





“Åh, nu kommer hende, som jeg ikke rigtigt ved, hvordan jeg skal tage mig af”

Som svært overvægtig bliver **Maibritt Schmidt** ofte mødt med berøringsangst, fordomme og manglende forståelse, når hun er i kontakt med sundhedsvæsenet. Et nyt samarbejde mellem Adipositasforeningen og Apotekerforeningen skal klæde apotekernes personale på til bedre at kunne forstå og hjælpe personer i samme situation som Maibritt Schmidt.



AF KIM ANDREASEN - FOTO: ANDREAS BANG KIRKEGAARD

Maibritt Schmidt er en af de 18,5 % af danskerne, som lever med svær overvægt. Men det er ikke kun kiloene og den skam, der følger med, Maibritt slås med. Lige som andre i hendes situation oplever hun, at mange i sundhedsvæsenet ikke forstår hende og ikke ved, hvordan de skal hjælpe.

“Helt overordnet bliver jeg stort set altid mødt med, at jeg lige skal tabe nogle kilo, før mine problemer bliver taget alvorligt - og det er uanset, om problemerne slet ikke har noget med min overvægt at gøre. Det er meget frustrerende, at jeg først og fremmest bliver set på som overvægtig”, fortæller Maibritt Schmidt.

Hun oplever også fordømmende blikke og en berøringsangst hos sundhedspersonalet, der måske er bange for at komme til at sige noget forkert.

“Jeg tror, de tænker: *Åh, nu kommer hende, som jeg ikke rigtigt ved, hvordan jeg skal tage mig af.* Og så bliver det nemmere at få mig hurtigt ud ad døren igen uden egentlig at lytte, siger Maibritt Schmidt, og kommer med et eksempel:

“For et stykke tid siden fik jeg pludselig problemer med væske i mine ben og fødder. Jeg gik på apoteket, og ekspedienten sagde blot, at jeg skulle købe nogle støttestrømper, og så var der ligesom ikke mere at tale om. Jeg havde faktisk brug for at vide noget mere, og måske få særlig rådgivning, fordi væsken måske kunne have noget med min overvægt at gøre”.

Skåret over én kam

For Maibritt Schmidt handler det om, at mennesker, der lever med svær overvægt, mange gange bliver skåret over én kam, og at personalet - fx på apoteket - har vanskeligt ved at forstå, at svært overvægtige er lige så forskellige som andre mennesker, og at de hver især har forskellige problemer og historier med i bagagen.

“Men når jeg begynder at fortælle min historie om, hvordan jeg ikke har været overvægtig altid, men at ting, der skete i min opvækst og på en tidligere arbejdsplads, gjorde, at jeg udviklede en spiseforstyrrelse, så sker der noget med folk. Så forsvinder fordommene, og de forstår, at jeg ikke bare sidder derhjemme i sofaen og spiser usundt”, forklarer hun.

Opgør mod stigmatisering

Det er oplevelser og erfaringer som Maibritt Schmidts, der har fået Apotekerforeningen og Adipositasforeningen til at starte et nyt samarbejde. Målet er, at personalet på apotekerne skal blive i stand til bedre at forstå og hjælpe mennesker, der lever med svær overvægt. Initiativet skal i sidste ende få flere med svær overvægt til at søge hjælp på apotekerne - ikke mindst ved at få gjort op med stigmatiseringen. Det forklarer formand for foreningen, Per Nielsen.

“Som svært overvægtig mødes man ofte med en holdning om, at det er ens eget ansvar, at man har svær overvægt, og at det dermed også er ens eget ansvar at gøre noget ved det. Den holdning kan få mennesker med svær overvægt til at holde



FORSTÅELSE. Der er brug for at nuancere billedet af mennesker med svær overvægt, mener Maibritt Schmidt. Hun vil gerne gøre op med de mange fordomme, som hun ofte mødes med. Her er hun sammen med sin datter.

- > sig tilbage fra at spørge om hjælp på fx apoteket, hvor mange svært overvægtige kommer, fordi de har forskellige følgesygdomme, som kræver medicinsk behandling”, fortæller han.
Per Nielsen håber på, at når apotekets personale får mere viden om, hvor komplekst et problem svær overvægt er, vil de være langt bedre klædt på til at vejlede personer med svær overvægt og give den rette hjælp, når de kommer på apoteket.

Svært at tage hul på snakken

Samarbejdet mellem Apotekerforeningen og Adipositasforeningen blev skudt i gang i efteråret 2021, da repræsentanter fra Adipositasforeningen besøgte seks apoteker landet over og fortalte deres personlige historier om svær overvægt til apotekets personale.

Blandt dem var Albertslund Apotek. Her genkender apoteker Mia Bendix Andersen og hendes personale det billede, som repræsentanterne fra Adipositasforeningen tegnede.

“Det kan være meget svært tage hul på snakken om svær overvægt. Både fordi der er noget tabu omkring det, og fordi det kan være vanskeligt at afgøre, om borgeren ønsker hjælp. Vi forsøger her på apoteket at få det integreret i medicinsamtalerne, men der får vi jo så kun fat i dem, som får medicin i forvejen - og kun dem, som gerne vil have en samtale om deres medicin”, fortæller Mia Bendix Andersen.

Hun henviser i den forbindelse til en historie, som en af repræsentanterne fra Adipositasforeningen fortalte på mødet.

“Han havde fået ordineret medicin mod fedme men var så holdt op med at bruge det, fordi han oplevede nogle bivirkninger. Det ville han meget gerne have vidst noget mere om, og her kunne vi have hjulpet og vejledt, så han måske var fort-

sat med medicinen og havde fået gavn af den”, siger Mia Bendix Andersen.

En oprigtig interesse

Hos Maibritt Schmidt er forventningen til apotekspersonalet, at hun bliver mødt af en oprigtig interesse for at få hjælp og at blive set på, som den hun er. Et individ som alle andre med individuelle behov.

“Jeg tror godt, at apotekets personale kan lære at fornemme, om en kunde har lyst til at tale om sin svære overvægt. Hvis det er tilfældet, er det godt - hvis der er tid og mulighed for det - at trække vedkommende lidt væk fra køen. Er der nemlig noget, man ikke bryder sig om som overvægtig, er det opmærksomhed. Her kan man så tale i ro og fred om det, man har brug for hjælp til, og fx også få mere at vide om særlige sundhedstilbud tilpasset vores målgruppe”, siger Maibritt Schmidt.

Apotekeren fra Albertslund mener, at det vil være en god idé, at man på apoteket havde nogle flere konkrete tilbud specifikt

Samarbejde mellem Apotekerforeningen og Adipositasforeningen

Samarbejdet skal gøre apotekerne i stand til bedre at forstå og hjælpe personer med svær overvægt.

Efter møder mellem personale på udvalgte apoteker og Adipositasforeningen er der udarbejdet undervisningsmaterialer til brug på apotekerne: Webinar, morgenmødemateriale og en film, hvor et medlem fra Adipositasforeningen fortæller sin personlige historie.

Materialet skal være med til at understøtte, hvordan man kan tage hul på den svære og tabubelagte samtale om svær overvægt.

Samtidig skal apotekerne undersøge, hvilke tilbud kommunen har til svært overvægtige, så de er klædt på til at kunne rådgive om dem.

Dernæst gennemføres en oplysningskampagne om svær overvægt til alle borgere i hele landet.

Samarbejdet udspringer af Overvægtsalliancen, der er blevet til på initiativ af blandt andre Novo Nordisk.

Omkring halvdelen af alle danskere er overvægtige, og 18,5 % lever med svær overvægt. Det vil sige, at de har en BMI på over 30.

til kunder med svær overvægt.

“Havde vi fx nogle informationsmaterialer eller tilbud, kunne det måske være nemmere og mere naturligt at komme i dialog med kunden. På vores møde med Adipositasforeningen talte vi fx om, at det kunne være en god idé, at apoteket arrangerede nogle temaaftener om svær overvægt”, siger Mia Bendix Andersen.

Webinar, morgenmødemateriale og oplysningskampagne

På baggrund af erfaringerne fra møderne med de seks apoteker er der udarbejdet undervisningsmateriale – herunder et webinar, morgenmødemateriale og film - til brug på alle landets apoteker, som bliver tilgængeligt i løbet af sommeren. Det skal blandt andet være inspiration til, hvordan man kan tage hul på den svære og tabubelagte samtale om svær overvægt.

På den anden side af sommerferien gennemføres en oplysningskampagne, som skal rulles ud til apotekerne i hele landet. ●

Om Adipositasforeningen

Adipositasforeningen – også kendt som Landsforeningen for Overvægtige – arbejder for at nedbringe den stigmatisering, som mange svært overvægtige oplever, samt øge forståelsen for årsagerne til, at man udvikler svær overvægt.

Foreningen har også fokus på, at tilbuddene til dem, som lever med svær overvægt, bliver markant bedre.

God mundhygiejne er godt for helbredet

Mellemrummet mellem tænderne er den mest utilgængelige og sårbare del af munden. Det er også det perfekte sted for sygdomsfremkaldende bakterier og plak at ophobe sig og forårsage skader på tænderne og tandkødet. I et enkelt mellemrum har man i et studie af Prof. Denis Bourgeois fundet 16 milliarder bakterier i blot et mellemrum.

Forskning viser at der er en sammenhæng mellem manglende tandbørstning og hjertekarsygdomme, diabetes og nedbrydning af immunsystemet.

Før i tiden anbefalende man at bruge tandtråd i de mindste mellemrum, men med nutidens mellemrumsbørster er mellemrumsbørsterne det mest effektive redskab til at få adgang til 98% af alle interdental mellemrum.

Når der skal vælges en mellemrumsbørste er det vigtigt at den har den rette størrelse, så børstehårene udfylder hele det proximale mellemrum.

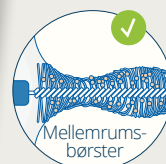
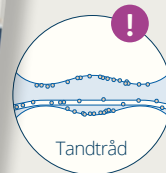
CURAPROX mellemrumsbørster findes til alle mellemrum. På apoteket findes de fra 0,6 mm-5,0 mm.

Wiren er lavet af nikkelfri kirurgisk stål og er meget holdbar. Mellemrumsbørsterne kan genbruges mange gange (min. 20 gange), før den bør udskiftes.

I pakningen er der 5 mellemrumsbørster med et kort og et langt vinklet håndtag, der gør det nemt at nå mellemrum mellem de inderste kindtænder.



CURAPROX



Læs mere på curaproxinterdental.com/da