

# Diætisten

- dit liv i gode hænder





## Diætisten

– dit liv i gode hænder

Udfordringerne for vores sundhed i Danmark er mange. Vi er inde i en fedmeepidemi, idet omkring 50 procent af danske mænd og 40 procent af danske kvinder anslås at være overvægtige. Mellem dem er 9-18 procent svært overvægtige. Det svarer til, at ca. 1,7 millioner er overvægtige, heraf ca. 400.000-750.000 svært overvægtige. Antallet af overvægtige børn er også stigende. I faktiske tal svarer udviklingen til, at 40.000 flere børn og unge er blevet overvægtige i Danmark i perioden 1995-2002. Det vil sige, at hvert sjette barn i snit i dag er overvægtigt. Samtidig er antallet af undervægtige også steget. Næsten 40 procent af indlagte patienter på danske hospitaler er i ernæringsmæssig risiko. For ældre på plejehjem anslås det, at op mod halvdelen er undervægtige.

### Diætbehandling gør en forskel

Diabetikerne bliver flere og flere. I 2006 var der registreret mere end 226.000 diabetikere, og mellem 22.000-24.000 nye tilfælde kommer årligt til. På hjertepatientområdet har mere end 300.000 voksne i dag en kronisk hjertekarsygdom. Samlet set lever 1,5 millioner danskere med en kronisk sygdom, og vi ved, at kosten har en afgørende betydning for flere af disse folkesygdomme. Derfor må der gøres noget nu, før det er for sent.

Vi ved også, at det er økonomisk fordelagtigt at sætte ind i tide med diætbehandling. Sker det, kan anden dyr behandling ofte udskydes eller helt undgås, fordi den rette diætbehandling har forbedret helbredstilstanden. Det betyder, at investeringen i diætbehandling hurtigt tjener sig ind og samlet set skaber besparelser.



# Mad, sundhed og sygdom

## Diætisten - den specialuddannede ernæringsfaglige

De kliniske diætister har, som den eneste faggruppe i Danmark, en uddannelse, der giver en dybtgående viden om sammenhænge mellem mad, sundhed og sygdom. Den egentlige grunduddannelse til klinisk diætist er en del af uddannelsen til Professionsbachelor i Ernæring og Sundhed (PBES), men kun ved at læse specialelinjen "klinisk diætetik" bliver man diætist. Vores uddannelse på 3½ år er en mellemlang, videregående uddannelse, der giver mulighed for efterfølgende at læse cand. scient. el. lign.

Kliniske diætister varetager diætetiske opgaver indenfor behandling, forebyggelse og sundhedsfremme rettet mod det enkelte menneske og rettet mod grupper. Vi uddannes i at udvikle, planlægge, gennemføre, evaluere og dokumentere forebyggelses-, sundhedsfremme-, behandlings-, undervisnings-, vejlednings- og kommunikationsopgaver inden for klinisk diætetik under hensyntagen til sociale, psykologiske, kulturelle og etiske forhold. (BEK nr 221 af 20/03/2006)

### Vores autorisation er en garanti for patienternes sikkerhed og behandlingens resultat

Vores arbejde tager udgangspunkt i evidensbaseret videnskab, og vores viden ajourføres med de nyeste forskningsresultater inden for diætbehandling. På uddannelsens specialelinje gennemgår vi bl.a. mange ugers praktik på hospitaler. Dette gør, at vi opnår statsautorisation fra Sundhedsstyrelsen, når vi afslutter vores uddannelse. Kun personer, der har denne statsautorisation, må betegne sig som klinisk diætist eller diætist.

Titelbeskyttelsen og autorisationen er vedtaget i Lov om autorisation af sundhedspersoner og om sundhedsfaglig virksomhed. (LOV nr. 451 af 22/05/2006)



# Diætistens arbejdsområder

## - Vi kan hjælpe alle vegne

I Foreningen af Kliniske Diætister (FaKD) har vi en vision om, at danske borgere og patienter får den bedste behandling på baggrund af den nyeste ernæringsforskning og videnskab.

Visionen er, at mennesker, hvis helbred enten afhænger af eller kan forbedres gennem diætetisk behandling, skal tilbydes denne – uanset geografisk tilhørsforhold eller økonomisk situation. Foreningen af Kliniske Diætisters medlemmer har mere end 30 års erfaring indenfor forebyggelse og behandling af bl.a. overvægt, hjerte- karsygdomme, diabetes, kræft, allergi og nyresygdomme inden for alle aldersgrupper. Vi sætter alle vores erfaringer i forebyggelse og al den faglighed, der ligger i vores organisation, ind på at løse fremtidens store sundhedsudfordringer.

Vi har fagligheden, og vi ønsker at gøre en forskel.

### På hospitaler:

Her varetager vi den diætetiske behandling af såvel indlagte patienter som patienter, der henvises til ambulant diætbehandling hos klinisk diætist direkte fra praktiserende læge eller hospitalslæge.

På visse hospitaler findes afdelingsdiætister, der varetager diætbehandling for en specifik afdeling. På andre hospitaler arbejder diætisterne på tværs af afdelinger og kan tilkaldes efter behov.

Nogle steder yder diætister også konsulentbistand til kommunerne i spørgsmål om diætetik og ernæring i relation til opgaver om borger- og patientrettet forebyggelse. Andre steder arbejder diætister i forskningsstillinger.



## I kommuner:

Kliniske diætister ansættes i stigende grad i kommunernes sundhedscentre eller indgår i tværfaglige samarbejder med andre sundhedsfaglige personer i kommunerne.

I sundhedscentrene er arbejdsopgaverne den individuelle diætbehandling af udvalgte grupper og planlægning og gennemførelse af undervisning på patientskoler, afholdelse af foredrag og videreformidling af information ved åben rådgivning, opfølgning på plejehjem og hjemme hos borgerne.

Tværfagligt samarbejde foregår på sundhedscentre med bl.a. fysioterapeuter, sygeplejersker og ergoterapeuter og i nye kommunale tiltag, hvor diætisten har ansvaret for den patientrettede forebyggelse og behandling, mens andre varetager generel kostvejledning til raske borgere. Diætister ansættes også som sundhedsfaglige koordinatore eller planlæggere af forebyggelseskampagner.



## I samarbejde med de praktiserende læger:

I forbindelse med indførelse af mulighed for sundhedstjek hos egen læge er de praktiserende læger begyndt at ansætte diætister i deres klinik/lægehus eller indgå samarbejde med diætister i deres klinik om at varetage diætbehandling af såvel overvægtige som fx ældre, der taber i vægt, diabetikere og patienter med hyperkolesterolemie m.fl.

## I private virksomheder:

Diætister har et bredt arbejdsfelt inden for den private sektor. Vi arbejder blandt andet inden for fødevarerindustrien og som fasttilknyttede diætister i større danske virksomheder, som ønsker at tilbyde medarbejderne mulighed for at få hjælp fra os til sundhedsfremme og forebyggelsesinitiativer.

## Som selvstændige med egen praksis:

De fleste privatpraktiserende diætister kombinerer egen praksis med det at være ansat et andet sted. Cirka 70 diætister er privatpraktiserende. De kan findes på FaKDs hjemmeside, [www.diaetist.dk](http://www.diaetist.dk).



## Diætisten i fremtiden

### - en vigtig del af det danske sundhedsvæsen

Diætisterne har en klar samfundsmæssig opgave. Vi ønsker at tage ansvar for de sundhedsudfordringer, det danske samfund vil opleve i fremtiden. Fremtiden for folkesundheden i Danmark ser alarmerende ud, hvis der ikke tages de rigtige beslutninger.

Den forsknings- og evidensbaserede behandling og vejledning, som i dag praktiseres af kliniske diætister, vil i den nærmeste fremtid få en fremtrædende rolle. Fedmeepidemien og de mange livsstilssygdomme er en kæmpeopgave for det danske sundhedsvæsen.

Kliniske diætister er netop uddannede til at varetage denne opgave. Men det gælder om at udnytte vores ressourcer bedst muligt og mest effektivt de rigtige steder. Derfor ønsker vi en tættere dialog med kommuner og regioner. Det gælder om, at vi får skabt en fremtid, der meget tidligt forebygger livsstilssygdomme, og at vi får sat fokus på viljen til at anerkende de forskningsmæssige resultater, der entydigt peger i samme retning:

At diætbehandling udført af korrekt uddannet personale spiller en afgørende rolle inden for det fremtidige danske sundhedsvæsen

– både i kommuner og regioner.



## Dit liv i gode hænder – to eksempler

### Sundere og mere raske ældre

Danmark får flere og flere ældre, der har brug for diætbehandling. Flere steder i landet har det allerede vist sig, at inddragelse af kliniske diætister i ældreplejen giver markante resultater – både helbredsmæssigt for den ældre og samfundsøkonomisk.

Randers Centralsygehus og Grenaa Sygehus har i samarbejde med kommunerne gennemført et ernæringsprojekt under ledelse af en klinisk diætist. I forløbet blev kommunens ældre, der var tilknyttet hjemmepleje eller plejehjem, ernæringsscreenet og diætbehandlet af en klinisk diætist. Resultaterne af den løbende inddragelse af en klinisk diætist var entydige: sundere, raskere, gladere og ”billigere” ældre. Ernæringstilstanden og den generelle helbredstilstand blev forbedret.

For kommunen betød det færre udgifter til hjemmepleje og ældre, der var mere raske eller kom sig hurtigere oven på en hospitalsindlæggelse. Og en forøget livskvalitet for de ældre, ikke at forglemme. Projektet dokumenterer, at fem – seks besøg af en klinisk diætist hos den ældre kan spare op mod 40.000 kroner om året pr. borger.

### Overvægtige børn får en lettere hverdag

Projektet ”Børnefamilier i Behandling hos Diætister” er et tilbud til overvægtige børn mellem 6-12 år og deres familie. Mere end 400 familier har deltaget i projektet, der er finansieret af Sundhedsstyrelsen. Gennem et etårigt forløb tilbydes barnet og familien diætisthjælp til bedre ernæring og til at få mere motion ind i hverdagen. Det er almen kendt, at overvægt hos børn har vidtrækkende sociale, økonomiske og sundhedsmæssige konsekvenser. Derfor opstiller diætisterne sammen med Sundhedsstyrelsen realistiske mål for projektet, der har vist sig at være en succes. Børnene får et stabilt BMI, deres selvværd øges, og de får lyst til igen at dyrke motion og være sammen med kammeraterne.

Ingen børn har selv valgt at være overvægtige. Derfor ser vi diætister det som en af vores fornemste opgaver at hjælpe børnene til en lettere fremtid. Behandlingsprisen for et tilsvarende etårigt forløb hos en diætist vil ligge på under 10.000 kr. pr. familie. En billig pris for at undgå, at disse børn også ender som overvægtige voksne.

Læs mere på [www.fitkids.dk](http://www.fitkids.dk)

## FaKD terminologiliste for Kliniske Diætister

**Individuel diætbehandling** er et individuelt behandlingsforløb af patienter med behov for diæt/ernæringsterapi. Individuel diætbehandling omfatter dataindsamling, analyse, planlægning, individuel diætvejledning (handling) og evaluering gennemført af klinisk diætist.

**Diætvejledning** er en del af diætbehandlingen. Det er den individuelt orienterede samtale med en klinisk diætist om baggrunden for diætprincipperne og deres anvendelse i praksis. Diætvejledning må ikke forveksles med kostvejledning/kostinstruktion, hvor raske får generelle kostråd af læge, pleje- eller køkkenpersonale.

**Kostvejledning/kostinstruktion** er generelle råd om gode/sunde kostvaner ved samtale med læge, pleje- eller køkkenpersonale.

**Diætprincipper** er det teoretiske grundlag for sammensætningen af en diæt. Der angives præcise specifikationer af kvantitativ og/eller kvalitativ karakter med hensyn til indhold af næringsstoffer. Det kan være såvel makro- som mikronæringsstoffer eller f.eks. indhold af tilsætningsstoffer. Specifikationen kan også omfatte måltidsmønster og konsistens.

**Diætbehandling i gruppe** - fokus for diætbehandling i grupper er handling/intervention. Målet er at udføre planlagte handlinger designet med det sigte at ændre ernæringsmæssige vaner, risikofaktorer mv. Diætbehandling i grupper bør som hovedregel ikke stå alene og skal altid ske på baggrund af individuel diætbehandling. Diætbehandling startes op individuelt og kan fortsætte som gruppebehandling.

## Foreningen af Kliniske Diætister

Foreningen af Kliniske Diætister (FaKD) har over 500 medlemmer, der alle er statsautoriseret af Sundhedsstyrelsen. Vi er diætisternes fagforening og organiserer 98 pct. af alle uddannede diætister. Vores overordnede formål er at varetage diætisternes ansættelses- og uddannelsesmæssige interesser og at medvirke til, at der skabes flere arbejdspladser til vores medlemmer. Foreningen bruger også kræfter på at fremme den faglige etik og det kollegiale samarbejde, ligesom vi hele tiden arbejder på at udbrede kendskabet til de kliniske diætister. Læs mere på [www.diaetist.dk](http://www.diaetist.dk).



Foreningen af  
Kliniske Diætister

Landemærket 10, 6. sal  
1119 København K

Telefon: +45 33 32 00 39

Fax: +45 33 13 38 38

Email: [post@diaetist.dk](mailto:post@diaetist.dk)

[www.diaetist.dk](http://www.diaetist.dk)