

Sundhedsprofil for 9. klasserne 2018/2019



Indholdsfortegnelse

Baggrund og materiale	3
Resultater for 7. og 9. klasser i Ishøj.....	4
Udvikling og ændringer for 9. klasse i Ishøj sammenlignet med år 2017-2018.....	4
Udvikling og ændringer for 7. klasse og 9. klasserne i Ishøj 2018-2019	5
Tallenes betydning og indsatser	5
Resultater for 9. klasse i Ishøj og på landsplan i 2018-2019.....	6
Udvikling og ændringer for 9. klasser i Ishøj og på landsplan i 2018-2019.....	6
Bilag 1 - Grafer	8
Trivsel, skole og fritid.....	8
Krop og bevægelse	13
Søvn	13
Mad og måltider	15
BMI	17
Alkohol.....	18
Rygning, snus og lattergas	22
HPV vaccination	24
Astma.....	24
Fællesskab og sammenhold.....	25

Baggrund og materiale

Sundhedstjenesten i Ishøj Kommune tilbyder en udskolingsundersøgelse til alle elever i 9. klasse ved kommunens sundhedsplejersker. Forud for undersøgelsen bliver eleverne bedt om at udfylde et elektronisk spørgeskema. Dette sker via en invitation på skolens intranet. Forældrene orienteres ligeledes om undersøgelsen på intranettet. De sidste tre år er siden www.boernungeliv.dk (BørneUngeLiv) blevet anvendt som det analyseværktøj, som eleverne besvarer spørgeskemaet i. Det er et analyseprogram, som er meget nemt at anvende, og som nu anvendes af 60 kommuner. Det er derfor muligt at sammenligne med et landsgennemsnit, som ganske vist ikke er repræsentativt for hele landet, da ikke alle kommuner deltager.

Spørgeskemaerne i BørneUngeLiv kan både udfyldes anonymt og på CPR-niveau. I 9. klasse gøres det på CPR-niveau. BørneUngeLiv samarbejder med Novax, som er sundhedstjenestens journalsystem. Når skemaet udfyldes på CPR-niveau, kan besvarelsen ses i elevens journal, hvilket gør det nemt at anvende i forbindelse med samtalen med den enkelte elev. Der anvendes en farvescreening, som gør det muligt at "spotte" hvor der eventuelt er problemer, da besvarelsene er markeret med henholdsvis grøn, gul eller rød farve. På den måde kan samtalen med eleven anvendes på de mest relevante områder, der vil være markeret med enten gul eller rød farve. Det skal pointeres, at eleverne er klar over, at de skal til samtale omkring deres sundhed hos sundhedsplejerskerne på skolen, i forbindelse med de svar, de giver i spørgeskemaet. Dette kan påvirke de informationer, de ønsker at oplyse om i den sammenhæng.

Der var på undersøgelsestidspunktet 213 indskrevne elever i 9. klasse i skoleåret 2018-2019. Heraf har 195 besvaret spørgeskemaet. Formålet med sundhedsprofilen for 9. årgang, er at følge sundhedsadfærden blandt 9. klasse eleverne i Ishøj Kommune. Profilen kan benyttes som et redskab i det tværfaglige samarbejde i forbindelse med forebyggende og sundhedspædagogiske tiltag, og den giver mulighed for at målrette indsatsen mod de eventuelle problemer, som sundhedsprofilen viser.

Ungeprofilundersøgelsen

Ungeprofilundersøgelse er en spørgeskemaundersøgelse som udarbejdes i hele Danmark for 7. og 8. klasse i samarbejde med SSP. I denne rapport inddrages denne undersøgelse ikke, da der i starten af 2018 opstod tvivlsspørgsmål omkring anonymiseringen og dens tiltrækkelighed i BørneUngeLiv's materiale. Næste Ungeprofilundersøgelse vil blive lavet i efteråret 2019.

I stedet for Ungeprofilundersøgelsen lavede sundhedsplejerskerne deres egen undersøgelse af 7. klasse ved brug af spørgeskemaer gennem BørneUngeLiv, hvor spørgsmålene lagde sig op af udskolingsundersøgelsen i 9. klasse. Undersøgelsen blev lavet på CPR-niveau, således at samtalerne med 7.klasse eleverne kunne målrettes mere specifikt. Der var på undersøgelsestidspunktet 209 indskrevne elever i 7. klasse i skoleåret 2018-2019. Heraf har 191 besvaret spørgeskemaet. Det skal pointeres, at det ikke har været muligt at medtage data vedrørende eleverne i Ishøj Skole, da undersøgelsen ikke var lavet, før denne til rapports deadline.

Resultater for 7. og 9. klasser i Ishøj

Skemaet nedenfor viser udvalgte tal fra de grafer som indgår i rapporten efter dette afsnit. Tallene stammer fra elevernes egne besvarelser af spørgeskemaer i BørneUnge Liv på 7. og 9. klassetrin på skolerne i Ishøj.

Spørgsmål	9. klasse i Ishøj	7. klasse i Ishøj
Trives godt i skolen	95 %	95 %
Har det godt derhjemme	98 %	96 %
Har det godt med vennerne	97 %	94 %
Tit eller meget tit ensom	5,2 %	1,6 %
Ikke modtaget grimme SMS-beskeder el.l. de sidste to måneder	75 %	84 %
Spiser morgenmad på alle skoledage	57 %	45 %
Fysisk aktiv mindst 2 gange om ugen	88 %	85 %
Ryger dagligt	1,5 %	*
Ryger lejlighedsvist	*	*
Har aldrig drukket alkohol	55 %	78 %
Har ikke nogen voksen at tale fortroligt med	2,6 %	5,8 %
Sover mindre end 8 timer	35,4 %	15,7 %
Vaccineret mod livmoderhalskræft	71 %	59 %
Overvægtig	23 %	24,4 %
Svært overvægtig	7 %	6,9 %

* Angiver at, der er for få besvarelser til at oplyse et tal.

Udvikling og ændringer for 9. klasse i Ishøj sammenlignet med år 2017-2018

Helt overordnet kan man se, at hovedparten af eleverne selv vurderer, at de trives godt både hjemme (98 %), i skolen (95 %), og med vennerne (97 %). Dette svarer til sidste år, hvor eleverne også trivedes godt hjemme (98 %), i skolen (97 %) og med vennerne (99 %).

Andre positive ændringer er:

- Et let stigende antal af elever er fysisk aktive mindst to gange ugentligt (88 %). Sidste år lå det på 86 %.
- Flere unge spiser morgenmad på alle skoledage (57 %). Sidste år lå det på 44 %.
- Flere har en voksen at tale fortroligt med (97,4 %). Sidste år lå det på 94 %.
- Flere af de unge har aldrig drukket alkohol (55 %). Sidste år lå det på 51 %.
- Et lille fald i antallet der ryger dagligt (1,5 %). Sidste år lå det på 2,4 %.

De mindre positive ændringer er:

- At godt en tredjedel af eleverne sover mindre end 8 timer dagligt (35,4 %). Sidste år lå det på 37 %.
- At færre er blevet vaccineret for livmoderkræft (71 %). Sidste år lå det på 77 %.
- At overvægt (23 %) og svær overvægt (7 %) nærmest ligger på samme niveau med sidste år, hvor det lå på 22 % og 8 %.

- Der er dog sket en stor ændring i hvilke skoler, der har flest overvægtige elever. Dette er nu på Strandgårdsskolen og Vibeholmsskolen.

Udvikling og ændringer for 7. klasse og 9. klasserne i Ishøj 2018-2019

Her sammenlignes resultaterne fra sundhedsplejerskernes undersøgelse af 7. klasse med resultater fra 9. klasse i 2018-2019, tal som kan ses i ovenstående tabel.

Helt overordnet kan man se, at 7. klasserne trives godt derhjemme (95 %), i skolen (96 %) og med vennerne (94 %). Samtidig er resultaterne omkring overvægt og svær overvægt næsten de samme som ses hos 9. klasses eleverne.

De positive resultater er at:

- Der er færre der tit eller meget tit føler sig ensomme (1,6 %), end i 9. klasse (5,2 %).
- Der er flere elever der aldrig har drukket alkohol (78 %), end i 9. klasse (78 %).
- Der er færre, der sover mindre end 8 timer (15,7 %), end i 9. klasse (35,4 %).
- Der er færre, der har modtaget grimme beskeder el. l. de sidste to måneder (85 %), end i 9. klasse (75 %).

De mindre positive resultater er at:

- Der er færre, der spiser morgenmad på alle skoledage (45 %), end i 9. klasse (57 %).
- Der er færre, der har en voksen at tale fortroligt med (5,8 %), end i 9. klasse (2,6 %).

Tallenes betydning og indsatser

Vi kan glæde os over, at tallene viser, at der er en positiv udvikling i andelen af elever, der spiser morgenmad på skoledage fra 7. til 9. klasse, og at havregrødsordningen på Strandgårdsskolen understøtter dette.

Det er dokumenteret, at morgenmad er en af de vigtigste måltider med betydning for både koncentration og indlæring, men at det også påvirker spisemønstret i løbet af dagen. Behovet for mellemmåltider, og små snacks med hurtige kalorier, mindskes. Dette er med til at forebygge overvægt.

Modsat stiger andelen af elever fra 7. til 9. klasse, som ikke får deres 8 timers søvn. Søvnforsker Birgitte Rahbek Kornum har i en ny bog (Forstå din søvn, Gyldendag 2019) dokumenteret, at hjernen bliver rensset under den første dybe søvn. Hvis man sover mindre end 8 timer, er risikoen større for:

- At hjernen fungerer dårligere.
- at man bliver lettere irriteret/tænder hurtigere af.
- At man mangler selvsigt.

Desuden er der en sammenhæng mellem manglende søvn, større lyst til sødt og fed mad.

Disse to helt basale behov, søvn og morgenmad, har stor betydning på flere af de unges arenaer. Søvnens hos de unge forstyrres grundlæggende af de sociale medier, energidrikke og cola, og vi ser at kun 57 % i 9. klasse spiser morgenmad på alle skoledage, på trods af stigningen fra sidste år, hvor vi lå på 44 %.

Sundhedsplejen tager, både i de individuelle samtaler og de sundhedspædagogiske aktiviteter i klasserne, udgangspunkt i klassens sundhedsprofil. Med udgangspunkt i sundhedsprofilens fakta drøftes bl.a. disse temaer, og hvordan de påvirker andre dele af den unges liv, og der lægges op til dialog med klassen. Den generelle oplevelse er, at eleverne er åbne og i mødekommende overfor ny viden. Flere kommer for at få vejledning, og er motiverede for at skabe forandringer i deres livsstil.

Resultater for 9. klasse i Ishøj og på landsplan i 2018-2019

I tabellen nedenfor indgår tal fra udskolingsundersøgelse af alle elever i 9. klasse i Ishøj samt besvarelser på landsplan.

Spørgsmål	9. klasse i Ishøj	9. klasse på landsplan
Trives godt i skolen	95 %	95 %
Har det godt derhjemme	98 %	97 %
Har det godt med vennerne	97 %	97 %
Tit eller meget tit ensom	5,2 %	2,9 %
Ikke modtaget grimme SMS-beskeder el.l. de sidste to måneder	75 %	86 %
Spiser morgenmad på alle skoledage	57 %	67 %
Fysisk aktiv mindst 2 gange om ugen	88 %	86 %
Ryger dagligt	1,5 %	1,6 %
Ryger lejlighedsvist	*	*
Har aldrig drukket alkohol	55 %	26 %
Har ikke nogen voksen at tale fortroligt med	2,6 %	4,1 %
Sover mindre end 8 timer	35,4 %	29,9 %
Vaccineret mod livmoderhalskræft	71 %	76 %
Overvægtig	23 %	14,7 %
Svært overvægtig	7 %	3,7 %

* Angiver at, der er for få besvarelser til at oplyse et tal.

Udvikling og ændringer for 9. klasser i Ishøj og på landsplan i 2018-2019

Her sammenlignes tal fra 9. klasse i Ishøj med besvarelser fra 9. klasser på landsplan i år 2018-2019.

Overordnet kan man se, at elevernes trives ligeså godt derhjemme, i skole og med venner, som på ligesom landsplan.

De positive resultater er at:

- Der flere elever i Ishøj (55 %) der ikke har drukket alkohol end på landsplan (26 %).
- Der er flere elever i Ishøj (97,4 %), der har en fortrolig voksen at tale med end på landsplan (95,9 %).

Det er mindre positive resultater er at:

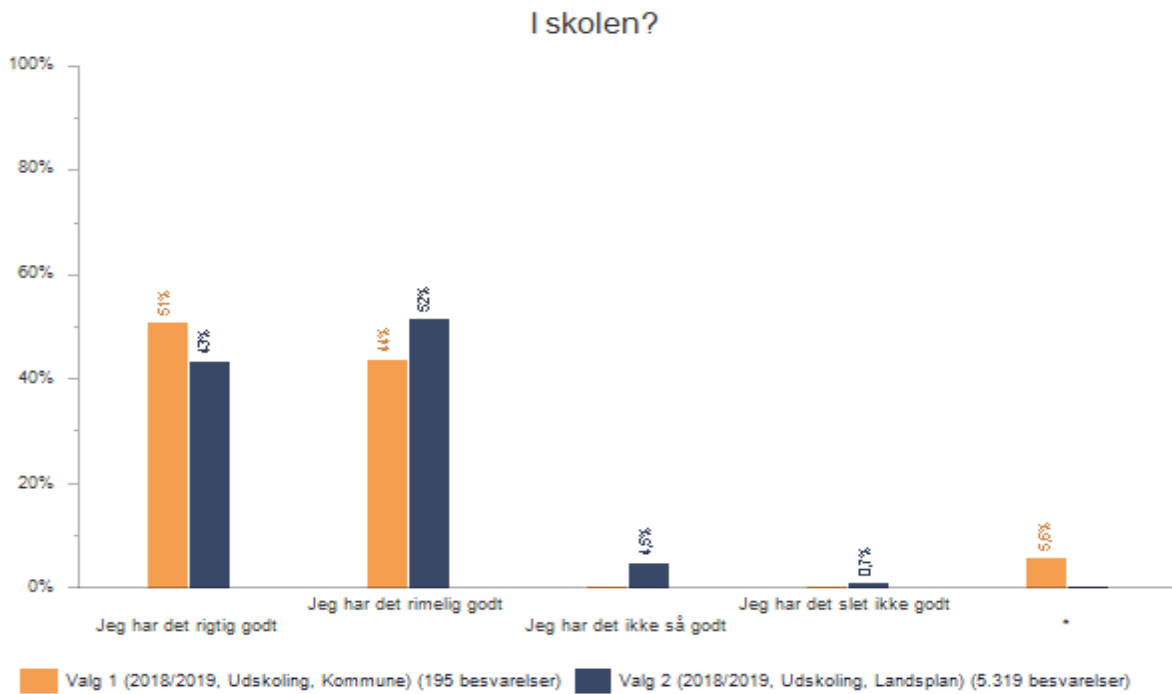
- Der er færre elever i 9. klasse i Ishøj der spiser morgenmad på alle skoledage (57 %) end på landsplan (67 %).
- Der er færre, der er vaccineret mod livmoderhalskræft i Ishøj (71 %) end på landsplan (76 %).
- Der er flere elever i Ishøj der sover mindre end 8 timer (35,4 %) end på landsplan (29,9 %).

- Der er flere elever, der har modtaget grimme beskeder i Ishøj (25 %) end på landsplan (14 %).
- Eleverne i Ishøj er mere overvægtige (23 %) og svært overvægtige (7 %) end på landsplan (14,7 % og 3,7 %).

Bilag 1 - Grafer

Trivsel, skole og fritid

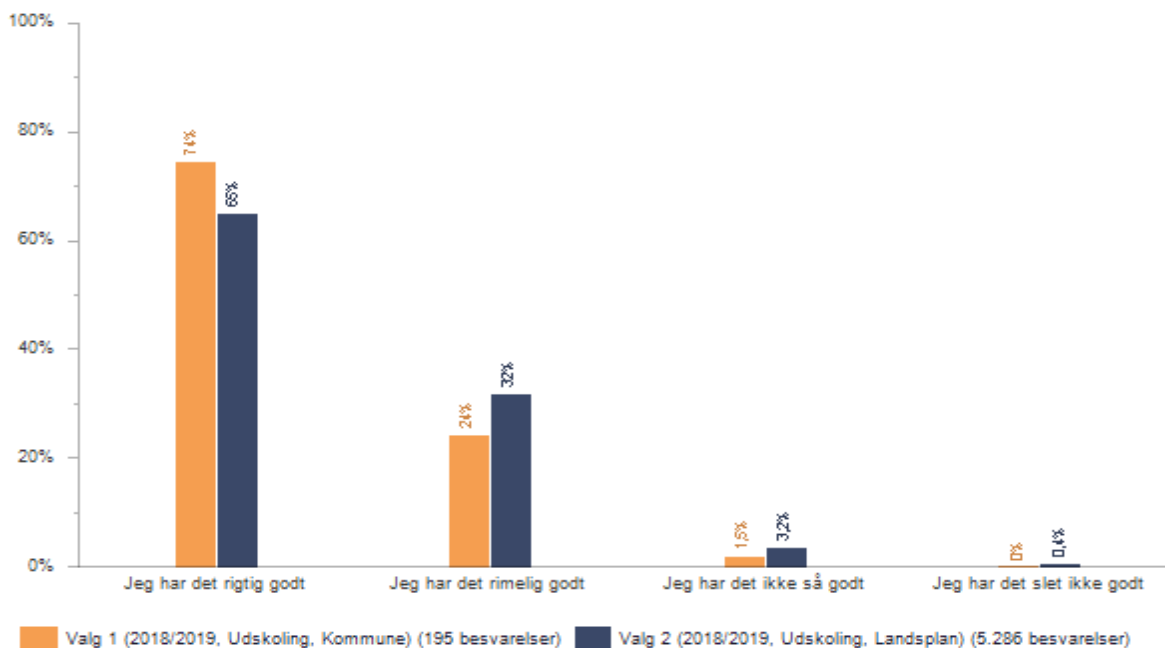
Trivsel - Hvordan har du det for tiden?



*Denne er sammenlagt af flere svarkategorier, da der er under 3 besvarelser i nogle af svarmulighederne.

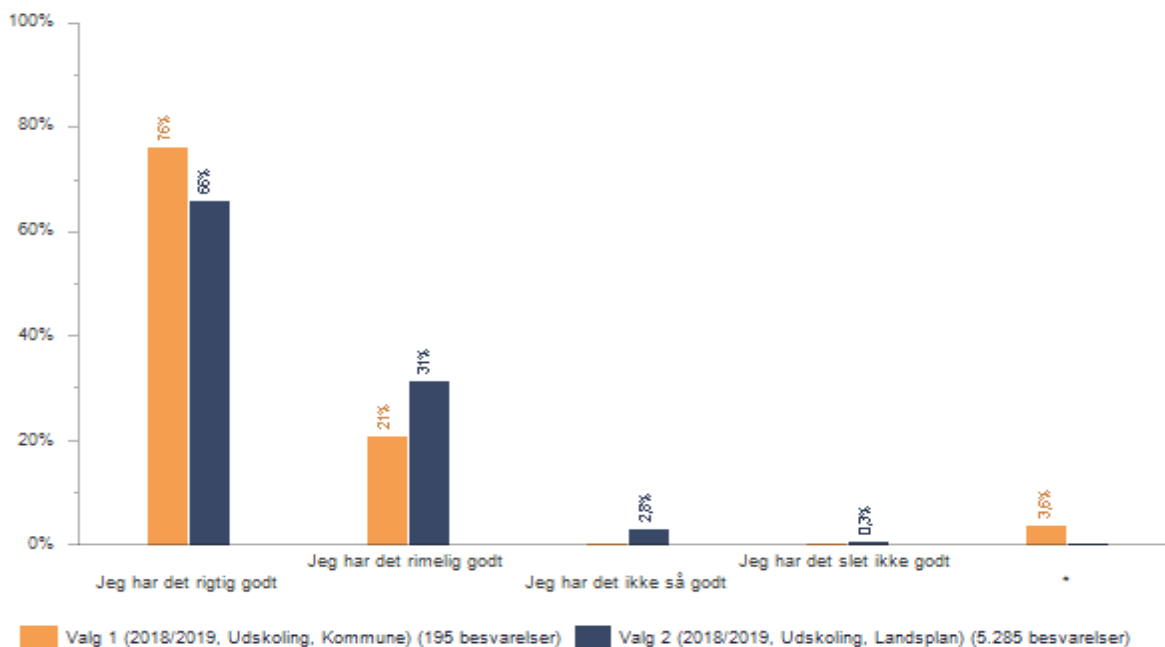
Trivsel i skolen. 5,6 % svarer, at de ikke har det særligt godt i skolen. I 2017-2018 var det 3 %, og tallet er derfor steget.

Derhjemme?



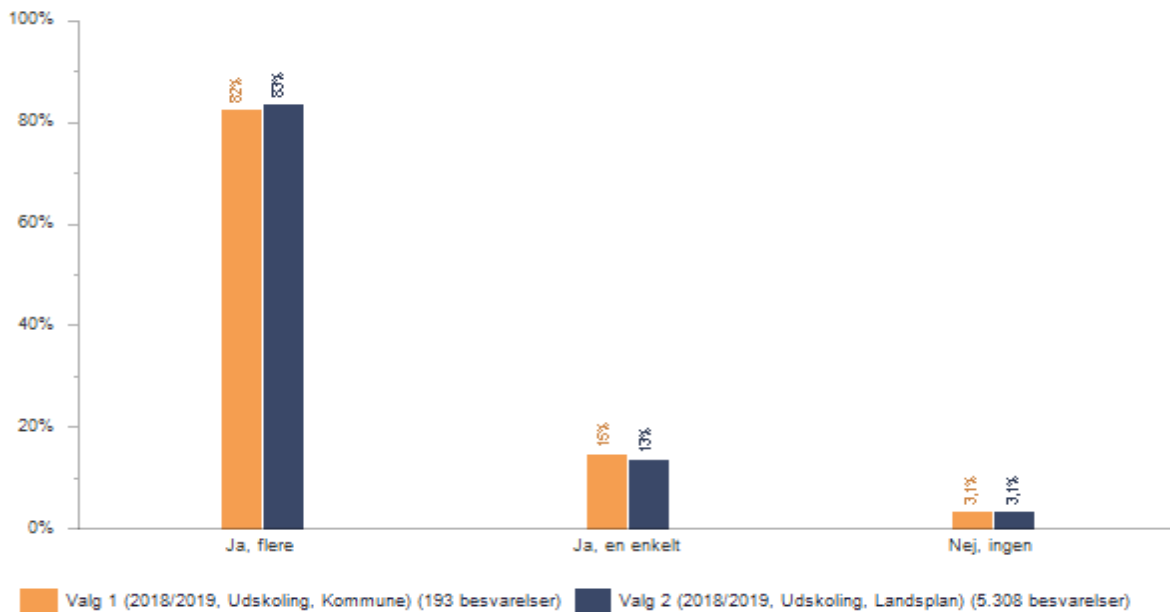
Trivsel i hjemme. 1,5 % svarer, at de har det dårligt derhjemme. Det svarede 2 % i 2017-2018.

Med vennerne/i fritiden?



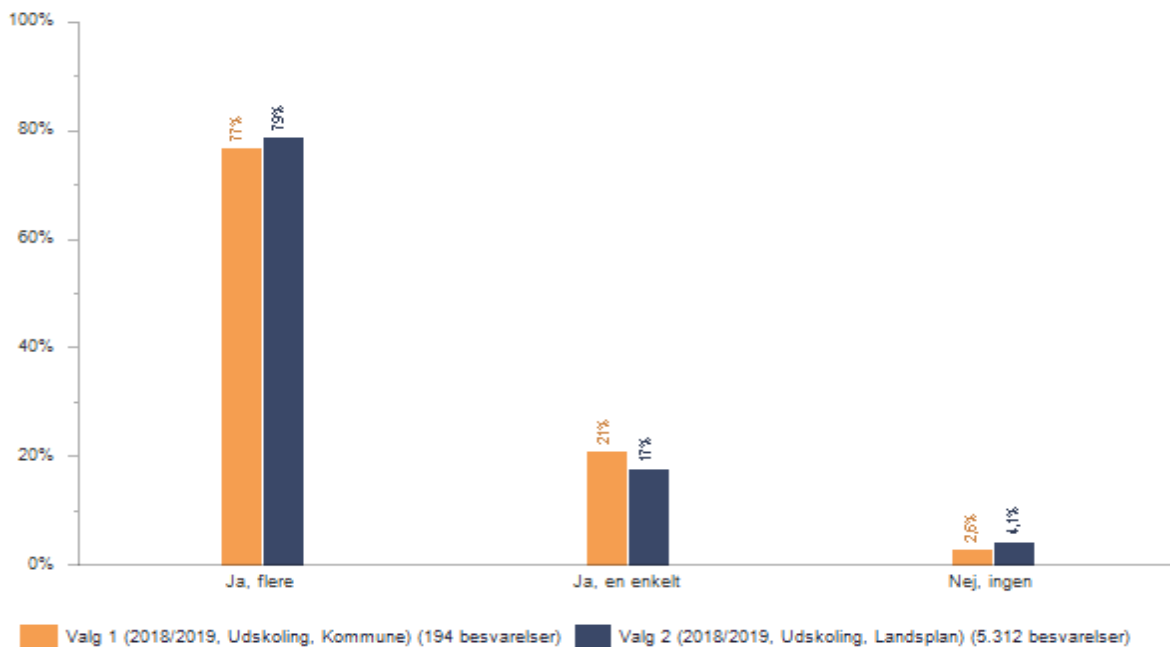
Trivsel med venner. 3,6 % svarer, at de ikke trives med deres venner. I 2017-2018 var det 1,5 %.

Har du nogen venner eller veninder at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?



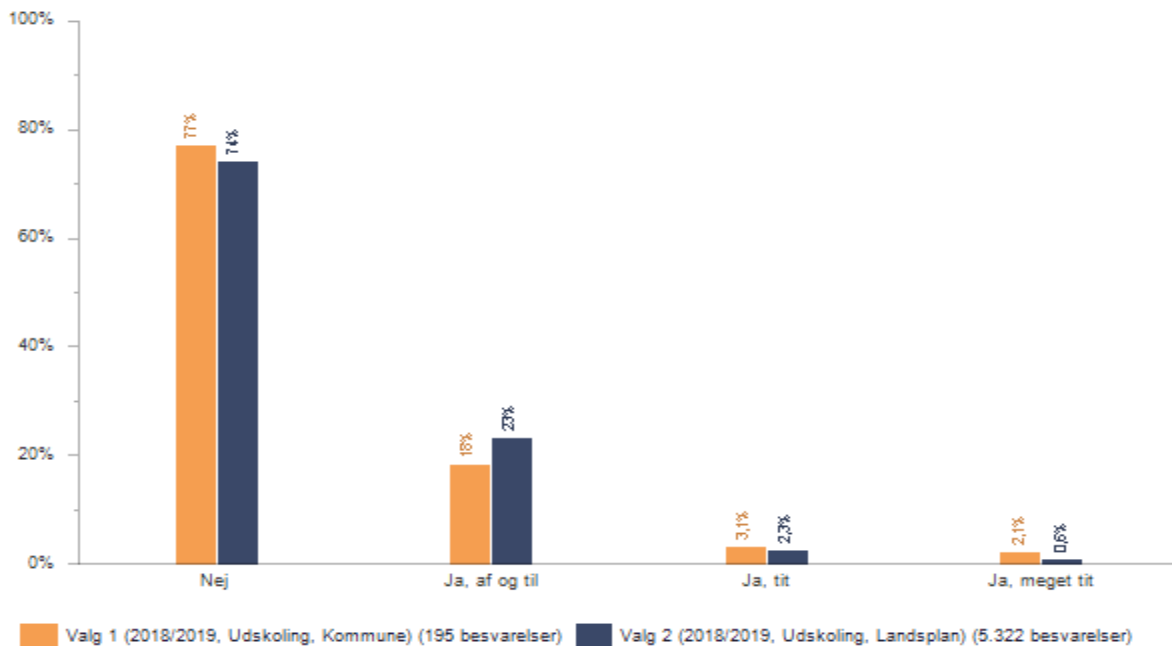
Venner at tale med. 3,1 % svarer, at de ingen venner har at tale med, hvilket er en smule under landsgennemsnittet. I 2017-2018 var det 2,4 %.

Har du nogen voksne at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?



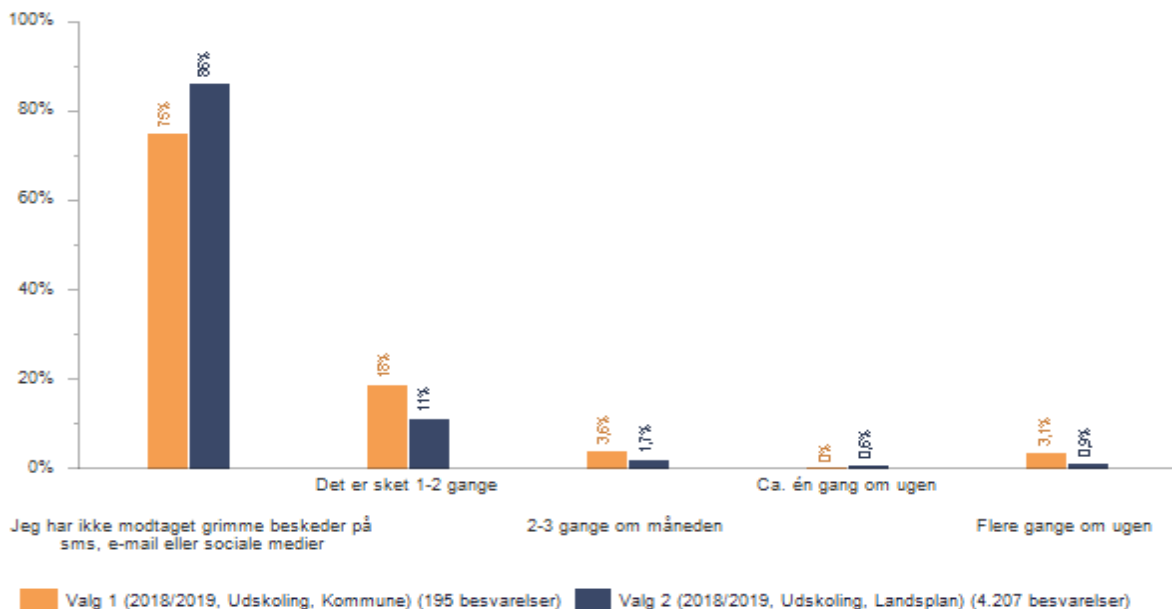
Voksne at tale med. 2,6 % svarer, at de ingen voksne har at tale med. I 2017-2018 var det 6,7 %, og der er dermed sket et fald.

Føler du dig ensom?



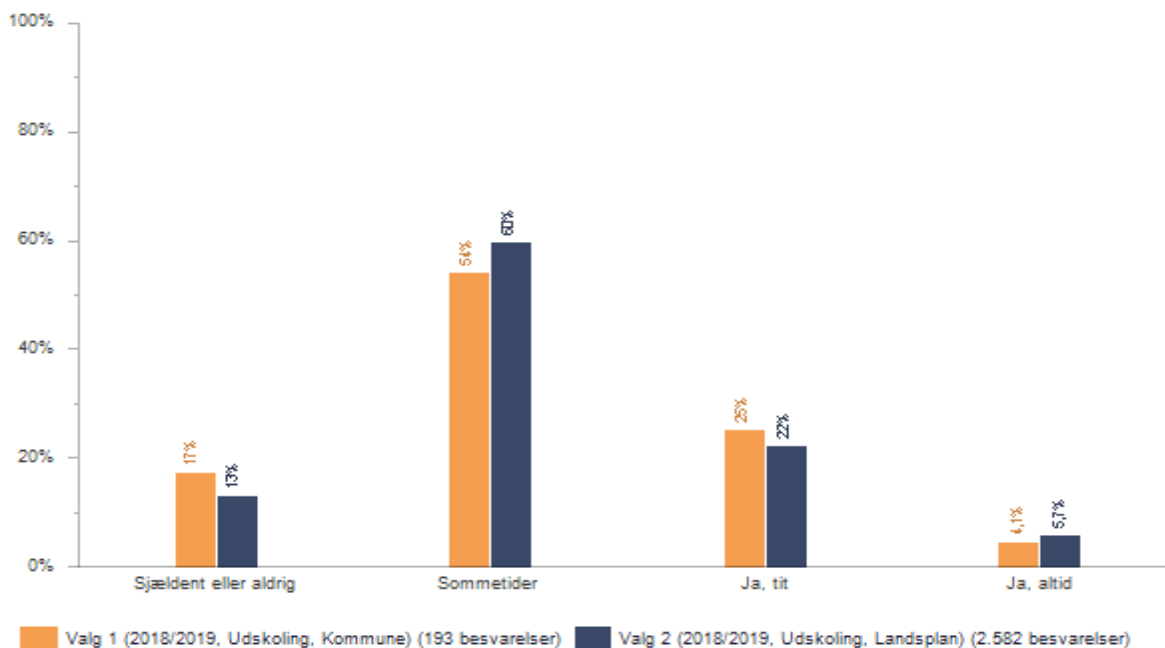
Ensomhed. Mange unge kan af og til føle sig ensomme, uden at det betyder, at de ikke har nogen at være sammen med. Men 5,2 % føler tit og meget tit, at de er ensomme. I 2017-2018 var det 3 %, og der ses dermed en lille stigning.

Hvor tit har du modtaget grimme beskeder på sms, e-mail eller sociale medier? Tænk på de sidste to måneder:



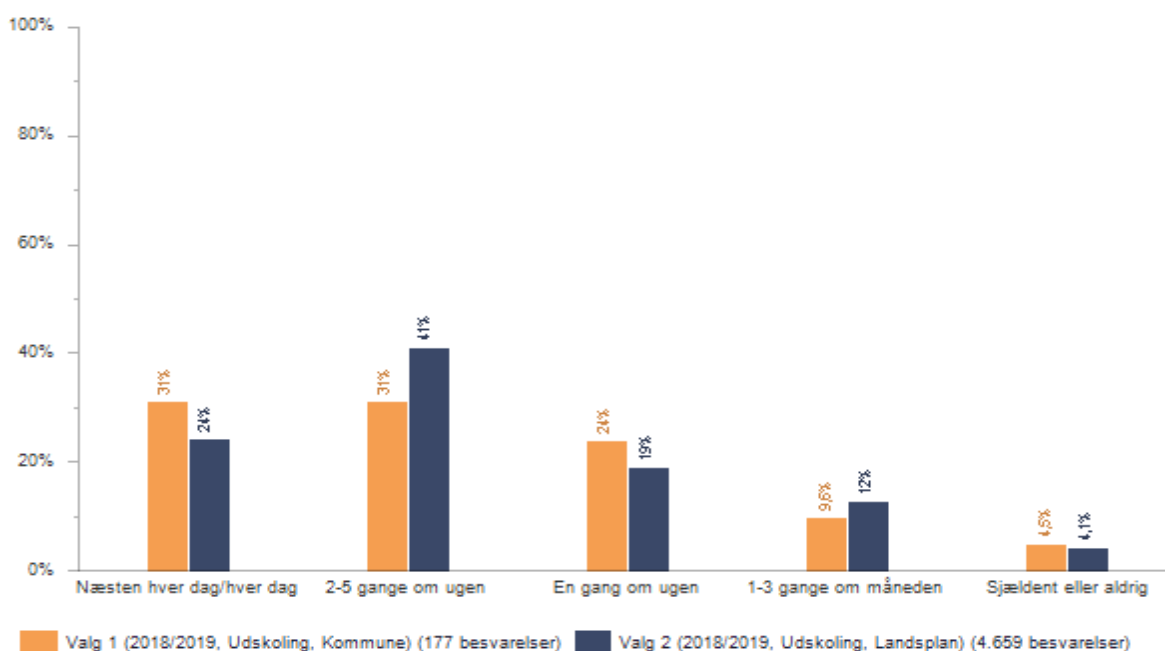
Grimme beskeder. 75 % svarer, at de ikke har modtaget grimme beskeder på sms, e-mail eller sociale medier. I 2017-2018 var det 77 %.

Synes du, at du har for meget at se til?



Stress og travlhed. 29,1 svarer, at de tit eller altid har for meget at se til. I 2017-2018 var det 32 %.

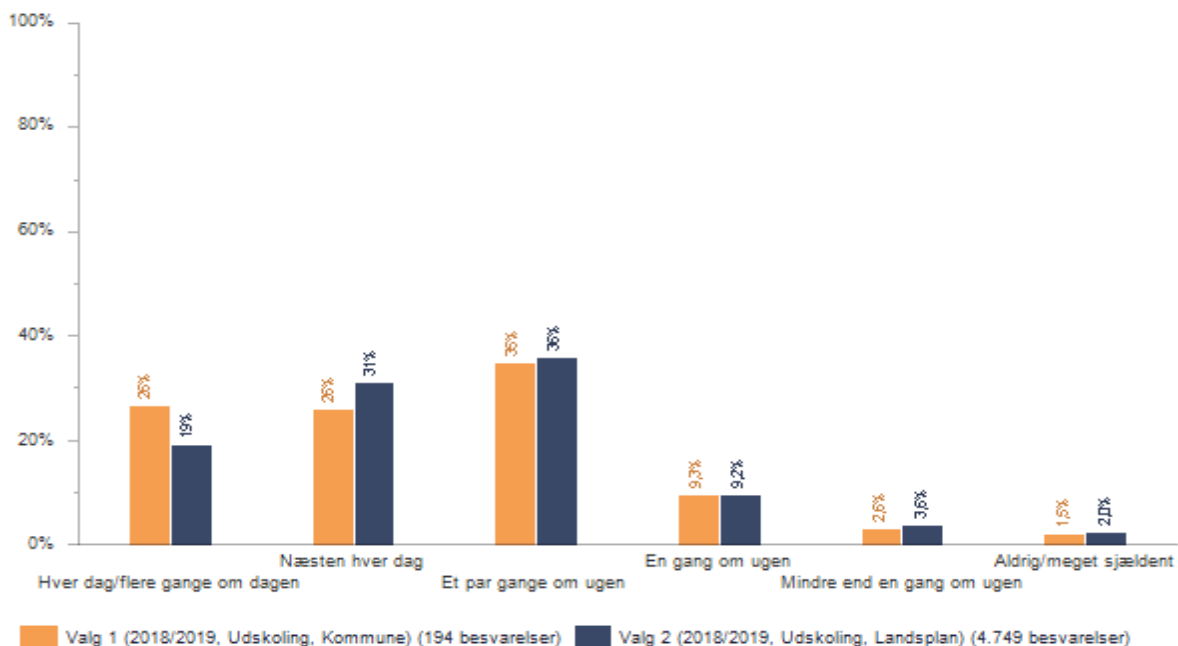
Er sammen med venner



Socialt samvær. Selv om det på eleverne lyder som om, at meget samvær med venner sker over nettet, så ses det ovenfor, at de fleste også tit er fysisk sammen med deres venner.

Krop og bevægelse

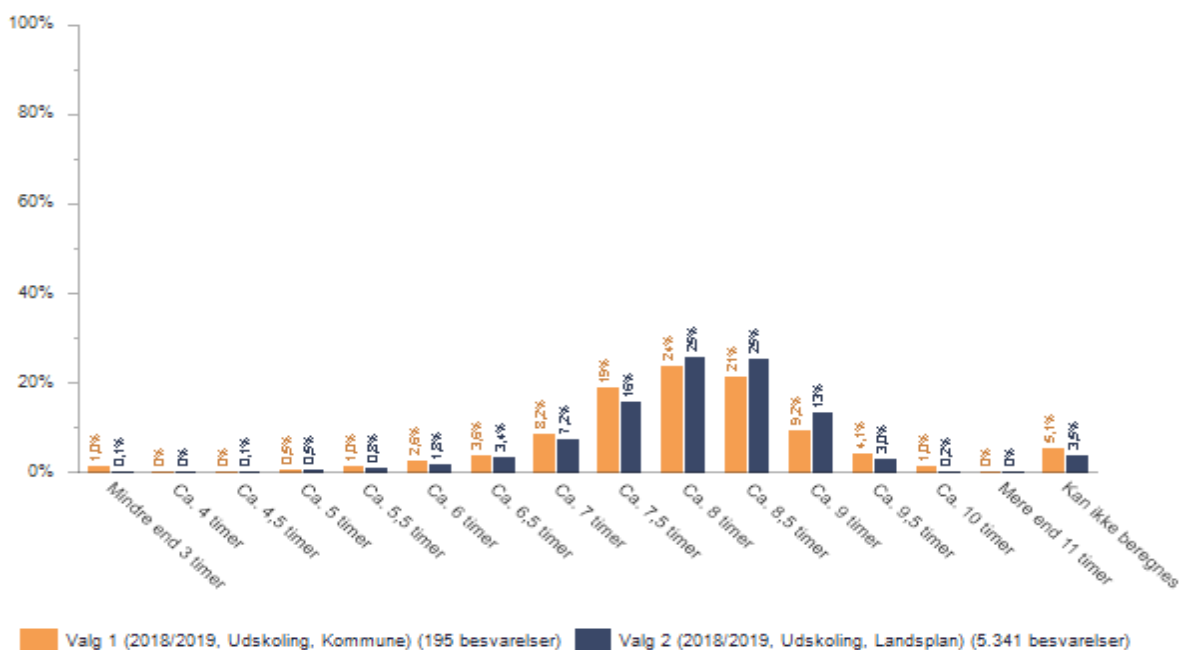
Hvor tit bevæger du dig, så du bliver svedig eller forpustet?



Fysisk Aktivitet. 88 % svarer, at de bevæger sig mere end en gang om ugen, hvilket ligger en smule over landgennemsnittet på 86 %.

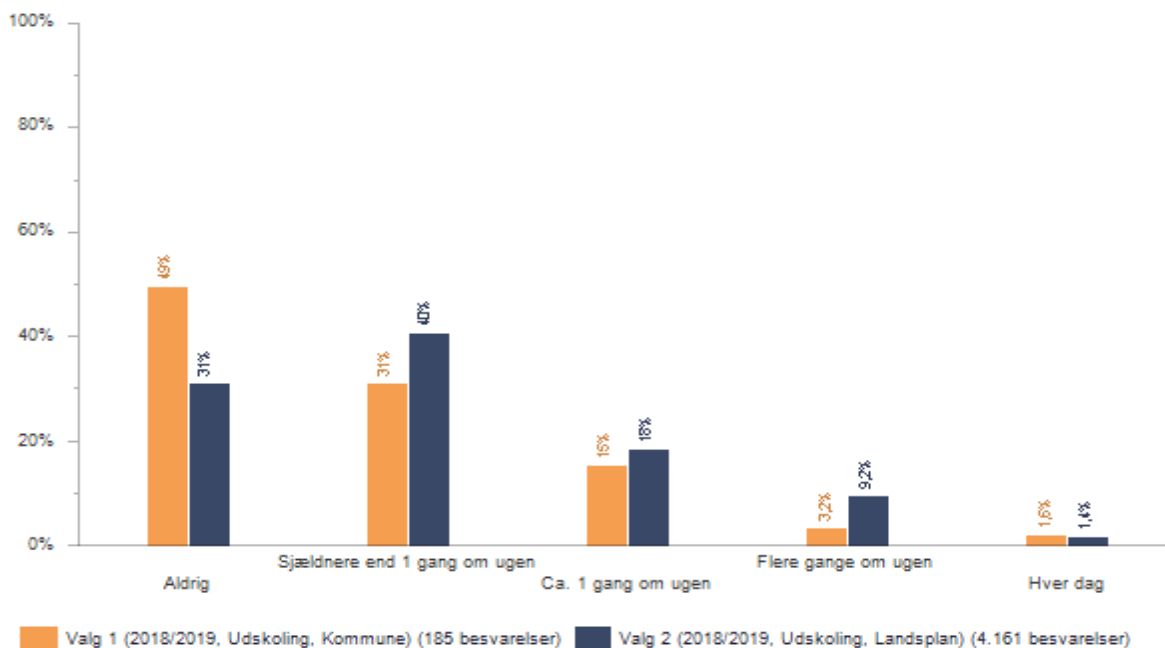
Søvn

Timer søvn:



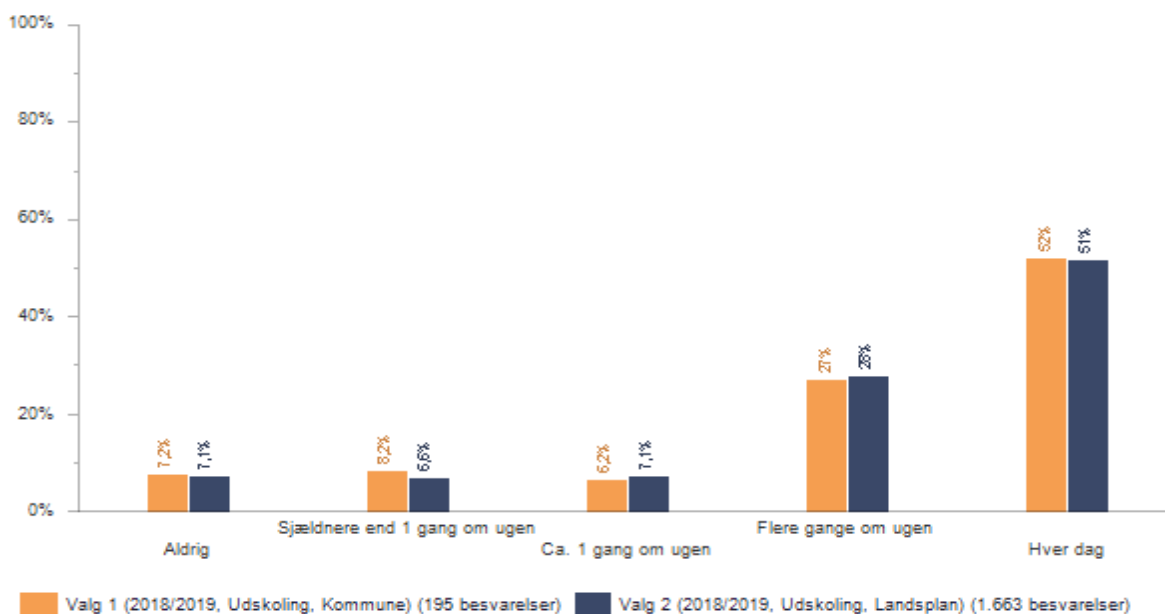
Søvn. 35,4 af eleverne sover mindre end 8 timer, hvor det på landsplan er 29,4 elever. I 2017-2018 var det 37 %, der sover mindre end 8 timer.

Hvor ofte sover du dårligt eller uroligt om natten?



Søvnproblemer. 4,8 % sover dårligt eller uroligt om natten flere gange om ugen, hvor det i 2017-2018 var 11,4 %. Der er dermed sket et fald. 19,8 % svarer, at de hver uge, eller oftere, har svært ved at falde i søvn, hvor det i 2017-2018 var 24 %. Her ses ligeledes et fald.

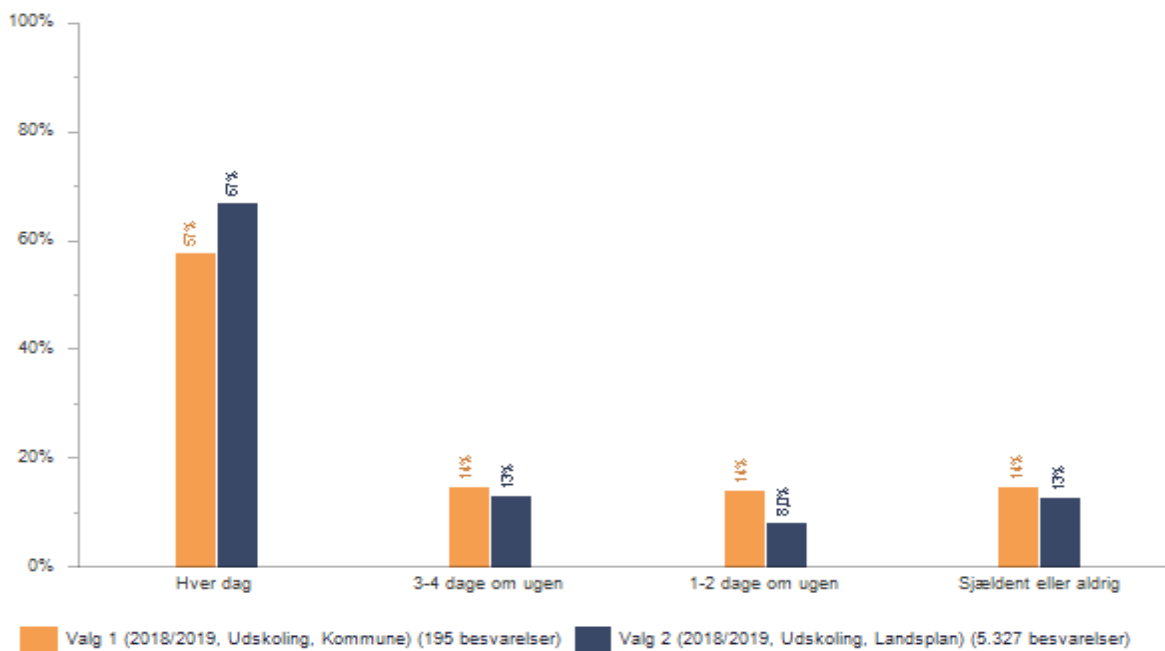
Hvor ofte bruger du telefon/tablet/iPad og lignende, mens du ligger i sengen og skal til at sove?



Elektronik i sengen. 79 % af eleverne bruger telefonen flere gange om ugen eller hver aften, når de er gået i seng. I 2017-2018 var det 88 %. Der er dermed sket et fald, hvilket er positivt.

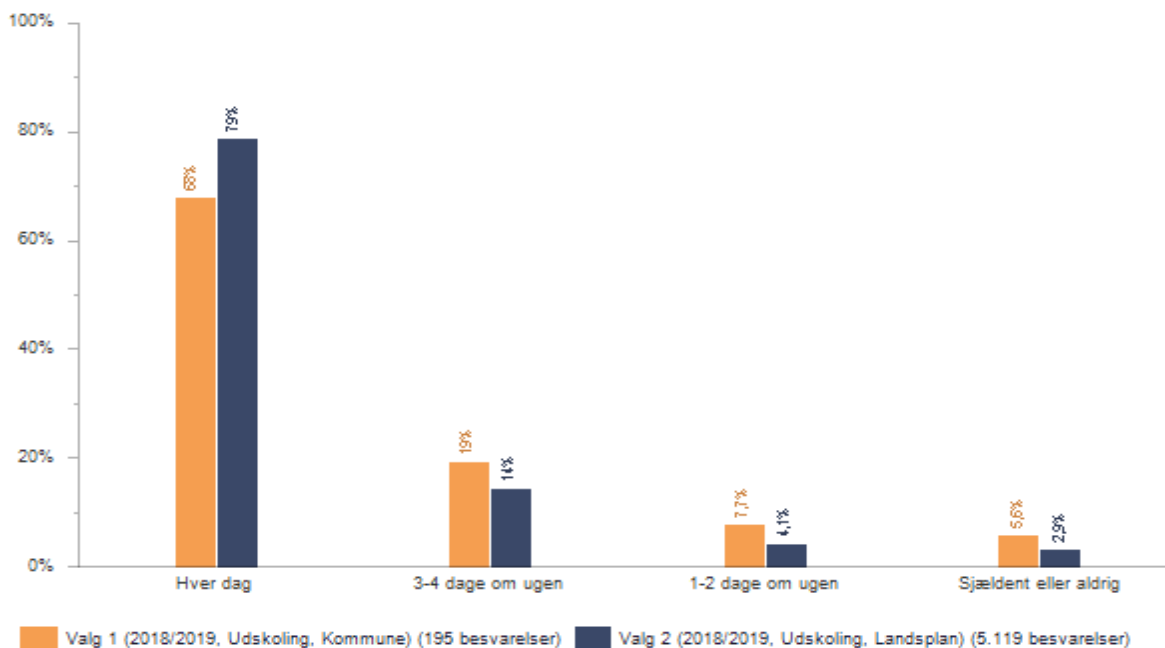
Mad og måltider

Hvor tit spiser du morgenmad før du skal i skole?



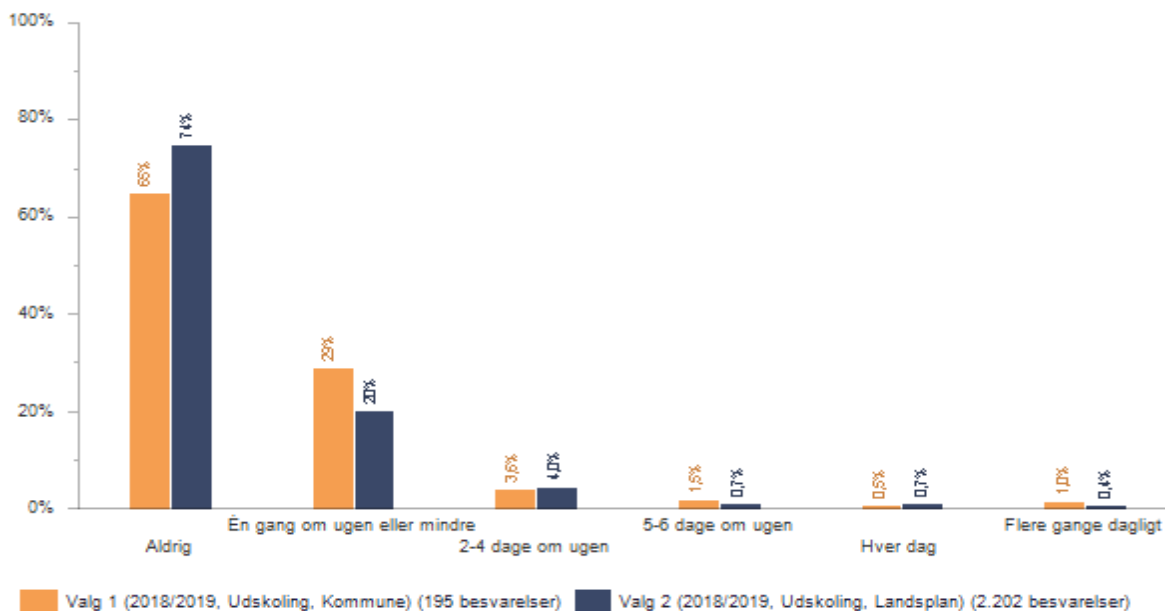
Morgenmad. På landsplan spiser 67 % morgenmad hver dag. I Ishøj gælder det for 57 %. I 2017-2018 var det 44 %, og der er dermed sket en stigning.

Hvor tit spiser du frokost, når du er i skole?



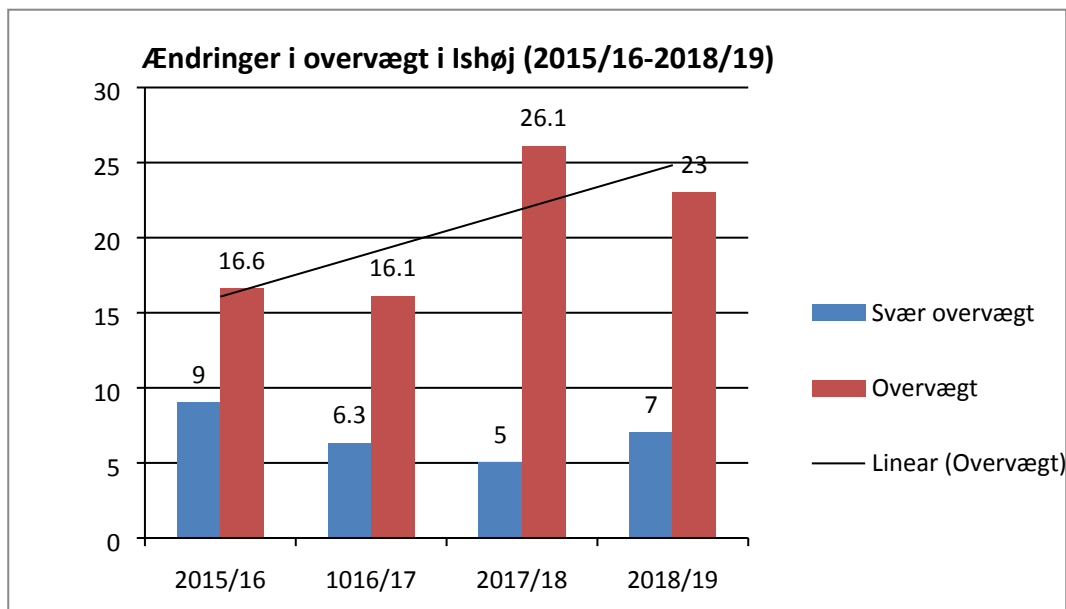
Frokost. 65 % af eleverne i Ishøj spiser frokost hver dag i skolen, hvor der var 79 % på landsplan. I 2017-2018 var der 63 % der spiste frokost hver dag i Ishøj, hvor der var 76 % på landsplan.

På en normal uge: Hvor mange gange plejer du at drikke energidrikke (fx Red Bull, Cult, Burn)?

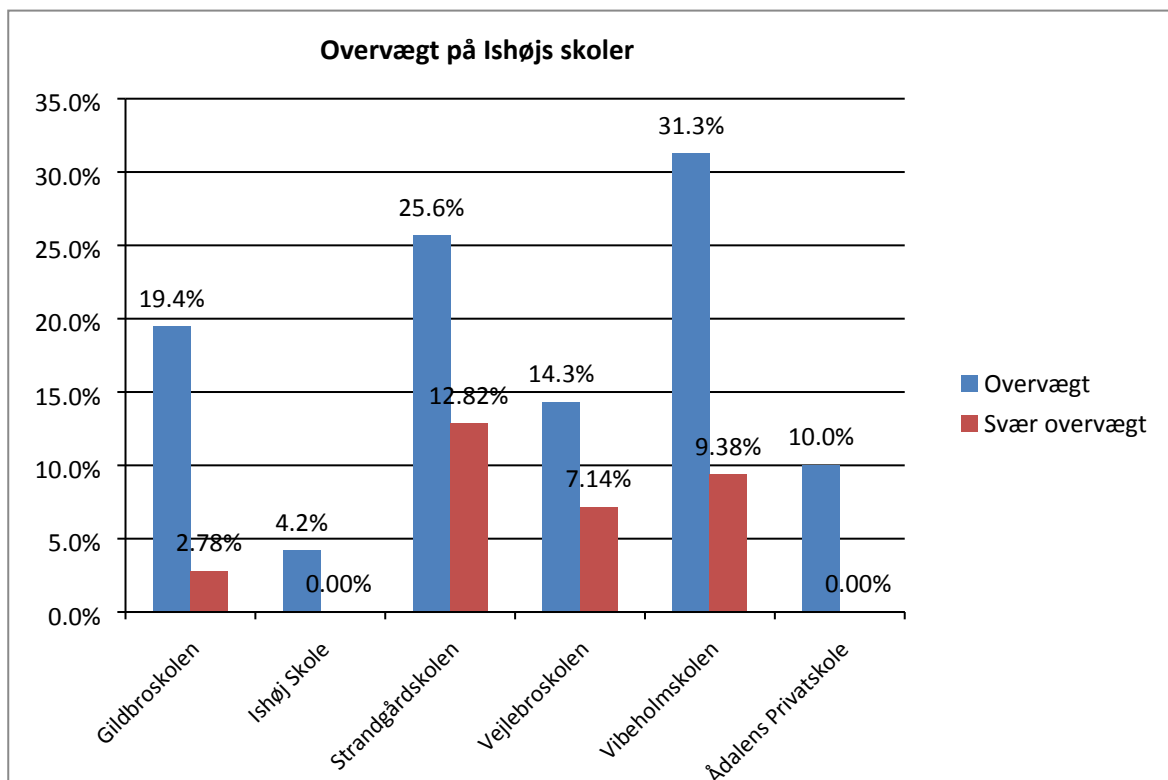


Energidrikke. 65 % elever svarer, at de på en normal uge aldrig drikker energidrikke, hvor det på landsgennemsnit ligger på 74 %. I 2017-2018 var der 65 % af eleverne i Ishøj der svarede, at de på en normal uge aldrig drak energidrikke, hvor det lå på 75 % på landsplan.

BMI

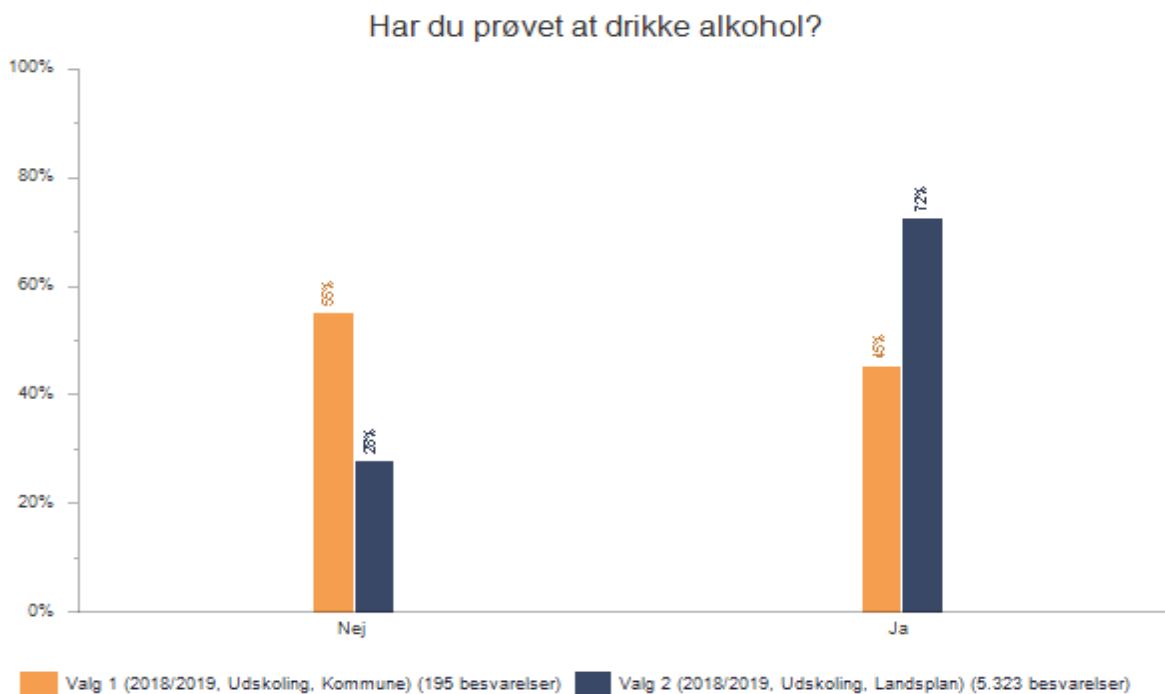


Ændringer i overvægt fra 2015/16-2018/19. Overordnet, fra 2015/16-2018/19, ses der at være en stigning i overvægt i Ishøj, når man ser på tendenslinjen i tabellen. Men det kan fremhæves, at der er sket et fald i overvægten fra 2017/18-2018/19, i mens der er sket en stigning i svær overvægt fra 2017/18-2018/19.



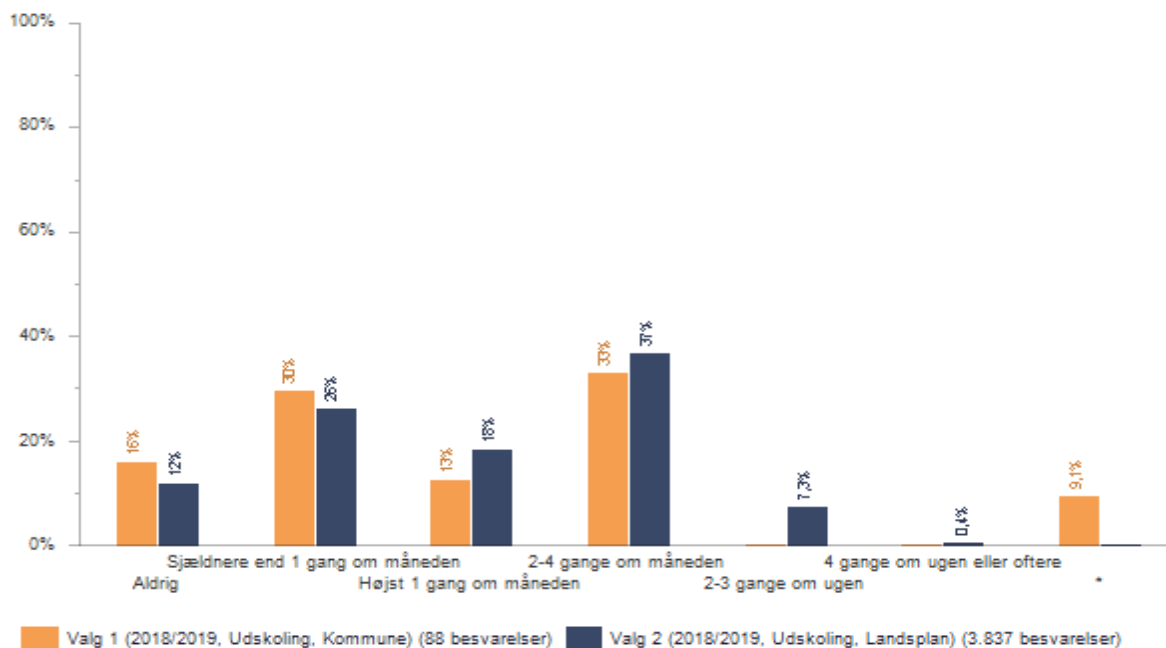
Svær og moderat overvægt fordelt på skoler. Det ses, at der på Ådalens Privatskole og Ishøj Skole ikke er nogle svær overvægtige. Disse to skoler har den laveste score på kategorien 'overvægt'. De to skoler, hvor der er flest overvægtige, er Strandgårdsskolen og Vibeholmsskolen.

Alkohol



Alkohol. I Ishøj er der 55 % af eleverne i 9. klasse, der aldrig har drukket alkohol. Det er flere ind på landsplan, hvor det ligger på 26 %.

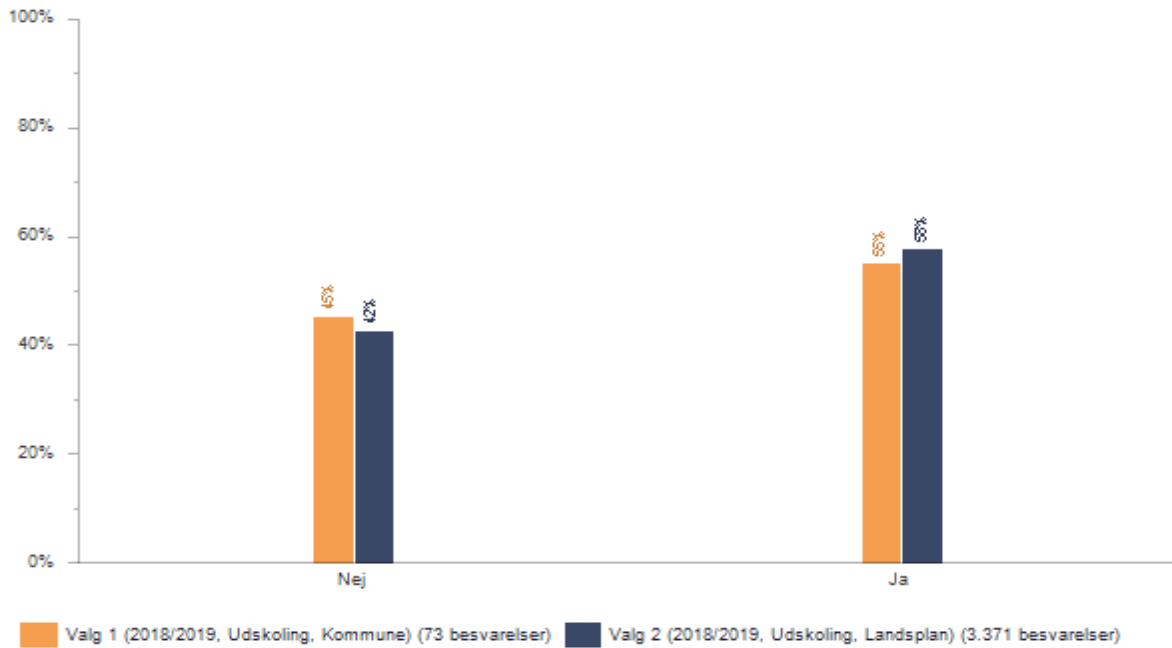
Hvor tit drikker du noget, der indeholder alkohol? (øl, vin, breezer eller lign.)



*Denne er sammenlagt af flere svarkategorier, da der er under 3 besvarelser i nogle af svarmulighederne.

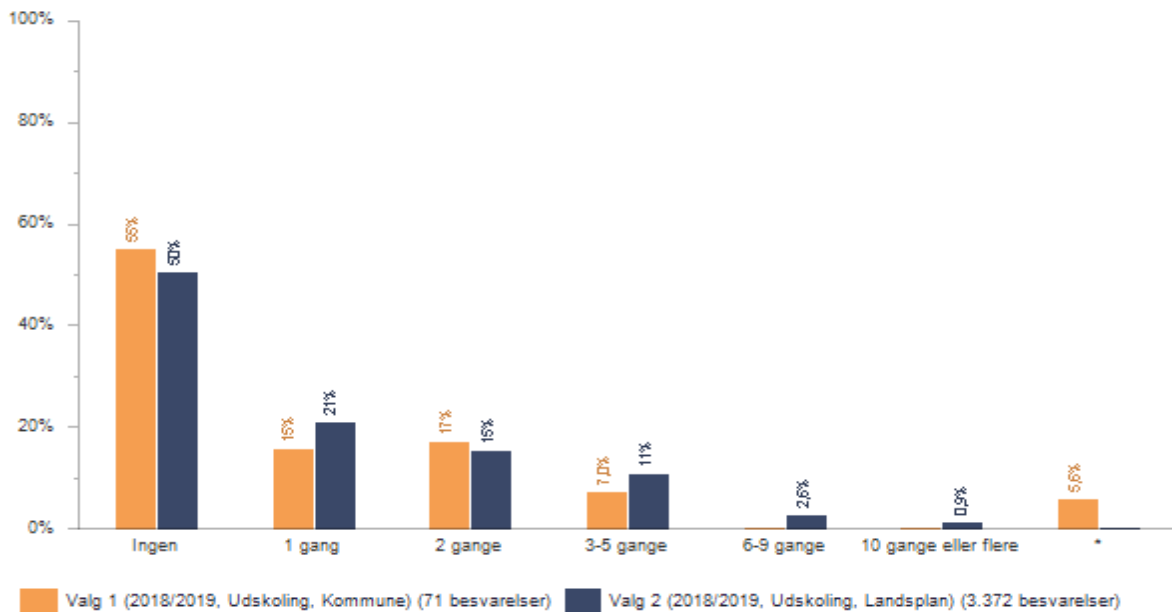
Hyppighed af alkoholindtag. De, der svarer ja til at have drukket alkohol, som er 45 % af de 195 besvarelser, bliver spurgt hvor ofte, de gør det. 42,1 % af dem drikker 2-4 gange om måneden eller oftere, hvor det sidste år var 52 %. Der er dermed sket et fald, og Ishøj ligger nu nærmere landsgennemsnittet.

Har du nogensinde prøvet at være fuld?



Prøvet at være fuld. De, der svarer ja til at have drukket alkohol, som er 45 % de af 195 besvarelser, bliver spurgt om de har været fulde. 55 % svarer, at de har været fulde, hvor det sidste år var 69 %. Der er dermed sket et fald. Samtidig er det færre i Ishøj end på landsplan, der har prøvet at være fulde.

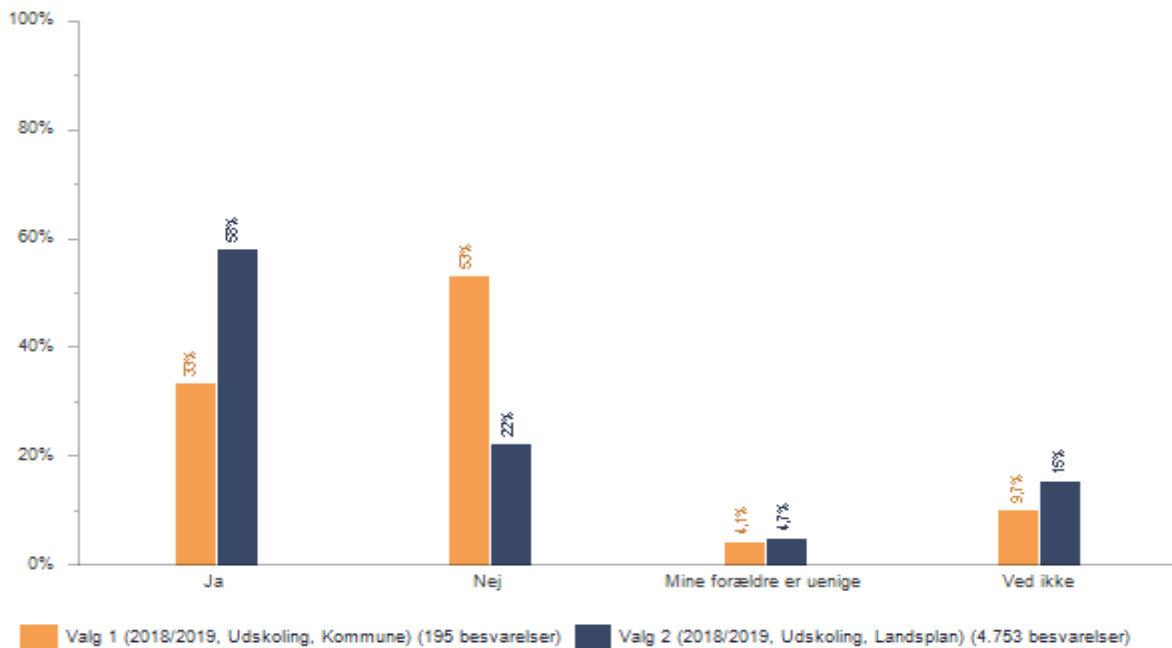
Tænk tilbage på de sidste 30 dage. Hvor mange gange har du drukket 5 eller flere genstande ved samme lejlighed?



*Denne er sammenlagt af flere svarkategorier, da der er under 3 besvarelser i nogle af svarmulighederne.

Drukke mere end Sundhedsstyrelsens maxgrænse på 5 genstande på en aften. 29,5 % har svaret, at de 2 eller flere gange de sidste 30 dage har drukket mere end 5 genstande på en aften. I 2017-2018 lå dette tal på 42 %, og der er dermed sket et fald.

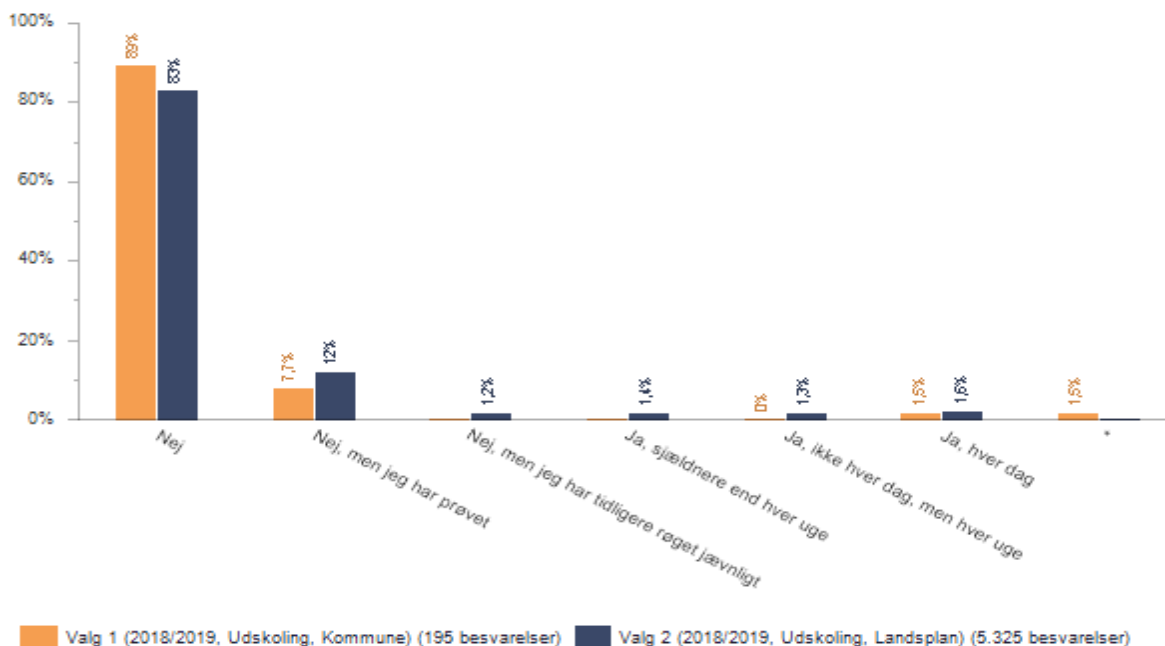
Må du drikke alkohol for dine forældre?



Forældrenes holdning til alkohol. 33 % af forældrene i Ishøj tillader deres barn at drikke alkohol. I 2017-2018 lå dette tal på 40 %, og der er dermed sket et fald. Det ses, at flere børn på landsplan må drikke alkohol for deres forældre.

Rygning, snus og lattergas

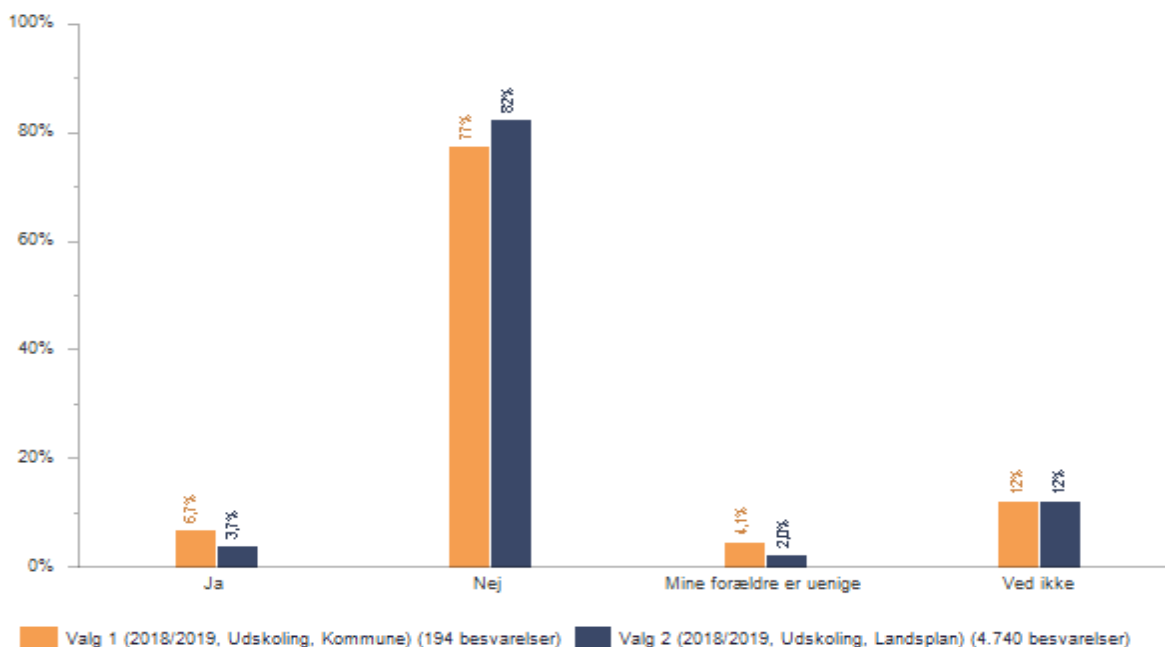
Ryger du cigaretter?



*Denne er sammenlagt af flere svarkategorier, da der er under 3 besvarelser i nogle af svarmulighederne.

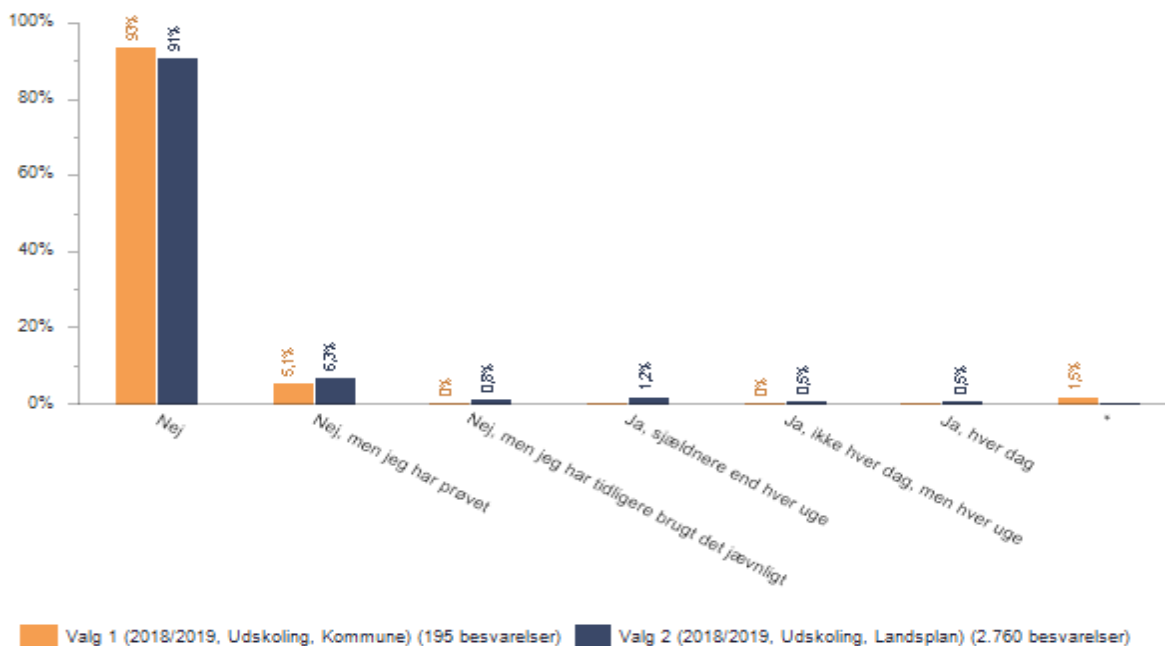
Rygning. 1,5 % af eleverne i Ishøj ryger dagligt, hvor det på landsplan er 1,6 %. 89 % i Ishøj har aldrig prøvet at ryge cigaretter, hvor det på landsplan ligger på 83 %.

Må du ryge for dine forældre?



Forældrenes holdning. Der er ikke stor forskel på forældrenes holdning til deres børns rygning i Ishøj og på landsplan.

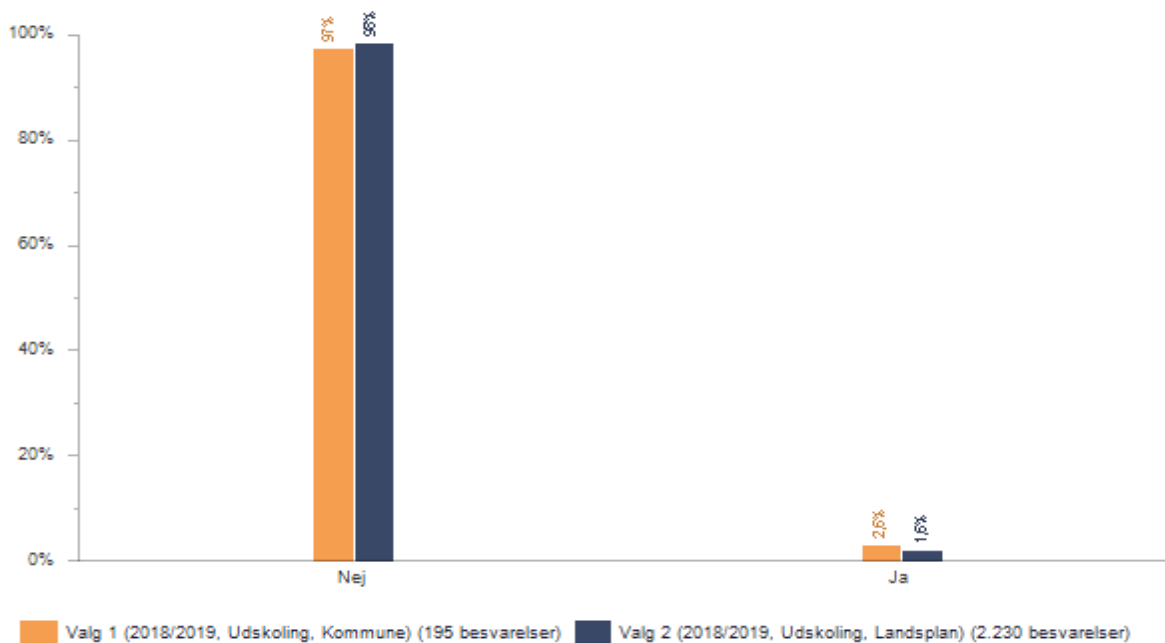
Bruger du snus?



*Denne er sammenlagt af flere svarkategorier, da der er under 3 besvarelser i nogle af svarmulighederne.

Snus. 93 % svarer nej til om de bruger snus. 1,5 % svarer, at de har prøvet snus eller tidligere har brugt det jævnligt.

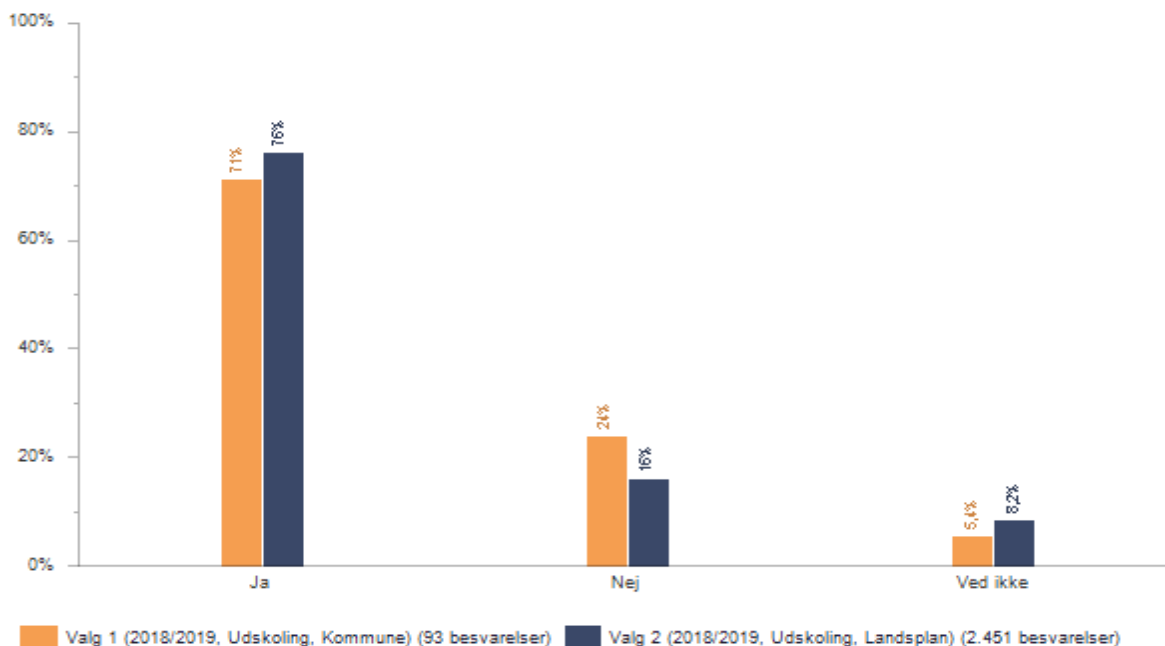
Har du prøvet at tage lattergas sammen med venner, til fest eller alene?



Lattergas. Brug af lattergas som rusmiddel er i stigning i blandt unge, men i Ishøj er der kun 2,6 %, der svarer, at de har prøvet at tage lattergas.

HPV vaccination

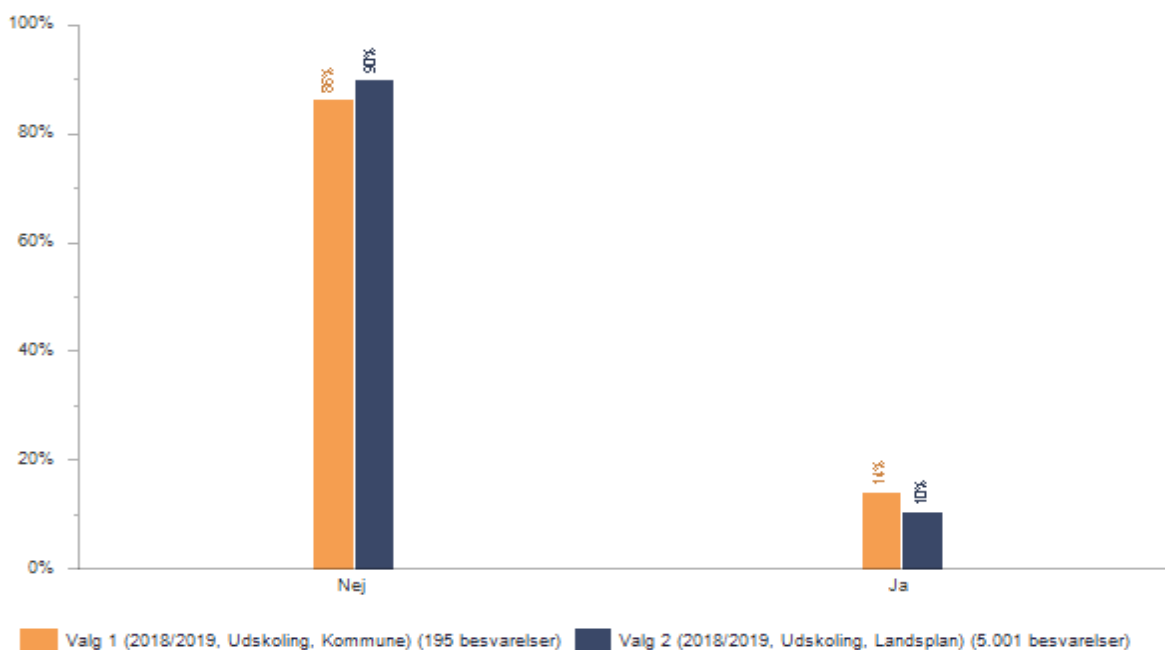
Har du fået vaccination for livmoderhalskræft (HPV)?



HPV vaccination. Sundhedsstyrelsen har lavet en stor informationskampagne, som har øget tilliden til HPV vaccine. I Ishøj er 71 % blevet vaccineret, hvor det på landsplan er 76 %.

Astma

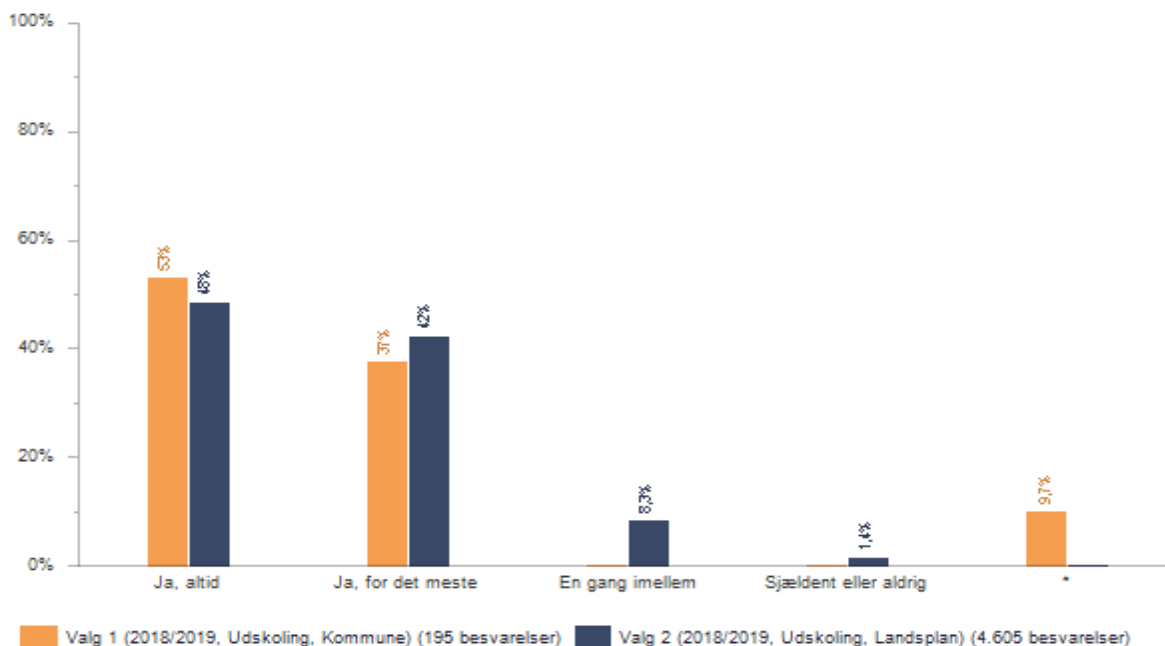
Har en læge sagt, at du har astmatisk bronchitis/astma?



Astma. Der laves i ind – og udskolingen en særlig indsats for at opspore astma, og ved symptomer på astma, eller ved utilstrækkelig behandling, henvises til egen læge. 14 % svarer, at de har fået konstateret astma hos en læge, hvilket er lidt højere end på landsplan.

Fællesskab og sammenhold

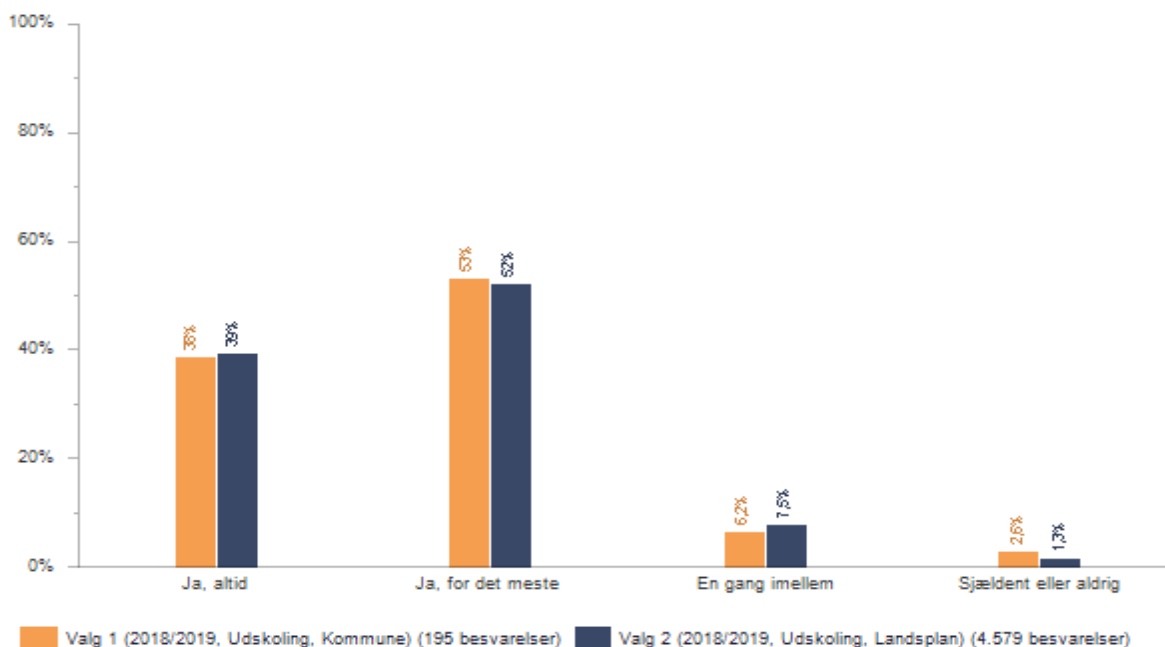
Er du med i fællesskabet i klassen?



*Denne er sammenlagt af flere svarkategorier, da der er under 3 besvarelser i nogle af svarmulighederne.

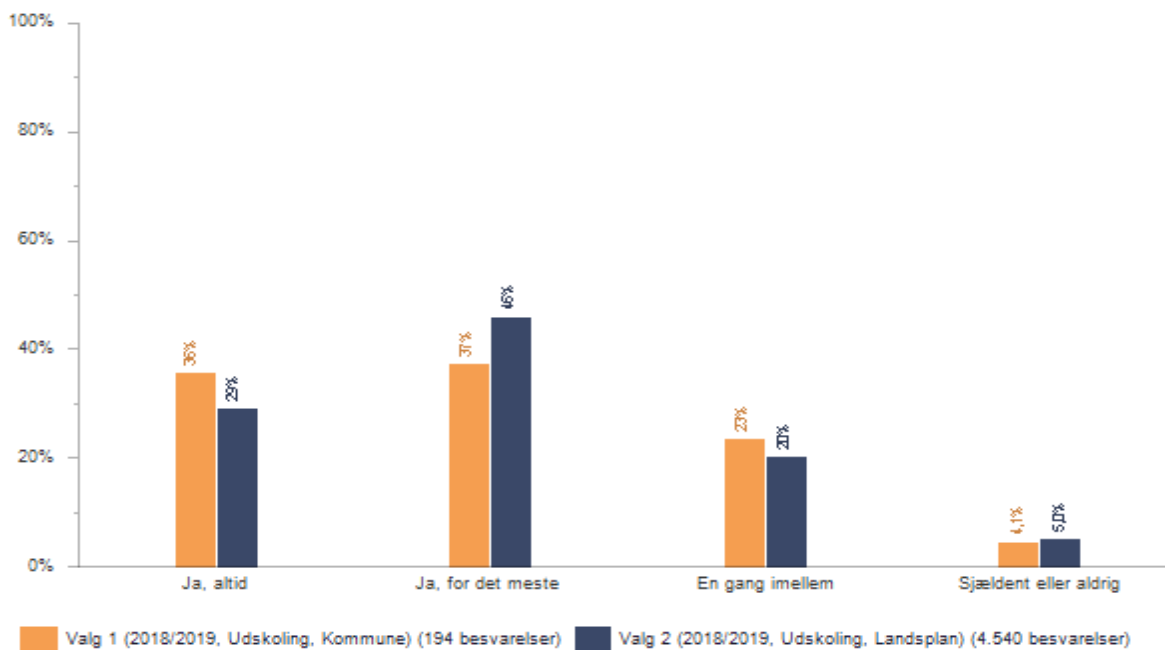
Med i fællesskabet. 90 % svarer, at de for det meste er med i fællesskabet. 9,7 % svarer, at de kun er det engang i mellem, sjældent eller aldrig.

Synes du, I er gode ved hinanden i klassen?



Gode ved hinanden. 89 % svarer, at de altid eller for det meste synes, at de er gode ved hinanden. 8,8 % svarer, at dette kun er engang i mellem, sjældent eller aldrig.

Hvis en klassekammerat har det svært, er der så en voksen, der gør noget?



Hjælp fra de voksne. 73 % føler, at de altid eller for det meste kan hente hjælp fra en voksen, når behovet er der. Dette tal lå sidste år på 60 %, og der er dermed sket en stigning.