSkolens Kursusafdeling

Tlf. 97 85 08 22 • Mobil 20 80 48 63





Adipositasforeningen

Landsforeningen for
overvægtige i Danmark

Blev stiftet i 1999 med det mål, at inddrage den overvægtige, som den vigtige part i debatten omkring de indsatsinitiativer, der iværksættes omkring bekæmpelsen og forebyggelsen af den alarmerende stigning af overvægtige i Danmark.

Hvem er vi?

Adipositasforeningen er en frivillig interesseorganisation/patientforening, der repræsenterer 1,3 millioner (40%) overvægtige mennesker i Danmark, hvoraf de 400.000 (13%) er svært overvægtige. De 100.000 af de svært overvægtige har direkte fysiske helbredsproblemer. Adipositasforeningen består af en gruppe mennesker der frivilligt stiller sin tid til rådighed for foreningens formål og bestyrelsen rummer mange fagområder og interesser. Vi er alle involveret i overvægtsproblematikken gennem vore pårørende, arbejde og eller eget overvægtsproblem.

Eksterne samarbejdspartnere

Adipositasforeningens eksterne samarbejdspartnere spænder vidt, da overvægtsproblematikken er infiltreret i mange faggrupper, patientforeninger og organisationer.

Foreningens formål

Adipositasforeningen søger ved at inddrage det hele menneske fysisk, psykisk og socialt at:

- hjælpe overvægtige og andre med forebyggelse initiativer på vej til et sundere og bedre liv.
- tale de overvægtiges sag over for det private, fællesskaberne og offentlige regi.
- bryde de overvægtiges isolation og nedbryde tabuer og fordomme.
- fjerne diskrimination og mobning i skolerne og på arbejdspladser.
- arbejde for at forbedre livsvilkårene for overvægtige i Danmark.
- arbejde for at fremme forskning i og oplysning om overvægt.
- formidle viden om overvægtsproblematikken for politikere, fagfolk og enkelte personer.
- deltage i den offentlige debat og søge indflydelse i stat, amt og kommune.
- samarbejde med andre instanser og foreninger der arbejder for og om overvægtige.
- støtte initiativer for og om overvægtige lokalt som på landsplan.
- arbejde for at skabe behandlingssteder og rådgivningscentre for og om overvægtige.
- hjælpe med oprettelsen af lokalforeninger og derved give mulighed for at møde ligesindet og hente inspiration og støtte til sunder livsstilsvaner.

- Samt at udbrede kendskabet til foreningens formål og ved at deltage i den offentlige debat, påvirke lokalsamfundet både i det private (familien), i fællesskaberne (Skoler, institutioner og idrætsforeninger) og det offentlige (Kommunen og amtet).

Det laver vi i Adipositasforeningen

Adipositasforeningen samarbejder omkring mange forskellige opgaver inden for forskning og undersøgelser. Foreningen bliver ligeledes inviteret til at deltage i mange forskellige offentlige og private aktiviteter hvor man finder Adipositasforeningen som en væsentlig samarbejdspartner. Mange skoleelever, universitets- og seminar studerende samt PHD studerende benytter sig af vores ekspertise og vejledning i deres opgave og projektarbejde.

Projekt BigKids

Projekt BigKids – Livsstilsændringer for overvægtige børn og deres familier. BigKids er en del af Adipositasforeningens indsatsområder og der bliver søgt midler hos forskellige puljer, fonde og private virksomheder, sådan at projektet kan blive et mere permanent tilbud for børn, om børn og af børn. www.bigkids.dk

Formidlings- og informationsvirksomhed

Adipositasforeningen kan tilbyde mange forskellige formidlingsaktiviteter til offentlige og private virksomheder. Adipositasforeningen er en naturlig samarbejdspartner omkring virksomhedernes sociale ansvar og i forhold til kommunernes " Sundhedsaftaler" med regionerne. Adipositasforeningen har en række foredragsholdere, undervisere og sundhedsformidlere der tilbyder deres ekspertise inden for kost, motion, psyke og coaching. f.eks. tilbydes der modulopbygget pakkedløsning til at fremme den fysiske, psykiske og sociale sundheden på arbejdspladsen. Mere information på info@adipositasforeningen.dk

"Den Nationale handlingsplan mod svær overvægt" – en håndbog med løsninger og perspektiver.

Adipositasforeningen var med i Sundhedsstyrelsens eksterne gruppe, der udmønter sig i en rapport til politikerne, med forslag til forebyggelse af overvægt i fremtiden. Adipositasforeningen betragter rapporten som en håndbog og opslagsværk som alle relevante partnere bør bruge i bestræbelserne på at afhjælpe og forbygge overvægts problemerne i Danmark.

NUMO – National Udviklingscenter Mod Overvægt.

Adipositasforeningen er en del af NUMO der har konceptudviklet og er ansvarlige for sundhedsstyrelsens Vægtstop uddannelse, en uddannelse som tilbydes landets kommuners sundhedspersonaler og på sigt vil Adipositasforeningen udbyde uddannelsen til andre aktører.

Det mener Adipositasforeningen:

Adipositasforeningen mener, at der skal være meget mere fokus på de psykologiske sider af overvægtsproblematikken. Dette kunne gøres ved mere tværfaglig tilgang til løsninger, bl.a. ved at have livsstilscentre der har både kost, motion og psykologi med i behandlingstilbuddet.

Slankekur og slankemidler kontra livsstilsændringer

Adipositasforeningens holdninger til ikke dokumenteret slankekur og slankemidler kan siges meget kort. Vi mener ikke at nogen slankekur og eller slankemidler kan stå alene. Vi går ind for sunde livsstilsændringer der går om det hele menneske fysisk, psykisk og socialt.

Diætist / psykoterapien på recept

Adipositasforeningens mener at, der ud over motion på recept også skal tilbydes den overvægtige en "recept" til diætist, psykoterapeut og Coach frem for udlevering af standardiseret kostvejledning.

Respektere forskelligheder – Stop mobning.

Adipositasforeningen mener at vi skal se og opfatte hinanden som ligeværdige mennesker, tyk som tynd, og respektere at vi er forskellige. Ved en større accept af hinanden, har vi mulighed for at hjælpe hinanden til en sundere livsstil.

Moderne livsform er den store synder

Vi har en effektiv og dygtig fødevarerindustri der laver billige og velsmagende fede og søde sager i monstres størrelser. Dette fører for mange mennesker til social og psykisk dårlig livskvalitet og desuden giver det en stærkt øget risiko for livsstilssygdomme som bl.a. diabetes type2, hjertekarsygdomme og slidigt.

Opfordring til Politikkerne

Adipositasforeningen mener at vores politikere skal give klare valg. Vores samfund må sætte standarder for hvilket slags tilværelse vi skal gå efter. Adipositasforeningen anbefaler at man forbyder reklamer for de meget usunde produkter. Det skal ikke via reklame gøres trendy og sejt at drikke søde sodavand og spise chokoladebarrer og chips eller opfordre vores børn at gå på burgerbar via farvestrålende reklamer med klovne, balloner og legetøjsfigurer.

Bliv medlem – gør en forskel!

Bliver du medlem af Adipositasforeningens enten som privat person, forening, faggruppe eller organisation, så giver du foreningen bedre økonomisk mulighed for få indflydelse. Vi har følgende kontingentsatser: Og har du tid og lyst til at give Adipositasforeningen en frivillig hjælpende hånd, vil du gøre foreningen stærkere.

Studerende/pensionister/efterlønnere	kr. 100
Personligt medlemskab	kr. 200
Grupper/foreninger/institutioner	kr. 400

Præsentation af bestyrelsen



Formand Nina Frahm
Tlf.: 30 22 78 48 – 23 31 63 39
nina@adipositasforeningen.dk

Samlivs- og seksualrådgiver, Tidligere revalideringskonsulent /direktør.

Udviklet nye metoder og redskaber til pensions- og arbejdsprøvningsafklaring. Års studie i psykoanalytisk psykologi. Arbejdet som voksen-underviser i pædagogik og psykologi. Underviser på Vægtstøprådgiver uddannelsen. Afholder foredrag og kurser; www.ninafrahm.dk. Projektansvarlig for www.bigkids.dk – lokale projekter for overvægtige børn og deres familier.



Kasserer Lene Plambeck
Tlf.: 55 96 52 20 / 21 72 30 51
lene@plambeckhogbogedal.dk

Uddannet ergoterapeut, MPM med videreuddannelse i medicinsk antropologi. Har arbejdet i mange år indenfor folkesundhed og arbejdsmiljø områderne. Er selvstændig med konsulentvirksomhed, rådgivning, undervisning og udvikler indenfor sundhedsfremme og forebyggelse med fokus på svær overvægt. Forfatter til undervisningsmaterialet "Svær overvægt – forflytning og etik" til brug for personaler på sygehuse og i sundhedsplejen.



Medlem Carsten Jensen
Tlf.: 97 89 15 44.
kge@kge.dk

Efterskoleforstander på Kongensgaard Efterskole. Arbejder for og med overvægtige unge, der gerne vil have et almindeligt efterskole år, med fokus på vægttab og sund livsstil. Arbejder i bestyrelsen med udadvendte aktiviteter.



Medlem Ida Oxholm
Tlf.: 22 31 51 59
info@idaoxholm.dk

Uddannet dybdeterapeut, med kurser i mentaltræning; Silver Mind, NLP og dynamisk filosofi. Forfatter til bøgerne "Sult indefra" og "tænk dig glad". Er selvstændig og afholder undervisning, foredrag og konsulentvirksomhed samt behandling fra egen klinik.

Deltager i følgegruppen for "Madmisbrugsprojektet" og i Adipositasforeningens øvrige aktiviteter.

Intern revisor Jerry Engelgaard
jengelgaard@yahoo.dk

Observatør Thomas Meinert Larsen
tml@kvl.dk

Adjunkt. Dansk Selskab for Adipositasforskning (DSAF) Institut for Human Ernæring, KU.



Næstformand Regitze Siggaard
regitze@aktivo.dk
Tlf.: 45 87 48 88

Kampagneleder for www.fuldkorn.dk. Uddannet cand.brom med speciale i human ernæring.

Har arbejdet med sundhedsfremme og forebyggelse i 20 år i bl.a. Center for Forebyggelse i Sundhedsstyrelsen. Er særlig interesseret i formidling og respektfuld kommunikation samt adfærdssændringer. Er Adipositasforeningens repræsentant i en række arbejdsgrupper og kontaktperson i forhold til fundraising. Konzeptudvikler og ansvarlig for NUMO – National Udviklingscenter Mod Overvægt, samt for Vægtstøprådgiver uddannelsen.



Medlem Bruno Mainborg
Tlf.: 33 93 70 50
Bruno.mainborg@mail.dk

Audiologopæd/ tale pædagog. Rulleskøjteinstruktør, deltager i Berlin maraton på rulleskøjter. Kammerkorsanger, teater sanger, Guide på helse ture til Polen og er statist inden for film branchen. Arbejder med udadvendte aktiviteter ved sundhedsdage og messer.



Medlem Birgitte Hansen
Tlf.: 20 80 48 63
formtiljob@struerskolen.dk

Kursusleder og underviser på www.livsstilslinjerne.dk og StruerSkolen. Udvikler og ansvarlig for forskningsprojektet "Madmisbrug". Arbejder i bestyrelsen med udadvendte aktiviteter med bl.a. foredrag, konference og messer.



1. suppleant Anne Kirkefeldt
Tlf. 21 20 18 46
anne@karise-net.dk

Uddannet SoSu/ass med speciale inden for socialpsykiatrien. Arbejder med Recovery og Empowerment processer. Er adm. koordinator, praktikvejleder og undervisning af elever. Adipositasforeningens kontaktperson for Patienstøttegruppen

Adipositasforeningens kontor
Strøby bygade 21 D, 4671 Strøby
Tlf.: 30 22 78 48
info@adipositasforeningen.dk
www.adipositasforeningen.dk

BigKids
Tlf.: 30 22 78 48 – 61 69 03 70
info@bigkids.dk
www.bigkids.dk



Per Brændgaard
per@perbraendgaard.dk
Tlf. 26 25 20 10

Selvstændig sundhedsvejleder. Uddannet cand.scient. i human ernæring. Udvikler af Små Skridt-metoden og Manuskript-udvikler af bogen "Små skridt til vægttab - der holder" for Sundhedsstyrelsen og Komiteen for Sundhedsoplysning. Underviser på efteruddannelses-kurser for fagfolk for Sundhedsstyrelsen og Lægeforeningen. Foredragsholder for både fagfolk og offentligt. Skribent for en række blade. Sundhedsvejleder på arbejdspladser og i privat praksis. Konsulent for offentlige myndigheder og private virksomheder. Mange års samarbejde med Adipositasforeningen i forskellige sammenhænge.



Naima Kirkefeldt
Coachyou@coachyou.dk
Tlf.: 30 13 39 39
BigKids konsulent og underviser

Socialpædagog, uddannet NLP Master Practitioner fra Dansk NLP Institut med overbygning uddannelse som Coach og er ligeledes uddannet Mindfulness instruktør. Har efteruddannet sig i bl.a. i kognitiv terapi og supervision samt i den løsningsfokuseret samtale. Arbejder som selvstændig coach og underviser, bl.a. i www.hverdagenshelte.com samt i kommunalt regi med unge og deres netværk som speciale. Medstifter og Konzeptudvikler på BigKids projektet. Fungere som konsulent og underviser frivillige og ansatte i BigKids projekter og ved kontaktpersonsuddannelsen.



Nina Wilcke
BigKids administrative coordinator
Info@bigkids.dk

Uddannet i Sundhedsfremme og Sundhedsstrategier kombineret med Psykologi ved Roskilde Universitet. Ansvarlig for planlægning, samarbejde og kontakten til de involverede familier, frivillige, sponsorer, ledelse og samarbejdspartnere f.eks. kommunerne og eller andre samarbejdsaktører. Arbejder med at skaffe sponsorer til projektet samt udvikling af oplysningsmateriale og videreudvikling af BigKids konceptet samt BigKids hjemmeside. Dokumentere og evaluere på BigKids.



N. Christian Trane
BigKids Coach
Info@bigkids.dk

Life Quality Guide, Folkeskolelærer og Multi-sport instruktør, Individuelle og gruppe coachende opgaver for ledelsen, frivillige, børn og forældre i projekterne. Planlægger og er ansvarlig for aktiviteterne på BigKidsCamps og BigKids weekends ophold. Opsøgende arbejde og networking i lokalsamfund mht. hvervning og etablering af BigKids projekter.



Hvad får du ud af et medlemskab i Adipositasforeningen?

- Aktivt at være talerør for de overvægtige i kampen mod den globale fedme epidemi
- Lobbyaktivitet overfor myndigheder og indflydelsesrige faggrupper, f.eks. forskere og læger.
- Hjemmeside med aktuelle informationer
- At indgå i relevante samarbejdsrelationer, lokalt såvel som på landsplan, i forbindelse med forskellige konkrete initiativer, bl.a. forskning og udviklingsprojekter.
- Økonomisk støtte til bl.a. transport, så medlemmerne af hovedbestyrelsen, lokal foreninger og andre undergrupper får mulighed for at arbejde aktivt for Adipositasforeningens formål.
- Modtager temablade og anden relevant informations flere gange om året.

Adipositasforeningen som sparringspartner

Adipositasforeningen er et rigtig godt udgangspunkt for et tværfagligt samarbejde mellem behandlere, myndigheder og den enkelte borger imod den al vorlige og globale overvægtsepide mi.

Vore gode samarbejdsrelationer viser sig bl.a. ved at vi via Sundhedsministeriet har fået forskningsmidler til en målrettet, tværfaglig efteruddannelse af behandlere (f.eks. læger, diætister og psykologer) med direkte kontakt til den overvægtige.

Derfor bruger vi mange kræfter på at styrke interessen for at bruge foreningen til at få iværksat ny forskning, behandlingsmetoder og andre aktiviteter, også på lokalt plan.

Læs mere på:
www.adipositasforeningen.dk



Returadresse:

Adipositasforeningen
v/ Nina Frahm
Strøby Bygade 21
4671 Strøby

Eftersendes ikke ved vedvarende adresseændring men tilbagesendes med oplysning om den nye adresse.