



Kære alle

Det er noget tid siden sidste nyhedsbrev, primært grundet travlhed med mange aktiviteter, indenlands såvel som udenlands.

Derfor er dette nyhedsbrev tilsvarende omfangsrigt 😊

- Lucas (patient med svær enkelt-gen årsag til adipositas) har været gennem en hård udvikling, da han til at starte med fik afslag i en ansøgning om noget nyt og meget dyr medicin. Heldigvis fik vi ændret denne beslutning ved en indsigelse.
- Vi har udgivet en række artikler, hvoraf nogle er i verdens førende tidsskrifter, som underbygger Holbæk-modellens resultater hos børn og unge med adipositas. F.eks. har vi for nyligt publiceret, at Holbæk-modellen reducerer graden af fedt i leveren hos 3 ud af 4 patienter.
- Desuden har vi med The HOLBAEK Study, og en række fremtrædende internationale kolleger, publiceret en artikel i det verdenskendte Nature Genetics, hvor vi har identificeret 800 nye proteiner og fundet 41 nye gener, der er relateret til fremkomsten af hjerte-kar-sygdomme, når man har adipositas.
- En gruppe af kommuner har taget initiativ til en tidlig indsats, der skal hjælpe gravide med at modvirke overvægt og skabe de bedste betingelser for en sund krop og en sund graviditet. Her er det oplagt at anvende Holbæk-modellen, der netop er udviklet til at øge sundheden for krop og psyke gennem vækst og udvikling og hvor man f.eks. anvender ad libitum fødeindtag på en måde der også tilgodeser fosterets vækst og udvikling.
- Generelt er der tiltagende fokus på sociale medier og grænsesætninger overfor digital anvendelse og indtagelse af diverse sukker og fedtholdige produkter. Se mere om initiativer fra Københavns kommune samt Red Barnet og lovforslag om at forhindre adgang til sociale medier for unge under 16 år i Australien og Storbritannien. Regeringen har således netop fremsat forslag om at begrænse marketing inklusive sociale medier til børn og unge under 15 år hvad angår sukker, fedt

Desuden har der været rejst kritik af Holbæk-modellen, Holbæk Sygehus og Jens-Christian Holm som egentlig afspejler en grundkonflikt mellem Dansk Selskab for Almen Medicin (praktiserende læger) og Dansk Pædiatrisk Selskab. Overordnet set kan vi konstatere, at kritikken hverken har været konstruktiv eller har vist værdifulde indsigter og er

Dr Holm
Kalundborgvej 114
4300 Holbæk
Tlf. 61464463 / e-mail klinikken@drholm.com



således heller ikke gengivet i andre medier. Et af kritikpunkterne er f.eks. at anvendelsen af Holbæk-modellen medfører anoreksi, hvor vi snart vil vise at det forholder sig modsat, hvilket er et eksempel på at kritikken er baseret på antagelser og holdninger og ikke evidens.

LUCAS

Det endte alligevel godt til sidst, selvom det holdt hårdt. Lucas er en ung mand, som har været gengivet i danske medier i mere end 10 år, hvor de som familie i detaljer har beskrevet hvor svært og hårdt det er at leve med ekstrem overvægt forårsaget af en mutation i leptin receptor genet, der blandt andet medfører, at han ikke kan mærke mæthed og, som konsekvens, bliver ved med at spise.

Historisk i litteraturen er patienter med denne enkelt-gen årsag blevet fundet at have kropsvægte mellem 200-400 kg. Lucas har i de seneste år ved hjælp af et internationalt studie modtaget en ny effektiv medicin, der kaldes sethmelatonid (ikke det samme som semaglutid eller Wegovy). I slutningen af 2024 skulle Lucas derfor overgå til sethmelatonid, som ikke var betalt af et internationalt studie, men i stedet af det Danske sundhedssystem. Kort fortalt blev der først givet afslag og siden bevilliget tilskud, hvilket er helt afgørende for Lucas og hans familie, se evt. nedenstående indslag, hvor de beskriver deres oplevelse af forløbet.

<https://www.tvmidtvest.dk/viborg/lucas-laege-har-klaget-over-medicinafslag-det-kan-invalidere-hans-liv>

[Fantastisk nyt for Lucas: - Vi græder af glæde | TV MIDTVEST](#)

[Nu reagerer 16-årige Lucas på livsændrende nyhed: - Det har givet mig mit liv tilbage | TV MIDTVEST](#)

Nyt studie publiceret i Nature Genetics:

"PLASMA PROTEOME VARIATION AND ITS GENETIC DETERMINANTS IN CHILDREN AND ADOLESCENTS"

Vores viden om hvilke faktorer der regulerer proteinerne i vores krop, specielt gennem vækst og udvikling, er sparsom. I dette studie viser vi hvorledes genetiske varianter, alder, køn og body mass index (BMI) tydeligvis har indflydelse på regulationen af vores proteiner. Ved hjælp af

Dr Holm
Kalundborgvej 114
4300 Holbæk
Tlf. 61464463 / e-mail klinikken@drholm.com

en state-of-the-art ny metode kaldet massespektrometri analyserede vi serum fra 2.147 børn og unge og identificerede 1.216 nye proteiner, hvoraf 70% (800 nye proteiner) var associeret med enten genetiske varianter, alder, køn eller BMI. Derefter gentog vi disse undersøgelser hos yderligere 1.000 andre børn og 558 voksne, som igen viste en betydelig genetisk regulation på proteiner fra børne- til voksenalder.

Gennem genetiske metoder, kaldet Mendelsk Randomisering og co-localisation, identificerede vi 41 nye årsagsgivende gener for 33 årsager til hjerte- og karsygdomme, som har et betydeligt potentiale for at bistå med at forstå udviklingen af sygdomme bedre samt potentielt udvikle medicin mod disse mekanismer. Find artiklen [her](#).

Visionen bag The HOLBAEK Study har således igen demonstreret resultater i et af verdens stærkeste tidsskrifter, Nature Genetics, der direkte fremadrettet kan forbedre forståelsen og behandlingen af børn og unge der lever med adipositas.

Nyt tiltag:

BEHANDLING AF GRAVIDE MED ADIPOSITAS

Gladsaxe kommune har udsendt en pressemeddelelse, hvor de beskriver hvorledes de tilbyder en særlig indsats for gravide med højt BMI. Gladsaxe er blandt de første kommuner, hvor gravide borgere får hjælp til en sund vægt, hvis de har et BMI over 30. Overvægt under graviditeten kan føre til en lang række sundhedsproblemer. Ikke alene for den gravide, men også for barnet. Derfor har Gladsaxe Kommune – i samarbejde med Herlev, Høje Taastrup og Rødovre – igangsat en tidlig indsats, der skal hjælpe gravide med at holde en sund vægt og skabe de bedste betingelser for en sund graviditet.

Gladsaxe Sundhedspleje tilbyder allerede graviditetsbesøg til alle i graviditetsuge 32, men med den nye indsats sættes der tidligere ind. Sundhedsplejen får besked om alle graviditeter efter den første jordemoderkonsultation – herunder information om BMI – og hvis den gravide har et BMI over 30, bliver hun og partneren automatisk tilbudt en rådgivningssamtale. Samtalen sætter fokus på fysisk og psykisk sundhed – med fokus på at kunne opretholde en sund vægt gennem graviditeten.

- For gravide med højt BMI handler det ofte om at lægge sin livsstil om, og her er Holbæk-modellen et godt redskab. Vi tager udgangspunkt i

Dr Holm
Kalundborgvej 114
4300 Holbæk

Tlf. 61464463 / e-mail klinikken@drholm.com

VIA /ritzau/ Forside Modtag pressemeddelelser **Endre** Om Via Ritzau

Gladsaxe laver særlig indsats for gravide med højt BMI

13.4.2025 07:00:00 CEST | [Gladsaxe Kommune](#) | Pressemeddelelse

Del     

Gladsaxe er blandt de første kommuner, hvor gravide borgere får hjælp til at stabilisere deres vægt, hvis de har et BMI over 30.

Overvægt under graviditeten kan føre til en lang række sundhedsproblemer, ikke alene for den gravide, men også for barnet. Derfor har Gladsaxe Kommune – i samarbejde med Herlev, Høje Taastrup og Rødovre – igangsat en tidlig indsats, der skal hjælpe gravide med at holde en stabil vægt og skabe de bedste betingelser for en sund graviditet.

borgerens egne motions- og kostvaner, og derefter udarbejder vi en skræddersyet plan. Det kan for eksempel være at gå eller cykle til arbejde i stedet for at tage bilen, siger Maria Louise Bjørking, som er leder af sundhedsplejen i Gladsaxe, og fortsætter:

- Vi har brugt modellen til skolebørn i næsten otte år, og det har givet rigtig gode resultater. Sammen med forskerholdet på Holbæk Sygehus har vi kvalificeret modellen til også at inkludere gravide, og derfor er vi nu blandt de første kommuner, som tilbyder indsatsen.

Erfaringerne viser, at dialogen om vægt og sundhed er følsom. Men kontakten med familierne bliver hele tiden bedre, og Gladsaxe Sundhedspleje justerer løbende tilgangen for at sikre den bedste støtte.

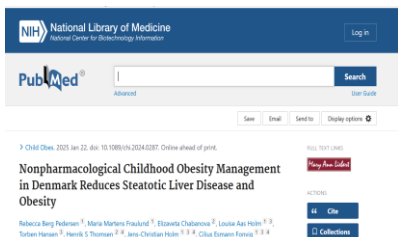
- Vi oplever, at der er flere og flere, som har lyst til at tage imod tilbuddet. Vi gør os meget umage med at fortælle om tilbuddet og understøtte den gode dialog om vægt og sundhed. I sidste ende handler det om at drage omsorg og støtte den gravide. Det er en håndsrekning, ikke en løftet pegefinger, fortæller Betina Kærager, der arbejder som sundhedsplejerske i Gladsaxe Kommune.

[Læs mere om Gladsaxe Sundhedsplejes indsatser og tilbud for gravide her.](#)

Nyt studie publiceret i Childhood Obesity:

NONPHARMACOLOGICAL CHILDHOOD OBESITY MANAGEMENT IN DENMARK REDUCES STEATOTIC LIVER DISEASE AND OBESITY

Fedtleversygdomme repræsenterer multikomponente sygdomme og er en almindelig komplikation til adipositas. I dette studie undersøgte vi fedt i bughulen og under huden på maveniveau samt effekten af en primært ikke medicinsk behandling af adipositas hos børn og unge (Holbæk-modellen). Vi undersøgte 1.002 børn og unge i alderen 8-18 år med adipositas med Magnetisk Resonans Spektroskopi (MRS) før og efter de havde været i behandling med Holbæk-modellen. Fedt i lever, bughule og under huden blev undersøgt med MRS og MR Imaging. Af de 1.002 børn og unge var der 52 % piger ved inklusion. Den mediane alder var 13.0 år, den



mediane BMI var 28.4, og den korresponderende BMI z-score var 2.90. Ved inklusion havde 378 (38 %) fedt i leveren defineret som et fedtleverindhold over 1.5 %. Blandt de 322 der havde en opfølgnings MRS-skanning havde 76 % af patienterne reduceret deres fedt i leveren. Både BMI z-score og fedt i bughulen (begge $p < 0.001$) blev reduceret gennem behandling af adipositas med Holbæk-modellen.

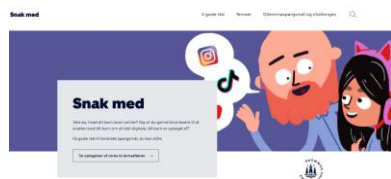
Vi konkluderede at fedt i leveren er meget hyppigt forekommende, altså hos 38 % af de børn og unge der henvises til behandling for overvægt og at Holbæk-modellen effektivt reducerede forekomsten af fedt i leveren og i bughulen samt graden af adipositas hos børn og unge med adipositas.

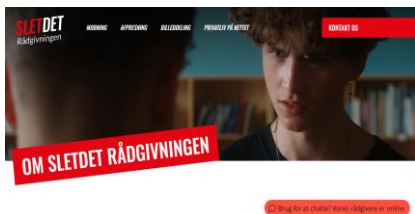
Find artiklen [her](#).

Igen er det tydeligt hvorledes visionen bag The HOLBAEK Study har demonstreret resultater der direkte kan forbedre forståelsen og behandlingen af børn og unge der lever med adipositas.

SOCIALE MEDIER - SNAK MED

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen i Københavns kommune har taget initiativ til, i samarbejde med Center for Digital Dannelse, hvorledes man som forældre kan håndtere sine børns digitale færden. De har konkretiseret fem temaer med gode råd til snakken med sit barn om et trygt og sundt digitalt liv. Nogle budskaber og værktøjer er primært relevante for dem med et barn i indskolingsalderen, som måske gamer og ser YouTube. Andre budskaber og værktøjer er først relevante for dem med et barn, der har sin egen telefon og begynder at være på sociale medier. For rigtig mange børn og unge fylder det digitale liv en stor del af hverdagen. Vores børn indgår i fællesskaber i chatgrupper, på sociale medier og i spil, og relationer skabes og dyrkes online. Alligevel oplever kun halvdelen af eleverne i 7. klasse, at deres forældre interesserer sig for deres digitale liv. Det viser en undersøgelse fra Medierådet og Børns Vilkår. Når vores børn oplever, at vi interesserer os for deres liv – også det digitale – så har de nemmere ved at komme til os som forældre. Og det bliver nemmere for dem at bede om hjælp, hvis de oplever noget ubehageligt på nettet. Se mere på <https://snakmed.kk.dk/>





SOCIALE MEDIER - SLET DET

Tilsvarende tilbyder Red Barnet gratis og fortrolig rådgivning til børn og unge under 18 år om ubehagelige oplevelser på nettet og digitale krænkelser. Slet Det Rådgivningen hjælper børn og unge under 18 år samt forældre, pårørende og fagpersoner med at håndtere digitale krænkelser og ubehagelige oplevelser på nettet. Digitale krænkelser er ubehagelige oplevelser på digitale platforme. Kontakt Slet Det Rådgivningen og lær om dine rettigheder, og få hjælp til, hvad du kan gøre i din konkrete situation. At blive udsat for en digital krænkelse, kan blandt andet få en person til at føle sig truet, udnyttet, tvunget, ydmyget, ked af det, seksualiseret, diskrimineret, bange eller bekymret – og det kan være lige så alvorligt som en fysisk krænkelse. Du har krav på at blive lyttet til og inddraget, når noget omhandler dig. Det gælder f.eks. hvis du har anmeldt noget til politiet, eller hvis du har en sag i kommunen. Du har ret til at sige din mening, og andre skal respektere den – så længe det ikke skader andre.

<https://sletdet.redbarnet.dk/>

SOCIALE MEDIER – FORBUD I AUSTRALIEN OG UK

Australiens regering har for nylig forbudt sociale medier til unge under 16 år, som et "world-leading" initiativ og i øvrigt som verdens strengeste lovgivning på området. Premierminister Anthony Albanese siger, at de vil hindre de skadelige effekter som sociale medier har på børn og unge i Australien. Se i øvrigt tidligere nyhedsbreve, hvor vi har beskrevet sådanne skadelige effekter.

Dette gøres for at hjælpe mødre og fædre der bliver utroligt bekymrede for deres børn og unges sikkerhed online. Forslaget vil også omfatte børn og unge, som allerede er til stede online. Der vil ikke blive ydet undtagelser til yngre børn og unge, der har fået tilladelse fra deres forældre.

Australiens kommunikationsminister, Michelle Rowland har sagt, at forbuddet omfatter Snapchat, TikTok, Facebook, Instagram og X. Gaming og beskeds tjenester samt YouTube ser ud til at blive undtaget. De fleste eksperter er enige i at sociale medier kan have betydelige skadelige effekter, men flere er skeptiske overfor et totalt forbud. Et tilsvarende lovforslag er under udvikling i Storbritannien.

<https://www.bbc.com/news/articles/c4gzd62g1r3o>

<https://www.bbc.com/news/articles/c89vji0lxx9o>

<https://www.bbc.com/news/articles/ce9gpdrx829o>

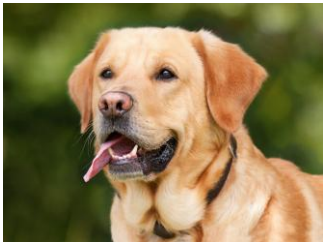


SLUSH-ICE kan give glycerolforgiftning

Børnelæger fra Storbritannien siger, at børn under 8 år fuldstændig bør undgå "slushy" ice drinks, der indeholder glycerol, hvilket kan gøre dem meget syge og beder om lovgivning på området. 21 to- til syvårige børn indgik i studiet publiceret i tidsskriftet [Archives of Disease in Childhood](#), som alle blev indbragt til intensiv behandling efter at have drukket et slush-ice produkt. De farvestrålende drikke virker tiltrækkende på børn og unge, men de fleste anvender det naturlige sødestof glycerol i stedet for sukker, for at undgå at de fryser for hårdt og dermed giver den slushy oplevelse. I England har agenturet [Current Food Standards Agency](#) (FSA) rådgivet, at børn under 5 år ikke bør få dem og at børn og unge under 11 år kun må få en enkelt slush-ice. Advarslen skyldes at større indtag kan medføre glycerolforgiftning, som kan medføre chok, lavt blodsukker, bevidsthedstab og kramper. Der er mange der drikker moderate indtag af slush-ice uden de bliver syge, men der kan godt være en mellemgruppe som får symptomer såsom kvalme og opkastninger. Børnelægerne siger også, at det er svært for forældre at vide hvor meget glycerol der er i forskellige slush-ice produkter, hvorfor det ikke er nemt at definere en sikker lav dosis slush-ice. Se evt. mere [Children should avoid drinking slushies with glycerol, says study](#)

SLIK, SNACKING OG FASTFOOD

Slik, snacking, fastfood og lignende lettilgængelige og energiholdige indtag har en meget stærk indflydelse på følelser i hjernen, som er tæt på at kunne sammenlignes med det narkotika man kan få på gaden. For meget indtag kan lede direkte til mere end bare vægtøgning, se og hør podcast her [What comfort food does to your brain | CNN](#)



LABRADORER OG FØDEINDTAG

Engelske forskere fra Cambridge, der studerer britiske labrador retrievere, har identificeret multiple gener, der er associeret med adipositas og vist at disse gener også kan medføre adipositas hos mennesker. Det gen der gav den største effekt med henblik på at udvikle adipositas er DENND1B-genet som også medfører adipositas hos mennesker. DENND1B-genet regulerer energibalancen i kroppen gennem den kendte leptin melanocortin pathway, som i øvrigt også er involveret i Lucas' sygdomstilfælde. Derudover blev 4 andre gener identificeret, som også viste effekter på udvikling af adipositas hos mennesker. Labradorer som havde disse gener, var mere interesseret i og tiggede mere om mad, som et udtryk for en større appetit. Se mere her [Gene found to link obesity risk in labradors and humans](#)

ANTAGELSER, UENIGHEDER, KRITIK OG MYTER

I hele verden er der uenigheder om flere fundamentale forhold i relation til adipositas. Globalt er der en slags bevægelse som synes, at man ikke skal veje og måle, at det medfører spiseforstyrrelser, at kroppen normalt forekommer i mange former, at man i mange tilfælde ikke behøver at behandle og at det er helt uacceptabelt at anvende medicin samt flere lignende holdninger.

I Danmark afspejles denne grundkonflikt tydeligt mellem Dansk Selskab for Almen Medicin (DSAM) (praktiserende læger) og Dansk Pædiatrisk Selskab (DPS), hvor DSAM eksempelvis kun ville skrive under på henvisningskriterierne i anbefalingen om opsporing og behandling af børn og unge med overvægt fra DPS i 2015, en pointe der i øvrigt gentog sig i 2024. Anbefalingerne fra DPS til at behandle børn og unge med adipositas er i øvrigt baseret på Holbæk-modellen inklusive alle dens spørgsmål, skemaer, behandlingsplaner med mere.

Der er en lang række antagelser og holdninger om at det at veje og måle medfører anoreksi og lignende spiseforstyrrelser. Imidlertid er der ingen evidens for denne påstand og en metaanalyse fra 2019 viste faktisk det modsatte, nemlig at professionel måling af vægt og højde i tilbud til børn og unge med adipositas i stedet faktisk beskyttede mod at udvikle en række spiseforstyrrelser.

Tilsvarende er vi tæt på at offentliggøre en analyse fra Enheden for børn og unge med adipositas, hvor vi har undersøgt næsten 4.000 børn og unge



der har været gennem behandling for overvægt i de seneste 17 år og sammenlignet dem med omkring 3.500 almindelige børn og unge fra samfundet, hvor vi viser at der ikke er nogen sammenhæng mellem behandling med Holbæk-modellen og udvikling af spiseforstyrrelser. Desuden har enkelte behandlere udtalt sig kritisk om Holbæk-modellen; f.eks. havde et barn grædt mens det blev vejjet, hvor man konkluderer at Holbæk-modellen virker skadelig. I stedet kunne man mere oplagt slutte, at man nogle gange kommer tæt på alvorlige livsforhold, og at disse livsforhold i mange tilfælde bebyrder børn og unge i dagligdagen, ikke mindst i skolen, og at det som oftest er en fordel at snakke om det der er svært i patientens liv, noget man kan kalde rettidig omsorg, i stedet for at det bliver tabuiseret.

En sådan iagttagelse og holdning tyder på en forholdsvis ringe forståelse af Holbæk-modellen og de pågældende behandlere har også kun haft et enkelt eller få kurser for næsten 10 år siden og dermed ikke kan sige at have haft hele uddannelsen i Holbæk-modellen, endsige dens efteruddannelse.

Der har også været rejst kritik af videnskaben bag Holbæk-modellen, men her må vi blot konstatere, at vi blot reflekterer resultater, som er internationalt publiceret igennem en fagfællebedømmelsesproces i mere end 30 internationale artikler igennem næsten 15 år. Tidligere i dette nyhedsbrev viser vi f.eks. at Holbæk-modellen reducerer fedtleverindholdet hos 75% af børn og unge med fedtlever.

Det har også været kritiseret, at jeg som ledende overlæge på Børneafdelingen Holbæk samt som direktør i Dr Holm har været involveret i etablering af Behandlerlicens Pro. Her må man bare konstatere, at jeg som ledende overlæge ikke har budgetansvar, hvilket cheflæger og sygehusdirektører etc. har og at jeg ikke har taget beslutning om indkøbet af Behandlerlicens Pro. Anvendelsen af Behandlerlicens Pro har i betydeligt omfang reduceret ventelister, forkortet og reduceret antal konsultationer, hvilket samlet set har været en beskedent investering kombineret med en betydelig opnået merproduktion. Endelig må vi konstatere at disse antagelser, holdninger, kritik og myter ikke har spredt sig i det danske medielandskab.

Helt grundlæggende må vi desuden konstatere at American Medical Association (AMA), Canadian Medical Association (CMA), European



Association for Study of Obesity (EASO), World Health Organisation (WHO) samt Europa Kommissionen alle har deklareret, at adipositas er en alvorlig, fremadskridende, tilbagevendende og kronisk sygdom. En vigtig årsag til dette er alle de hundredvis af komplikationer som tydeligt er blevet dokumenteret i de mange tusinder af publikationer i de seneste 4 årtier. Enheden har siden den blev etableret haft en vision om at give børn og unge med adipositas den samme professionelle behandling som alle andre børn med alle andre kroniske sygdomme tilbydes i det danske sundhedssystem. Lignende konflikter ses i øvrigt i hele verden, som jeg flere gange har snakket med mine internationale kollegaer om. En kollega i Australien har endda modtaget dødstrusler i lignende diskussioner af disse antagelser, holdninger og myter. Meget af denne uenighed viser tydeligt en manglende viden om Holbæk-modellen og at man kunne med fordel deltage i Holbæk-modellens kursusuddannelse, masterclasses, efteruddannelse og Årskonferencer, hvor disse diskussionspunkter løbende tages op, se nedenfor.

Dr Holm Klinikken

Dr Holm Klinikken er en privat lægeklinik, der tilbyder specialistbehandling, inklusiv medicinsk behandling, af overvægt og svær overvægt. De nye EU-godkendte lægemidler der viser lovende resultater med betydelige reduktioner af fedtmassen, men de kan imidlertid ikke stå alene. Derfor tager behandlingen udgangspunkt i Holbæk-modellen, som sikrer en individualiseret, holistisk og effektiv behandling af overvægt og de afledte sygdomme. Der er en tid både før, under og efter at man tager medicin for overvægt. Vi benytter os selvfølgelig af medicinsk behandling, hvis det er nødvendigt. Holbæk-modellen er evidensbaseret, prisbelønnet og udbredt til mere end 80 kommuner i Danmark. Holbæk-modellen har vist at kunne reducere graden af overvægt hos mere end 75% af patienterne, reducere fedtmassen hos endnu flere og samtidig reducere forhøjet blodtryk, forhøjede kolesteroltal, fedtlever, søvnnapnø, appetit og mobning samt forbedre livskvalitet, humør og egen kropsopfattelse. Holbæk-modellen indeholder en skræddersyet behandlingsplan med konkrete behandlingspunkter. Modellen er bl.a. baseret på et aktivt liv

Dr Holm
Kalundborgvej 114
4300 Holbæk
Tlf. 61464463 / e-mail klinikken@drholm.com



samt en ad libitum kost, der giver dig et sundere liv, inklusiv appetit- og måltidsregulerende øvelser, der gør dig mæt til måltider med måde. De af vores patienter som er mere svære at behandle, kan derudover suppleres med medicinsk behandling.

Læs mere [Om lægeklinikken](#) | [Få hjælp til varigt vægttab](#) | [Ring nu](#)