

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

VIDEN OM SUNDHED

helse

66. årgang

TEMA-
OVERSIGT
2020

FOKUS

Den rette behandling
på rette tid

INSPIRATION TIL

Et liv i meningsfuld
balance

Danmarks mest læste sundheds- magasin!

1. halvår 2019:
309.000 læsere.

Kilde: Index DK/Gallup

Helse: nyheder motion sundhed mad familieliv konsultation forebyggelse



Helse giver dig viden, som du kan handle på

Så er vi i 2020 med nye muligheder for at klæde vores læsere endnu bedre på til at kunne passe på sig selv – og handle som oplyste patienter, når det er nødvendigt at banke på hos de sundhedsprofessionelle.

Vi ser frem til et spændende år på sundhedsområdet med gennembrud på flere fronter – og vi vil som altid formidle stoffet, så den enkelte læser føler sig mødt og set.

Troværdighed og kvalitet er vores DNA, som vi gør alt, hvad vi kan, for at bevare i en tid, som skriger på troværdig formidling – ikke mindst på sundhedsområdet.

I 2020 vil de faglige medlemmer af Helses redaktionsgruppe forsat være Morten Grønnebæk, 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 2020 være at inspirere læserne til maksimal livskraft og livsmod i en meningsfuld hverdag.

Jette Warrer Knudsen
Redaktør

NR. 1 - JANUAR

TEMA: Spiseforstyrrelser Hvordan behandler vi og undgår alvorlige spiseforstyrrelser?

Vores psyke og mentale tilstand står i tæt forbindelse med vores forhold til mad og at spise. Når der opstår store ubalancer, kan anoreksi, bulimi og patologisk overspisning opstå. Vi ser på de bedste behandlingsmuligheder og på, hvordan vi kan forebygge alvorlige spiseforstyrrelser.

FOKUS: Søvn

Få den gode søvn tilbage

Efterhånden er der massiv forskning, der dokumenterer, at søvn er afgørende for et godt helbred. Men rigtig mange danskere har problemer med at sove. Vi opdaterer dig med den nyeste viden og på, hvordan vi får den livgivende søvn tilbage.

Artikelserie om resistente bakterier.



NR. 2 - FEBRUAR

TEMA: Diabetes

Diabetes er en folkesygdom

En af de største trusler mod vores helbred er diabetes-sygdommene. Vi ser på, hvad der skal til forebyggelsesmæssigt, så diabetes kan slippe sit greb.

Vi giver dig den nyeste viden inden for både diabetes 1, diabetes 2 og ikke mindst den nye og ret oversete diabetes-type: 3c-diabetes.

FOKUS: Den kødløse livsstil

Veganer, Vegetar, Flexitar?

Flere og flere fravælger kødet – både af hensyn til sundheden men ikke mindst af hensyn til miljøet. Vi kigger på fordele og ulemper ved den nye supergrønne livsstil.

Artikelserie: Resistente bakterier.

NR. 3- MARTS

TEMA: Høretab

Hvad siger du?

At miste hørelsen er ikke så stort et tabu som tidligere. Smarte teknologiske løsninger er én af årsagerne til, at yngre mennesker med nedsat hørelse hurtigere får gjort noget ved problemet og dermed forbedrer deres livskvalitet betydeligt. Vi ser på løsninger og muligheder.

FOKUS: Osteoporose

Når skelettet knækker

Det er ikke kun gamle damer, der taber knoglemasse efter en vis alder. Det gør både mænd og kvinder – og også yngre mennesker. Mange har lidelsen uden at vide det. Få indblik i, hvordan osteoporose forebygges, opdages og behandles.

Artikelserie: Resistente bakterier



NR. 4 - APRIL

TEMA: Ryggen

Ryggen – et smertensbarn

Rigtig mange af os har jævnligt ondt i ryggen, og hos flere er smerterne blevet kroniske. Vi ser på, hvordan vi kan undgå rygsmerter og på "best practise", når smerterne er så ødelæggende for livskvaliteten, at der skal behandling til.

FOKUS: Smerter

Hjælp – jeg har smerter

At have daglige smerter, uden at eksperterne kan finde en årsag, er hverdag for mange danskere, som dermed ofte ender i en ond cirkel og som kasterbold i behandlingssystemet. Vi giver en guide i, hvordan du når frem til en behandling, som kan hjælpe dig.

Artikelserie: Sund aldring



NR. 5 - MAJ

TEMA: Hjertet

Hjertet på rette sted

Vi frygter langt mere at få kræft end hjertekar-sygdomme til trods for, at flere dør af en hjertekar-sygdom. Vi giver et indblik i, hvad vi selv kan gøre for at hjælpe vores hjerte og kredsløb til at kunne holde længst muligt – og bedst muligt.

FOKUS: Sår

Heling

Det kan volde store problemer og er forbundet med stor smerte, når sår ikke vil hele. Vi ser på den nyeste forskning og viden om, hvordan kroniske sår kan hele.

Artikelserie: Sund aldring



NR. 6/7 - JUNI/JULI

STORT
SOMMER-
NUMMER!

TEMA: Fødder

Tjek dine fødder

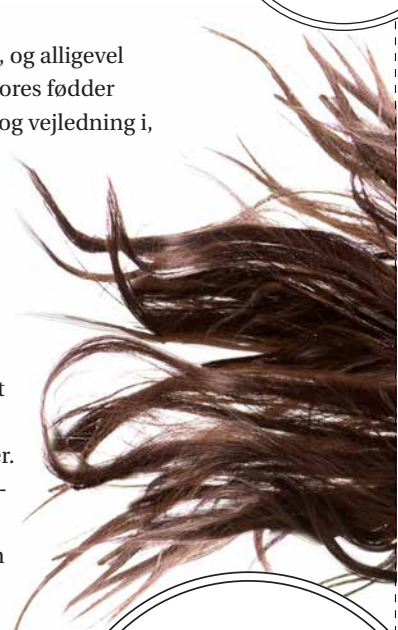
De understøtter os hele livet, og alligevel er vi tilbøjelige til at overse vores fødder i den daglige pleje. Få viden og vejledning i, hvordan vi kan holde vores fødder sunde og aktive hele livet.

FOKUS: Hår

Det attraktive garn

At have et sundt, tykt og glansfuldt hår betyder meget for vores identitet. Og det handler ikke bare om kvinder. Også mænd er hår-forfængerne. Men hvilke muligheder er der, når håret ikke vil, som vi vil – og bliver tyndere og måske helt forsvinder?

Artikelserie: Sund aldring



Det finder du
også i HELSE:

Brevkasse
Opskrifter
"Hjernegymnastik"
Konkurrence
Konsultation
Klumme



NR. 8 - AUGUST

TEMA: Kræft

At leve med kræft

Lykkeligvis overlever flere og flere en kræftsygdom. Nogle opnår fuld helbredelse, mens andre må leve med kræft som en kronisk sygdom, man ikke nødvendigvis dør af. Vi giver en status over den danske kræftbehandling, og fortæller også om, hvordan man som kræftramt og som pårørende kommer godt videre i livet.

FOKUS: Inkontinens

Bliv tæt

At kunne holde sig tæt og undgå vandladning i utide er ikke en evne, vi nødvendigvis bliver ved med at have. Sygdom og andre omstændigheder kan gøre os utætte. Men der er rigtig gode muligheder for at blive tæt igen.

Artikelserie: Demens

NR. 9 - SEPTEMBER

TEMA: KOL

En af de mest alvorlige og livsindgribende lungesygdomme er KOL – kronisk obstruktiv lungesygdom – Men mulighederne for at bevare en god livskvalitet med den kroniske lungesygdom er blevet betydeligt bedre.

FOKUS: Syn

Se mig!

Mange danskere er tilbøjelige til at overse problemer med synet, som ikke kun rammer ældre mennesker. Vi kommer med gode råd og vejledning i, hvordan vi holder vores øjne sunde, og hvad vi skal være opmærksom på – og handle på.

Artikelserie: Demens



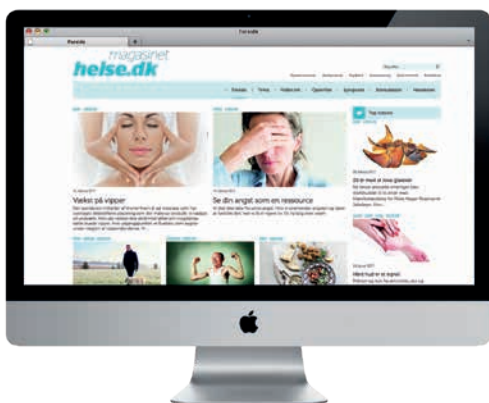
www.magasinethelse.dk

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.



NR. 10 - OKTOBER

TEMA: Gigt

Når knæ og led smerter

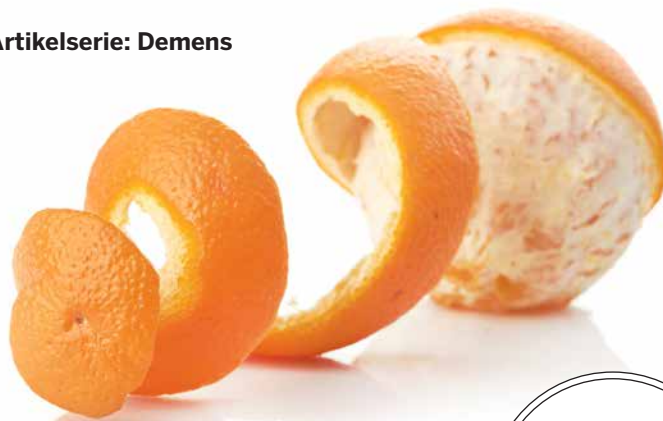
Gigtsygdomme rammer flere og flere af os. Heldigvis bliver behandlingsmetoderne bedre - og mere målrettet den enkelte. Vi giver råd og vejledning i, hvordan hverdagen kan blive god til trods for en smertende gigt-sygdom.

FOKUS: Hud

Den vigtige indpakning

Huden er vores største organ og visitkort til omverdenen. Derfor rammer hudsygdomme som eksem og psoriasis meget hårdt. Få et indblik i ny forskning og nye behandlingsmetoder.

Artikelserie: Demens



STORT
JULE-
NUMMER!

NR. 11/12 NOVEMBER/DECEMBER

TEMA: MS Sklerose

Tæt på et gennembrud?

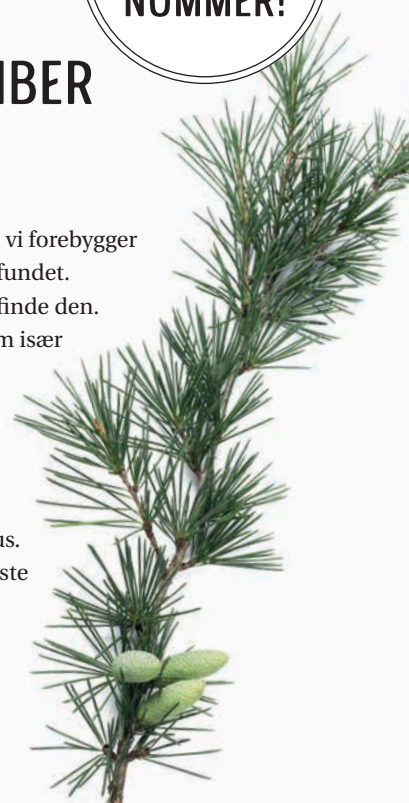
Nøglen til at finde løsningen på, hvordan vi forebygger og helbreder MS Sklerose, er endnu ikke fundet. Men forskerne arbejder på højtryk for at finde den. Få ny viden om den frygtede sygdom, som især rammer yngre mennesker.

FOKUS: Tænder og mund

Hold ikke mund!

Nøglen til et sundt helbred ligger i høj grad i vores mundhule og vores tandstatus. Mange alvorlige sygdomme viser sine første tegn i munden. Derfor er det meget vigtigt at være opmærksom på dem og kende til dem.

Artikelserie: Demens



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

