

# Forløb i Videnscenter for Børn og Unge med Overvægt

Du er blevet tilbudt et forløb i Videnscenter for Børn og Unge med Overvægt, som er en del af Børneafdelingen på Aalborg Universitetshospital.

Vi undersøger årsagen til overvægten og udarbejder en behandlingsplan, der er specielt tilpasset dig og din hverdag. Behandlingsplanen skal støtte dig og din familie i de livsstilændringer, der er nødvendige for at stoppe din vægtøgning.

## Videnscenter for Børn og Unge med Overvægt

Børneafdelingen på Aalborg Universitetshospital tilbyder forløb til svært overvægtige børn og unge i alderen 0-18 år. Forløbet foregår i et tæt samarbejde mellem dig og dine forældre og centrets tværfaglige team. Teamet består af sygeplejersker, diætister, børnelæger, socialrådgiver og psykolog. I teamet ønsker vi at skabe et trygt og tillidsfuldt rum, hvor I som familie føler jer respekteret og anerkendt.

## FORVENTNINGER TIL DIG OG DINE FORÆLDRE

En forudsætning for, at du oplever vægttab, er, at du og din familie aktivt arbejder med de planer, vi lægger. Vi lægger planer i fællesskab og aftaler fra gang til gang, hvad I skal arbejde med derhjemme for at overholde planerne.

Du vil få vejledning om kost, spisemønstre, motion, søvn og skærmtid, samt om hvordan I kan gennemføre ændringerne hjemme hos jer.

Du skal derfor altid møde op sammen med én eller begge dine forældre. Ved første samtale anbefaler vi,

at du møder op med begge dine forældre, da I vil få en del information, som er vigtig for det videre forløb.

## DERFOR ER DET VIGTIGT AT GØRE NOGET VED OVERVÆGTEN

Overvægt hos børn og unge kan føre til svære helbredsmæssige komplikationer, såsom:

- forhøjet blodtryk
- diabetes
- fedtlever
- forhøjet kolesterol.

Barnet vil blive undersøgt for herfor i Ambulatorium for Børn og Unge.

Desuden ved vi, at overvægt hos børn og unge ofte fører til dårlig social trivsel. Mange overvægtige børn og unge føler sig ensomme og har svært ved at følge med deres kammerater i leg, sport og fritidsaktiviteter. Vi inddrager derfor også disse problemstillinger i behandlingen i Videnscenter for Børn og Unge med Overvægt.

## SÅDAN SER ET TYPISK FORLØB UD

- Første gang vil du blive interviewet om din hverdag og undersøgt af en læge/sygeplejerske. Du vil blandt andet blive målt og vejlet, og vi vil forsøge at afdække, om der er tegn på sygdom som eventuelt kan bidrage til din overvægt. Undersøgelsen varer cirka 2 timer.
- Efter 14 dage kontaktes du telefonisk af en sygeplejerske.
- 2-4 uger senere skal du til samtale med en diætist, der vejleder dig om, hvordan du spiser hensigtsmæssigt efter behandlingsplan.
- Cirka hver 8. uge herefter skal du til en opfølgningssamtale med din kontaktsygeplejerske eller en diætist.



- Derudover har en du opfølgningssamtale med din læge én gang årligt eller ved behov.
- Hvis vi vurderer, at det er relevant, kan centrets socialrådgiver og/eller psykolog også blive inddraget i dit forløb.

Det er individuelt, hvor længe et forløb varer, men for mange er der tale om et længerevarende forløb, der kan strække sig over flere år.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål til dit kommende besøg eller til dit forløb, er du velkommen til at kontakte vores sygeplejerske. Hvis din henvendelse ikke kan vente, til sygeplejersken kan kontaktes, er du velkommen til at ringe til vores sekretær.



### Kontakt

#### **Videnscenter for Børn og Unge med Overvægt**

Sygeplejerske  
Tlf. 97 66 09 64  
Mandag, tirsdag og torsdag 8.00 – 9.00

Sekretær  
Tlf. 97 66 33 41  
Mandag – fredag 10.00 – 14.00