

# NCP

## i livsstilssamtalen

Af Sofie Wendelboe, Formand for FaKD,  
klinisk diætist og NCP-nord. [sw@diaetist.dk](mailto:sw@diaetist.dk)

Når jeg har undervist i NCP, har flere af de kommunalt ansatte medlemmer fortalt, at en del af deres arbejde ikke er diætbehandling eller ernæringsvejledning, men livsstilssamtaler, som varetages af ernæringsprofessionelle på lige fod med fx sygeplejersker. Her afklares borgerens behov i forhold til KRAM-faktorerne ved hjælp af den motiverende samtale.

Hvornår er det så relevant at bruge NCP i en livsstilssamtale?

### Kost

Her er det selvfølgelig relevant at bruge NCP, men det er vigtigt, at det kun er os som ernæringsprofessionelle, som kan bruge det. Det er ikke de tværfaglige samarbejdspartnere, selv om de udleverer en pjece om kostrådene.

Der kan udarbejdes en redegørelse for ernæringsdiagnosen, og derfra kan ernæringsintervention, ernæringsmonitorering og –evaluering besluttes, afhængigt af hvilket tilbud den enkelte kommune har.

### Rygning

Henvielse til rygestopinstruktør. Her bruges NCP ikke.

### Alkohol

Her kan NCP bruges, fx ernæringsdiagnosen excessivt indtag af alkohol. Så længe der ikke er tale om et misbrug, hvor borgeren så skal henvises videre til et andet tilbud.

Eksempel: Excessivt indtag af alkohol, relateret til socialt netværk, hvor der indtages alkohol, dokumenteret ved indtag af op til 4-6 genstande dagligt (ca. 25 genstande om ugen) efter arbejde sammen med kolleger, at borgeren giver udtryk for, at han drikker mere end godt er, samt at der indtages mere end

Sundhedsstyrelsens anbefalinger for indtag af alkohol.

I princippet behøver det ikke være den ernæringsprofessionelle, som arbejder videre med dette problem, men det kan være det, især hvis indtag af alkohol bliver mere kostrelateret.

Her kan redegørelse for ernæringsdiagnosen blive mere specifik ifht vores faggruppe. Eksempel: Insufficient indtag af næringsstoffer, relateret til socialt netværk med indtag af alkohol og chips i stedet for mad, dokumenteret ved, at der sjældent spises aftensmad, og at der i stedet indtages 4-6 genstande og chips sammen med kolleger efter arbejde, samt at borgeren ikke lever op til anbefalet indtag om frugt, grønt, fuldkorn og kostfibre. Der er noget helt specifikt i forhold til anbefalet indtag og borgerens madvaner, som er relevant for os at arbejde videre med. Ud fra dette kan ernæringsintervention og ernæringsmonitorering og –evaluering besluttes.

### Motion

Her kan NCP bruges, fx ernæringsdiagnosen fysisk inaktivitet. Her skal vi også kende vores begrænsning, så vi henviser videre til en fysioterapeut eller et andet træningstilbud, hvis der er mere specifikt behov.

Redegørelse for ernæringsdiagnosen kan også gøres mere specifik i forhold til vores fagområde.

Eksempel: Excessivt energiindtag, relateret til inaktiv hverdag med stillesiddende arbejde og manglende overskud til fritidsaktiviteter, dokumenteret ved vægtøgning i forbindelse med jobskifte pga. skift til stillesiddende arbejde og ingen ændring i indtag, samt at borgeren fortæller, at alle aftener bruges foran tv'et i stedet for på motion pga. manglende overskud.

### Vær specifik

I alle dele af NCP handler det om at være så specifik som mulig. At lede efter den mest

grundlæggende årsag til ernæringsdiagnosen, at dokumentere så konkret som muligt, at ernæringsdiagnosen eksisterer. Hvis du vurderer, at der er et ernæringsrelateret problem, som DU kan bedre ved hjælp af undervisning og vejledning, så er det relevant at fortsætte med NCP.

### Henvielse videre til andre

Det er ikke alle borgere, som bliver henvist til en ernæringsprofessionel, der reelt har et ernæringsrelateret problem. Det kan også være, at årsagen til det ernæringsrelaterede problem ikke er noget, som den ernæringsprofessionelle kan løse, eller at det ikke er muligt at bedre symptomer.

Her er det vigtigt at give bolden videre til de relevante personer, som kan hjælpe, fx fysioterapeut, psykolog eller en helt tredje.

### Flere kasketter

Karin Lykke Iversen har beskrevet det på en rigtig fin måde. Hun siger, at man nok skal skelne mellem, hvornår man er diætist, og hvornår man er sundhedsprofessionel. Der er flere kasketter som sundhedskonsulent i en kommune, og klinisk diætist er bare en af dem.

### Hvornår er det relevant at bruge NCP i livsstilssamtalen?

Det er relevant at bruge NCP, når der er en ernæringsdiagnose. Når der er et problem, som den ernæringsprofessionelle er ansvarlig for at udbedre. Det kan også være i forhold til alkohol og motion, ikke kun i forhold til kost.

Tænk på, at NCP ikke kun er en måde at dokumentere på, men en metode som tvinger dine tanker og spørgsmål til at få den mest grundlæggende årsag til problemet frem. Det er uanset, om problemer omhandler Kost, Rygning, Alkohol eller Motion.