



## Referat af møde i Vidensråd for Forebyggelse 15. marts 2012

**Til stede:** Morten Grønbæk (formand og mødeleder), Bente Klarlund Pedersen (næstformand), Anelli Sandbæk, Christian Mølgaard, Finn Diderichsen, Karina Marietta Nielsen, Kim Overvad, Kjeld Hermansen, Kristian Overgaard, Mogens Lytken Larsen, Pernille Due, Peter Lange, Philippe Grandjean og Annemarie Knigge.

**Fra sekretariatet:** Mette Lolk Hanak, Siff Malue Nielsen, Kirstine Krogholm og Eva Baadsgaard (referent).

Desuden deltog Jan Hartvigsen fra Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet under punkt 5.

**Afbud:** Ewa Roos og Merete Nordentoft.

### Pkt. 1. Velkomst og status

Formanden bød velkommen og gennemgik mødets dagsorden.

Annemarie Knigge orienterede om organisationsændringerne i Sundhedsstyrelsen, og at hun fratræder sin stilling. Observatørposten i Vidensrådet bliver fremover varetaget af Jette Jul Bruun.

Der blev givet en kort status på arbejdsgrupperne vedr. hhv. overvægt og seksuel sundhed samt arbejdet med "Håndbog i sund formidling".

Formanden orienterede om de øvrige temaer, der arbejdes med. Pernille Due har sagt ja til at være formand for en kommende arbejdsgruppe for arbejdet med "Mental sundhed", hvor indstillingen er, at der fokuseres på unge og unge voksne.

Formanden takkede for rådets bidrag til forslagene til målsætninger og billige interventioner.

Formanden orienterede om, at Vidensrådets hjemmeside er i luften, men først for alvor vil blive lanceret, når den første rapport offentliggøres.

### Pkt. 2. Tobaksafgifter og grænsehandel - rapportens hovedkonklusioner

Formanden redegjorde for baggrunden for rapporten, der undersøger sammenhængen mellem tobaksafgifter, tobaksforbrug, grænsehandel og statens provenu. Rapporten konkluderer, at det er svært at sige noget entydigt om sammenhængen mellem tobaksafgifter og grænsehandel. Det afhænger i høj grad af de forudsætninger, der lægges ind i beregningerne. Desuden er litteraturen sparsom og peger i forskellige retninger. Det konkluderes dog, at de unge er mere følsomme for prisstigninger.

Det blev bemærket, at man også i Forebyggelseskommissionen var kommet frem til, at chokpriser virker på unge, og afgiftsniveauet på tobak burde tages op under Danmarks EU-formandskab.

Rapporten planlægges publiceret i maj/juni. Den vil blive sendt til gennemsyn hos rådet inden lanceringen.



### **Pkt. 3. Stillesiddende adfærd - rapportens hovedkonklusioner**

Kristian Overgaard gennemgik rapportens hovedkonklusioner. Formålet har været at undersøge stillesiddende adfærd som en selvstændig risikofaktor uafhængig af fysisk aktivitet. Der er lande, der har konkrete nationale anbefalinger for at begrænse omfanget af stillesiddende adfærd. Rapporten er opdelt i børn/unge og voksne/ældre.

I forhold til børn og unge finder man ikke tilstrækkelig evidens for, at mere end 2 timer om dagen er forbundet med forøget helbredsæssig risiko sammenlignet med 2 eller færre timer. Og i forhold til voksne og ældre er der aktuelt ikke tilstrækkeligt baggrund i litteraturen til at formulere *kvantificerede* anbefalinger om reduktion af stillesiddende adfærd blandt voksne og ældre.

Rådets drøftede, om tv-kigning og skærmtid i dag er ensbetydende med stillesiddende adfærd, der er fx mange skærmudbud, hvor børn er aktive. Kristian Overgaard oplyste i den forbindelse, at der var tale om ældre studier.

Flere understregede, at tv-kigning er meget stillesiddende. Og at de madvaner, der ofte følger med tv-kigning, også kan indgå i argumentationen for at anbefale at begrænse tv-tiden.

Der blev henvist til forsigtighedsprincippet, som man bruger på miljøområdet. Her kan man godt komme med anbefalinger, selvom evidensen ikke er på højeste niveau.

Rapporten vil blive publiceret i slutningen af juni. Rådet får den til gennemsyn inden.

### **Pkt. 4. Kaffe og sundhed - rapportens hovedkonklusioner**

Kjeld Hermansen gennemgik rapportens hovedkonklusioner.

Der findes ikke nogen dokumenteret sammenhæng mellem kaffeforbrug og øget risiko for en række af de almindeligste kræftsygdomme, men det ser ud til, at der er en mulig beskyttende effekt i relation til kræft i lever, mundhule, svælg samt tyk- og endetarm.

Der er ikke påvist nogen sammenhæng mellem indtag af kaffe og udviklingen af iskæmisk hjertesygdom eller forhøjet blodtryk i observationsstudier. Nye studier tyder på, at kaffe kan reducere risikoen for blodpropper og blødning i hjernen med godt 10 %. Kogekaffe, stempel- og espressokaffe har i nogle observationsstudier fremkaldt en øgning i total- og LDL-kolesterol, mens filterkaffe ikke har denne virkning.

Kaffens koffein synes at nedsætte knoglemineralindhold og øge risikoen for osteoporotiske brud, hvis kalciumindtag er lavt i observationsstudier - 30 ml mælk pr. kop kaffe kan dog kompensere dette tab.

Både koffeinfri og koffeinholdig kaffe er associeret med nedsat risiko for type2-diabetes i befolkningsundersøgelser. 3-4 kopper pr. dag ser ud til at reducere risikoen for type2-diabetes med  $\geq 25\%$ .

Kaffeindtag har i befolkningsundersøgelser vist en overbevisende beskyttende sammenhæng med Parkinsons sygdom svarende til en risikoreduktion på ca. 25 %, og tilsvarende er kaffe associeret med en ca. 16 % mindsket risiko for udvikling af Alzheimers sygdom og demens. Observationsstudier tyder på, at et dagligt kaffeindtag har en beskyttende effekt imod depression og selvmord. Høj doser koffein kan have en umiddelbar angstfremkaldende virkning hos personer, der i forvejen har en angstlidelse.



Kaffedrikkere - der i en kortere periode har været uden kaffe - oplever på kort sigt en øgning i det kognitive præstationsniveau inden for områder som reaktionshastighed, årvågenhed, selektiv opmærksomhed og koncentration efter en koffeindosis svarende til indholdet i 1-5 kopper kaffe. Koffein synes derimod ikke at have nogen specifik effekt på indlæring eller hukommelse.

Et dagligt koffeinforgbrug svarende til < 3 kopper kaffe har i observationsstudier ingen betydning for evnen til at opnå graviditet eller risikoen for spontan abort, dødfødsel eller fostervækst. Det er usikkert, om et større forbrug kan have negativt graviditetsudfald, genetiske varianter af CYP1A2 og NAT2 kan have betydning for, om kaffe/koffein øger risikoen for negative graviditetsudfaldet.

Der blev spurgt, om der i konklusionen blev bakket op om anbefalingen af maksimalt 3 kopper kaffe til gravide? Det gør der, men Kjeld Hermansen foreslog at verificere det endnu en gang med Bodil Hammer Bech, der har ekspertisen på området.

Det blev bemærket, at det ikke var realistisk at efterspørge interventionsstudier i konklusionen, når der er tale om langtidseffekter på kroniske sygdomme.

Der blev desuden gjort opmærksom på, at den nye kaffekultur har en del kaffetyper med meget højt kalorieindhold.

Der blev opfordret til at lave en meget klar formidling af konklusionerne som "Det er dybest set uskadeligt at drikke kaffe" eller "Der er ikke meget skidt at sige om kaffe".

Rådets bemærkninger vil blive inddraget i det afsluttende arbejde, og næste skridt bliver et møde om formidlingen af rapportens konklusioner.

Rapporten forventes lanceret i starten af maj, og vil blive sendt til rådets til gennemsyn inden.

#### **Pkt. 5. Lidelser i bevægeapparatet - godkendelse af kommissorium**

På rådsmødet i december blev det besluttet at igangsætte et arbejde vedr. nedslidning/lidelser i bevægeapparatet med Ewa Roos som formand. Medlem af arbejdsgruppen Jan Hartvigsen fra Syddansk Universitet gennemgik arbejdsgruppens forslag til kommissorium på afbud fra Ewa Roos, som var i udlandet.

Arbejdsgruppen består af Ewa Roos, Jan Hartvigsen og Karen Søgaard. Peter Aaggard fra sekretariatet er projektleder.

I kommissoriet foreslås tre fokusområder:

1. En sundhedsøkonomisk analyse af lidelser i bevægeapparatet i Danmark - cost-of-illness, som udarbejdes af en ekstern leverandør
2. En begrebsafklaring og definition af lidelser i bevægeapparatet - en inviteret workshop med efterfølgende publikation.
3. Intervention, forebyggelse og behandling - en rapport

Rådet udtrykte opbakning til arbejdet med forebyggelse af lidelser i bevægeapparatet, men havde følgende forslag til ændringer og præciseringer i kommissoriet:



- > Kommissoriet skal afspejle, at projektets fokus er på interventionsdelen og på forebyggelse af lidelser i bevægeapparatet og kun i mindre grad behandling. Dette skal også fremgå af titlen.
- > Det skal nøje overvejes, om begrebsafklaring og definition er en opgave for Vidensrådet. Flere medlemmer gav udtryk for, at et sådant arbejde snarere bør ligge i de relevante faglige selskaber.
- > Vedr. den sundhedsøkonomiske analyse skal det overvejes om en cost of illness-analyse er dækkende

Der var enighed om, at der skal arbejdes videre med kommissoriet, når Ewa Roos er hjemme igen, og at arbejdsgruppen med fordel kan suppleres med yderligere kompetencer. Et revideret kommissorium forelægges Vidensrådet enten pr. mail eller på rådsmødet i juni.

#### **Pkt. 6. Konference om sundhedsadfærd**

Formanden orienterede om planerne om en konference i efteråret. I den forbindelse er der brug for en referencegruppe med deltagelse af rådsmedlemmer.

Consumer empowerment i EU blev nævnt som noget, der kunne være relevant at kigge på.

Anneli Sandbæk, Finn Diderichsen, Pernille Due og Morten Grønbæk meldte sig til referencegruppen.

#### **Pkt. 7. Opdatering af rapporter**

Det blev drøftet, om opdatering af Vidensrådets rapporter skal være en fast procedure, såfremt Vidensrådet fortsætter efter de tre år, og forskellige muligheder blev diskuteret.

Det blev foreslået at lave en årlig gennemgang af listen over rapporter ifm. drøftelse af det kommende års arbejdsplan, hvor man kan tage stilling til, om der er noget, der skal opdateres.

#### **Pkt. 8. Ideer til kommende aktiviteter og temaer**

- > Maratonløb - eller mere generelt de mest udbredte sportsgrene som løb og fodbold
- > Rygning på film
- > Sundhedstjek
- > "Programmering"/ den gravides sundhed

Desuden blev det foreslået at se nærmere på KL's "Det nære sundhedsvæsen".

#### **Pkt. 9. Eventuelt**

Der blev gjort opmærksom på et seminar om ernæring og ADHD i maj.

Formanden takkede for endnu et godt rådsmøde.