



Kjære alle

Håper ni alle har det bra og at dere kommer godt gjennom i nær fremtid med økt smittespredning og lock down. EU begynner å vaksinere 27. desember, hvor de svakeste og mest sårbare, samt frontliniemedarbeidere først og fremst vil bli tatt vare på. Lock down har mange forskjellige effekter, slik at noen familier måske stresses mindre og det er mindre spredning av influensa og forkjølelse, men det er mange barn og unge som bliver hardt rammet med relativ isolasjon, mindre fysisk aktivitet og distraksjon, samt kanskje flere konflikter hjemme, spesielt fordi man ikke bare kan flytte bort. I Enheten kan vi se, at det er mange barn og unge med overvekt som har det vanskelig, og det vil være en stor jobb for oss alle når vi på et tidspunkt vender tilbake til normale arbeidsforhold, der mange ganske enkelt har tatt på seg. Det er viktig, som aldri før, at vi alle følger forholdsregler anbefalt av Helsetilsynet.

Jeg håber inderlig, og som aldri før, at dere alle får god jul og et godt nytt år.

### NETTVERK OG ÅRLIG KONFERANSE I HOLBÆK-MODELLEN 2021

Programmet for Holbæk-model 2021 årlige konferanse tar form. Det vil sannsynligvis være innlegg (program ennå ikke er bestemt ennå) om spesielt vanskelig å behandle pasienter og hvor vi vil



tilby gratis gentesting til utvalgte pasienter. Det vil komme et filosofisk innlegg om hva Holbæk-modellen egentlig er for noe, der en prest med filosofisk bakgrunn vil fortelle, at den kan forstås som en transcendentale filosofi og ikke bare en atferdsmessig tilnærming. Det kommer innlegg om hvordan opplevelsen har vært å møte og forstå Holbæk-modellen, ikke bare fra helsepersonell, men sannsynligvis også fra lærere i skolene. Det vil komme innlegg om vi skal veie barn og unge i skolene eller ikke med fordeler og ulemper. Hvis du har andre forslag til programmet kan du endelig kontakte Dorte på [klinikken@drholm.com](mailto:klinikken@drholm.com)

Vi planlegger å holde konferansen på Fyn i august eller september 2021, slik at alle fra hele Danmark og Norge har år gode muligheter til å delta. Pris for deltakelse i den årlige konferansen "Holbæk modellen" er DKK 1250,00 per deltaker for en 1-dagers konferanse. Det sier seg selv at alle forholdsregler angående Covid-19 vil bli lagt merke til.

## EN LITEN SOLSTRÅLEHISTORIE OM Å ARBEIDE MED HOLBÆK-MODELLEN



I Vesthimmerland kommune var det ikke et samlet bevisbasert tilbud for kommunens overvektige barn og unge for et år siden.

Dette satte en liten dedikert gruppe i skolehelsetjenesten i endring, og en overvektklinikk i henhold til Holbæk-modellen så lyset.

Den 1.9. i år på den tremånedersdagen for klinikkens oppstart, taler resultatene for seg selv: Av de 27 barna og familiene som er

tilknyttet klinikken, som også er den maksimale kapasiteten i forhold til klinikkens eksisterende ressurser, 100% av barna som har vært på overvektklinikken reduserte mer enn en gang fedmegraden målt på BMI SDS.

Men suksessen ble ikke skapt over natten og ikke i det hele tatt uten hardt arbeid. I fjor høst ble det brukt på en kvalifisering av en liten gruppe sykepleiere i Holbæk-modellen med Jens-Christian Holm. I løpet av utdannelsesprosessen startet vi overvektige kurs på våre respektive skoler for å få praksis og erfaring i veiledning i Holbæk-modellen. Vi søkte kunnskap og sparring fra eksisterende vellykkede tilbud basert på Holbæk-modellen i andre kommuner, for å sikre at tilbudet vi startet hadde høy faglig standard. Parallelt anskaffet kommunen Behandlerlisens Pro, som åpnet en stor fagkunnskapsbank, som viste seg å være ekstremt nyttig når det gjelder kontinuerlig å øke vår fagkunnskap.

En uventet mulighet bød seg, for mens vi var midt i denne gjennomgripende prosessen, ble landets skoler lagt ned på grunn av COVID-19, noe som medførte at vi på grunn av repatriering plutselig fikk en åpenbar mulighet til å jobbe enda mer målrettet i forhold til oppstart av klinikken. I løpet av denne perioden mottok vi systematisert materiale for bruk i overvektklinikken, samt utviklet instruksjoner og informasjonsmateriell. Med ganske mange midler tilgjengelig, for oppstart av klinikken, måtte vi jobbe kreativt og innovativt med problemene vi har opplevd underveis, f.eks. i forhold til lokaler.

Sammen oppnår vi resultater. Tilbakemeldingene fra barn og foreldre som kommer til overvektklinikken er positive. Vi har sett



blodtrykk og type 2-diabetes. i voksen alder. Av de 25 genene var det to nye gener som ikke er funnet før, og som hjelper oss til å forstå vekst og utvikling som gener øker risikoen for overvekt i både barndom og voksen alder, samt risikoen for å utvikle overvektrelaterte komplikasjoner. Dette er viktige funn som forhåpentligvis vil hjelpe oss til bedre å forstå pasienter som er vanskelig å behandle i nær fremtid, og dermed forhåpentligvis hjelpe oss med å gi dem en bedre behandling. Du kan se artikkelen [her](#)



## VEIE OG MÅLE ELLER IKKE – DET ER SPØRSMÅLET

Det er for tiden en bevegelse i gang for å avstå fra å måle og veie barna i skolen under postulatet at det fører til stigma og lignende ubehagelige opplevelser hos både barn og deres foreldre. Det er ingen bevis som støtter denne forbindelsen, selv om det er klart at hvis du ikke utfører disse målingene på en skikkelig måte og til og med sier ubehagelige ting, så kan det selvfølgelig være sant. Vi tror det er barnelege / barnemerke å kunne håndtere måling og veiing i riktig miljø. Velger vi ikke å måle og veie barn i skolen, kan det få uforutsigbare konsekvenser for barnas fysiske, mentale (mentale) og sosiale velvære og dermed deres vekst og utvikling. Både fysisk, mental og sosial velvære er forutsetninger for hverandre, og du kan ikke ha en uten de andre. I vår optikk er det et stort problem hvis vi kommer tilbake (mer enn 100 år tilbake) til praksis som eksisterte før dagens helsestrategier ble introdusert. Vi vil ta opp dette på årskonferansen Holbæk-modellen høsten 2021.



## KOMMENDE KURS I HOLBÆK MODELLEN

Neste kurs i Holbæk-modellen er Kurs 1, som blir 11.-12. Mars 2021. Kurset holdes med hensyn til avstand, antall og hygiene etc. som anbefalt av det Danmarks Helsetilsyn, dersom koronarestriksjonene fremdeles eksisterer.

Alle kurs holdes på Hotel Scandic, Nørretorv 57, 4100 Ringsted, Danmark

**Kursus 1:** 11.-12. marts 2021.

Introduktionskursus.

**Kursus 2:** 22.-23. juni 2021.

Follow-up kursus; opfølging på behandlingen.

**Kursus 3:** 24.-25. november 2021.

Fordybelseskursus; vores værdier i et metaperspektiv.

**Kursus 4:** 25.-26. maj 2021.

Fokus på behandlerens pædagogik og kommunikation.

**Brush Up:** Ny dato i 2021 kommer snart.

At gøre patienten nem.

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

*Behandlerlicens Pro* er nå en del af kursinnholdet på alle kursene.

Les mer om *Behandlerlicens Pro* her:

<https://www.jenschristianholm.dk/no/vi-tilbyr/behandlerlisens-pro.aspx>



### Kontakt os

Kalundborgvej 114  
4300 Holbæk

Danmark

Jens-Christian Holm  
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](http://www.jenschristianholm.dk)

