



REFERAT AF MØDE I VIDENSRÅD FOR FOREBYGGELSE 13. MARTS 2014

Til stede: Morten Grønbæk (formand og mødeleder), Bente Klarlund Pedersen, Anelli Sandbæk, Christian Mølgaard, Ewa Roos, Finn Diderichsen, Inge Tetens, Jette Jul Bruun, Kim Overvad, Kjeld Hermansen, Kristian Overgaard, Mogens Lytken Larsen, Peter Lange og Philippe Grandjean.

Fra sekretariatet: Mette Lolk Hanak, Peter Aagaard, Siff Malue Nielsen, Kirstine Suszkiewicz Krogholm og Eva Baadsgaard (referent).

Afbud: Merete Nordentoft og Pernille Due.

1. Velkomst og siden sidst

Formanden bød velkommen og orienterede om nyt siden sidst.

Mette Lolk Hanak har fået job som forebyggelseschef i Kræftens Bekæmpelse pr. 1. april. Peter Aagaard er blevet konstitueret som sekretariatschef frem til 31. juli.

Vidensrådet holdt en velbesøgt konference på Christiansborg den 24. februar, hvor et panel af politikere debatterede Vidensrådets forslag til politiske løsninger til at påvirke befolkningens adfærd i en sundere retning i forhold til alkohol, rygning, fysisk inaktivitet og social ulighed. Den nye minister holdt åbningstalen. Der var en god debat på konferencen og i pressen, som især hæftede sig ved forslaget om 100 kr. for en pakke cigaretter. Konferencen blev live-streamet og optaget på video, og oplæggene kan ses på [Vidensrådets hjemmeside](#).

Formanden orienterede kort om den øvrige presse, som bl.a. omfattede flere artikler i Helse, en faglig leder i Ugeskrift for Læger af Ewa Roos og arbejdsgruppen bag muskelskeletrapporten samt en udtalelse af Inge Tetens i MetroXpress om slankeklure.

Nyt fra Sundhedsstyrelsen

Jette Jul Bruun orienterede om ministerskiftet, og at der åbnes op for ansøgninger til de partnerskaber, som skal støtte opfyldelsen af de nationale sundhedsmål.

Sundhedsstyrelsen har i samarbejde med Danske Regioner offentliggjort Sundhedsprofilen 2013. Sundhedsstyrelsen hæfter sig ved et fald i rygning, og at alkoholindtaget - især blandt unge mænd - er faldet. Men den mentale sundhed udvikler sig ugunstigt, specielt blandt de yngre kvinder under 24 år, og endelig er der stor kønsforskel i den sociale ulighed i sundhed. Tallene er tilgængelige i databasen www.danskernessundhed.dk.

2. Vidensrådets fremtid

Formanden oplyste, at TrygFonden har bevilget 7,5 mio. kr. i støtte til Vidensrådet over de næste fire år. Lægeforeningen bidrager fortsat med en halv mio. kr. årligt i perioden. Der har været møde i Koordinationsforum, hvor der blev lagt en plan for at skaffe anden finansiering. TrygFonden har i bevillingsbrevet henvist til evalueringens opmærksomhedspunkter, som bl.a. omhandlede ønske om større tværfaglighed. Kommissoriet skal ændres, både i forhold til rådets sammensætning og i forhold til andre finansieringspartnere. Der skal finde en ny udpegning sted via

selskaber og institutter.

Den nuværende bevilling sikrer driften til og med juli.

Sundhedsstyrelsen udtrykte bekymring for, om der fremover vil blive taget for meget hensyn til opmærksomhedspunkterne i evalueringen og henviste til, at de på mødet om rådets fortsættelse med Sundhedsstyrelsen, TrygFonden, Lægeforeningen og formandskabet havde udtrykt samme bekymring.

Rådet drøftede kort betydningen af anbefalinger, som bl.a. er nævnt i evalueringsrapporten. Det blev foreslået at tolke det som anbefalinger i retning af anvendelighed, altså *forslag* til anbefalinger. Det blev også bemærket, at Vidensrådet leverer den videnskabelige baggrund for anbefalinger.

Der var bemærkninger fra rådet om, at det er TrygFondens "natur" at komme helt ud til folk, om at rådet allerede arbejder meget tværfagligt i arbejdsgrupperne, og at rådet skal passe på med at lade sig påvirke af fondenes særinteresser.

Formanden vil løbende holde rådet orienteret om udviklingen vedr. finansiering og henviste til, at der på rådsmødet 19. juni vil være yderligere afklaring.

3. Kort status på projekter og aktiviteter

Mental sundhed blandt unge. I Pernille Dues fravær orienterede Kirstine Krogholm om status. Arbejdet er forsinket, men det er planen, at rapporten er færdig omkring 1. juni. Pernille Due har indvilget i, at konklusionerne vil kunne præsenteres på Folkemøde Bornholm ved et arrangement hos Danske Regioner 13. juni.

Søvn og sundhed. Kirstine Krogholm orienterede om, at det af hensyn til sekretariatets ressourcer været nødvendigt at sætte den på stand by for at færdiggøre rapporterne om hhv. unges mentale sundhed og cannabis. Der er nedsat en redaktionsgruppe bestående af fire arbejdsgruppemedlemmer, som gennemskriver det foreløbige rapportudkast.

Cannabis - forbrug, misbrug og sundhedskonsekvenser. Kirstine Krogholm oplyste, at der foreligger et meget færdigt rapportudkast, som Merete Nordentoft er i gang med en faglig gennemskrivning af. Rapporten bliver på ca. 100 sider og forventes færdig i maj/juni.

Tatoveringer - helbredsmæssige risici og forebyggelse af komplikationer. Peter Aagaard oplyste, at 1. rapportudkast er på vej. Det er planen, at arbejdsgruppens formand, Jørgen Serup, kan præsentere hovedkonklusionerne på næste rådsmøde.

Håndbog i sund formidling. Siff Malue Nielsen orienterede om, at håndbogen gerne skulle være færdigredigeret i uge 12. Herefter skal der aftales opsætning, tryk og lancering med Ugeskrift for Læger. Rådet vil blive orienteret, når der foreligger en plan for offentliggørelsen.

Folkemøde Bornholm. Danske Regioner har tilbudt Vidensrådet en times arrangement i deres telt vedr. unges mentale sundhed fredag den 13. juni kl. 13 - 14. Der er desuden flere politikere, der på forhånd har budt sig til.

4. Supermotionisme - er det sundt?

Kristian Overgaard, formand for arbejdsgruppen, redegjorde for rapportens indhold og præsenterede hovedkonklusionerne. Arbejdsgruppen havde netop besluttet at ændre titlen til "Supermotionisme - er det usundt?", som er mere i overensstemmelse med det oprindelige opdrag om at undersøge, om det er farligt at træne ekstremt hårdt og meget.

Definitionen af en supermotionist er vanskelig, men arbejdsgruppen har opstillet tre karakteristika, som alle skal være til stede:

1. Træner mange timer om ugen (fx > 6 timers løb eller > 10 timers cykling)
2. Træner er hårdt, presser sig selv
3. Træner hver dag.

Det er sandsynligvis langt under 5 % af befolkningen, der træner i det nævnte omfang, men der er flere og flere, der fx deltager i maraton og triatlon.

Rapporten ser nærmere på dødelighedskurve (L-formet eller U-formet), pludselig død, sportshjerte, overtræningsyndrom, forandringer i blod og muskler, træningsafhængighed, overbelastningsskader og immunsystemet.

Konklusionen er:

- > Der er positive sundhedsmæssige effekter af regelmæssig motion
- > Der er ikke sikker evidens for, at supermotionisme er usundt
- > Supermotionister bør individuelt vurdere den sundhedsmæssige påvirkning og eventuelle risiko ved deres træning under hensyntagen til kropslige advarselssignaler og faglig træningsmæssig rådgivning

Rådet havde følgende bemærkninger: rapporten handler ikke om supermotionisme, men om fysisk aktivitet - der er derfor ikke balance mellem dét, man stiller læseren i udsigt, og dét man beskriver. Både sundt og usundt bør nævnes i titlen, ellers er den tendentiøs. Almindelige mennesker vil spørge, om man skal være supermotionist for at leve længere. Målgruppen skal være klart defineret - supermotionister eller rådgivere/læger? Hvad er vigtigt for forebyggelse i denne sammenhæng?

Kristian Overgaard oplyste, at flere af rådets bemærkninger allerede var blevet diskuteret i arbejdsgruppen, fordi der mangler viden om effekterne af ekstrem træning ud over 30 MET-timer om ugen. Rådets bemærkninger vil blive taget med tilbage til arbejdsgruppen i forbindelse med den sidste redigering af rapporten.

Rapporten sendes til rådets kommentering.

5. Rådsmedlemmer præsenterer - Anelli Sandbæk: Helbredsundersøgelser - nytte?

Anelli Sandbæk præsenterede sit forskningsområde og nogle af de projekter, hun er involveret i som evaluator. Det handler om nytten af helbredsundersøgelser som individuel forebyggelse i forhold til kendte risikofaktorer og social ulighed i sundhed. De fleste studier af effekten af helbredsundersøgelser stammer fra 60'erne og 70'erne og omhandler primært mænd. Dengang var konteksten og behandlingen en anden, og interventionerne var svært sammenlignelige. I en netop offentliggjort 15-års-opfølgning på Ebeltoft-studiet (1991 -1997), fandt man en lavere risiko for at udvikle hjerte-kar-sygdomme blandt mænd med kort uddannelse, men ingen effekt af helbredsundersøgelser hos kvinder og mænd med lang uddannelse.

Anelli er involveret i tre nye projekter i hhv. Randers, Århus og Ringkøbing/Skjern Kommuner og skal bl.a. evaluere strukturerede indsatser på hhv. effekt på sundhed, borgerperspektiv (sundhedsopfattelse og motivation), implementeringsmuligheder og sundhedsøkonomi.

Der var enkelte spørgsmål fra rådet til bl.a. fastholdelse, de praktiserende lægers kendskab til forebyggelse (som Anelli kunne oplyse, var mangelfuldt på fysisk aktivitet og alkohol) og hvorfor kost ikke indgik i projekterne.

Formanden takkede for oplægget og spurgte, om der var noget, der ville være relevant for Vidensrådet at tage op. Det ville Anelli gerne tænke over.

6. Arbejdsplan 2014 - 2015

Rådet drøftede kort, hvilke emner der skulle prioriteres i en kommende arbejdsplan. Følgende blev foreslået:

- > Social ulighed og forebyggelse / ulighed i forebyggelsesindsatser / differentieret effekt - differentieret implementering
- > Kost (evt. inspiration fra David Kesslers "Fat, Salt and Sugar" om bl.a. industriens metoder)
- > Tilsat sukker ift. vægt og caries - og social ulighed i den sammenhæng
- > Gravides sundhed

Der blev efterspurgt en mere strategisk diskussion, inden fremtidige emner blev besluttet. Sekretariatets fremtidige ressourcer bør også tages i betragtning.

Der vil på rådsmødet i juni være en mere grundig gennemgang af rådets strategi og arbejdsplan.

7. Aktuelle debattemner

- > Tendens til at veluddannede meningsdannere at tale motion ned. Begrebet sundhed er måske belastet
 - > Cigaretter i kulturlivet
 - > De unge kvinder/store piger (15 - 20 år), der ryger og ikke bevæger sig.
 - > Berigelse af fødevarer (bl.a. med D-vitamin)
 - > Økonomiske argumenter for forebyggelse (en overskudsforretning) / Forebyggelse som forudsætning for vækst
 - > Bradford Hills kriterier for årsagsammenhæng / forsigtighedsprincip (fx i forhold til luftforurening) - også i forhold til politiske beslutninger
 - > Åbent brev til Nick Hækkerup vedr. ulighed - evt. flere breve til ministeren om, hvordan de når deres mål.
- Sekretariatet opfordrede rådet til at følge op på de foreslåede debattemner med konkrete idéer og evt. tekst, som sekretariatet kan arbejde videre med.

8. Eventuelt

Der var ingen bemærkninger.

Formanden takkede rådet for et godt møde og ønskede på gensyn til næste rådsmøde, som er flyttet til den 19. juni.