



Nationalt Center  
for Overvægt

Livet med mere

# Hvad er de store udfordringer ved svær overvægt?

- for den enkelte og for samfundet

Jens Meldgaard Bruun, professor, overlæge v. Steno Diabetes Center Aarhus  
og Aarhus Universitet og lægefaglig leder af Nationalt Center for Overvægt

# Danskernes sundhed - vægt





## Svær overvægt: de fysiske problemer

- Hjerte-kar-sygdomme
- Søvnapnø
- Smerter i bærende led og slidgigt
- Hormonforstyrrelser og reproduktionsproblemer
- Non-alkoholisk fedtleversygdom
- Højt kolesterol
- Type 2-diabetes
- Forskellige former for kræft
- Kortere levetid
- COVID-19.

# Svær overvægt: de psykosociale problemer

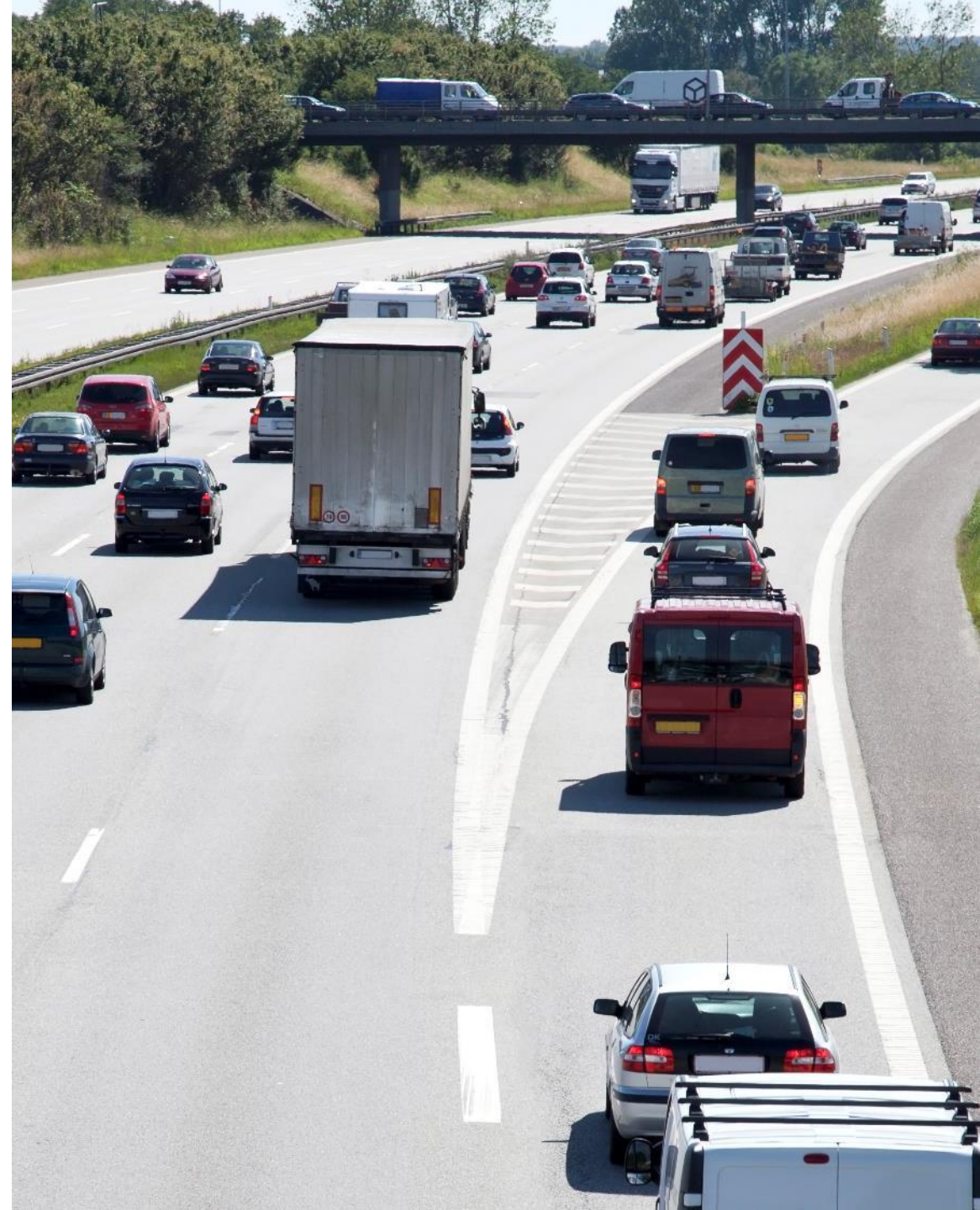
- Dårligt selvværd
- Isolation
- Forringet livskvalitet
- Depression
- Angst
- Tvangsoverspisning.



# Svær overvægt: samfundet

- Behandling og pleje af personer med svær overvægt koster samfundet 1,8 milliarder kr. om året.
- Plus omkostninger på 10,4 milliarder kr. om året i tabt produktion.

Kilde: Sygdomsbyrden i Danmark, SIF, SDU, 2016.

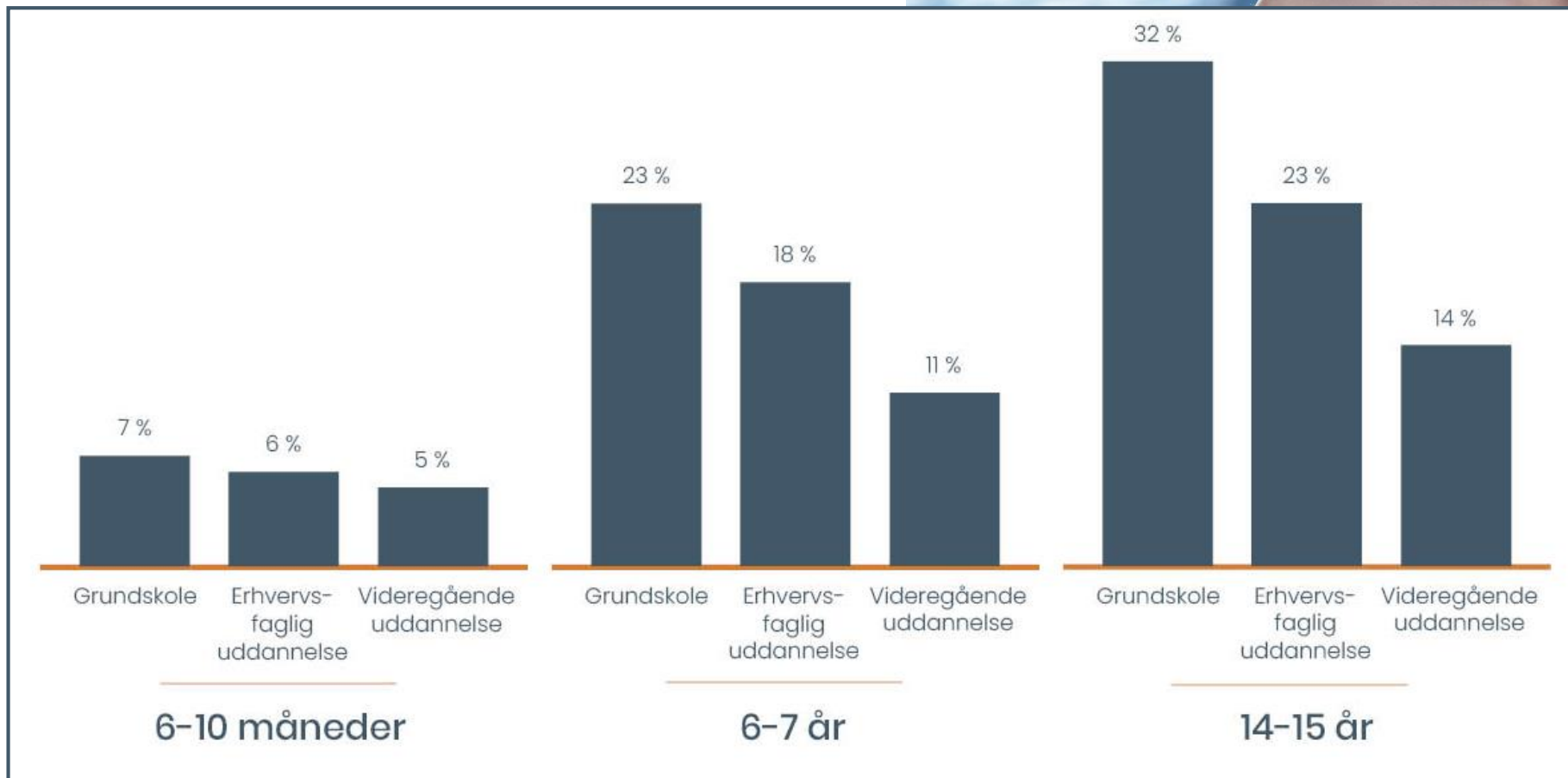


# Hvorfor udvikler nogle personer svær overvægt?

- Ikke *kun* et spørgsmål om energibalancen
- Faktorer, der spiller ind:
  - adfærdsmæssige
  - samfundsmæssige
  - kulturelle
  - strukturelle/politiske
  - socioøkonomiske
  - psykologiske (fx stigmatisering)
  - genetiske.



# Børn, overvægt og ulighed



# Svær overvægt udvikler sig over meget lang tid



Sv.t. en vægtstigning på  
2,6 kg/år (~60 kcal/dag)



# Behandlingstilbud

Primært tiltag rettet mod den enkelte

Kirurgi



Medicin



**Mysimba<sup>®</sup> 8 mg/90 mg**  
prolonged-release tablets

naltrexone hydrochloride / bupropion hydrochloride

112 prolonged-release tablets

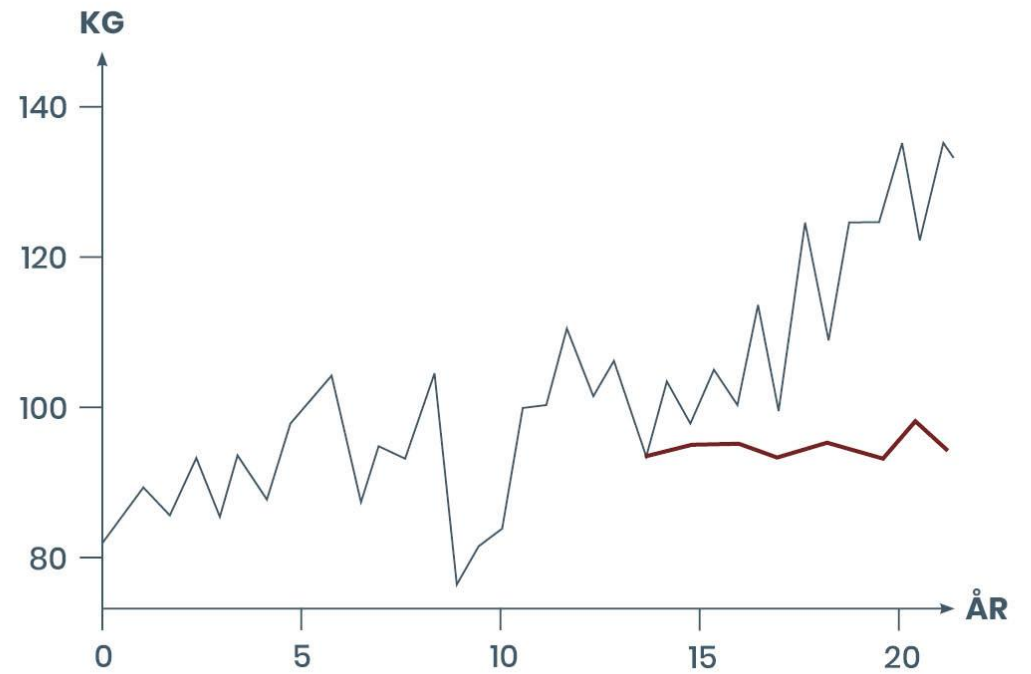
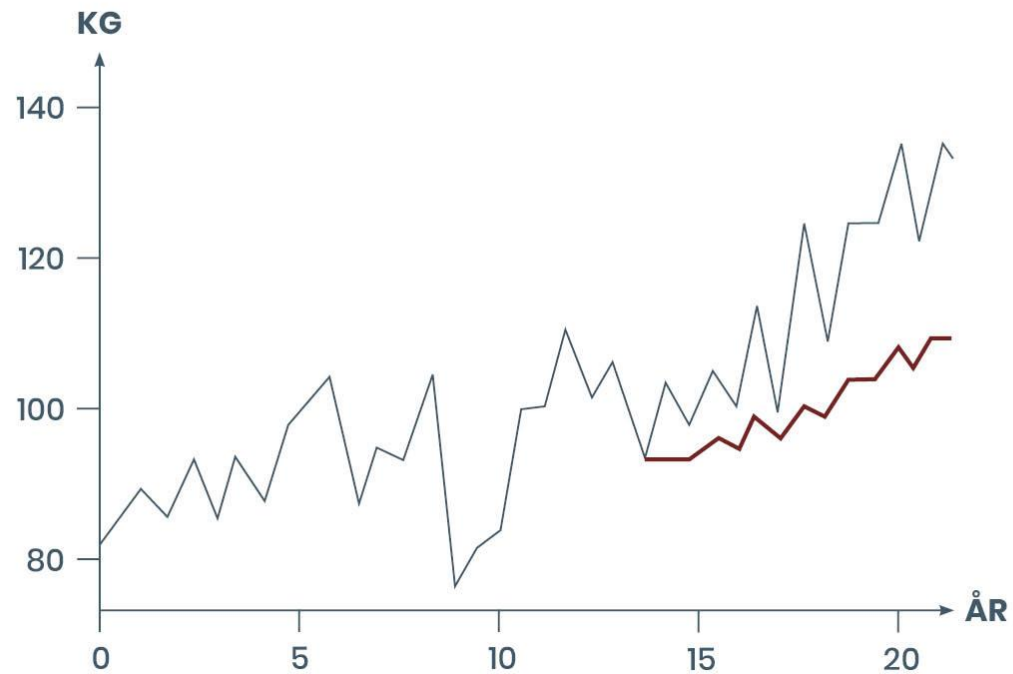
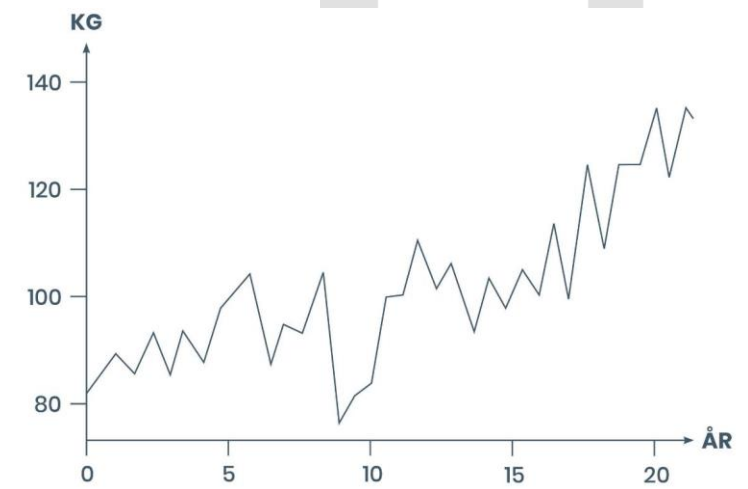
Livsstil

(Diæt, fysisk aktivitet, adfærdspåvirkning)



# Vægttab og svær overvægt

## - hvad kender tegner en succes?



# Strukturelle tiltag

- **Nationalt**
  - Moms, afgifter, tilskud og lovgivning
- **Regionalt**
  - Tværsektorielt samarbejde (fx forebyggelse)
  - Sundhedsaftaler
- **Kommunalt (lokalt)**
  - Lokalsamfundsinitiativer
  - Bedre mulighed for bevægelse (fx cykelstier)
  - Madpolitik (fx på skoler)
  - Uddannelse i sund adfærd
- **Industri + detailhandel**

**Strukturelle tiltag reducerer social ulighed.**





# Stigmatisering og kommunikation

## Muligheder for afstigmatisering:

- Forstå kompleksiteten i svær overvægt – både årsager, følgevirkninger og behandling (og ”succes” ifm. behandling)
- Nedbryd tabu - svær overvægt er ikke kun den enkeltes ansvar
- Brug neutralt sprog
  - mennesket først = personer med svær overvægt – ikke svært overvægtige personer
  - personer med svær overvægt foretrækker ordene: ”vægt”, ”usund vægt” og ”overvægt” (Brown & Flint, *Clin Obes* 2021)
- Brug respektfulde billeder
- Nedbryd fordomme og myter.

# Konklusion

- Vi ved, at differentierede indsatser (behandling) rettet mod den enkelte borger virker.
- Vi skal øge de strukturelle tiltag, for at forebygge svær overvægt og for at opnå en sundere vægtudvikling – det kræver politisk prioritering.
- Alle indsatser, der reducerer vægt eller giver stabil vægt, er en succes.
- Vi skal oplyse og dele viden for at kunne afstigmatisere.



**Jens Meldgaard Bruun**

Professor, overlæge & lægefaglig leder NCFO

[jensbruu@rm.dk](mailto:jensbruu@rm.dk)

50945547

# Tak

Du kan finde NCFO på:

Web: [www.ncfo.dk](http://www.ncfo.dk)

Twitter: [www.twitter.com/ncfoDK](http://www.twitter.com/ncfoDK)

LinkedIn: [www.linkedin.com/company/ncfo](http://www.linkedin.com/company/ncfo)

Facebook: [www.facebook.com/ncfoDK](http://www.facebook.com/ncfoDK)

