

# Evaluering af 3-års besøg

Folkesundhed  
*Center for Sundhed og Ældre,  
Slagelse Kommune*



Januar 2017

## Baggrund og formål

Overvægt og svær overvægt blandt voksne er steget væsentlig siden 1987. Samme tendens ses hos børnene og i dag er ca. hvert femte barn overvægtigt. Tal fra Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakke om overvægt fra 2013 viser at 5-8 procent af de 3-4-årige, 21 procent af de 6-8-årige og 18 procent af de 14-16-årige børn er overvægtige. Det er derfor vigtigt med opsporing og tidlig indsats (Sundhedsstyrelsen 2013).

Langt over halvdelen af de personer, der er overvægtige som børn, bliver også overvægtige som voksne. Forskningen viser, at overvægt som 3-årig er stærkt forbundet med overvægt som 5-årig, og at overvægt som 5-årig, øger risikoen for overvægt og fedme med 70-80 % i voksenalderen. Risikoen for overvægt i voksenlivet er desuden positivt associeret med graden af overvægt i barndommen dvs. svært overvægtige børn har størst risiko for at forblive svært overvægtige som voksne (Singh *et al.* 2008).

Den daværende regering har på baggrund af den stigende andel af overvægtige og svært overvægtige børn, fastsat et nationalt sundhedsmål i 2014. Målet var, at færre børn skulle være overvægtige. Ifølge den daværende regering skulle følgende opnås:

*”At alle børn og unge – uanset social baggrund - har ret til at få de bedste forudsætninger for så mange gode leveår som muligt. Alt for mange børn er overvægtige i Danmark, specielt når vi ved, at overvægt blandt børn og unge fører til svækket livskvalitet og kan give fysiske og psykiske problemer. Vi skal arbejde på: At andelen af overvægtige 14 -15 årige børn reduceres med 10 pct. At andelen af børn, der er hårdt fysisk aktive i mindst 4 timer om ugen i fritiden, skal øges med 10 pct.”*

(Regeringens nationale sundhedsmål 2014)

I Slagelse Kommune blev det i 2013 besluttet, at tilbyde hjemmebesøg af sundhedsplejersken, med fokus på tidlig opsporing af overvægt, til alle familier med 3-årige børn i kommunen. Rammerne for 3-års besøgene blev efterfølgende udarbejdet, således at de første 3-års besøg blev foretaget i oktober 2014.

### **De overordnede formål med 3-års besøgene er:**

- At opspore overvægt hos småbørn ved 3-års alderen, herunder fokus på sunde vaner bl.a. mad og bevægelse.
- At forebygge overvægt senere i barndommen.
- At vurdere motorik, trivsel og sprogdudvikling og derudover inddrage/vurdere emner som familien finder relevante i forhold til deres 3-årige barn fx opdragelse, søvn, renlighed.

## Løbende opfølgning og kvalificering

Der er løbende blevet fulgt op på 3-års besøgene siden det første besøg i oktober 2014. Særligt blev proceduren for besøgene revideret i december 2015, grundet for få besøg. Den ændrede procedure gik hovedsageligt ud på, at ændre retningslinjerne hvormed man rekrutterede familierne, fra at man aktivt

skulle *acceptere* at få besøg, til at man aktivt skulle *fravælge* at få besøg. Derudover blev listen over data som skulle registreres ved 3-års besøgene, udvidet.

Efter procedureændringen er der jævnligt gjort status over dataregistrering og sundhedsplejerskerne har løbende været i dialog med projektlederen omkring udfordringer i forbindelse med besøgene.

Sundhedsplejerskerne har ligeledes modtaget undervisning af flere omgange ved indsatsens opstart, for at kvalificere deres arbejde ved 3-års besøgene. Der er bl.a. blevet undervist i sprogudvikling, sansemotorik, tilknytning og regulering af følelser hos små børn, samt små børn og medier.

## Datagrundlag

Data benyttet i følgende evaluering, er registreret af de besøgende sundhedsplejersker. Data blev registreret under hvert besøg via et spørgeskema oprettet i Novax til formålet. De registrerede data indeholder registreringer fra start januar 2015 til og med d. 31. december 2016.

Der gøres opmærksom på, at der forekommer en lille dataforskydning, da det ikke er alle børn der fylder 3 år i december måned, som kan nå at få et 3-års besøg inden det givne års udgang. Da dataforskydningen sker i begge ender af et kalenderår, ses forskydningen ikke som udslagsgivende for de beskrevne tendenser. Data for et år er derfor baseret på de besøg der er foretaget i kalenderåret og ikke nødvendigvis det præcis antal børn, som er fyldt 3 år i kalenderåret.

## Besøgte familier

Den følgende evaluering er primært baseret på data fra år 2016, grundet procedureændringen i slutningen af år 2015. Dog ses det af nedenstående tabel, at andelen af besøgte familier med 3-årige børn, er steget i takt med den ændrede rekrutteringsstrategi. I 2016 var det ca. 65 % af familierne med 3-årige børn, som fik besøg af en sundhedsplejerske. Andelen af 3-årige børn i Slagelse kommune i 2016 er 747 børn.

År	2015	2016
Antal besøg	292	482
Familier som har modtaget besøg	~ 40 %*	64,5 %
Familier som har fravalgt besøg	-	13,3 %
Ikke hjemme ved besøg	-	10,8 %

*\*Det har ikke været muligt at fratrække fraflyttere pga. registreringsproceduren*

Som det ses af ovenstående, fravalgte 13,3 % af forældrene i 2016 at få besøg. De resterende familier, som hverken har modtaget besøg eller aktivt fravalgt besøget, var ikke hjemme da sundhedsplejersken kom, disse familier er dog tilbudt endnu et besøg, hvis de ønskede det.

## Opsporing af overvægt

Det primære formål med 3-års besøgene er at opspore overvægt blandt 3-årige børn. Nedenfor ses fordelingen af overvægtige børn i de besøgte familier:

<b>Overvægtsfordeling i besøgte familier</b>	<b>År</b>	<b>2015</b>	<b>2016</b>
Overvægtige (90 perc)		9,9 %	11,2 %
Svært overvægtige (97 perc)		5,4 %	3,4 %
Ekstremt overvægtige (99 perc.)		3,4 %	3,7 %
Total andel overvægtige børn		<b>18,7 %</b>	<b>18,3 %</b>

Blandt de besøgte familier i 2015 var 18,7 % af børnene i den kategori, som er i fokus i 3-års besøgene. I 2016 er andelen af opsporede overvægtige børn tilsvarende 18,3 %. Det svarer tilnærmelsesvist til, at ca. hvert femte 3-årige barn, som har haft besøg af sundhedsplejersken, er overvægtig i større eller mindre grad, hvilket stemmer overens med de nationale tal for overvægt blandt børn og unge.

Idet flere familier har modtaget 3-års besøg i 2016, er antallet af opsporede overvægtige børn i 2016 dog større end i 2015. Derfor er det vigtigt, at så mange familier som muligt med 3-årige børn, får besøg af sundhedsplejersken.

## Italesættelse af overvægt

Ved sundhedsplejerskens besøg er det ikke nok bare at opspore børn med overvægt. Vigtigere er det at italesætte overvægten og handle på det. Afhængigt af overvægtens grad samt rammerne i hjemmet, kan overvægten være blevet italesat på flere måder ved 3-års besøgene. For nogle familier har der været tale om en enkelt eller flere kontrolvejninger, mens andre familier har fået anbefalet at deltage i behandlingstilbuddet BOBU (Behandling af Overvægtige Børn og Unge).

Nedenfor ses data over, hvordan overvægten er blevet italesat i de familier, hvor den 3-årige i større eller mindre grad er overvægtig.

<b>Italesættelse af overvægt</b>	<b>År</b>	<b>2016</b>
Familier, hvor der er aftalt kontrolvejning <sup>1</sup>		41 %
Familier som er blevet tilbudt deltagelse i BOBU		36 %

Som det fremgår af ovenstående tabel er 36 % af de overvægtige 3-årige blevet tilbudt deltagelse i BOBU. Af dem, er kun 26 % startet op i BOBU efterfølgende.

Ud fra ovenstående ses det, at det ikke er alle overvægtige børn, som er blevet kontrolvejret eller har fået tilbud om deltagelse i BOBU. Dette kan skyldes en fejl i registreringssystemet eller at sundhedsplejersken har indgået en anden aftale med familien. Ovenstående data viser også, at kun godt ¼-del af de familier, som har fået tilbud om at deltage i BOBU, har taget imod det.

### 3-års besøg er mere end overvægt

Ved 3-års besøgene er det ikke kun overvægt som er i fokus. Sekundære mål for besøgene er at vurdere barnets motorik, trivsel og sprogudvikling. Derudover inddrages og vurderes emner som fx opdragelse, renlighed og søvn også, når det skønnes relevant. Hertil kommer at der ved vurdering af barnets vægt også har været tilfælde, hvor det var relevant at snakke om undervægt og tage hånd om dette.

Nedenfor ses data over andelen af familier, hvor der ses udfordringer i forbindelse med barnets trivsel, motorik og/eller sprog.

<b>Sekundære parametre for 3-års besøg</b>	<b>År</b>	<b>2016</b>
Familier, hvor der er opsporet dårlig trivsel		4,1 %
Familier, hvor der er opsporet motoriske vanskeligheder		5,7 %
Familier, hvor der er opsporet sproglige vanskeligheder		20,1 %

Som det ses af ovenstående er der ved 3-års besøgene både fundet børn med trivselsmæssige, motoriske og sproglige vanskeligheder. Særligt overraskende er det, at godt 1/5-del af de besøgte børn havde

---

<sup>1</sup> En andel af disse kontrolvejninger kan være til undervægtige børn, da dette også havde fokus ved 3-års besøgene. Jævnfør næste afsnit.

sproglige vanskeligheder. Sprog har en afgørende betydning for børns trivsel og uddannelsesmuligheder på den lange bane, og derfor er tidlig indsats og opsporing vigtigt for det enkelte barn.

Når sundhedsplejerskerne stødte på ovenstående udfordringer blev de italesat og ved behov blev der henvist til motorikkonsulent og/eller tale/hørepedagog. Ofte blev der også startet et tværfagligt forløb op med børnehaven, hvis det ikke allerede var i gang. På den måde bliver der altså taget hånd om de mangeartede problematikker, som bliver opdaget ved 3-års besøgene.

En anden problematik ved 3-års besøgene er undervægt. Fordelingen af undervægtige børn ses herunder.

<b>Undervægtsfordeling i besøgte familier</b>	<b>År</b>	<b>2015</b>	<b>2016</b>
Undervægtige (10 perc)		4,9 %	3,7 %
Svært undervægtige (3 perc)		2,0 %	0 %
Ekstremt undervægtige (1 perc.)		2,0 %	1,4 %
Total andel undervægtige børn		<b>8,9 %</b>	<b>5,1 %</b>

Ovenstående fordeling viser at 3-års besøgene også opsporer børn med undervægt. Ca. 5 % af de besøgte børn i 2016 var undervægtige i større eller mindre grad. Afhængigt af undervægtens grad, er der blevet aftalt kontrolvejning og/eller andet med barnets forældre.

## Opsummering

Samlet set er det næsten hvert fjerde besøgte 3-årige barn (23,4 %), som har vægtmæssige udfordringer værende enten overvægt eller undervægt. Størstedelen af disse børn er dog overvægtige, svarende til ca. hvert femte besøgte barn. 3-års besøgene må derfor siges at være yderst effektive i fht. at opspore overvægt, men også vigtig i fht. at identificere undervægtige børn.

3-års besøgene har også til formål at opspore trivselsmæssige, motoriske og/eller sproglige vanskeligheder. Også i dette henseende er besøgene yderst effektive da hvert femte besøgte barn, var udfordret på minimum én af disse parametre, særligt det sproglige.

3-års besøgene opsporer derfor en temmelig stor andel af børn med både fysiske og trivselsmæssige udfordringer. Uden et 3-års besøg ville disse udfordringer med stor sandsynlighed, først blive opdaget ved indskolingsundersøgelsen. Sundhedsplejens 3-års besøg er derfor en vigtig faktor når der tales tidlig opsporing og et vigtigt grundlag for, at kunne tage hånd om fysiske og trivselsmæssige udfordringer tidligt i barnets liv.

## Refleksioner og anbefalinger til det fremtidige arbejde

### 3-års besøg i almen praksis og ved sundhedsplejen

Som udgangspunkt tildeles alle familier med 3-årige børn i Slagelse Kommune en tid til et 3-års besøg af sundhedsplejen. Det er dog ikke alle familier som finder sundhedsplejens besøg relevant.

Ved en rundspørge blandt sundhedsplejerskerne, fremgår det at størstedelen af de forældre, som ikke ønsker et 3-års besøg, begrundet det med at de ikke føler der er et behov, da barnet har det godt og trives, samt at det kan være svært at finde tid til et besøg i en travl hverdag. Én anden hyppig forklaring var også, at barnet skulle til 3-års undersøgelse hos egen læge og at forældrene derfor ikke syntes, det var nødvendigt med et 3-års besøg af sundhedsplejersken også.

3-års undersøgelsen hos egen læge har til formål at undersøge mange af de samme parametre som sundhedsplejens 3-års besøg, men modsat sundhedsplejens 3-års besøg indkaldes man ikke systematisk til undersøgelsen hos egen læge. Undersøgelsen i almen praksis foretages udelukkende på forældrenes initiativ og derfor kan der være en risiko for, at kun få tager imod tilbuddet hos egen læge og at det hovedsageligt er de mere ressourcerstærke forældre som vælger, at tage til børneundersøgelse hos egen læge. Tal indhentet fra Region Sjælland viser at de praktiserende læger i 2015 lavende 420 3-års undersøgelser i Slagelse kommune. For 2016 lå dette på 358 børn (uden december). Tallene siger ikke noget om, hvor mange familier, som både tager imod 3 års besøg af sundhedsplejersken og tager til 3 års undersøgelsen hos egen læge, men i 2016 nåede sundhedsplejerskerne ud til flere familier med deres 3 års besøg end egen læge gjorde med 3-års undersøgelsen.

Forebyggelseskommissionen, Dansk sygeplejeråd og KL anbefaler, at 3-års undersøgelsen i almen praksis flyttes til sundhedsplejen. Dette grundet sundhedsplejens tættere tilknytning til familierne og derved mulighed for en tættere påvirkning af familiens livsstil (Styrk børn og unges sundhed marts 2015, Fremtidens sundhedspleje 2016). Ligeledes giver flere forældre i undersøgelsen udtryk for, at sundhedsplejens besøg skaber stor tryghed, da sundhedsplejersken ofte kender barnet bedre end den praktiserende læge. Det er desuden en fordel, at besøget med sundhedsplejersken forgår i eget hjem, som kan være med til at skabe tryghed for familierne. Nogle forældre giver også udtryk for, at de føler man kan tale med sundhedsplejersken om ting, man måske ikke ville tale med sin læge om.

### Effekten af sundhedsplejens 3-års besøg på overvægt ved skolestart

Uden sundhedsplejens 3-års besøg ville børn med fysiske og/eller trivselsmæssige udfordringer, med stor sandsynlighed, først blive opdaget ved indskolingsundersøgelsen. Dette er problematisk grundet associationerne mellem overvægt tidligt i livet og overvægt senere i livet. Det er derfor vigtigt at opspore overvægt så tidligt som muligt, således at man også har mulighed for, at gøre noget ved problemet tidligere.

Erfaringer fra andre kommuner viser, at den tidligere indsats ved 3-års besøgene har indvirkning på andelen af overvægtige børn ved indskolingen. I Faaborg-Midtfyn Kommune har man f. eks. tilbudt 3-års besøg

siden 2007 og en intern undersøgelse heraf, viser at der siden har været færre overvægtige børn ved opstart i børnehaveklasse (Styrk børn og unges sundhed 2015). Fremadrettet vil det være interessant at kigge på, om samme udvikling ses her i Slagelse Kommune. En sådan måling vil tidligst være mulig at foretage ved skolestart sommeren 2017.

### Italesættelse af overvægt ved 3-års alderen og tilbud om behandlingsindsats

En forudsætning for, at andelen af overvægtige børn falder, er at der rent faktisk gøres noget ved overvægtsproblemet. Som tidligere nævnt er det ikke alle opsporede overvægtige børn, som er blevet tilbudt kontrolvejning eller deltagelse i BOBU. Flere sundhedsplejersker nævner, at forældrene gerne selv vil forsøge at gøre noget ved overvægten først, inden en egentlig kontrolvejning eller deltagelse i BOBU. Dette kunne eksempelvis være at ændre kostvaner og så snakke med sundhedsplejersken igen efter ca. et halvt års tid. Dette synliggøre at der er flere måde at handle på, på baggrund af informationen om barnets overvægt.

### Forældrenes reaktioner på 3-års besøget

Blandt sundhedsplejerskerne er der generelt modtaget positive tilbagemeldinger på 3-års besøgene. Mange forældre er positive overfor besøget og er glade for, at kunne få vendt de udfordringer der evt. måtte være. Selvom der måske ikke umiddelbart er nogle udfordringer, så syntes forældrene det er rart at snakke omkring emner som rører sig i 3-års alderen eks. tackling af selvstændighedsperioden, grænsesætning, opdragelse, måltider, børnehave mm. Flere beskriver også besøget som værende rart, da det er længe siden de sidst har set sundhedsplejersken og syntes det giver rigtig god mening. Ovenstående er baseret på kommentarer som sundhedsplejerskernes har hørt, det ville dog være interessant at undersøge nærmere, hvilken egentlig betydning 3-års besøget har for forældrene.

### Afrunding

På baggrund af 3-års besøgenes effektivitet i fht. tidlig opsporing af under- og overvægt samt trivselsmæssige, motoriske og/eller sproglige vanskeligheder, anbefales det at der fortsat tilbydes 3-års besøg af sundhedsplejen i Slagelse Kommune. Her lægges også vægt på, at mange forældre finder besøget utrolig givende og føler de kommer omkring mange af de udfordringer de står med i hverdagen. Der skal dog fortsat arbejdes på, at forbedre handlingerne når der opspores et overvægtigt barn, så flere familier tager imod deltagelse i BOBU eller anden støtte fra sundhedsplejersken og at Sundhedsplejersken når ud med tilbuddet til flere familier med 3-årige børn.



## Referencer

- Sundhedsstyrelsen 2013: *Forebyggelsespakke-Overvægt*. Sundhedsstyrelsen. 24. juni 2013.
- Singh AS, Mulder C, Twisk JWR, van Mechelen W & Chinapaw MJM (2008): *Tackling of childhood overweight into adulthood: a systematic review of the literature*. Obesity. Vol. 9, pp. 474-488.
- Regeringens nationale sundhedsmål 2014: *Sundere liv for alle - Nationale mål for danskernes sundhed de næste 10 år*. Regeringen. Januar 2014.
- *Styrk børn og unges sundhed – Brug sundhedsplejerskernes kompetencer*. Dansk sygeplejeråd marts 2015.
- *Fremtidens sundhedspleje*. Holdningsnotat. KL – Social og sundhed 2016.

