

Region Hovedstaden
Center for Sundhed



Forebyggelse og sundhedsfremme

Opgaveudvalg



Opgaveudvalget om forebyggelse og sundhedsfremme

I december 2020 godkendte Regionsrådet kommissoriet for et nyt opgaveudvalg om forebyggelse og sundhedsfremme. Opgaveudvalget om forebyggelse og sundhedsfremme har fokus på børn og unge, der lever med overvægt. Et stort antal børn og unge lever med overvægt. Derfor er der behov for at finde nye løsninger på, hvordan regionen kan bidrage ind i det forebyggende arbejde, så børn og unge får et godt liv og undgår, at deres overvægt udvikler sig til svær overvægt.

Opgaveudvalget har drøftet følgende temaer:

- Mødet med sundhedsvæsenet - fokus på overvægt uanset årsagen til kontakten
- Forventninger til sundhedsvæsenet, hvis man har brug for hjælp i forbindelse med overvægt
- Opfølgning og hjælp - også efter vægttabet
- Det hele menneske - det psykologiske aspekt

Opgaveudvalget blev afholdt i form tre møder i maj 2021, hvoraf de to første møder blev afviklet virtuelt grundet situationen med COVID-19, mens det tredje og sidste møde blev afviklet som et fysisk møde. I opgaveudvalget om forebyggelse og sundhedsfremme deltog otte borgere, der har erfaringer med overvægt - enten erfaringer med selv at leve med overvægt som barn/ung eller erfaringer med at være pårørende til børn/unge med overvægt. Derudover deltog tre regionale politikere og en kommunalpolitiker samt repræsentanter fra administrationen og hospitalerne. Karin Friis Bach (B) har været formand for udvalget, Susanne Due Kristensen (A) har været næstformand og Qasam Nazir Ahmad (Å) har været medlem af udvalget. Derudover deltog byrådsmedlem Bjørn Svensson (Ø) fra Fredensborg Kommune som medlem af udvalget.



Overvægt blandt børn og unge skal mødes åbent, omsorgsfuldt og handlingsorienteret

Overvægt er en udfordring, der kræver handling

Sundhedspersoner skal udvise omsorg og ansvar ved at handle, når de møder et barn, der kunne være i risiko for overvægt eller er overvægtigt. Det skal være lige så naturligt at tale om overvægt som rygning/alkohol, men vi skal finde ud af, hvordan vi gør det på en god måde.

Når fagpersoner ikke spørger, så kan det være forældrenes indtryk, at der ikke er noget at være bekymret for, men vi risikerer også stigmatisering og ulyst til at komme til fx læge, hvis overvægten italesættes hver gang.

Tættere tværsektorielt samarbejde

Sundhedspersonale fx læger og sundhedsplejersker skal være bedre klædt på til at kunne rådgive om mulighederne på tværs af sektorer. Hvor og hvordan man kan søge hjælp i forhold til overvægt fx kommunale tilbud, hospitalstilbud og tilbud og grupper i nærområdet, foreninger mv. Erfaringer kan hentes fra samarbejde om rygning.

Gevinsten ved forebyggelse kan ikke overvurderes

Hvis vi investerer i forebyggelse, kan vi senere se en effekt. Livsstilssygdomme koster meget livskvalitet og mange penge, som vi kunne undgå, hvis vi forebyggede mere. Gode rammer tidligt i livet, kan være med til at grundlægge sunde vaner, fx i forhold til maden.

Der kan være mange forskellige årsager til overvægt, og tidlig indsats i forhold til den bagvedliggende årsag kan gøre en stor forskel.



Flere og bredere tilbud til børn og unge med overvægt

Overvægt er ikke en størrelse

Et bestemt BMI bør ikke afgøre, om man kan få hjælp til overvægt. Der skal være tilbud til alle børn og unge, der ønsker hjælp med overvægt.

Flere af de rigtige tilbud til børn med overvægt

Der er behov for en bredere vifte af tilbud til børn med overvægtsproblemer. Et medlemskab i den lokale fodboldklub kan være en hjælp for nogle, mens andre har brug for mere skræddersyede tilbud, hvor man ikke føler sig anderledes pga. sin vægt. Motionens form skal tilpasses den enkelte.

Styrket samarbejde kan skabe den røde tråd i patientens forløb

Styrket samarbejde på tværs af hospitaler, almen praksis og kommunens sundhedsplejersker og 'skolesygeplejersker' kan sikre en rød tråd i patientens forløb.

Der er behov for bedre samarbejde og koordinering mellem forskellige afdelinger på hospitalet, fx ved at have multidisciplinære teams omkring patienter, som har overvægt. Som patient/pårørende føler man sig ofte alene i håndteringen af overvægt. Sundhedsvæsenet har ikke tilstrækkelig opmærksomhed på overvægt, heller ikke når det skyldes medicinbivirkning.

Styrket samarbejde med sundhedsplejersker

Styrket samarbejde mellem hospitalerne, almen praksis og sundhedsplejerskerne i kommunerne kan øge kendskabet til hinandens tilbud, hvilket gør det nemmere at tilbyde patienten de relevante tilbud. Hospitaler og kommuner bør i højere grad bruge diætister, og også tilbyde længerevarende forløb.



Mere opfølgning

Brug for mere opfølgning

Borgeren skal ikke lades alene efter væggtab, og det er ikke nok at få et telefonnummer at ringe til. Der er behov for en langsigtet indsats med støtte, fx fysiske møder eller støttepersoner, der ringer og følger op med patienten.

Fokus på trivsel og fællesskaber

Man bliver ikke lykkelig af at veje noget bestemt. Vi skal kigge på hele mennesket - også den mentale sundhed.

Der er behov for fællesskab og konkurrenceelement for at fastholde motivation til at tabe sig og fastholde vægttabet.

