

København d. 03.08.2025

Specialistkursus: Ernærings- og diætbehandling ved diabetes

Kursusbeskrivelse

Formålet med dette specialistkursus er at styrke kliniske diætisters ekspertise i ernærings- og diætbehandling af personer med diabetes gennem opdateret, evidensbaseret viden og praksisnære redskaber. Kurset har til hensigt at opkvalificere deltagerne til at kunne analysere og planlægge individualiseret behandling med særligt udgangspunkt i den enkelte patients patologi, biokemi og medicinske behandling – og hvordan disse elementer påvirker ernæringsindsatsen.

Deltagerne opnår særlige specialistkompetencer til at forstå og håndtere kompleksiteten i diabetesbehandling – herunder fysiologiske, psykosociale og teknologiske aspekter, samt omsætte nyeste forskning og gældende nationale og internationale retningslinjer til relevante kost- og livsstilsanbefalinger i klinisk praksis.

Kursets opbygning, afholdelse og pris

Kurset vil omfatte en kombination af holdundervisning, øvelser i praksis, gruppearbejde og forberedelse. Der arbejdes med cases, både fiktive og fra praksis og disse løses skriftligt og/eller mundtligt alene og/eller i grupper.

Undervisningen vil foregå ved fysisk tilstedeværelse samt forberedelse og øvelser imellem kursusdagene. Kurset omfatter 10 kursusdage inkl. eksamen. Dertil kommer forberedelse til kursusdagene og praksisrelaterede opgaver imellem kursusdagene. Kurset svarer til 5 ECTS-point. Dette omfatter en arbejdsomfang på til 125-150 timer.

Kurset afsluttes med en eksamen der vurderes bestået/ikke bestået. Der er mulighed for 1 reeksamen. For at kunne blive indstillet til eksamen skal deltagerne deltage i min 85 % af kursets aktiviteter.

Tid og sted: Kurset afholdes medio august – medio december 2025. Præcise datoer og lokationer fremgår af nedenstående kursusoversigt. Kursusdagene er alle fra kl. 9.15 - 15.45.

Ansøgningsfrist: mandag d. 30/6 2025

Pris og betaling: 15.000 kr. inkl. Materialer.

Målgruppe og kvalifikationer

Kurset er for kliniske diætister i regioner, kommuner og privat praksis, som arbejder med diætbehandling af personer med diabetes.

Kvalifikationer

Aut. Klinisk diætist med minimum 1 års erfaring med ernærings- og diætbehandling ved diabetes.

Ansøgere, der opfylder disse kriterier, prioriteres. Hvis der er ledige pladser, kan andre ansøgere optages baseret på deres kompetencer og erfaring. Ansøgere skal være medlem af Kost og Ernæringsforbundet ved ansøgning og under deltagelse i kurset.

Kursets indhold

Kurset giver deltagerne en dybdegående indsigt i patofysiologien bag forskellige former for diabetes samt hvordan sygdommenes udvikling og behandling, herunder kost, medicin og livsstils- og livsvilkårsfaktorer. Der arbejdes med forståelse for forskellige kostformer og deres betydning for blodglukoseregulering samt forebyggelse og håndtering af diabetesrelaterede senkomplikationer gennem målrettet ernærings- og diætbehandling.

Deltagerne introduceres desuden til de nyeste sundhedsteknologiske løsninger såsom kontinuerlige glukosemålere (CGM), insulinpumper og digitale løsninger. Der arbejdes med kompetencer til at inddrage disse i en helhedsorienteret behandlingsplan.

Med udgangspunkt i en patientcentreret tilgang trænes deltagerne i at vejlede personer med diabetes med respekt for individuelle præferencer, kulturel baggrund og psykosociale forhold. Der arbejdes bl.a. med identifikation og håndtering af diabetesstress samt anvendelse af sundhedspædagogiske og vejledningsteoretiske metoder i praksis.

Kurset inkluderer træning i kritisk vurdering af videnskabelig litteratur med henblik på at kunne identificere og implementere ny evidens i klinisk praksis. Dette understøtter deltagerens evne til kontinuerligt at udvikle og tilpasse deres faglige praksis på et højt specialiseret niveau.

Ved kursets afslutning skal deltagerne være i stand til at udvikle, evaluere og formidle individualiserede kost- og livsstilsinterventioner. Fokus er på at sikre, at ernærings- og diætbehandlingen hviler på evidensbaseret viden, tager højde for patientens autonomi og mulige etiske dilemmaer samt integreres i en samlet og tværfaglig behandlingsstrategi.

Centrale fagområder og temaer:

- Forståelse af patofysiologiske mekanismer ved forskellige typer diabetes og deres ernæringsmæssige implikationer
- Viden om farmakologisk behandling af diabetes samt interaktioner mellem medicin og ernæring
- Indsigt i medicinske og sundhedsteknologiske behandlingsmuligheder og deres betydning for planlægning af ernæringsbehandling
- Træning i kritisk vurdering af videnskabelig litteratur med henblik på implementering af ny evidens i klinisk praksis
- Evne til at analysere komplekse patientcases og udarbejde en individualiseret behandlingsplan
- Refleksion over og evaluering af samarbejde, både monofagligt, tværfagligt og på tværs af sektorer, med fokus på vidensdeling og koordinering
- Kompetencer i opfølgning og monitorering af ernæringsindsatsen i forhold til indikation og behandlingsmål

Læringsmål:

Deltageren opnår **dybdegående og specialiseret viden** om:

- Patofysiologiske mekanismer bag forskellige former for diabetes og disses ernæringsmæssige konsekvenser.
- Samspillet mellem makronæringsstoffer, farmakologisk behandling (herunder nyere lægemiddelgrupper som eksempelvis GLP-1 analoger og SGLT-2 hæmmere), blodglukoseregulering og forebyggelse af senkomplikationer.
- Sundhedsteknologier (fx CGM, insulinpumper, closed-loop systemer, apps) og deres rolle i monitorering og optimering af ernæringsbehandling.
- Forskellige evidensbaserede kostmodeller og deres kort- og langsigtede effekter på blodglukoseregulering, forebyggelse af senkomplikationer og livskvalitet.
- Psykosociale og kulturelle faktorer med betydning for ernæringsbehandling, herunder diabetesstress, social ulighed i sundhed og psykisk sygdom.

Deltageren kan på **et højt specialiseret niveau:**

- Analysere komplekse, tværgående patientforløb og udarbejde målrettede, individualiserede ernæringsstrategier baseret på den nyeste evidens.
- Integrere avanceret viden om ernæring-medicin-interaktion i helhedsorienterede behandlingsplaner og tilpasse disse til kliniske retningslinjer.
- Anvende og vurdere sundhedsteknologiske data (fx CGM-profiler) som grundlag for justering af ernæringsindsatser.
- Implementere og anvende sundhedspædagogiske og vejledningsteoretiske metoder i komplekse samtaler med personer med diabetes.
- Kritisk analysere og formidle videnskabelig evidens med henblik på kvalitetssikring og udvikling af praksis.

Deltageren kan på **et selvstændigt, reflekteret og udviklingsorienteret niveau:**

- Udvikle, implementere og evaluere individualiserede og etisk funderede ernærings- og livsstilsinterventioner hvor monitorering og outcome-evaluering indgår som en integreret del af behandlingskvalitet og patientsikkerhed.
- Reflektere over og håndtere komplekse etiske problemstillinger i relation til patientens autonomi, behandlingsmål og livsomstændigheder.
- Bidrage til faglig vidensdeling og udvikling af evidensbaseret klinisk praksis

Arbejdsformer:

Kurset benytter en kombination af **teoretiske, praktiske og refleksionsbaserede arbejdsformer**, som støtter deltagerne i at udvikle både deres faglige viden og kompetencer. Kurset bygger derfor på følgende arbejdsformer:

- Forelæsning og teoretisk undervisning
- Øvelser
- Casearbejde
- Refleksion og diskussion

Kursusleder:

Klinisk diætist, cand.scient klinisk ernæring, Line Bak

Undervisere:

- Andreas Andersen læge, PhD og postdocforskere, Steno Diabetes Center Copenhagen
- Line Bak, Klinisk diætist, Cand. Scient. klinisk ernæring
- Line Klæsøe, Psykiatrisk sygeplejerske, Master i sundhedsfremme
- Line Graser Jensen, klinisk diætist, Cand. Scient. Klinisk ernæring, Marketing Specialist, Medtronic
- Louise Goldbach, Klinisk diætist, Produktkonsulent, Abbott Diabetes Care
- Per Hagelqvist læge, PhD og postdocforskere, Steno Diabetes Center Copenhagen
- Sandie Johansen, Specialist og supervisor i klinisk psykologi

Sponsorer:

Specialistkurset søges delvis sponsoreret af lægemiddelfirmaer og fødevareproducenter.

Kursusoversigt:

Tid og sted	Tema(er) og underviser(e)	Indhold
18.08.2025 Kost og ernæringsforbundet Holmbladsgade 70 2300 København S	Godt fra start – indblik i forløb, mål og metoder <i>Line Bak</i>	Introduktion til kursusforløbets formål, opbygning og faglige fokusområder. Der skabes fælles afsæt for det videre forløb gennem præsentation af læringsmål, temaer og arbejdsformer. Deltagerne får indblik i, hvordan deres faglige viden og erfaringer kan bringes i spil gennem hele kurset.
	Evidensbaseret praksis – fra forskning til klinisk beslutningstagning <i>Line Bak</i>	Undervisningen introducerer principperne for evidensbaseret praksis og sætter fokus på, hvordan kliniske beslutninger kan baseres på en integrering af forskningsbaseret viden, klinisk erfaring og patientens præferencer.

	Fra påstand til evidens – sådan vurderer du det videnskabelige grundlag <i>Line Bak</i>	Undervisningen giver viden om kritisk vurdering af evidens bag sundhedspåstande. Der introduceres til metoder til at skelne mellem evidensbaserede konklusioner og ikke underbyggede påstande. Fokus er på praktisk anvendelse i en klinisk og formidlingsmæssig kontekst.
	Fra viden til kompetence <i>Line Bak</i>	Introduktion til øvelse der understøtter deltagerens udviklingen af faglige og praksisnære kompetencer.
25.08.2025 Kost og ernæringsforbundet Holmbladsgade 70 2300 København S	Type 2 diabetes, gestationel diabetes og beslægtede tilstande – sygdomsforståelse, farmakologisk behandling og ernæringsmæssige perspektiver <i>Per Hagelqvist</i>	Undervisningen omhandler dybdegående viden om patofysiologi, udredning og farmakologisk behandling ved type 2 diabetes og beslægtede tilstande (fx LADA og steroidbetinget diabetes). Der sættes fokus på ernæringsmæssige perspektiver og samspillet mellem medicin (herunder nyre lægemidler), makronæringsstoffer og blodglukoseregulering. Dagen ruster deltagerne til at integrere viden om ernæring og medicin i ernærings. Og diætbehandling ved diabetes.
	Fra viden til kompetence <i>Line Bak</i>	Introduktion til øvelse der understøtter deltagerens udviklingen af faglige og praksisnære kompetencer.
04.09.2025 Kost og ernæringsforbundet Holmbladsgade 70 2300 København S	Type 1 diabetes og beslægtede tilstande – sygdomsforståelse, farmakologisk behandling og ernæringsmæssige perspektiver <i>Andreas Andersen</i>	Undervisningen giver en dybdegående forståelse af patofysiologi, udredning og farmakologisk behandling ved type 1 diabetes samt nært beslægtede tilstande (fx pancreatitisbetinget diabetes og diabetes ved pancreascancer). Desuden fokuseres der på gestationel diabetes (GDM). Der sættes fokus på ernæringsmæssige implikationer, herunder samspillet mellem insulinbehandling, makronæringsstoffer og blodglukoseregulering, samt forebyggelse af senkomplikationer. Dagen ruster deltagerne til at integrere viden om ernæring og medicin i ernærings. Og diætbehandling ved diabetes.

	Fra viden til kompetence <i>Line Bak</i>	Introduktion til øvelse der understøtter deltagernes udviklingen af faglige og praksisnære kompetencer.
22.09.2025 Kost og ernæringsforbundet Holmbladsgade 70 2300 København S	Metabolisme og ernæring ved diabetes – ernæringsfysiologisk forståelse som grundlag for behandling <i>Line Bak</i>	Undervisningen giver indsigt i metabolismen af fedt, kulhydrat, protein og alkohol i både den raske organisme og ved diabetes. Der sættes desuden fokus på ketose og ketoacidose samt deres betydning i klinisk praksis. Dagen danner grundlag for en dybdegående forståelse af ernæringsfysiologiske processer og deres betydning for ernærings- og diætbehandling ved diabetes.
	Monitorering af blodglucose – anvendelse af glukosesensorer i ernæringspraksis <i>Louise Goldbach</i>	Undervisningsdagen sætter fokus på anvendelsen af glukosesensorer (CGM) i behandlingen af diabetes. Deltagerne får indsigt i, hvordan sensorbaserede data kan anvendes til at forstå blodsuktermønstre, støtte egenomsorg og tilpasse ernæringsbehandlingen i et individuelt og praksisnært perspektiv.
	Fra viden til kompetence <i>Line Bak</i>	Introduktion til øvelse der understøtter deltagernes udviklingen af faglige og praksisnære kompetencer.
29.09.2025 Kost og ernæringsforbundet Holmbladsgade 70 2300 København S	Kostformer ved diabetes – evidens, metaboliske krav og klinisk praksis <i>Line Bak</i>	Undervisningen sætter fokus på, hvordan forskellige kostformer påvirker blodglukoseregulering og forebyggelse af senkomplikationer ved diabetes. Deltagerne trænes i at vurdere videnskabelig evidens med henblik på at vurdere relevante kostformer der tager højde for ernæringsfysiologiske processer og farmakologiskbehandling.
	Fra viden til kompetence <i>Line Bak</i>	Introduktion til øvelse der understøtter deltagernes udviklingen af faglige og praksisnære kompetencer.
06.10.2025 Kost og ernæringsforbundet Holmbladsgade 70	Ernærings- og diætbehandling hos mennesker med psykisk sygdom og diabetes -	Undervisningen sætter fokus på, hvordan psykiske sygdomme påvirker egenomsorg og ernæringsbehandling hos personer med diabetes. Der inddrages psykosociale og

2300 København S	<p>Psykosociale udfordringer og praksisnære redskaber <i>Line Klæsøe</i></p>	<p>kulturelle faktorer som diabetesstress og social ulighed i sundhed, samt overvejelser om diætistens rolle i mødet med sårbare patientgrupper. Dagen giver grundlag for at anvende sundhedspædagogiske og vejledningsteoretiske metoder i komplekse behandlingsforløb med fokus på både medicinske og psykosociale behov.</p>
	<p>Fra viden til kompetence <i>Line Bak</i></p>	<p>Introduktion til øvelse der understøtter deltagernes udviklingen af faglige og praksisnære kompetencer.</p>
03.11.2025 Steno Diabetes Center Nordjylland Diabeteshuset Hospitalsbyen 4 9260 Gistrup	<p>Når diabetes fylder – psykologiske perspektiver og diabetesstress <i>Sandie Johansen</i></p>	<p>Undervisningen sætter fokus på psykologiske aspekter ved livet med diabetes, herunder følelsesmæssige reaktioner, mestring og diabetesstress. Deltagerne opnår forståelse for, hvordan psykologiske faktorer kan påvirke egenomsorg, behandlingsadfærd og samarbejdet omkring ernæringsbehandling.</p>
	<p>Fra viden til kompetence <i>Line Bak</i></p>	<p>Introduktion til øvelse der understøtter deltagernes udviklingen af faglige og praksisnære kompetencer.</p>
10.11.2025 Kost og ernæringsforbundet Holmbladsgade 70 2300 København S	<p>Kulhydratælling – koblingen mellem mad, medicin og blodglukose. <i>Line Bak</i></p>	<p>Undervisningen introducerer principperne for kulhydratælling som metode til at understøtte blodsukkerregulering ved diabetes. Der sættes fokus på, hvordan kulhydratælling anvendes i praksis, herunder vurdering af madens indhold og tilpasning af insulin. Dagen giver deltagerne viden og redskaber til at vejlede personer med diabetes i at anvende kulhydratælling som en del af den samlede behandlingsstrategi.</p>
	<p>Insulinpumper og closed-loop – teknologi som redskab i ernæringsbehandling ved diabetes <i>Line Graser Jensen</i></p>	<p>Undervisningen giver indsigt i medicinske og sundhedsteknologiske behandlingsmuligheder ved diabetes og deres betydning for planlægning og tilpasning af ernæringsbehandling. Der sættes fokus på brugen af insulinpumper og closed-loop systemer i monitorering og optimering af kostbehandling.</p>

	Fra viden til kompetence <i>Line Bak</i>	Introduktion til øvelse der understøtter deltagernes udviklingen af faglige og praksisnære kompetencer.
01.12.2025 Steno Diabetes Center Nordjylland Diabeteshuset Hospitalsbyen 4 9260 Gistrup	At møde mennesket – vejledning med fokus på relation og kontekst <i>Sandie Johansen</i>	Undervisningen har fokus på, hvordan den kliniske diætist varetager individuelt tilpasset diætbehandling i en asymmetrisk relation med patienten. Der arbejdes med vejledningsmæssige aspekter af diætistens rolle, og hvordan sundhedspædagogiske og vejledningsteoretiske metoder kan anvendes i praksis for at styrke dialogen, fremme motivation og understøtte forandringsprocesser hos den enkelte patient.
	Fra viden til kompetence <i>Line Bak</i>	Introduktion til øvelse der understøtter deltagernes udviklingen af faglige og praksisnære kompetencer.
08.12.2025 Kost og ernæringsforbundet Holmbladsgade 70 2300 København S	Eksamen	