

07.01.2026

# Ernærings- og diætbehandling ved adipositas

## Specialistkursus 4

### Kursusbeskrivelse

Formålet med specialistkurset er at styrke deltagernes ekspertise i ernærings- og diætbehandling af personer med adipositas gennem opdateret evidensbaseret viden og praksisnære redskaber. Kurset har til hensigt at opkvalificere deltagerne til at analysere og planlægge individualiseret behandling med udgangspunkt i den enkelte patients fysiologi, psykologi, livsvilkår og eventuel medicinsk behandling samt hvordan disse forhold påvirker ernæringsindsatsen.

Der er særligt fokus på patientens fysiologiske og psykologiske resiliens og på, hvordan denne kan understøttes og styrkes i diætetisk praksis.

Deltagerne opnår specialistkompetencer til at forstå og håndtere kompleksiteten i behandling af adipositas herunder fysiologiske, ernæringsmæssige, psykosociale og samfundsmæssige aspekter samt til at omsætte ny forskning og gældende nationale og internationale retningslinjer til relevante kost og livsstilsanbefalinger i klinisk praksis.

Kurset er funderet i en personcentreret tilgang med fokus på udvikling af individualiserede, helhedsorienterede og etisk reflekterede behandlingsstrategier. Deltagerne opnår teoretiske, praktiske og metodiske redskaber med direkte anvendelighed i praksis.

## Kursets opbygning, afholdelse og pris

Kurset omfatter en kombination af holdundervisning, praksisnære øvelser, casebaseret læring og selvstændig forberedelse. Der arbejdes både individuelt og i grupper med fiktive og autentiske patientcases, som dokumenteres skriftligt og/eller mundtligt.

- **Varighed:** 10 kursusdage inkl. eksamen
- **ECTS:** 5 ECTS (svarende til 125–150 timers arbejdsbelastning)
- **Tid:** august – december 2026, kl. 9.15–15.45
- **Pris:** 15.000 kr. inkl. materialer
- **Afslutning:** Eksamen er en kombination af en skriftligt- og mundtligdel. Eksamen vurderes bestået/ikke bestået. Mulighed for reeksamen.
- **Deltagelseskrav:** Minimum 85 % fremmøde til kursets aktiviteter for at kunne indstilles til eksamen.
- **Ansøgningsfrist:** 12.06.2026.

## Målgruppe og kvalifikationer

Kurset henvender sig til kliniske diætister og professionsbachelorer med toningen Sundhedsfremme og forebyggelse, som er ansat i regioner, kommuner eller privat praksis og arbejder med ernærings- og diætbehandling af personer med adipositas.

### Kvalifikationer:

- Autoriseret klinisk diætist eller professionsbachelor med toningen Sundhedsfremme og forebyggelse
- Minimum ét års erfaring med ernærings- og diætbehandling af personer med adipositas
- Medlemskab af FaKD under hele kursusforløbet

Ansøgere, der opfylder ovenstående kriterier, prioriteres. Ved ledige pladser kan øvrige ansøgere optages på baggrund af relevante kompetencer og erfaring.

## Kursets indhold

På specialistkurset arbejdes der med følgende centrale fagområder og temaer:

- **Patofysiologi ved adipositas** – energiomsætning, fedtvæv, hormonelle mekanismer, genetik og metaboliske forandringer
- **Kost og kostinterventioner** – evidens for centrale kostformer, proteinbehov, måltidsstruktur og individuel tilpasning
- **Medicinsk behandling** – virkningsmekanismer, samspil med diætbehandling, monitorering og etiske overvejelser
- **Kirurgisk behandling** – diætistens rolle før og efter bariatrisk kirurgi samt ernæringsmæssig opfølgning
- **Vægtneutrale og sundhedsfokuserede tilgange** – HAES, intuitiv og mindful spisning samt kritisk refleksion over vægtfokus og sundhedsforståelser
- **Spiseforstyrret adfærd og spiseforstyrrelser** – identifikation, differentiering og tværfagligt samarbejde
- **Spisningens psykologi** – motivation, vaner, følelsesmæssig spisning og selvregulering
- **Vejledning og pædagogik** – MI og andre relations og adfærdsorienterede metoder
- **Samfunds og etiske perspektiver** – vægtstigmatisering, ulighed i sundhed og professionel kommunikation
- **Evidensbaseret praksis** – kritisk vurdering og anvendelse af videnskabelig litteratur og retningslinjer
- **Monitorering og evaluering** – outcome måling, opfølgning og kvalitetsudvikling

## Læringsudbytte

Specialistkurset giver deltagerne mulighed for at tilegne sig følgende læringsudbytte:

### Deltageren opnår dybdegående og specialiseret viden om:

- Centrale patofysiologiske mekanismer ved adipositas, herunder hormonelle, genetiske og neurobiologiske forhold og deres betydning for ernæring og fysiologisk resiliens
- Metaboliske og kliniske konsekvenser af adipositas, herunder relaterede følgesygdomme
- Psykologiske og sociale faktorer som spiseforstyrret adfærd, vægtstigmatisering og social ulighed i sundhed

- Evidensbaserede koststrategier, vægtneutrale tilgange og deres effekter på sundhed, livskvalitet og resiliens
- Medicinsk og kirurgisk behandling af adipositas samt samspillet mellem ernæring, farmakologi og kirurgi

### Deltageren kan på et højt specialiseret niveau:

- Analysere komplekse patientforløb og tilrettelægge individualiserede og helhedsorienterede behandlingsstrategier
- Integre viden om ernæring, farmakologisk og kirurgisk behandling i klinisk praksis i overensstemmelse med gældende retningslinjer
- Kritisk vurdere og anvende evidensbaserede kost og livsstilsinterventioner
- Identificere og håndtere spiseforstyrret adfærd og stigmatisering i den diætetiske samtale
- Planlægge, gennemføre og monitorere ernæringsindsatser før og efter bariatrisk kirurgi

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

- Udvikle og evaluere individualiserede og etisk reflekterede behandlingsstrategier med fokus på resiliens
- Håndtere komplekse etiske problemstillinger relateret til vægt, sundhed, autonomi og samtykke
- Kritisk analysere og formidle videnskabelig evidens med henblik på udvikling af klinisk praksis
- Arbejde systematisk med kvalitetssikring, outcome evaluering og patientsikkerhed
- Bidrage til faglig udvikling og vidensdeling på tværs af faggrupper og sektorer

## Arbejdsformer

På specialistkurset anvendes en kombination af forskellige arbejdsformer:

- Forelæsninger og teoretisk undervisning
- Øvelser og refleksion
- Casearbejde og gruppearbejde
- Kritisk analyse og anvendelse af videnskabelige artikler

## Eksamen

Specialistkurset afsluttes med en eksamen, der kombinerer skriftlig besvarelse og mundtlig fremlæggelse. Deltagerne arbejder i studiegrupper med individuelt bedømt præstation. Eksamen tager udgangspunkt i kursusindholdet og en selvvalgt case fra praksis. Bedømmelsen sker ud fra læringsmålene med vægt på teoretisk viden, klinisk ræsonnering, refleksion og evnen til at omsætte evidens til praksis. Resultatet angives som *bestået/ikke bestået*.

## Kursusleder

Bestyrelsesmedlem, Klinisk diætist, cand.scient. klinisk ernæring, Line Bak

## Undervisere

- Kliniske diætister / professionsbachelor med toningen Sundhedsfremme og forebyggelse med erfaring og speciale i adipositas og forskellige teoretiske tilgange
- Læger (endokrinologi, almen medicin, kirurgi)
- Psykologer og psykiatere med erfaring inden for spiseforstyrrelser og adfærdsterapi
- Fysioterapeuter og forskere inden for fysisk aktivitet og livsstilsinterventioner

## Sponsorer

Specialistkurset søges delvis sponsoreret af lægemiddelfirmaer og fødevarerproducenter.

## Dato og sted

Datoer og steder følger