

Diætister der forsker

Af: *Sofie Wendelboe, klinisk diætist, cand.scient.san. og stud.ph.d.*

Kontakt: asjg@regionsjaelland.dk

Det korte CV

Jeg er uddannet klinisk diætist i 2007 og har lige siden arbejdet med mennesker med nyresygdom. Jeg har altid været nysgerrig og haft lyst til at lære mere. Jeg har taget et par moduler på den sundhedsfaglige diplomuddannelse og regionens projektlederuddannelse, og i 2022 færdiggjorde jeg den sundhedsfaglige kandidatuddannelse på Københavns Universitet.

Min nuværende stilling er en 30 timers stilling som ph.d.-studerende i Medicinsk Afdeling på Sjællands Universitetshospital (SUH) Roskilde. Samtidig er jeg tilknyttet Nyreforeningens diætrådgivning og et projekt om seksuel sundhed. Jeg har orlov fra min diætiststilling i Enhed for Klinisk Ernæring/SUH Køge.

Den private Sofie

Jeg er 45 år, alenemor til tre, bor på Falster og har valgt en deltids-ph.d., fordi det giver mig mulighed for at være en nærværende mor, og samtidig lave andre sjove ting ved siden af mit ph.d.-studie - fx undervisning.

Jeg er blevet virkelig god til at holde fri i weekender og ferier. Når jeg skal slappe af, spiller jeg klaver og læser skønlitteratur. Jeg forsøger også at løbe en tur om morgenen, fordi det giver energi og overskud.

Hov, skal jeg være forsker?

Jeg kom lidt baglæns ind i forskning, fordi jeg sammen med en kollega ansøgte om puljemidler fra Sundhedsstyrelsen og pludselig havde fået bevilget

1,3 mio. Da jeg samme år fik reduceret min diætiststilling til 20 timer, gav det pludselig mening at tage en kandidatuddannelse. Kombinationen gav mig blod på tanden i forhold til at udforske en karriere med udvikling og forskning.

Ved at få mere viden og ved at projekter bliver reelle forskningsprojekter, kan jeg gøre en endnu større forskel for mine patienter end i min kliniske hverdag. Derfor var det en naturlig fortsættelse at tage en forskeruddannelse. For mig handler det at været ph.d.-studerende om faglig udvikling og om at blive en dygtig forsker.

Jeg har altid haft tusind idéer til projekter, som kan gøre det bedre for mine patienter. Det er alle idéerne, kombineret med ønsket om at gøre en forskel, som fik mig til at forfølge denne vej. At det også er et fleksibelt arbejdsliv, både i form af tid og opgaver, er bare en bonus.

Et bedre liv med nyresygdom

Alt hvad jeg laver handler om mennesker med nyresygdom. Mine projekter handler selvfølgelig mest om ernæring, men også om livskvalitet, fysisk formåen, sarkopeni og seksuel sundhed. Mit ph.d.-projekt handler om oplevelsen af at kombinere kostanbefalinger ved nedsat nyrefunktion, diabetes og hjertesygdom, og om det har en betydning at have adgang til diætist i forbindelse med dialysebehandling. Min hypotese er, at det kan hjælpe patienterne til bedre adherence og en oplevelse af en mindre restriktiv diæt.

Fremtidsdrømme

Jeg håber, at min forskning kan bidrage til, at mennesker med nyresygdom kan leve et liv med færre restriktioner og med bedre livskvalitet.



Jeg drømmer om at fortsætte i en post-doc-stilling og gerne tæt på praksis, så jeg stadig kan være tæt på min patienter. Dem savner jeg! Det er jo dem det hele handler om.

Tips og tricks hvis du vil forske

Skriv dine gode idéer ned og sig dem højt til nogen med samme interesse eller med erfaring indenfor forskning. Gode samarbejdspartnere er vigtige, og vi bliver bedre, når vi hver især bidrager med vores særlige kompetencer.

Find nogen der kan hjælpe med alt det praktiske, f.eks. hvor projekter skal anmeldes, hvilke krav man skal være opmærksom på osv. Der er mange, der har prøvet det før, så der er ingen grund til at opfinde den dybe tallerken.

Spring ud i det – det er ikke så vanskeligt. Og det er også ret sjovt.

Læs mere om Sofie her:

Pure (Region H): Sofie Wendelboe

LinkedIn: Sofie Wendelboe