

DIÆTISTEN

FaKDs fag- og forskningsblad for kliniske diætister

FOKUS PSYKIATRI

Læs også om

- Tværsektoriel ernæringsindsats
- Bælfrugter og LDL-kolesterol
- FaKD specialistkursus 1





Af Mette Theil

Madens muligheder for psykisk sundhed

Maden kan være et skridt mod helbredelse og bedre psykisk sundhed hos jeres patienter og borgere.

Mens traditionel medicinsk behandling spiller en central rolle i behandlingen af personer med psykiatriske diagnoser, er det på tide at give ernæringen den opmærksomhed, den fortjener.

Vores kost har en direkte indvirkning på vores fysiske og vores mentale sundhed. Sunde kostvaner mindsker risikoen for depression, og nyere forskning indikerer, at andre psykiske sygdomme og tilstande kan påvirkes i positiv retning gennem sund kost og gode spisemønstre. Kosten har også en forebyggende effekt, hvor den kan beskytte de psykisk sårbare mod at udvikle kroniske, somatiske sygdomme - som de langt hyppigere rammes af end baggrundsbefolkningen. Som diætister spiller vi derfor en afgørende rolle for psykisk sundhed. Vi vejleder i optimal kost og diætbehandler individuelt og i grupper, og vi bidrager på den måde til, at personer med psykiatriske diagnoser kan lykkes i deres hverdag. Samtidig er det vigtigt at understrege, at ernæring ikke er en erstatning for de traditionelle medicinske og terapeutiske behandlinger, men snarere en integreret del af den samlede behandling.

Det er dejligt at læse om jeres hverdag med patienterne i dette fagblad, og om jeres mod og engagement. Tænk, at I også kan varetage vejledningen og behandlingen i naturen - det tror jeg flere patientgrupper kunne drage nytte af!

I FaKD er vi en stærk fortaler for at styrke samarbejdet mellem forskellige sektorer, og vi indgår bl.a. derfor i alliancer for på den måde at forbedre behandlingen af personer med psykiatriske diagnoser. Vi venter spændt på mere politisk handling på psykiatriområdet, og det begynder så småt at røre på sig.

Det er vigtigt, at der tages alvorligt fat på den integrerede tilgang til psykisk sundhed og til det stærkere, tværfaglige samarbejde. Så lad os fortsætte med at udforske og støtte denne vigtige forbindelse mellem maden og psykisk sundhed gennem diætetisk behandling.

Det er afgørende at anerkende den uadskillelige forbindelse mellem kost og psykisk sundhed.

God læselyst ☺

Udgiver

Fagligt selskab af Kliniske Diætister (FaKD) i Kost og Ernæringsforbundet
E-mail: post@diaetist.dk
www.kost.dk/fakd
ISSN 1395-1169

Nr. 189 udkommer 14. juni 2024.
Sidste frist for indlæg er 3. maj 2024.

Redaktør

Trine Klindt, tk@diaetist.dk
Tlf. 3023 7904

Ansvarshavende

Mette Theil, mp@diaetist.dk
Tlf. 2685 5978

Tryk

Jørn Thomsen Elbo, www.jto.dk

Grafik og illustrationer

Sofie Kinkeløkke Svane,
sofie.svane@hotmail.com

Redaktionen forbeholder sig ret til at redigere indlæg, så de fremstår mere læsevenlige. Annoncer og indlæg i Diætisten udtrykker ikke nødvendigvis redaktionens og Fagligt selskab af Kliniske Diætisters holdning.

Sekretariatsadresse

Fagligt selskab af Kliniske Diætister
Kost og Ernæringsforbundet.
Holmbladsgade 70, 2300 København S
www.kost.dk/fakd

FaKD kan kontaktes på post@diaetist.dk eller telefonisk på 7020 2615.

Du kan ringe mandag-torsdag fra 8.30-15.00 og fredag 8.30-13.30. Hvis vi ikke er ved telefonen, bedes du indtale en besked; så ringer vi tilbage snarest muligt. Du kan også sende en mail. Hvis din henvendelse haster eller vedrører fagforeningsrelaterede spørgsmål, kan du også kontakte Kost og Ernæringsforbundets sekretariat på tlf. 3163 6600.

Indhold

Kort nyt

FaKD specialistkursus 1 4

Artikler

Tværasektoriel ernæringsindsats i et kommunalt perspektiv 5

Fokus

Diætist på den lyserøde 8

Opmærksomhedspunkter ved formidling
- i mødet med personer, som har en psykiatrisk diagnose 11

Naturbaseret rehabiliterende palliation 14

Har kosten betydning for det mentale helbred hos ældre? 19

Diabetes-stress kan have stor betydning for personer med diabetes 23

Mad som misbrug 29

Bachelorartikel

Effekten af bælgfrugter på LDL-kolesterol 34

Min diætistdag 38

Kalender 39