



**Praxisundersökning för projektet "Mat vid fetma",  
Hösten 2012**

**Ger du kostråd till patienter med fetma?**

- Ja  
 Nej

**Om ja, ger du huvudsakligen kostråd till:**

- Barn och ungdomar  
 Vuxna

**Ange hur ofta du ger råd om olika kosten/dieter. Sätt ett kryss på linjen.**

**Kost med lågt glykemiskt index (Låg-GI kost)**

**Råd**

|\_\_\_\_\_||  
Alltid Aldrig

**Måttlig lågkolhydratkost (30-45 energiprocent kolhydrater)**

**Råd**

|\_\_\_\_\_||  
Alltid Aldrig

**Medelhavskost**

**Råd**

|\_\_\_\_\_||  
Alltid Aldrig

**Extrem lågkolhydratkost (10-20 energiprocent kolhydrater, t.ex. LCHF [low-carbohydrate high-fat])**

**Råd**

|\_\_\_\_\_||  
Alltid Aldrig

**Lågkaloripulver (VLCD/LCD: Nutrilett, Modifast, Allévo, Naturdiet etc.)**

**Råd**

|\_\_\_\_\_||  
Alltid Aldrig

**Annat, ange vad? .....**

.....

**Sätt ett kryss på linjerna för hur ofta du spontant tar upp följande till diskussion och om du rekommenderar ökning eller minskning. Linjerna anger en glidande skala.**

**Portionsstorlek**

Disk |-----|  
Alltid Aldrig

Rek |-----|  
Öka Minska

**Grönsaker, rotfrukter (exkl potatis) och baljväxter**

Disk |-----|  
Alltid Aldrig

Rek |-----|  
Öka Minska intaget

**Potatis**

Disk |-----|  
Alltid Aldrig

Rek |-----|  
Öka Minska intaget

**Frukt och bär**

Disk |-----|  
Alltid Aldrig

Rek |-----|  
Öka Minska intaget

**Spannmålsprodukter (bröd, mjöl, gryn, pasta, ris etc.)**

Disk |-----|  
Alltid Aldrig

Rek |-----|  
Öka Minska intaget

**Fullkorn**

Disk |-----|  
Alltid Aldrig

Rek |-----|

	Öka	Minska intaget
<b>Magra mejeriprodukter exempelvis mjölk, grädde, ost</b>		
Disk	-----	
	Alltid	Aldrig
Rek	-----	
	Öka	Minska intaget
<b>Fetare mejeriprodukter exempelvis mjölk, grädde, ost</b>		
Disk	-----	
	Alltid	Aldrig
Rek	-----	
	Öka	Minska intaget
<b>Vegetabiliska fetter för matlagning, bakning och smörgås</b>		
Disk	-----	
	Alltid	Aldrig
Rek	-----	
	Öka	Minska intaget
<b>Smör för matlagning, bakning och smörgås</b>		
Disk	-----	
	Alltid	Aldrig
Rek	-----	
	Öka	Minska intaget
<b>Charkuteriprodukter</b>		
Disk	-----	
	Alltid	Aldrig
Rek	-----	
	Öka	Minska intaget
<b>Rent kött</b>		
Disk	-----	
	Alltid	Aldrig
Rek	-----	
	Öka	Minska intaget

### Fisk och skaldjur

Disk |-----|  
Alltid Aldrig

Rek |-----|  
Öka Minska intaget

### Alkoholhaltiga drycker

Disk |-----|  
Alltid Aldrig

Rek |-----|  
Öka Minska intaget

### Byta ut sockersötade drycker mot drycker sötade med sötningsmedel

|-----|  
Alltid Aldrig

### Känner du osäkerhet kring vilka kostråd som är evidensbaserade vid viktminskningsbehandling?

|-----|  
Alltid Aldrig

### Ifrågasätts de kostråd du ger, av dina patienter?

|-----|  
Alltid Aldrig

### Vad är det vanligaste som ifrågasätts? (flera alternativ kan kryssas för)

- Andelen fett och kolhydrater i kosten
- Kaloriintagets betydelse för vikten
- Potatis, bröd, ris och pasta
- Smör, ost och grädde
- Vegetabiliska fetter såsom olja och margariner
- Grönsaker, rotfrukter och baljväxter
- Fukt och bär
- Kött
- Charkuteriprodukter
- Fisk och skaldjur
- Lightdrycker (drycker sötade med sötningsmedel)
- Alkoholhaltiga drycker

**Något om dig själv**

Vi vill kartlägga om de praxisvariationer som kan förekomma kan knytas till kön, yrke, var man arbetar och när/var man fått sin grundutbildning

**Kön**

Man  Kvinna

**Yrke**

Läkare  Sjuksköterska  Sjuksköterska inom barn/mödrahälsovård  Dietist

**Arbetar i/vid**

Primärvård  Medicinklinik  Barn/ungdomsklinik

Annan arbetsplats.....

**När avslutade du din grundutbildning till ditt nuvarande yrke?**

Före 1980  På 1980-talet  På 1990-talet  På 2000-talet

**Inom vilken sjukvårdsregion genomgick du merparten av din grundutbildning?**

Norra  Uppsala-Örebro  Stockholm-Gotland  Sydöstra  Västra  Skåne  
 Östergötland  Västmanland  Gästrikland  Dalarna

**När fick du senast fortbildning om kostråd vid fetma?**

Senaste året  1 till 5 år sedan  6 till 10 år sedan  Mer än 10 år sedan  
 Har aldrig fått någon sådan fortbildning

**I vems regi?**

Plats för svar.....

Kommer inte ihåg

**Varmt tack för att Du tog dig tid att besvara dessa frågor!**