

Suomen Lihavuustutkijat ry JÄSENKIRJE 1/2009

- Puheenjohtajan terveiset
 - Palkintojuhlaa syysseminaarissa
 - Jäsenmaksut
 - Sähköpostilista / Muutokset yhteystiedoissa
 - Tietoa matka-apurahojen hakemisesta
 - Yhdistyksen kevätseminaari ja vuosikokous
 - Kansainvälinen kongressikalenteri
 - Lihavuustietoa netissä
 - Väitöksiä
-

Puheenjohtajan terveiset

"Mitä pitempi vyö, sitä lyhempi elämä". Tämä jo 1950-luvulla Lihavuuden vastustamisyhdistyksen julkaiseman kirjan nimi on sittemmin todistettu oikeaksi monessa tutkimuksessa. Olemme viimeaikoina oppineet myös, että jos vyötä kiristää pysyvästi, elämä pitenee. Näihin myönteisiin uutisiin ovat olleet osallisena lihavuuden kirurgisen hoidon tulokset. Media on tarttunut aiheeseen, ja kansalliset ja kansainväliset asiantuntijat ovat aloittaneet kiivaan keskustelun hoidon parhaasta järjestämisestä ja resurssien kohdentamisesta. Lihavuuden hoito vaatii terästyymistä kaikilla hoidon portailla – erityisesti perustasolla. Näihin teemoihin palaamme kevään seminaarissa: "Lihavuuden hyvä hoito", joka järjestetään 12.5.2009 Helsingissä. Ohjelma jäljempänä tässä jäsenkirjeessä.

Lihavuustutkijat ovat olleet aktiivisia ja yhdistyksen toiminta vilkasta. Jäsenmäärämme kasvoi viime vuonna lähes 30 uudella jäsenellä. Järjestimme vuonna 2008 yhteensä neljä seminaaria. Folkhälsanilla järjestetyn kevätkokouksen aiheena oli "Ruoka ja mieli". Kesäkokouksessa Valiolla pohdittiin lihavuusmyyttejä alan huippuasiantuntijoiden (Stephan Rössner Ruotsista ja Aila Rissanen HUSin Lihavuustutkimusyksiköstä) kanssa. Loppukesän raviilla maustetussa viikonloppuseminaarissa nautimme kansainvälistä tutkimusantia metabolisesta oireyhtymästä Tampereen Diabeteskeskuksessa. Syysseminaari houkutteli Sydänliitossa täydet salit aiheella "Lasten lihavuus". Lihavuustutkijat ovat verkostoituneet sisarjärjestöjen kanssa. Viime vuoden seminaareista ensimmäinen ja viimeinen järjestettiin yhdessä Suomen Ravitsemustieteen yhdistyksen ja Tampereen kesäkokous Suomen diabetestutkijat ja diabetologit – yhdistyksen kanssa.

Lihavuustutkijoilla riittää puuhaa kuluvana vuonnakin. Lihavuuden Käypä hoito – suosituksen päivitys alkaa, ja monet meneillään olevat projektit etenevät. Me lihavuustutkijoiden hallituksessa kuulemme mielellämme Suomessa käynnissä olevista ja suunnitteille tulevista hankkeista. On yhteinen etumme, että tieto kulkee.

Tervetuloa mukaan yhteisen missiomme, lihavuuden ehkäisyn ja hyvän hoidon toteuttamisessa!

Kirsi Pietiläinen
HUS, Lihavuustutkimusyksikkö

Palkintojuhlaa syysseminaarissa

Suomen Lihavuustutkijat ry myöntää vuosittain **Painonhallintapalkinnon** painonhallintaa edistävästä toiminnasta, joka perustuu tutkittuun tietoon lihavuuden ehkäisystä tai hoidosta ja tavoittaa suuren joukon suomalaisia. Vuoden 2008 palkinnon sai Turun kaupungin lasten ja nuorten liikunnan lisäämiseen tähtäävät Lasten liikunnan ihmemaan sekä Koulut liikkeelle – hanke.

Lasten liikunnan ihmemaa on vuodesta 2003 kerännyt 1-12-vuotiaita lapsia perheineen liikkumaan erilaisten välineiden ja vempeleiden ihmemaassa. Koulut liikkeelle – hanke aloitettiin vuonna 2004. Sen tavoitteena on koululaisten koulupäivän aikaisen liikkumisen lisääminen, jota tavoitellaan lapsilähtöisesti koulujen toimintaprosesseja ja – ympäristöjä muokkaamalla. Koulupäivän rakennetta, välitunteja, pihaolosuhteita, koulumatkoja ja iltapäivätoimintaa on kehitetty päivittäistä aktiivisuutta tukevaksi.

Laihdutuslimbo -antipalkinto myönnetään tuotteelle, johon liitettyjä väittämiä ja tehoa ei ole tieteellisesti vahvistettu tai jonka laihduttava vaikutus on nykytietämyksellä mahdoton. Vuoden 2008 antipalkinnon saajaksi valittiin yön ajaksi jalkapohjiin kiinnitettävät Lipo-Slim – tyynyt, joita markkinoidaan ilmaisjakelumainoksilla. Tuote täyttää hyvin humpuukituotteen kriteerit. Tuotteen luvataan laihduttavan jopa 44 kg neljän kuukauden aikana. Mainoksen mukaan jalkapohjassa on ”aukko”, jonka kautta elimistöä voidaan imeä rasvaa pois. Humpuukituotteelle tyypillisesti todetaan, että liikunta tai ruokavalio on tarpeettomia – ja tätä kuuria voi toteuttaa nukkuessa.

Palkinnot julkistettiin 13.11.2008 syysseminaarissa, jonka Lihavuustutkijat ry järjesti yhteistyössä Suomen Ravitsemustieteen tutkijat ry:n kanssa.

Syysseminaarin yhteydessä järjestettiin **väitöskirjakilpailu**, johon osallistuneen kolmen finalistin esitykset kuultiin seminaarin alkajaisiksi. Kilpailuun osallistuivat Anna Kotronen työllään ”Maksan rasvoittuminen metabolisessa oireyhtymässä ja tyypin 2 diabeteksessa”, Susanna Kautiainen työllään ”Overweight and obesity in adolescence – secular trends and associations with perceived weight, sociodemographic factors and screen time” sekä Tea Lallukka työllään ”Associations among working conditions and behavioral risk factors”. Kilpailun voittajaksi valittiin Susanna Kautiainen, joka palkittiin voitostaan matkapurahalla.

* **Vuoden 2009 painonhallintapalkinto ja laihdutuslimbo** jaetaan yhdistyksen syyskokouksessa 2009. Jäsenistö voi ehdottaa palkinnonsaajaa hallitukselle sähköpostitse.

Ovatko yhteystietosi muuttuneet?

Jos yhteystietosi muuttuvat (katuosoite tai sähköposti), ilmoitathan siitä yhdistyksen sihteeri Susannalle (yhteystiedot tiedotteen yläosassa). Erityisen tärkeää on pitää ajan tasalla sähköpostiosoitteesi, koska kaikki yhdistyksen jäsentiedotus tapahtuu nykyään sähköpostitse ja/tai nettisivujen välityksellä.

JÄSENMAKSUINFOA!

Vuoden 2009 jäsenmaksun **eräpäivä on 13.3.2009. Maksathan jäsenmaksusi siihen mennessä!**

Jäsenmaksu maksetaan tilille Nordea 206518 – 136588.

Jäsenmaksun suuruus on **25 €** (opiskelijoilta **15 €**).

Muistathan laittaa laskun viitetietoihin nimesi. Tämä on erityisen tärkeää siinä tapauksessa, että maksaja on joku muu kuin jäsen itse!

Jäsenetuina:

- Sähköpostilistan kautta ajankohtaista tietoa lihavuustutkimuksen laajasta rintamasta
- Kevät- ja syysseminaarit ja mahdollisia muita kokouksia ILMAISEKSI
- IASOn ja EASOn jäsenyys sekä jäsenalennus IASOn/EASOn kongressimaksuista
- Jäsenkirje (sähköpostitse)
- Apurahat

Lihavuustutkijoiden matka-apurahojen hakemisesta

Hallitus on päättänyt myöntää vuonna 2009 haettavaksi kuusi 400€ matka-apurahaa (yhteensä 2400€). Matka-apurahoja voi hakea jatkuvasti. Anomukseen tulee liittää mukaan kongressiin lähetetty tai suunnitella oleva abstrakti ja selvitys muusta rahoituksesta. Vapaa-muotoinen apuraha-anomus lähetetään lihavuustutkijoiden sihteeri Susanna Kautiaiselle. Matka-apurahoista päätetään hallituksen kokouksissa. Seuraavan kerran hallitus kokoontuu 12.3.2009. Myönnetyistä apurahoista ilmoitetaan henkilökohtaisesti. Apuraha maksetaan saajan tilille, kun hän toimittaa tiedon abstraktin hyväksymisestä kongressiin yhdistyksen sihteerille. Matka-apurahan saajan on toimitettava matkakertomus kustannusselvityksineen lihavuustutkijoiden hallitukselle kuukauden kuluessa matkan jälkeen.

Sähköpostilistalle ajankohtaisia asioita

Jos haluat tiedottaa lihavuustutkimukseen ja -koulutukseen liittyvistä asioista, se onnistuu yhdistyksemme sähköpostilistan avulla niin, että lähetät asiiasi sähköpostitse ensin Susannalle (yhdistyksen sihteeri), joka sitten välittää asian sähköpostilistalaisille. Perinteinen jäsenkirje postitetaan pari kertaa vuodessa, mutta sähköpostilistan välityksellä voi infoa lähettää aina kun se on tarpeen.

Yhdistyksen hallitus päätti kokouksessaan 17.12.2008, että yhdistyksen kannattajajäsenet saavat kerran vuodessa lähettää jäsenistölle sähköistä materiaalia yhdistyksen sihteerin välityksellä. Tarvittaessa hallitus hyväksyy materiaalin. Lisäksi kannattajajäsenille tarjotaan mahdollisuutta laittaa logonsa sähköiseen jäsenkirjeeseen.

Yhdistyksen kevätseminaari ja vuosikokous

Varaa kalenteristasi iltapäivä Suomen Lihavuustutkijoiden kevätseminaarille ja yhdistyksen vuosikokoukselle! Kevätseminaari ja yhdistyksen vuosikokous järjestetään **tiistaina 12.5.2009** Helsingissä klo 15.30 alkaen.

Kevätseminaarin aiheena on **lihavuuden hoito**. Seminaarin ohjelma alla - seminaaripaikasta ja ilmoittautumisesta tiedotetaan myöhemmin yhdistyksen jäsenpostilistalla ja nettisivuilla.

Yhdistyksen vuosikokous järjestetään kevätseminaarin yhteydessä alkaen klo 18.30. Kokouksessa käsitellään mm. toimintakertomus- ja suunnitelma sekä hallituksen kokoonpano tulevalle vuodelle. Tule vaikuttamaan yhdistyksemme toimintaan! Ennakkoilmoittautumista vuosikokoukseen ei tarvita.

"Lihavuuden hyvä hoito" -seminaari 12.5.2009

- 15.30–16.00 Lihavuuden perushoito ja lääkkeet
(dosentti Kirsi Pietiläinen, HYKS, Lihavuustutkimusyksikkö)
 - 16.00–16.30 Elintapojen muutosprosessi ja potilaan motivointi
(ravitsemusterapeutti Anette Palssa, Suomen Terveystalo)
 - +15 min keskustelu
 - 16.45–17.15 Kahvitauko
 - 17.15–17.45 Lihavuuden hoito erikoissairaanhoidossa, endokrinologin näkökulma
(dosentti, osastonylilääkäri Timo Sane, HYKS, Endokrinologian klinikka)
 - 17.45–18.15 Lihavuuden hoito erikoissairaanhoidossa, kirurgin näkökulma
(dosentti, osastonylilääkäri Marja Leivonen, HYKS, Peijaksen sairaala)
 - + 15 min keskustelu
 - 18.30 - Lihavuustutkijat ry:n vuosikokous
-

Suomen Lihavuustutkijat ry, The Finnish Association for the Study of Obesity (FASO) www.suomenlihavuustutkijat.fi

Puheenjohtaja: Kirsi Pietiläinen (s-posti: kirsi.pietilainen@helsinki.fi), puh. 050 599 2295

Sihteeri: Susanna Kautiainen (s-posti: susanna.kautiainen@uta.fi), puh. 03 3551 6011

Kansainvälinen kongressikalenteri

Inaugural EASO Björntorp Symposium

24.-27.3.2009, Prague, Czech Republic

Email: enquiries@easoobesity.org

3rd International Congress on Prediabetes and the Metabolic Syndrome

1-4.4.2009, Nice, France

<http://www2.kenes.com/Prediabetes/pages/home.aspx>

EASL 2009, the 44th Annual Meeting of the European Association for the Study of the Liver (EASL)

April 22 – 26, Copenhagen, Denmark

<http://www2.kenes.com/liver-meeting/pages/home.aspx>

17th European Congress on Obesity (ECO)

06.05.–09.05.2009, Amsterdam, The Netherlands

<http://www.easoobesity.org/eco2009/>

8th International symposium on obesity and related diseases (ISORD)

21-23.5.2009, Albena, Bulgaria

<http://www.isord2009.com/>

18th Annual Meeting of the European Childhood Obesity Group (ECOG)

5.-7.6.2009, Porto, Portugal

http://www.skyros-congressos.com/n_congressos.asp?id=90

Nordic Obesity Meeting (NOM)

17.-18.9.2009, Oslo, Norway

http://www.nfff.no/html/NOM_2009.pdf

19th International Congress of Nutrition 2009:

4.-9.10.2009, BITEC, Bangkok Thailand

<http://www.icn2009.com/>

IDF 2009: 20th World Diabetes Congress

18.-22.10.2009, Montreal, Canada

<http://www.worlddiabetescongress.org/>

The Obesity Society's 2009 Annual Scientific Meeting (NAASO)

24.-28.10.2009, Washington D.C, USA

<http://www.obesity.org/>

11th International Congress on Obesity (ICO)

11.07.–16.07.2010 Stockholm, Sweden

<http://www.ico2010.org>

* Lisää kongresseja ja kokouksia mm. Obes Facts –lehden vuoden 2008 viimeisessä numerossa (nro 6). Lehti on vapaasti luettavissa osoitteessa

<http://content.karger.com/ProdukteDB/produkte.asp?Aktion=JournalHome&ProduktNr=233731>

Lihavuustietoa netissä

SCOPE - the Specialist Certification of Obesity on lihavuuden hoidon koulutusohjelma, joka on nyt internetissä online! <http://www.scope-online.org/online.htm>

The Global Alliance for the Prevention of Obesity and Related Chronic Disease: www.preventionalliance.net

Suomen Lihavuustutkijat ry, The Finnish Association for the Study of Obesity (FASO) www.suomenlihavuustutkijat.fi

Puheenjohtaja: Kirsi Pietiläinen (s-posti: kirsi.pietilainen@helsinki.fi), puh. 050 599 2295

Sihteeri: Susanna Kautiainen (s-posti: susanna.kautiainen@uta.fi), puh. 03 3551 6011

Eu-rahoitteinen ohjelma: Health Promotion through Obesity Prevention Across Europe.

<http://www.hopeproject.eu/>.

DIETS: Dietitians Improving the Education and Training Standards for dietitians across Europe.

<http://www.thematicnetworkdietetics.eu/everyone>.

Yhdistyksemme omat nettisivut löytyvät osoitteesta <http://www.suomenlihavuustutkijat.fi>. Olemme juuri päivittämissä nettisivuja, joten pian niistä löytyy ajantasaista tietoa uudenaikaisen ulkoasun siivittämänä.

Kiinnostavia blogeja:

<http://www.drsharma.ca/>

<http://www.bmimedical.blogspot.com/>

Ilmoita meille lisää mielenkiintoisia nettisivuja!

Väitöksiä

- ETM Tarja Kinnusen epidemiologian alaan kuuluva väitöskirja Prevention of Excessive Pregnancy-Related Weight Gain (Raskauteen liittyvän liiallisen painonnousun ehkäisy) tarkastettiin 7.2.2009 klo 12 Tampereen yliopistossa. Vastaväittäjänä on professori Aila Rissanen Helsingin yliopistosta. Kustoksena toimii professori Suvi Virtanen.
- M.Sc. Alfredo Ortega-Alonson gerontologian alan väitöskirjan ""Genetic Effects on Obesity, Mobility and their Association in Older Female Twins"" (Geneettiset vaikutukset liikkuvuuteen, ylipainoon ja niiden yhteyteen) tarkastettiin 6.2.2009 Jyväskylän yliopistossa. Vastaväittäjänä professori, Ph.D. Berit Lilienthal Heitman, Institute of Preventive Medicine, Kööpenhamina ja kustoksena on professori Taina Rantanen Jyväskylän yliopistosta
- LL Susanna Kautiaisen epidemiologian alaan kuuluva väitöskirja "Overweight and obesity in adolescence – secular trends and associations with perceived weight, sociodemographic factors and screen time (Nuorten ylipainoisuus ja lihavuus – ajallinen kehitys ja yhteydet painon kokemiseen, sosiodemografisiin tekijöihin ja ruutuaikaan)" tarkastettiin 10.10.2008 Tampereen yliopistossa. Vastaväittäjänä toimi dosentti Päivi Rautava Turun yliopistosta ja kustoksena professori Suvi Virtanen
- ETM Taru Pilven farmakologian alaan kuuluva väitöskirja "Effects of dairy proteins and calcium on diet-induced obesity in mice" (Maitoproteiinien ja kalsiumin vaikutus ravintoperäisen lihavuuden hiirimallissa) tarkastettiin 31.10.2008 Helsingin yliopistossa. Vastaväittäjänä toimi prof. Hannu Mykkänen Kuopion yliopistosta ja kustoksena prof. Riitta Korpela.
- LL Pekka Tolosen kirurgian alan väitöskirja "Laparoscopic adjustable gastric banding for morbid obesity" (Mahapanta sairaalloisen lihavuuden hoidossa) tarkastettiin Oulun yliopistossa 19.9.2008. Vastaväittäjänä Dosentti Matti Pääkkönen, Kuopion yliopistosairaala ja kustoksena Professori Jyrki Mäkelä
- TTM Maija Hassisen liikuntalääketieteen alaan kuuluva väitöskirja "Predictors and Consequences of the Metabolic Syndrome - Population-based Studies in Aging Men and Women" (Metabolista oireyhtymää ennustavat tekijät ja seuraukset - väestötutkimus ikääntyvillä miehillä ja naisilla) tarkastettiin Kuopion yliopiston lääketieteellisessä tiedekunnassa perjantaina 4.7.2008. Vastaväittäjänä toimi dosentti Katriina Kukkonen-Harjula UKK-instituutista ja kustoksena professori Rainer Rauramaa Kuopion yliopistosta.
- FM Anna-Kaisa Purhosen väitöskirja molekulaarisen lääketieteen alaan kuuluva väitöskirja "Signals arising from the gastrointestinal tract that affect food intake" (Syömiseen vaikuttavat mahasuolikanavan signaalit) tarkastettiin Kuopion yliopistossa 9.5.2008. Vastaväittäjänä toimi Professori Graham Dockray, Liverpoolin yliopistosta ja kustoksena Professori Karl-Heinz Herzig, Kuopion yliopistosta.

Onnittelut väitelleille!
