

OVERVÆGTS KLINIK

- For overvægtige børn og unge mellem 3 og 17 år og deres familie



Skanderborg
Kommune

Sundhedstjenesten
Fagsekretariatet Børn og Unge • Skanderborg Fælled 1 • 8660 Skanderborg

Klinikkens adresse:

Det kommunale Sundhedshus
Sygehusvej 7
8660 Skanderborg
0. etage, Gang A, Sundhedsklinik, lokale 153

Mere information og tilmelding:

Kontakt en af de to sundhedsplejersker på klinikken eller tilmeld via linket:

www.skanderborg.dk/overvaegt

Sundhedsplejersker på klinikken:

Jane Bak
Mobil: 2326 5921

Anni Lund
Mobil: 2010 1946



Overvægt hos børn

Et overvægtigt barn er i risiko for sukkersyge, forhøjet blodtryk, fedtlever og forhøjet kolesterol. Et vægttab vil betyde, at barnet bliver sundere og i højere grad kan undgå livsstilssygdomme.

Undersøgelser viser også, at barnet bliver gladere, får mere selvtillid og trives bedre, når det er sammen med andre.

At tabe sig kan dog være svært.

På overvægtsklinikken kan I som familie få støtte og vejledning til at stoppe vægtøgningen hos barnet. Det er med til at stabilisere barnets BMI og reducere det på sigt.

Sådan foregår det

I klinikken får I rådgivning om vægtregulering, spisemønstre, mad- og drikkevaner, spiseforstyrrelser samt motion af en sundhedsplejerske og en diætist.

Vi laver en individuel plan, og I får hjælp og vejledning til de udfordringer, som I møder undervejs.

Vi lægger vægt på, at behandlingen bygger på et samarbejde med gensidig tillid, og at planerne er realistiske og justeres løbende.

Holbæk-modellen

Behandlingen tager udgangspunkt i den behandling og forskning, som overlæge Jens-Christian Holm gennemfører på Holbæk Sygehus.

Jens-Christian Holm er desuden kendt fra programmet Generation XL på DR1.

Hvem kan deltage?

Familier med overvægtige børn og unge i alderen 3-17 år kan få et forløb i overvægtsklinikken.

Som udgangspunkt skal barnet have et BMI over 90 pct.-percentilen for barnets køn og alder. Vær opmærksom på, at børn og unges BMI afhænger af køn og alder, da de stadig vokser. Det kan derfor ikke sammenlignes med BMI for voksne.

Er I i tvivl, så spørg jeres læge eller sundhedsplejerske.

Det er vigtigt, at hele familien er indstillet på at omlægge usunde vaner, og at forældrene deltager i møderne sammen med barnet.

Aftal tid

Klinikken er åben to dage om ugen mellem kl. 9-16

Er I forhindrede til en aftale i klinikken, så meld afbud i god tid. Så kan et andet barn kan få glæde af tiden.

