

Pressmeddelande

Från Primärvården Skaraborg

2011-02-16 09:00

Viktigt med stöd efter viktnedgång

Att gå ned i vikt är en utmaning, men det är kanske en ännu större utmaning att hålla vikten efteråt

I en tidigare publicerad studie av behandling av fetma i primärvården i Skaraborg fick deltagarna först lågkaloridiet (very low calorie diet, VLCD) i tre månader med uppföljning i gruppbehandling under ett år. De lottades därefter till antingen korsettbehandling som var tänkt att begränsa födointaget, eller enbart uppföljning. Båda grupperna fick råd om kost och motion. Kliniska tester visade att deltagarna fick förbättrade kliniska blodvärden.

För att ta tillvara deltagarnas egna erfarenheter av behandlingen och vilka faktorer de upplevde som viktiga genomfördes därefter en serie fokusgruppsintervjuer. Resultaten publiceras i dagarna i tidskriften Scandinavian Journal of Public Health. I studien intervjuades både män och kvinnor, där en del haft korsett och andra inte.

Deltagarna upplevde en ständig kamp att få en balans i sin tillvaro och att gå ner i vikt varsom att få en ny identitet. Under den tid då deltagarna levde med övervikt och fetma, byggdes en inre motivation för viktnedgång upp. Samtliga upplevde gruppbehandlingen med VLCD som mycket positiv, och tryggheten i gruppen var viktig. De flesta som haft korsett tyckte dock att den var svår att bära. Efter själva studieperioden kände sig många osäkra och saknade gruppträffarna. Förslag om öppna träffar liknande Anonyma Alkoholister framkom i flera grupper liksom mer handfast stöd såsom matlagningskurser.

Slutsatsen av studien blev att långsiktig uppföljning ska inplaneras från början i viktreduceringsprogram. Efter viktnedgång ska personer erbjudas stöd i att utveckla egna strategier för att behålla vikten.

För mer information, kontakta någon av forskarna:

Anna-Lena Östberg, telefon 0500-478593, 031-741 1317, 0703-489600,

e-post: anna-lena.ostberg@vgregion.se

eller

Kristina Bengtsson Boström, telefon 0500-478599

e-post: kristina.a.bengtsson@vgregion.se

Artikeln: Anna-Lena Östberg, Ingrid Wikstrand, Kristina Bengtsson Boström. Group treatment of obesity in primary care practice: a qualitative study of patients' perspective. Scand J Public Health 2011; 39: 98-105.

Kontaktperson: Se ovan

Publicerad av: Tom Mårgård Epost: tom.margard@vgregion.se