

Kære alle

Vi har fortsat meget travlt, det er jo dejligt.

Der er en række vigtige fund på vej.

Der kommer snart behandlingsresultater fra en række kommuner over hele landet. Holbæk-modellen øger muskelmassen i modsætning til standardbehandling, der anvender kalorierestriktion inklusive medicinsk behandling.

Årskonferencen Holbæk-modellen 2024 er under opsejling, kom endelig med forslag til emner, som vi planlægger til 2 dage i oktober.

WHO anbefaler ikke at anvende sødemidler til behandling af adipositas og vi har en vigtig ny artikel, der undersøger forhold omkring gener, pubertetsudvikling og vækst og fremtidige sygdomme.

Til slut vil vi gøre opmærksom på, at vi, per opfordring, udbyder et nyt kursus om den gravide med overvægt.

NYT KURSUS - DEN GRAVIDE MED OVERVÆGT

Hermed inviteres du til Kurset "Den gravide med overvægt".

Du vil på dette kursus lære at imødekomme den gravide og dermed en række behov, udfordringer og nødvendige hensyn. Der tilbydes forløb og strategier med fokus på rettidig omsorg for både mor og barn, at være mæt til måltider med måde - og ikke kalorierestriktion - der er afgørende i graviditeten med det voksende foster samt selvfølgelig en lang række hensyn til det bedste for barnet i den tidlige relation med mor og far.

Adipositas i graviditeten er en betydelig, alvorlig og uløst udfordring i vores samfund med betydelige konsekvenser for både mor og barn.



Der er en lang række potentielle komplikationer lige fra adipositas-påvirkningen af den vordende mor med nedsat hverdagsfunktionalitet, gestationel diabetes mellitus til en øget forekomst af komplikationer i fødselsforløbet, der potentielt kan være alvorlige for både mor og barn.

Desuden er der specifikke udfordringer såsom pica, en øget varieret appetit, emesis i graviditeten samt amning efter fødslen, der alle kan blive påvirket i en ugunstig retning af adipositas.

Barnet er desuden i risiko for at udvikle adipositas i en tidlig alder med en negativ påvirkning af den normale vækst og udvikling inklusive den fysiske, mentale og sociale trivsel i barndommen samt med potentiel udvikling af en lang række adipositasrelaterede komplikationer.

Kurset vil gennemgå den normale graviditet, forebyggelse, konsekvenser af udvikling af adipositas for både mor og barn og hvorledes dette bør behandles uden at påvirke hverken graviditeten eller barnets trivsel i en ugunstig retning.

Det er afgørende at forstå kropssammensætningens udvikling hos mor og barn, fedtmasseregulationen – og selvfølgelig ikke at anvende kalorierestriktion hos hverken den gravide eller det nyfødte barn. Desuden medfører denne behandling betydelige vigtige indsigter hvad angår den tidlige mor-barn-relation og dermed morens egne refleksioner over sin krop og funktion – inklusive en god selvfølelse, livskvalitet og mestring og dermed tilknytning til sit barn.

Kurset forløber over 2 dage, den 4. april og den 19. september.
Der er forplejning inkluderet.

Kursussted; Gladsaxe Pædagogiske Videnscenter, Værebrovej 156C, 2880 Bagsværd

Pris: 3.700 kr. eks. moms. for begge dage

Tilmelding; [Tilmelding - Den gravide med overvægt](#)
(jenschristianholm.dk)

ÅRSKONFERENCEN HOLBÆK-MODELLEN 2024



Planlægningen af Årskonference Holbæk-modellen 2024 er i gang. Årskonferencen afholdes den 21.-22. oktober 2024, så sæt allerede nu et kryds i kalenderen.

Efter tilbagemeldinger fra Årskonferencen 2023 er der ønske om at vende tilbage til at afholde Årskonferencen over 2 dage, med mulighed for at tilmelde sig enten én dag eller begge dage. Der vil også være mulighed for tilmelding til middag og overnatning.

Programmet er i øjeblikket under udvikling og planlægning. Hvis der er et bestemt emne, som ønskes belyst, så tøv ikke med at kontakte Dorte på klinikken@drholm.com

WHO ANBEFALER IKKE SØDEMIDLER

Det er skelsættende, at WHO nu er kommet ud med en generel anbefaling om ikke at anvende sødemidler til behandling af adipositas.

Se link her: [Nonsugar Sweeteners—Time for Transparency and Caution | Nutrition | JAMA Pediatrics | JAMA Network](#)

Ikke-sukker-baserede sødemidler er produkter med lavt kalorieindhold eller uden kalorier, som anvendes som erstatning for sukker og som er vidt udbredt i fødevareindustrien. Givet en lang række ufordelagtige helbredskonsekvenser ved anvendelse af tilsat sukker, har fødevareproducenter udviklet produkter som disse sødemidler. På den måde har kunstige sødemidler til en vis grad erstattet tilsat sukker i en

lang række af produkter. Imidlertid er der også indici på, at kunstige sødemidler også har negative helbredskonsekvenser. Eksempelvis er det rapporteret hvorledes det kunstige sødemiddel erythritol, der er i stevia, er kædet sammen med blodpropper, slagtilfælde, hjerteanfald og død.

Se link: [Erythritol, an ingredient in stevia, linked to heart attack and stroke, study finds | CNN](#)

Holbæk-modellen har i de sidste 15 år haft en grænsesætning for anvendelse af sødemidler der er i overensstemmelse med WHO's udmelding.

NY ARTIKEL

Trans-ancestral genome-wide association study of longitudinal pubertal height growth and shared heritability with adult health outcomes

Vi har i The HOLBAEK Study igen været involveret i et stort internationalt konsortiestudie. Vi undersøgte vækstmønstre gennem pubertetsudviklingen og sammenlignede det med fremtidig udvikling af sygdom. De gener der medierer vækst, er generelt ukendte. I dette studie modellerede vi højdevækst over tid hos 56.000 individer fra 5-årsalderen til voksenalderen. Disse analyser kombinerede vi med genetiske analyser med 5 fænotypetræk der karakteriserer omfanget, timingen og intensiteten af pubertetsudviklingens vækstspurt. For at undersøge de livslange genetiske varianter indflydelse sammenlignede vi med associationsstudier udført i 'the Penn Medicine BioBank' og 'the UK Biobank'. Vi identificerede 26 genome-wide signifikante genetiske loci (mutationer), der viste genetiske relationer med højdevækst og sygdomme i voksenlivet. Eksempelvis var en hurtigere vækstspurt associeret med en højere bone mass density (knogletæthed), HOMA-IR, faste insulin, type 2-diabetes og lungekræft, hvorimod det at være højere i den tidlige pubertet, højere gennem puberteten og have en hurtigere

Abstract

Go to:

Background

Pubertal growth patterns correlate with future health outcomes. However, the genetic mechanisms mediating growth trajectories remain largely unknown. Here, we modeled longitudinal height growth with Super-Imposition by Translation And Rotation (SITAR) growth curve analysis on ~ 56,000 trans-ancestry samples with repeated height measurements from age 5 years to adulthood. We performed genetic analysis on six phenotypes representing the magnitude, timing, and intensity of the pubertal growth spurt. To investigate the lifelong impact of genetic variants associated with pubertal growth trajectories, we performed genetic correlation analyses and genome-wide association studies in the Penn Medicine BioBank and the UK Biobank.

pubertetsudvikling var associeret med en øget risiko for atrieflimren. Vi konkluderede, at de nye genetiske loci, som vi identificerede, associerede med tempoet i vækst under puberteten og at gener der styrede væksten var associeret med reproduktive, glycemiske, respiratoriske og hjertelaterede sygdomme. Der blev ikke identificeret en optimal pubertetsudvikling, idet der er mange komplekse forhold der interagerer. Studiet er således medvirkende til at kaste lys på de komplekse forhold omkring gener, pubertetsvækst og fremtidigt helbred og sygelighed. Læs artiklen [her](#)

MASTERCLASS for sundhedsprofessionelle

Næste MasterClass er tirsdag den 19. marts 2024 kl. 11-12.

Har du lyst at deltage, så send Dorte en mail på klinikken@drholm.com

Eneste krav for at deltage er, at man har været på Kursus 1 i Holbæk-modellens uddannelsesprogram.

Ønsker du at få drøftet en case, kan du give besked til Dorte om dette ved tilmelding og man kan evt. få en skabelon som hjælp.

Ved MasterClass er man meget velkommen til at stille spørgsmål til Holbæk-modellen, Behandlerlicens Pro eller andre relevante spørgsmål, som man møder i den kliniske hverdag.

WEBINAR for alle

Jens-Christian afholder sit næste webinar tirsdag den 12. marts 2024 kl. 20.00 i Facebook-gruppen "Boost din hverdag sundere".

Emnet denne gang er "Fedtfri kropsmasse i behandlingen af overvægt". Man kan få adgang til webinarret [her](#).



KOMMENDE KURSER I HOLBÆK-MODELLEN



Holbæk-modellen er evidensbaseret og dens kursusuddannelse og digitale redskaber er blevet kåret til det Bedste Nationale Uddannelsesprogram [i Europa i 2022](#).

Kursus 1: 24.-25. september 2024.
Introduktionskursus.

Kursus 2: 23-24. april 2024.

Follow-up kursus; opfølgning og håndtering af variationerne inden for overvægt.

Kursus 3: 18.-19. juni 2024.

Fordybelseskursus; bliv excellent – også til den svære patient.

Kursus "Den gravide med overvægt": 4. april + 19. september 2024

Kursus for Holbæk-modellens pædagogik og kommunikation: 4.-5. juni 2024

Live patientkonsultationer. Klip fra Generation XL. Mønstergenkende dynamikker og mekanismer. Refleksion over egen rolle i tilstedeværelsen med patienten. Hvordan gør vi patienterne nemmere?

[Kurser for fagpersoner til behandling af overvægt | Tilmeld dig her \(jenschristianholm.dk\)](#)

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



Kontakt os

Kalundborgvej 114
4300 Holbæk

Danmark

Jens-Christian Holm
Ledende overlæge, Ph.d.

+45 2620 7533

jch@drholm.com

Dorte Jensen

Sekretær, Dr Holm

+ 45 6146 4463

klinikken@drholm.com

Læs mere på

www.jenschristianholm.dk