



Nyhetsbrev

Februar 2020

Den Europeiske Overvektige Organisasjonen EASO har skrevet om oss

SUCCESS IN TREATMENT AGAINST THE ODDS: THE CHILDREN'S OBESITY CLINIC, HOLBAEK, DENMARK

EASO har publisert en [artikkel](#) som vurderer at resultatene til Holbæk-modellen er uavhengige av overvektrelaterte forstyrrede spising som komfort, overspising, rask spising og måltidssvikt. Modellen reduserer graden av overvekt hos 65-85% av pasientene, og bruker i gjennomsnitt 5 timer helsetid per pasient per år. I tillegg oppnår vi reduksjoner i høyt blodtrykk og kolesterol, fet lever, overvekt av foreldre, appetitt og mobbing, samt optimalisert livskvalitet og kroppsbilde. Disse funnene har vist seg å være uavhengige av sosial klasse, grad av overvekt, påvirket sukkermetabolisme, familiære predisposisjoner og nå også forstyrret spising som definert av komfort, overspising, rask spising og måltidssvikt.

Les [EASOs omtale av oss her](#).

Behandlerlicens Pro – BMI SDS

[Behandlerlicens Pro](#) er designet for å støtte, effektivisere og



kvalitetssikre behandlingen av barn, unge og voksne, både i konsultasjoner mellom fagperson og pasient / borger, men også mellom konsultasjoner der pasient / borger har tilgang til et bredt

spekter av funksjoner som hjelper pasient /borger til å hold deg til og forstå og overta behandlingsplanen.

Som noe nytt har vi innebygd BMI SDS (body mass index standard deviation score) i [Behandlerlicens Pro](#).

Dette betyr at alle pasienter / borgere under 18 år lett kan klassifiseres i forhold til alder, kjønn, vekst og utvikling. Det betyr også at vi enkelt kan hjelpe klinikker ved å bruke [Behandlerlicens Pro](#) med resultatevalueringer basert på endringer i BMI SDS og samtidige endringer i andre parametere som kan være livskvalitet, humør, mobbing, matlyst, forstyrret spising og mer. Vi anser [Behandlerlicens Pro](#) som en forutsetning for at Holbæk-modellen kan utføres og leveres riktig, ettersom den sikrer en høy profesjonell standard og gir fagpersonen et arbeidsmiljø som er både enklere og mer effektivt og med mer fokus på hva det egentlig handler om.

VerdensBørn anbefaler "Det Beste for Barnet", som giver guldtips til foreldre.

SÅDAN FÅR DU ET SUNDT BARN

SPIS BEVIDST
Del tallerkenerne op efter t-mo-
dellen: 50 pct. grønsager (fløst
af de grove), 25 pct. magert kød
og 25 pct. kulhydrater (kartofler,
fuldkornspasta, brune ris).

SLIK MED MÅDE
Begræns slik og snacks til én
gang om ugen.

BEGRÆNS FASTFOOD
Begræns fastfood som pizza,
burgere og lign. til én gang
om måneden.

DYRK SPORT
Find en sportsgren, som passer
til dit barn.

BEVÆG DIG HVER DAG
Få fysisk aktivitet ind i hver-
dagen, f.eks. ved at gå eller cykle
til skole, hoppe i trampolin og
danse på stuegulvet.

KILDE: DET BEDSTE FOR BARNET - KAMPEN MOD
OVERVÆGT AF JENS-CHRISTIAN HOLM

I VerdensBørn snakker vi om at være bevidst forældre og bevidst omsorgsperson HVER DAG, da vi hver dag skal træffe valg for barnets bedste eller familiens/børnegruppens bedste. Den gode overlæge siger således meget rammende i et interview: " Hver dag står du over for en masse valg, der føles godt her og nu, men som ikke er det bedste på lang sigt. Derfor skal du som forældre træne dig selv hele tiden at finde ind til dig selv, hvad dit mål er. Du skal lære at sige nej, og du skal lære at gøre det rigtig mange gange. For dit barn vil gerne have cola, for det smager sgu godt. Det vil gerne se fjernsyn hele tiden, det er sgu hyggeligt. Men lige så snart du begynder at vakle i dit nej, opfanger barnet det med det samme og begynder at surfe på den bølge, at 'mor har svært ved at sige nej'. Men hvad vil du helst på sigt? Lade dit barn drikke cola og undgå konflikter eller have et sundt barn?

Her i VerdensBørn tænker vi, at der ligger en rigtig god pædagog/omsorgsperson gemt i [Jens-Christian Holm](#) og vi er rigtig taknemmelige for hans bidrag med denne bog



Hele opslaget fra VerdensBørn kan læses på vores facebookside: <https://www.facebook.com/DrHolmNO/>



Kommende kurs

Temadag i Alna: Den 11. juni 2020

Masterclass i Alna: Den 12. juni 2020

Kursus 1: 8. og 9. september 2020 i Oslo - introduktionskursus.

Behandlerlicens Pro er en del av kursinnholdet for alle kurs fremover.

Ansatte i Dr Holm.

Rikke Melskens har valgt å endre arbeid. I fremtiden vil hun være prosjektleder med ansvar for kirurgiske redskaper og et sterilt depot. Rikke har vært med i både det kommunale prosjektet fra begynnelsen og senere i kursene våre for både profesjonelle og private pasienter. Rikke har alltid gjort en god og inspirerende innsats og vil selvfølgelig være like savnet.



Derfor har vi ansatt 5 nye konsulenter:

Så velkommen til helsesøstrene Maria-Louise Bergmann og Rikke Haugsted Christensen.



Maria-Louise Bergmann er en ledende helsesøster i Tønder kommune og har vært så raus at hun gjerne vil hjelpe oss i tillegg.



Det samme gjør Rikke Haugsted Christensen, som er helsesøster i Hedensted kommune.

Maria-Louise og Rikke hjelper først og fremst med kursundervisning og veiledning i forhold til [Behandlicens Pro](#).



Vi ønsker også Anne-Sabrina Jespersen velkommen, som er tilknyttet oss som klinisk ernæringsveileder både til Dr Holm-klinikken og på vore kurs.



I tillegg har vi ansatt Ida Langkjær, som studerer medisin. Ida vil hjelpe oss i et nytt område hvor vi sertifiserer skoler i kategoriene ernæring, aktivitet og et sunt mentalt miljø, en såkalt [Dr Holm – Det Beste for Barnet](#) sertifisering.



Vi har også ansatt Tau Berg som studerer ernæring og helse ved Ankerhus Høgskolen og som vil hjelpe Ida med [Dr Holm – Det Beste for Barnet](#) sertifisering.


Endelig har Eliane Elias Obeid startet med oss. Eliane har allerede gjort en fantastisk jobb med å oversette DrHolmApp, Behandlerlicens Pro og våre andre materialer til arabisk, noe vi forventer oss mye av.



Kontakt


Kurs for fagpersoner og Behandlerlicens Pro

 contact@drholmourses.com

 +45 6146 4463

Dr Holm Klinikken

 klubben@drholm.com

 +45 6146 4463

DrHolmApp.info

Oprettelse, abonnement og adgang

 www.drholmapp.info

Support

 contact@drholmapp.dk

www.jenschristianholm.dk