

Kære alle



Vi er nu så småt og forhåbentlig ved at komme ud på den anden side af covid-19 pandemiens lockdown, selvom vi lige nu står overfor en kommende vinter, hvor det angiveligt bliver værre. Danske børneafdelinger er i øjeblikket meget belastede med almindelige RS-virus (respiratorisk syncytialvirus) infektioner, som normalt optræder i de koldeste måneder hos de mindste børn. I stedet ser vi nu mange syge i efteråret og med større børn og unge, som vi faktisk ikke har set før. Det ser ud til, at lockdown har haft nogen komplekse indvirkninger på flokimmuniteten forstået således, at vi som befolkning pludselig er blevet mere sårbare overfor nogle mere almindeligt forekommende infektionssygdomme. Flere børneafdelinger har således måtte mindske deres funktion på andre områder, hvor vi eksempelvis også har måtte skrue ned i Enheden for Børn og Unge med Overvægt, hvilket desværre bevirker længere ventetider. Alligevel er vi ved at komme i gang med flere store forskningsprojekter for børn og unge med overvægt, som ellers har ligget i dvale under lockdown.

EUROPA-KOMMISSIONEN



Cilius Fonvig og Jens-Christian Holm har netop haft møde med Europa-parlamentariker Pernille Weiss, som ufortrødent arbejder på at få defineret svær overvægt som en kronisk, alvorlig, tilbagevendende og fremadskridende sygdom i både Danmark og Europa. En lang række europæiske lande har allerede deklareret svær overvægt som en sygdom, hvilket er helt i overensstemmelse med WHO siden 1948, Den Amerikanske Lægeforening siden 2013, Den Canadiske Lægeforening siden 2015, European Association for the Study of Obesity (EASO) siden 2015 og Europa-Kommissionen siden marts 2021. Pernille Weiss er meget lydhør over for denne udvikling og er med på, at det vil afkræve en anden

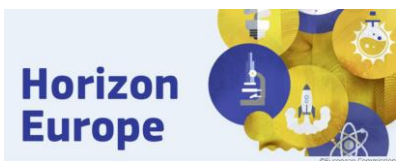
grundforståelse af overvægt, inklusive uddannelse af behandlere, så man kan varetage opgaven med en tilsvarende professionalisering jf. lægeløftet. Pernille Weiss ønsker at komme på studiebesøg hos os og ved godt, at Holbæk-modellen dels er meget udbredt i Danmark, dels begynder at være undervisningsgrundlag i europæisk regi. Holbæk-modellen har således lærebøger, kurser, materialer og digitale systemer, som p.t. er oversat til Norsk, Arabisk og Engelsk. Se Europa-Kommissionens udmelding om at svær overvægt er en sygdom [her](#). Se Danske Børnelægers udmelding om at svær overvægt er en kronisk sygdom [her](#). Se EASOs udmelding om at svær overvægt er en kronisk sygdom [her](#).

HORIZON

Vi er i øjeblikket ved at planlægge en stor europæisk Horizon ansøgning på ca. 77 mio. kr., hvor vi ønsker at teste Holbæk-modellen i minimum 6 forskellige lande i og omkring Europa, hvor der vil blive prioriteret områder uden for Centraleuropa, som eksempelvis Østeuropa, Baltikum og Hviderusland. Vi er godt i gang med at etablere et europæisk konsortium med professionel hjælp fra ind- og udland. Vi har store forventninger til at se hvorledes og hvordan vi anvender Holbæk modellens produkter i form af lærebøger, kurser, materialer og digitale systemer i andre kulturer og sprog. Der ligger selvfølgelig en meget stor opgave i at få udviklet projektet optimalt, men vi er ved godt mod og arbejder intenst for at realisere denne vision.

BEHANDLERLICENS PRO

Vi har lavet en ny prisstruktur på *Behandlerlicens Pro* således at man nu betaler kr. 4.750,- per behandler per år, hvor behandleren derefter kan tage lige så mange patienter i behandling som man har lyst til. I den anledning er det en stor glæde at mere end 70 kommuner indenfor de





sidste 8 år har valgt at lade deres sundhedsprofessionelle kompetenceudvikle med kurserne i Holbæk-modellen.

Kursusuddannelsen er de facto den største udgift ved at etablere en digitaliseret behandlingsklinik der bygger på Holbæk-modellen. På den måde er det digitale system *Behandlerlicens Pro* nu tilgængeligt for en mindre årlig udgift for de fleste kommuner. *Behandlerlicens Pro* udregner automatisk BMI SDS og giver dermed mulighed for evalueringer af behandlingsresultaterne på internationalt videnskabeligt niveau.

Behandlerlicens Pro ledsages med support og giver dermed patienten en hjælpende hånd i hverdagen. Vores digitale system er netop blevet underbygget med en international videnskabelig artikel der viste at 72% af brugerne reducerede deres grad af overvægt (85% hvis de anvendte systemet 5 gange) samtidig med at fysisk aktivitet, livskvalitet, humør og kropsopfattelse blev øget, imens at appetit og mobning blev mindsket, se den videnskabelige artikel [her](#).

HOLBÆK-MODELLEN TIL SKOLER

Vi er kommet godt i gang efter covid-19 lockdown med at implementere Holbæk-modellen på Stenhus Kostskole i Holbæk. Et netværk af lærere er blevet kursusuddannet og dermed kompetenceudviklet i Holbæk-modellen med specielt fokus på fysisk, mental og social trivsel og læring, som herefter kan holde andre lærere og elever i hånden, hvad angår dagligdagens udfordringer, hvad angår skærm-tid, slik, fastfood, sodavand, sociale kontakter, fysisk aktivitet og meget mere. Bogen *Det Bedste for Barnet* er givet til alle lærere og anvendes indirekte som pensum i en række fag som matematik, fysik, kemi, biologi, engelsk, dansk med mere. Sundhedsspillet *Sjov og Sund med Doktor Holm*, som er et underholdende, sjovt og lærerigt spil, der sætter fokus på aktuelle problemstillinger omkring børns sundhed og trivsel, bliver anvendt til de mellemste klasser. Spillet er udarbejdet af Jens-Christian Holm i



samarbejde med to erfarne spiludviklere/lærere. Spillerne kommer omkring kategorierne "Dilemma", "Quiz", "Udfordring" og "Hændelse" og er med til at skabe en positiv dialog, uden løftede pegefingre, omkring vigtige problemstillinger. Endelig anvender vi Holbæk-modellens digitale systemer til de elever, som må have brug for det.

VEJE ELLER EJ

Sundhedsstyrelsen melder nu klart ud at børn og unge i Kolding kommune skal vejes og måles. Sundhedsstyrelsen siger, at det er vigtigt at kunne gribe ind overfor udvikling af overvægt. Vi syntes ikke bare det handler om overvægt, men faktisk om i princippet flere hundrede forskellige sygdomme i barnealderen der på forskellig måde griber forstyrrende ind i den normale vækst og udvikling og som dermed har potentiale til at have en negativ indflydelse på fysisk, mental og social trivsel. Årsagen til at man ikke skal veje og måle er angiveligt at det medfører spiseforstyrrelse. Der er bare ikke noget som helst videnskabeligt grundlag for at komme med den påstand. I stedet har en nylig metaanalyse vist, at klinikker der måler og vejer børn og unge og behandler overvægt i stedet reducerer bulimi, anoreksi, følelsesbaseret spisning og andre indikatorer for forstyrret spisning. At undlade at veje og måle børn og unge gennem vækst og udvikling er i princippet at gå tilbage til den mørke middelalder, hvor vi dermed efterlades uden vigtig viden til at kunne støtte og hjælpe børn og unge, der i princippet kan udvikle hundredvis af sygdomme som optræder i barnealderen i befolkningen. I kan eventuelt læse mere [her](#).



WEBINAR

Jens-Christian afholder sit næste webinar tirsdag den 19. oktober kl. 20 i Facebook-gruppen "Boost din hverdag sundere". Emnerne bliver evidensen bag DrHolmApp, psykisk sygdom og overvægt.



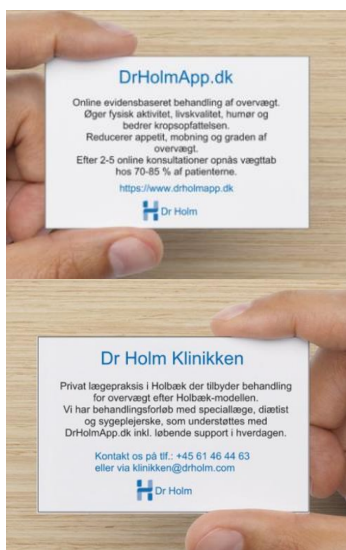
Man kan bede om at blive medlem og dermed være en del af et fællesskab, hvor man kan stille spørgsmål, rejse problemstillinger og dermed diskutere relevante, interessante og vigtige problemstillinger i tiden. I kan allerede nu stille spørgsmål i gruppen og komme med forslag om fremtidige emner. Vi har rundet mere end 1.700 medlemmer og ser frem til vi ses igen 😊

VISITKORT OG KURSUSHÆFTE

Vi har netop fået visitkort, hvor DrHolmApp.dk beskrives på den ene side og Dr Holm Klinikken på den anden side. Dette visitkort er tiltænkt eksempelvis andre familiemedlemmer som har overvægt og som behøver hjælp, men som man som behandler måske ikke selv er i stand til at imødekomme.

Desuden har vi lavet et mindre kursushæfte der omhandler Holbæk-modellens kompetenceudviklingskurser; Kursus 1-4 som beskrevet her [Kurser for fagpersoner til behandling af overvægt | Tilmeld dig her \(jenschristianholm.dk\)](#)

Hvis I er interesserede, så send Dorte en mail på klubben@drholm.com og så sender vi visitkort og eller kursushæfter til jer.



KOMMENDE KURSER I HOLBÆK-MODELLEN

Næste kursus i Holbæk-modellen er Kursus 2, som bliver afholdt den 26.-27. oktober 2021.

Kurset afholdes i Ringsted Kongrescenter, Nørretorv 55, 4100 Ringsted.

Kursus 1: 18.-19. januar 2022.

Introduktionskursus.





Kontakt os

Kalundborgvej 114
4300 Holbæk

Danmark

Jens-Christian Holm
Overlæge, Ph.d.,
Forskningslektor
+45 2620 7533
jch@drholm.com

Dorte Jensen
Sekretær, Dr Holm
+ 45 6146 4463
klinikken@drholm.com

Læs mere på
www.jenschristianholm.dk

Kursus 2: 26.-27. oktober 2021.

Follow-up kursus; opfølgning på behandlingen.

Kursus 3: 7.-8. december 2021.

Fordybelseskursus; vores værdier i et metaperspektiv.

Kursus 4: April/Maj måned 2022.

Pædagogik og kommunikation. Refleksion og fordybelse.

Brush Up: 30. november 2021

At gøre patienten nem.

<https://www.jenschristianholm.dk/vi-tilbyder/kurser-for-fagpersoner/kursus-tilmelding.aspx>

Den evidensbaserede digitale løsning for Holbæk-modellen;
[*Behandlerlicens Pro*](#) er en del af kursusindholdet på alle kurser.