

I samarbejde med Sundhed.dk, Danske Regioner og en lang række patientforeninger.

VIDEN OM SUNDHED

helse

65. årgang

FÅ INSPIRATION TIL

**Et liv i
meningsfuld
balance**

.....

Fokus

Den rette
behandling på
rette tid

.....

Artikelserie

Om emner, der berører
vores allesammens
hverdag

**Danmarks
mest læste
sundhedsmagasin!**

1. halvår 2018: 330.000 læsere.

Kilde: Index DK/Gallup

Tema-
oversigt
2019

Helse: nyheder motion sundhed mad familieliv konsultation forebyggelse

Helse – din vejviser til et bedre liv


Vi på Helse-redaktionen glæder os til at tage hul på et helt nyt år – 2019 – med vores håndplukkede emner og fokusområder, som vi næsten ikke kan vente med at gå i gang med at præsentere for vores mange trofaste læsere.

Vi forventer os et spændende 2019 på sundhedsområdet, og vi fortsætter naturligvis med at levere artikler herfra på højeste redaktionelle niveau. Troværdighed er vores allerstørste klenodie ikke mindst i en tid, hvor det er blevet endnu sværere at sondre mellem skidt og kanel.

Vi på Helse-redaktionen føler os alle stærkt dedikeret til at holde læserne bedst muligt orienteret, så de bedst muligt kan træffe de sundhedsvalg, som er de rette for netop dem.

I 2019 vil de faglige medlemmer af Helses redaktionsgruppe fortsat være: Morten Grønbæk, formand for Vidensråd for Forebyggelse og direktør for Statens Institut for Folkesundhed. Jens Rikardt Andersen, lektor ved Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet, Susanne Lunn, lektor ved Institut for Psykologi, Københavns Universitet, Lotte Stig Nørgaard, lektor ved Institut for Farmaci, Københavns Universitet og fysioterapeut Vibeke Pilmark.

Helses motto vil også i 2019 være at inspirere læserne til maksimal livskraft og livsmod i en meningsfuld hverdag.


Jette Warrar Knudsen
redaktør



01. JANUAR

Tema: Mandesygdomme

Mest for mænd

Vi ser på de mest udbredte sygdomme hos mænd og på nye behandlinger. Vi giver også gode råd til maskulin forebyggelse af sygdomme.

Fokus: Oversete diagnoser

Hvad fejler jeg?

Selvom vi lever i et diagnosesamfund, så er der stadig mange mennesker, der har det rigtig skidt og ikke kan få vished om, hvad de fejler. Vi ser også på funktionelle lidelser.

Artikelserie om diabetes

02. FEBRUAR

Tema: Allergi

Atjuu!

Hvorfor bliver stadig flere af os allergiske, og hvad kan vi selv gøre for at undgå de røde rindende øjne og hud, der klør? Vi ser på den nyeste forskning og giver gode råd.

Fokus: Hovedtraumer

Når hovedet har slået sig

Vi kigger på hovedtraumer og på, hvordan mén kan reduceres – f.eks. efter hjernerystelse, som kan give alvorlige mén.

Artikelserie om diabetes



03. MARTS

Tema: Overvægt

Hvad er normalvægt?

Hvorfor bliver mange af os stadigvæk overvægtige til trods for massiv information om, at det er vigtigt for vores helbred at holde normalvægten. Vi kigger på, hvad den nyeste forskning har fundet frem til i bekæmpelsen af, at over halvdelen af os vejer for meget.

Fokus: Parkinson

En sygdom med mange ansigter

Til trods for, at mange af os risikerer at få Parkinson, er kendskabet til sygdommen, der også rammer pårørende hårdt, ikke ret stort, og fordommene er store. Vi giver et indblik i sygdommen, og i hvordan man kommer videre i livet trods en Parkinsondiagnose.

Artikelserie om diabetes

04. APRIL

Tema: Unges mentale helbred **Hvorfor har så mange unge det dårligt?**

Undersøgelser og rapporter viser, at mange unge mistrives pga. psykiske problemer. Vi dykker ned i årsagerne og kigger på, hvad der kan gøres for at sikre unge en bedre trivsel i hverdagen.

Fokus: Unge og tænder **Karius og Baktus**

Mange unge fravælger at gå til forebyggende undersøgelser hos tandlægen, når de flytter hjemmefra. Vi ser på konsekvenserne.

Artikelserie om lunger



Stort
sommer-
nummer!

06. JUNI/JULI

Tema: Sunde tarme **Nøglen til sundhed ligger gemt i din mave**

I de seneste år er der kommet meget stort fokus på, at vores mave-tarmsystem spiller en vældig stor rolle for vores helbred. Og forskningen viser, at en stor diversitet i vores mikrobiom styrker vores sundhed betydeligt. Både den fysiske og den mentale. Hvad kan du selv gøre for at holde dine tarme i topform? Vi ser også på de sygdomme, som kan opstå, når tarmene laver ballade.

Fokus: Placebo/nocebo **Behandling skal give mening**

Tillid og tiltro er afgørende faktorer, hvis en behandling skal lykkes.

Vi ser på den nyeste forskning i placebo effekten og dens negative modstykke, nocebo.

Artikelserie om lunger



05. MAJ

Tema: Kvindesygdomme **Særligt for kvinder**

Vi kigger på de mest udbredte kvindesygdomme og ser også på, hvorfor flere alvorlige sygdomme rammer kvinder mere hårdt end mænd.

Fokus: Graviditet og fertilitet **Når ønskebarnet udebliver**

For mange er det rigtig svært at blive gravid – og mange skal forbi en fertilitetsklinik, før det lykkes at få undfanget ønskebarnet. Vi kigger på den seneste forskning i, hvordan det går med fertiliteten, og på hvordan vores livsstil indvirker på vores evne til at få børn.

Artikelserie om lunger

Det finder du
også i HELSE:

Brevkasse
Opskrifter
"Hjernegymnastik"
Konkurrence
Konsultation
Klumme



07. AUGUST

Tema: Børnesygdomme **Når de mindste bliver syge**

Vi kigger på de mest almindelige børnesygdomme og giver vejledning i, hvordan vi bedst muligt forebygger sygdomme hos de mindste.

Fokus: De største øjensygdomme **Klarsyn**

Et godt syn er afgørende for en god livskvalitet. Vi gennemgår de mest almindelige øjensygdomme og giver vejledning i, hvordan man selv kan spotte dem.

Artikelserie om hjertet

08. SEPTEMBER

Tema: Angst, depression, adhd/add

Når angsten tager fat

Flere og flere bliver ramt af angst og depression. Vi ser på årsagerne og på, hvad vi selv skal være opmærksomme på, inden vi kommer så langt ud.

Fokus: Hud

Indpakning

Vores hud er vores største organ og visitkort udadtil, og dens ve og vel betyder dermed rigtig meget for os. Vi ser på, hvordan vi bedst holder huden sund hele livet.

Artikelserie om hjertet



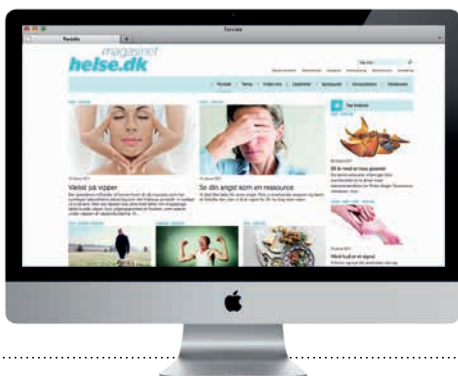
www.magasinethelse.dk

Helse har en spændende hjemmeside, hvor du kan finde artikler og viden om sundhed.

Her kan du også finde et link til magasinet Helse i en online-version.

Alle annoncer i Helses online magasin er med aktive "DoFollow" links, som sikrer, at læserne med et klik, kommer til det relevante website. Samtidig bliver placeringen af websitet bedre på Google ved søgninger.

Spørg vores Key Account Manager Helle Hviid, hvis du gerne vil vide mere.



09. OKTOBER

Tema: Immunsystem

Oven sene

Vi går i clinch med efterårets mest almindelige infektioner og ser på, hvordan vi bedst booster vores immunforsvar til at kunne holde os på benene.

Fokus: Rygning og rygestop

Kvit smøgerne

Er der noget, som eksperterne kan blive enige om på sundhedsområdet, så er det, at rygning skader vores helbred enormt meget. Vi giver vejledning i, hvordan man bedst muligt når frem til at kunne skodde cigareten for evigt.

Artikelserie om hjertet

10. DECEMBER

Tema: Gigt

At leve med gigt

Vi gennemgår den nyeste forskning i de to store gigtssygdomme – leddegigt og artrose (slidgigt) Og vi giver råd og vejledning i, hvordan livet kan gøres lidt lettere trods en gigt diagnose.

Fokus: Nye juletraditioner

Rør ikke ved min gamle jul. Eller?

Den grønne, veganske bølge har bidt sig godt fast i os i takt med, at kød er kommet i miskredit ikke mindst på grund af klimapåvirkningen ved produktion af især rødt kød. Men smitter den trend af på vores julemad? Det undersøger vi nærmere.

Artikelserie om hjertet

**Stort
jule-
nummer!**



Redaktionen:

Har du et godt tip til redaktionen, kan du kontakte redaktør Jette Warrer Knudsen på e-mail jette@mediegruppen.net eller telefon 76 70 64 33.

Annoncesalg:

Vil du have en annonce med i Helse, så kontakt vores Key Account Manager Helle Hviid på e-mail helle@mediegruppen.net eller tlf. 2445 9010

