

15. NOVEMBER 2020

Overvægtige børn taber sig med »Holbæk-metode«

Opdateret 15. august 2014 kl. 19:24

Sjælland - 15. august 2014 kl. 14:06

Af Tomas Revsbech

[Kontakt redaktionen](#)

En særlig metode til at få overvægtige børn til at tage sig er med stor succes blevet afprøvet i otte af landets kommuner.



GARANTI FOR HJEMVE

Nicolinelund

[SE HVORFOR](#)

743 overvægtige børn har været i behandling med den såkaldte »Holbæk-metode«, og 80 procent af børnene har ifølge de foreløbige resultater mindsket deres grad af overvægt siden projektet gik i gang i de første kommuner i efteråret 2012. Det skriver Nordvestnyt.

→ [Læs også: Svært at sige nej til slik som ni årig](#)

- Det er et gigantisk gennembrud, jubler den hovedansvarlige bag projektet, overlæge Jens-Christian Holm fra Holbæk Sygehus.

- At så mange børn har mindsket deres overvægt er et meget stærkt resultat. Det er langt flere, end hvad andre metoder til vægttab i både indland og udland, har opnået, siger han til avisen.

Ifølge Jens-Christian Holm skal successen ikke kun måles på den store andel af børn, den hjælper. Men også at de positive resultater går på tværs af børnenes sociale baggrund.

Selv om tallen kun er foreløbige er de dog så markante, at Jens-Christian Holm mener, at principperne kan bredes ud til langst flere kommuner end de otte, der er med nu.

I modsætning til mange andre væggtabs-metoder og programmer forsøger Holbæk-modellen at inddrage hele familien og dens hverdag i programmet, hvorefter sundhedsplejersker og kostvejledere laver et et skræddersyet program til hver familie med 10 til 20 arbejdspunkter.

Punkterne rummer blandt andet alle barnets måltider, sukkerindtag, fedtholdeige spise og drikke, motion og tidsforbrug foran tv og computer.



Bev
frih
- Husl
dig se

Livet son
selvstænd
både gå
og mister
at arbejde
med forsi
kan hjælp

Pension
Selvstænd
tilbyder fo
og pensio
skrædder
selvstænd



Læs m
book e
påww
- eller
33 93



Sygefraværet falder

Omstridt moske kan ændre planlov

Blæste alkometer op over det tilladte



Farum vandt igen hj
gjorde forskellen

SPONSORERET

Her skal du spise og drikke i København

SPONSORERET

Nu får alle danskere energitilskud, find
tilbud på isolering



DEBAT: Trafik til og
boliger på Petersho

10 millioner kroner til inventar på
folkeskoler

Politijagt efter traktor gennem byen

VIS MERE