

# Nyt fra Centret

STATENS INSTITUT FOR FOLKESUNDHED, SYDDANSK UNIVERSITET. WWW.INTERVENTIONS Forskning.DK

## FØDSELSFORBEREDELSE SKAL STYRKE PARFORHOLDET

Af specialkonsulent Vicki Facius

Interview med Vibeke Koushede om et nyt forskningsbaseret forløb til fødsels- og forældreforberedelse, som skal øge sundhed og trivsel blandt nybagte familier

**Dit forskningsprojekt sætter fokus på at styrke fødsels- og forældreforberedelse – hvorfor er det vigtigt?**

Der mangler viden om området. Der eksisterer hverken viden om effekten af fødsels- og forældreforberedelse eller om, hvordan forberedelsesforløbene bedst tilrettelægges. I flere regioner har man i en del år gennemført fødselsforberedelse som forelæsninger i store auditorier. Nu er man flere steder vendt tilbage til fødsels- og forældreforberedelse i små hold, men det er uklart, hvilket indhold der skal være i forberedelsen, for at den er tilpasset nutidens forældre. Idag er det ofte den enkelte jordemoder, som selv tilrettelægger indholdet i fødselsforberedelsen. Ofte er der fokus på de fysiske aspekter relateret til fødsel og amning. Til gengæld kan der være mindre – eller slet intet – fokus på mere psykosociale aspekter såsom, hvad

det vil sige at blive forældre, og hvad der sker med parforholdet, når det første barn kommer. Parforholdet kan komme på en prøve, når man som forældre får for lidt søvn, sex og tid til sig selv og hinanden.

**Hvad skyldes det markante fokus, I har på parforholdet i fødsels- og forældreforberedelsen?**

Det er en udfordrende opgave at blive forældre. Mange oplever stress og har svært ved at navigere i den første tid. Det slider også på parforholdet: 70 % er mindre tilfredse med deres parforhold efter det første barn, end de var inden. At blive forældre er en stor omvæltning, som medfører store forandringer i mænds og kvinders roller, ansvar og identiteter. Netop derfor er det vigtigt, at man er opmærksom på og har nogle strategier for at passe på sig selv, hinanden og parforholdet.

Min primære forskningsinteresse er at undersøge, hvordan man styrker folks mentale sundhed, trivsel



Vibeke Koushede er projektleder på forskningsprojektet Nyfødt - forberedelse til fødsel og familie

og mestringsressourcer, dvs. folks evne til at håndtere dagligdagens belastninger og udfordringer. Vi ved, at mange forældre benytter sig af fødsels- og forældreforberedelse, så det synes at være et oplagt sted at sætte ind og fremme deres evne til at håndtere de udfordringer, der kommer med den nyfødte – herunder de gnidninger, der kan komme i parforholdet.

**Hvordan adskiller jeres program sig fra andre former for fødselsforberedelse?**

Hvor der andre steder i fødsels- og forældreforberedelsen kan være en tendens til, at jordemødrene holder foredrag for de vordende forældrepar, så lægger vores program op til en aktiv deltagelse fra parrene. De skal tage udgangspunkt i deres egne erfaringer, og der er fokus på deres egne strategier til at løse problemer.

Vores program består af fire sessioner i alt – tre i løbet af graviditeten og én efter, barnet er født. ►►



**Vibeke Koushede er postdoc i Center for Interventionsforskning på Statens Institut for Folkesundhed. Vibeke er oprindelig uddannet som jordemoder i England og har arbejdet som jordemoder i Danmark i 6 år, derudover har hun en mastergrad i Public Health og en ph.d.-grad i farmakoepidemiologi. Vibeke er selv gift og mor til fire drenge i alderen 6 til 16 år.**

## Om projekt "Nyfødt"

Projekt "Nyfødt – Forberedelse til fødsel og familie" har til formål at udvikle, implementere og evaluere en indsats for svangreomsorg. Indsatsen er en forskningsbaseret fødsels- og forældreforberedelse, som nu testes på Hvidovre Hospital. Fødsels- og forældreforberedelsen fokuserer på parforholdet, forældreskab, mental sundhed, fødsel og amning. 2.350 gravide kvinder med partner skal indgå i projektet. Halvdelen af de gravide kvinder er i indsatsgruppen og modtager den nyudviklede fødsels- og forældreforberedelse, mens halvdelen af kvinderne er i sammenligningsgruppen og modtager det sædvanlige tilbud, der pt. består af to forelæsningsforedrag om fødsel og amning i et auditorium.

Jordemoderen underviser på de tre første sessioner, på den fjerde underviser jordemoderen sammen med en sundhedsplejerske. Undervisningen er bygget op med en blanding af korte, mundtlige oplæg fra jordemødrene, små filmklip, øvelser og refleksion. Til at supplere undervisningen har vi lavet en hjemmeside, hvor deltagerne kan gense film og øvelser fra undervisningen, søge informationer, dele erfaringer og spørge en fagperson til råds. Desuden sætter vi spot på parforholdet. Vi har sammen med en gruppe af jordemødre, sundhedsplejersker, familierapeuter, psykologer og forældre fundet frem til, at god kommunikation i parforholdet er helt centralt, når nybagte forældre skal håndtere dagligdagens belastninger med et nyfødt barn.

På den første session laver vi nogle øvelser med forældrene, hvor de

øver en bestemt metode til at tale sammen på. Den ene i parret taler først, mens den anden lytter aktivt. Det er en øvelse, hvor man skal lære at forstå den andens synspunkt, og hvordan den anden oplever situationen. Den måde at tale sammen på anvendes på samtlige kursusgange. Uanset hvad der bliver diskuteret, så skal denne samtaleform benyttes.

***Jordemødrene, der står for undervisningen, er jo helt centrale for at få gennemført indsatsen - hvordan har de modtaget konceptet?***

Jordemødrene har generelt været meget positive. De har dog også udtrykt, at det er en udfordring at skulle tale om parforhold, som jo ikke er deres faglige kerneområde – så det var nyt og lidt ukendt terrain. Vi har lavet et standardiseret

undervisningsmateriale. Der står meget præcist, hvad de kan sige og gøre – også i forbindelse med parrenes refleksionsøvelser, og hvordan jordemødrene arbejder videre ud fra de emner, som parrene bringer op. Desuden har vi holdt workshops for jordemødrene med fokus på denne første kursusgang, hvor de bl.a. har fået undervisning af Center for Familieudvikling, som vi har samarbejdet med i forhold til at udvikle indsatsen.

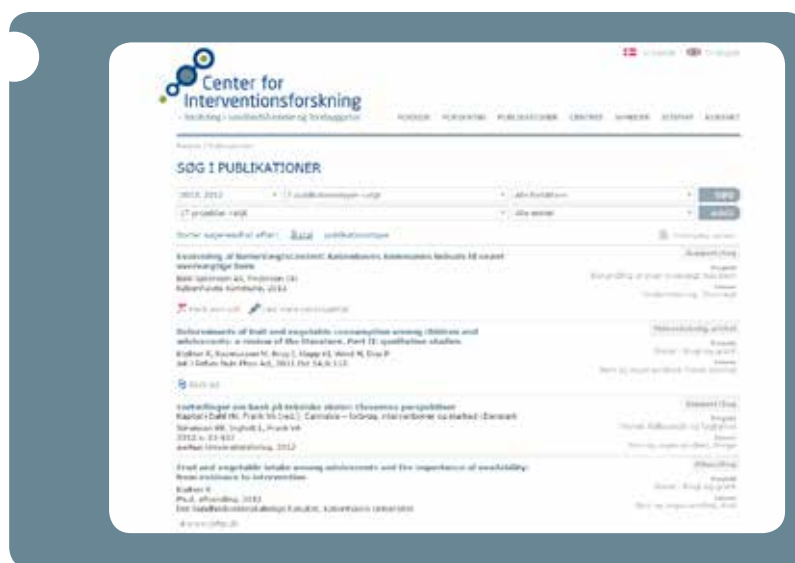
Umiddelbart har vi fået positive tilkendegivelser fra både jordemødre og forældre, efter de har deltaget i den første kursusgang.

### **Hvornår kan I sige, om jeres program for fødsels- og forældreforberedelse har en effekt?**

De første målinger af effekten af fødsels- og forældreforberedelsen, forventer vi, er færdige i slutningen af 2014. Vi måler bl.a. om vores program har en positiv effekt på forældrenes ressourcer, familiens helbred og trivsel og forhold relateret til fødslen. Endelig undersøger vi ved hjælp af registre, om forældrene bliver sammen. Udover effektevalueringerne laver vi en grundig procesevaluering og sundhedsøkonomiske analyser af indsatsen.

Hvis indsatsen virker, så er den designet, så den er nem at udbrede til andre fødesteder end Hvidovre Hospital, hvor den testes nu. Også i undervisningen af jordemoderstuderende kan indsatsen anvendes i fremtiden.

*Projektet er støttet af Kræftens Bekæmpelse.*



## PUBLIKATIONER FRA CENTRET PÅ NETTET

Af kommunikationskonsulent Hanne Møller

Center for Interventionsforskning har fået etableret en publikationsdatabase, der skal gøre det nemt at finde rundt i Centrets udgivelser. Database gik i luften i marts måned 2013 og den rummer information om alle udgivelser, som Centrets medarbejdere har været forfattere på siden 2009, hvor Centret blev etableret.

Hensigten med publikationsdatabase er at gøre det overskueligt for såvel praktikere, forskere, beslutningstagere, studerende og andre interesserede at finde de udgivelser fra Centret, der er relevante for dem.

Publikationsdatabase giver mulighed for at lave søgninger på tværs af alle Centrets publikationer. Man kan fx vælge et eller flere af de forskningsprojekter, man har interesse for, og få vist den samlede publicering i de valgte projekter, ligesom man kan søge på udvalgte emneord og publikationstyper.

Der er link fra den enkelte videnskabelige artikel til et kort resume af artiklens indhold (i pub med), ligesom der er links til pdf'er af rapporter, notater m.m. og links til Statens Institut for folkesundheds "Ugens tal" og relevante hjemmesider. Langt de fleste af Centrets egne udgivelser kan downloades gratis.

Databasen er også tilgængelig på den engelske version af hjemmesiden, dog kun med engelske publikationer/referencer.

Databasen findes på Centrets hjemmeside: [www.interventionsforskning.dk/publikationer](http://www.interventionsforskning.dk/publikationer)

# LEDIGE MED ALKOHOLPROBLEMER

Af projektleder Maja Bæksgaard Hansen

Procesevaluering skal give svar på, hvorfor det er svært at implementere alkoholindsatser rettet mod ledige i danske kommuner

FOTO: COLOURBOX.DK

Nyere forskning fra Statens Institut for Folkesundhed, SDU og Socialforskningsinstituttet har fastslået, at ca. 33 % af de svageste kontanthjælpsmodtagere har et alkoholproblem i et sådan omfang, at det udgør en barriere for beskæftigelse. Fra et individuelt såvel som fra et samfundsvidenskabeligt perspektiv er det derfor væsentligt at have fokus på dette område, da det kan have betydning for indretningen af de sundhedsfremmende og forebyggende initiativer i kommunalt regi.



## Forskning i mest effektive indsatser

Projekt "Beskæftigelse og alkohol" har til formål at finde den mest effektive indsats i forhold til at få ledige borgere med alkoholproblemer i arbejde samt at reducere deres alkoholforbrug. Ledige borgere med et alkoholproblem randomiseres til én af to indsatser: 1) En beskæftigelsesrettet indsats eller 2) En beskæftigelsesrettet indsats kombineret med alkoholbehandling. For både den beskæftigelsesrettede indsats og alkoholbehandlingen gælder, at det er kommunens eksisterende tilbud, der benyttes. Der tilbydes altså ikke nye forløb, men en kombination af de eksisterende forløb afprøves.

## Vanskelig rekruttering

Projektet er på nuværende tidspunkt i gang med helårsopfølgningen på de første borgere, og projektet forventes afsluttet i oktober 2013.

Projektet har givet anledning til mange værdifulde erfaringer samt en række implementeringsvanskeligheder. Denne forholdsvis simple intervention viste sig vanskelig at implementere i de danske kommuner. Der har i projektperioden været en del udfordring ved at rekruttere kommuner og borgere til at deltage i projektet - kun en fjerdedel af de forventede borgere indgik i interventionsprojektet. For at forstå, hvorfor det var så relativt svært at gennemføre interventionen i de danske kommuner, er der igangsat en procesevaluering. Vi i projektgruppen ser frem til at skulle til at analysere de indsamlede data. Resultaterne forventes publiceret i internationale, anerkendte tidsskrifter samt i rapportform i foråret 2014.

Hvis du vil høre mere om projektet, er du velkommen til at kontakte

projektleder Maja Bæksgaard Hansen på [mbha@si-folkesundhed.dk](mailto:mbha@si-folkesundhed.dk) eller tlf. 6550 7730.

## Referencer :

Alkohol, livsstil og helbred – en screeningsundersøgelse blandt borgere på Jobcenter Faxe og Jobcenter Holbæk, TrygFondens Forebyggelsescenter, Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, København 2011. Danquah IH, Hansen MB, Mortensen NP, Tolstrup JS, Nielsen AS, Becker U.

[Link til rapporten](#)

Link til Ugens tal:

[Kontanthjælpsmodtagere har et større forbrug af rusmidler](#)

*Projektet er støttet af TrygFonden.*



FOTO: COLOURBOX.DK

# X:IT - EVALUERING AF EN SKOLEBASERET INDSATS MOD RYGNING

Af projektleder Anette Andersen

Projekt X:IT er et treårigt projekt, der skal forebygge rygning i folkeskolens ældste klasser. 79 skoler og ca. 4.000 elever spredt over hele landet deltager i projektet. Indsatsen i X:IT består af tre grundelementer:

- Skolen – rygeregler og undervisning
- Røgfri kontrakter – kontrakter mellem unge og voksne
- Forældre – information og inddragelse

Eleverne er fulgt siden starten af 7. klasse og i april/maj måned 2013, hvor eleverne går i 9. klasse, skal de besvare spørgeskemaer for sidste gang. Eleverne skal bl.a. svare på spørgsmål om rygevaner, holdninger til rygning, deres hverdagsliv og sundhed.

Fra X:IT-tallene fra 2012 ved vi, at blandt eleverne i 8. klasse havde 36 % af drengene og 33 % af pigerne nogensinde prøvet at ryge, mens 5 % af drengene og 4 % af pigerne oplyser, at de ryger hver dag. Fra maj måned, når

eleverne har svaret på spørgsmål for sidste gang i projektet, følger en ny fase med analyse af data. I et interventionsprojekt er det vigtigt at kunne tage højde for, hvor godt skolerne implementerer de forskellige elementer i projektet. Det bliver derfor interessant at se, om skoler, der i høj grad opfylder kravene til projektet, har færre rygere end skoler, hvor det har været sværere at opfylde kravene til projektet. Der er stor social ulighed i rygning, idet langt flere mennesker med baggrund i de lavere socialgrupper er rygere.

Analyserne skal derfor også give svar på, om et projekt som X:IT når ud til de unge mennesker, som måske har aller mest brug for det.

Læs mere om projekt X:IT på [xit-web.dk](http://xit-web.dk) og projektets [temaside](#) på Centrets hjemmeside

*Projektet er støttet af TrykFonden.*

# KOMMUNER SØGES TIL FORSKNINGSPROJEKT! - OM STILLESIDDENDE ADFÆRD PÅ ARBEJDSPLADSEN

Af projektleder Ida Høgstedt Danquah

FOTO: COLOURBOX.DK

Mange voksne danskere sidder ned i timevis på deres arbejdsplads. Dette har konsekvenser for helbredet både på kort og lang sigt bl.a. i form af øget risiko for hjertekarsygdom, type-2 diabetes, overvægt og visse kræftsygdomme.

Centret vil i et nyt forskningsprojekt afprøve metoder, der kan mindske den stillesiddende adfærd blandt kontorphonale. Deltagerne skal bl.a. erstatte siddetid med stående tid og indføre flere stillingskift.

Vi søger kommuner, der vil være med i forskningsprojektet!

Indsatsen vil foregå blandt ca. 100 af kommunens medarbejdere med start i september 2013 og med mulighed for at udbrede elementerne til resten af kommunen efterfølgende. En forudsætning for deltagelse er, at man har stillesiddende kontorarbejde.

De deltagende kontorer vil få information og workshop omkring stillesiddende adfærd samt redskaber til at reducere stillesiddende tid på arbejdet. Reduceret stillesiddende tid forventes at have positive effekter



både kortsigtet på muskelskeletproblemer samt langsigtet på udviklingen af livsstilssygdomme.

Som en del af projektet skal deltagerne besvare spørgsmål om helbred, trivsel og stress. Disse oplysninger vil danne baggrund for en minirapport med resultater specifikt for de deltagende kontorer. Desuden vil resultaterne blive formidlet i Ugens tal (nyhedsmail med over 4.000 modtagere, bl.a. presse, politi-

kere, kommunale nøglepersoner og sundhedspersonale).

Kommuner, der vil deltage i projektet, kan kontakte projektleder Ida Høgstedt Danquah på e-mail [idah@si-folkesundhed.dk](mailto:idah@si-folkesundhed.dk) eller tlf. 6550 7727.

*Projektet er støttet af TrygFonden.*

## Fakta om indsatsen

Indsatsen vil være rettet mod tre områder: **Individuel:** Informationsmøde og informationsmateriale om stillesiddende, påmindelser om at sidde mindre, og fx benytte hæve-sænkebordet mere. Redskaber til at skifte stilling og afbryde lange stillesiddende perioder. **Strukturel:** Fysiske ændringer på arbejdspladsen, fx faciliteter til stående møder, headset til stående telefonsamtaler, ændringer i indretningen, så denne fremmer stående og gående aktiviteter frem for siddende. **Organisatorisk:** Ledelsen inddrages i forhold til at støtte op om projektet.

På alle arbejdspladser vil der blive udvalgt ambassadører, der går i front med interventionen.

## NY CHEFKONSULENT I CENTRET



Lars Skytte Petersen er pr. 1. februar ansat som chefkonsulent i Centret. Lars skal understøtte Centrets arbejde med at sikre en god dialog med til kommunerne, samt formidle viden om metoder og resultater til Centrets samarbejdspartnere.

Lars kommer fra en stilling som seniorprojektleder i rådgivningsvirksomheden COWI og har tidligere

arbejdet i Sundhedsministeriet. Han har været projektleder på en lang række evaluerings- og analyseopgaver for bl.a. Sundhedsstyrelsen om sundhedsfremme og forebyggelse i kommunerne.

Der er mulighed for at møde Lars Skytte Petersen på Sund By Netværksdagene, bl.a. på Centrets stand.

## HVILKE RYGESTOPMETODER VIRKER BEDST?

Af projektleder Lise Skov-Ettrup

I oktober 2012 var det et år siden, de første deltagere i projekt Fri Start forsøgte at stoppe med at ryge ved hjælp af fire forskellige rygestopmetoder, som projektet har til formål at teste. Hvordan det er gået de i alt 1.809 deltagere, kan vi nu blive klogere på efter at have gennemført den tredje og sidste spørgeskemaundersøgelse. Projektets resultater kan give svar på, hvordan effekten er af flere af de rygestopmetoder, der i dag er tilgængelige og promoveres i Danmark.

Deltagerne har besvaret spørgeskemaer 1, 6 og 12 måneder efter deres rygestopforsøg. I slutningen af januar fik vi de sidste data i hus og opnåede svar fra i alt 80 % af deltagerne. Vores data rummer, ud over information om deltagernes rygestatus, også meget spændende viden om deltagernes brug af interventionerne, deres rygestopforsøg gennem det seneste år, deres motivation for at stoppe og deres forventninger til

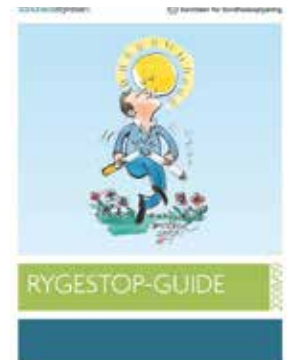
tilværelsen som røgfri. Disse data vil bl.a. blive videreformidlet i artikler omkring projektets resultater.

### Om projekt Fri Start

Formålet med projektet er at sammenligne effekten af:

- 1) Et internet-baseret rygestopprogram med støtte til rygestop på en hjemmeside og som sms'er på mobilen (Dit Digitale Stopprogram).
- 2) Støtte til rygestop over telefon, hvor deltagerne bliver ringet op af en rygestoprådgiver fra STOPlinien og bliver tilbudt fem samtaler.
- 3) Støtte til rygestop over telefon, hvor deltageren selv ringer op til STOPlinien.
- 4) En selvhjælpsguide (rygestopguiden), som deltagerne modtager med posten.

Vil du være fri af røg og nikotin?



Projektet er støttet af Kræftens Bekæmpelse.



## Evaluering af BørnevægtsCentret i Københavns Kommune



Center for Interventionsforskning har for Københavns Kommune forestået en evaluering af BørnevægtsCentret (BVC),

der er Københavns Kommunes behandlingstilbud til børn og unge med svær overvægt og deres familie. Evalueringsrapporten: 'Evaluering af Børnevægtscentret' udkom i januar, og overordnet viser den, at BVC har fået etableret en velfungerende indsats til behandling af svær overvægt hos børn i alderen 8-15 år i løbet af de seneste tre år.

Evalueringen viser bl.a., at det at etablere en velfungerende indsats i høj grad hænger sammen med politisk og økonomisk medvind samt engagerede, ansvarsfulde og fagligt kompetente medarbejdere, som har formået at skabe et positivt samarbejde både internt og eksternt. Hertil kommer, at der har været plads til at udvikle indsatsen, og at samarbejdet på tværs af de involverede kommunale forvaltninger har

fungeret godt.

De kvantitative effektanalyser indikerer samtidig, at indsatsen har en effekt i forhold til at bremse børnenes vægtudvikling. Omkring 70 % af de børn, der møder op til behandling mindst fire gange har et fald i Body Mass Index (BMI) samt fedtprocent.

### Reference:

Evaluering af BørnevægtsCentret – Københavns Kommunes indsats til svært overvægtige børn og unge. Udarbejdet for Københavns Kommune af: Anne Sofie Bæk-Sørensen og Christian Hollemann Pedersen. Center for Interventionsforskning, Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. København, januar 2013.

[Link til rapporten](#)

## Arrangementer m.m. Kalender

**Dato:** 5. april 2013

**Offentlig forelæsning med Katherine Frohlich**

**The Importance of Social Science Theory in Guiding Population health research: A program of research on Social Inequalities in Smoking**

**Sted:** CSS, Øster Farimagsgade 5A, rum 1.1.02 (St. mødelokale)

**Tid:** kl. 11.00-12.00

**Dato:** 2.-3. maj 2013

**Mød os ved Sund By Netværksdagene**

**Kom og mød en forsker og hør om Centrets projekter og metoder.**

**Sted:** Stand nr. 10

**Dato:** 3. maj 2013

**Disputatsforsvar**

**Professor Pernille Due forsvarer sin disputats med**

**titlen:** Socio-epidemiological Studies of Adolescent Health: Investigating Inequalities and the Role of Bullying.

**Sted:** CSS, Øster Farimagsgade 5A, rum 1.1.02 (St. mødelokale)

**Tid:** kl. 14.00. Med efterfølgende reception

### Udgives af:

Center for Interventionsforskning  
Statens Institut for Folkesundhed  
Syddansk Universitet  
Øster Farimagsgade 5A, 2.  
1353 København K  
Tlf. 6550 7777

*Formålet er at orientere om  
Centrets forskning og aktiviteter*

**Redaktør og  
kommunikationskonsulent:**

Hanne Møller  
ham@si-folkesundhed.dk

### Direktør og Centerchef:

Morten Grøn bæk  
mg@si-folkesundhed.dk

### Grafisk Design:

Danielle Brandt Design  
www.daniellebrandtdesign.dk