

ESPEN-kongressen 2025

Den 47. årlige kongres afholdt af European Society for Clinical Nutrition and Metabolism (ESPEN) fandt sted fra den 13.–16. september 2025 i Prag, Tjekkiet. Kongressen samler hvert år tusindvis af sundhedsprofessionelle, forskere og eksperter fra hele verden med fokus på klinisk ernæring og metabolisme. FaKDs bestyrelse var selvfølgelig også repræsenteret.

Af: Mette Theil, formand for FaKD og Line Bak, bestyrelsesmedlem i FaKD.

Årets tema var *(R)evolution in Nutrition*, og programmet omfattede både videnskabelige sessioner, symposier, case-diskussioner og præsentation af den nyeste forskning. Helt revolutionerende oplevedes det måske ikke, men overskriften ramte alligevel plet i flere oplæg, hvor nye tanker og perspektiver blev foldet ud.

Kongressen blev afholdt i det moderne Prague Congress Centre, som dannede en flot ramme om både faglige præsentationer og netværksaktiviteter. I år havde arrangørerne desuden sikret gratis transport med tog og metro for deltagerne – en lille detalje, der mødte stor begejstring.

Deltagerne havde adgang til et bredt udvalg af aktiviteter, herunder:

- Videnskabelige foredrag og paneldebatter
- LLL- kurser (Life Long Learning) som led i efteruddannelse
- Præsentation af nye ESPEN-guidelines og konsensusmøder
- Priser for bedste abstracts og rejselegater
- Industriudstillinger og netværksarrangementer

ESPEN-kongressen er uden tvivl en af de mest betydningsfulde begivenheder inden for klinisk ernæring i Europa. Den fungerer som en central platform for vidensdeling, innovation og tværfagligt samarbejde. Her er der mulighed for at få indsigt i den nyeste forskning, diskutere kliniske udfordringer og udvikle praksis på tværs af landegrænser.



Fodspor uden for Prague Congress Center viser vej til kongressen.

Det altid en udfordring at vælge mellem de mange spændende sessioner. Denne gang havde vi særligt fokus på cancer og prehabilitering, et område der også er fremhævet i den danske *Kræftplan V*.

I sessionen *Nutritional interventions during prehabilitation for cancer surgery* blev budskabet gentaget igen og igen: *Preservation of muscle mass and function*. Flere studier blev præsenteret, hvor man undersøgte effekten af proteintilskud, forskellige træningsmetoder samt omega-3-supplement. Et af oplæggene konkluderede, at blandt patienter med lungekræft var det faktisk de mest skrøbelige patienter, der fik størst udbytte af en ernærings- og træningsintervention.

Der pågår i øjeblikket mange ernæringsstudier inden for prehabilitering med forskellige tilgange, hvilket gør det vanskeligt at pege på den rette indsats. Derfor opsummerede en af oplægsholderne med en bemærkning, der fik salen til at nikke genkendende: *“We just have to find out what, how much, to whom and for how long.”*



Fra venstre formand for FaKD, Mette Theil og Randi Tobberub, ledende diætist fra Ålborg Universitetshospital efter ESPENs morgenløb.

Efterfølgende havde vi lejlighed til at drøfte perspektiverne med oplægs-holderne. Vi kunne fortælle, at vi i Danmark allerede har taget kunstig intelligens i brug til at identificere, hvilke patienter der skal tilbydes træning og diætbehandling før operation. Det vakte stor interesse og imponerede de internationale kolleger.

En af kongressens faste højdepunkter er Sir David Cuthbertson Lecture. Årets oplæg satte fokus på, at kostens sammensætning er vigtigere end blot antallet af kalorier. Kroppen udnytter energi forskelligt afhængigt af, om den kommer fra protein, kulhydrat eller fedt. Dermed kan to kostplaner med samme energiindhold føre til vidt forskellige udfald ift. vægtregulering og ernæringsstatus. Kernen i dette ligger i ATP/ADP-forholdet, kroppens "energiknap". Via AMPK signaleres det, om kroppen skal lagre eller forbrænde energi. Faktorer som faste, høj proteinsætning eller indtag af raffinerede kulhydrater kan ændre dette forhold og dermed modulere energibalancen. Budskabet var tydeligt: Et ensidigt fokus på kalorietælling overser nuancerne. Det er den rette sammensætning og den individuelle diætvejledning, der gør forskellen i praksis.

Lige så inspirerende var perspektiverne på kost og inflammation. Livsstilsfaktorer, herunder kosten, kan udløse inflammatoriske processer, som på længere sigt bidrager til metaboliske forstyrrelser. At se de underliggende

mekanismer foldet ud gav stof til eftertanke og understreger endnu en gang, hvor vigtig kostens kvalitet er i både behandling og sygdomsforebyggelse.

Det var opløftende at opleve, hvordan danske diætister og kandidater i klinisk ernæring markerer sig stærkt på den internationale scene. Vi var mange deltagere til stede, og flere bidrog aktivt i panel- og case-diskussioner. Det vidner om høj faglighed og et stærkt engagement. Samtidig er det værd at fremhæve, hvordan vi i Danmark arbejder målrettet med at udvikle hospitalsmad, der både er nærende og æstetisk tiltalende. Kombinationen af ernæringsrigtig kost og appetitvækkende præsentation er en kunst i sig selv – og noget, som ofte vækker beundring blandt kolleger fra andre lande.

Ved posterfremvisningerne var det tydeligt, at danske forskere og studerende

også excellerer i formidling. Her blev projekter præsenteret med stor entusiasme og faglig skarphed, hvilket skabte god dialog med de internationale deltagere.

Kongressen bød naturligvis også på kulturelle oplevelser. Åbningsceremonien var denne gang mere afdæmpet end tidligere år. Fagligt skarp, men uden de store festlige indslag. Vi morede os lidt over, at den tjekkiske indpakning manglede "glimmer og fyrværkeri". Til gengæld var indholdet både relevant og inspirerende.

Samlet set bød ESPEN 2025 på ny viden, refleksioner og inspiration til fremtidig praksis. Det stod klart, at vi i Danmark er godt med, både fagligt og ift. udviklingen af innovative løsninger. Det giver håb og motivation til det fortsatte arbejde med at styrke ernæringens rolle i sundhedsvæsenet.



Salen Congress Hall i Prague Congress Center



Bestyrelsesmedlem Line Bak og formand for FaKD Mette Theil foran Congressen.