

Reiserapport fra etterutdanningskurs i overvekt og metabolisme, Trondheim 7.-11. november 2016, arrangert av Kliniske ernæringsfysiologers forening.

Kristin Garpestad Kommedal og Hanne Lund Løkling, masterstudenter i klinisk ernæring, UiB

Etterutdanningskurset i overvekt og metabolisme ble arrangert for kliniske ernæringsfysiologer, og hadde ca. 70 deltakere fra hele landet. Deltakerne hadde ulike bakgrunn, blant annet fra sykehus, kommune, rehabilitering, privat virksomhet og forskning. Noen jobbet utelukkende med fedme, mens andre jobbet med fedme som en del av sine arbeidsoppgaver. Kurset var lagt opp med foredrag, workshop og diskusjoner, og inkluderte også omvisning på Senter for fedmeforskning og innovasjon og Fedmepoliklinikken ved St. Olavs Hospital. Noen sesjoner var parallelle, og ved påmeldingen valgte man mellom barn og unge, konservativ behandling og fedmekirurgi. Vi deltok på sesjonene om barn og unge grunnet størst relevans for masteroppgavene våre. Hele kurset var på 30 undervisningstimer, tilsvarende 2 studiepoeng.

Mandag var første kursdag, og tema denne dagen var overvekt og helse - innføring og kartlegging. Det ble holdt foredrag om fedme i et globalt perspektiv og workshops med pasientkasuistikker, og i tillegg presentasjon av Kostverktøyet. Dagen ble avsluttet med to "hot topic" foredrag om fedmekirurgi og alkoholisme, og matavhengighet.

Tema for tirsdagen var energibalanse, appetitt og metabolisme. Her fikk vi en grundig gjennomgang av energibalanse og energibehov, samt appetittregulering generelt og hos overvektige. Også denne dagen ble kurset avsluttet to "hot topic" foredrag. Et av ukas høydepunkter var en fantastisk tre-retters festmiddag tirsdags kveld.

Onsdag handlet om forebygging og behandling i et livsløpsperspektiv, og dagen startet med et foredrag av Henriette Øien, klinisk ernæringsfysiolog og avdelingsdirektør ved Avdeling for ernæring og forebygging i helsetjenesten, Helsedirektoratet. Hun snakket om overvektssituasjonen i Norge, samt nasjonale føringer og strategier knyttet til dette. Videre ble det holdt foredrag om NCP (Nutrition Care Process) og bruk av NCPT (NCP Terminology) i fedmebehandling. NCP er en standardisert arbeidsmetode for kliniske ernæringsfysiologer som det arbeides med å implementere i Norge. Metoden er utviklet i USA og brukes allerede i flere land rundt om i verden. Resten av dagen var delt i parallelle sesjoner. Vi deltok på foredrag om ulike aspekter ved behandling av barnefedme, med foredrag av barnelege, klinisk ernæringsfysiolog og psykologspesialist. Tilslutt fikk vi besøk av en familie med en gutt som i løpet av det siste året hadde gjennomgått vellykket fedmebehandling ved Frisklivssentralen i Trondheim kommune.

Torsdagens tema var endringsprosessen, mat og følelser. Det ble snakket om bakenforliggende årsaker som kan hindre livsstilsendring, motivasjon for livsstilsendring og følelsesstyrt spising. Dagen ble avsluttet med de to siste "hot topic" foredragene på kurset: "Hva med den syke overvektige pasienten?" og "Legemidler og kroppsvekt".

Fredag var siste kursdag, og temaet var vektstabilisering etter vektreduksjon. Her fikk vi presentert forskning på metabolske endringer som gjør det utfordrende å holde en stabil vekt i etterkant av vektreduksjon. Det ble også presentert data fra The National Weight Control Registry, USA, om livsstilsfaktorer som er forbundet med vellykket vektstabilisering.

Kurset ble avsluttet med en rundbordsdiskusjon med klinisk ernæringsfysiolog, lege, helsepedagog, forsker og sosialantropolog hvor sentrale tema ble tatt opp og kurset oppsummert.

Totalt sett har kurset har gitt oss en oppdatert og klinisk relevant gjennomgang av ulike aspekter ved fedme og behandling av dette. Vi har fått en mye større forståelse for kompleksiteten av sykdommen, og dette vil vi ta med oss videre i arbeidet med masteroppgavene og fremtidig arbeidsliv. Vi har også fått flere ulike verktøy til bruk i møte med disse pasientene. Gjennom kurset har vi møtt mange flinke og engasjerte personer, både foredragsholdere og kursdeltakere. Dette har vært veldig inspirerende, og bidratt til at vi har blitt bedre kjent med fagmiljøet.

Tilslutt vil vi takke for støtten vi fikk fra NSEs fond som gjorde det mulig for oss å delta på kurset.