

2016/2017

# Sundhedsprofil

9. klasse



Tove Billeskov  
Ishøj kommune

## INDHOLD

side

1. Resultater, konklusion.....	3
2. Baggrund, materiale .....	4
3. Trivsel, skole og fritid .....	5
4. Fysisk aktivitet .....	10
5. Søvn.....	11
6. Morgenmad og frokost.....	12
7. BMI .....	13
8. Alkohol.....	14
9. Rygning og hash.....	15
10. Skole.....	16
11. Sammenligning 7. og 9. klasse.....	19

---

## Resultater:

---

- 93 % trives godt i skolen
- 97 % af eleverne synes, de har det godt med vennerne
- 97 % har ikke modtaget grimme beskeder på sms eller sociale medier
- 98 % af eleverne har det godt derhjemme
- 53 % spiser morgenmad på alle skoledage
- 78 % er fysisk aktive mindst 2 gange om ugen
- 3,6 % er dagligrygere
- 2,7 % ryger lejlighedsvist
- 67 % har aldrig drukket alkohol
- 96 % har aldrig prøvet at ryge hash, marihuana, pot eller skunk
- 6,7 % har ikke nogen voksen at tale fortroligt med
- 35 % sover mindre end de anbefalede 8-9 timer
- 80 % af pigerne har fået vaccination for livmoderhalskræft (HPV)
- 21 % af eleverne er moderat overvægtige, 4,6 % er svært overvægtige

---

## Konklusion:

Hovedparten af eleverne trives godt både hjemme, i skolen og med vennerne. Sammenlignet med sidste år er der færre, der mangler voksne at tale med, når de er kedede af det eller har problemer.

Flere bevæger sig mere end eleverne i 9. klasse sidste år.

En tredjedel af eleverne sover mindre end anbefalet og en tilsvarende andel sover uroligt eller dårligt mindst en gang om ugen. Kun halvdelen af eleverne spiser morgenmad hver dag, før de går i skole. Det betyder at en stor del af eleverne ikke får det optimale udbytte af skoledagen.

Selv om rygning blandt unge er i stigning, afspejles det ikke blandt 9. klasserne. Antallet af dagligrygere er uændret fra året før og der er færre lejlighedsrygere. Indtaget af alkohol er også faldet sammenlignet med året før og ligger langt under landsgennemsnittet.

Der har været en lille stigning i den moderate overvægt, mens svær overvægt er uændret fra året før.

---

## Baggrund og materiale

---

Sundhedstjenesten i Ishøj Kommune tilbyder en udskolingsundersøgelse til alle elever i 9. klasse ved kommunens børne-ungelæge. 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. I skoleåret 2016-17 blev 'Skolesundhed.dk' anvendt som det analyseværktøj, eleverne besvarer spørgeskemaet i. Det er et analyseprogram, som er meget nemt at anvende, og som flere og flere kommuner anvender, hvilket på sigt vil gøre det muligt at sammenligne resultaterne fra Ishøj med et bredt udsnit af landets kommuner. Der er dog endnu ikke så stort et antal besvarelser, vi kan sammenligne os med, så derfor er der ikke vist en sammenligning her i rapporten. Hvor der foreligger betydelige forskelle, er det nævnt under de enkelte spørgsmål. En rapport med disse resultater kan ses på [link??](#)

Spørgeskemaerne i skolesundhed.dk kan både udfyldes anonymt og på CPR-niveau. I 9. klasse gøres det på CPR-niveau. Skolesundhed.dk samarbejder med Novax, som er sundhedstjenestens journalsystem. Når skemaet udfyldes på CPR-niveau, kan besvarelsen ses i elevens journal, som gør det nemt at anvende i forbindelse med samtalen med den enkelte elev. Der kan anvendes en farvescreening, som gør det nemt at "spotte" hvor der evt. er problemer, da besvarelsenerne 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.

I 7. klasse anvender sundhedsplejerskerne skolesundhed.dk på anonymt niveau, som giver en sundhedsprofil på den samlede klasse. Dette giver en god baggrund for en samtale med lærerne og anvendes også i en dialog med klassen om udvalgte områder.

Der var 240 indskrevne elever i 9. klasse i skoleåret 2016-17. Heraf var 218 til udskolingsundersøgelse (91 %), og 223 har besvaret spørgeskemaet (93 %). Højde og vægtmålinger er taget fra elevernes journaler, så her indgår kun målinger fra de elever, der har været til udskolingsundersøgelse.

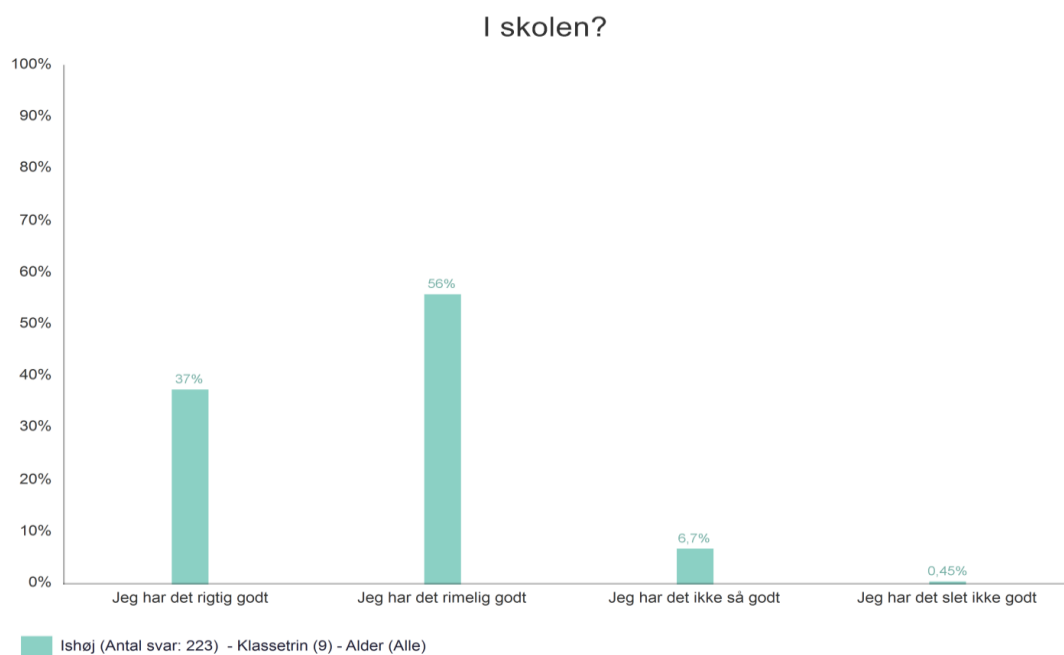
Formålet med sundhedsprofilen for 9. årgang er at følge sundhedsadfærden blandt 9. klasse eleverne i Ishøj Kommune. Profilen kan benyttes som et redskab i det tværfaglige samarbejde i forbindelse med forebyggende og sundhedspædagogiske tiltag og giver mulighed for at målrette indsatsen mod de eventuelle problemer, som sundhedsprofilen viser.

I de foregående år er der blevet udarbejdet en fælleskommunal sundhedsprofil på grundlag af data fra flere af regionens kommuner, herunder Ishøj Kommune. Denne sundhedsprofil falder nu bort, da flere af disse kommuner anvender skolesundhed.dk og sammenligningen derfor kan ske i det regi.

Da eleverne i 7. og 9. klasse svarer på mange af de samme spørgsmål, gør det det nemt at følge eventuelle ændringer i adfærd i løbet af de år, eleverne befinder sig i udskolingen. Det kan ske både som en opfølgning af den enkelte klasse over flere år og som en sammenligning mellem klasser på forskellige klassetrin. Det sidste er gjort for udvalgte spørgsmål og er vist sidst i rapporten.

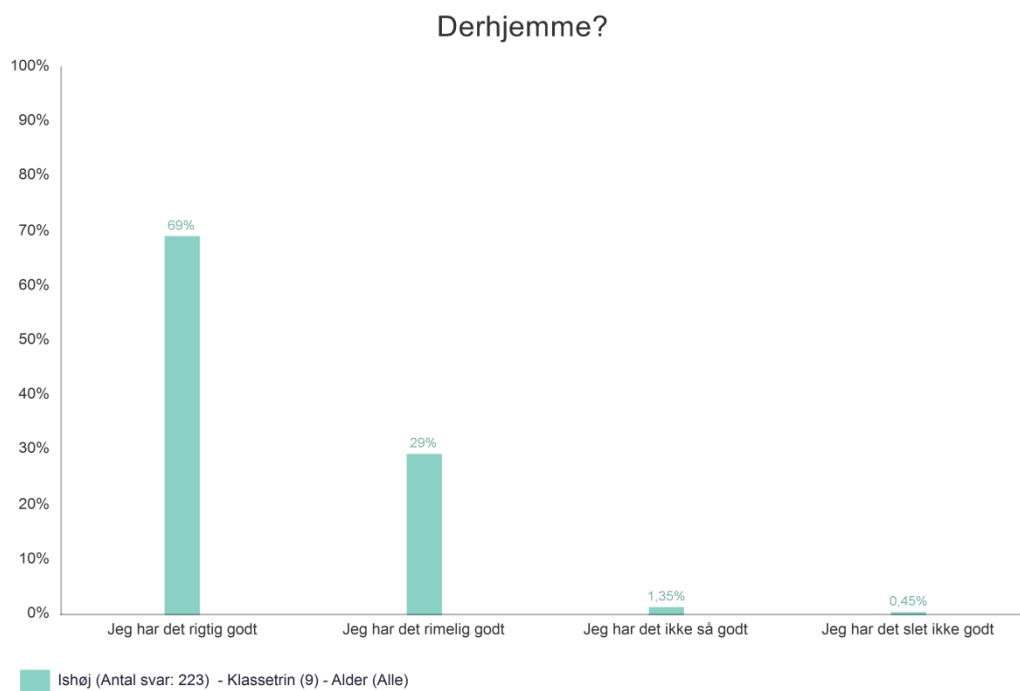
# Trivsel

Fuld rapport, 2016/2017, Grundskole, Udskoling, Udskolingsundersøgelse for 9. klassetrin

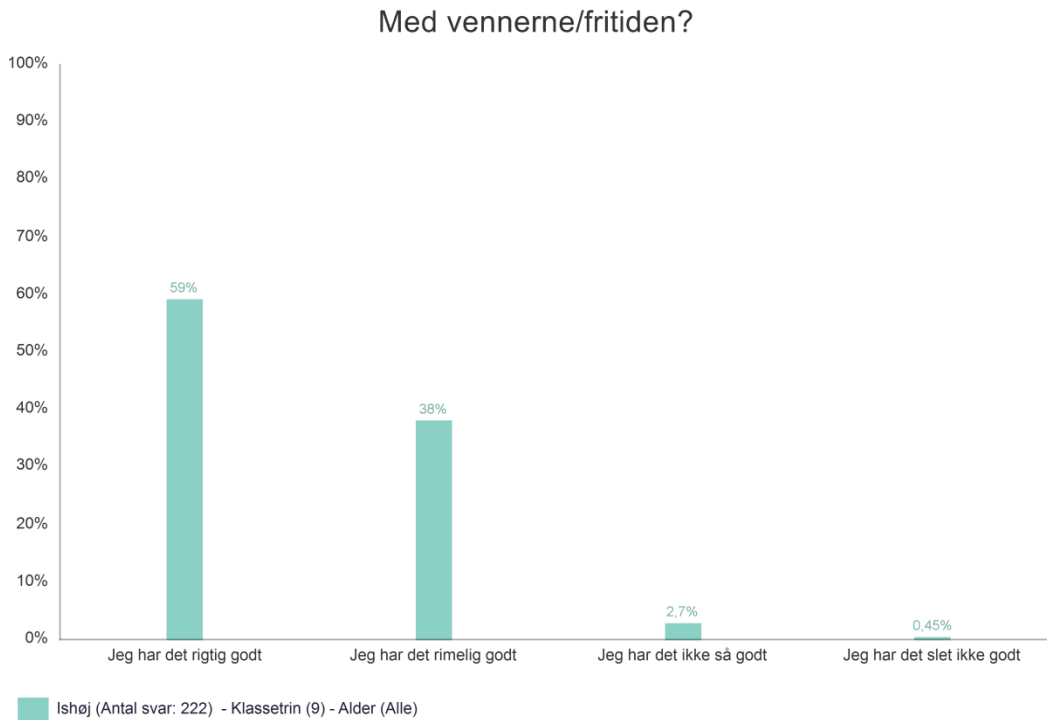


**Figur 1. Trivsel i skolen.** 7,25 % svarer at de ikke har det særlig godt i skolen. I 2015-16 var det 6 %.

Fuld rapport, 2016/2017, Grundskole, Udskoling, Udskolingsundersøgelse for 9. klassetrin

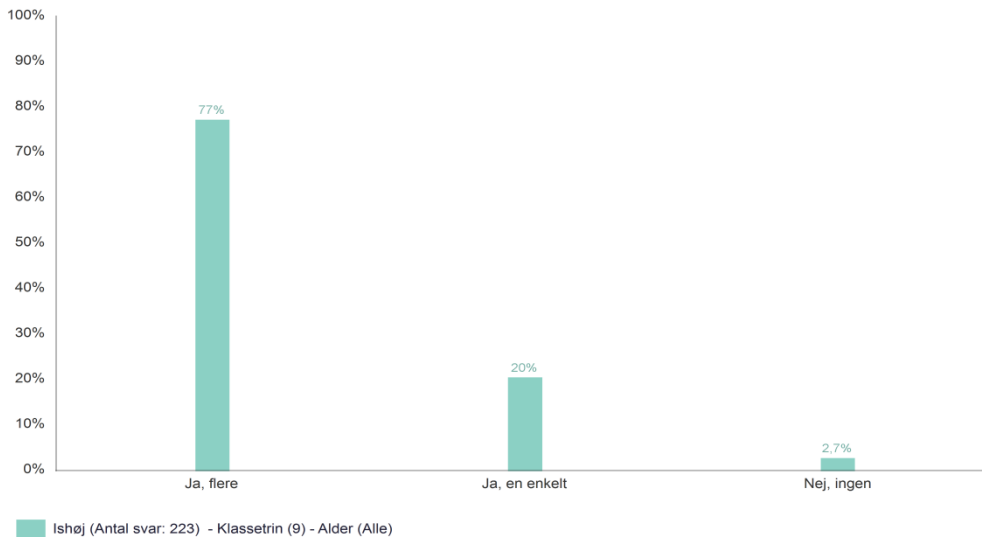


**Figur 2. Trivsel derhjemme.** 1,8 % svarer, at de ikke har det særlig godt derhjemme. I 2015-16 var det 1 %.



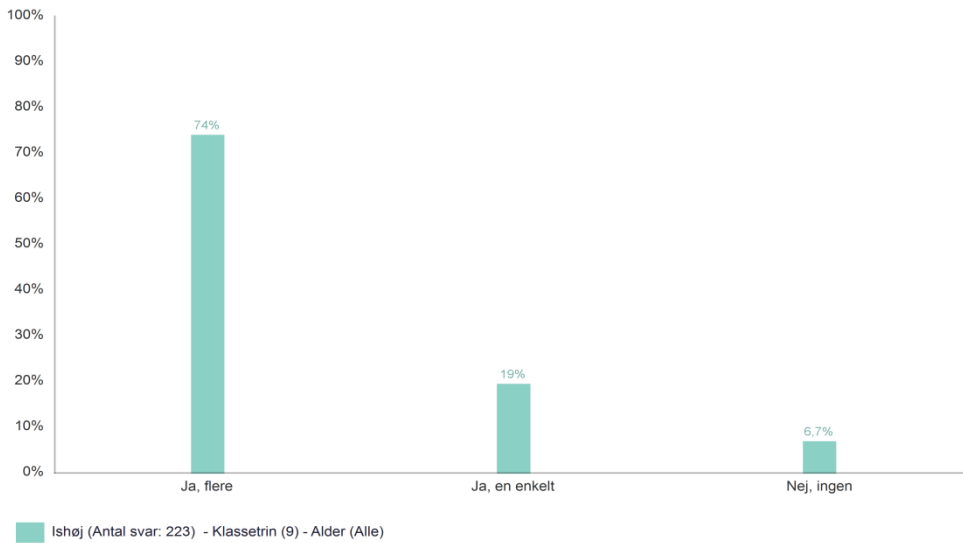
**Figur 3. Trivsel med vennerne og i fritiden.** 3,25 % svarer, at de ikke har det særlig godt med vennerne.

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



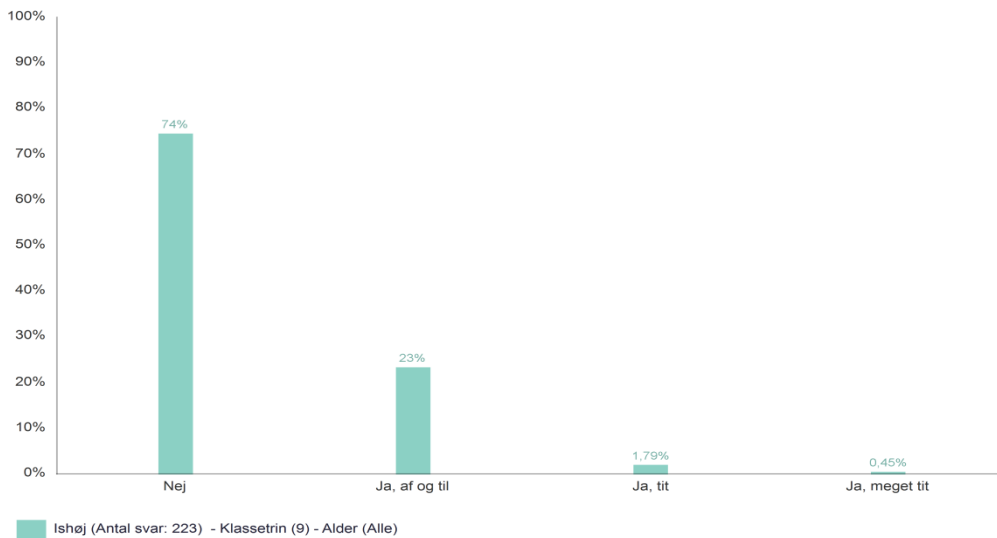
**Figur 4. Venner at tale med.** 2,7 % svarer, at de ingen venner har at tale med, når de er kede af det eller har det svært.

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



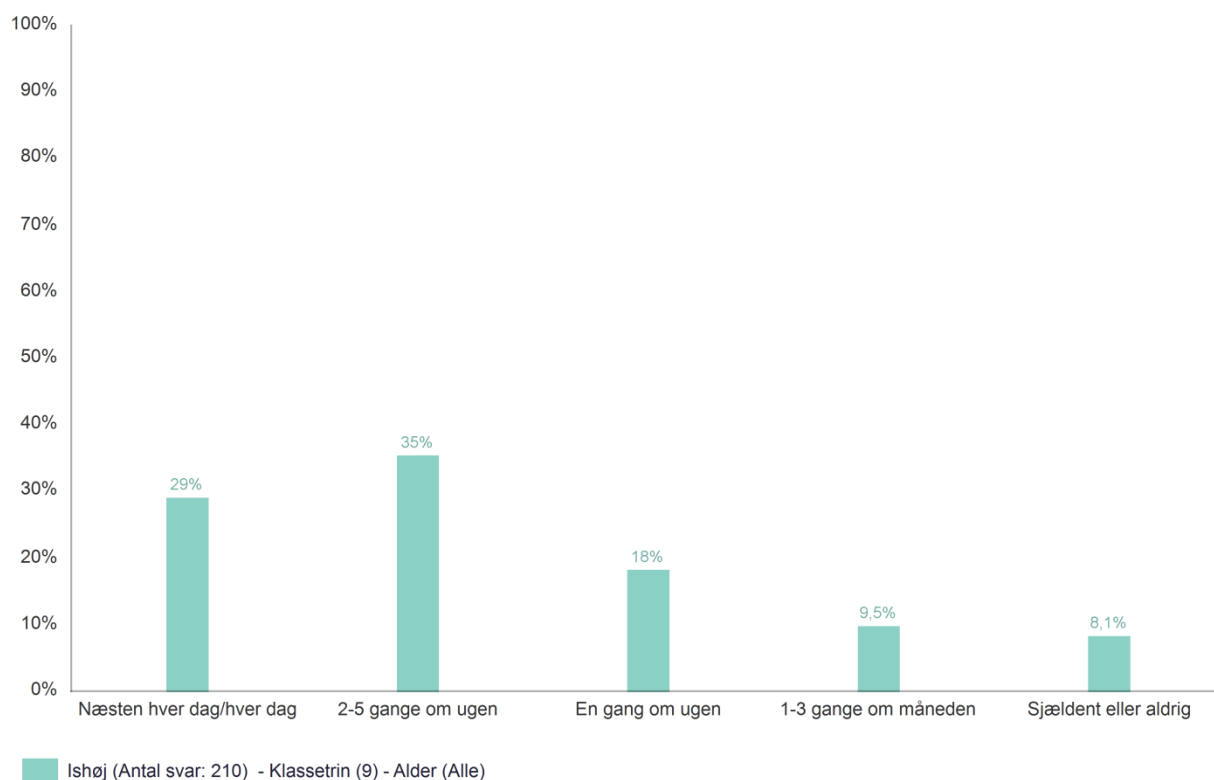
**Figur 5. Voksne at tale med.** 6,7 % svarer, at de ikke har en voksen at tale med, når de er kede af det eller har det svært. I 2015-16 var det 16 %. Sidste år var spørgsmålet formuleret anderledes, idet der blev spurgt, om de unge havde en voksen at tale fortroligt med. Ordet 'fortroligt' er de unge ikke så fortrolige med, men om forskellen skyldes, at nogle ikke ved, hvad de præcist har svaret på, kan man ikke vide. I hvert fald er det positivt, at tallet er faldet.

### Føler du dig ensom?



**Figur 6. Ensomhed.** Kun få føler sig ofte ensomme, 2,25 %. Dette spørgsmål har ikke tidligere været med i spørgeskemaet til udskolingseleverne. I den landsdækkende undersøgelse i Skolesundhed.dk er der i 3,3 %, der svarer, at de ofte er ensomme (2016-17).

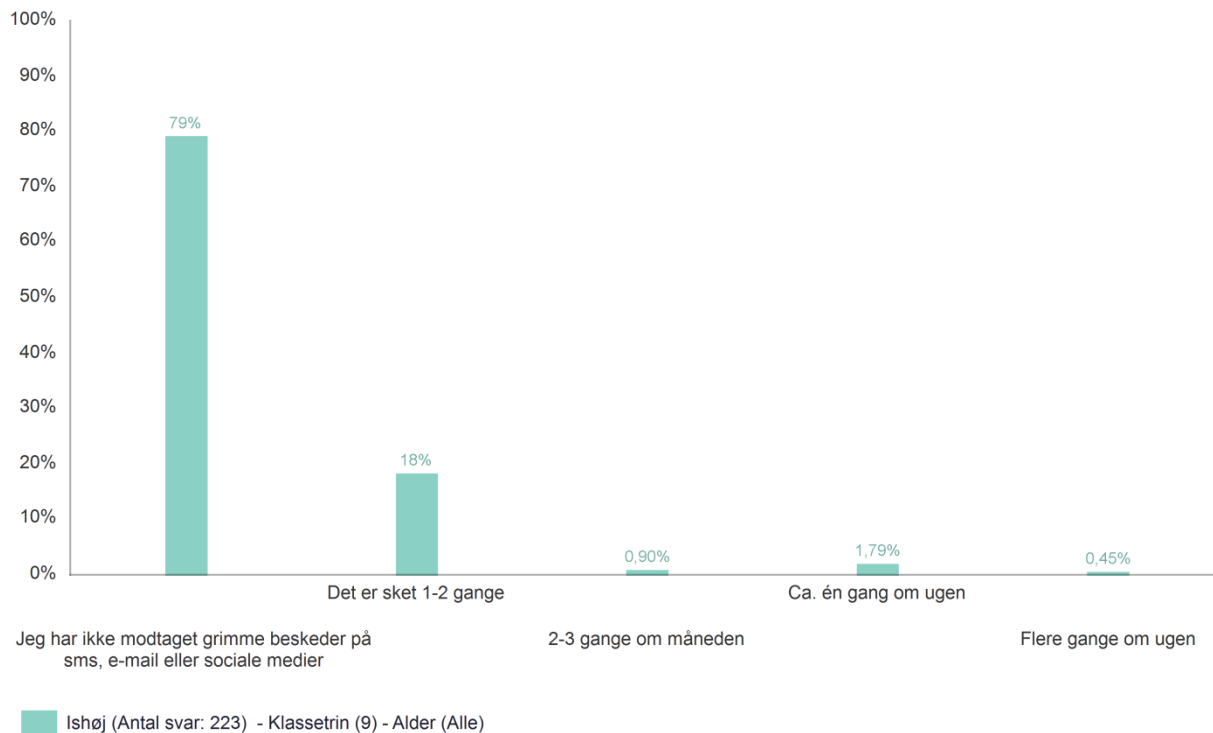
## Er sammen med venner



**Figur 7. Sammen med venner.** Eleverne bliver spurgt, hvor tit de er sammen med venner. 17,6 % svarer, at det er de 1-3 gange om måneden eller sjældnere, hvilket ikke er så ofte for en 15/16 - årig. Sammenholdt med hvor få, der ofte føler sig ensomme, må det opleves som tilstrækkeligt socialt samvær for de fleste, og mange svarer også, at de har meget kontakt via de sociale medier i stedet for at være sammen i virkeligheden.



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

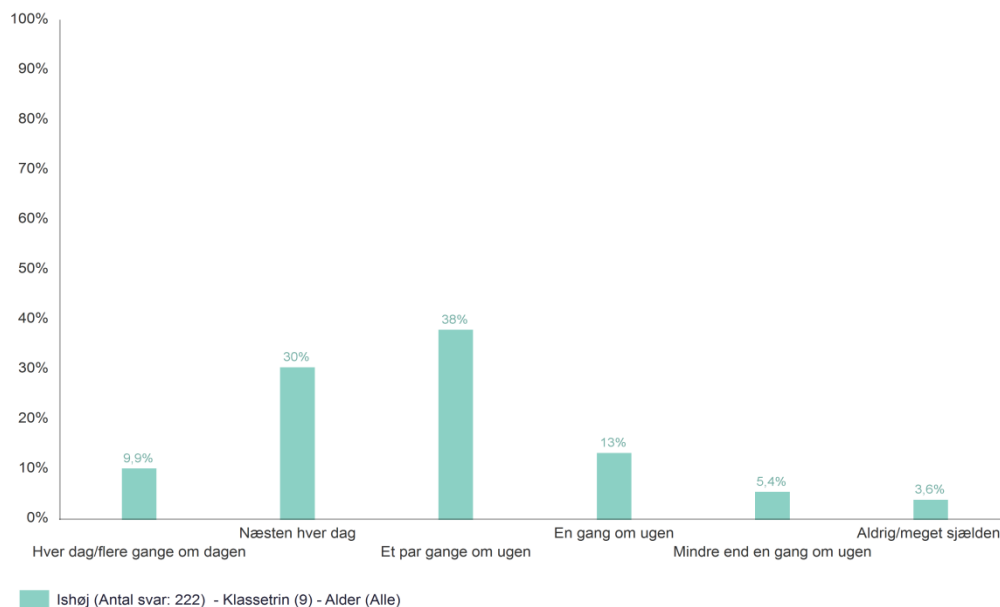


**Figur 8. Grimme beskeder.** 3 % har modtaget grimme beskeder på sms, e-mail eller sociale medier, så det synes ikke i 9. klasse at være et så stort problem som man ofte læser om det i medierne. Det er også mit indtryk, at der i klasserne tales om, hvordan man kommunikerer på de sociale medier.

# Sundhedsadfærd

Fuld rapport, 2016/2017, Grundskole, Udskoling, Udskolingsundersøgelse for 9. klassetrin

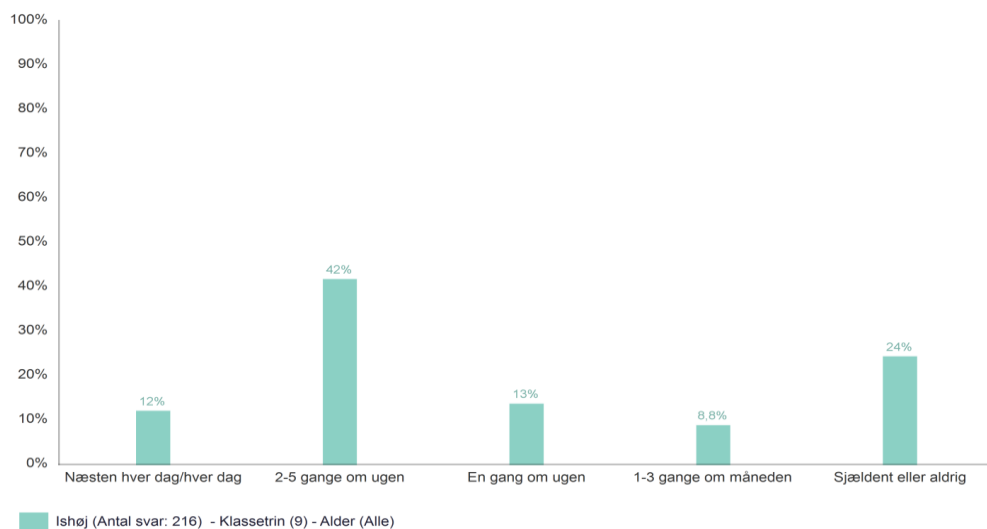
Hvor tit bevæger du dig, så du bliver svedig eller forpustet?



**Figur 9. Motion.** 22 % svarer, at de kun bevæger sig, så de bliver forpustede, en gang om ugen eller sjældnere. Det er færre end i 2015-16, hvor det var 33 %. Det er ikke noget præcist kvantitativt mål, dette spørgsmål giver svar på, men det er dog en indikator på de unges bevægelsesvaner. I den landsdækkende besvarelse på Skolesundhed.dk er det tilsvarende tal 15,5 %.

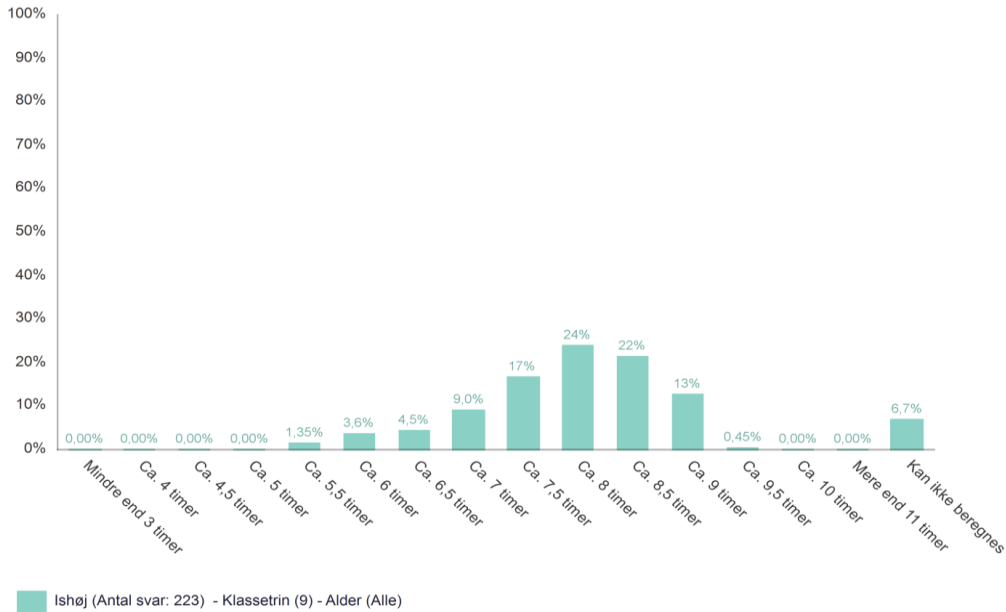
Fuld rapport, 2016/2017, Grundskole, Udskoling, Udskolingsundersøgelse for 9. klassetrin

Dyrker fitness/styrketræning eller går til en aktivitet i en forening, fx fodbold, spejder, teater, musik



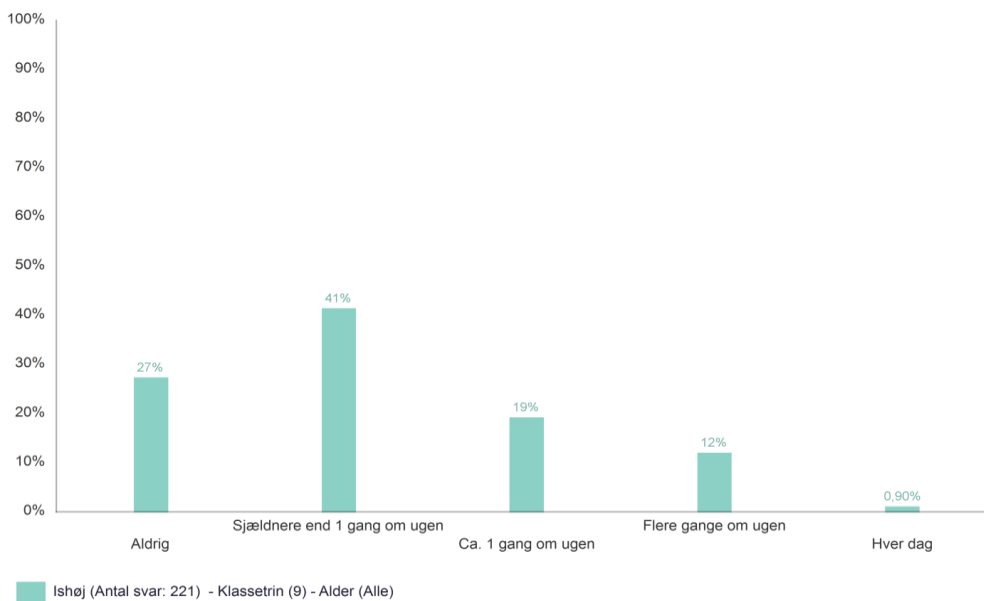
**Figur 100. Fritidsaktiviteter.** Dette spørgsmål forsøger at afdække, hvor mange der er tilmeldt en forening eller et fitnesscenter. Cirka to tredjedele svarer, at de træner eller går til en aktivitet mindst en gang om ugen. Er det sjældnere end en gang om ugen, må man gå ud fra, at de ikke går fast til noget.

### Timer søvn:



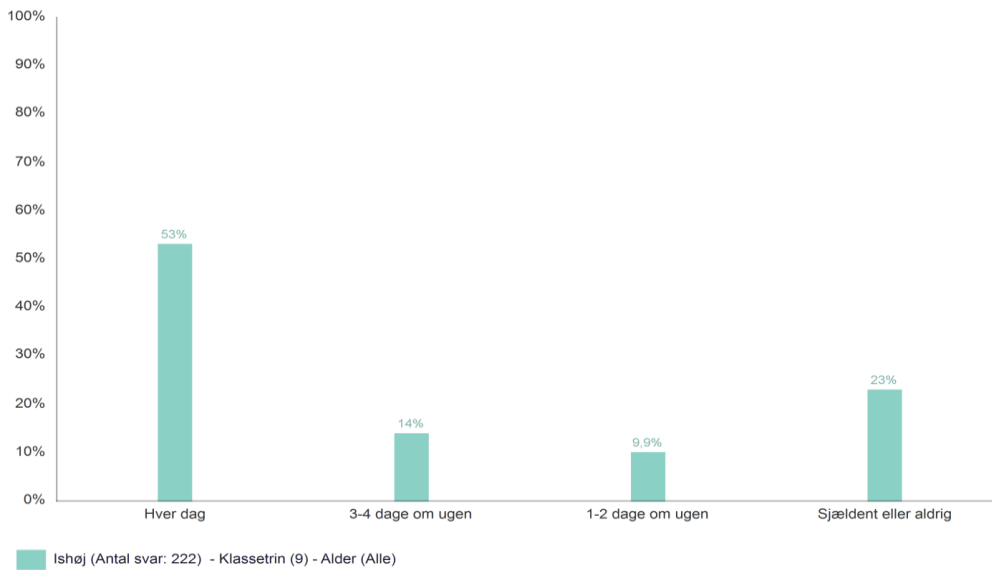
**Figur 111. Antal timer, de unge sover før en skoledag.** Den anbefalede søvnmængde for 15-årige er 8-9 timer. 35 % sover <8 timer, 18 % sover <7,5 timer og cirka 9,5 % sover < 7 timer. Den nyeste forskning viser, at søvnens vigtigste funktion er at hjernen skal hvile og ”rensnes” for affaldsstoffer, så den klargøres til at modtage ny viden og nye indtryk. Det er således meget væsentligt for elevernes indlæring, at de får sovet tilstrækkeligt.

### Hvor tit sover du dårligt eller uroligt om natten?



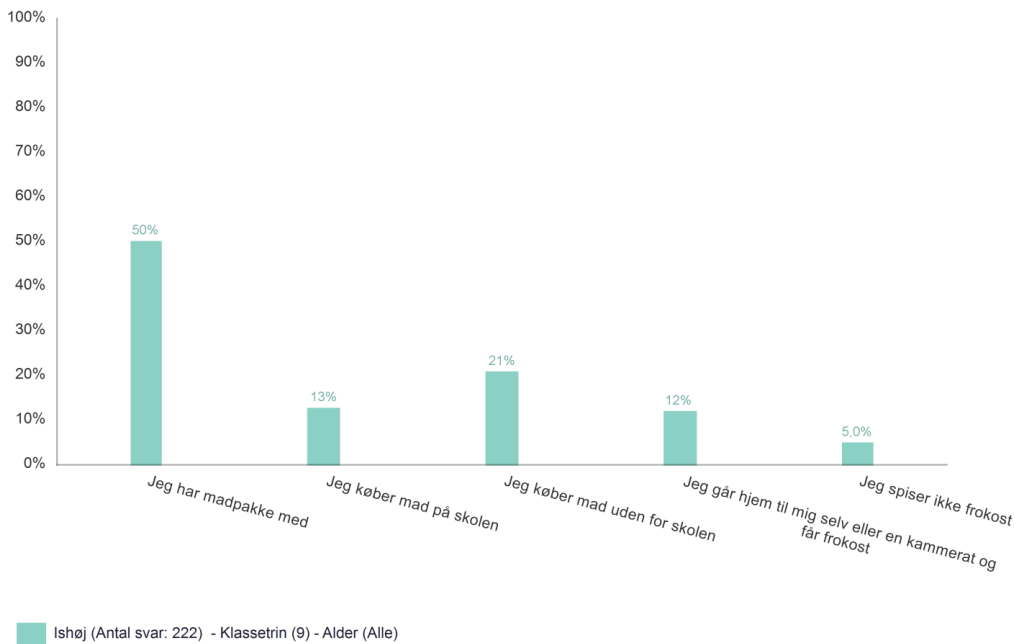
**Figur 12. Dårlig eller urolig søvn.** 32 % svarer, at de mindst en gang om ugen sover dårligt eller uroligt. Tallet er helt identisk med det landsdækkende, men foruroligende stort.

### Hvor tit spiser du morgenmad, før du skal i skole?

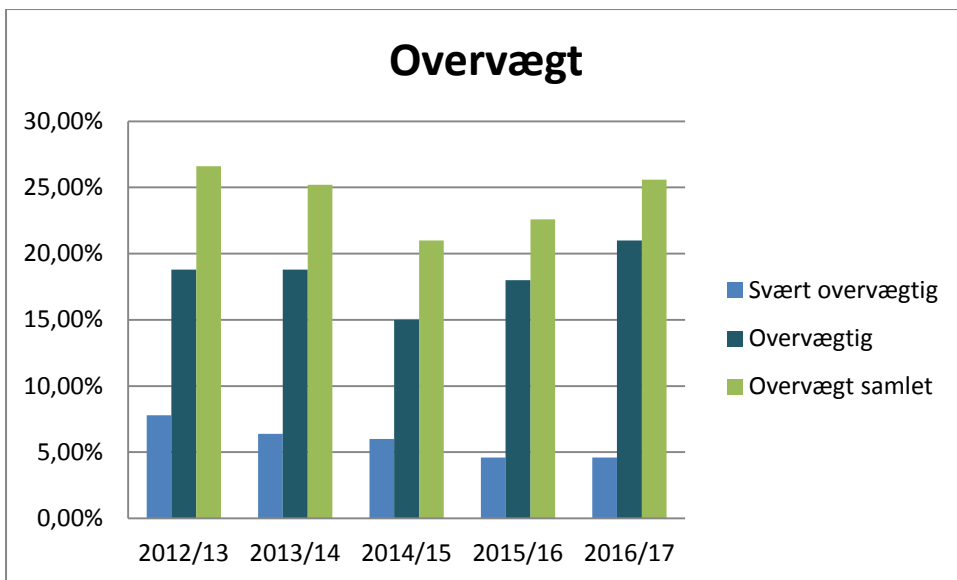


**Figur 12. Morgenmad.** 53 % svarer, at de spiser morgenmad hver dag, før de går i skole. I 2015-16 var det 64 %, hvilket svarer til det landsdækkende tal (66 %). 23 % spiser sjældent eller aldrig morgenmad. Til sammenligning var dette tal i 2015-16 13 %.

### Hvor plejer du at få din frokost på en skoledag?



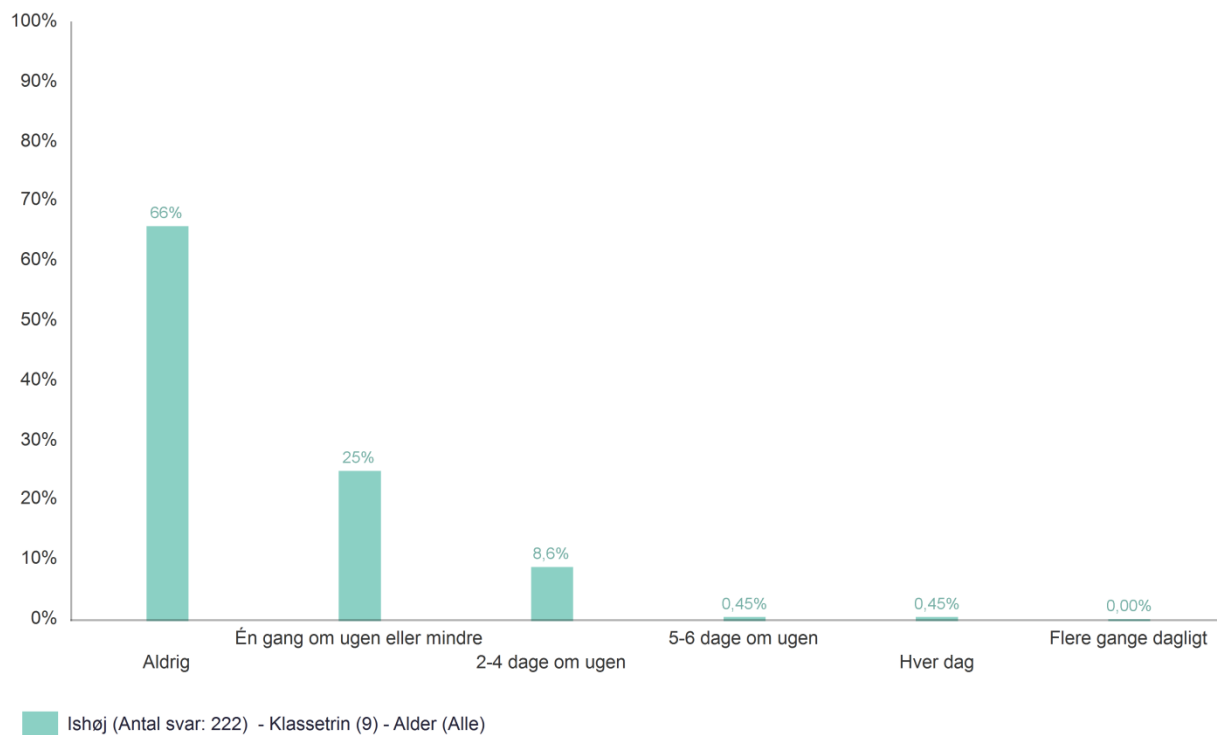
**Figur 13. Hvor spises frokosten.** 50 % har madpakke med. I den landsdækkende undersøgelse er det 73 %. 13 % køber mad på skolen. Dette tal har vi ikke noget tidligere tal at sammenligne med.



**Figur 14. Overvægt og svær overvægt.** Desværre er overvægten samlet set steget de sidste 2 år og er nu tilbage på niveauet fra 2013/14. Hyppigheden af svær overvægt har været faldende siden 2012/13 og er uændret fra sidste år.

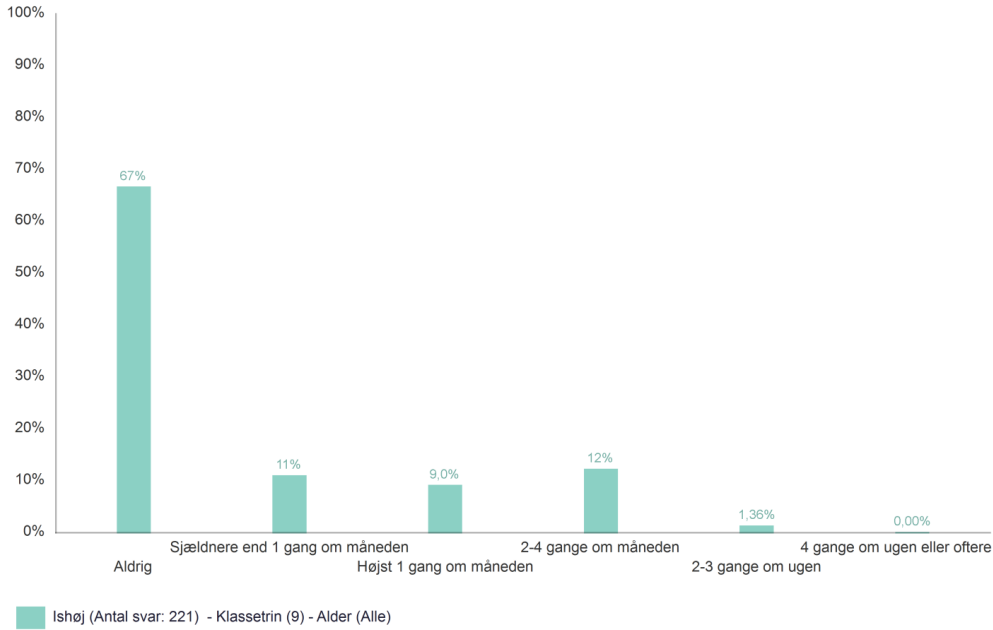
Fuld rapport, 2016/2017, Grundskole, Udkolning, Udkolingsundersøgelse for 9. klassetrin

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



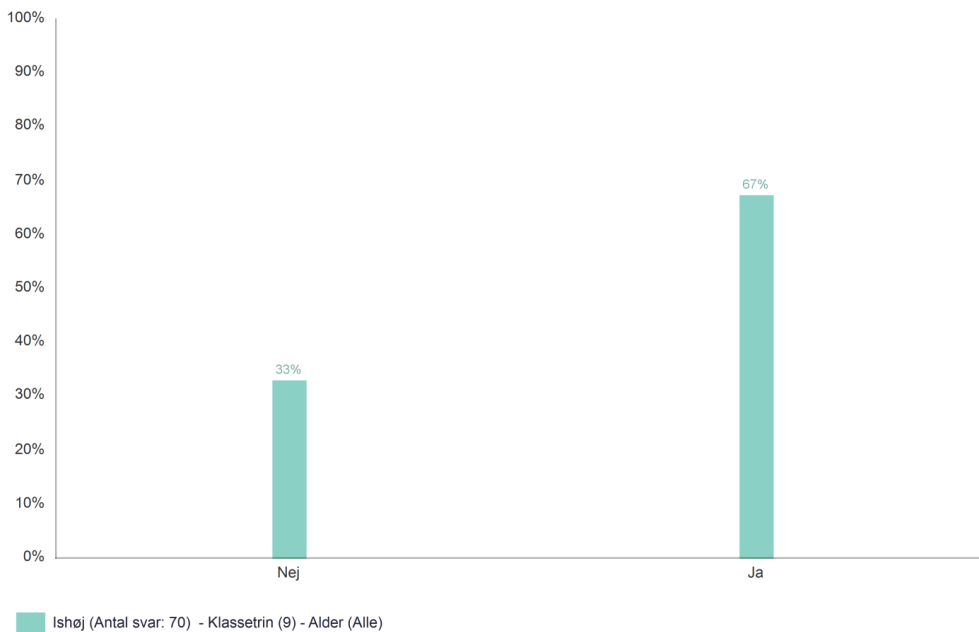
**Figur 15. Energidrik.** Der har været bekymring fra Sundhedsstyrelsens side for indtaget af energidrikke på grund af det store indhold af koffein, som kan forårsage irriterabilitet, uro og angst hos børn og unge. Der er dog ikke grund til stor bekymring, da langt hovedparten af eleverne sjældent eller aldrig drikker energidrikke.

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



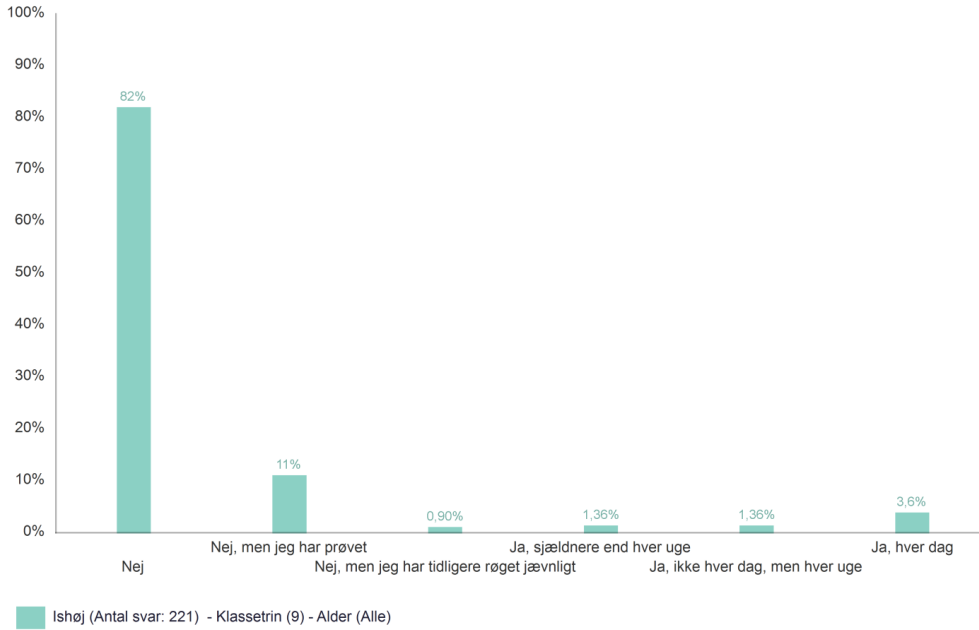
**Figur 16. Alkohol.** 67 % har aldrig drukket alkohol. Det er lidt flere end året før, hvor det gjaldt for 60 %. På landsplan er det 32 %. 13,3 % drikker alkohol 2 gange om måneden eller mere. På landsplan er det tilsvarende tal 36,5 %.

### Har du nogensinde prøvet at være fuld?



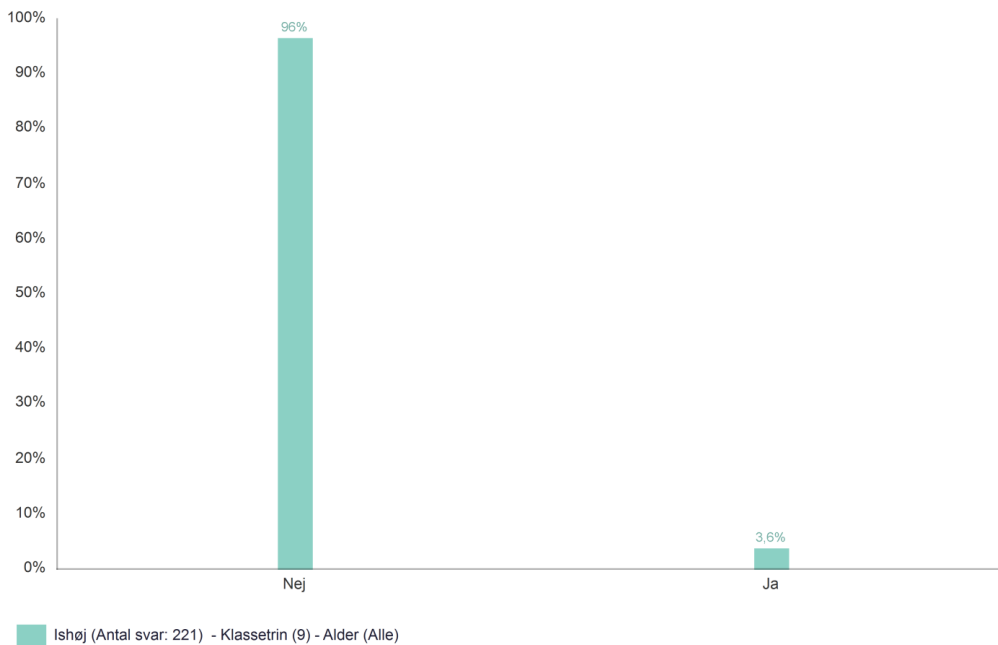
**Figur 17. Været fuld.** Af dem, der har prøvet alkohol, har to tredjedele prøvet at være fulde. Bemærk, at det er 70 elever, der har svaret på dette spørgsmål. Det matcher helt niveauet på landsplan.

### Ryger du cigaretter?



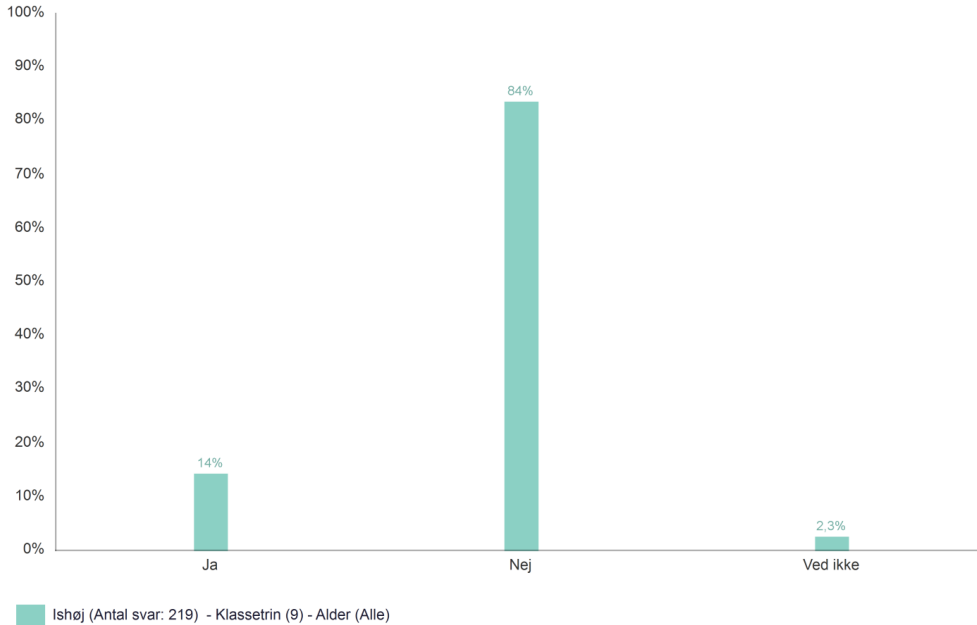
**Figur 18. Rygning.** 82 % svarer, at de aldrig har røget. 3,6 % ryger dagligt, stort set uændret fra året før, men da var der flere lejlighedsrygere (6,5 %) mod 2,7 % i 2016-17.

### Har du nogensinde prøvet at ryge hash, marihuana, pot eller skunk?



**Figur 19. Hash.** 3,6 % har prøvet at ryge hash, hvilket svarer til 8 elever. Disse elever får et tillægsspørgsmål om hvor mange gange de har røget i løbet af de sidste 30 dage. 2 elever svarer at de har røget 1-2 gange, resten har ikke røget inden for den sidste måned. Ingen svarer, at de har prøvet hårdere stoffer.

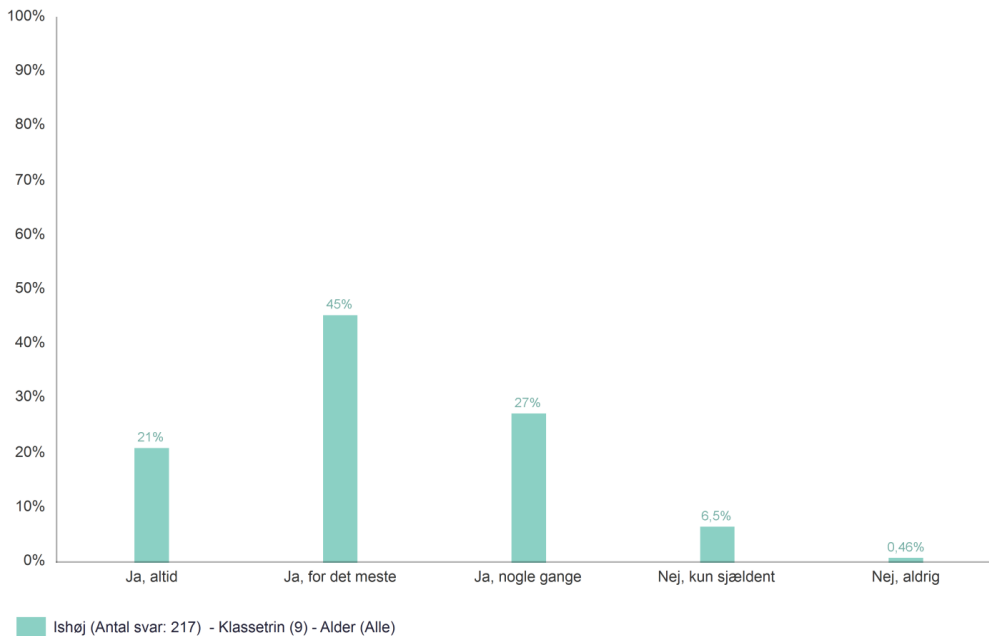
## Har du eksem, allergi eller astma, som du får medicin for?



**Figur 20. Allergi.** 14 % svarer, at de har eksem, astma eller allergi, som de er i behandling for. Det drøftes, hvilke konsekvenser det få for deres fremtidige arbejdsliv. Mange ved endnu ikke, hvad de vil uddanne sig som, men alle medgives en brochure med både råd og vejledning om forholdsregler og om hvilke jobs, der frarådes med netop deres sygdom.

## Skole

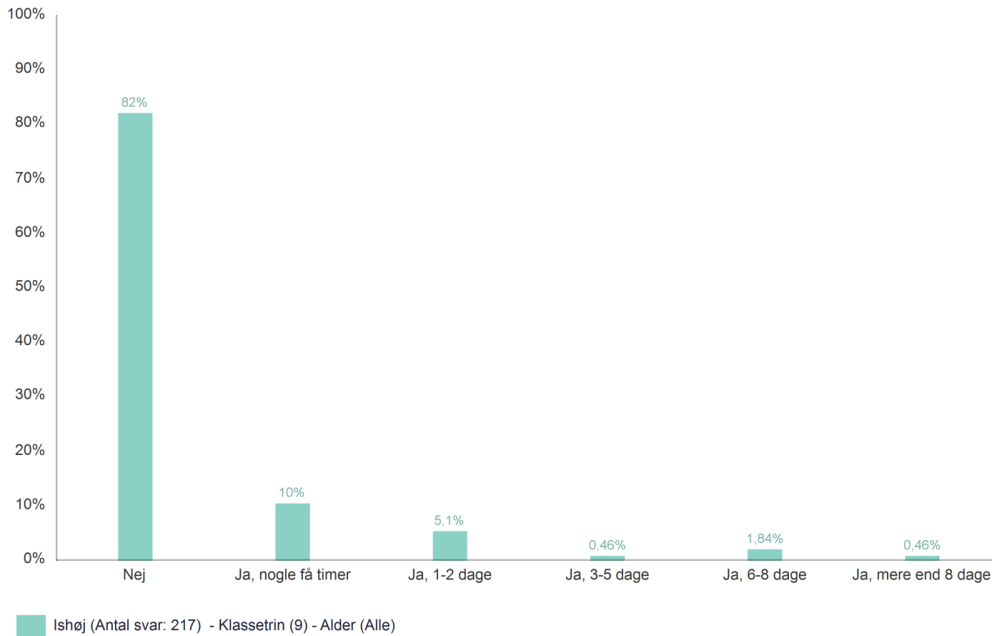
## Er du glad for at gå i skole?



**Figur 21. Glad for skolen.** 66 % svarer, at de altid eller for det meste er glade for at gå i skole, 27 % er det nogle gange; 7 % er sjældent eller aldrig glade for at gå i skole, hvilket er uændret fra sidste år.

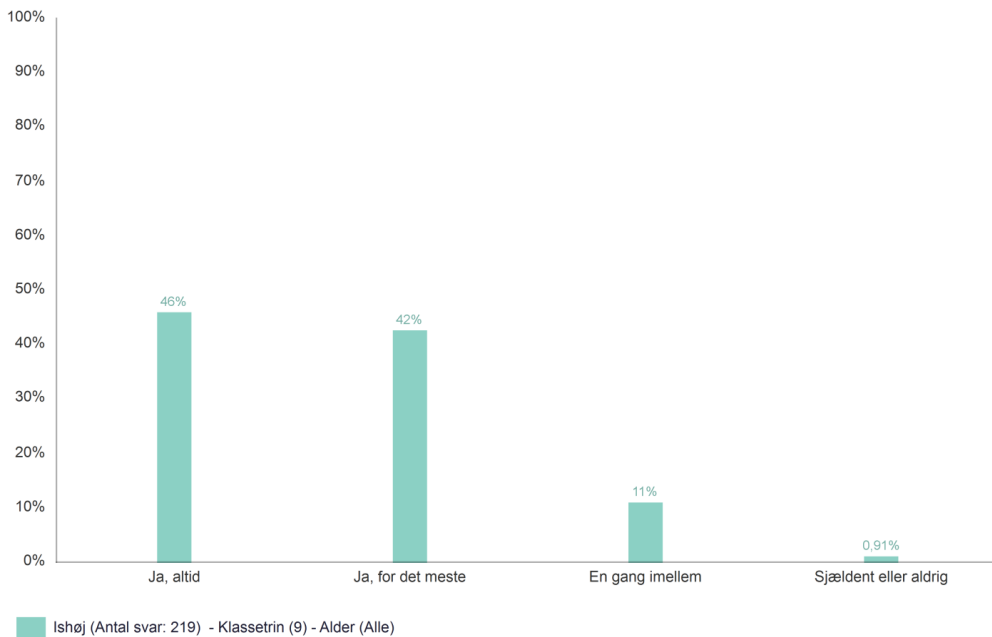


### Har du pjækket fra skole inden for den sidste måned?



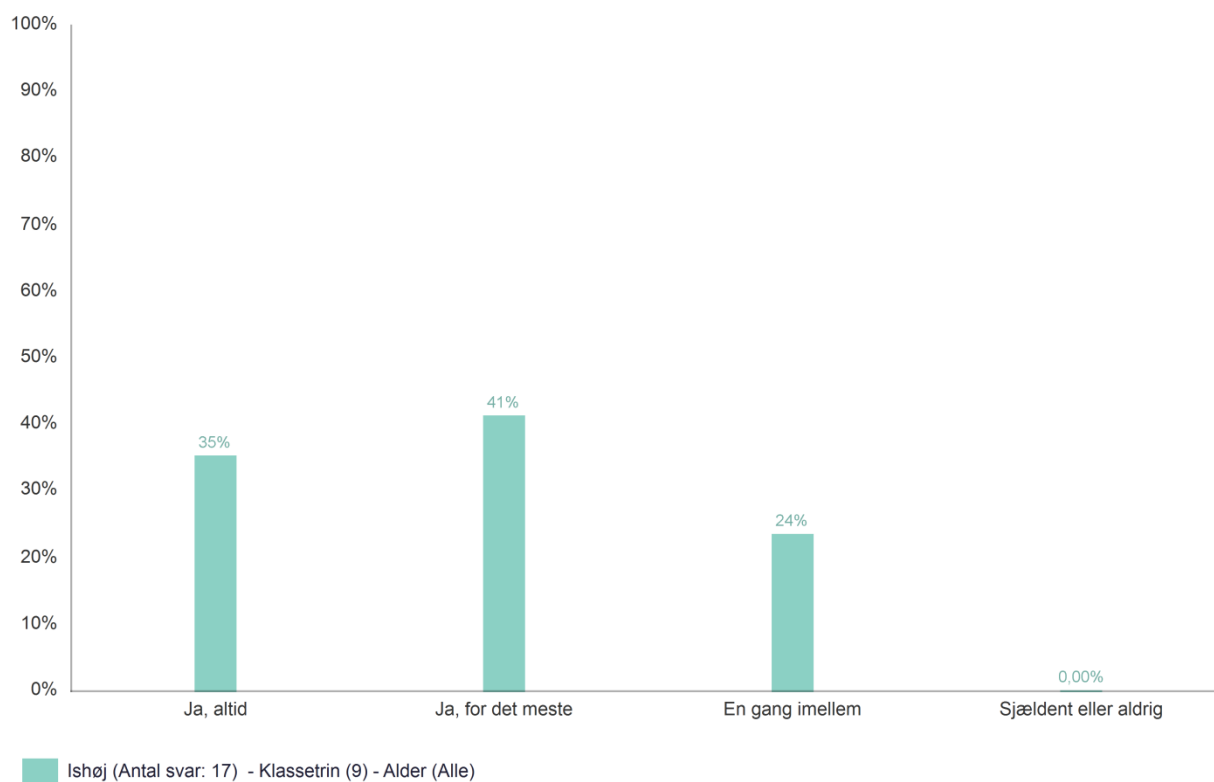
**Figur 22. Pjæk.** 82 % svarer, at de ikke har pjækket eller kun nogle få timer. 8 % svarer, at de har pjækket 1-2 dage eller mere. Dette spørgsmål har ikke været stillet før, men resultaterne er på linje med andre kommuner, der har anvendt skolesundhed.dk, og som vi kan sammenligne os med.

### Er du med i fællesskabet i klassen?



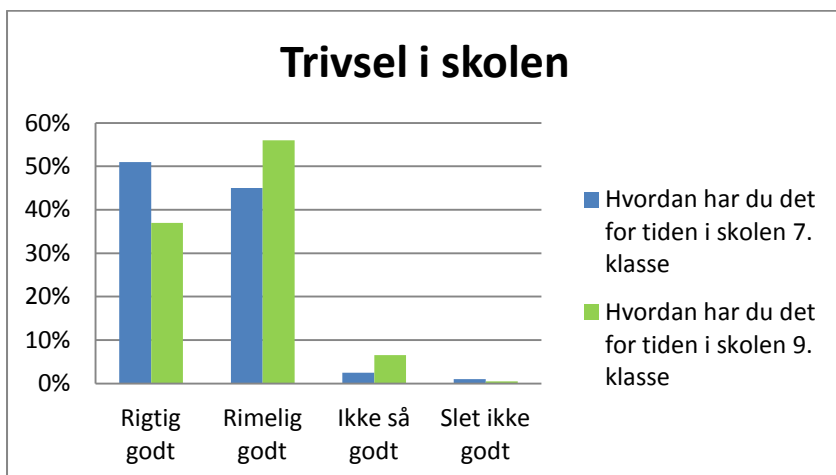
**Figur 23. Fællesskab.** 88 % svarer, at de altid eller for det meste er med i fællesskabet. 11 % føler, at de er det en gang imellem, og cirka 1 % er det sjældent eller aldrig.

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

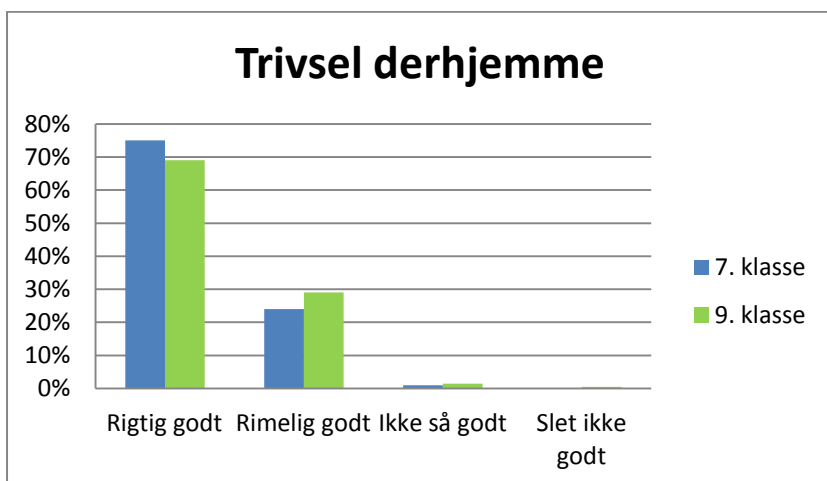


**Figur 24. Hjælp fra en voksen.** Alle elever synes, der er hjælp at hente fra de voksne, men i varierende grad.

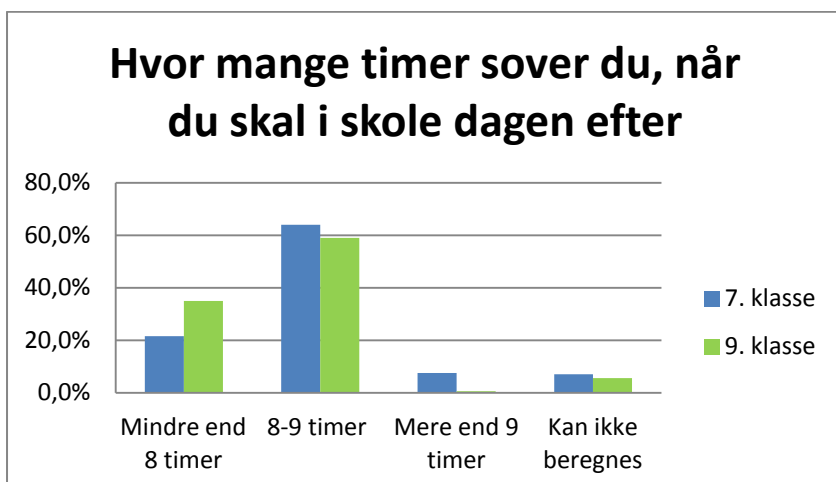
# Sammenligning mellem 7. og 9. klassestrin.



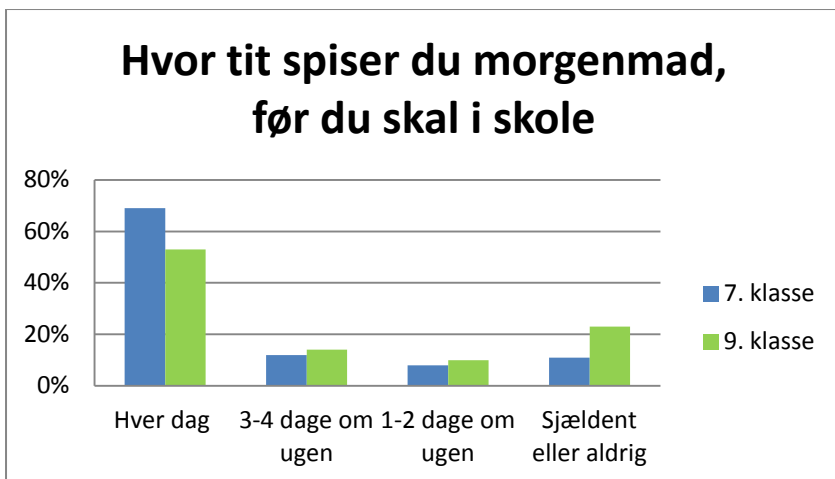
Figur 25. 6,5 % af eleverne i 9. klasse svarer, at de ikke trives så godt, mod 3 % i 7. klasse



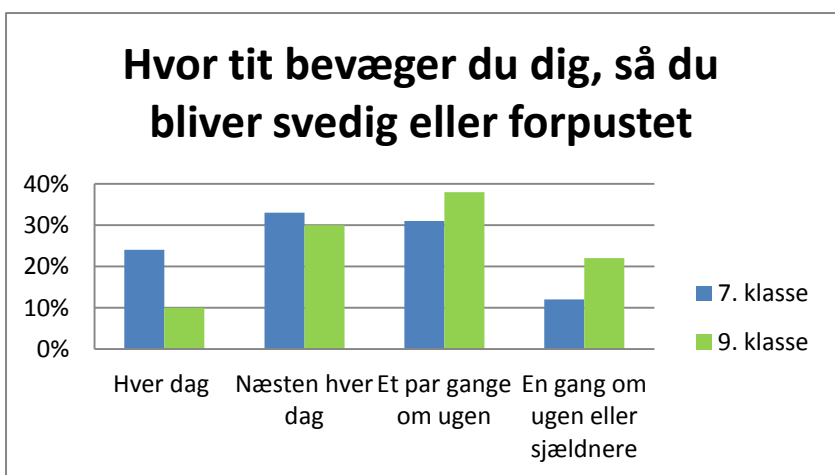
Figur 26. Der er stort set ingen forskel på, hvordan eleverne trives hjemme i 7. og 9. klasse



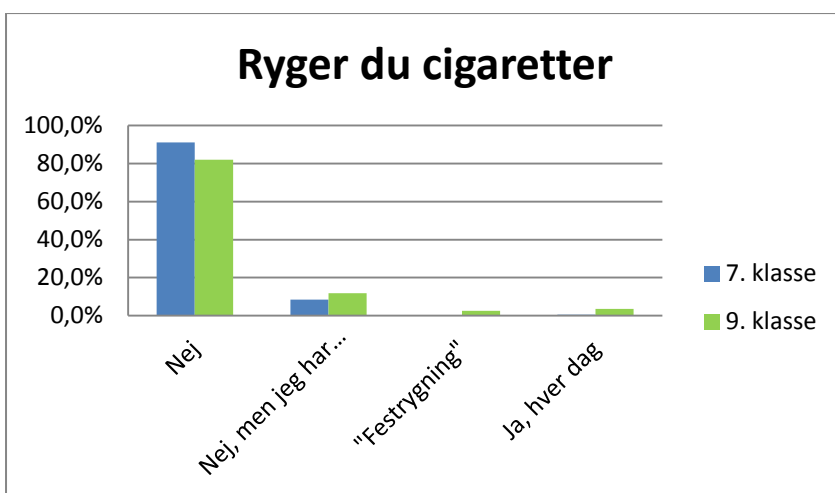
Figur 27. 35 % af eleverne i 9. klasse sover mindre end 8-9 timer, i 7. klasse er det 21,5 %



Figur 28. 69 % af eleverne i 7. klasse spiser morgenmad hver dag, i 9. klasse er det 53 %



Figur 29. 7. klasserne bevæger sig generelt mere end 9. klasserne, hvoraf 22 % bevæger sig en gang om ugen eller mindre



Figur 30. 0,5 % af eleverne i 7. klasse ryger; i 9. klasse ryger 3,6 % dagligt og 2,6% er festrygere