

Alle besøg foregår med ca. 10-12 ugers mellemrum

Besøg 1: Undersøgelse i overvægtsambulatoriet hos børnelæge

Besøg 2: Samtale og vægtkontrol hos sundhedsplejerske

Besøg 3: Samtale og vægtkontrol hos sundhedsplejerske

Besøg 4: Samtale og vægtkontrol hos sundhedsplejerske

Besøg 5: Undersøgelse i overvægtsambulatoriet hos børnelæge

Besøg 6: Samtale og vægtkontrol hos sundhedsplejerske

Besøg 7: Samtale og vægtkontrol hos sundhedsplejerske

Besøg 8: Samtale og vægtkontrol hos sundhedsplejerske

Projektsundhedsplejerske

Marianne Illum Dalegaard

Sundhedsplejen

Gammelgårdsvej 88

3520 Farum

Telefon 7216 4367

E-mail mada@furesoe.dk

Børne- og ungeafdelingen

Nordsjællands Hospital, Hillerød

Dyrehavevej 29

3400 Hillerød

Projektledere

Afdelingslæge Birgitte Højgaard

Afdelingslæge Grete Teilmann

Daglig projekt koordinatore

Gitte R. Husted

Hanne Bjerre Andersen

Sundhedsplejen

Et tilbud for de 6-15 årige

- Der er hjælp at hente, hvis du kæmper med overvægt

Furesø Kommune
Sundhedsplejen
Gammelgårdsvej 88
3520 Farum

Udgivet: juni 2014



Furesø kommune tilbyder i samarbejde med overvægtsambulatoriet i Børne- og ungeafdelingen på Nordsjællands Hospital, Hillerød et forløb, der henvender sig til børn og teenagere med overvægt.

Hvad tilbyder vi

Du får tilbud om at deltage i et behandlingsforløb sammen med dine forældre. Det foregår i overvægtsambulatoriet på Børne- og ungeafdelingen og hos en sundhedsplejerske i din kommune. Formålet er, at hjælpe dig til at leve et sundt liv og forebygge, at du får nogle sygdomme på grund af din overvægt.

Hvad skal der ske først

Du bliver indkaldt sammen med dine forældre til undersøgelse og samtale hos en børnelæge i overvægtsambulatoriet på Børne- og ungeafdelingen. Du bliver målt, vejlet og får taget en blodprøve. I fællesskab vil vi sammen lægge en plan for, hvordan et vægttab bedst kan lade sig gøre i jeres familie. I får konkret vejledning af valg af mad, motion og livsstil. Besøget varer ca. 1½ time.

Hvad skal der ske bagefter

Du og dine forældre bliver indkaldt til samtale og vægtkontrol hos sundhedsplejersken ca. 10-12 uger efter jeres besøg på Børne- og ungeafdelingen. Sundhedsplejersken snakker med jer om, hvordan det er gået siden besøget på hospitalet – f.eks. hvad har været let at lave om på, og hvad har måske været lidt sværere at overholde. Samtalerne varer ca. 30-45 minutter pr. gang.

Derefter bliver du og dine forældre tilbudt samtaler hos den samme sundhedsplejerske hver 10.-12. uge, indtil I er tilfredse med vægttabet.

Én gang om året bliver du indkaldt til undersøgelse og samtale med børnelægen i overvægtsambulatoriet på Børne- og ungeafdelingen.

Foreløbige erfaringer

30% af de børn/unge, der tidligere har deltaget i et forløb taber sig i vægt, og 60 % øger ikke deres vægt.

Hvem er vi

Vi er et rådgivende team, der består af børnelæger, børnesygeplejersker, sundhedsplejersker, pædagoger og psykologer.

Sådan kommer I med

Hvis du er mellem 6 og 15 år, bor i Furesø Kommune, og er svært overvægtig kan du deltage (BMI over 30).

Spørg din skolesundhedsplejerske eller praktiserende læge, hvis du og dine forældre er i tvivl om, hvad dit BMI er, og om du kan blive henvist.

Samarbejdspartnere i Barn og Ung med Overvægt

Barn og Ung med Overvægt er et samarbejdsprojekt mellem 8 kommuner i Region Hovedstaden og *Ambulatorium for overvægtige børn og unge* på Nordsjællands Hospital, Hillerød Børne- og ungeafdeling. Projektet er finansieret af Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse.