

Invitation til symposium

Symposiet afholdes
den 23/11 2023
kl. 14.15-16.30
i Lundsgaard auditoriet på
Panum Institutet,
Blegdamsvej 3,
2200 København N.

Deltagelse er gratis.
Tilmelding ved mail til
Charlotte Bilde:
charlotte.bilde.02@regionh.dk

Symposiet kan desuden følges
virtuelt via link, som lægges på
www.ismc.dk op til symposiet

Link til rapporten:
[Tab af muskelfunktion og
muskelmasse – sarkopeni og
effekten af fysisk træning](#)

Sarkopeni - tab af muskelfunktion og muskelmasse: Effekten af fysisk træning

Som opfølgning på rapporten *Tab af muskelfunktion og muskelmasse – sarkopeni og effekten af fysisk træning* inviteres til symposium. Rapporten er skrevet for Sundhedsstyrelsen af førende forskere fra Region H's Hospitaler, Københavns Universitet og Syddansk Universitet.

Tab af fysisk funktionsevne med stigende alder er et livsvilkår. Det er et accelereret muskel- og funktionstab (sarkopeni) derimod ikke. Når man ikke kan klare sig selv, går det ud over livskvaliteten og fører til flere og komplicerede hospitalsindlæggelser, øget behov for hjemmehjælp og dermed markant øgede sundhedsøkonomiske udgifter. Alligevel er det et område vi som samfund har alt for lidt fokus på, selv om langt de fleste tilfælde af disse tilstande kan forebygges og behandles med fysisk træning og ernæring. Med dette møde vil vi gerne sætte fokus på den evidens, der er på området, og de barrierer der er for i langt højere grad end nu at benytte fysisk træning som en naturlig del af forebyggelse og behandling.

Mødeprogram

- 13.45 - 14.15 Registrering og kaffe
- 14.15 - 14.25 **Velkomst og introduktion**
Helle Stentoft Dalum, Sundhedsstyrelsen og
Christian Nobel, moderator, journalist
- 14.25 - 14.35 **Hovedpunkter fra rapporten om sarkopeni**
PhD Anders Nedergaard
- 14.35 - 14.45 **Styrketræning påbegyndt ved pensionsalderen**
Prof. Michael Kjær, Bispebjerg-Fr.berg Hospital
- 14.45 - 14.55 **Fysisk aktivitet og muskelfunktion hos skrøbelige borgere**
Prof. Paolo Casserotti, Syddansk Universitet
- 14.55 - 15.05 **Muskeltræning i kommunalt regi - erfaringer fra Aalborg**
Camilla Fibiger Smed, Visitationschef i Aalborg kommune
- 15.05 - 15.15 **Fysisk træning til hospitalspatienter**
Prof. Charlotte Suetta, Bispebjerg-Fr.berg Hospital
- 15.15 - 15.35 **Kaffe og forfriskninger**
- 15.35 - 16.30 **Paneldiskussion** (moderator, Christian Nobel)
Hvordan forebygger vi, at borgere udvikler tab af muskel-
funktion og i sidste ende får sarkopeni. Hvordan håndterer vi
fremadrettet borgere og patienter med Sarkopeni og nedsat
muskelfunktion? Hvilke aktiviteter findes, og hvem har
ansvaret? Er træning en udgift eller en investering?
- Deltagere i paneldebat**
Vicehospitalsdirektør: Kirsten Wisborg
Direktør for Ældre Sagen: Bjarne Hastrup
Professor i geriatri Charlotte Suetta
Ålborg Kommune: Camilla Fibiger Smed
Københavns Kommune: Lars Damkjær
Sundhedsstyrelsen: Helle Stentoft Dalum
- 16.30 **En forfriskning og tak for i dag**