

Sarkopeni - tab af muskelfunktion og muskelmasse: Effekten af fysisk træning

Som opfølgning på rapporten "Sarkopeni - tab af muskelfunktion og muskelmasse og effekten af fysisk træning" inviteres der til symposium. Rapporten er skrevet for Sundhedsstyrelsen af førende forskere fra Region H's hospitaler, Københavns Universitet og Syddansk Universitet. Symposiet afholdes torsdag den 23/11 kl. 14.15 på Panum Institutet (Einer Lundsgaard Auditoriet). Tab af fysisk funktionsevne med stigende alder er et livsvilkår, det er et accelereret muskel- og funktionstab (sarkopeni) derimod ikke. Når man ikke kan klare sig selv, går det ud over livskvaliteten og fører til flere og komplicerede hospitalsindlæggelser, stigninger i behovet for hjemmehjælp og dermed markant øgede sundhedsøkonomiske udgifter. Alligevel er det et område vi som samfund har alt for lidt fokus på, selv om langt de fleste tilfælde af disse tilstande kan forebygges og behandles med fysisk træning og ernæring. Med dette møde vil vi gerne sætte fokus på den evidens, der er på området, og de barrierer der er for i langt højere grad end nu at benytte fysisk træning som en naturlig del af forebyggelse og behandling. Hvorfor vil vi som samfund hellere bruge penge på dyr medicin end på non-farmakologisk behandling?

Mødeprogram

13.45 - 14.15	Registrering og kaffe
14.15 - 14.25	Velkomst og introduktion Helle Stentoft Dalum, Sundhedsstyrelsen og Christian Nobel, moderator, journalist
14.25 - 14.35	Hovedpunkter fra rapporten om sarkopeni PhD Anders Nedergaard
14.35 - 14.45	Styrketræning påbegyndt ved pensionsalderen Prof. Michael Kjær, Bispebjerg-Fr.berg Hospital
14.45 - 14.55	Fysisk aktivitet og muskelfunktion hos skrøbelige borgere Prof. Paolo Casserotti, Syddansk Universitet
14.55 - 15.05	Muskeltræning i kommunalt regi - erfaringer fra Aalborg Visitationschef, Camilla Fibiger Smed, Aalborg kommune
15.05 - 15.15	Fysisk træning af hospitalspatienter Prof. Charlotte Suetta, Bispebjerg-Fr.berg Hospital
15.15 - 15.35	Kaffe og forfriskninger
15.35 - 16.30	Paneldiskussion (moderator, Christian Nobel) Hvordan håndterer vi, at borgere udvikler tab af muskelfunktion og i sidste ende får sarkopeni. Hvordan håndterer vi fremadrettet borgere og patienter med sarkopeni og nedsat muskelfunktion? Hvilke aktiviteter findes, og hvem har ansvaret? Er træning en udgift eller en investering?
	Deltagere i paneldebat Sundhedsstyrelsen Helle Stentoft Dalum, Ældresagen Bjarne Hastrup, Hospitalsdirektør Kirsten Wisborg, Ålborg kommune Camilla Fibiger Smed, Professor Charlotte Suetta
16.30	En forfriskning og tak for i dag

Symposiet er i **Lundsgaard auditoriet på Panum Institutet, Blegdamsvej 3, 2200 Kbh N.**

Tilmelding til Charlotte Bilde, E-mail: charlotte.bilde.02@regionh.dk

Institut for Idrætsmedicin, Bispebjerg Hospital

Digitalt link til eftermiddagen er til rådighed kort før mødet via: www.ismc.dk