

Overvægtige børn og unge får hjælp af 'Holbæk-metode'

Af: Maria Becher Trier

743 svært overvægtige børn fra hele landet har fået hjælp fra kommunale sundhedsplejersker og kostvejledere. Opgørelser viser nu, at 80 procent af dem har mindsket deres overvægt. Metoden er udviklet på Holbæk Sygehus og er nu er spredt ud i landet.



Enheden for overvægtige børn og unge på Holbæk Sygehus blev etableret i 2007. Enheden ledes af overlæge Jens-Christian Holm, som blandt andet er kendt fra tv-udsendelsen Generation XL.

Børn og unge i Vejle, Kolding, Horsens, Kalundborg, Stevns, Slagelse, Hedensted og Holbæk kommuner har fulgt metoden og flere andre kommuner har ladet sig inspirere.

I de otte kommuner er familierne blevet fulgt af en sundhedsplejerske og en kostvejleder efter deres individuelle behov. Der er lagt en individuel skræddersyet plan for familien med 10 til 20 arbejdsplaner, som skal hjælpe familien og barnet til vægttab.

Artiklen fortsætter under banneret

Arbejdsplanerne rummer blandt andet alle måltider, sukker og fedtholdige spise og drikke, spiseøvelser, motion og tidsforbrug ved tv og computer. Gensidig tillid, empati og omsorg er nøgleord og er helt afgørende i tilgangen og behandlingen af børnene og deres familier.

Gode resultater i hele landet

Overlæge Jens-Christian Holm har været en af drivkræfterne i udviklingen af projektet, og han er meget stolt af, at 80 procent af deltagerne har mindsket overvægten.

"Det er et behandlingsrespons, som aldrig er blevet set tidligere", siger han i en pressemeddelelse, hvor han også understreger, at samarbejdet mellem otte kommuner og Børneafdelingen på Holbæk Sygehus er et nyt tiltag, hvor

det er lykkedes at behandle en meget sammensat gruppe af børn. Forbedringerne er sket hos alle typer af børn - uanset børnenes alder, deres grad af overvægt eller sociale tilhørsforhold.

Overvægtige børn tager familien med på livstilsændring

HOLbæk-metoden

Holbæk metoden har i princippet tre primære delelementer, som er grundlaget for det arbejde der udføres med succes i kommunerne:

- Man skal forstå at overvægt er en omsiggribende sygdom, som kan behandles.
- Man skal have indsigt i at svær overvægt er hormonelt reguleret.
- Og man skal have en pædagogisk tilgang, så barnet og familien forstår, hvad der er på spil i kroppen og hvad de selv kan arbejde med i behandlingen.

Timeforbruget i metoden er lavt. Personalet i kommunerne er blevet oplært i metoden af Jens-Christian Holm og sygeplejerske Rikke Melskens fra Holbæk Sygehus.

"Vores metode virker. Også når metoden spredes ud og andre arbejder med den. Det kan vi nu dokumentere", siger Jens-Christian Holm på baggrund af en opgørelse, som læge og ph.d.-studerende Pernille Mollerup har udført.

Effekten skal dokumenteres yderligere

Den endelige opgørelse vil blive foretaget efter et års behandling af Pernille Mollerup, som en del af hendes ph.d.-projekt på Børneafdelingen på Holbæk Sygehus. Og den vil også fastslå behandlingens effekt på følesygdomme og livskvalitet.

"Når vi går ud med foreløbige resultater allerede nu, er det fordi det er stærke resultater, som det er vigtigt for samfundet at få kendskab til", siger Jens-Christian Holm, som mener, at der nu er mulighed for at etablere effektiv behandling af overvægtige børn og unge i hele landet i kommunalt regi.