



BOGANMELDELSE:

”Klima & Sundhed”

– en nødvendig bog til almen praksis

”Klima & Sundhed” leverer evidens, konkret inspiration og motiverende eksempler til den praktiserende læge, der ønsker at forene høj sundhedsfaglig kvalitet og grøn ansvarlighed.

En 62-årig kvinde, tidligere rask, møder op i klinikken med forværret astma. Hun har de seneste somre oplevet flere dage med vejrtrækningsbesvær, især under heдебølger og perioder med høj luftforurening. Hendes symptomer forværres, og hun har fået flere antibiotikakure for luftvejsinfektioner. Hun spørger, om det kan have noget med klimaet at gøre – og hvad kan vi gøre?

En ny patient i venteværelset

Denne patient er ikke unik. Global opvarmning presser sig på i vores kliniske hverdag. I de kommende år vil vi se flere patienter, hvis helbred påvirkes af varme, luftforurening, vektorbårne sygdomme (f.eks. borreliose) og psykisk belastning, som er relateret til aktuelle klimaforandringer.

Vi forventes at få flere varmestressrelaterede tilfælde, især blandt ældre og socialt udsatte grupper. Patienter med kroniske lidelser oplever hyppi-

gere eksacerbationer. Det gælder f.eks. patienter med allergier (længere pollensæson), astma, KOL og hjerte-kar-sygdomme. I almen praksis har vi en dobbelt rolle: Vi er frontmodtager af klimaforandringernes sundhedsmæssige konsekvenser, men vi deltager også aktivt i at udvælge løsninger til disse gennem bæredygtig praksis.

Fokus på klinisk relevans

Bogen ”Klima & Sundhed” formår at samle ny forskning og grundlæggende viden om forbindelsen mellem klima og sundhed, og den gør det med et solidt fokus på klinisk relevans. Forfatterne formidler komplekse sammenhænge mellem klimaforandringer og folkesundhed på en måde, der er let at omsætte til praksis. Det er en

styrke, at bogen ikke blot beskriver problemerne, men også peger på løsninger: fra konkrete forslag til klimavenlige behandlingsvalg til inspiration om grøn klinikdrift og bæredygtige patientforløb.

Bogen er også god til at fremhæve almen praksis’ unikke rolle. Vi står for 88 % af medicinudskrivningen, som igen udgør 48 % af almen praksis’ klimaaftryk. Dermed har vi et stort potentiale for at reducere sundhedsvæsenets klimaaftryk. Samtidig er der fokus på, at bæredygtige løsninger ofte også gavner patienten, f.eks. færre unødvendige behandlinger og mere fokus på forebyggelse og ikke-medicinske indsatser.

En tør pulverinhalator kan reducere CO₂-udledning med 90 % sammenlignet med gasdrevne inhalatorer – et

TIPS TIL EN BÆREDYGTIG PRAKSIS

- Indfør affaldssortering, miljøcertificerede rengøringsmidler og energirigtige løsninger i klinikken. Udskift engangs- med flergangsprodukter (f.eks. spejler).
- Vælg el fra vedvarende energi, minimer papir- og plastforbrug, og køb miljøvenlige forbrugsvarer til klinikken.
- Gør grøn praksis synlig: Informer i venteværelset om bæredygtighedstiltag, grøn livsstil og motiver til klimavenlige valg.
- Sæt fokus på kollegial sparring om klimaaftryk og kollektiv klinikledelse; det forankrer indsatsen og inspirerer øvrige praksisser.
- Skab lærende miljøer med kolleger om rationel, grøn drift og erfaringsudveksling, f.eks. gennem DSAM’s klyngepakker og Grøn Praksis.

konkret skift med klinisk og klimamæssig betydning. Reduktion af unødvendig brug af antibiotika mindsker både klimaaftryk og risikoen for resistensudvikling, som er en væsentlig trussel mod fremtidig behandling.

MEDICINGENNEMGANG

- Vægt klima- og miljøpåvirkning, sammen med effekt, bivirkninger og pris, ved valg af lægemidler.
- Overvej livscyklusanalyse (LCA) for medicinske produkter, når data findes, eller vælg produkter med lavere dokumenteret klimaaftryk (f.eks. inhalator med tørpulver frem for HFC-spray).
- Gennemgå patientens medicin for at identificere unødvendige præparater og vurdere muligheden for at skifte til mere bæredygtige alternativer.
- Informer og involver patienten i betydningen af at vælge rationelle, grønne farmakoterapeutiske løsninger.

Polyfarmaci og medicingennemgang

En 75-årig mand kommer til årskontrast. Han har hypertension, type 2-diabetes og mild KOL. Han har otte præparater på sin medicinliste, bl.a. to blodtrykssænkende, metformin, statin, et NSAID mod slidgigt og et antidepressivum fra tidligere forløb. Han klager over diffuse mavesmerter og utilpashed.

Ud fra en kritisk medicingennemgang, inspireret af bogen, vurderer du først, om der fortsat er indikation for alle præparaterne. Her identificerer du, at NSAID kan undværes ved gradvis aftrapning til fordel for non-far-

makologiske tiltag (f.eks. fysioterapi), hvilket både minimerer risikoen for bivirkninger og reducerer miljøaftryk, da NSAID hyppigt ses i spildevand og har dokumenteret miljøpåvirkning. Statinen kan måske seponeres, hvis der er kort forventet restlevetid eller lav kardiovaskulær risiko. Antidepressivum vurderes sammen med patienten. Langvarig brug uden aktuel indikation øger både risikoen for bivirkninger og unødigt medicinbelastning for miljøet.

DIAGNOSTIK

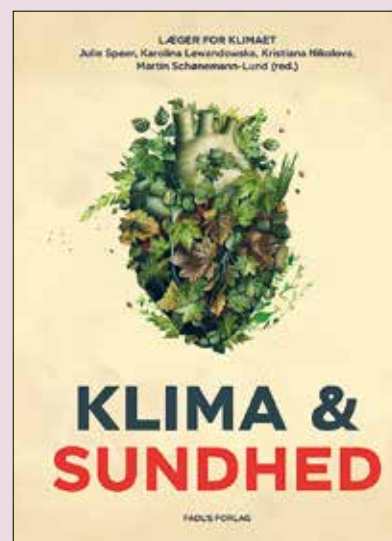
- Identificér, hvad der kan undlades uden tab af patientværdi (f.eks. undgå rutinetests og behandlinger uden dokumenteret gavn).
- Følg "Vælg Klogt"-kampagnens anbefalinger om ikke at teste eller behandle unødvendigt.
- Diskutér med kolleger, hvad der kan gøres mindre (ikke blot mere) af som led i en bæredygtig praksiskultur.

Overdiagnostik og overbehandling

Bogen problematiserer den store klimabelastning fra unødvendig klinisk aktivitet. Det anslås, at op mod 40 % af sundhedsvæsenets aktivitet kan være af lav eller ingen værdi for patienten, og at dette ikke blot betyder overbehandling og risici, men også unødigt CO₂-udledning. Overdiagnostik og overdreven brug af billeddiagnostik og rutinemæssige helbredstjek af raske patienter har f.eks. et betydeligt klimaaftryk uden at forbedre sundheden. ●

”

Bogen "Klima & Sundhed" formår at samle ny forskning og grundlæggende viden om forbindelsen mellem klima og sundhed, og den gør det med et solidt fokus på klinisk relevans.



TITEL: Klima & Sundhed
FORFATTERE: Julie Speer, Karolina Lewandowska og Kristiana Nikolova
FORLAG: FADL's Forlag
ANTAL SIDER: 128
UDGIVELSEÅR: 2025