



Ishøj Kommune

NOTAT VEDRØRENDE

SUNDHEDSPROFIL FOR 8. og 9. KLASSER I ISHØJ KOMMUNE

En kortlægning af elevers sundhed og trivsel ved udskolingssamtale i
skoleåret 2024-2025

Udarbejdet af sundhedsplejen, Center for Børn og Forebyggelse, juli-
august 2025

Indhold

1. Baggrund og materiale.....	3
1.1 Spørgeskemabesvarelser	3
2. Sundhedsprofilen i hovedtræk	4
2.1 Fysisk sundhed	4
2.2 Mental sundhed	5
2.3 Sundhedsprofilen i Ishøj Kommune	6
2.4 Kommunal sundhedsprofil i forhold til landsplan 2024–2025	7

1. Baggrund og materiale

Fra og med skoleåret 2024/2025 er sundhedsplejens tilbud til elever i udskoling ændret. Fremover vil udskolingsundersøgelsen blive gennemført i 8. klasse, mens elever i 9. klasse vil modtage undervisning med fokus på emnet "Pas godt på din sundhed og dig selv – fra ung til voksen."

Baggrunden for ændringen er et ønske om at kunne identificere og støtte elever i mistrivsel tidligere. Ved at rykke helbredsundersøgelse, screening og samtale frem til 8. klasse får sundhedsplejen bedre mulighed for at iværksætte relevante tiltag sammen med eleverne i god tid inden skoleafslutning. Samtidig vurderes det, at elever i 9. klasse vil være mere modne og dermed i højere grad kunne relatere til og få udbytte af den sundhedspædagogiske undervisning. I denne overgangsperiode har elever fra både 8. og 9. klasse modtaget tilbud om udskolingssamtale i skoleåret 2024-2025. Det betyder, at der i denne rapport besvarelser af både 8. og 9. klasser i Ishøj kommune.

Sundhedsplejen i Ishøj Kommune vil fremover tilbyde en udskolingsundersøgelse til alle elever i 8. klasse med den sundhedsplejersker, som er tilknyttet elevens skole.

Forud for undersøgelsen udfylder eleverne et elektronisk spørgeskema via en invitation på skolens intranet. Forældrene informeres samtidig via Aula. De seneste syv år er analyseværktøjet BørneUngeLiv blevet anvendt til besvarelsen. Analyseprogrammet er brugervenligt og anvendes i dag af omkring 70 kommuner. Det muliggør sammenligning med et landsgennemsnit, dog med forbehold, da ikke alle kommuner deltager.

Undersøgelsen har til formål at skabe en sundhedsprofil for udskolingselever i grundskolen og dermed have mulighed for at følge udviklingen i elevernes sundhedsadfærd i Ishøj Kommune.

Sundhedsprofilen kan anvendes som et redskab i det tværfaglige samarbejde om forebyggende og sundhedspædagogiske indsatser. Den giver mulighed for at målrette støtte til enkelte elever og grupper af elever for at fremme det sunde liv med stærke fællesskaber og et aktivt fritidsliv.

1.1 Spørgeskemabesvarelser

Spørgeskemaerne i BørneUngeLiv kan både udfyldes anonymt og på CPR-niveau. Ved udskolingssamtalen hos sundhedsplejersken udfyldes det på CPR-niveau. BørneUngeLiv samarbejder med Novax, som er Sundhedsplejens journalsystem. Når skemaet udfyldes på CPR-niveau, kan besvarelsen ses i elevens journal i Novax, hvilket gør det nemt at anvende i forbindelse med samtalen med den enkelte elev. Der anvendes en farvescreening med rød-gul-grøn, som fremhæver, hvilke

områder, der kræver en særlig opmærksomhed. 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 om deres sundhed hos sundhedsplejerskerne på skolen i forbindelse med de svar, som de giver i spørgeskemaet. Dette kan påvirke de informationer, som de ønsker at oplyse om i den sammenhæng. Der vil også være svar, som er påvirkede af, at nogle elever besvarer enkelte spørgsmål for sjov eller af, at de har misforstået spørgsmålenes ordlyd. Besvarelsenerne skal derfor ses som et øjebliksbillede af elevernes oplevelse af egen sundhed og trivsel.

2. Sundhedsprofilen i hovedtræk

Skemaerne i nedenstående afsnit viser udvalgte resultater fra elevernes besvarelser af udskolingsundersøgelsen på 8. og 9. klassetrin i Ishøj Kommune. Der er i alt 427 besvarelser i rapporten. På landsplan indgår data fra i alt 21.499 besvarelser.

En mere detaljeret visning af resultaterne kan ses i bilag til denne rapport.

2.1 Fysisk sundhed

Spørgsmål	8. og 9. kl. i Ishøj 2024-2025	8. og 9. kl. på landsplan 2024-2025
Føler dig sund og rask altid eller for det meste	89 %	86 %
Spiser morgenmad hver dag	41 %	51 %
Bevæger du dig, så du bliver svedig/ forpustet mindst 2 gange om ugen	84 %	87 %
Sover mindre end 8 timer	40 %	33 %
Har følt sig forstyrret af mobiltelefon, efter du har lagt sig til at sove i de sidste 7 dage	32 %	33 %
Ryger ikke cigaretter	94 %	91 %
Har aldrig prøvet at ryge hash el.lign.	99 %	98 %
Har prøvet at drikke alkohol	65 %	66 %

Har fået 12 års vaccine (HPV)	83 %	86 %
--------------------------------------	------	------

Flertallet af elever i 8. og 9. klasse vurderer deres fysiske helbred som godt, hvor **89 %** føler sig sunde og raske altid eller for det meste. En stor del, **84 %**, er fysisk aktive mindst to gange om ugen, hvilket vidner om en generelt aktiv livsstil.

Samtidig peger data på områder med behov for opmærksomhed. Kun **41 %** spiser morgenmad dagligt, hvilket kan påvirke energi og koncentration negativt i skoledagen. Søvnvanerne er også udfordrende for mange: **40 %** sover mindre end de anbefalede otte timer pr. nat, og **32 %** oplever, at mobiltelefonen har forstyrret deres søvn inden for den seneste uge, hvilket kan påvirke både fysisk og mental restitution.

På risikoadfærdsområdet er rygning sjældent – **94 %** ryger ikke cigaretter, og næsten alle (**99 %**) har aldrig prøvet hash eller lignende stoffer. Til gengæld har **65 %** prøvet alkohol, hvilket understreger behovet for fortsat forebyggelse og oplysning omkring alkoholvaner blandt unge.

På vaccinationsområdet er der en høj dækning, hvor **83 %** har modtaget 12-års HPV-vaccinen.

Samlet set viser profilen, at selvom mange elever trives fysisk, er der fortsat områder som kost, søvn og alkoholforbrug, hvor der er behov for målrettede indsatser for at styrke den generelle sundhed og trivsel.

2.2 Mental sundhed

Spørgsmål	8. og 9. kl. i Ishøj 2024-2025	8. og 9. kl. på landsplan 2024-2025
Trives godt eller rigtig godt i skolen	80 %	72 %
Har det godt eller rigtig godt derhjemme	94 %	90 %
Har du det godt eller rigtig godt med vennerne/i fritiden	92 %	90 %
Føler sig ikke ensom	76 %	68 %
Har en eller flere voksne at tale med, hvis noget går dig på?	96 %	95 %

Har en voksen at tale med i skolen, hvis der er brug for det	83 %	79 %
Er ikke blevet mobbet i skolen	79 %	80 %
Har ikke modtaget beskeder, billeder eller videoer, som har gjort dig bange, vred el. de sidste 2 måneder?	80 %	82 %
Synes at du klarer sig godt eller rigtig godt i de fleste fag	58 %	53 %

Overordnet set oplever størstedelen af eleverne i 8. og 9. klasse en god mental sundhed og trivsel. **80 %** angiver, at de trives godt eller rigtig godt i skolen, mens **94 %** har det godt derhjemme og **92 %** trives i fritiden og med venner. Der er generelt gode sociale relationer, og **96 %** har mindst én voksen, de kan tale med, hvis noget går dem på. I skolen oplever **83 %**, at de har en voksen at henvende sig til ved behov.

Flertallet føler sig ikke ensomme (**76 %**) og **79 %** angiver, at de ikke er blevet mobbet i skolen. Desuden har **80 %** ikke modtaget ubehagelige beskeder, billeder eller videoer i de seneste to måneder, hvilket tyder på et relativt trygt digitalt miljø for de fleste.

Samtidig viser dataene også områder, der kræver opmærksomhed. **24 %** oplever ensomhed, og **21 %** har været udsat for mobning, hvilket kan have stor betydning for deres mentale trivsel og selvværd. Selvom de fleste føler sig trygge og har adgang til voksne, viser tallene, at ikke alle elever har samme adgang til støtte og anerkendelse i hverdagen.

Derudover svarer kun **58 %**, at de klarer sig godt eller rigtig godt i de fleste fag. Dette kan være en indikator på, at mange unge oplever faglige udfordringer, hvilket kan påvirke selvtillid, motivation og trivsel i skolen.

Samlet set viser sundhedsprofilen, at mange elever har en god mental trivsel og stærke sociale relationer. Alligevel er der en væsentlig gruppe, der oplever ensomhed, faglig usikkerhed og sociale udfordringer, hvilket understreger behovet for fortsat fokus på mental sundhed, tryghed og støtte i skolemiljøet.

2.3 Sundhedsprofilen i Ishøj Kommune

Sundhedsprofilen for 8. og 9. klasser viser, at størstedelen af eleverne oplever god fysisk og mental sundhed. De fleste føler sig sunde og raske, er fysisk aktive og trives både i hjemmet, i skolen og i fritiden. Eleverne har generelt stærke sociale relationer og høj tillid til voksne, hvilket skaber et positivt fundament for trivsel.

Samtidig peger profilen på flere væsentlige udfordringer. Kun 41 % spiser morgenmad dagligt, og en stor del af eleverne sover for lidt ofte forstyrret af mobiltelefonen. 65 % har allerede prøvet alkohol, hvilket understreger behovet for sundhedsfremmende indsatser.

På det mentale område viser tallene, at 24 % føler sig ensomme, 21 % har været udsat for mobning, og kun 58 % oplever, at de klarer sig godt fagligt. Disse forhold kan påvirke både selvtillid og motivation og tyder på, at en del elever har behov for øget støtte og anerkendelse – både socialt og fagligt.

Alt i alt tegner sundhedsprofilen et billede af en elevgruppe, der overordnet trives, men som samtidig rummer en betydelig andel med fysiske og psykiske udfordringer. Det understreger behovet for målrettede indsatser med fokus på kost, søvn, trivsel og fællesskab for at sikre en lige og bæredygtig sundhedsudvikling for alle elever.

2.4 Kommunal sundhedsprofil i forhold til landsplan 2024–2025

Sammenlignet med landsgennemsnittet viser elever i 8. og 9. klasse i kommunen generelt et tilsvarende sundhedsbillede, men med enkelte markante forskelle. En lidt større andel i kommunen føler sig sunde og raske (89 % mod 86 %) og færre har prøvet hash eller ryger dagligt. Dog er færre elever i kommunen, som spiser morgenmad (41 % mod 51 %), og en mindre andel er fysisk aktive mindst to gange om ugen (84 % mod 87 %). Søvnvanerne er også mere udfordrende i kommunen, hvor 40 % sover under de anbefalede otte timer, sammenlignet med 33 % nationalt, hvilket kan have betydning for både trivsel og koncentration. Forstyrrelser fra mobiltelefon om natten ligger på niveau med landsplan (32 % mod 33 %), og alkoholforbruget er næsten ens (65 % mod 66 %). På vaccinationsområdet ligger kommunen en smule under landsgennemsnittet (83 % mod 86 %).

Mental sundhed og trivsel i kommunen ligger generelt over landsgennemsnittet. Flere elever trives godt i skolen (80 % mod 72 %), har det godt derhjemme (94 % mod 90 %) og i fritiden med venner (92 % mod 90 %). En større andel føler sig ikke ensomme (76 % mod 68 %) og har adgang til voksne at tale med, både generelt (96 % mod 95 %) og i skolen (83 % mod 79 %). Andelen, der ikke er blevet mobbet, svarer stort set til landsgennemsnittet (79 % mod 80 %), og flere i kommunen har undgået ubehagelige

digitale beskeder (80 % mod 82 %). Endelig oplever flere elever i kommunen at klare sig godt fagligt (58 % mod 53 %).

Samlet set viser kommunens sundhedsprofil både ligheder og forskelle i forhold til det nationale billede, hvor særligt morgenmad, søvn og fysisk aktivitet samt mental trivsel fremstår som centrale områder for opmærksomhed og udvikling.