



ÅRSBERETNING 2017

KOMITEEN FOR SUNDHEDSOPLYSNING

Forord • 3

Komiteens vision og mission • 8

Folkemødet • 11

Skolesundhed.dk • 17

Patientuddannelse • 25

Kompetencecenter for amning • 43

Robusthed.dk • 51

Sammen om mental sundhed • 57

MITkokkeri • 63

Antibiotika • 67

Publikationer • 70

Komiteen • 88

Forord

Sundskyld Herr, må vi byde Dem ...

I en tid hvor Dr. Google giver svar på det meste – også inden for sundhed, i en tid hvor alle former for oplysninger og kampagner er til stede og til rådighed – hvorfor er det så, at det stadig går den forkerte vej?

- Gennemsnitslevealderen i Danmark stiger – bare mindre end i de lande vi normalt sammenligner os med – og hvorfor nu det?
- Danskerne er ikke længere det lykkeligste folkefærd i verden – og hvorfor nu det?
- De unge i Danmark ryger mere end tidligere – og hvorfor nu det?
- Den danske befolkning er blevet tykkere – og hvorfor nu det?

Eller går det faktisk den forkerte vej? For hvem er det, der definerer vejen og dermed også hvilken vej, der er den forkerte, og hvilken vej der er den rigtige?

Frit valg eller samfundsansvar?

Hvor går grænsen? Vi lever i et frit samfund. Vores valg er frit, hvad enten det gælder valg af gulerødder, cigaretter, motion eller kage.

Men har vi i virkeligheden et frit valg? Valget skal jo sættes i relation til den sociokulturelle baggrund, vi kommer fra og færdes i, men skal også sættes i relation til den mediestrøm, vi dagligt går rundt i – i form af reklamer, gode tilbud og fx film, Google, Facebook m.v. Det frie valg begrænses i større og større grad af vores tidligere valg og præferencer – både i forhold til vores søgninger på fx Google og i de skræddersyede individualiserede tilbud, vi fx modtager gennem vores Coop app. Men også i forhold til indretningen af det almindelige supermarked. Så er det frie valg i virkeligheden et pseudofrit valg?

Det eneste vi ved, der virker effektivt i forhold til begrænsning af fx rygning og alkohol, er de strukturelle rammer – så som love og afgifter. Men er det samfundets ansvar at sætte disse rammer, eller er det den enkelte borgers eget ansvar selv at træffe valget og dermed tage et

større egetansvar? Med et større egetansvar vil den enkelte borger i langt højere grad selv skulle bryde, ikke kun eventuelle dårlige mønstre og vaner, men også eventuelle sociale barrierer.

Ved indførelsen af rygeloven var mere eller mindre kendte mennesker ude at protestere imod den begrænsning af den personlige frihed, som de syntes den nye lov repræsenterede. I dag – 10 år efter lovens indførelse – er der ingen, der tænker over det eller protesterer.

Så det, at samfundet starter med at tage et ansvar og begrænser valget, ender måske med at blive et egetansvar og et frit valg?

Den kroniske sundskyld

Man skal huske, at når man peger fingre ad andre, så er der tre fingre, der peger på en selv! Og derfor bliver vi også nødt til at stille spørgsmålet, om vi i den sundheds- og forebyggelsesfaglige verden har været gode nok til at kommunikere vores budskaber? Eller om vores kommunikation bare har været med til at skabe en større kløft mellem de forskellige socialgrupper i samfundet? Har vi for nogles vedkommende i stedet skabt en kronisk skyld i forhold til ikke at kunne leve op til de budskaber, som er i det offentlige rum og derfor af afmagt reagerer modsat?

Har sundheds- og forebyggelsesverdenens velmenende fuldkornsfætre og klidmostre i virkeligheden bare kommunikeret til sig selv eller spejlbilleder af sig selv? Er det i virkeligheden lykkedes os – både for de sunde og de usunde – at skabe en kronisk sund-skyld i forhold til ikke at kunne leve op til de givne råd og retningslinjer?

Komiteen for et godt liv

Svarene på alle disse spørgsmål bliver ikke givet i dette forord. Spørgsmålene er dog i vidt omfang identiske med mange af de spørgsmål, som vi bliver mødt med, når vi er ude i kommuner og regioner, på hospitaler, i skoler og daginstitutioner i hele landet.

Det er spørgsmål som disse, der er grundlæggende for de projekter, vi beskæftiger os med i Komiteen. Det er præmisserne for netop

disse spørgsmål – i kombination med Komiteens neutrale position i midten med fokus på det faglige – der er med til at drive udviklingen af projekter og interventioner.

Når Komiteen påbegynder et nyt projekt, inddrager vi altid disse overvejelser, og det er ubetinget en af grundene til Komiteens succes gennem de seneste 15 år.

Der er dog opstået et mønster i vores projekter – ganske givet på grund af udgangspunktet – nemlig det, at udviklingen af de fleste projekter sker på baggrund af den efterspørgsel, der konstateres i praksis, empowerment – både patient og borger, og til sidst self-efficacy. Udviklingen i fx LÆR AT TACKLE programmerne har bl.a. baggrund i den efterspørgsel, der har været i kommunerne efter specifikke, borgerrettede interventioner. Robustheds-programmet har også sit udspring i efterspørgslen efter en intervention, der er let tilgængelig og nem at implementere. Disse programmer arbejder begge med self-efficacy og empowerment. Også Komiteens apps GRAVID, MIN Baby og FAR tager udgangspunkt i empowerment. Amning – en tryk start – som er Komiteens nyeste udvikling inden for ammeområdet, er opstået på baggrund af problemer i praksis, hvorefter der blev udviklet et program, som så er testet og evalueret. Programmet bygger på empowerment og self-efficacy og er nu udbredt til flertallet af landets fødesteder.

Skolesundhed.dk er udviklet på Aarhus Universitet og skiller sig derfor lidt ud fra mange af Komiteens andre projekter. Men på baggrund af Komiteens særlige faglige og neutrale rolle, så har udbredelsen og implementeringen til 60 kommuner netop været drevet af efterspørgslen på konkrete redskaber, som så er blevet udviklet.

Mentalsundhed.dk, der har opnået at samle alle arbejdsmarkedsparter omkring samme bord i forhold til mentalsundhed på arbejdspladser, er et godt eksempel på, hvordan det netop – på baggrund af Komiteens særlige status – er muligt at gennemføre projekter, hvor andre ikke kan.

FORORD

2017 har ligesom de tidligere år været præget af mange nye projekter, gode samarbejdsrelationer, engagerede medarbejdere, høj faglighed og en meget positiv, smittende holdånd. Der er ingen tvivl om, at i Komiteen lyder spørgsmålet:

Sundskyld Herr, må vi byde Dem et godt liv?

København, maj 2018

Lillian Bondo
Formand for styrelsen

Charan Nelander
Direktør

Komiteens vision og mission

I WHO's strategi "Sundhed for alle år 2000" blev det brede sundhedsbegreb eksemplificeret med de fire mål: at lægge år til livet, at lægge sundhed til livet, at lægge liv til årene og lighed i sundhed. Det brede sundhedsbegreb og WHO's strategi er udgangspunktet for Komiteens vision og mission.

Komiteen for Sundhedsoplysnings vision er:

At etablere sig som Danmarks førende organisation og foretrukne samarbejdspartner inden for sundhedsformidling, udvikling og forankring af bæredygtige, nationale sundhedsindsatser samt kompetenceudvikling af sundhedsprofessionelle.

Herigennem vil Komiteen bidrage kvalificeret alle de steder, hvor sundhedsarbejde pågår og understøtte det lokalt forankrede arbejde med den bedst mulige viden og metodik.

Komiteen for Sundhedsoplysnings mission er:

At bygge bro mellem praksis og forskning i sundhedsarbejdet – på tværs af institutioner, organisationer, faggrænser og kommunale, regionale og statslige forvaltninger. Det skal bl.a. ske ved, at Komiteen arbejder som vidensmægler med udgangspunkt i sin almennyttige fundats og uafhængighed af økonomiske og politiske interesser.

På den måde skal Komiteen bidrage til at styrke danskernes livskvalitet ved at sikre, at alle får mulighed for at få et langt liv med fysisk, mentalt og socialt velbefindende.

Folkemødet



Folkemødet 2017 blev igen et rekordår for Komiteen. Mens det i 2016 blev til fem debatter på tre dage, bød 2017 på hele syv debatter på tre dage, fem forskellige steder. Samtidig blev Komiteen i 2017 bedt om at overtage koordinationen af Det Fælles Sundhedstelt, som så dagens lys 2016 med Komiteen som en af parterne.

I 2017 var 15 sundhedsfaglige organisationer samlet i Det Fælles Sundhedstelt. I år var kredsen omkring teltet Danske Fodterapeuter, Lægevidenskabelige Selskaber, Ergoterapeutforeningen, Dansk Kiropraktor Forening, Danske Psykomotoriske Terapeuter, Dansk Sygeplejeråd, Kost- og Ernæringsforbundet, Dansk Tandplejerforening, Danske Fysioterapeuter, Radiograf Rådet, Apotekerforeningen, Danske Bioanalytikere, Dansk Selskab for Arbejds- og Miljømedicinere, Sund By Netværket og Komiteen. Derudover afholdt Rådet for Bedre Hygiejne, Dansk Selskab for Patientsikkerhed og IMCC arrangementer i teltet.

Fællesskab med flere formål

Ud over at samle så mange som muligt af sundhedsdebatterne under et tag oppebar Det Fælles Sundhedstelt fortsat idealet: At give alle de enkelte organisationer i teltet størst mulig værdi og udbytte af turen til Bornholm. Det Fælles Sundhedstelt handler nemlig om andet og mere end at få en plads på Folkemødet til en fornuftig pris. Det handler om at dyrke og udbygge samarbejder mellem organisationerne i teltet og om herigennem at hæve hinandens stemmer og styrke de muligheder, som Folkemødet giver for at være synlige og få taletid – både over for politikere, andre stakeholders og over for de danskere, der har begivet sig til solskinsøen. Ud over organisationernes egne debatter og aktiviteter åbner samarbejdet i Det Fælles Sundhedstelt også op for en lang række spændende, tværgående arrangementer. På den måde bliver Det Fælles Sundhedstelt en platform for et samarbejde i sundhedssektoren, som ikke kun strækker sig over de 4 dage, som Folkemødet varer, men som vil vare resten af året. Denne brobygning og lette samarbejde på tværs er en af årsagerne til, at Komiteen selvfølgelig påtog sig opgaven som koordinator for Det Fælles Sundhedstelt.



Heftig fællesdebat foran 300 tilskuere

Som koordinator stod Komiteen både for det praktiske omkring teltet, et fælles netværksarrangement med grillpølser og assorterede drikkevarer samt den store fælles åbningsdebat.

Her lod Det Fælles Sundhedstelt i samarbejde med DRs Peter Qvortrup Geisling fremtrædende sundhedspersoner og redaktører fra dagspressen krydse klinger over spørgsmålet: "Tager dårlig sundhedsjournalistik livet af danskerne?"

Det blev til en hæsblæsende debat, hvor godt 300 tilskuere deltog i en debat, hvor der ikke blev lagt fingre imellem, da de to lejre tørnede

sammen om bl.a. mediernes dækning af HPV-vaccinen og dens for-
modede bivirkninger.

I debatpanelet var bl.a. direktør i Sundhedsstyrelsen, Søren Brostrøm, formand for Lægeforeningen, Andreas Rudkjøbing, formand for Danske Regioner, Bent Hansen og direktør i Kræftens Bekæmpelse, Leif Vestergaard Pedersen, der tørnede sammen med bl.a. Politikens sundhedsredaktør, Lars Igum Rasmussen, Ekstra Bladets chefredaktør, Poul Madsen og chefredaktør for BT og Metroxpress, Jens Grund.

IGLO-stafet med partnerne i Sammen om Mental Sundhed

Sammen med 13 af de i alt 35 partnere i partnerskabet om mental sundhed på danske arbejdspladser bidrog Komiteen til i alt fire debatter med afsæt i IGLO-princippet, der beskriver, hvordan alle på arbejdspladsen kan bidrage til at forebygge og håndtere mentale helbredsproblemer som hhv. Individ, Gruppe, Leder og Organisation.

Debatterne blev afholdt i Det Fælles Sundhedstelt, Arbejdsmiljø Loungen i samarbejde med Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, som Komiteen samarbejder med om Sammen om Mental Sundhed. Derudover lagde Dansk Metal telt til en debat, ligesom Sundhed Danmark i samarbejde med Falck Healthcare husede partnerskabet og fuldendte stafetten.



Moderne familier og unges trivsel med et strejf af poesi

Indimellem arbejdsmiljødebatter og opgaverne i Det Fælles Sundhedstelt blev der også tid til to debatter om hhv. moderne familier og unges trivsel. Familiedebatten fandt sted hos Dansk Folkeoplysnings Samråd på Cirkuspladsen og var arrangeret i samarbejde mellem Komiteen og Center for Sundhedssamarbejde ved Aarhus Universitet. Med de to nybagte fædre og P3-værter Anders Stegger og David Mandel ved roret tog et panel af eksperter, praktikere og politikere en debat om den moderne families vilkår i et familieliv, der skal balancere mellem "makrelmadder og andre udfordringer".

Samme Anders Stegger modererede også debatten om unges trivsel, som fandt sted i Det Fælles Sundhedstelt og var arrangeret i samarbejde med Sund By Netværket og Ungdomsbureauet. I debatten gav et panel af unge i og udenfor job- og uddannelse deres bud på, hvad der skaber og udfordrer deres trivsel i dagens samfund, og hvor vi skaber mere af det gode og mindre af det, der gør ondt. Debatten afrundede Komiteens Folkemøde med den første deciderede poet på plakaten i Det Fælles Sundhedstelt. Det skete ved forfatter Caspar Erics oplæsning af sit poetiske epos og ode til ungdommen: "Vi er et sted 6 TIMER fra fremtiden og lidt til venstre på et tidspunkt".

Skolesundhed.dk



Skolesundhed.dk er et digitalt redskab, som understøtter kommunernes store indsats med at give børn og unge gode muligheder for at trives.

Redskabet Skolesundhed.dk sikrer, at kommunerne kan få detaljerede målinger af sundhed og trivsel hos kommunens børn og unge samt adgang til sparring og erfaringsudveksling med andre kommuner og mulighed for at sammenligne resultater på tværs af landets kommuner. Dermed får kommunerne et bedre billede af, hvor de bør lægge fokus omkring sundhed og trivsel.

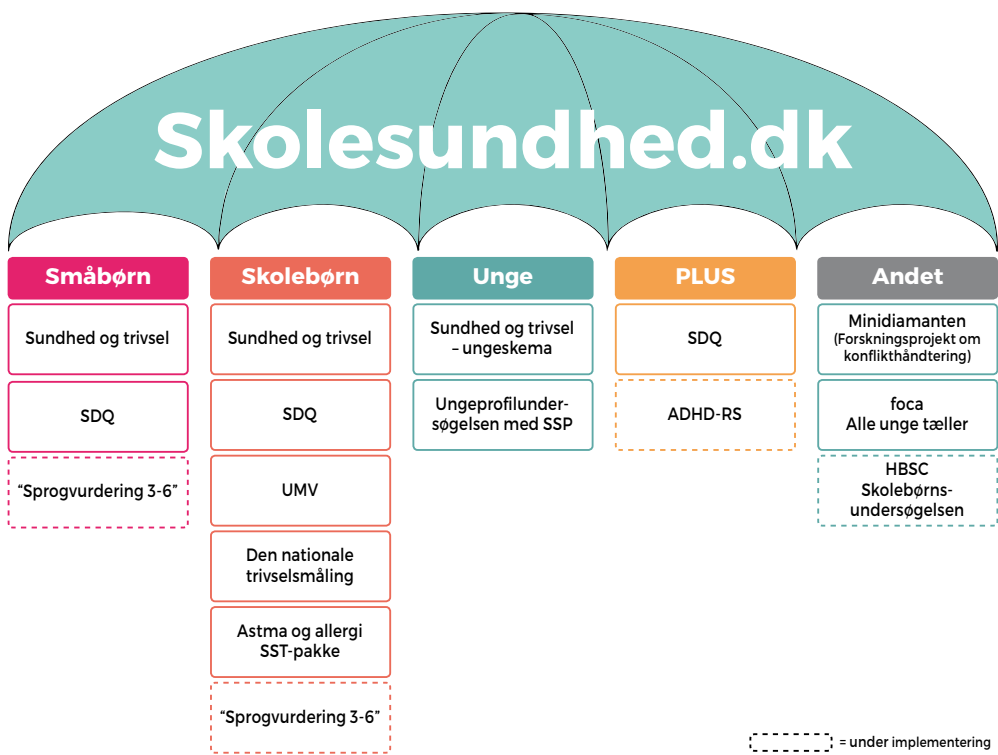
Fra 2015 til udgangen af 2018 ledes Skolesundhed.dk af et tværfagligt sekretariat placeret i Komiteen for Sundhedsoplysning. Sekretariatet skal sikre, at Skolesundhed.dk udrulles nationalt til alle landets kommuner og udbygges med nye værktøjer til børn med særlige behov og forslag til interventioner. Den nationale udrulning og udvikling sker i et strategisk samarbejde mellem TrygFonden og Komiteen for Sundhedsoplysning, Aarhus Universitet og de deltagende kommuner i Skolesundhed.dk. Robert Goodman, professor fra King's College i London, Institute of Psychiatry, Department of Child and Adolescent Psychiatry og Carsten Obel, professor i børns mentale sundhed, Aarhus Universitet er begge tilknyttet Skolesundhed.dk i udviklingsperioden.

Skolesundhed.dk er baseret på målrettede, validerede spørgeskemaer, hvormed kommunen kan indsamle viden fra elever, unge og forældre. Denne viden giver et vigtigt overblik over sundhedstilstanden på klasse-, skole-/institutions- og kommuneniveau og sætter sundhed og trivsel på dagsordenen. Skolesundhed.dk er en tværfaglig platform, der skaber et godt grundlag for nytænkning af indsatser og strategisk målretning af ressourcerne til børn og unge i kommunerne. Herigennem øges kommunernes muligheder for at støtte børn med særlige behov. Et tæt samarbejde mellem kommuner og forskere sikrer, at Skolesundhed.dk er fleksibelt, praksisnært, let at anvende og – ikke mindst – gennemtestet af rigtig mange brugere. De deltagende kommuners erfaringer er en stor styrke, når Skolesundhed.dk videreudvikles og implementeres i nye kommuner.

Den røde tråd

Andelen af deltagerkommuner voksede i 2017 med 20 kommuner, så der ved udgangen af 2017 var 60 deltagerkommuner i Skolesundhed.dk.

Skolesundhed.dk har eksisteret siden 2007 og var frem til 2015 målrettet grundskoleområdet – dvs. skoleelever i 0.-10. klasse. Målgruppen er udvidet under det strategiske samarbejde mellem Komiteen for Sundhedsoplysning, Aarhus Universitet, deltagerkommunerne og TrykFonden. I 2017 var det muligt for kommunerne at gennemføre undersøgelser målrettet børn og unge fra 2-30 år og dermed anvende Skolesundhed.dk som en rød tråd i det forebyggende arbejde.



Indsatser og interventioner

Nye muligheder giver bred anvendelse

Primo 2017 fik kommunerne adgang til at gennemføre undersøgelser på SkolesundhedPLUS. SkolesundhedPLUS er et tværfagligt redskab, der understøtter kommunernes tværfaglige arbejde med børn i mistrivsel.

Kommunerne kan gennemføre SDQ målrettet op til 6 respondenter på SkolesundhedPLUS. SDQ står for "Strengths and Difficulties Questionnaire". SDQ er et enkelt, standardiseret og veldokumenteret spørgeskema om mental sundhed hos børn og unge, som egner sig til tværfaglig dialog. Det er et værktøj, som måler børns og unges styrker og vanskeligheder og identificerer mistrivsel. SDQ giver mulighed for at indsamle viden fra flere synsvinkler på barnets/den unges adfærd og hverdag. SDQ fungerer som et solidt fagligt redskab til dialog mellem fagpersoner, familie og barn.

Det er samtidigt et af de mest anvendte og bedst dokumenterede spørgeskemaer om mental sundhed på verdensplan. SDQ fokuserer, som navnet antyder, ikke alene på barnets udfordringer, men også på barnets styrkesider. Blandt andet derfor er spørgeskemaet bedre accepteret af brugerne end andre lignende redskaber.

I første kvartal af 2017 gennemførte ti kommuner Den nationale trivselsmåling på Skolesundhed.dk. Det gav kommunerne mulighed for at samle data et centralt sted og at anvende samme systematik som ved gennemførelse af andre undersøgelser i kommunen. Undervisningsministeriet står bag Den nationale trivselsmåling, som alle kommuner er forpligtet til at gennemføre.

I 2017 blev der åbnet for det nye Småbørnsområde på Skolesundhed.dk. Småbørnsspørgeskemaet er målrettet forældre til småbørn i alderen 2-7 år. Spørgeskemaet omhandler sundhed og trivsel og indeholder en række af de samme temaer, som indgår i spørgeskemaet til forældre til børn i indskolingen. Spørgeskemaet er udviklet i tæt samarbejde mellem fagprofessionelle fra deltagerkommunerne og forskere fra flere forskningsinstitutioner samt medarbejdere fra Skolesundhed.dk-sekretariatet.

Kommunerne vælger selv, hvordan og hvornår de vil gennemføre undersøgelser på Småbørnsområdet. Der kan fx gennemføres en undersøgelse blandt alle forældre, der har børn i daginstitution, eller

som en forberedelse til besøg af sundhedsplejen i hjemmet. Fx er der en række kommuner, hvor sundhedsplejen fremadrettet skal varetage 2-/3-års-undersøgelser. Resultaterne kan således anvendes af bl.a. dagtilbudsområdet, sundhedsplejen og på tværs af forvaltninger.

I slutningen af 2017 startede et videreudviklingsarbejde af Småbørnsområdet. Kommunerne havde et stort ønske om at kunne opspore mistrivsel endnu tidligere – for dermed at forebygge allerede fra graviditeten. De havde ligeledes et stort ønske om at kunne gennemføre de obligatoriske sprogvurderinger på Skolesundhed.dk. Med en bevilling på 3,3 millioner fra TrygFonden igangsattes arbejdet med at imødekomme kommunernes behov. Der indledtes et samarbejde på to ben. En arbejdsgruppe bestående af forskere og praktikere, der skulle udvikle 0-2 års-området, samt et samarbejde med Aarhus Universitet om implementering af en sprogvurdering målrettet småbørn og indskolingsbørn på Skolesundhed.dk.

EU-forordning og ny organisering

I 2017 arbejdedes der målrettet på at blive klar til den kommende EU-forordning, som stiller en række nye krav til kommunernes håndtering af data og dermed til, hvordan Skolesundhed.dk agerer som databehandler. Dette arbejde kommer også til at fylde meget i starten af 2018.

Sideløbende arbejdedes der også målrettet på at planlægge en organisering for Skolesundhed.dk, der kan træde i kraft, når det strategiske samarbejde ophører. Her arbejdede Det kommunale repræsentantskab tæt sammen med sekretariatet og Kammeradvokaten i bestræbelserne på at udarbejde en langtidsholdbar model for Skolesundhed.dk. Dette arbejde vil ligeledes fylde meget i 2018, hvor en endelig organisering skal falde på plads.

Knap 80.000 unge deltog i Ungeprofilundersøgelsen 2017

Hvordan har unge det i dagens samfund? Det er et vigtigt spørgsmål, ikke blot nationalt, men også lokalt. Gennem årene er der med mellemrum gennemført gode undersøgelser på nationalt niveau, men skal man sikre effektfulde og målrettede lokale indsatser, der allokerer ressourcer og indsatser de steder hen, hvor der er størst behov, skal undersøgelser gennemføres systematisk og med udgangspunkt i



Komiteen for Sundhedsoplysning



AARHUS
UNIVERSITET

TrygFonden

de unges aktuelle virkelighed. Der er således behov for lokal viden, og for at praksis og forskning samarbejder på tværs. I erkendelse af at der er store lokale forskelle på, hvilke livsvilkår unge har, og hvordan de har det, er en række kommuner og centrale vidensinstitutioner gået sammen om i et partnerskab at gennemføre en undersøgelse, som kan imødekomme de lokale behov for viden, samtidig med at det kan bruges regionalt og nationalt, til forskere og beslutningstagere.

Undersøgelsen kan gentages med jævne mellemrum, så tendenser kan følges. Hvis der er bekymrende tendenser, kan man hurtigt sætte ind, lokale indsatsers effekt kan vurderes – myter kan aflives, og indsatser løbende forbedres. Det er et håb, at partnerskabet også kan bidrage til at reducere antallet af forskellige undersøgelser i Danmark – så unge ikke den ene gang efter den anden bliver bedt om at give svar til forskellige undersøgelser, som nogle gange overlapper.

Ungeprofilundersøgelsen gennemførtes første gang i 2015 og igen i 2016. De første to år deltog samlet set 100.000 unge på tværs af landet. I oktober-november 2017 gennemførtes Ungeprofilundersøgelsen for tredje gang i 44 kommuner med knap 80.000 deltagende unge på tværs af landet.

Erfaringerne fra gennemførelsen af Ungeprofilundersøgelsen inddrages i den videre udvikling, og kommunerne opfordres til at udveksle erfaringer, så undersøgelsen hele tiden udvikles, så flest muligt unge deltager, og undersøgelsen adresserer de områder, der er relevante for nutidens unge. Derudover er det en ambition at koble undersøgelsen

nærmere til interventioner i forhold til de konkrete udfordringer og problemstillinger, som Ungeprofilundersøgelsen belyser lokalt.

Årsmøde

For at inspirere kommunerne og skabe erfaringsudveksling på tværs af kommuner og fagligheder afholdt Skolesundhed.dk også i 2017 et årsmøde. Temaet var "Børne- og ungeliv – Sundhed og trivsel i et tværfagligt forebyggende perspektiv". Der var 173 deltagere fra 38 kommuner.

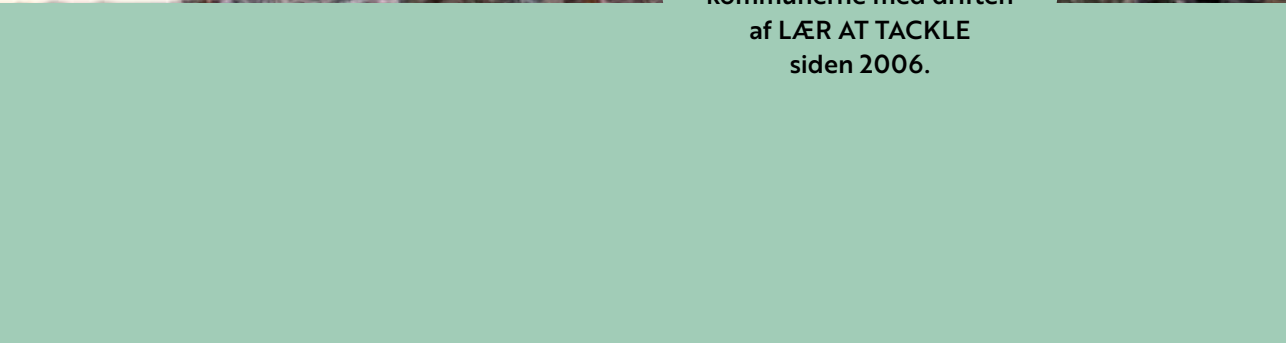
Regionssamarbejde

Region Nordjylland og de nordjyske kommuner gennemførte i efteråret 2017 en fælles sundhedsprofil for børn og unge. Forældre til børnehavebørn og børn i 1. klasse samt elever i 1., 5. og 8. klasse besvarede via Skolesundhed.dk spørgeskemaer, som indgik i sundhedsprofilen.

Patientuddannelse



I 2017 blev
LÆR AT TACKLE udbudt
af 67 kommuner i Danmark.
Komiteen har bistået
kommunerne med driften
af LÆR AT TACKLE
siden 2006.



Patientuddannelse er ansvarlig for drift og videreudvikling af mestringskurserne LÆR AT TACKLE. Desuden efteruddanner Patientuddannelses team sundhedsprofessionelle, bidrager i udviklingsprojekter med eksterne samarbejdspartnere og afholder workshops og foredrag på konferencer m.m.

LÆR AT TACKLE på nye ben

Med pårørendekurset *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* satte LÆR AT TACKLE i 2017 sit femte ben til jorden. Parallelt hermed videreudviklede man de tre nye indsatser *LÆR AT TACKLE angst og depression – for unge*, *LÆR AT TACKLE – online* og *LÆR AT TACKLE – på nemt dansk*, som uddybes senere i denne publikation.

Self-efficacy

LÆR AT TACKLE er evidensbaserede kurser baseret på self-efficacy, der handler om at øge en kursists tro på, at man kan håndtere en given situation. Derved kan man reducere sine symptomer. I løbet af 6-7 moduler præsenteres kursisterne for en række værktøjer, inspireres til at sætte sig mål og løse de udfordringer, de møder. Desuden møder de andre, der er i samme situation som dem selv.

Positive rollemodeller at spejle sig i

LÆR AT TACKLE-kurserne følger det såkaldte peer-to-peer-princip. Derfor varetages undervisningen af instruktører, som selv har sygdom inde på livet, og som kursisterne derfor kan spejle sig i. Alle instruktører på LÆR AT TACKLE har gennemført et uddannelses- og certificeringsforløb, hvor de dels understøttes i at fremstå som positive rollemodeller, dels lærer at facilitere konkrete emner og værktøjer, som øger kursisternes tillid til, at de kan mestre deres symptomer og livsomstændigheder.

Uddannelsesforløbet består af et 4-dages instruktørkursus samt efterfølgende vejledninger. I 2017 blev der uddannet 221 nye kursusinstruktører. Erfarne instruktører, der ønsker at undervise på flere kursustyper, kan uddannes dertil på et 2-dags tillægskursus.

Rutinerede instruktører kan genopfriske centrale teknikker og få ny inspiration til deres undervisning på et 1-dags metodekursus. Ofte deltager instruktører i metodekurser op til deres obligatoriske revurderinger, som gennemføres hvert andet år. Revurderingerne har til formål at kvalitetssikre undervisningen. I 2017 blev der afholdt to metodekurser.

I 2017 blev der afholdt 20 instruktør- og tillægskurser og i alt 221 instruktører blev uddannet.

- LÆR AT TACKLE angst og depression
6 instruktørkurser og 2 tillægsuddannelser
- LÆR AT TACKLE kroniske smerter
2 instruktørkurser og 2 tillægskurser
- LÆR AT TACKLE job og sygdom
1 instruktørkursus og 1 tillægskursus
- LÆR AT TACKLE kronisk sygdom
2 instruktørkurser
- LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende
1 instruktørkursus og 2 tillægskurser
- LÆR AT TACKLE angst og depression – på nemt dansk
1 instruktørkursus

Vejledninger

Som instruktør er man først endeligt certificeret, når man – ud over at have gennemført sit instruktørkursus – har modtaget en række vejledninger, som støtter instruktøren i at videreformidle kursets værktøjer. Også dette er et led i kvalitetssikring af kurserne.

I 2017 blev der gennemført 240 vejledninger fordelt på 6 kursustyper.

- LÆR AT TACKLE angst og depression
119 vejledninger
- LÆR AT TACKLE kroniske smerter
51 vejledninger
- LÆR AT TACKLE job og sygdom
29 vejledninger
- LÆR AT TACKLE kronisk sygdom
28 vejledninger
- LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende
9 vejledninger
- LÆR AT TACKLE angst og depression – på nemt dansk
4 vejledninger

Nye masterinstruktører

Uddannelse og vejledning af instruktørerne foretages af Komiteen for Sundhedsoplysnings masterinstruktører, der er erfarne LÆR AT TACKLE-instruktører, som har gennemgået en særlig masteruddannelse. En stigende projektaktivitet i kommunerne i 2017 gjorde det nødvendigt for Komiteen for Sundhedsoplysning at uddanne 10 ekstra masterinstruktører, så mastergruppen ved årets udgang talte 26 masterinstruktører.

Koordinatornetværk

LÆR AT TACKLE er udbredt over hele landet, og hver kommune gør erfaringer med rekruttering af instruktører og kursister, afholdelse af visitationsamtaler med potentielle kursister, oprettelse af netværksgrupper for afsluttede kursister m.m. Derfor afholdes hvert år 2 koordinatornetværksmøder, hvor landets koordinatører kan udveksle

Hvordan kan man synliggøre værdien af koordinatorarbejdet for at skabe bedre rammer og forståelse for LÆR AT TACKLE i den enkelte kommune?

erfaringer. Desuden drøftes emner, som koordinatorerne har sat på dagsordenen. I 2017 var fokuspunktet, hvordan man kunne synliggøre værdien af koordinatorarbejdet for at skabe bedre rammer og forståelse for LÆR AT TACKLE i den enkelte kommune.

Den årlige Nationale Instruktørsamling

Instruktørsamlingen er årets højdepunkt for instruktører og kommuner. Her dyrkes fællesskabet omkring LÆR AT TACKLE. Der er gensynsglæde og lys i øjnene, når omkring 250 instruktører og koordinatører fra hele landet mødes for at få ny inspiration, dele erfaringer og fortælle om udfordringer og succeser fra det forløbne år.



Temaet for 2017 var netop *fællesskabet*. Her var der både fokus på omstændigheder, der kan spænde ben for fællesskaberne, og hvad man som instruktør og kommune kan gøre for at få fællesskabet til at blomstre for borgerne.

Læs mere om instruktørsamlingen i årets konferencehæfte, som bestilles i trykt format på www.kfsbutik.dk eller downloades på www.patientuddannelse.info.

LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende – styrker pårørendes trivsel

Alene 750.000 danskere er pårørende til en ældre med alvorlige helbredsproblemer. Medregnes alle pårørende – uanset alder – er antallet formodentlig langt højere. Pårørende er selv i risiko for at mistrives eller få stress og depression pga. deres livsomstændigheder.

Hvis pårørende til mennesker med fx demens, kræft, depression eller gigtt forbliver raske og i det hele taget trives, kan de fortsat passe på sig selv, være aktive på arbejdsmarkedet og hjælpe deres nærtstående. Derfor opstartede Komiteen for Sundhedsoplysning i samarbejde med Københavns Kommune i 2016 udvikling af kurset *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*, der har til formål at forebygge, at pårørende udvikler stress, depression eller mistrives på grund af deres udfordringer. På kurset får kursisterne blandt andet redskaber til at passe på sig selv, mindske stress, bede om hjælp og bevare sociale relationer. Desuden møder de andre pårørende, som er i samme situation som dem selv.

De første pilotkurser

I 2017 blev det første pilotkursus for pårørende afholdt. Her deltog 16 kursister. 7 af disse gennemførte efterfølgende en særlig instruktøruddannelse og underviste derefter som frivillige instruktører på tre LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende-kurser. I alt deltog 36 kursister i pilotkurser. 33 gennemførte hele forløbet, mens 3 kursister mødte op til tre eller færre kursusgange. Kursusmaterialet blev løbende tilrettet på baggrund af flere erfaringer og bidrag fra en referencegruppe.

Under et af modulerne på instruktøruddannelsen var der besøg af medlem af Københavns Borgerrepræsentation, Michael Gatten, som er initiativtager til indsatsen. I dagens anledning var han ledsaget af Københavns sundheds- og omsorgsborgmester Ninna Thomsen.

Fra positive evalueringresultater til national udbredelse

En evaluering af de tre pilotkurser, foretaget af Københavns Kommune, viste blandt andet følgende:

- 71 % har opnået bedre trivsel
- 30 % flytter sig fra høj risiko for at få stress eller depression til at være uden for risiko efter kurset
- 85 % er blevet bedre til at passe på sig selv
- 78 % har fået redskaber til at tackle symptomer som fx træthed, stress eller tristhed
- 93 % er blevet bedre til at bruge deres netværk
- 93 % er tilfredse eller meget tilfredse med kurset.

” Jeg kom på kurset og var helt nede i kulkælderen. Men efter kurset er jeg mere, som jeg var før. Jeg er blevet mere selvstændig, initiativrig og har større overskud og glæde ved livet.

KURSIST

I december 2017 afsatte satspuljepartierne på ældreområdet 15,8 mio. kr. til Komiteen for Sundhedsoplysning til national udbredelse af LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende. Udbredelsen gennemføres i 2018-2021. Midlerne går bl.a. til forankring af indsatsen i kommunerne samt formidling, monitorering og evaluering.

LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende er udviklet af Komiteen for Sundhedsoplysning i samarbejde med Københavns Kommune.

Indsatser til særlige målgrupper

Indsats til unge med angst og depression

I 2017 igangsatte Komiteen for Sundhedsoplysning et projekt, der har til formål at afprøve det evidensbaserede kursus *LÆR AT TACKLE angst og depression blandt unge*. Formålet er at styrke 15-25-åriges psykiske helbred og sundhedsadfærd samt at understøtte deres tilknytning til uddannelse og arbejde. En del af projektet vil desuden undersøge, hvordan man mest hensigtsmæssigt organiserer indsatsen lokalt – herunder hvordan unge bedst rekrutteres til forløbene.

Stigning i angst og depression blandt unge

Projektet udspringer af, at antallet af danske unge med angst og depression er tredoblet gennem de seneste 10 år, og at angst og depression kan have store negative konsekvenser for et ungt menneske. Blandt andet kan symptomerne gøre det svært at komme i gang med, eller gennemføre, en uddannelse. 58 % af erhvervsskolerne vurderer, at psykiske problemer er den primære årsag til frafald blandt deres elever (www.psykiatrifonden.dk).



Massiv interesse for projektet – 38 kommuner deltager

Projektets oprindelige plan var at teste kurset med ny organisering i fem kommuner i 2017 og evaluere indsatsen i 25 kommuner i 2018. Kommunernes massive interesse for projektet fik dog Komiteen for Sundhedsoplysning til at udvide pilottesten til 10 kommuner i 2017 og inkludere 38 kommuner i effektevalueringsfasen i 2018.

Bred repræsentation i følgegruppen

Projektets følgegruppe består af repræsentanter fra Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering, Styrelsen for Undervisning og Kvalitet, Socialstyrelsen, Kommunernes Landsforening, SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd, Produktionsskoleforeningen, Danske Gymnasier, Danske Erhvervsskoler og –Gymnasier, Ungdommens Uddannelsesvejledning Danmark, Landsindsatsen EN AF OS, Region Hovedstadens Psykiatri samt Køge, Roskilde, Halsnæs og Skive Kommuner.

Statens Institut for Folkesundhed evaluerer pilotindsatsen. Resultatet forventes offentliggjort i foråret 2018.

LÆR AT TACKLE angst og depression – for unge er støttet af den A.P. Møllerske Støttefond. Projektet gennemføres i perioden 2017-2019.

Online-indsats til borgere med angst og depression

I 2017 fortsatte Komiteen for Sundhedsoplysning udvikling af kurset *LÆR AT TACKLE angst og depression – online*. Onlinetilbuddet skal sikre kursusadgang for borgere, som ønsker at være anonyme, eller som er forhindret i at deltage i gruppeforløb, der kræver fysisk fremmøde.

Baggrunden for indsatsen er, at mindst 227.000 voksne danskere anslås at have angst og/eller depression. Stigma og selv-stigma bidrager til, at mange skjuler deres sygdom. Samtidig kan symptomer som social angst, manglende overskud, tristhed, nedtrykthed samt social eller geografisk isolation gøre det vanskeligt at gennemføre et fysisk gruppeforløb.



Udvikles ud fra eksisterende indsatser

Det nye online-kursus tager udgangspunkt i redskaber og teknikker, der anvendes på de fysiske LÆR AT TACKLE-kurser. I 2017 blev det udforsket, hvordan centrale elementer fra kurserne som fx handleplaner, problemløsning og positive rollemodeller kan indgå på en digital kursusplatform, og hvordan man kan inddrage kursisterne. I foråret 2017 blev der afholdt en omfattende brugertest, som COWI evaluerede. De sammenfattede resultater kan ses på www.patientuddannelse.info

Onlinetilbud når ud til nye målgrupper

I projektet tester fem pilotkommuner nye rekrutteringsstrategier i forsøget på at nå ud til nye målgrupper. Flere studier af Stanford Universitets internetbaserede patientuddannelser til somatisk syge peger allerede på, at man ved hjælp af onlinetilbud kan nå målgrupper, som man ellers ikke når, og at flere mænd, flere yngre og flere ugifte mennesker takker ja til online-kurser¹.

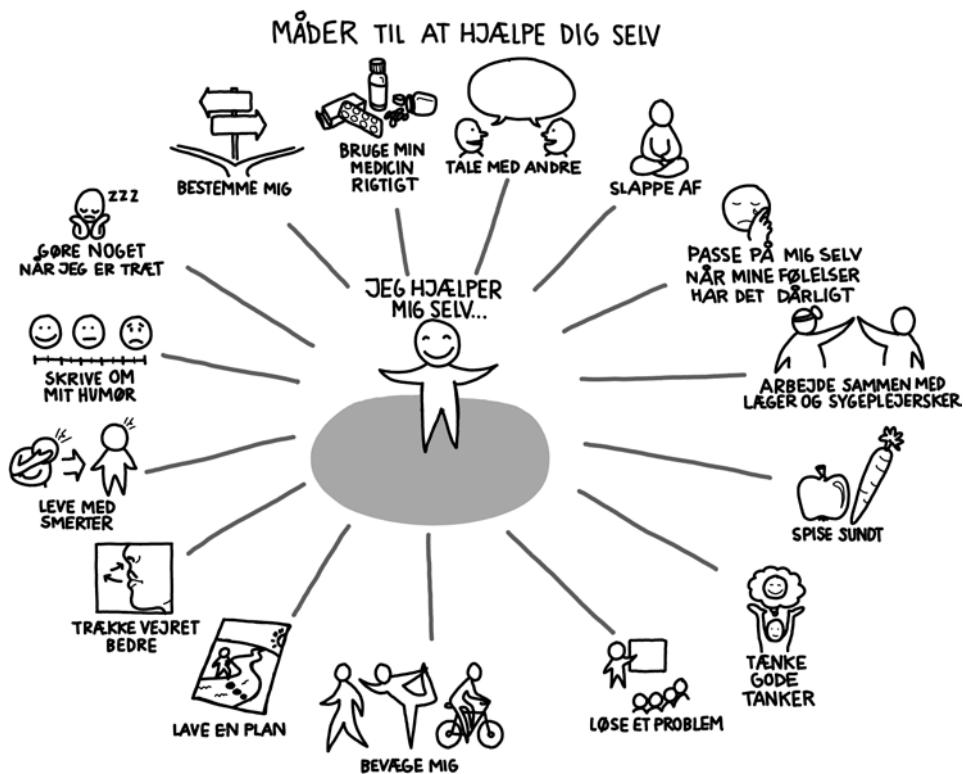
¹ Lorig K, Ritter PL, Laurent DD, Plant K. Internet-based chronic disease self-management: A randomized trial. *Med Care* 2006;44(11):964-971.

I foråret 2018 testes onlinekurset i sin helhed via fem pilotkurser, hvorefter undervisningsmateriale, manualer og rekrutteringsguider finpudses. Også her står COWI for evalueringen.

LÆR AT TACKLE – online er støttet af TrygFonden. Projektets pilotfase løber frem til 2019.

LÆR AT TACKLE – på nemt dansk

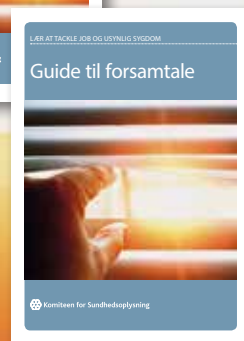
En sproglig forenkling af LÆR AT TACKLE-kurserne skal medvirke til, at mennesker med sparsomme danskundskaber kan følge undervisningen uden tolk. Kursustypen har fået betegnelsen LÆR AT TACKLE – på nemt dansk.





I 2017 blev den første udgave af *LÆR AT TACKLE angst og depression – på nemt dansk* afprøvet i Aalborg og Gladsaxe Kommuner. Afprøvningsen fortsætter i 2018 og evalueres af Oxford Research. På baggrund af de indhøstede erfaringer udvikles efterfølgende *LÆR AT TACKLE kroniske smerter – på nemt dansk*. I 2018 inkluderes yderligere fem kommuner i projektet, som afsluttes i 2019.

LÆR AT TACKLE – på nemt dansk er støttet af TrykFonden. Projektet udvikles og testes af Komiteen for Sundhedsoplysning i samarbejde med de deltagende kommuner, Københavns Sprogcenter samt Indvandrermedicinsk Klinik på Hvidovre Hospital.



Andre projekter

Samarbejde med Region Hovedstadens Psykiatri

I samarbejde med Region Hovedstadens Psykiatri har Komiteen for Sundhedsoplysning i 2017 udviklet et særligt LÆR AT TACKLE-program målrettet borgere, der er sygemeldt fra job eller ledighed eller på sygedagpenge på grund af angst, depression, tilpasningsreaktion, udbrændthed, funktionelle lidelser, stress, medicinsk uforklarlige lidelser, ADHD eller personlighedsforstyrrelser.

Det nye program hedder LÆR AT TACKLE job og usynlig sygdom og er en del af Region Hovedstadens Psykiatris projekt IBBIS². Her undersøger man, om en integreret behandlings- og beskæftigelsesindsats til sygedagpengemodtagere med lettere psykiske lidelser kan medvirke til at skabe en hurtigere og bedre proces for borgerens tilbagevenden til arbejdsmarkedet.

LÆR AT TACKLE-programmet er en gruppebaseret mestringsintervention, der både har fokus på mestrings af helbred og mestrings af arbejde. Kursusprogrammet indeholder:

- Kursusbogen LÆR AT TACKLE job og usynlig sygdom
- Instruktørmanualen LÆR AT TACKLE job og usynlig sygdom
- Forsamtaleguide til LÆR AT TACKLE job og usynlig sygdom
- Model for netværk

2 <https://www.psykiatri-regionh.dk/Kvalitet-og-udvikling/udvikling/ibbis/Sider/default.aspx>

Lokal forebyggelse og sundhedsfremme – samarbejde mellem kommuner og apoteker

I 2017 fortsatte Pharmakon og Komiteen for Sundhedsoplysning et igangværende projekt om udvikling af et samarbejde mellem kommuner og apoteker. I projektets indledende fase udtrykte både kommuner og apoteker ønske om at samarbejde omkring forebyggelse. Derfor var der året igennem fokus på, hvad samarbejdet kunne opbygges omkring. Hver region var repræsenteret via en kommune og et eller to apoteker, som i fællesskab bragte en række specifikke områder i fokus:

- Medicingennemgang
- Medicinsamtaler
- TPI (tjek på inhalation til borgere med astma)
- TD1 (type 1 diabetes)
- TD2 (type 2 diabetes)
- Rehabiliteringspakkerne
- Inkontinens sygepleje
- Forebyggende hjemmebesøg 65+
- KOL
- Hjerte-kar-sygdomme
- Kræft
- Kroniske smerter
- Depression
- Rygestop – individuel og i grupper
- Afklarende samtale om forebyggelsescenterets tilbud, som derefter igangsætter relevante tilbud til borgeren

Afrapporteringen af projektet til kommuner og apoteker forventes offentliggjort primo 2018. Projektet er finansieret af Sundhedsstyrelsens sundhedsfremmepulje.

Vidensdeling om sundhedspædagogiske erfaringer

Erfaringerne fra udvikling og implementering af LÆR AT TACKLE viser, at én ting er at støtte patienterne i at udvikle gode kompetencer i rollen som bruger af systemet; noget andet er at udvikle nye kompetencer og procedurer for personale og systemer, så patienternes behandling, egenomsorg og kompetencer understøttes bedst muligt. Dette har affødt øget efterspørgsel på sundhedspædagogiske erfaringer fra andre faggrupper, der beskæftiger sig med patientuddannelse, sundhedspædagogik og lægmandsundervisning. Derfor har medarbejderne i teamet bag Patientuddannelse bl.a. bidraget med følgende:

Foredrag på konferencer

- Nordisk Folkesundhedskonference – workshop om LÆR AT TACKLE angst og depression
- Antistigmakonference, EN AF OS – workshop om peer-indsatser og effekt
- Blå Kors Medarbejderkonference, Keynote – Livsmestring og aktiv selvhjælp
- Bidrag til uddannelsesforløb
- Sundhedspædagogik for patientundervisere, Tværsektoriel Patientuddannelse, Region Hovedstaden
- Uddannelse af Peer Support medarbejdere, Peerstøtte i Region Hovedstaden
- Modul Self-Management, ZHAW School of Health Professions, Institute of Nursing
- Andre oplæg og workshops
- Helbreds vurderinger af flygtninge, projekt mellem FAKL og Komiteen for Sundhedsoplysning

- Workshop for pårørende til blødere, Danmarks Bløderforening
- Workshop for ledere og medarbejdere i Regionale PsykInfoer
- Oplæg om pårørendeindsats, Bispebjerg Hospital og Frederiksberg Hospital
- Oplæg om pårørendeindsats, Københavns Kommunes sygedagpengeenhed.

Kompetencecenter for amning



Kompetencecenter for Amning blev etableret i Komiteen for Sundhedsoplysning i 2011. Formålet med centret er at indsamle og formidle forskningsbaseret viden om amning til sundhedsprofessionelle og medvirke til erfaringsudveksling og netværksdannelse. Målgruppen er sundhedspersonale i primær og sekundær sundhedstjeneste, som arbejder med ammevejledning i børnefamilier.

I 2017 var der deltagere fra 73 kommuner, 20 hospitaler samt fra Grønland i Kompetencecenter for Amnings aktiviteter. Ud over kommuner og regioner samarbejder Kompetencecenteret med Sundhedsstyrelsen, Københavns og Aarhus Universiteter, Statens Institut for Folkesundhed samt en række faglige organisationer og flere professionshøjskoler rundt om i Danmark. Internationalt samarbejder kompetencecenteret med Nasjonal Kompetansetjeneste for Amning i Norge, Europäisches Institut für Stillen und Laktation og The European Lactation Consultants Alliance, International Lactation Consultant Association samt flere nationale foreninger af Ammekonsulenter i Europa.

Uddannelse til ammekonsulent

Uddannelsen er målrettet sundhedsprofessionelle, der arbejder med ammevejledning. Det er et forløb på 90 timer fordelt på fire moduler, og kvalificerer deltagerne til at kunne gå til IBLCE-eksamen¹ og blive certificeret IBCLC², der er en internationalt anerkendt specialstudiedannelse i ammevejledning. I Danmark bliver IBCLC-uddannede sundhedsprofessionelle typisk brugt som nøglepersoner i ammevejledningen, både på sygehusene og i kommunernes sundhedsplejerskeordninger. I 2017 deltog 37 jordemødre, sygeplejersker og sundhedsplejersker på uddannelsen. Deltagerevalueringerne har vist, at over 90 % af deltagerne efter kurset føler sig bedre rustet til at vejlede forældre i amning. Mange af deltagerne har undervist deres kolleger i emner fra uddannelsen, og de fleste bliver nu spurgt til råds af deres kolleger om ammevejledning.

Uddannelsen er et af 18 kurser på verdensplan, der er godkendt af Lactation Education Accreditation and Approval Committee (LEAARC³).

1 IBLCE=International Board of Lactation Consultant Examiners, www.iblce.org

2 IBCLC=International Board of Certified Lactation Consultants, www.iblce.org

3 www.leaarc.org

At uddannelsen til ammekonsulent er på LEAARC's liste over godkendte kurser har skabt international interesse for kurset.

I 2017 har Kompetencecenter for Amning indledt et samarbejde med Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (VIVE) om at evaluere effekten af uddannelsen.

Professionelle netværk om amning

Siden 2012 har Kompetencecenter for Amning arbejdet med etablering af professionelle netværk for sundhedspersonale indenfor ammeområdet. Interessen har været støt stigende, og der var 179 deltagere i fem regionale netværk i 2017. Formålet med netværkene er at øge sundhedspersonalets viden og kompetencer indenfor ammevejledning. Netværkene er målrettet jordemødre, sygeplejersker og sundhedsplejersker fra fødeafdelinger, barselstilbud og kommuner. Da sundhedssystemets rammer i disse år ydermere sigter mod at udskrive de nybagte familier tidligt fra fødestedet, får tværfaglige og tværsektorielle samarbejder i disse år en meget stor betydning for familiernes oplevelse af sammenhæng i ammevejledningen. I netværksevalueringen udtrykker deltagerne stor tilfredshed med denne mulighed for at styrke samarbejdet omkring ammevejledning på tværs af fag og sektorer. Det er Kompetencecenterets medarbejdere, som organiserer og faciliterer netværkene.

Kurser og konferencer om amning

Kompetencecenterets ansatte afholder også både korte og længerevarende kurser om mange emner indenfor ammeområdet. Der har været afholdt lokale kurser for sundhedsplejersker i kommunerne og sundhedspersonale på sygehuse, oplæg og posterpræsentationer på nationale og internationale konferencer og tværfaglige landskurser, tillige med undervisningsforløb på uddannelsesinstitutioner.

I 2019 skal Nordisk Ammekonference afholdes i København. Blandt danske faglige interesseorganisationer indenfor amning er det besluttet, at Kompetencecenter for Amning, Komiteen for Sundhedsoplysning skal være ansvarlig for organiseringen og afholdelsen af konferencen. Der er nedsat en tværfaglig planlægningsgruppe, som bidrager med væsentlige input til konferencen.

Programmet "Amning – en tryk start"

Gennem de sidste år er indlæggelsestiden efter fødsel på hospital blevet reduceret. I denne periode har man samtidig set en stigning af genindlæggelser af nyfødte pga. dehydrering, gulsot og ernæringsrelaterede problemer. Komiteen for Sundhedsoplysning gennemførte fra 2012 til 16 et projekt, *Amning – en tryk start*, med det formål at optimere indsatsen for nyblevne familier under korttidsindlæggelse, så den matcher familiernes behov og rammerne for barselomsorg i Danmark. TrykFonden finansierede projektet, der blev gennemført som ph.d. projekt. Målet var at udvikle, implementere og evaluere et teori- og evidensbaseret program, som skal øge forældrenes viden og handlekompetence i forbindelse med etablering af amning og sikre, at barnet får tilstrækkelig mad. Dansk Sygeplejeråd har ligeledes ydet et økonomisk bidrag til projektet. Ph.d. projektet er i sin helhed beskrevet i afhandlingen: "Less is more. Early discharge following birth – how do we support mothers to effective breastfeeding?"

Programmet blev testet i en cluster randomiseret undersøgelse og viser at, at mødre, der er vejledt efter programmet *Amning – en tryk start* har højere odds for at amme deres barn 6 måneder efter fødslen, og børnene har en lavere odds for at blive genindlagt efter fødslen. Resultaterne blev i 2017 publiceret i det internationale peer-reviewed tidsskrift "Maternal & Child Nutrition" og er ligeledes beskrevet i Tidsskrift for Sygeplejersker og Tidsskrift for Jordemødre. Siden afslutnin-





gen af projektet og publiceringen af resultaterne har der været stor interesse fra fødestederne i Danmark for at få opkvalificeret personalet, så de bliver i stand til at implementere programmet. Således arbejder 22 ud af 23 fødesteder i dag med *Amning – en tryk start*, og der er stor interesse blandt sundhedsplejerskeordninger i kommunerne for at implementere programmet i de første besøg hos nye familier. Programmet er i dag indskrevet som anbefaling i Sundhedsstyrelsens retningslinjer.

Amning – en tryk start har ligeledes affødt projekter gennemført af bachelorstuderende i folkesundhedsvidenskab og specialestuderende i jordemodervidenskab, hvor Kompetencecenter for Amning har fungeret som vejleder.

Forskningsgruppen Child, Maternal and Family Healthcare

Kompetencecenter for Amning er en del af forskningsgruppen, Child, Maternal and Family Healthcare. Gruppen består af sygeplejeforskere fra hele Danmark, der arbejder med sundhed og sygdom inden for børnefamilieområdet. Gruppen har i 2017 holdt to temadage for ca. 400 deltagere, hvor Kompetencecenter for Amning bidrog med et oplæg fra ph.d.'en "Less is more. Early discharge following birth – how do we support mothers to effective breastfeeding". Gruppen har i 2017 arbejdet med en fælles projektansøgning om fædres involvering i det tidlige forældreskab.

Amning – en håndbog for sundhedspersonale

Komiteen for Sundhedsoplysning har siden 2002 stået for det faglige indhold, redaktion og layout af Sundhedsstyrelsens *Amning – en håndbog for sundhedspersonale*. Håndbogen benyttes af sundhedspersonale i Danmark som fagligt grundlag for deres vejledning. Håndbogen udkom ultimo 2017 i en grundigt revideret udgave med et nyt stort kapitel om sundhedspædagogik. Det sundhedspædagogiske kapitel omfatter en gennemgang af evidensen for forskellige typer af vejledning, rammen for den sundhedspædagogiske dialog samt betydningen af de psykosociale faktorer i relation til amning, og hvordan disse støttes i dialogen med forældrene. Der har været stor interesse og opmærksomhed for bogen fra hele Danmark og ligeledes fra kolleger i de nordiske lande.

Kapitel om sundhedspædagogik i grundbog for sygeplejestuderende

På baggrund af projektet *Amning – en tryk start* og revisionen af *Amning – en håndbog for sundhedspersonale* blev Kompetencecenter for Amning bedt om at skrive et nyt kapitel om sundhedspædagogik i bogen "*PATIENT – en grundbog i sygepleje*". Kapitlet er skrevet i samarbejde med en kollega fra patientuddannelsesgruppen.

National klinisk retningslinje om etablering af amning

Kompetencecenter for Amning søgte i 2017 Sundhedsstyrelsens pulje vedrørende nationale kliniske retningslinjer og fik i samarbejde med Århus Universitet bevilliget penge til at udarbejde en retningslinje om etablering af amning efter GRADE metoden. En tværfaglig nedsat arbejdsgruppe medvirker i gennemførelsen af arbejdet, og en følgegruppe skal medvirke til, at retningslinjen efterfølgende implementeres i praksis. Følgegruppen består af repræsentanter fra Fagligt Selskab for Gynækologiske og Obstetriske Sygeplejersker, Fagligt Selskab for Sundhedsplejersker, Jordemoderforeningen, Dansk Selskab for Obstetrik og Gynækologi, Dansk Pædiatrisk Selskab samt brugerorganisationerne Forældre & Fødsel og Ammenet. Den nationale kliniske retningslinje forventes at være færdig i efteråret 2018.

Nyhedsbrev

I 2013 begyndte Kompetencecenter for Amning at udsende nyhedsbreve, som indeholder aktuelt om kompetencecenterets aktiviteter, nyt om amning i ind- og udland samt omtale af ny forskning vedrørende amning. Der har været meget stor interesse for nyhedsbrevet, som i 2017 udkom 6 gange og blev udsendt til 838 modtagere.

ROBUSTHED.DK



ROBUSTHED.DK er et videns- og inspirationsprogram, der er udviklet til børn, unge, forældre og fagprofessionelle, som har med mennesker at gøre i deres daglige arbejde. Robusthedsprogrammet er udviklet af overlæge Poul Lundgaard Bak, oprindeligt i regi af Aarhus Universitet. I 2015 blev ROBUSTHED.DK placeret i Komiteen for Sundhedsoplysning som et selvstændigt sekretariat med henblik på udvikling og udbredelse.

Robusthedsprogrammet er et mentaliseringsbaseret program, som handler om at blive god til at håndtere udfordringer i livet. Programmet består af viden om tanker, hjernen og følelser. Samtidig er programmet en værktøjskasse af billeder, øvelser og historier, som inspirerer til og kan være med til at udvikle og træne vores mentaliseringssevne, så det kan blive nemmere at begå sig socialt i forhold til venskaber, skole/uddannelse og arbejdsmarked.

Hele programmet består af ni moduler, dvs. at robusthedsprogrammet er et såkaldt modulopbygget program, hvilket betyder, at fagprofessionelle i praksis kan udvælge eller prioritere de enkelte moduler efter behov i en given situation. De ni moduler i programmet er: mentalisering, tankebobler, historier, kroppen, hjernen, ØV (at øve sig), opmærksomheden, robuste fællesskaber og passende udfordringer.

Programmet kan både læses, høres og ses på www.robusthed.dk. Ofte bliver børn, unge, forældre og fagprofessionelle først introduceret til programmet via et inspirationsforedrag.

Kursusaktiviteter

ROBUSTHED.DK tilbyder inspirationsforedrag, temadage samt 5-dages kursus for fagprofessionelle. I 2017 har undervisere fra ROBUSTHED.DK gennemført 5-dages kursus i en lang række kommuner, institutioner og organisationer.

I Skanderborg Kommune blev der således gennemført omfattende kursusaktiviteter, hvor 50 fagprofessionelle blev uddannet i ROBUSTHED.DKs 5-dages kursus og sammenlagt 700 medarbejdere fra skoler og daginstitutioner i Skanderborg Kommune (PPR, UU-vejledere, lærere, pædagoger) blev introduceret til programmet.



På Sønderbro – Den Sikrede Institution i Københavns Kommune, på et asylcenter i Thisted Kommune og blandt sundhedsplejersker i Sønderborg Kommune er medarbejdere blevet uddannet i programmet. Fælles for de forskellige områder er, at de fagprofessionelle får nye pædagogiske redskaber at arbejde med i egen praksis, samtidig med at de får viden om formidling til deres målgrupper. Redskaberne fra programmet kan være et meningsfuldt supplement til de fagprofessionelles eksisterende redskaber.

Vejen til robusthed er belagt med omtanke

I november 2017 afholdt Komiteen for Sundhedsoplysning konferencen *Vejen til robusthed er belagt med omtanke* i samarbejde med Socialstyrelsen, TrygFonden og Aarhus Universitet med 310 deltagere. På dagen bidrog forskere og praktikere med viden om, hvad robusthed er, og hvordan man kan arbejde med at udvikle robusthed. Blandt hovednavnene var professor Peter Fonagy, Anna Freud Centre i London, professor i mental børnesundhed Carsten Obel, Aarhus Universitet samt overlæge Poul Lundgaard Bak, Komiteen for Sundhedsoplysning. Der blev blandt andet gjort op med forestillingen om mental robusthed som en slags teflon, der gør os mere eller mindre immune over for modgang. Samtidig blev det belyst, hvilken betydning de sociale fællesskaber har for udvikling af robusthed. En række spændende cases blev ligeledes præsenteret.

Afsluttede projekter

I december 2017 blev projektet *Sundhedsfremme på erhvervs- og produktionsskoler* afsluttet. I dette projekt har Sund By Netværket i samarbejde med fire kommuner (Sønderborg, Silkeborg, Holstebro og Aarhus) søgt viden om, hvilken betydning sundhedssamtaler og robusthedsundervisning har på unges sundhed. I projektperioden er lærere fra otte erhvervs- og produktionsskoler fra de fire kommuner blevet uddannet i ROBUSTHED.DKs 5-dages kursus. Der er blevet gennemført en kvalitativ evaluering på baggrund af projektet, hvor ROBUSTHED.DK er blevet positivt evalueret. De uddannede lærere bruger robusthedsprogrammet til at støtte deres elever i at håndtere stressfulde perioder såsom eksaminer. Derudover er robusthedsprogrammet blevet brugt som valgfag, i trivselsamtaler samt indskrevet i én af skolernes værdigrundlag.

I perioden 2013-2017 er robusthedsprogrammet indgået i en række kontrollerede forskningsprojekter blandt følgende målgrupper: 1) anbragte børn og unge, 2) unge med ADHD, 3) elever på folkeskoler og 4) sårbare under uddannelse. Det er ikke programmets vidensindhold, der er blevet vurderet, idet programmet består af allerede etableret viden. Det er derimod *formidlingsformen*, der er blevet vurderet.

Der var tale om mikrointerventioner, hvor robusthedsprogrammet er formidlet i en lille dosis, hvor der kun i projektet om anbragte børns indlæring kunne ses en signifikant forbedring – målt ved national test i dansk læsning 1½ år efter, at anbringelsesstedets voksne har modtaget infobrev om programmet.

ROBUSTHED.DK arbejder i dag med langt større interventioner og indgår i en række forskningsprojekter, hvor selve effekten af programmet bliver evalueret.

Nye projekter opstartet i 2017

For ROBUSTHED.DK har 2017 også været starten på nye projekter. I efteråret startede et pilotprojekt, hvor forskere fra Forskningsenheden Almen Medicin på Københavns Universitet vil undersøge, hvordan praktiserende læger kan bruge viden og redskaber fra robusthedsprogrammet i deres møde med gravide og småbørnsforældre i konsultationen. Fokus er både på lægen som formidler og anvender af

programmet, hvilket betyder, at lægen selv kan anvende redskaberne direkte i deres samtale, samtidig med at de kan videreformidle viden om ROBUSTHED.DK, så de gravide/småbørnsforældre selv kan dykke mere ned i programmet.

Derudover er ROBUSTHED.DK blevet udvalgt som leverandør i Socialstyrelsens satspuljeprojekt om styrkelse af mentaliserings- evnen hos anbragte børn og unge i alderen 12-20 år. Dette projekt fortsætter frem til 2020, hvor ekstern evaluator vil evaluere effekt af ROBUSTHED.DKs 5-dages kursus.

Ny hjemmeside og nyhedsbrev

I efteråret blev ROBUSTHED.DKs nye hjemmeside lanceret. Det har betydet, at projektet har fået et nyt visuelt udtryk og en mere brugervenlig menustruktur på både den offentlige og bagvedliggende materialesamling. Derudover har ROBUSTHED.DK oprettet et nyhedsbrev, som udsendes 3-4 gange årligt. I nyhedsbrevet vil der bl.a. være nyt om kursusafholdelse og viden samt gode råd fra undervisere fra ROBUSTHED.DK.



Sammen om mental sundhed



Ifølge OECD har 1 ud af 5 danskere i den arbejdsdygtige alder mentale helbredsproblemer som fx stress, angst og depression¹. Årligt koster det samfundet 55 milliarder kroner².

En væsentlig del af udgifterne skyldes, at halvdelen af alle langtids-sygemeldinger og ca. 40% af alle førtidspensioner har rod i mentale helbredsproblemer³. Der igangsættes løbende initiativer på området. Det stadig større udbud af gode redskaber og initiativer gør det nødvendigt at samle og målrette, så virksomheder lettere kan danne sig et overblik og finde de materialer, der matcher deres behov.

Tværgående samarbejde om konkrete værktøjer

Blandt andet på den baggrund vurderede satspuljepartierne i 2014, at der var behov for en tværgående og tværsektoriel indsats mellem sundheds- og beskæftigelsesområdet. De bevilgede derfor 7 millioner kroner til etablering og drift af et nationalt partnerskab mellem staten, kommuner, regioner og erhvervslivet og øvrige parter som patientforeninger og arbejdstagerorganisationer mv. Formålet med midlerne var at etablere et forpligtende samarbejde om mental sundhed med arbejdsgiverne, der skal bidrage til afstigmatisering og inklusion. Oprindeligt var målet, at partnerskabet skulle udarbejde en national standard, som arbejdspladser kan måle på, inspireret af bl.a. Australien. Det viste sig senere – bl.a. gennem dialog i partnerskabet og undersøgelser af målgruppen – at der i en dansk kontekst først og fremmest var behov for at lette arbejdspladsernes adgang til information og rådgivning. F.eks. kortfattet viden og redskaber til at arbejde med sundhedsfremme, forebyggelse af psykiske lidelser og stress samt fastholdelse af medarbejdere på arbejdsmarkedet. Partnerskabet fik senere navnet *Sammen om mental sundhed*.

Ved udgangen af 2017 er det lykkedes at få 35 partnere fra både arbejdstager- og arbejdsgiverorganisationer i det private og offentlige område repræsenteret. Herudover er brancheorganisationer, patientforeninger og det private erhvervsliv repræsenteret. Således er der blevet skabt et stærkt fundament og et stort potentiale med en bred kontaktoverflade til store dele af det danske arbejdsmarked.

1 OECD's Mental Health and Work, 2012

2 Hvidbog om mentalt helbred, sygefravær og tilbagevenden til arbejde, 2010

3 Opslag af satspulje: Etablering af partnerskab "Mental sundhed på arbejdspladsen", 2014

SAMMEN OM MENTAL SUNDHED
Værktøjer og råd til arbejdspladsen

Spørgsmål og svar | Søg i værktøjer | Om partnerstøbet | 5 råd til kollegan

Home

SØG I VÆRKTØJER

Her kan du søge i alle værktøjer på websitet. Værktøjerne er sorteret efter:

- hvilket emne de handler om
- hvilken branche de er udviklet til
- hvilken type værktøj det er

Emne

- Depression og angst
- Forandring/Omstrukturering
- Fravær
- Konflikter
- Mobning og chikane
- Natarbejde
- Nedsat arbejdsevne
- Social isolation
- Stress
- Sygemelding
- Trivsel
- Vold og trusler
- Alle emner

Branche

- Bygge og anlæg
- Handel
- Industri
- Kontor og administration
- Landbrug og fødevarer
- Offentlig service
- Privat service
- Social og sundhed
- Transport
- Undervisning og forskning
- Alle brancher

Type

- Dialogværktøj
- Film, lyd og CD
- Professionel rådgivning
- Spil, test og apps
- Vejledning - kort
- Vejledning - uddybende
- Alle typer

Print side

LAD DIG INSPIRERE AF ANDRE

Der findes desværre ikke alle typer værktøjer indenfor alle emner og brancher. Hvis du ikke kan finde det mest optimale værktøj til netop din branche, så lad dig evt. inspirere af værktøjerne til andre brancher. Her vil ofte være noget, du kan bruge. Du kan også finde en masse gode råd under "Spørgsmål og svar".

På hjemmesiden www.mentalsundhed.dk findes der en digital værktøjskasse, som gør det nemmere at finde de gode råd og konkrete værktøjer der er brug for.

Positive første erfaringer

Partnerskabet lancerede d. 6. oktober 2016 en fælles digital værktøjskasse på www.mentalsundhed.dk på tværs af partnernes holdninger og viden. Som et relevant fælles supplement på området skal værktøjskassen gøre det lettere for den enkelte medarbejder, leder, kollega og nøgleperson at finde netop de gode, konkrete råd og værktøjer, de har brug for – både når det gælder forebyggelse, fastholdelse og tilbagevenden til arbejde efter en sygdomsperiode. Værktøjskassens råd er kvalificeret af forskere og formidlere fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø. En brugertest af www.mentalsundhed.dk viser, at det i værktøjskassen er let at finde relevant og troværdigt indhold.

Partnerne har erfaret, at der er et stort potentiale i det brede, faglige samarbejde omkring fælles budskaber, værktøjer og viden, og de betragter værktøjskassen som et værdifuldt supplement til egne indsatser. Erfaringer viser, at succesfulde partnerskabsindsatser som fx *6 om dagen* og *Fuldkornspartnerskabet* kræver tålmodighed, før de når deres fulde potentiale. Typisk tager det op til 10 års intensivt arbejde samt massiv markedsføring, før et website eller lign. er færdigudviklet, kendt og anvendt^{4,5}.

92 % har fundet hjælp i værktøjskassen

Derfor er partnerskabet og sekretariatet stolte af nu – allerede godt et år efter lanceringen – at kunne vise i en undersøgelse foretaget for partnerskabet, at 5 % af de beskæftigede i Danmark kender til indsatsen (svarende til 136.500 beskæftigede⁶). På www.mentalsundhed.dk mener 92 % af dem i høj eller overvejende grad at have fundet noget, der kunne hjælpe dem. Dette formodes bl.a. at skyldes, at et partnerskab med så bred en kontakthorisont i langt højere grad kan nå målgruppen sammenlignet med enkeltstående initiativer. Det viste bl.a. partnerskabets fælles kampagne særligt målrettet kollegaer. Kampagnematerialet blev vist over 7 mio. gange og blev set af mere end hver fjerde dansker.

4 The Partnering Toolbook, 2011

5 The Evolution of the Whole Grain Partnership in Denmark

6 Undersøgelse foretaget for partnerskabet af Userneeds i september 2016 sammenholdt med Danmarks Statistiks opgørelse af beskæftigede i Danmark i 2. kvartal 2017: <http://www.dst.dk/da/Statistik/nyt/NytHtml?cid=23452>

1 million kroner på Finansloven

21 af partnerne skrev derfor under på i 2017, at de gerne vil bidrage bl.a. økonomisk til at videreføre Sammen om mental sundhed under forudsætning af andre midler. Den store opbakning fra partnerne kom også tydeligt frem på den konference, indsatsen afholdt d. 26. september 2017 i Børssalen. Vi er derfor glade for, at der er bevilget 1.000.000 kr. årligt til drift af Sammen om mental sundhed på Finansloven for 2018. Dermed kan partnerskabets ønske om at bestå indfries.

MITkokkeri



Dette år modtog cirka 60.000 skoleelever MIT kokkeri som en gave til at tage med hjem. Siden projektets start i efteråret 2014 er kokebogen nu uddelt til mere end 300.000 børn og unge i grundskolen.

Dette projektår har fokus været på revision af kokebogen. Med revisionen er der kommet nye opskrifter, som taler til de unges madsmag og ønsker. Endnu engang er det elevernes ord og smag, der har defineret de nye opskrifter, der er udvalgt på baggrund af fokusgruppeinterview med elever fra skoler rundt om i Danmark. Der er, i tilblivelsen af bogen, lagt vægt på at prioritere elevernes ønsker meget højt for på den måde at styrke deres empowerment og glæde ved at tilberede og spise god mad.

Samtidig har det været et ønske at skabe en vis bredde i sværhedsgraden af opskrifterne, således at der ud over de helt enkle retter, som fx avocodomad, er kommet flere retter, der stiller lidt større krav til tilberedning og smag – fx visse udenlandske retter.

Den reviderede bog blev lanceret på Fasan-gården i Frederiksberg Have d. 29. august 2017. Her kom samarbejdspartnere og interesserede forældre og børn for at smage de nye retter og få et eksemplar af den reviderede kokebog med hjem.





Endelig har vi lagt vægt på, at bogen fortsat er tidssvarende og afspejler nye tendenser inden for madkunst, økologi, sundhed og bæredygtighed. En af tidens meget markante trend er vegetarisk og vegansk mad, hvilket vi har fulgt op på i 2017-udgaven af MIT kokkeri.

I 2017 har der også fortsat været fokus på MIT kokkeri Madklubber, hvor næsten 30 nye madklubinitiativer har været igangsat i dette projektår, og mange nye er på vej.

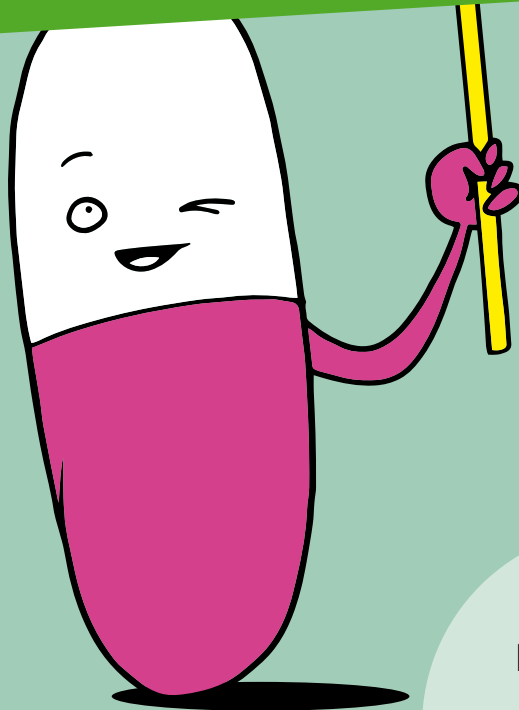
Det digitale univers er blevet opdateret og systematiseret i takt med, at erfaringer fra de tidligere år er blevet gennemgået og analyseret. Der er stor variation i de institutioner og strukturer, som madklubberne søges implementeret i.

Der har ligeledes været god omtale af MIT kokkeri i medierne, herunder det nye madklub-koncept, som mange lokale medier har beskrevet som et spændende og meningsgivende initiativ.

Sidst men ikke mindst er indsamling af data til evaluering af projektet i fuld gang og fortsætter i foråret 2018. Der er allerede indsamlet et betydeligt antal besvarelser fra såvel elever som lærere, og alt tyder på, at der er stor tilfredshed med bogen.

Antibiotika

**BRUG MIG MED
OMTANKE**



Nix pille når
det er virus
– din krop
er kanon ...

I 2017 udviklede Komiteen for tredje gang årets nationale antibiotika-kampagne i Danmark.

Bag kampagnen står Det Nationale Antibiotikaråd, et samarbejde mellem Sundheds- og Ældreministeriet, Dansk Selskab for Almen Medicin, Sundhedsstyrelsen, Lægeforeningen, Danske Regioner, Danmarks Apotekerforening, Lægemiddelstyrelsen, Statens Serum Institut og FOA. Kampagnen blev skudt i gang i forbindelse med den Europæiske Antibiotikadag den 18. november og WHO Antibiotic Awareness week i uge 46.

Fra afgrænset kampagne til vedvarende indsats

Kampagnen var henvendt til borgere og sundhedsprofessionelle. Til forskel fra tidligere år, hvor der har været fokus på særlige indsatsområder, var årets kampagne en generel kampagne med fokus på antibiotikaresistens og generel viden om, hvornår antibiotika er nødvendig, og hvornår det ikke er. Samtidig var kampagnen rettet mod at revitalisere materialer fra tidligere kampagner, bl.a. de to om hhv. hoste og antibiotika til børn, som Komiteen udviklede i 2014 og 2015. Den bærende idé for årets antibiotikakampagne var at skabe fundamentet for en favnende, mere vedvarende indsats, der kan bygges oven på de kommende år. Udgangspunktet var her at samle og aktivere et community af nøgleaktører i forhold til både fagpersoner og borgere. Eksempelvis har både apotekerne og tandlægerne i stort omfang taget ejerskab på indsatsen i forbindelse med årets kampagne. Det samme gælder en række væsentlige kilder, hvorfra mange borgere henter sundhedsinformation, bl.a. Sundhed.dk, PROmedicin og Netdoktor, der er indgået som samarbejdspartnere i kampagnen. Et gennemgående element i alle materialer var derfor et kampagne-logo, som anvendes både på tryk og digitalt. Logoet markerer det inkluderende fællesskab om at bruge antibiotika med omtanke, hvor alle – læger, tandlæger, apoteker, patienter etc. – er velkomne og vigtige partnere. Ud over logoet blev der udviklet bl.a. folder, plakat og kampagnevideo.

Stor rækkevidde både digitalt og på tryk

På den digitale front har et stort antal institutioner medvirket til at bære materialet ud især på Facebook.

Kampagnevideoen er blevet set mere end 83.000 gange. Alle praktiserende læger har modtaget det trykte materiale, og en stor del har bestilt yderligere materiale. I forbindelse med kampagnen er der fra Komiteens webshop samlet set blevet udsendt mere end 44.000 foldere og 5.600 plakater allerede inden 1. december 2017, ligesom også materialer fra de tidligere kampagner er blevet genbestilt i stort omfang. Endelig har kampagnens presseindsats ført til forsider på både Politiken og BT med historier om antibiotikaforbruget hos hhv. børn og ældre, blandt andet med udtalelser fra sundhedsminister Ellen Trane Nørby (V) og førende eksperter fra Det Nationale Antibiotikaråd.

**KÆRE PATIENT
VÆR MED I KAMPEN MOD
ANTIBIOTIKARESISTENS**

Antibiotika virker aldrig på virus, og mange bakterielle infektioner går over af sig selv. Derfor udskriver vi kun antibiotika, når du har brug for det. Så reducerer vi sammen risikoen for antibiotikaresistens, og du bliver skånet for uønskede bivirkninger.

**BRUG MIG MED
OMTANKE**

Vi er med i kampen mod antibiotikaresistens

Spørg os eller læs mere på www.antibiotikaellenj.dk

Logotyper: Apotek, Lægeforeningen, European Antibiotic Consortium, dsam, FØA, Sundhedsstyrelsen, Lægemiddelstyrelsen, Sundhedsbureauet, KL.

Publikationer Apps

Journalistisk og redaktionel bistand samt layout og distribution er en del af Komiteens kerneydelser. Vores vigtigste samarbejdspartnere er Sundhedsstyrelsen, DSAM og Fødevarestyrelsen. Produktionen har bestået af både nye udgivelser og revision af tidligere producerede.

Nyt i 2017

Nyudgivelser og revisioner

Med Sundhedsstyrelsen

- Sunde børn, se side 74
- Mad til små, se side 74
- Amning – en håndbog for sundhedspersonale, se side 75
- Små børns sikkerhed, se side 75
- Smitsomme sygdomme, se side 75
- Forebyggelse af rusmiddelskader hos fostre, se side 76
- Gravid, undersøgelser af barnet i maven, se side 76
- Sunde vaner, i forskellige sprogversioner, se side 77
- Sunde børn i et nyt land, se side 77

Med Aarhus Universitet

- Malte og Maltes mave, se side 80

Med DSAM – kliniske vejledninger

- KOL – elektronisk vejledning og laminerede ark, se side 80
- Iskæmisk hjerte-kar-sygdom – elektronisk, se side 81
- Kræftopfølgning i almen praksis – elektronisk, se side 81

Med Fødevarestyrelsen

- En guide til sunde saltvaner, se side 81
- Nøglehullet – nemt at vælge sundere, se side 81

Med Antibiotikarådet

- Brug mig med omtanke – antibiotikakampagne 2017, se side 82

Med Forbrugerrådet Tænk

- Børnesikkerhed 0-15 år, se side 82

Egne udgivelser

- Amning – en tryk start, se side 83
- MIT kokkeri, se side 83
- I form efter fødslen, se side 83
- Undgå smitte, se side 84
- Giv dit barn lyst til at lære, se side 84

LÆR AT TACKLE

- LÆR AT TACKLE job og usynlig sygdom, se side 85
(med Psykiatrisk Center København)
- LÆR AT TACKLE angst og depression, se side 85
- LÆR AT TACKLE job og sygdom, se side 86

E-bøger

- Din præventionsguide MOBIL, se side 86
- Vil du vide mere om Prævention, se side 86
- Værd at vide om Sterilisation, se side 87
- Alkohol og helbred, se side 87
- Sunde vaner (flere sprog), se side 87
- Sunde børn i et nyt land (flere sprog), se side 87

Beskrivelse af såvel nye som reviderede publikationer kan ses på de følgende sider. Desuden har Komiteen genudgivet en række publikationer, som også er beskrevet.

Med Sundhedsstyrelsen

Sunde børn

Bogen til forældre med børn i alderen 0-2 år

Omskrevet og stærkt revideret udgave. Sunde børn har længe været småbørnsforældres foretrukne guide, og i denne 2017-udgave er bogen målrettet den enkelte familie.

Sunde børn følger barnets udvikling trin for trin det første år. Der er forslag til aktiviteter med leg og bevægelse, og forældre kan få direkte svar på typiske spørgsmål vedr. amning.

Som noget helt nyt indeholder bogen også spørgeskemaer, som forældrene kan udfylde og derigennem afklare deres gensidige forventninger og holdninger til familielivet. Dermed kan forældrene gøre Sunde børn til deres personlige redskab til at skabe den familie, de gerne vil have.

Mad til små

Bogen henvender sig til nye forældre og kan bruges som bindeled mellem sundhedsplejersken og familier, når det gælder spørgsmål om barnets mad. Den indeholder aldersopdelte, lettilgængelige ernæringsafsnit, opskrifter på barnets første mad og et leksikonafsnit med mere detaljeret information. Bogen indeholder endvidere laminerede ark med korte beskrivelser af barnets mad i de forskellige overgangsstadier. Arkene egner sig til ophæng på køleskabet. Bogen er også velegnet til dagtilbud og andre med ansvar for børns kost. Udgives i et samarbejde mellem Sundhedsstyrelsen, Fødevarestyrelsen og Komiteen for Sundhedsoplysning.



Amning – en håndbog for sundhedspersonale

Omskrevet og stærkt revideret udgave. Bogen indeholder den nyeste viden om amning, herunder stimulation af den nyfødtes primitive neonatale reflekser, amning af børn født præmaturt og hensigtsmæssig kommunikation med forældre om amning.

Med denne nye udgave ønsker Sundhedsstyrelsen at styrke de sundhedsprofessionelles viden om amning, så de kan vejlede gravide og nye familier kvalificeret og ensartet ud fra den bedst dokumenterede viden.

I erkendelse af at formidling af viden om amning har afgørende betydning, er der tilføjet et kapitel om den sundhedspædagogiske tilrettelæggelse af ammevejledningen. Afslutningsvis beskrives kommunikation og støtte til amning i forskellige situationer, hvor forældrene har udfordringer med at få amningen til at fungere.



Små børns sikkerhed

Hæfte med råd og vejledning i, hvordan du kan forebygge, at dit lille barn kommer til skade, og hvilke sikkerhedskrav du kan stille til børneudstyr. I et afsnit bagest kan du få tips om førstehjælp, hvis ulykken alligevel indtræffer.

Kort og enkel tekst med søde illustrationer af Rina Dahlerup. Udgivet i samarbejde med Sundhedsstyrelsen.



Smitsomme sygdomme hos børn og unge

Vejledningen henvender sig både til institutioner, skoler, forældre og sundhedsvæsenet med oplysninger om smitsomme sygdomme hos børn og unge. For hver sygdom beskrives smitteforhold, forebyggelse, symptomer, behandling, forholdsregler ved sygdomstilfælde og hvornår barnet igen må komme i institution efter endt sygdom.





Forebyggelse af rusmiddelskader hos fostre

Folder og lamineret ark udsendt til almen praksis og det gynækologisk obstetriske specialområde med information om styrket indsats i forebyggelsen af rusmiddelskader hos fostre. Sundhedsstyrelsen fremhæver, at alle kvinder i fertil alder bør have information om de teratogene effekter af alkohol og andre rusmidler – også kvinder, hvor graviditet (endnu) ikke er aktuel. Formålet med indsatsen er effektiv forebyggelse, reduktion af abortrisiko, tryggere graviditeter og tidlig afdækning af rusmiddelproblemer, hvor det er aktuelt. Til det trykte materiale knytter sig elektronisk information, som kan findes på Sundhedsstyrelsens hjemmeside, www.sst.dk



Gravid, undersøgelser af barnet i maven – elektronisk

Sundhedsstyrelsens vejledning til gravide med de nye, reviderede retningslinjer for fosterdiagnostik. Her beskrives, hvilke tilbud gravide skal have på områderne: prænatal information, risikovurdering, rådgivning og diagnostik. Fra 1. marts 2017 indgår endvidere to nye undersøgelsesmetoder som et nationalt ensartet tilbud: Non-Invasiv Prænatal Test (NIPT) og kromosom mikroarray. I materialet er der lagt vægt på, at kommende forældre skal have grundig information om deres valgmuligheder. Materialet udgives på dansk, arabisk, engelsk, farsi, polsk og somali. Alle sprogversioner findes i en web- og en printversion, som begge kan downloades fra <https://www.sst.dk/da/udgivelser/2017/gravid-undersogelser-af-fostret>



Sunde vaner før, under og efter graviditet

Et læsevenligt hæfte med råd om sund livsstil før, under og efter graviditet. Hæftet giver information om, hvordan man før graviditet kan forberede sig på svangerskabet, hvordan man under graviditeten bør spise, drikke og motionere, og hvad man skal være opmærksom på efter fødslen. Sunde vaner er Sundhedsstyrelsens anbefalinger til kommende forældre. Hæftet kan bruges som fælles reference og være bindeled mellem jordemoder, kommende forældre og den praktiserende læge.

Udover den danske udgave er Sunde vaner udgivet på 8 sprog. Hæfterne er til brug for sundhedspersonale med kontakt med fremmedsprogede, der venter barn. Findes på arabisk, engelsk, fransk, pashto, polsk, somali, tyrkisk og urdu.



Sunde børn i et nyt land

Hæftet er en vejledning til flygtninge og migranter, der har fået barn i Danmark, og som skal leve her som familie. Det beskriver de danske sundhedsanbefalinger på børneområdet, herunder barsel, børneundersøgelser, vaccinationer og ernæring. Hæftet beskriver desuden generelle, kulturelle normer for barnepleje og samvær med barnet, som de fleste i Danmark genkender. Hæftet kan bruges som bindeled imellem forældrene og sundhedsplejersken, lægen eller andre med relation til barnet. Sunde børn i et nyt land er udgivet på arabisk, engelsk, polsk, somali, rumænsk og farsi – alle med en sideløbende dansk tekst, som den dansksprogede sundhedsfaglige kan orientere sig i.



PRÆVENTIONSMATERIALER

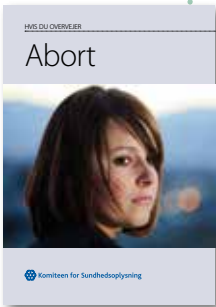
Din præventionsguide

Præventionsvejledning til brug for skolesundheds-tjenestens samtale med folkeskolens ældste elever. På en let tilgængelig måde oplyses om eksisterende præventionsmetoder samt fordele, ulemper og sikkerhed ved hver metode. Desuden orienteres der om seksygmomme, graviditet og abort samt kroppens udvikling i puberteten. Bogen henvender sig til unge, der leder efter den helt rigtige metode til at undgå uønsket graviditet og seksuelt overførte sygdomme. Din præventionsguide MOBIL kan hentes på www.kfsbutik.dk, se også side 86.



Abort

Hæftet henvender sig til kvinder, der overvejer abort, og indeholder oplysninger om rettigheder og valgmuligheder i forhold til at gennemføre eller afbryde graviditeten. Desuden gives der konkrete oplysninger om abortindgrebet og om nogle af de tanker og følelser, som ofte følger med beslutningen om abort eller barn.



Screening

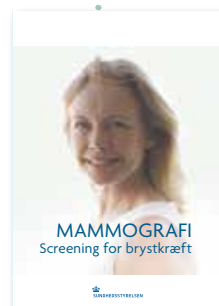
Undersøgelse af celleforandringer i livmoderhalsen

Sundhedsstyrelsens beskrivelse af det officielle screeningstilbud til kvinder om forebyggende undersøgelse for livmoderhalskræft. Hæftets indhold giver landsdækkende information, mens omslaget er tilpasset den enkelte region med lokale kontaktinformationer m.v. Hæftet udsendes i samarbejde med regionerne til kvinder, når de inviteres til undersøgelse.



Mammografi – screening for brystkræft

Sundhedsstyrelsens beskrivelse af det officielle screeningstilbud til kvinder om forebyggende undersøgelse for brystkræft. Hæftets indhold giver landsdækkende information, mens omslaget er tilpasset den enkelte region med lokale kontaktinformationer m.v. Hæftet udsendes i samarbejde med regionerne til kvinder, når de inviteres til undersøgelse.



Screening for tyk- og endetarmskræft

Sundhedsstyrelsens beskrivelse af det officielle tilbud til borgere i alderen 50-74 om screening for tyk- og endetarmskræft. Hæftet udsendes sammen med prøvetagningsudstyr til alle, der får tilbud om undersøgelse og giver landsdækkende information om prøvetagningen, svartider og mulige supplerende undersøgelser.





Med Aarhus Universitet

Malte og Maltes mave

Børnebogen fortæller børn, deres forældre og andre interesserede om, hvad en funktionel lidelse er. Teksten er delt i to. Første del er en historie om drengen Malte, som får en funktionel lidelse. Historien er egnet som højtlesning for børn i 5-12-årsalderen. Anden del er information til forældre og andre voksne, som er i kontakt med børn med funktionelle lidelser. Denne tekst står til sidst i bogen og knytter sig afsnit for afsnit til bogens historie i første del.

Med DSAM

DSAM's kliniske vejledninger er udgivet elektronisk og kan downloades fra www.dsam.dk



KOL – klinisk vejledning

DSAM's KOL-vejledning omfatter patienter med KOL i alle sværhedsgrader. I Danmark er KOL den fjerde-hyppigste dødsårsag, og hver dag dør 16 mennesker på grund af lungesygdommen. Det er hensigten, at vejledningen skal være redskab til, at mennesker med symptomer på KOL bliver diagnosticeret, og at de tilbydes en tidssvarende (og evidensbaseret) kontrol og omsorg i almen praksis, i form af relevant opfølgning, behandling og rehabilitering. Indsatsen overfor patienter med KOL skal gerne resultere i færre indlæggelser/genindlæggelser og forbedring af patienternes livskvalitet. Vejledningen udkommer kun elektronisk, og kan læses på www.dsam.dk. De laminerede ark er udsendt til alle praktiserende læger.

Iskæmisk hjerte-kar-sygdom

Hvert år rammes mere end 50.000 danskere af en hjerte-kar-sygdom, som er den næsthyppigste dødsårsag i Danmark. Den kliniske vejledning er opbygget som FAQ og besvarer en lang række nøglespørgsmål, som praktiserende læger oplever som væsentlige og relevante i den kliniske hverdag. Spørgsmålene er således udarbejdet på baggrund af forslag fra praktiserende læger.

Kræftopfølgning i almen praksis

Formålet med denne vejledning er at sikre bedre helbred og livskvalitet for patienter med kræft. Den indeholder værktøjer til brug ved den almenmedicinske kræftopfølgning og giver information om kræftbehandlingsformer, bivirkninger og senfølger til kræftbehandlinger.

Med Fødearestyrelsen

En guide til gode saltvaner – spis mad med mindre salt

For meget salt i maden øger risikoen for højt blodtryk og udvikling af hjerte-kar-sygdom. Folderen giver tips om gode indkøbsvaner og hvordan man kan få mindre salt i dagens måltider.

Nøglehullet – nemt at vælge sundere

Folder om nøglehulsmærket, der skal gøre det nemt for forbrugere at købe sundere mad. Nøglehullet sættes på fødevarer, som indeholder mindre og sundere fedt, mindre sukker og salt og flere kostfibre sammenlignet med andre fødevarer. Der findes nøglehulsmærkede produkter indenfor de fleste fødevarergrupper, dog ikke sodavand, slik, kager og fødevarer med kunstige sødemidler.



Dansk Selskab for Almen Medicin



Med Antibiotikarådet

Brug mig med omtanke – folder og plakat

Antibiotikakampagnen 2017 har særligt fokus på antibiotikaresistens – og hvordan vi alle kan være med til at sænke det samlede forbrug af antibiotika og på den måde reducere udviklingen af resistente, potentielt livstruende bakterier. Komiteen har udarbejdet denne folder i samarbejde med Det Nationale Antibiotikaråd og Sundheds- og Ældreministeriet med henblik på at bidrage til en god dialog om 'antibiotika eller ej' mellem patienten og den praktiserende læge.



Med Forbrugerrådet TÆNK

Børnesikkerhed 0-15 år

Bogen beskriver, hvad der ofte fører til ulykker, og giver ideer til, hvordan de kan undgås. I bogen er en opslagsdel med sikkerhedsregler for børneudstyr, legepladsindretning og fritidsinteresser. Nye opslag om bl.a. indeklima, e-cigaretter og løbetrykker. Bogen er ajourført med nye sikkerhedsregler af Forbrugerrådet Tænk.



Egne udgivelser

Komiteen producerer også publikationer på egen hånd. Publikationerne dækker bredt med hensyn til målgruppe og sundhedsfagligt område.

Amning – en tryk start

Hæftet til nye forældre handler om den første uge efter fødslen, hvor amningen kommer i gang. Hæftet er velegnet til uddeling på fødegangen eller ved en jordemoderkonsultation sidst i graviditeten. Teksten udvider forældrenes forståelse for, hvad der sker for både moderen og barnet og styrker deres tillid til, at amningen kan fungere, og at barnet kan sutte. Hæftet giver endvidere viden om barnets trivselstegn og god ammeteknik. Hæftet er udarbejdet af Ingrid Nilsson, sygeplejerske, ph.d., IBCLC.

MIT kokkeri

Kogebog med let tilgængelige opskrifter, som børn og unge har været med til at udvælge. Bogen er en gave til elever i madkundskab, som de kan tage med hjem og bruge i køkkenet derhjemme. Hensigten er at inspirere flere børn og unge til at lave mad, da alt for få elever laver mad, selvom de faktisk gerne vil. Til kogebogen hører et web-site, hvor eleverne kan se flere opskrifter, finde inspirerende videoer med unge, der laver retterne og dele tips og tricks med venner. Kogebogen er udgivet i samarbejde med Haver til Maver og med støtte fra Nordea-fonden.

I form efter fødslen

Øvelser og gode råd til kvinder, der lige har født. Hæftet instruerer i øvelser, der styrker bækkenbunden og viser gode øvelser, der styrker mave- og balde-muskler. Man kan også finde gode råd om motion, højden på puslebordet og amnestillinger. Hæftet er skrevet af Birthe Bonde, fysioterapeut og uroterapeut.





Undgå smitte

Undgå smitte giver forældre og pædagoger redskaber til at afbryde smitteveje og dermed undgå, at fx influenza, forkølelse og smitsom diarré breder sig som steppebrande blandt børn og voksne i en daginstitution eller skole. Her er enkle og korte råd om bl.a. målrettet rengøring og effektive hygiejnerutiner. Hæftet er skrevet af Per Vagn-Hansen, speciallæge i samfundsmedicin.



Giv dit barn lyst til at lære

Sansning. Bevægelse. Sprog. Man kan nå meget langt ved at stimulere børns basale sanser. Især er det vigtigt at stimulere følesansen og balance-/bevægelsesansen i barnets første leveår. Bogen kommer med en lang række forslag til, hvordan man kan stimulere barnets sanser og dermed fremme barnets lyst til at lære.

Bogen handler om perioden fra fødslen, til barnet er 3 år. Bogen er skrevet af fysioterapeut Annika Dessau, tale- og hørepædagog Helle Aagaard Nielsen og talepædagog Erna Nørgaard.

PATIENTUDDANNELSE

LÆR AT TACKLE job og usynlig sygdom

Bogen henvender sig til mennesker med ikke-synlige sygdomme og tilstande, herunder depression, udbrændthed, piskesmæld, generaliserede smerter og senfølger efter hjernerystelse.

Psykiske lidelser og fysiske usynlige sygdomme har det til fælles, at andre mennesker ikke kan se dem umiddelbart. Lægen kan heller ikke konstatere sygdommen i en blodprøve eller ved scanning. Det kan derfor være en udfordring at få tilstanden anerkendt og respekteret som noget 'virkeligt'. Et andet fælles træk er en række praktiske og jobmæssige problemer, som man skal tackle, udover selve sygdommen og dens symptomer. Bogen er udgivet elektronisk for Psykiatrisk Center København, og det forventes, at den også skal udgives i trykt form og indgå som en del af LÆR AT TACKLE-serien.

LÆR AT TACKLE angst og depression

Bogen giver inspiration til og råd om, hvordan mennesker med angst og/eller depression kan opstille mål, lægge planer, håndtere symptomer og trække på de ressourcer, de har til rådighed. Bogen er et personligt værktøj, hvor læseren bliver bedt om at forholde dig individuelt til en række spørgsmål og notere svarene. Bogen kan bruges selvstændigt eller i forbindelse med LÆR AT TACKLE-kurset af samme navn. Kurset retter sig mod mennesker, der lever med angst og/eller depression, og udbydes i en lang række kommuner landet over. Kurset har til formål at give deltagerne inspiration til, hvordan de kan tackle de problemer og udfordringer, som følger med en psykisk lidelse, sådan at de kan få en bedre hverdag.





LÆR AT TACKLE job og sygdom

Bogen henvender sig til mennesker, der lever med langvarig sygdom og usikker jobsituation. Bogen giver redskaber til at tackle de udfordringer, som følger med sygdom og usikker tilknytning til arbejdsmarkedet. Samtidig giver den hjælp til at skabe klare aftaler med arbejdsgiver og kolleger om arbejdet, således at den syge får øget mulighed for at arbejde på trods af de begrænsninger, sygdommen giver.

Bogen kan bruges selvstændigt eller sammen med kurset af samme navn. Kurset udbydes i en lang række kommuner landet over.



E-BØGER

Som noget nyt udgiver Komiteen udvalgte titler i elektronisk form. E-bøgerne er gratis og kan downloades fra Komiteens web-shop www.kfsbutik.dk

Din præventionsguide MOBIL

Bogen henvender sig til unge med klar besked om, hvilken præventionsform der egner sig godt til den enkelte. Der er endvidere information om sexsygdomme, graviditet og kroppens udvikling. Den trykte bog uddeles af sundhedsplejersker ved udskolingsamtalen med 9.-klasses elever. E-bogen er et supplement til den trykte udgave og tilpasser sig automatisk den skærm, den vises på (responsivt).

Vil du vide mere om Prævention

E-bogen giver et godt overblik over de forskellige præventionsformer og oplysninger om fordele, ulemper og sikkerhed ved hver enkelt metode. Bogen er opdateret med de nyeste præventionsmidler. Her er også oplysninger om sexsygdomme og abort. Er tidligere udgivet i trykt form i samarbejde med Sundhedsstyrelsen.

Værd at vide om Sterilisation

Denne e-pjece giver information om sterilisation, overvejelserne forud for beslutningen, selve indgrebet hos mænd og kvinder, samt hvilke fordele og ulemper sterilisation kan have på lang sigt. Er tidligere udgivet i trykt form i samarbejde med Sundhedsstyrelsen.

Alkohol og helbred

Er tidligere udgivet i trykt form i samarbejde med Sundhedsstyrelsen. Bogen gennemgår, hvordan alkohol påvirker helbredet. Næst efter tobak er alkohol den risikofaktor, som er årsag til flest tabte leveår og år med alvorlig sygdom. Bogen er primært til sundhedsprofessionelle, men kan også læses af borgere med interesse for, i hvilket omfang alkohol medvirker til udvikling af sygdomme.

Sunde vaner – før, under og efter graviditet

Sunde vaner er Sundhedsstyrelsens anbefalinger til kommende mødre. Hæftet indeholder de sidste nye anbefalinger om moderens kost og sundhed, se også beskrivelsen af den trykte udgave side 77.

Sunde børn i et nyt land

Sundhedsstyrelsens officielle vejledning til fremmedsprogede forældre i Danmark. Hæftet udgives i samarbejde med Sundhedsstyrelsen i såvel elektronisk som trykt form, se også side 77.



Komiteen ejer fire apps – Gravid, Min baby, FAR og Min handleplan. Min handleplan blev i 2017 relanceret efter en teknisk opdatering og Gravid har fået integreret flere sprog i samme app.



Min handleplan

Appen udspringer af de gratis mestringskurser LÆR AT TACKLE ... , hvor handleplaner er kursisternes vigtigste redskab til at øge psykisk helbred, reducere depressionssymptomer, træthed og funktionsbegrænsning samt opbygge tro på egne evner. Appen er en digitalisering af den manuelle handleplan.

Handleplansfunktion giver et overblik over, hvad du skal, hvor meget, hvornår, og hvor ofte. Og på en skala fra 1-10 vurderer du sandsynligheden for, at du kan gennemføre din handleplan. Opstår der situationer undervejs, som gør, at dine planer ikke går helt som forventet, guider appens problemløsningsfunktion dig i at komme videre. Appen er gratis og er tilgængelig både på App store og Google play store.

Sprogintegration i Gravid

I 2017 opdaterede vi appen Gravid, således at sprogvalg nu er integreret i appen. Tidligere har vi haft en separat app på engelsk, men det gav dobbeltarbejde ifm. opdateringer, og derudover var det ulogisk at have to næsten ens apps. Vi ønsker at understøtte, at ikke-dansksprogede borgere også kan anvende appen. Så nu er det muligt for en bruger at vælge, hvilket sprog de ønsker, når de opretter sig i appen. Det vil dog stadig være de danske anbefalinger, der er på den engelske oversættelse.

Gravid på islandsk

I sammenhæng med en sprogintegreret version af Gravid lancerede vi også "Ljósan" – Gravid på islandsk. Denne er resultatet af et samarbejde med den islandske jordemoderforening, der har opdateret indholdet til at møde de islandske sundhedsanbefalinger. Vi er positive ift. at udrulle appen i flere lande og har fået gode erfaringer, vi kan bruge ifm. lancering af Gravid i andre lande.

Komiteen

Organisationen

Komiteen for Sundhedsoplysning er en almennyttig forening, hvis medlemmer udgøres af en række offentlige og private organisationer. Komiteen ledes af en bestyrelse (kaldet styrelsen), sammensat af repræsentanter for medlemsorganisationerne. Formand for styrelsen er Lillian Bondo, jordemoder og formand for Jordemoderforeningen.

Komiteens formål

Som almennyttig forening er formålet med Komiteen at støtte sundhedsvæsenets behandling af sygdomme, at deltage aktivt i samfundets sygdomsforebyggende og sundhedsfremmende arbejde, at støtte patienter og pårørende, såvel individuelt som kollektivt, i deres problemer med sygdomme og handicap samt at støtte forskning omkring folkesundhed, herunder sygdomsforebyggelse, befolkningens sygdomme og samfundets helbredelsesmuligheder. Komiteens formål realiseres på flere forskellige måder:

- Udvikling, tilrettelæggelse og distribution af sygdomsforebyggende, patientstøttende og sundhedsfremmende oplysningsmaterialer
- Tilrettelæggelse, afprøvning, gennemførelse og evaluering af sygdomsforebyggende og sundhedsformidlende initiativer henvendt til særlige grupper eller hele befolkningen
- Samarbejde med andre sygdomsbekæmpende og sundhedsfremmende organisationer om udvikling og gennemførelse af sygdomsforebyggende, patientstøttende og sundhedsfremmende initiativer
- Arrangement af kurser, seminarer, konferencer og anden mødevirksomhed
- Deltagelse i internationalt samarbejde om udvikling og forskning

Sekretariatet 2017

Administration

- Charan Nelander, direktør
- Anne Jette Andkær (Jess), sekretær
- Vibeke Bræstrup, koordinator, chefsekretær
- Rasmus Helbo, sekretær, ekspedition og marketing
- Kim Frederiksen, regnskabschef
- Hanne Tarp, sekretær



Charan Nelander



Anne Jette Andkær



Vibeke Bræstrup



Rasmus Helbo



Kim Frederiksen



Hanne Tarp

IT, Web og kommunikation

- Freja Bange Nyboe, web og interaktion
- Magnus Alexander Johansen, it-studerende



Freja Bange Nyboe



Magnus Alexander Johansen

Forlagsvirksomhed

- Birgitte Dansgaard, redaktionschef



Birgitte Dansgaard

Projektgruppen

- Nicolaj Holm Faber, chefkonsulent
- Lea Heegaard, chefkonsulent
- Malene Norborg, specialkonsulent
- Birgitte Sabra, kommunikationsansvarlig
- Christopher Hjort, projektkoordinator
- Marie Bergmann, projektkoordinator
- Ann Sofie Sofiendal Nilsson, projektkoordinator
- Louise Andrés, projektkoordinator
- Nete Bang-Hansen, projektkoordinator
- Rikke Bach Jensen, projektkoordinator
- Casper Christiansen, IT-projektleder
- Esther Lind Stokkebæk, junior projektmedarbejder
- Anna Maria Pavia, junior projektmedarbejder
- Tine Bo Andresen, junior projektmedarbejder
- Hanne Hougaard Christiansen, junior projektmedarbejder



Nicolaj Holm Faber



Lea Heegaard



Malene Norborg



Birgitte Sabra



Christopher Hjorth



Marie Bergmann



Ann Sofie Sofiendal Nilsson



Louise Andrés



Nete Bang-Hansen



Rikke Bach Jensen



Casper Christiansen



Esther Lind Stokkebæk



Anna Maria Pavia



Tine Bo Andresen



Hanne Hougaard Christiansen

Kompetencecenter for Amning og Human Laktation

- Marianne Busck-Rasmussen, specialkonsulent
- Ingrid Nilsson, chefkonsulent, ph.d.-studerende



Marianne Busck-Rasmussen



Ingrid Nilsson

Sammen om Mental Sundhed

- Martha Monrad Hansen, projektkoordinator
- Christian Døsing Sørensen, projektkoordinator



Martha Monrad Hansen



Christian Døsing Sørensen

Skolesundhed og Robusthed

- Mette Laub Petersen, chefkonsulent
- Carsten Obel, lægefaglig og lægevidenskabelig konsulent
- Marie Alban Arffmann-Simonsen, projektkoordinator
- Mia Juul Christensen, projektkoordinator
- Thea Futtrup Korsholm, projektkoordinator
- Anne Sofie Fabricius Krarup, projektkoordinator
- Mette Marie Åbom, projektkoordinator
- Charlotte Frese, specialkonsulent
- Jon Kristian Lange, specialkonsulent
- Benjamin Nisic, digital projektleder
- Emil Nelander, projektmedarbejder



Mette Laub Petersen



Carsten Obel



Marie Arffmann-Simonsen



Mia Juul Christensen



Thea Futtrup Korsholm



Anne Sofie Fabricius Krarup



Mette Marie Åbom



Charlotte Frese



Jon Kristian Lange



Benjamin Nisic



Emil Nelander

Medlemmer af Komiteen:

Følgende organisationer var i 2017 medlemmer af Komiteen:

- Ansatte Tandlægers Organisation
- Danmarks Apotekerforening
- Dansk Kiropraktor Forening
- Dansk Psykolog Forening
- Dansk Sygeplejeråd
- Danske Tandplejere
- Danske Fodterapeuter
- Danske Fysioterapeuter
- Danske Regioner
- Ergoterapeutforeningen
- Farmakonomforeningen
- Jordemoderforeningen
- Kommunernes Landsforening
- Lægeforeningen
- Tandlægeforeningen

Medlemmer af styrelsen

- Komiteens styrelse består af repræsentanter fra følgende sundhedsfaglige organisationer:
- Lillian Bondo, jordemoder, styrelsens formand, medlem af FU Udpeget af styrelsen
- Tina Christensen, formand for Danske Fodterapeuter Danske Fodterapeuter
- Christina Durinck, farmakonom, formand for Farmakonomforeningen (til maj 2017) Farmakonomforeningen
- Elisabeth Gregersen, tandplejer, formand for Danske Tandplejere Danske Tandplejere
- Charlotte Groule, tandlæge, formand for Tandlægenes Sundhedsudvalg Tandlægeforeningen
- Ann-Mari Grønbæk, farmakonom, næstformand for Farmakonomforeningen (fra maj 2017) Farmakonomforeningen

- Sanne Jensen, fysioterapeut, regionsformand Region Midtjylland, (fra november 2017)
Danske Fysioterapeuter
- Anders Jørgensen, kiropraktor, bestyrelsesformand Dansk Kiropraktor Forening (fra december 2017)
Dansk Kiropraktor Forening
- Lone Kousgaard Jørgensen, kiropraktor, formand for Dansk Kiropraktor Forening (til december 2017)
Dansk Kiropraktor Forening
- Amanda Kusk Kjærgaard, psykolog
Dansk Psykolog Forening
- Lotte Lagoni, ergoterapeut
Næstformand i Ergoterapeutforeningen
- Tina Lambrecht, fysioterapeut, formand for Danske Fysioterapeuter (til november 2017)
Danske Fysioterapeuter
- Ida Nøhr Larsen, overtandlæge
Ansatte Tandlægers Organisation
- Skjold de la Motte, regionsmedlem
Danske Regioner
- Tue Flindt Müller, praktiserende læge, medlem af FU
Lægeforeningen
- Stina Kruse Skov, jordemoder
Næstformand i Jordemoderforeningen
- Dorte Steenberg, intensivsygeplejerske
2. næstformand, Dansk Sygeplejeråd
- Birthe Søndergaard, farmaceut
Sundhedsfaglig direktør, Apotekerforeningen
- Annette Wiencken, 2. viceborgmester Hørsholm Kommune
Styrelsens næstformand, medlem af FU, Kommunernes Landsforening
- Karen Wistoft, professor, ph.d., DPU
Formand for Komiteens sagkyndige udvalg

Medlemmer af det sagkyndige udvalg

- Pernille Ahlmann, farmakonom
Farmakonomforeningen
- Anne Barfoed, vicechef, jordemoder
Jordemoderforeningen
- Kirsten Brøndum, konst. kontorchef
Socialstyrelsen
- Susanne Dahl, ledende sundhedsplejerske
Frederiksberg Kommune
- Elisabeth Gregersen, tandplejer
Formand for Danske Tandplejere
- Thomas Iversen, cand.psych.
Dansk Psykolog Forening
- Helle Jacobsgaard, sundhedsfaglig chefkonsulent
Danmarks Apotekerforening
- Beate Jarl, chefkonsulent
Ergoterapeutforeningen
- Dorte Jeppe-Jensen, særlig odontologisk rådgiver
Tandlægeforeningen
- Anders Jørgensen, kiropraktor, bestyrelsesformand
Dansk Kiropraktor Forening
Dansk Kiropraktor Forening
- Heidi Klakk, fysioterapeut
Danske Fysioterapeuter
- Ida Nøhr Larsen, overtandlæge
Ansatte Tandlægers Organisation
- Camilla Lindeblad, farmakonom
Farmakonomforeningen
- Anne Hagen Nielsen, konsulent
Kommunernes Landsforening
- Annette Poulsen, sundhedsplejerske
Sundhedsstyrelsen
- Anne Cederlund Rytter, konsulent
Danske Regioner
- Lene Herlev Vindeløv, konsulent
Dansk Sygeplejeråd
- Karen Wistoft, professor, ph.d., DPU
Formand for det sagkyndige udvalg

Formænd og direktører 1964-2017

Formænd for styrelsen

2015-	Lillian Bondo
2000-2015	Gregor Gurevitsch
1998-2000	Gert Almind
1986-1998	Per Thestrup
1964-1986	Poul Bonnevie

Formænd for det sagkyndige udvalg

2014-	Karen Wistoft
2011-2013	Bente Klarlund-Pedersen
2002-2010	Johanne Bratbo
1994-2002	Peter Elsass
1986-1994	Bjørn E. Holstein
1964-1986	H. E. Knipschildt

Direktører

2003-	Charan Nelander
1984-2003	Jens Mathiesen
1970-1983	Mogens Toft-Nielsen
1964-1970	E. Toft-Nielsen

ÅRSBERETNING 2017



Komiteen for Sundhedsoplysning

Komiteen for Sundhedsoplysning
Classensgade 71, 5. sal. 2100 København Ø
Telefon 35 26 54 00 Fax 35 43 02 13
kfs@sundkom.dk
www.sundhedsoplysning.dk