

# Erfaringer fra FaKD's specialistkursus i ernærings- og diætbehandling ved diabetes

**Af:** Line Bak, klinisk diætist, cand.scient, bestyrelsesmedlem i FaKD og kursusleder

**Kontakt:** lb@diaetist.dk

Formålet med kurset har været at styrke diætisters faglige ballast i mødet med diabetespatienter – en gruppe, hvis behov og udfordringer udvikler sig i takt med samfundet og sundhedsvæsenet. Evidens, erfaring og borgerinddragelse har været de bærende elementer, og det er tydeligt, at ønsket om at dygtiggøre sig og bidrage kvalificeret til behandlingsteamet lever stærkt blandt deltagerne.

## Nye krav – og nye kompetencer

Vi kliniske diætister arbejder i et felt, hvor viden og behandlingsmuligheder udvikler sig med høj hastighed. Særligt inden for diabetesbehandling mærker vi, hvordan rollen som diætist bliver mere kompleks og kræver specialviden. Vi skal kunne navigere i et felt præget af nye lægemidler, avancerede teknologiske hjælpemidler og et øget fokus på patientcentreret behandling. Specialisering er derfor ikke kun et individuelt valg, men en nødvendighed for at fastholde vores position som en uundværlig ressource i det tværfaglige behandlingsteam – og for at sikre, at ernæring får den nødvendige plads, i behandlingen.

Derfor glæder det mig, at vi nu har afsluttet det tredje specialistkursus under FaKD: Ernærings- og diætbehandling ved diabetes. Kurset samlede diætister fra regioner og kommuner, som i fællesskab fordybede sig i sygdommens kompleksitet og i, hvordan vi bedst kan omsætte evidens til meningsfuld praksis.

Som en deltager opsummerede:

*“Kurset har givet mig en helt ny faglig sikkerhed. Jeg føler mig langt bedre klædt på til at argumentere i lægekonferencer og til at tilpasse kostrådene til virkelige patienter med komplekse behov.”*

## Fra teori til praksis

Det netop afsluttede specialistkursus var det tredje i rækken initieret af FaKD. Kurset strakte sig over 10 intensive undervisningsdage fordelt over fem måneder og blev afsluttet med en eksamen. Forløbet var tilrettelagt, så teori kunne kobles direkte til praksis, og der blev lagt vægt på, at viden skulle omsættes til konkrete redskaber i deltageres daglige arbejde. For at sikre løbende sparring og erfaringsudveksling, arbejdede deltagerne i studiegrupper imellem kursusdagene. Eksamen bestod af både en skriftlig opgave og en mundtlig præsentation, hvor kursisterne skulle reflektere over et patientforløb og dokumentere, hvordan de havde anvendt kursusindholdet i praksis.

Kurset dækkede en bred vifte af faglige temaer, der tilsammen udgør fundamentet for moderne diabetesbehandling:

- Patofysiologi og ernæring: Hvordan forskellige former for diabetes påvirker stofskiftet og dermed ernæringsbehovene. Der blev dykket ned i forskelle på type 1- og type 2-diabetes samt sjældnere former som Maturity Onset Diabetes of the Young. (MODY).
- Medicin og ernæring: Særligt fokus på de nye lægemiddelgrupper som GLP-1-analoger og SGLT-2-hæmmere, og hvordan de påvirker både appetit, vægt og blodsukkerregulering. Diskussioner om samspillet mellem medicinsk og ernæringsmæssig intervention var centrale.
- Teknologiske løsninger: Gennemgang og praktisk afprøvelse af kontinuerlige glukosemålere (CGM), insulinpumper og digitale platforme til dataregistrering. Deltagerne diskuterede muligheder og begrænsninger ved teknologi i patientbehandlingen.

- **Kostformer og evidens:** Kritisk vurdering af forskellige kostmodeller såsom kulhydratbegrænsede diæter, mid-delhavskost, plantebaserede kostformer og deres dokumenterede effekter på blodglukose og forebyggelse af senkomplikationer.
- **Psykosociale perspektiver:** Fordybelse i emner som diabetesstress, motivation, adfærd og social ulighed. Der blev sat fokus på, hvordan diætisten kan støtte patienter i at håndtere de psykologiske udfordringer, der ofte følger med kronisk sygdom.
- **Evidensbaseret praksis:** Undervisning i at integrere ny forskning, kliniske retningslinjer og patienters egne erfaringer i beslutningsprocessen. Deltagerne lærte at vurdere studiers kvalitet og relevans samt at tilpasse anbefalinger til den enkelte patient.

*“Kurset har været en øjenåbner for mig. Jeg kan se, at jeg allerede arbejder evidensbaseret, men jeg kan blive langt mere tydelig i at vise det – både over for patienter og samarbejdspartnere. Det giver mig en stærkere faglighed og gør min rolle som diætist mere klar.”* (Deltager på kurset)

## Evidensbaseret praksis med borgeren i centrum

Som diætister kender vi værdien af evidens, men dette kursus viste tydeligt, hvor vigtigt det er at forstå evidensbaseret praksis som mere end blot kendskab til guidelines.

En vigtig erkendelse på kurset var, at evidensbaseret praksis er mere end blot at følge retningslinjer. Det handler om at balancere tre ben: den bedste tilgængelige forskning, klinisk erfaring og patientens – eller borgerens – præferencer. Særligt borgerinddragelse blev fremhævet som forudsætningen for, at behandling bliver meningsfuld og holdbar.

*“Jeg har lært at være mere nysgerrig på, hvad patienten faktisk vil og kan. Når jeg kobler det med forskningen, får jeg løsninger, der både er fagligt holdbare og mulige i hverdagen.”* (Deltager på kurset)

Borgerinddragelse blev således ikke opfattet som et “blødt” tilvalg, men som kernen i evidensbaseret diætistpraksis.

Det kræver både faglighed, nysgerrighed og evnen til at møde patienten dér, hvor han eller hun er.

## Specialistkompetencer der styrker faget

Ved kursets afslutning stod det klart, at deltagerne havde rykket sig både fagligt og personligt. De havde fået en mere nuanceret forståelse af sammenhængen mellem kost, medicin og teknologi. De var blevet bedre til at analysere komplekse patientforløb, vurdere evidens kritisk og omsætte den til praksis – og ikke mindst til at indgå i tværfaglige teams med en tydeligere faglig stemme.

På et overordnet plan er specialisering med til at løfte hele diætistfaget. Når vi som faggruppe står stærkt i vores specialtviden, kan vi bidrage mere kvalificeret til behandlingsplaner, styrke tværfagligt samarbejde og sikre, at ernæring forbliver en uomgængelig del af patientbehandlingen. Specialisering er dermed både en individuel og kollektiv gevinst.

FaKDs specialistkurser giver diætister mulighed for at fordybe sig i tidens vigtigste sundhedsudfordringer og sikre, at vi som profession hele tiden udvikler os.

## Fremadrettet - mod adipositas

At diabeteskurset nu er afsluttet, betyder ikke, at udviklingen stopper her. Tværtimod. Allerede til januar 2026 starter næste specialistkursus – denne gang med fokus på ernærings- og diætbehandling ved adipositas. Også her sætter vi spot på en af tidens største sundhedsudfordringer, hvor vores faglighed er helt central.

FaKDs specialistkurser giver mulighed for at dygtiggøre os på områder, der er både komplekse og samfundsmæssigt afgørende. Når vi investerer i specialisering, styrker vi ikke kun os selv - vi styrker hele professionen og sikrer, at ernæring forbliver en uomgængelig del af behandlingen.

Det er muligt at læse mere om FaKD's specialistkurser på hjemmesiden [www.kost.dk/fakds-specialistkurser](http://www.kost.dk/fakds-specialistkurser)

