

Rapport 2016/2017

Fra kunnskap til handling – Overvekt og fedme hos barn og unge – delprosjekt 1

Helse Sør-Øst, Helse Midt-Norge, Helse Vest og Helse Nord



Innhold

Fra kunnskap til handling - om hele prosjektet	side 3
Landsdekkende kurs	side 4
Kursinnhold og hjemmeoppgave	side 4
Antall deltakere og yrkesgrupper	side 5
Nedslagsfelt	side 6
Evaluerings fra deltakerne	side 7
Foredragsholdere	side 8-9
Referansegruppe og arbeidsgruppe	side 10
Skrevet av	side 11

Fra kunnskap til handling - om hele prosjektet

“Fra kunnskap til handling” er et tverrfaglig og nasjonalt prosjekt, der hovedmålsetting er økt kompetanse på forebygging og behandling av livsstilssykdom og overvekt hos barn og unge. Arbeidet er forankret i samtlige regionale helseforetak og i primær- og spesialisthelsetjenesten. Sentrale samarbeidspartnere er Helsedirektoratet, Universitet i Oslo, Høgskolen i Oslo og Akershus og aktører i næringslivet. Seksjonsoverlege Samira Lekhal ved Senter for sykkelig overvekt i Helse Sør-Øst, Sykehuset i Vestfold leder dette arbeidet. Forskningskoordinator Linda Mathisen har deltatt i arbeidet som nasjonal kurskoordinator og har blant annet hatt det praktiske arbeidet rundt kurs, møter og evalueringsrapporter. Prosjektet består totalt av 3 delprosjekter;

Del 1

Kompetanseløft for helsepersonell gjennom nasjonale kurs. Kurs for helsepersonell er gjennomført i alle de fire regionale helseforetakene høsten 2016/vinteren 2017. Kursene har som mål å gi økt kompetanse om hvordan i praksis veilede familier med overvekt og fedme gjennom et sunnere kosthold, mer fysisk aktivitet og mindre stillesitting. Kurset gir bl.a. praktisk innføring i basis samtaleteknikk og bruk av www.kostverktøyet.no. I tillegg er det fokus på diagnose og utredning, rolle, forebygging og behandling, samt fysisk aktivitet. Kursene annonseres blant annet på Helsedirektoratets og Den norske legeforenings nettsider. Kostverktøyet ble implementert i kurset og dette er et prosjekt ledet av Rønnaug Ødegård og Tove Drilen. De fikk i 2014 samhandlingsmidler fra Helse Midt-Norge for å utvikle et nasjonalt og digitalt kostverktøy for familier med overvekt og fedme, og deres behandlere. Senter for sykkelig overvekt i Helse Sør-Øst ved sykehuset i Vestfold, ved spesielt klinisk ernæringsfysiolog Linda P. Boyhan, har bidratt vesentlig til arbeidet inn i både arbeids- og referansegruppen.

Del 2

Kompetanseløft for ansatte i barnehage, skole og SFO gjennom nasjonale kurs for ansatte. Hovedmålsetting for arbeidsgruppen er å utarbeide kurs og kursmaterieell for ansatte i barnehage, skole og SFO. Dette vil kunne bidra til økt kompetanse til å bruke nasjonale og internasjonale retningslinjer for kosthold og fysisk aktivitet i daglig praksis. Arbeidet har planlagt oppstart og gjennomføring høsten 2017. Parallelt skal arbeidsgruppen styrke kunnskapsgrunnlaget for barna selv i barnehage skole og SFO. Arbeidsgruppen skal, sammen med aktører som i dag tilbyr læreverktøy til barn, bidra til å videreutvikle og fornye eksisterende læringsverktøy og stimulere til lek og engasjement.

Del 3

Målsetting om økt kompetanse og kunnskap om forbrukeratferd med fokus på tiltak som medfører at forbruker velger sunnere alternativer. Første del av arbeidet er å lage en vitenskapelig rapport om forbrukeratferd. Dette arbeidet gjennomføres som et samarbeid mellom NOFIMA, SIFO, UiO, Senter for Sykelig overvekt i Helse Sør-Øst, Sykehuset i Vestfold og GreeNudge ved Karevold, som leder dette delprosjektet. Rapporten er en beskrivende oppsummering av forskningsfunn som viser hvordan utforming av matvareprodukter, dagligvareforretninger, restauranter og skoler påvirker hva folk kjøper. Kunnskapsrapporten skal vise hva vi objektivt sett kan si påvirker forbrukerne til å velge sunnere mat. Rapporten ferdigstilles og ble lansert 30.03.17.

Denne rapporten omhandler delprosjekt 1 med antall deltakere, nedslagsfelt, yrkesgrupper og evalueringer fra kursdeltakere.

Landsdekkende kurs

Etter flere arbeidsgruppemøter med planlegging, strategi og nedsetting av program, startet vi kursingen av helsepersonell i august 2016 og først ut var Helse Sør-Øst med 3 kursdager som ble holdt i Helsedirektoratets lokaler. Alle kursene gikk over 3 dager i 2 deler; 2 dager sammenhengende og 1 dag ca 1 måned etterpå, med hjemmeoppgave i mellomtiden. Deretter holdt vi kurset i Helse Midt-Norge og Helse Vest høsten 2016 før vi til slutt kurset helsepersonell i Helse Nord.

Figur 1 viser kurskalender

Helseforetak	Kursdato	Sted
Helse Sør-Øst	24.08., 25.08. + 29.09.16.	Helsedirektoratet i Oslo
Helse Midt-Norge	26.10., 27.10. + 24.11.16.	Folkeuniversitetet + St.Olavs Hospital i Trondheim
Helse Vest	08.11., 09.11. + 07.12.16.	Haukeland Sykehus i Bergen
Helse Nord	25.01., 26.01. + 02.03.17.	Universitetet i Tromsø

Kursinnhold og hjemmeoppgave

Alle i arbeidsgruppen har vært med å bestemme hva kursene skulle inneholde. Hvor mange dager som ble nødvendig for å få med alt relevant innhold og hvem som skulle forelese.

Programmet har vært likt i alle helseforetak og inneholdt disse hovedtemaene:

- Rolle, forebygging og behandling.
- Diagnose og utredning.
- Riktig og balansert kosthold.
- Kostverktøyet.
- Meningsfylt fysisk aktivitet – motivasjon og mestring.
- Samtalekunst – motiverende samtale, den vanskelige førstesamtalen, familiedynamikk, familiebasert atferdsterapi og behandling av forstyrret spiseatferd.
- Egne erfaringer – presentasjon av analyse fra egen arbeidsplass, kasuistikk og veiledning i plenum.

Hjemmeoppgaven skulle gjennomføres mellom kursdag 2 og 3 med et arbeidsomfang på ca 6 timer og 1-2 sider. Flere fra samme kommune/arbeidsplass kunne gå sammen for å løse oppgaven som skulle gi en oversikt over hvordan deres arbeidsplass jobber med å forebygge og behandle overvekt og fedme hos barn og unge. Det skulle også skrives noe om hvordan deltakerne mente at sin arbeidsplass/kommune kunne jobbe bedre, hvordan dagens ressurser utnyttes eller kunne utnyttes bedre. Oppgaven ble sendt inn til oss 1 uke før siste kursdag for gjennomlesing og kursleder Samira Lekhal trakk ut noen av de innsendte oppgavene som ble brukt til diskusjon i plenum for å fremme læring. Dette ble meget godt mottatt av deltakerne på alle kursene.

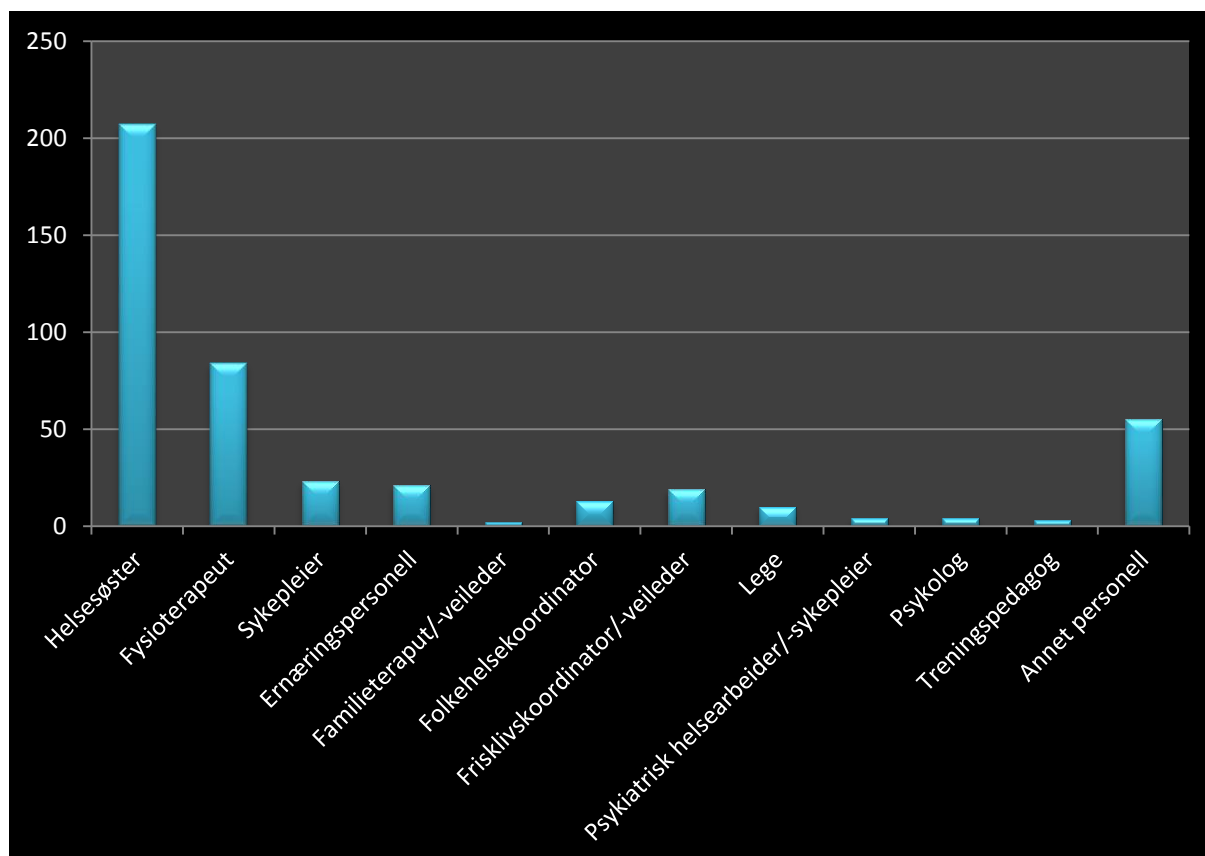
Antall deltakere og yrkesgrupper

I alt har vi kurset 338 helsepersonell fordelt på de 4 regionale helseforetakene. Totalt var 363 påmeldt kurs, men pga. sykdom, værforhold og annet var det noen som ikke møtte.

Den aller største andelen av helsepersonell har vært helsesøstre, en god del fysioterapeuter har også deltatt på kurset. I tillegg har det deltatt sykepleiere, ernæringspersonell, familietераuteur, folkehelse- og frisklivskoordinatorer. Det har også deltatt noen få leger, psykologer og treningspedagoger, samt annet personell som selvstendige næringsdrivende og studenter.

Vi ønsker ved neste kursrunde å nå bredere ut hos fastleger og annet helsepersonell i sykehus i tillegg til personell fra kommuner og næringsliv.

Figur 2 viser fordeling i yrkesgruppene som var påmeldt kurset



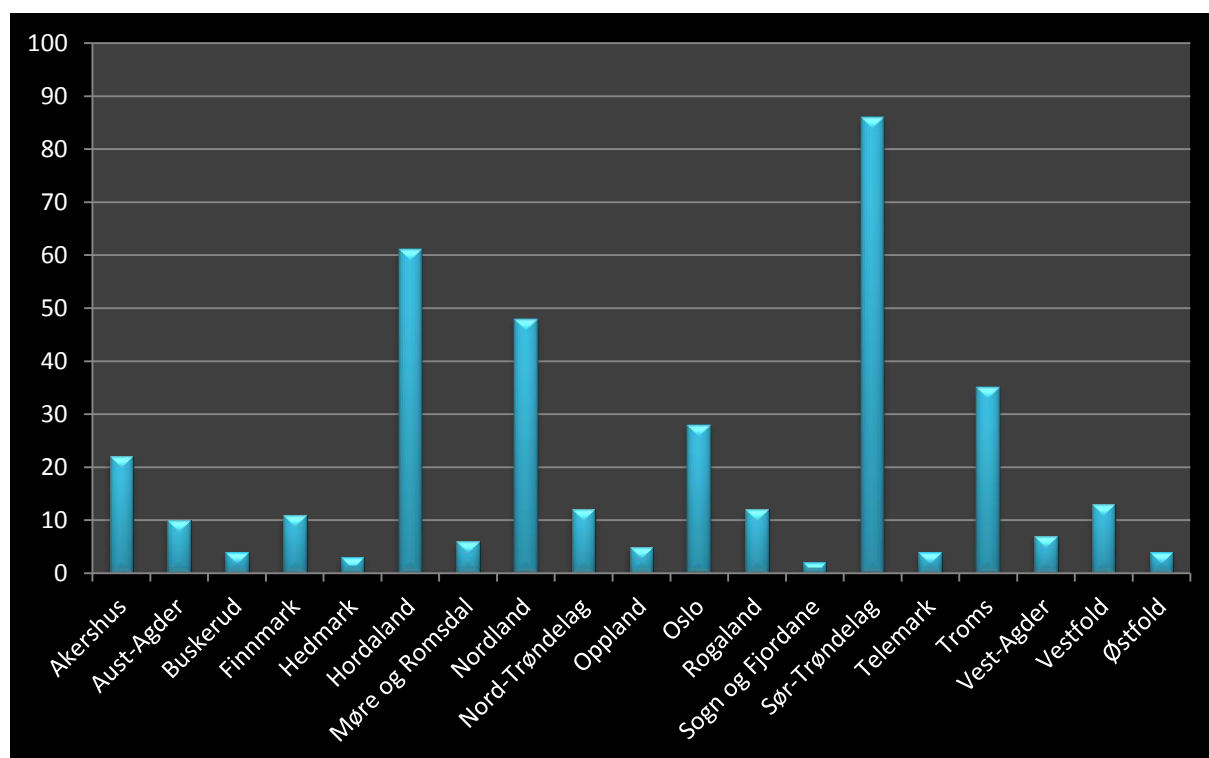
Nedslagsfelt

Vi er stolte over å kunne si at vi har kurset helsepersonell fra samtlige fylker og 120 kommuner, også noen fra det private næringsliv.

Vi ønsker allikevel å nå enda bredere ut i kommunene og i de regionale helseforetakene i neste kursrunde og vil lage en strategi for å nå dette målet.



Figur 3 viser antall deltakere fordelt på fylker

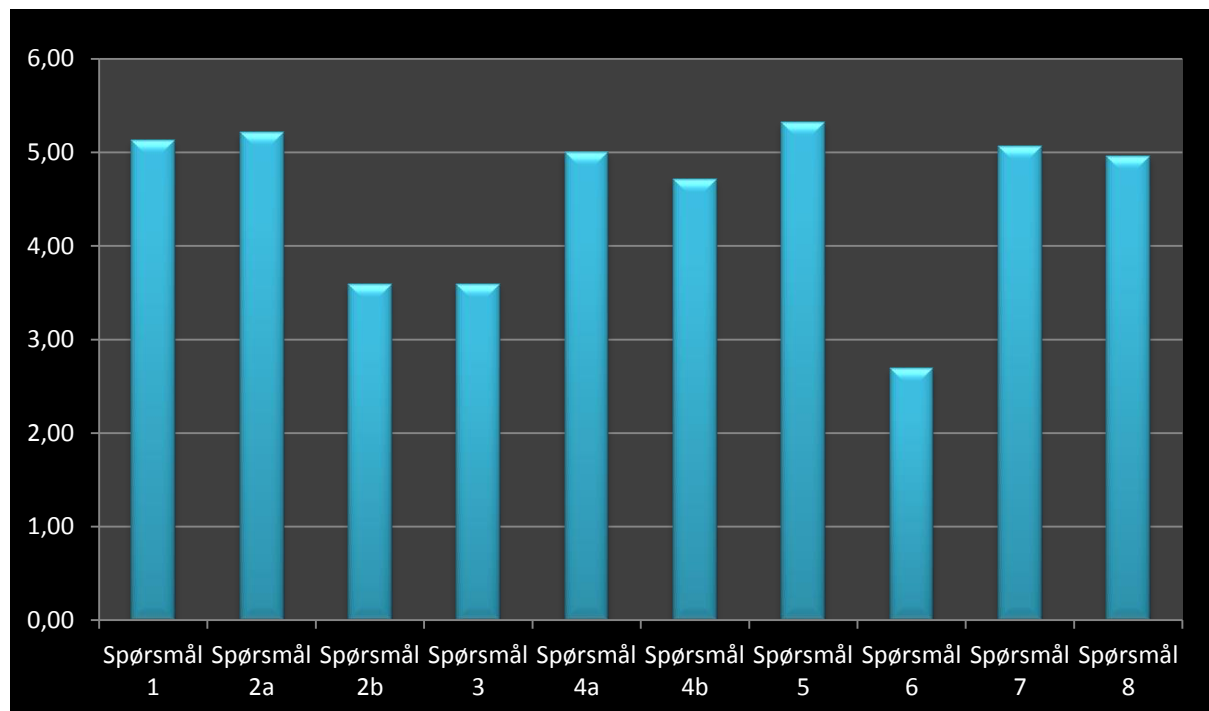


Evaluering fra deltakere

Vi har brukt et evalueringsskjema som er standard fra Sykehuset i Vestfold HF, dette skjemaet tar for seg det kliniske, teoretiske og praktiske innholdet i kurset, samt samlet forventninger, læringsmetoder og kommentarer. Kommentarer er ikke tatt med i denne rapporten, da dette er fritekst fra deltakerne.

Totalt mottok vi 270 av 338 evalueringsskjemaer. Disse ble utlevert i papirform etter lunsj siste kursdag og innsamlet ved kursets slutt. Jevnt over er deltakerne fornøyde med kurset, noe som gjenspeiler seg i figuren nedenfor.

Figur 4 viser samlet evaluering fra kursdeltakerne



Spørsmål fra evalueringsskjemaet

1. Det faglige innholdet lå nært opp til det jeg ønsket å lære (uenig (1)-enig (6))
- 2a. Det teoretiske stoffet var (irrelevant - relevant)
- 2b. Det teoretiske stoffet var (for lite - for mye)
3. Den klinisk/praktiske andelen av kurset var (for liten - for stor)
- 4a. Læringsmetodene på kurset virket (dårlig tilpasset målene - godt tilpasset)
- 4b. Læringsmetodene på kurset virket (passiviserende- aktiviserende)
5. Kurset virket stimulerende til videre læring innen samme område (i liten grad - i høy grad)
6. Kurslærerne formidlet holdninger og tok opp relevante etiske problemstillinger (enig - uenig):
7. Samlet svarte kurset til mine forventninger (i liten grad - i høy grad)
8. Den praktiske gjennomføringen av kurset var tilfredsstillende (uenig - enig)

Foredragsholdere

Mange gode foredragsholdere er med på å gjøre kurset tverrfaglig.



Navn: Samira Lekhal

Tittel: Seksjonsoverlege, PhD

Spesialist i indremedisin. Har jobbet med behandling av overvekt hos voksne, barn og unge i mer enn 10 år. Ledet overvektspoliklinikken ved Universitetssykehuset i Nord-Norge. Jobber nå som seksjonsoverlege ved Senter for sykkelig overvekt Seksjon barn og unge i Helse Sør-Øst, Sykehuset i Vestfold. Tidligere studert psykologi med spesiell interesse for endring av helseatferd, motivasjon og livsstilsendring. Leder prosjektet "Fra kunnskap til handling" som er et nasjonalt prosjekt med målsetting om økt kompetanse hos helsepersonell og andre faggrupper som jobber med barn og unge.



Navn: Hanna Flækøy Skjåkødegård

Tittel: Spesialfysioterapeut, MSc og PhD-stipendiat

Spesialfysioterapeut med mastergrad i klinisk helsevitenskap, studieretning fedme og helse fra NTNU. Har siden januar 2013 jobbet ved Poliklinikk for overvekt (PFO), Haukeland Universitetssykehus. Har jobbet i den tredelt stilling som spesialfysioterapeut og forskningsmedarbeider ved PFO og som rådgiver ved Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet. Er nå PhD-stipendiat i fulltid ved Universitetet i Bergen.



Navn: Knut Løndal

Tittel: Professor

Utdannet allmennlærer og faglærer i kroppsøving og idrettsfag. Han har doktorgrad fra Norges idrettshøgskole og arbeider til daglig ved Fakultet for lærerutdanning og internasjonale studier ved Høgskolen i Oslo og Akershus. I sin forskning har han spesielt interessert seg for fysisk aktiv lek og selvbestemt fysisk aktivitet blant barn og ungdom, og om hvordan dette bidrar til helhetlig utvikling og læring. Han har i mange år vært involvert i studier som undersøker fysisk aktivitet blant barn og ungdom med overvekt og fedme. Fikk professorat ved Høgskolen i Oslo i starten av 2017.



Navn: Yngvild Sørebo Danielsen

Tittel: Psykologspesialist, PhD

Psykologspesialist med fordypningsområde klinisk barne- og ungdomspsykologi. Hun har jobbet ved Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk, Seksjon for spiseforstyrrelser og poliklinikk for overvekt ved Haukeland Universitetssykehus. Hun skrev doktorgrad om familiebasert kognitiv atferdsterapi i behandling av fedme hos barn og har skrevet læreboken "Fedme hos barn. Intervensjoner og atferdsendringer i praksis". Hun er nå postdoktor ved Institutt for klinisk psykologi ved Universitetet i Bergen.



Navn: Kari Glavin

Tittel: Professor

Sykepleier og helsesøster med tilleggstudanning i pedagogikk og administrasjon. Hun har doktorgrad i sykepleievitenskap fra Universitetet i Oslo. Vært leder for Utviklingssenter for helsestasjon og skolehelsetjenesten i Oslo, samt skrevet flere lære- og fagbøker.

Er en aktiv forsker og har publisert i internasjonale fagfellevurderte tidsskrifter både på temaet overvekt, barseldepresjon og andre emner relatert til helsestasjonstjenesten. Arbeider for tiden som professor ved Høgskolen Diakonova og Høgskolen i Oslo og Akershus.



Navn: Tove Drilen

Tittel: Klinisk ernæringsfysiolog

Utdannet klinisk ernæringsfysiolog i 2006 ved Universitetet i Oslo (bachelorgrad fra La Trobe University i Melbourne, Australia). Jobbet med overvektige barn og familier i 10 år. Var ansatt ved St Olavs hospital fra 2006-2014. Jobbet ved Friskliv og mestring i Trondheim kommune. Våren 2015 startet hun opp i en 50 % stilling som prosjektleder for kostverktøyet ved Regionalt senter for

fedmeforskning og innovasjon. Kostverktøyet er et nettsted for familier med overvekt, og for helsepersonell som jobber med denne målgruppen.



Navn: Pétur Benedikt Júlíusson

Tittel: Professor og overlege

Legeutdanning i Reykjavik. Spesialist i barnesykdommer fra 2000 og PhD i 2010 med avhandlingen «Overweight and obesity in Norwegian children: trends, current prevalence, effects of socio-demographic factors and parental perception». Stiller per dags dato: Overlege ved Barneklubben og Poliklinikk for overvekt - barn, Haukeland Universitetssykehus. Postdoktor ved Universitetet

i Bergen. Seniorforsker ved Senter for sykkelig overvekt, Sykehuset i Vestfold, Tønsberg. Leder to forskningsgrupper (BERG, BarneBORG) med fokus på vekst og utvikling av barn og unge samt behandling av barn og unge med sykkelig overvekt. Fikk professorat ved Universitetet i Bergen og Senter for sykkelig overvekt i Helse Sør-Øst ved Sykehuset i Vestfold.



Navn: Rønnaug Astrid Ødegård

Tittel: Overlege dr med Førsteamanuensis II

Barnelege med endokrinologi som spesialfelt. Har bygget opp fagområdet barnefedmebehandling ved St Olavs Hospital fra 2003 hvor kliniske forskningsprosjekter regionalt og nasjonalt har vært en del av

utviklingsarbeidet. Fagleder for Barnefedme i masterstudiet Fedme og helse ved Det medisinske fakultetet NTNU.

Referansegruppe

Det ble etablert en referansegruppe der sammensetningen av gruppen reflekterer delprosjektene. Det holdes jevnlige og orienterende møter ca hvert halvår for overordnet å diskutere videre plan. Denne gruppen består av:

- ❖ **Hilde Skyvulstad**, avdelingsdirektør, Avdeling for befolkningsrettet folkehelsearbeid, Helsedirektoratet
- ❖ **Gaute Lenvik**, direktør nærings- og matpolitikk, NHO
- ❖ **Lene Frost Andersen**, professor, seksjon for ernæringsepidemiologi, Universitetet i Oslo
- ❖ **Rønnaug Ødegård**, overlege og pediater Regionalt Senter for Sykelig Overvekt, Barne og ungdomsklinikken, LBK-NTNU.
- ❖ **Sølvi Helseth**, professor, Høgskolen i Oslo og Akershus, helsesøsterutdanningen.
- ❖ **Gudbjørg Øen**, leder Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, nestleder Norsk helsesøsterforening
- ❖ **Jorunn Sundgot-Borgen**, professor, Norges Idrettshøyskole
- ❖ **Per Møller Axelsen**, brukerrepresentant, Landsforeningen for overvektige
- ❖ **Knut Ivar Karevold**, Dr. med., førsteamanuensis Medisinske fakultet, Universitetet i Oslo, Direktør GreeNudge. Prosjektleder delprosjekt 3 og samarbeidspartner delprosjekt 2.
- ❖ **Jøran Hjelmæsæth**, professor, Universitetet i Oslo, Senterleder Senter for sykkelig overvekt i Helse Sør-Øst, Sykehuset i Vestfold
- ❖ **Samira Lekhal**, PhD, seksjonsoverlege Senter for Sykelig Overvekt i Helse Sør-Øst, seksjon for barn og unge, Sykehuset i Vestfold. Initiativtaker og leder overordnet prosjekt.

Arbeidsgruppe

Fra kunnskap til handling er organisert som et tverrfaglig samarbeid med representanter fra samtlige regionale helseforetak og ulike forskningsmiljøer, samt høyskoler og universiteter. Senter for sykkelig overvekt i Helse Sør-Øst, Sykehuset i Vestfold leder overordnet prosjekt ved seksjonsoverlege Samira Lekhal. Arbeidsgruppen jobber spesifikt med gjennomføringen av de ulike delprosjektene. Den ble etablert i 2015 og består av:

- ❖ **Pétur Benedikt Júlíusson**, overlege og pediater, Overvektpoliklinikken, Haukland Universitet Sykehus, seniorforsker Senter for Sykelig Overvekt i Helse Sør Øst, Sykehuset i Vestfold
- ❖ **Rønnaug Ødegård**, overlege og pediater Regionalt Senter for Sykelig Overvekt, LBK-NTNU.
- ❖ **Sølvi Helseth**, professor og prodekan FoU, Høgskolen i Oslo og Akershus, Fakultet for helsefag, Institutt for sykepleie og helsefremmende arbeid.
- ❖ **Nina Misvær**, førsteamanuensis, helsesøster, Høgskolen i Oslo og Akershus, Fakultet for helsefag, Institutt for sykepleie og helsefremmende arbeid.
- ❖ **Kari Glavin**, professor sykepleievitenskap, Høgskolen Diakonova
- ❖ **Knut Løndal**, professor, Høgskolen i Oslo, Lærerutdanningen.
- ❖ **Ane Kokkvoll**, PhD, barnelege og postdoc ved Hammerfest sykehus.
- ❖ **Yngvild Danielsen**, PhD, psykologspesialist, Institutt for klinisk psykologi, Universitet i Bergen.
- ❖ **Hanna Flækøy Skjåkødegård**, spesialfysioterapeut, MSc, PhD-stipendiat Universitetet i Bergen.
- ❖ **Linda Mathisen**, nasjonal kurskoordinator og prosjekt- og forskningskoordinator Senter for Sykelig Overvekt i Helse Sør Øst, Sykehuset i Vestfold
- ❖ **Samira Lekhal**, PhD, seksjonsoverlege Senter for Sykelig Overvekt i Helse Sør Øst, seksjon for barn og unge, Sykehuset i Vestfold. Leder prosjektet og arbeidsgruppen.

Videre plan

- Nye kurs for helsepersonell starter høst 2017

Kurskalender 2017+2018

Helseforetak	Kursdag 1 og 2	Kursdag 3	Hvor
Helse Sør-Øst	16.08.+17.08.17.	14.09.17.	Helsedirektoratet
Helse Midt-Norge	08.11.+09.11.17.	07.12.17.	St.Olavs
Helse Vest	16.01.+17.01.18.	14.02.18.	Haukeland
Helse Nord	14.03.+ 15.03.18.	12.04.18.	Nordlandssykehuset Bodø

- Videreutvikling og opprettholdelse av nettsider
<https://www.siv.no/fra-kunnskap-til-handling-overvekt-og-fedme-hos-barn-og-unge>
- Tilbakemelding til Helsedirektoratet om erfaringer vedrørende bruk og oppfølging av retningslinjer.

*Rapporten er skrevet av:
 Linda Mathisen
 Prosjekt- og forskningskoordinator
 Senter for sykkelig overvekt i Helse Sør-Øst ved Sykehuset i Vestfold*