
Langtidsresultat ved livsstilsintervensjon i grupper

ARTIKKEL

THIIS-EVENSEN E

HOFF G

JOHANNESSEN Ø

Sammendrag

Ved Telemark sentralsjukehus har vi i fem år drevet veiledningsgrupper, kolesterolkurs, for personer som enten har hjerte- og karsykdom eller som har høy risiko for utvikling av dette. 156 tidligere deltakere ble invitert til en etterkontroll to til fem år etter at de hadde avsluttet kurset. Formålet med etterkontrollen var å påvise en eventuell langtids effekt av livsstilsintervensjonen. Totalkolesterol verdien ved etterkontroll var lavere enn før kursdeltakelse. Vekten var uendret fra før deltakelse. Det var en liten reduksjon i antall røykere. Deltakere med koronarsykdom angav å mosjonere mer ved etterkontrollen enn før deltakelse i kurset. Deltakerne opplevde kurset som bra for sin helse.

Publisert: 20. mai 1997. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 21. juli 2026.