

Sundhedsprofil

2014/2015

9. klasse



Udarbejdet af:

Børne-ungelæge

Tove Billeskov

Ishøj Kommune

INDHOLD

side

1. Resultater, konklusion.....	3
2. Baggrund, materiale.....	4
3. Skole og trivsel.....	5
4. Helbred	8
5. BMI	10
6. Morgenmad.....	11
7. Fysisk aktivitet.....	11
8. Rygning.....	12
9. Hash	13
10. Alkohol.....	14
11. Referencer	15

Resultater:

- 97 % trives godt i skolen
- 89 % af eleverne synes, de har det godt for tiden
- 84 % af eleverne har det godt derhjemme
- 76 % vurderer deres helbred som godt
- 68 % spiser morgenmad på alle skoledage
- 46 % af eleverne haft hovedpine indenfor de sidste 2 uger
- 30 % har haft søvnproblemer indenfor de sidste 2 uger
- 39 % er morgentrætte mindst en skoledag om ugen
- 27 % af pigerne har taget hovedpinepiller indenfor den sidste måned
- 63 % er fysisk aktive mindst 2 gange om ugen
- 32 % lever ikke op til sundhedsstyrelsens anbefalinger for fysisk aktivitet
- 2,5 % er dagligrygere
- 80 % har aldrig røget
- 75 % har aldrig været fulde
- 15 % af eleverne er moderat overvægtige, 6 % er svært overvægtige
- 19 % har ikke nogen voksen at tale fortroligt med

Konklusion:

På mange områder går det godt med sundheden blandt de unge. Siden 2007/08, hvor den første sundhedsprofil for udskolingsårgangen blev lavet, har der været et støt fald i andelen af elever, der ryger og drikker alkohol, ligesom der er færre overvægtige elever. Samtidig har der været en stigning i antallet af elever, der trives godt i skolen.

Det er bekymrende, at så mange af de unge ikke har nogen at tale fortroligt med, ikke mindst i lyset af at mange af dem har oplevet vanskelige ting, som der vil være behov for at tale om. Nyere danske undersøgelser har vist, at unge efter svære oplevelser, herunder både fysiske og psykiske traumer, i en periode kan have symptomer, der minder om posttraumatisk stress.

En rapport om børn og unges mentale helbred fra 2014 (1) viste, at pigerne var særligt sårbare og i højere grad end drengene havde tendens til at være triste. Sundhedsprofilen her viser også en tendens til at pigerne ikke trives så godt som drengene. De har i højere grad symptomer som hovedpine, mavesmerter og søvnproblemer. Færre piger spiser regelmæssigt morgenmad og de motionerer mindre end drengene.

Baggrund og materiale

Sundhedstjenesten i Ishøj Kommune tilbyder udskolingsundersøgelse til alle elever i 9. klasse. Eleverne informeres om undersøgelsen via skolens intranet med et link til et spørgeskema, lavet i kommunens analyseprogram, SurveyMonkey, som eleverne bliver bedt om at udfylde inden undersøgelsen. Eleverne tilbydes en individuel undersøgelse og samtale med børne-ungelægen.

Det er første gang, at SurveyMonkey anvendes som database for elevernes besvarelser. Fordelen ved SurveyMonkey er, at eleverne kan udfylde spørgeskemaet hvor som helst, blot de er på internettet. Ulempen er, at nogle glemmer det, selv om de bliver mindet om det både i forbindelse med udskolingsundersøgelsen og af klasselæreren. Det betyder at besvarelsesprocenten i skoleåret 2014-15 kun har været 79, hvor den hidtil har ligget mellem 92 og 95. En anden ulempe er, at det i SurveyMonkey ikke er muligt at identificere den enkelte elevs besvarelse, medmindre der anvendes CPR-nummer, hvilket kræver særlig tilladelse. Ved samtalen bliver der talt om de samme emner, som spørgsmålene omhandler, men da det kan være flere dage siden, eleverne har besvaret spørgeskemaet, har de ikke altid svarene helt præsent, hvilket kan gå ud over kvaliteten i samtalen.

Ved anvendelse af det tidligere registreringssystem, Skolesundhed.dk, har eleverne udfyldt det elektroniske spørgeskema i forbindelse med undersøgelsen, hvilket sikrer, at alle elever udfylder skemaet. Der anvendtes et nummersystem, der blev destrueret efter undersøgelsen, sådan at det var muligt sammen med eleven at se besvarelsen, inden den blev sendt videre til den anonyme database.

207 ud af 227 indskrevne elever (92,5) % elever i 9. klasse var til udskolingsundersøgelse i skoleåret 2014-15. Heraf har 177 besvaret spørgeskemaet. 27 besvarelser er meget mangelfulde, så der kun reelt er 150 elever, der har lavet en fuld besvarelse af spørgeskemaet, svarende til 66 %. (68 drenge og 82 piger). Det betyder at sundhedsprofilen ikke er så repræsentativ som i tidligere år. Højde og vægtmålinger er taget fra elevernes journaler, så her indgår målinger fra alle 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 og for at evaluere indsatsen. Sundhedsprofilen gør det muligt at sammenholde resultaterne fra de enkelte skoler i kommunen og at sammenholde profilen for 9. årgang i Ishøj Kommune med 9. årgang i andre kommuner og med tilsvarende undersøgelser af skolebørn i Danmark, som for eksempel Skolebørnsundersøgelsen(2):

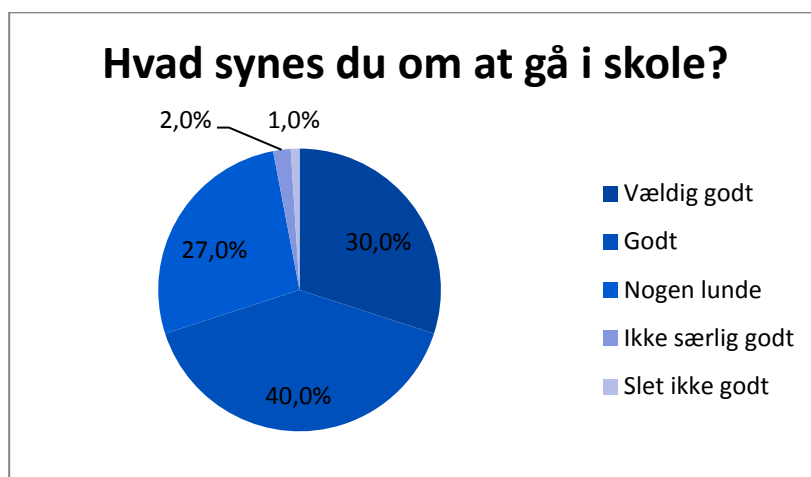
Skolebørnsundersøgelsen er en international skolebørnsundersøgelse, som har været foretaget cirka hvert fjerde år siden 1984, og som Danmark er en del af. Skolebørnsundersøgelsen er baseret på et repræsentativt udsnit af danske skoleelever i femte, syvende og niende klasse og udgør det danske bidrag til det internationale forskningsprojekt 'Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) – a WHO cross-national survey'. HBSC er et spændende forskningssamarbejde om 11-, 13- og 15-åriges sundhed, trivsel og sundhedsadfærd. Der er 43 deltagende lande i Europa og Nordamerika.

Den seneste Skolebørnsundersøgelse er foretaget i 2014. Rapporten herom blev udgivet af Statens Institut for Folkesundhed i 2015(3). I nedenstående rapport vil flere af resultaterne fra Ishøj Kommune blive sammenlignet med resultaterne fra Skolebørnsundersøgelsen 2014.

Skole og trivsel

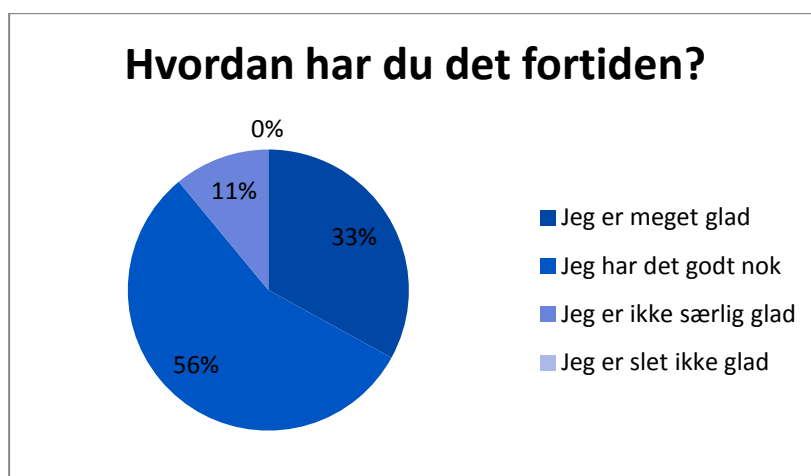
Skoletrivsel

Som de tidligere år svarer hovedparten af eleverne, at de er glade for at gå i skole. 70 % synes godt eller vældig godt om at gå i skole. 3 % synes ikke særligt godt eller synes slet ikke om at gå i skole.



Figur 1. Trivsel i skolen. 2014-15, Ishøj Kommune

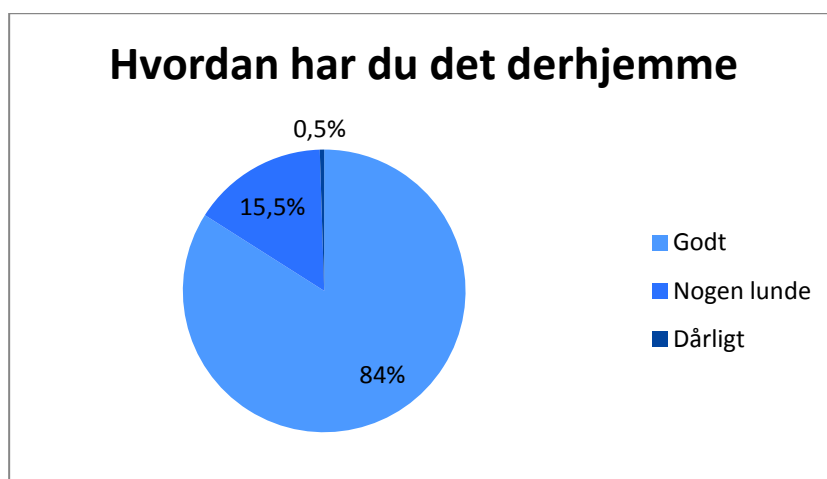
Almen trivsel



Figur 2. Trivsel generelt. 2014-15, Ishøj Kommune

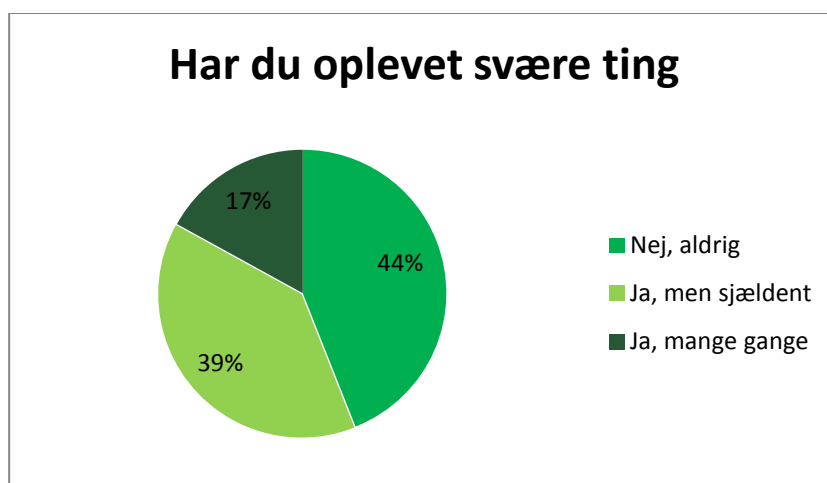
11 % svarer at de ikke har det særlig godt for tiden. Det er væsentligt flere end sidste år, hvor kun 3,5 % svarede, at de ikke var glade. I Skolebørnsundersøgelsen bliver der spurgt om livstilfredshed på en skala fra 1-10. Her placerer 12 % sig i området med lav livstilfredshed, hvilket modsvarer de 11 % i Ishøj, der ikke er særlig glade. Flere piger end drenge har lav livstilfredshed i Skolebørnsundersøgelsen (hhv. 17,6 % og 6,8 %). I Ishøj er 17 % af pigerne og 3 % af drengene ikke særlig glade.

I Ishøj svarer 33 %, at de er meget glade. I Skolebørnsundersøgelsen er der 22 % af elever i 9. klasse, der har høj livstilfredshed.



Figur 3. Trivsel derhjemme. 2014-15, Ishøj Kommune

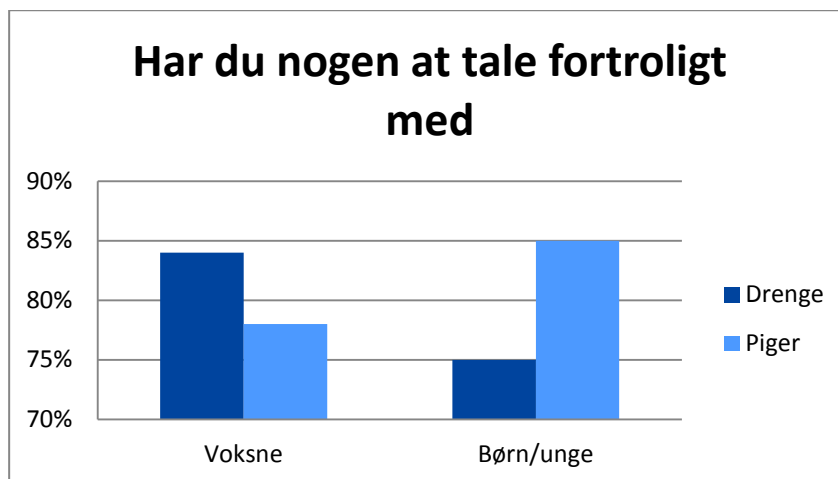
84 % svarer, at de har det godt derhjemme, 15,5 % at de har det nogen lunde, og 0,5 % svarer, at de har det dårligt derhjemme.



Figur 4. Unges oplevelse af svære ting i livet. 2014-15, Ishøj Kommune

Spørgsmålet lyder, om de unge har været udsat for meget svære eller alvorlige ting i deres liv. 17 % svarer, at det har de mange gange. Det er meget forskelligt, hvad der opleves som meget svære ting. Det kan være sygdom, skilsmisse, problemer i hjemmet, uvenskab, svigt fra kammeraters side eller

ulykker. Det er et svar, der tages alvorligt og drøftes med den unge ved samtalen. Nogle gange laves der opfølgende samtaler, andre gange inddrages forældre, eller der henvises til andre instanser.



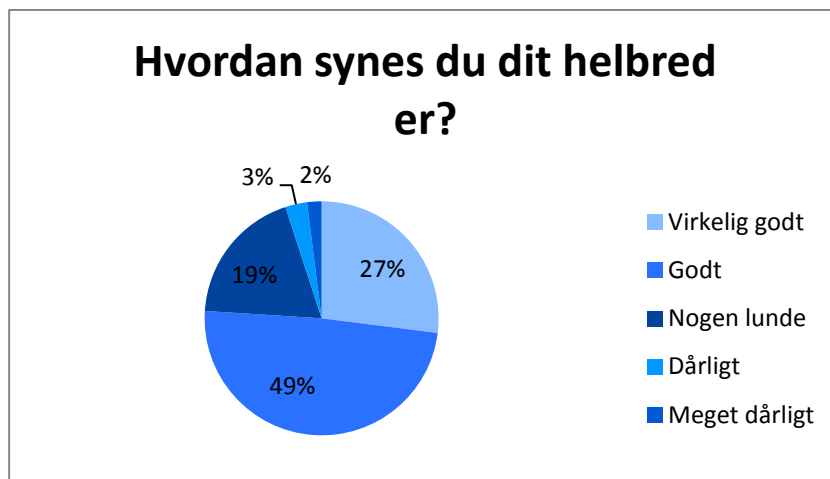
Figur 5. Relationer med familie og venner. 2014-15, Ishøj Kommune

Samlet set er der 19 %, der svarer, at de ikke har nogen voksen eller nogle børn/unge at tale fortroligt med, hvilket er en fordobling fra sidste år, hvor det var 10 %. Flere drenge end piger har en voksen at tale fortroligt med, mens flest piger har nogen børn/unge at tale med.

I Skolebørnsundersøgelsen spørges der, om de unge har nemt/ikke nemt ved at tale fortroligt med henholdsvis mor og far. 22 % af pigerne og 23 % af drengene svarer, at de ikke har nemt ved at tale fortroligt med deres mor, mens 45 % af pigerne og 33 % af drengene svarer, at de ikke har nemt ved at tale med deres far. 15 % af de 15-årige drenge og 19 % af de 15-årige piger svarer, at de ikke har nemt ved at tale fortroligt med bedste ven/veninde.

Helbred

Selvrapporteret helbred



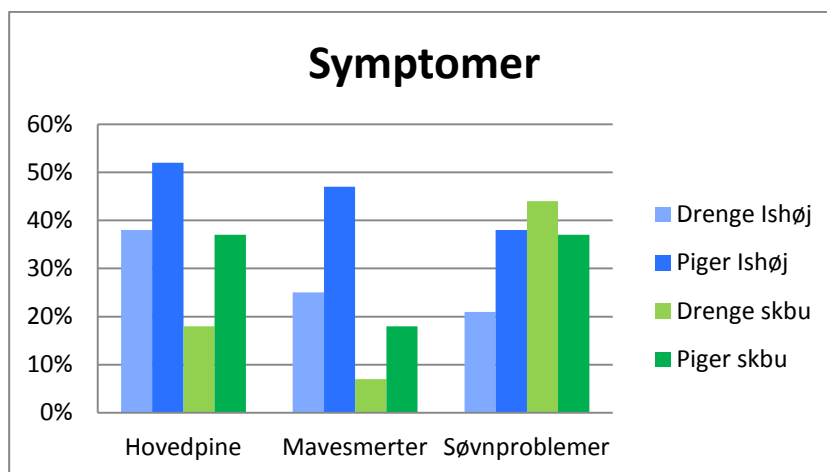
Figur 6. Selvrapporteret helbred. 2014-15, Ishøj Kommune

I følge Skolebørnsundersøgelsen har selvvurderet helbred vist sig at være en meget relevant oplysning: dels er det vigtigt for det enkelte menneske at føle sig ved godt helbred, dels har oplevelsen af eget helbred betydning for, hvor meget man bruger sundhedsvæsenet, og dels afspejler selvvurderet helbred hos voksne prognosen: Voksne med dårligt selvvurderet helbred har betydeligt større risiko for at blive syge og dø for tidligt. Formentlig er selvvurderet helbred også blandt børn og unge en indikator for livskvalitet, fremtidig helbredsudvikling og brug af lægemidler og sundhedsvæsen.

Derfor er det dejligt at kunne konstatere, at de fleste elever synes de har et udmærket helbred, og kun 5 % synes, at de har et dårligt eller meget dårligt helbred. I skolebørnsundersøgelsen 2014 svarer 28 % af pigerne, at de har et virkelig godt helbred. I Ishøj gælder det for 18 % af pigerne.

Symptomer

Ifølge Skolebørnsundersøgelsen er værdien af børns angivelse af symptomer omdiskuteret, fordi man fra sundhedsfaglig side ofte betragter symptomer som tegn på belastninger, der ikke altid har en fysisk baggrund og kan forklares lægeligt. Forskerne bag Skolebørnsundersøgelsen anser børn og unges oplevelser af egne symptomer for en vigtig angivelse af, hvordan børn har det. Børn, som ofte har hovedpine, mavepine eller andre symptomer er belastede, også selv om der ikke altid kan findes en bagvedliggende årsag.

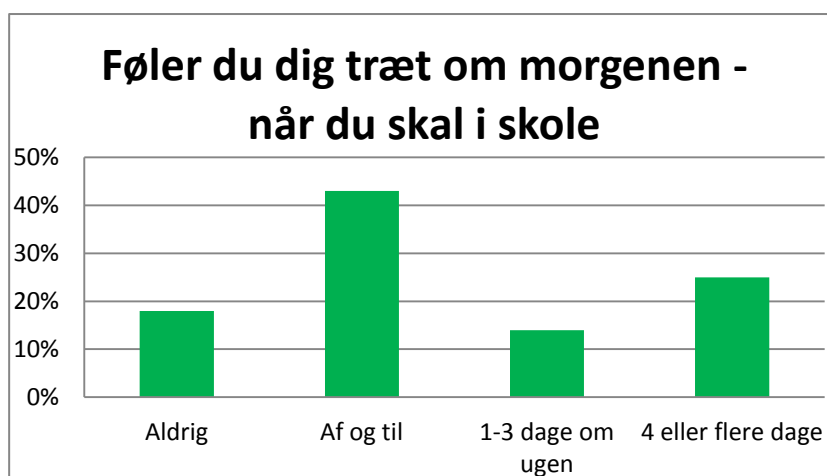


Figur 7. Symptomer hos piger og drenge, hhv. Ishøj Kommune og Skolebørnsundersøgelsen 2014 (Skbu)

I Skolebørnsundersøgelsen svarer 37 % af pigerne og 18 % af drengene, at de mindst ugentligt har hovedpine. I Ishøj har 52 % af pigerne og 38 % af drengene haft hovedpine indenfor de sidste 14 dage. Der er også flere piger i Ishøj, der har haft mavesmerter sammenlignet med Skolebørnsundersøgelsen, mens søvnproblemer er nogen lunde det samme for pigerne og ligger lavere i Ishøj for drengenes vedkommende. Pigerne anvender hyppigst medicin. 27 % af pigerne og 16 % af drengene har indenfor den sidste måned taget smertestillende medicin mod hovedpine. Kun 1 % af både piger og drenge har taget medicin på grund af søvnproblemer.

Der er således grund til bekymring for de elever, der rapporterer, at de jævnligt har symptomer som hovedpine, mavesmerter og søvnbesvær. Ved samtalen drøftes eventuelle bagvedliggende årsager samt løsningsmuligheder.

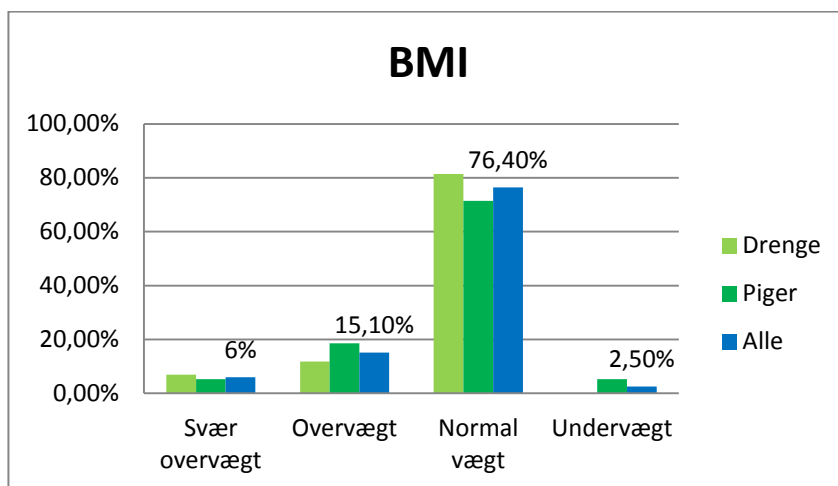
Morgentræthed



Figur 8. Træthed blandt udskolings elever. 2014-15, Ishøj Kommune

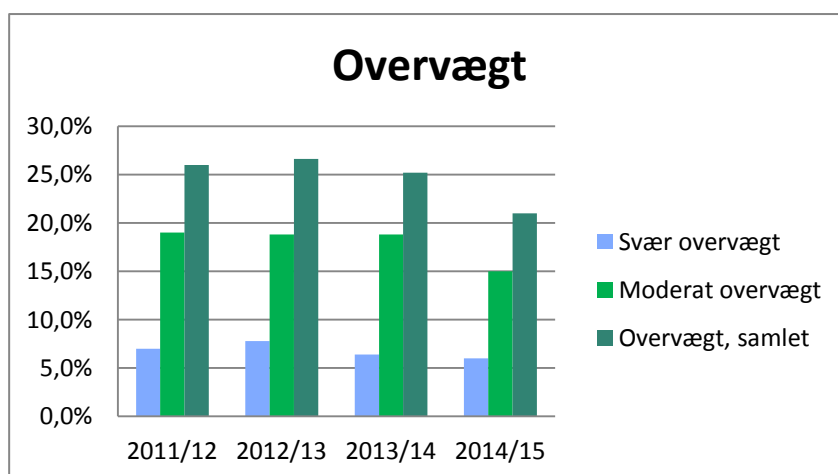
Spørgsmålet om morgentræthed har været inkluderet i Skolebørnsundersøgelsen siden 1988. Der har været en stigning i andelen af elever, der er trætte, når de skal i skole, mindst en morgen hver uge frem til 2010, stigende fra 50 % 1988 til 85 % i 2010. Fra 2010 til 2014 er denne udvikling stagneret. I Skolebørnsundersøgelsen 2014 svarer 70 % af elever i 9. klasse, at de er trætte flere gange om ugen. I Ishøj Kommune er det 39 %.

Vægtstatus



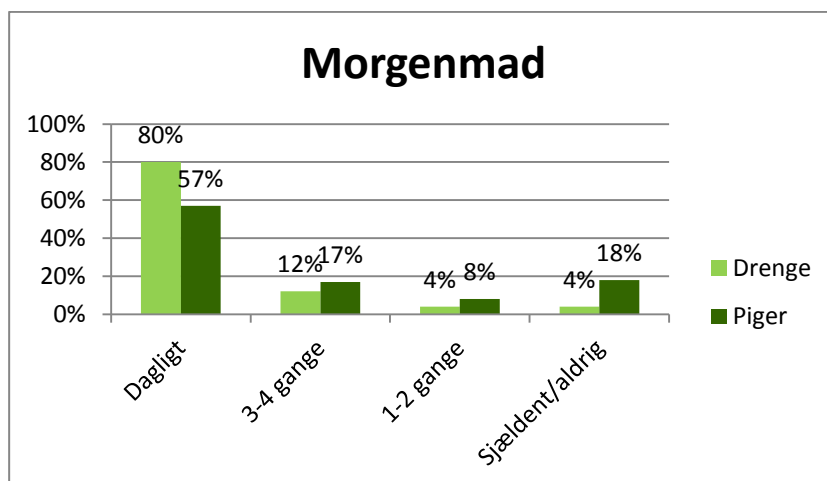
Figur 9. Vægtfordeling blandt unge. 2014-15, Ishøj Kommune

Overvægten blandt 9. klasserne i skoleåret 2014-15 er 21 %. 6 % er svært overvægtige, 15 % er moderat overvægtige. Det er et fald i forhold til tidligere år, hvor cirka 25 % har været overvægtige. Flere piger end drenge er overvægtige, hhv. 18,6 % og 11,8 %. Samlet set er 2,5 % undervægtige, dog ingen drenge, hvilket betyder, at 5 % af pigerne er undervægtige. Undervægt bevirker en skærpet opmærksomhed på disse elevers spisevaner og forhold til mad, men ingen syntes at være i risikozonen for at udvikle en spiseforstyrrelse.



Figur 10. Udvikling i overvægt ved udskolingen 2011/12-2014/15

Spisevaner



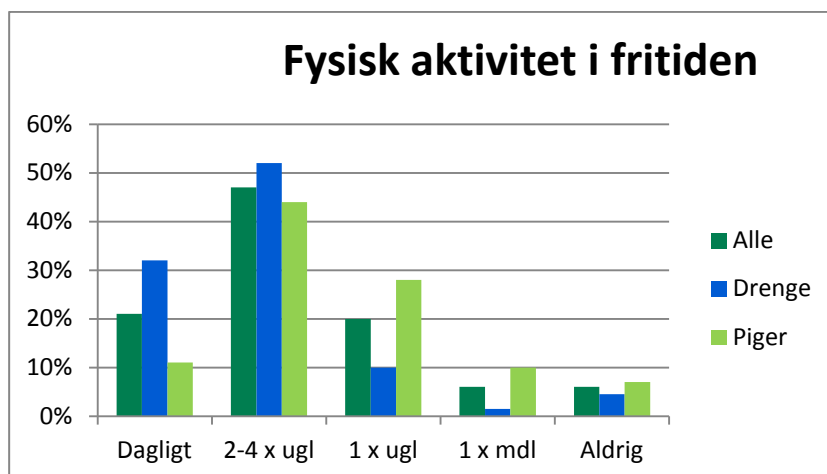
Figur 11. De unges morgenmadsvaner. 2014-15, Ishøj Kommune

68 % af eleverne spiser morgenmad på alle skoledage. Flere drenge end piger spiser morgenmad, dagligt: 80 % af drengene mod kun 57 % af pigerne. 18 % af pigerne og 4 % af drengene spiser aldrig morgenmad på skoledage. Der er flere drenge, der spiser morgenmad dagligt i 2014-15 sammenlignet med 2013-14 (hhv. 80 % og 70 %), mens tallene er næsten uændrede for pigernes vedkommende.

81 % spiser frokost på alle skoledage. Det er 10 % flere end året før. 91 % spiser aftensmad dagligt.

Fysisk aktivitet

De helbredsmæssige gevinster ved fysisk aktivitet er mange og veldokumenterede. Et aktivt liv har positiv indflydelse på hjerte, kredsløb, muskelstyrke, balance og på hormon- og immunsystemet. Ligeledes er der positive konsekvenser af fysisk aktivitet for læring og også for en række psykosociale faktorer, f. eks. generel trivsel. Sundhedsstyrelsen anbefaler en times moderat fysisk aktivitet dagligt for børn og unge. En undersøgelse har vist, at elever, som hver uge dyrker mindst 4 timers hård fysisk aktivitet (= aktivitet, der gør dem forpustet og svedige) med stor sandsynlighed lever op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger.

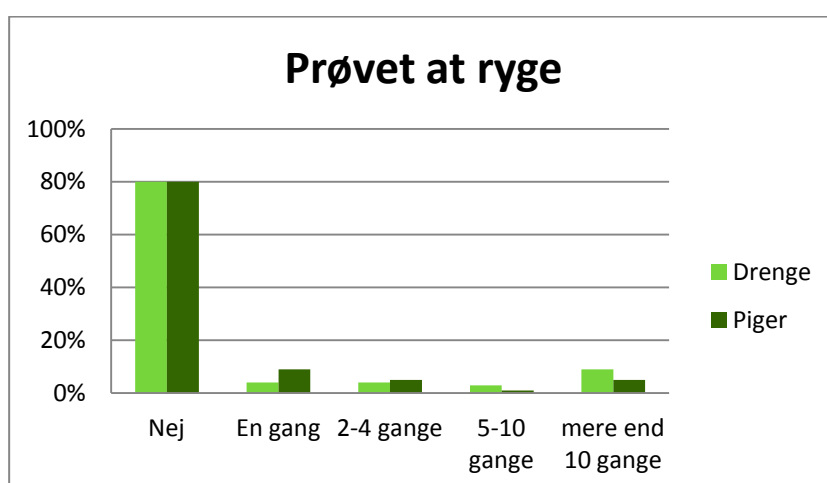


Figur 12. Motion, der gør forpustet eller svedig. 2014-15, Ishøj Kommune

21 % af eleverne svarer at de motionerer dagligt, 47 % motionerer 2-4 gange om ugen, sådan at de bliver forpustede eller svedige. Det betyder, at ca. en tredjedel kun er fysisk aktive en gang om ugen eller sjældnere. Pigerne motionerer, som de tidligere år, mindre end drengene, idet 45 % af pigerne motionerer 1 gang om ugen eller sjældnere. For drengene gælder det samme for 16 %.

I Skolebørnsundersøgelsen bliver der spurgt hvor mange timer om ugen, de unge dyrker motion, som gør dem forpustede og svedige. Det vil sige, at spørgsmålet er formuleret lidt anderledes. Hvis man sidestiller antal timer med antal gange om ugen så er der i Skolebørnsundersøgelsen 79 % af drengene, der lever op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger, mens der i Ishøj er 84 %. For pigernes vedkommende er det i Skolebørnsundersøgelsen 54 % og i Ishøj 55 %. Det er således en helt generel tendens, at pigerne motionerer mindre end drengene.

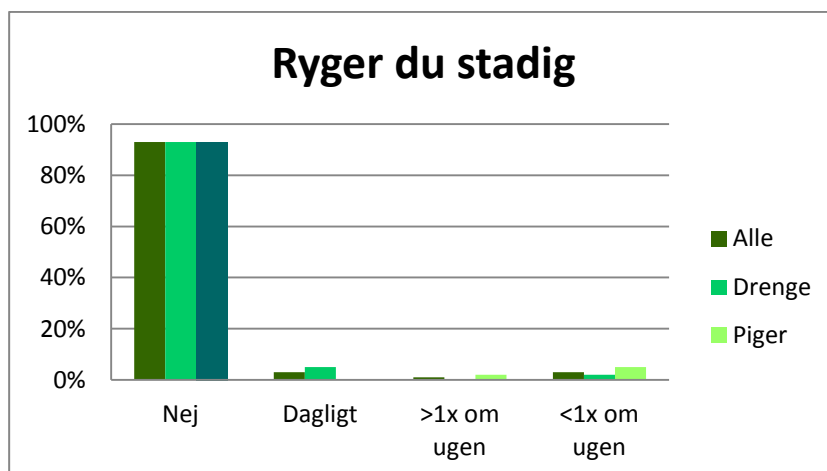
Rygning



Figur 13. Rygevaner i 9. klasse. 2014-15, Ishøj Kommune

80 % af både drenge og piger har aldrig prøvet at ryge. I skolebørnsundersøgelsen er det to tredjedele af de 15-årige, der aldrig har prøvet at ryge. Sundhedsprofilerne har gennem de sidste 7 år vist, at

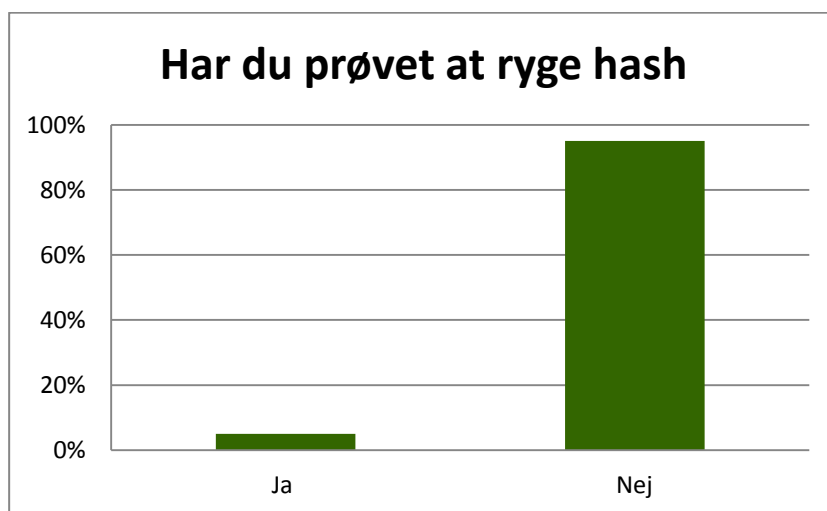
andelen, der har prøvet at ryge, har været faldende, og at der nu er færre, der ryger dagligt eller lejlighedsvist.



Figur 14. Rygning blandt unge, 2014-15, Ishøj Kommune (114 har svaret)

Ingen piger ryger dagligt, men det gør 5 % af drengene. Der er 7 % af både drenge og piger, der ryger dagligt, ugentligt eller sjældnere. I Skolebørnsundersøgelsen ryger 4 % af pigerne og 6 % af drengene dagligt. Indtil 2010 var det på landsplan pigerne, der røg mest, men nu er det drengene, som det også er tilfældet både i Ishøj og Skolebørnsundersøgelsen. Forekomsten af dagligrygere blandt 15-årige har i Skolebørnsundersøgelsen været markant faldende siden 1998.

Hash

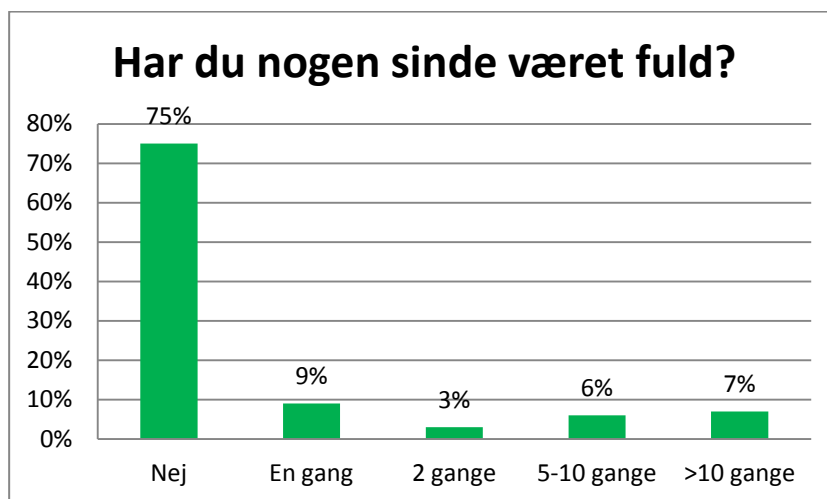


Figur 15. Hashrygning blandt unge. 2014-15, Ishøj Kommune

5 % af udskolingseleverne har prøvet at ryge hash. I 2013-14 lå tallet på 9,5 %, i 2012-13 på 6 %. De fleste har blot prøvet det en eller to gange. Ingen elever røg fast. I Skolebørnsundersøgelsen har 11 % af pigerne og 23 % af drengene prøvet at ryge hash.

Alkohol

75 % af eleverne har aldrig været fulde. Det er en stigning fra året før, hvor det var 61 %. Der er næsten ingen forskel på drenge og piger. Eleverne bliver også spurgt, såfremt de svarer ja til at have været fulde, hvor mange gange om måneden de er fulde. Det er der 48, der har svaret på. 12,5 % (af de 48) svarer, at de drikker sig fulde 3-4 gange om ugen eller mere. 82 % gør det sjældnere end 1 gang om måneden.



Figur 16. Alkoholvaner i 9. klasse. 2014-15, Ishøj Kommune

Sammenlignet med andre lande drikker danske unge relativt meget. I den forrige Skolebørnsundersøgelse, fra 2010, har Danmark den højeste andel af 15-årige, der har været fulde to eller flere gange. Når tallene fra Skolebørnsundersøgelsen i hhv. 2010 og 2014 sammenlignes, findes det, at elevernes alkoholdebut og fuldsksdebut er blevet udskudt. I 2010-undersøgelsen havde 28 % af de 15-årige drenge og piger ikke været fulde. I 2014-undersøgelsen er tallet steget til 43 % blandt pigerne og 37 % blandt drengene. I Ishøj er der også sket en udsættelse af fuldsksdebut. Langt flere 15-årige i Ishøj har ikke drukket alkohol sammenlignet med de unge i skolebørnsundersøgelsen.

Referencer:

1. Due P, Diderichsen F, Nordentoft M m.fl., Børn og unges mentale helbred. Forekomst af psykiske symptomer og lidelser og mulige forebyggelsesindsatser. Vidensråd for Forebyggelse 2014
2. Skolebørnsundersøgelsen udgør det danske bidrag til det internationale forskningsprojekt Health Behaviour in School-aged Children, HBSC. HBSC er gennemført 9 gange siden 1984
3. Rasmussen M, Pedersen TP, Due P, red. Skolebørnsundersøgelsen 2014. København: Statens Institut for Folkesundhed 2015. www.si-folkesundhed.dk og www.hbsc.dk

ISHØJ KOMMUNE, november 2015

Sundhedstjenesten

Ishøj Store Torv 20

2635 Ishøj

Børne-ungelæge Tove Billeskov