

Rapport:

Sundhedsprofil

9. klasse

Ishøj Kommune

2012/2013



**Udarbejdet af:
Børne-ungelæge Tove Billeskov**

INDHOLD

side

1. Resultater, konklusioner	3
2. Baggrund, metode	4
3. Deltagelse.....	5
4. Skoletrivsel	5
5. Selvvurderet helbred	6
6. Hovedpine, smertestillende medicin.....	7
7. Fysisk form, motion.....	8
8. Søvn, skærmtid	9
9. Stress, rygning	10
10. Forældres holdning til rygning, hash	11
11. Alkohol	12
12. Forældres holdning til alkohol.....	13
13. BMI, mobning.....	14
14. Skole og kammerater.	15
15. Voksnes indgriben	16
16. Konflikter.....	17
17. Referencer.....	18

Resultater:

- 94 % af eleverne synes, de har det godt
- 94 % trives godt i skolen
- 94 % føler de er med i fællesskabet i klassen
- 87 % vurderer deres helbred som godt
- 60 % af pigerne, 43 % af drengene har haft hovedpine indenfor de sidste 2 uger
- 29 % får ikke dækket deres søvnbehov
- 22 % synes de altid eller ofte har for meget at se til
- 77 % af eleverne motionerer mindst 2 gange om ugen - 66 % af pigerne og 88 % af drengene
- 4 % er dagligrygere
- 92,5 % har aldrig røget eller er holdt op
- 54 % har aldrig drukket en hel genstand
- 18,8 % af eleverne er moderat overvægtige, 7,8 % er svært overvægtige

Konklusioner:

På mange områder går det godt med sundheden blandt de unge.

Langt de fleste unge trives både i skolen og hjemme og synes selv, de har et godt helbred.

Der er en større andel af de unge, der motioner mindst 2-4 gange om ugen end tidligere år.

Antallet af dagligrygere er halveret sammenlignet med de sidste 4 år. Antallet af elever, der har prøvet at ryge hash, er faldet lidt, men ligger lavt og er væsentligt lavere end i andre kommuner i regionen.

Andelen af unge, der ikke drikker alkohol er højere end flere andre kommuner i regionen. Tilsvarende er der færre unge, der har drukket sig fulde flere gange indenfor den sidste måned.

Andelen af overvægtige viser en stagnerende tendens.

Der er næsten ingen mobning i skolerne og konflikter i skolen bliver oftest løst på en god måde.

En mindre gruppe af unge har en uhensigtsmæssig adfærd med for lidt søvn, har for travlt, har hyppig hovedpine og spiser en del smertestillende medicin.

Baggrund

Sundhedsprofilen er lavet på basis af de udskolingsundersøgelser/samtaler, som er foretaget af børne-ungelægen i skoleåret 2012-2013. Sundhedsprofiler er blevet lavet siden skoleåret 2007- 2008.

Alle elever i 9. klasse tilbydes en udskolingsundersøgelse, hvor der både tales om helbred, trivsel, livsstil og fremtid. I forbindelse hermed udfylder eleverne et spørgeskema, og det er det, der ligger til grund for denne profil. Langt de fleste elever tager imod tilbuddet, hvilket giver en meget høj svarprocent og som sikrer, at profilen bliver repræsentativ for årgangen. Data er sendt ind til udarbejdelse af en fælleskommunal sundhedsprofil (1), hvor 6 kommuner deltager. Det er udover Ishøj også Rudersdal, Frederiksberg, Hørsholm, Herlev og Herning kommune. Det giver mulighed for at sammenligne resultaterne fra Ishøj med den fælles rapport. Ligeledes findes data også på skoleniveau, så der også er mulighed for at se de lokale forskelle indenfor kommunen.

Sundhedsprofilen giver mulighed for at følge sundhedstilstanden over tid samtidig med at særlige problemstillinger kan monitoreres. I den fælleskommunale sundhedsprofil er de forskellige emner relateret til de forebyggelsespakker, som Sundhedsstyrelsen har udarbejdet i løbet af 2012 og 2013(2). De vil derfor ikke blive kommenteret i denne rapport, som indeholder resultater fra Ishøj.

Metode og materiale

I forbindelse med udskolingsundersøgelsen besvarer eleverne et spørgeskema (digitalt). Spørgsmålene tager udgangspunkt i de tilbagevendende landsdækkende undersøgelser HBSC (Health Behavior in School-aged Children) (3) og MULD (Monitorering af Unges Livsstil og Dagligdag) (4). Som noget nyt er der i år en række spørgsmål, der omhandler mobning, konflikter, sammenhold og kammeratskab i skolen.

Besvarelsenerne er anonyme, så snart de ryger ind i databasen, men i forbindelse med udfyldelsen af skemaet bruges det som udgangspunkt for den personlige samtale mellem eleven og børne-ungelægen.

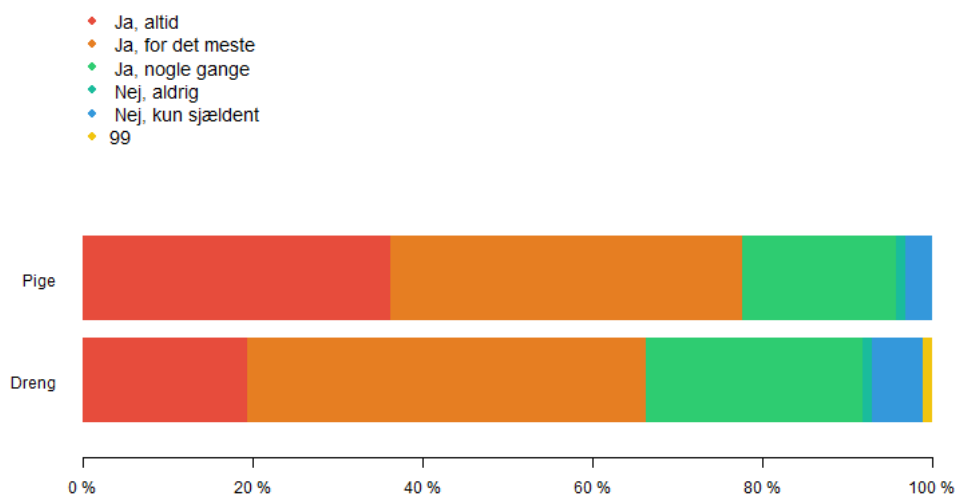
Deltagelse

Profilen omhandler besvarelser fra 193 elever. Der var 206 elever i årgangen 2012-2013. Det vil sige at svarprocenten har været 93,5.

Deltagende skoler		
	Antal skemaer	Antal elever i 9 klasse
Ishøj skole	23	24
Vibeholmskolen	36	39
Gildbroskolen	32	38
Strandgårdskolen	33	34
Vejlebroskolen	32	33
Ådalens Privatskole	37	38
	193	206
Deltager - %		93,5%

Der er 99 drenge og 94 piger med i undersøgelsen. Der er 109 elever, som udelukkende taler dansk i hjemmet, 82 elever taler et ikke-vestligt sprog i hjemmet.

Er du glad for at gå i skole?

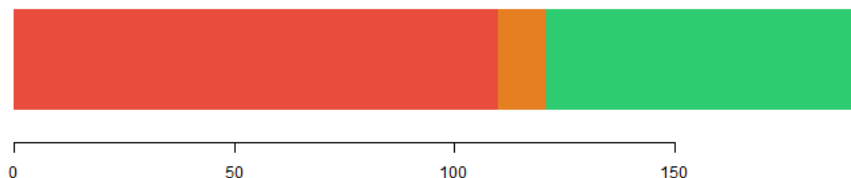


Figur 1. Skoletrivsel 2012-13

En meget stor andel svarer at de er tilfredse med skolen. Kun 6 % svarer at de aldrig eller sjældent er glade for at gå i skole. Lidt flere drenge end piger svarer at de ikke er glade for skolen. Det er helt på linje med besvarelserne fra den fælleskommunale rapport.

Hvordan har du det for tiden?

- ♦ Jeg har det godt nok
- ♦ Jeg har det ikke særlig godt
- ♦ Jeg har det rigtig godt

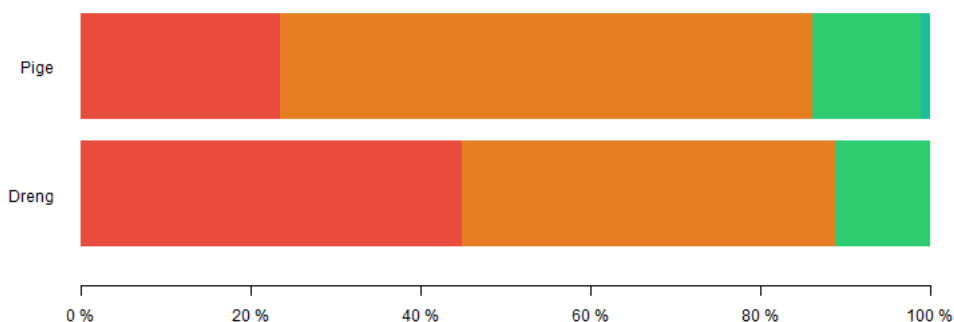


Figur 2. Generel trivsel

De fleste svarer at de har det godt for tiden, men der er 6 %, der svarer at de ikke har det særlig godt.

Hvordan er dit helbred?

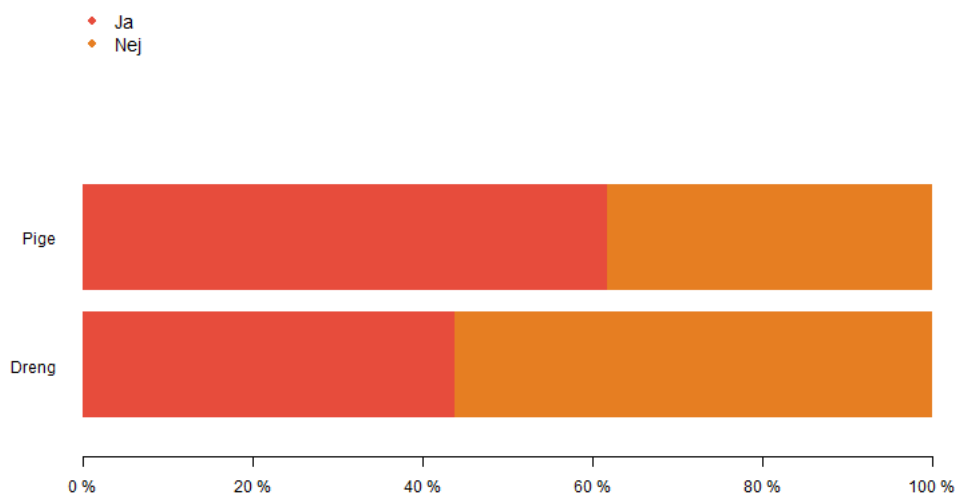
- ♦ Virkelig godt
- ♦ Godt
- ♦ Nogenlunde
- ♦ Dårligt



Figur 3. Selvvurderet helbred

De fleste elever er tilfredse med deres helbred. Når de bliver spurgt, hvorfor det kun er nogen lunde, svarer de ofte, at de bevæger sig for lidt eller spiser for meget usundt. Kun 1 % af pigerne svarer at de har et dårligt helbred.

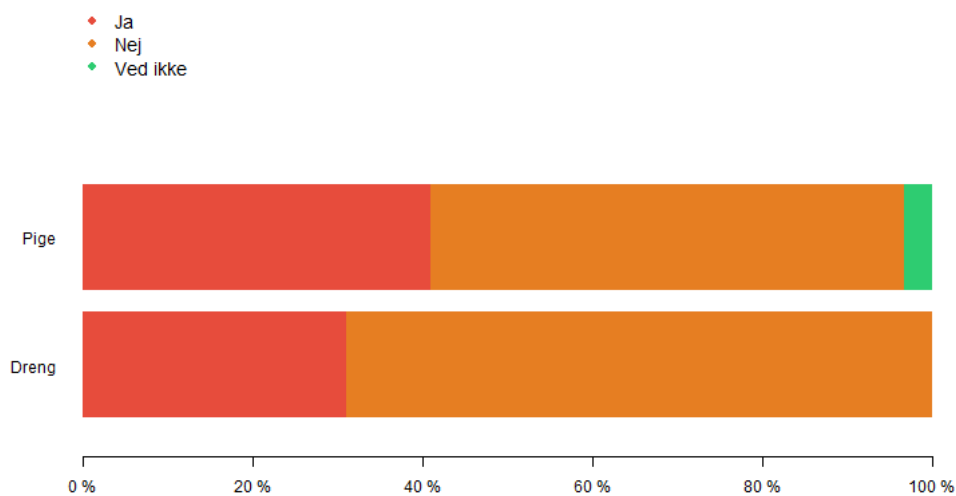
Hovedpine



Figur 4. Indenfor seneste 2 uger haft hovedpine

Eleverne bliver spurgt om de indenfor de sidste 2 uger har haft hovedpine. Det svarer 60 % af pigerne ja til og 43 % af drengene. Det er foruroligende mange.

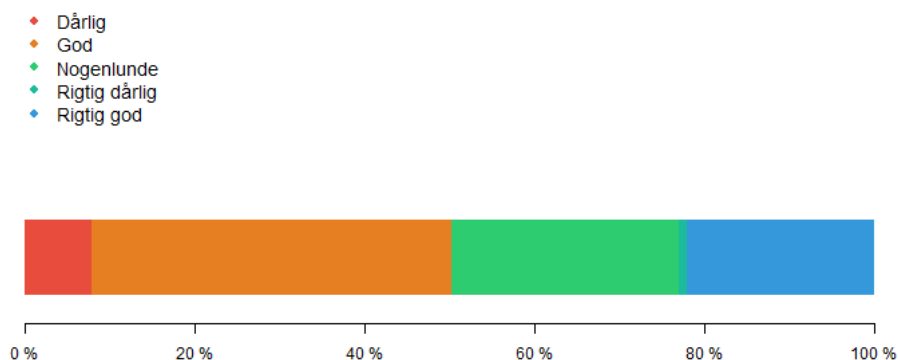
Smertestillende medicin



Figur 5. Indenfor seneste 2 uger taget smertestillende medicin

Eleverne bliver spurgt om de indenfor de seneste 2 uger taget smertestillende medicin. Det har lidt mere end 40 % af pigerne og lidt over 30 % af drengene. Det svarer således til forskellen på hyppighed af hovedpine blandt piger og drenge, men ligeledes et bekymrende højt tal.

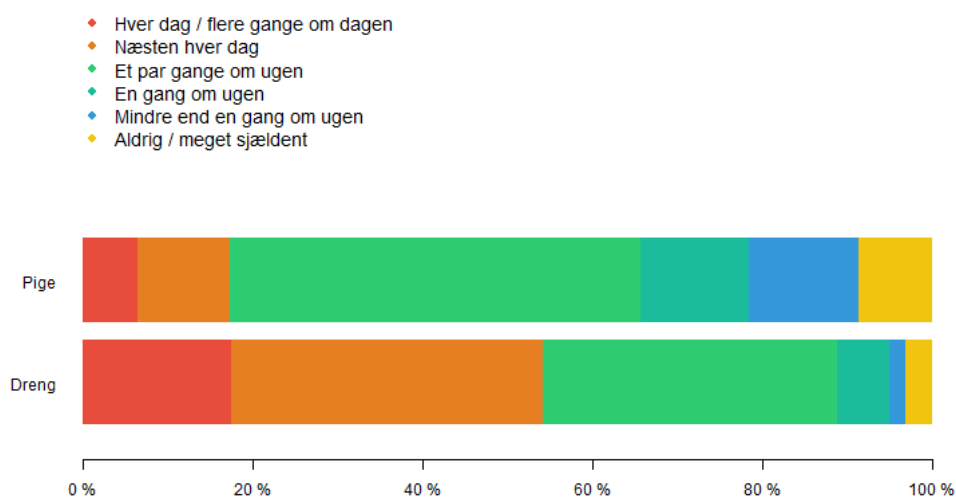
Hvordan er din fysiske form?



Figur 6. Selvvurderet fysisk form

9 % mener de har en dårlig eller meget dårlig fysisk form, der som nævnt for mange hænger sammen med oplevelsen af et dårligt helbred.

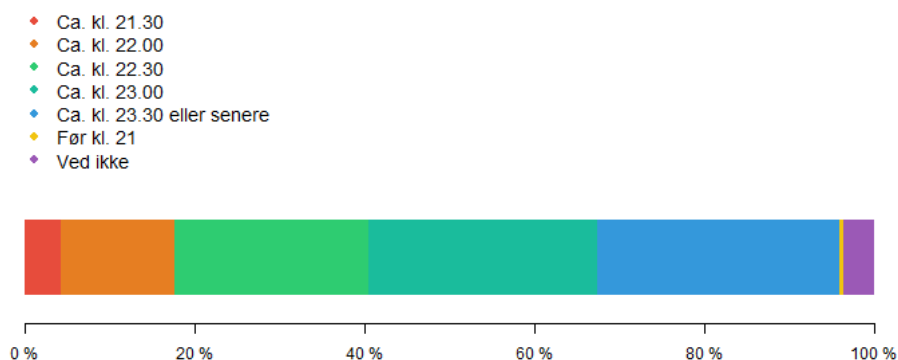
Hvor ofte dyrker du motion, som gør dig svedig eller forpustet?



Figur 7. Motionsvaner

Samlet set er der 23 % af de unge, der bevæger sig mindre end et par gange om ugen. Det er et fald sammenlignet med år 2011-12, hvor det gjorde sig gældende for 32 %. Som tidligere bevæger pigerne sig mindre end drengene, men det er dog især en stigning i pigernes fysiske aktivitetsniveau, der har bevirket forbedringen fra sidste år.

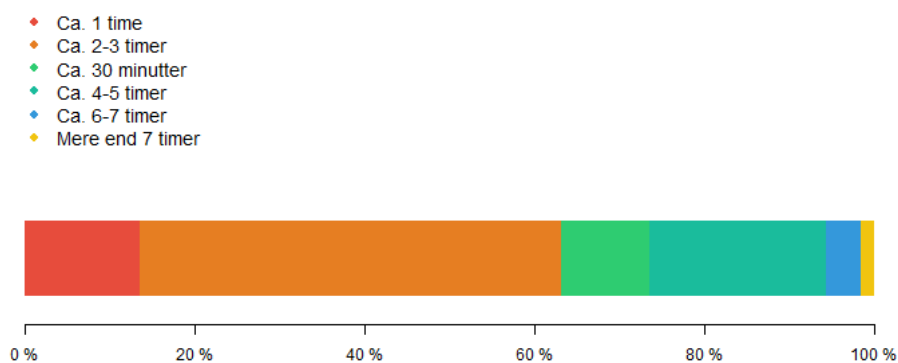
Hvornår sover du normalt?



Figur 8. Søvnvaner hos de unge

Tilstrækkelig søvn er vigtigt for et godt helbred, men mange af de unge ser ikke nogen sammenhæng her. Unge på 15-16 år skal sove mindst 8 timer, mange har brug for 9 timer, fordi de er midt i deres vækstperiode. Det gælder især for drengene. 29 % sover kl. 23.30 eller senere, og får altså ikke 8 timers søvn, da de fleste står op mellem kl. 6.30 og 7.00. Manglende søvn kan spille ind på koncentrationsevnen, humøret, giver hovedpinetendens. Desuden har flere undersøgelser vist, at det øger risikoen for overvægt.

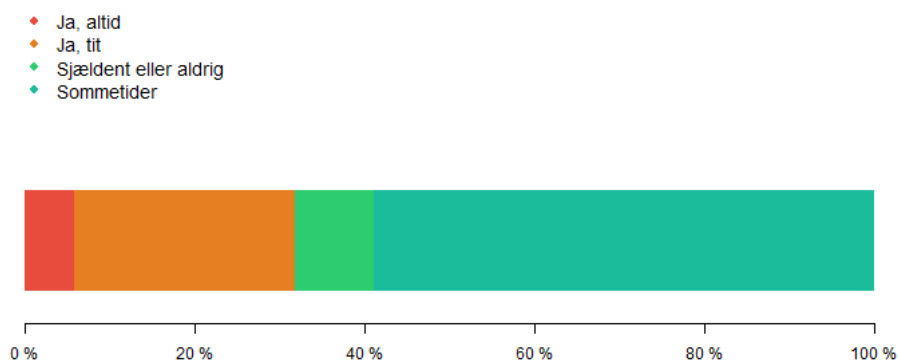
Tid foran en skærm



Figur 9. Skærmtid

De unge bliver spurgt, hvor lang tid de bruger foran en skærm udenfor skoletiden i hverdagen (TV, PC, Playstation, X-box, Nintendo eller lignende). 27 % svarer at de bruger mere end 4-5 timer dagligt. En del af tiden må formodes at være skolearbejde, hvilket gør det vanskeligt at vurdere, hvor meget tid, det er nødvendigt for de unge at bruge foran en skærm. Under alle omstændigheder betyder 4 timer eller mere foran en skærm oveni skoletiden meget stillesiddende, hvilket helbredsmæssigt er en risikofaktor.

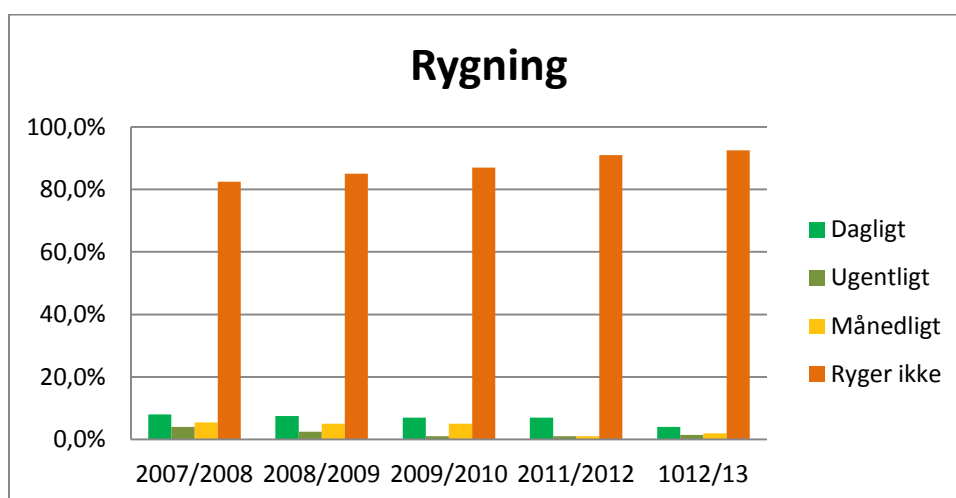
Stress



Figur 10. De unges travlhed

De unge bliver spurgt, hvor ofte de synes de har for meget at se til. 6 % svarer, at det har de altid, og 16 % at det har de tit. 59 % har det somme tider, hvilket gerne er relateret til skolearbejde med sammenfald af mange opgaver. Det er naturligt ind imellem at have travlt, men når det er en næsten kronisk tilstand bliver det sundhedsskadeligt, fordi det er en belastning for kroppen at være i en langvarig stresstilstand. Nogle af de unge kan få hjælp af at tale om, hvordan de bedre kan planlægge deres hverdag, så alt ikke laves i sidste øjeblik, andre har brug for hjælp til prioritering, som evt. kan medføre, at en fritidsaktivitet må reduceres/stoppes eller et job siges op.

Rygning

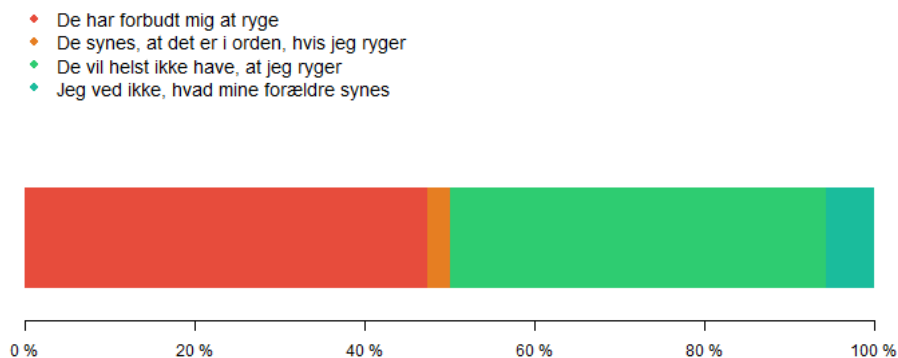


Figur 11. De unges rygevaner gennem 5 år

Mange unge har prøvet at ryge en enkelt gang, så selv om 30 % svarer, at de har prøvet at ryge, er det kun 4 %, der ryger hver dag og 3,5 %, der er lejlighedsrygere (ryger ca. 1 gang om ugen eller sjældnere). Andelen af dagligrygere er næsten halveret sammenlignet med de seneste år. August 2012 blev der indført totalforbud mod rygning på skoler og skolernes matrikler. Hvor stor betydning dette har for faldet i antal dagligrygere vides ikke. Imidlertid ved man, at tilgængelighed har stor betydning for sundhedsadfærd, og loven har gjort det at ryge i skolen mindre tilgængeligt. Andelen, der er lejlighedsrygere, er faldet gennem de sidste 5 år, men steget fra 2 % i 2011-12 til 3,5 % dette skoleår.

I den fælleskommunale rapport er der 6 %, der er dagligrygere og 7 %, der er lejlighedsrygere/festrygere.

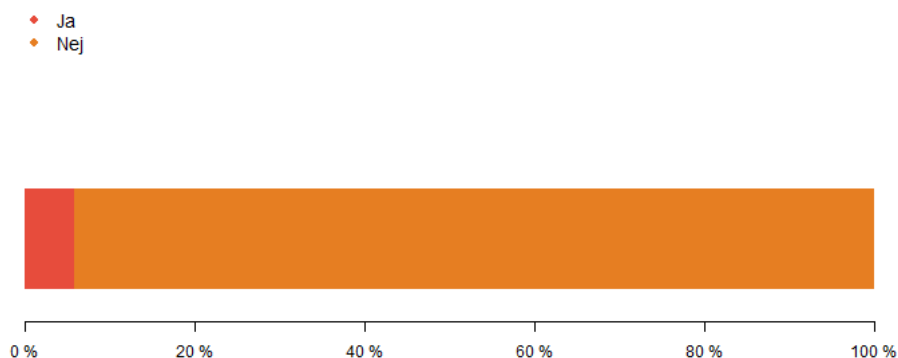
Forældres holdning til rygning



Figur 12. Forældres holdning til rygning

Ovenfor ses forældrenes holdning til rygning. Halvdelen af eleverne (47 %) svarer at deres forældre har forbudt dem at ryge, mens 45 % svarer, at deres forældre helst ikke vil have dem ryge. Forældrene til de sidste 8 % synes det er i orden eller har ikke udtrykt deres holdning til rygning.

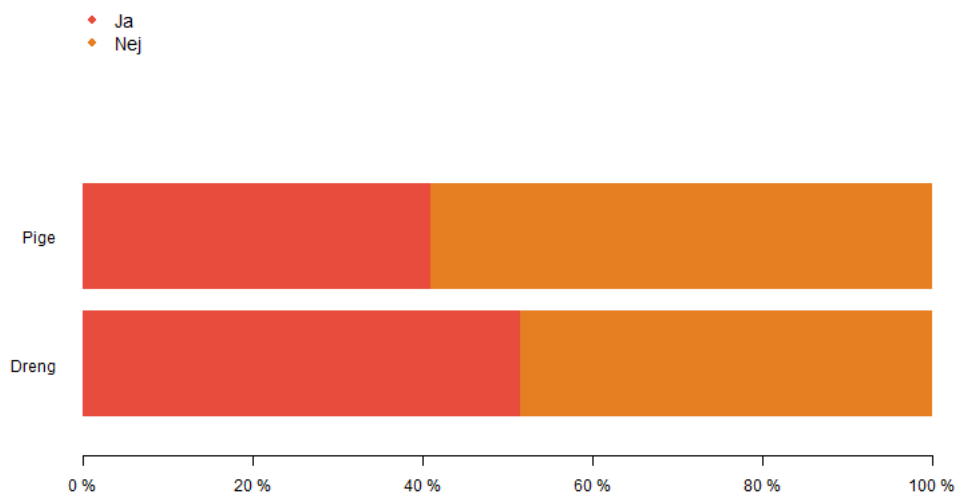
Prøvet at ryge hash



Figur 13. De unges hashvaner

6 % har prøvet at ryge hash, de fleste en eller 2 gange. Ingen har prøvet at tage stoffer som ecstasy, heroin, kokain o.l.

Alkohol



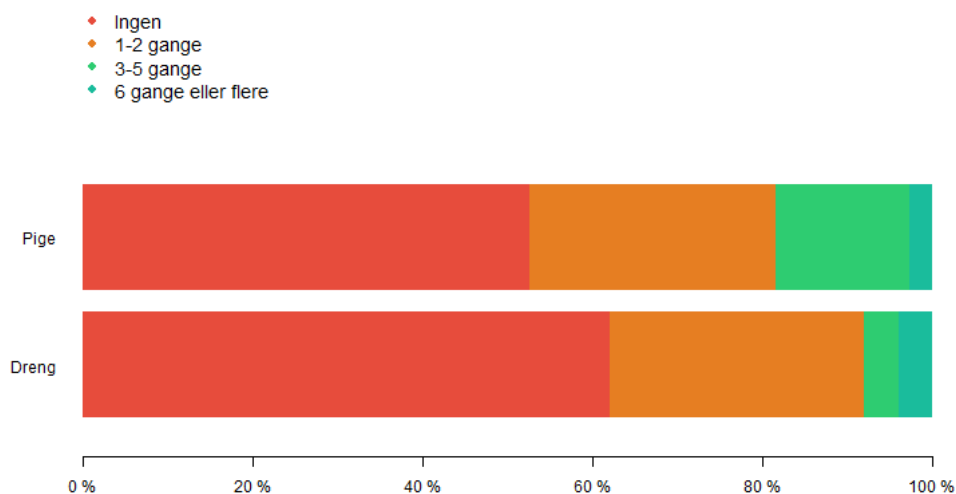
Figur 14. Drukket en hel genstand

Eleverne bliver spurgt, om de nogen sinde har drukket en hel genstand. Det svarer 46 % ja til. Som tidligere år har lidt flere drenge end piger prøvet at drikke en genstand og prøvet at være fuld.

Dernæst bliver de spurgt om de nogen sinde har været fulde. Det svarer 30 % ja til. Ved samtalerne er der en del af de unge, der giver udtryk for at de godt kan drikke sammen med venner eller når de er til fest, men at de ikke drikker sig fulde.

Begrebet at være fuld er meget subjektivt og ikke klart definerbart, men sundhedsstyrelsens har lavet en kvantificering af, hvornår indtag af alkohol bliver skadeligt/risikabelt, som ligger ved 5 genstande på en dag.

Drukket 5 genstande eller mere på en dag

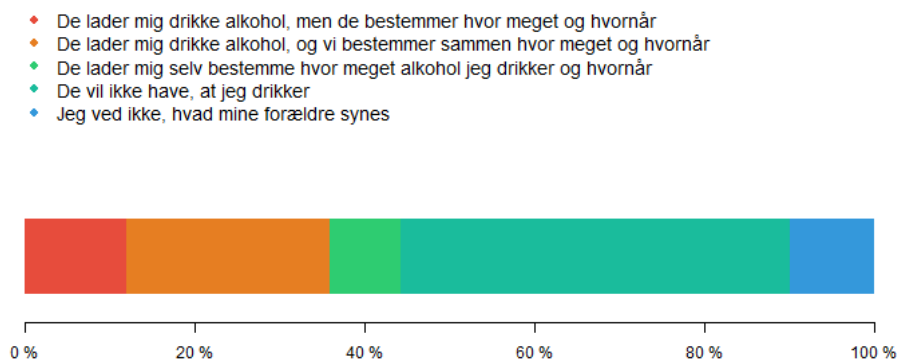


Figur 15. Drukket mere end 5 genstande på en dag

Eleverne bliver spurgt, hvor ofte de den seneste måned har prøvet at drikke 5 genstande eller mere. 58 % af de unge har ikke drukket så meget som 5 genstande på en dag indenfor den seneste måned. 12 % har drukket 5 genstande på en dag mere end 2 gange indenfor den sidste måned. Her ses pigerne at have haft det største indtag af alkohol. I den fælleskommunale rapport gælder det for 16 %.

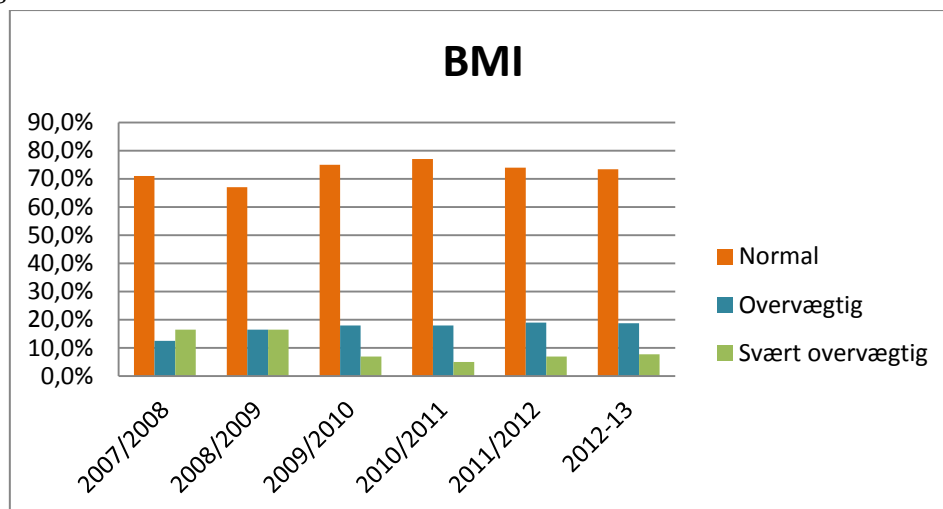
Forældres holdning til alkohol

Forældrenes holdning til at drikke alkohol ses nedenfor. Andelen af forældre der forbyder deres børn at drikke, svarer til den andel der forbyder dem at ryge (46 %). En større andel er ikke tydelige i deres holdning til alkohol (10 %) og 8 % lader børnene selv bestemme hvornår og hvor meget alkohol, de drikker.



Figur 16. Forældrenes holdning til alkohol

Overvægt

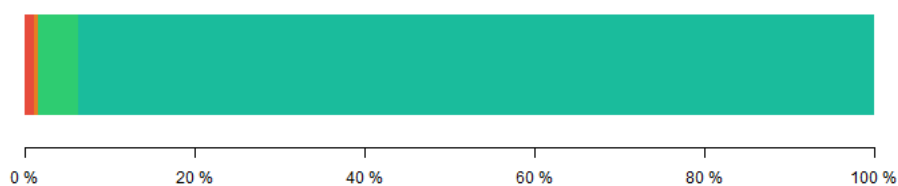


Figur 17. Fordeling af normalvægt og overvægt

Hyppigheden af overvægt er stort set den samme som de tidligere år. 18,8 % er moderat overvægtige, 7,8 % er svært overvægtige. Overvægten blandt indskolingsbørn er faldet, så man har lov at håbe på, at det går på samme måde som stigningen i overvægt tilbage fra 1999 til 2004 – altså at faldet i overvægt starter nedefra. I 1999 var kun de yngste årgange meget overvægtige, men 5 år senere i 2004 havde det bevæget sig opad til også at omfatte de ældste klasser.

Mobning

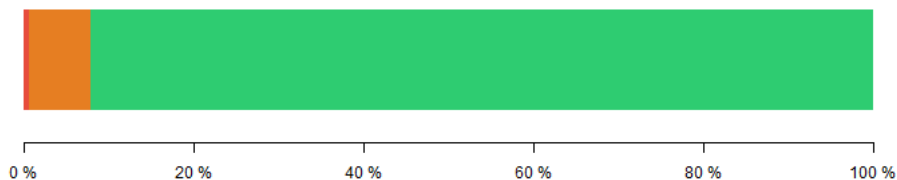
- ♦ 2-3 gange om måneden
- ♦ Ca. én gang om ugen
- ♦ Det er sket en eller to gange
- ♦ Jeg er ikke blevet mobbet



Figur 18. Er eleverne blevet mobbet

Eleverne bliver spurgt, hvor tit de er blevet mobbet de sidste 2 måneder. 94 % svarer at de ikke er blevet mobbet, 6 % svarer at de er blevet mobbet en eller nogen få gange og kun 1 % er blevet det ca. en gang om ugen.

- ♦ 2-3 gange om måneden
- ♦ Det er sket en eller to gange
- ♦ Jeg har ikke mobbet andre

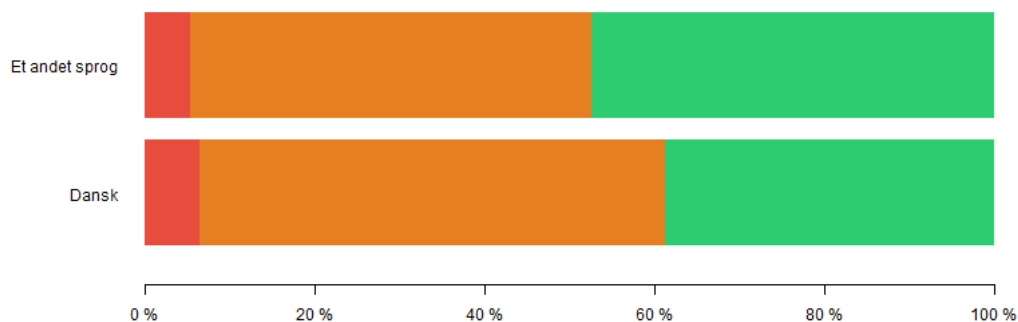


Figur 19. Har eleverne mobbet andre

Eleverne bliver også spurgt om de selv har mobbet nogen indenfor de sidste 2 måneder. 92 % har ikke mobbet nogen og ingen har gjort det så hyppigt som en gang om ugen.

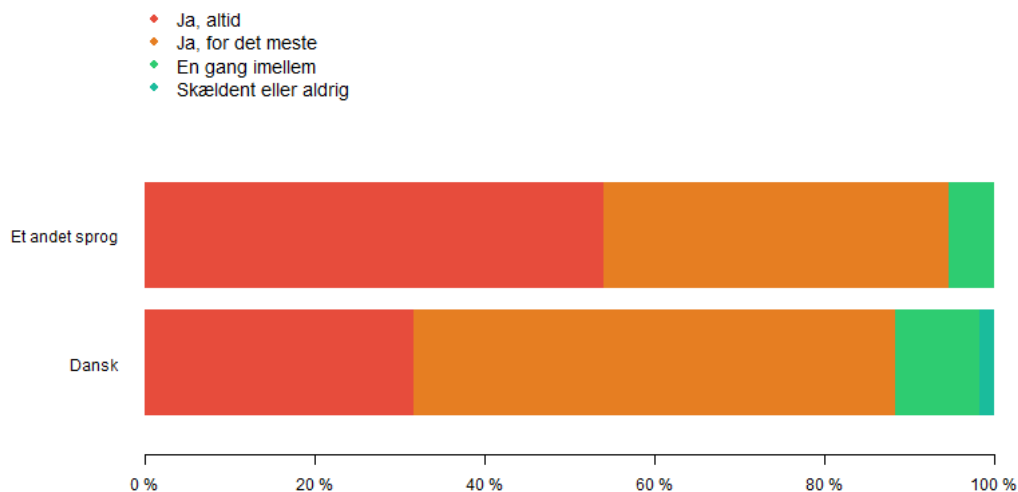
Skolen og kammeraterne

- ♦ En gang imellem
- ♦ Ja, altid
- ♦ Ja, for det meste



Figur 20. Fællesskabet i klassen

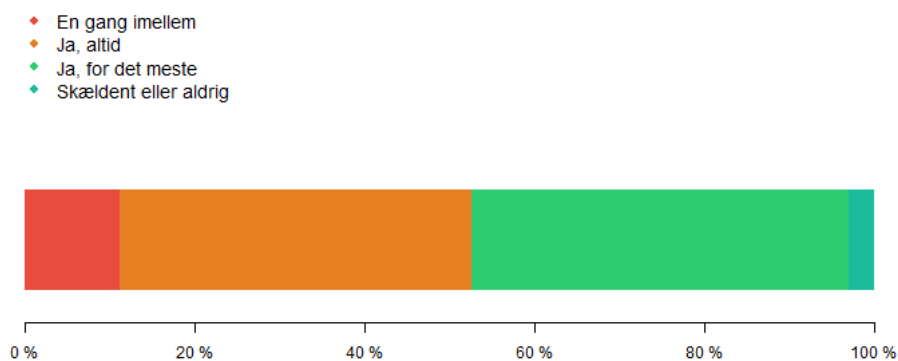
Eleverne bliver spurgt om de er med i fællesskabet i klassen. Det svarer 94 % at de er enten altid eller for det meste. Ingen svarer at de aldrig er med i fællesskabet. Dette spørgsmål er også undersøgt i forhold til de, der taler dansk hjemme og de, der har et andet sprog derhjemme. Andelen af dem, der altid eller for det meste føler sig med i fællesskabet er marginalt større blandt dem, der taler andet sprog i hjemmet end dansk.



Figur 21. Er eleverne gode ved hinanden

Eleverne bliver dernæst spurgt om de synes, de er gode ved hinanden i klassen. 91 % synes at det er de altid eller for det meste. 8 % synes det en gang imellem og 1 % mener det er sjældent eller aldrig.

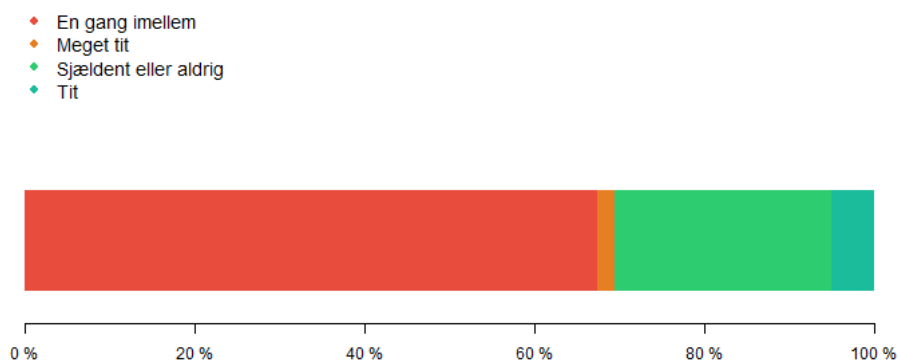
Gør de voksne noget



Figur 22. Ansvarlige voksne

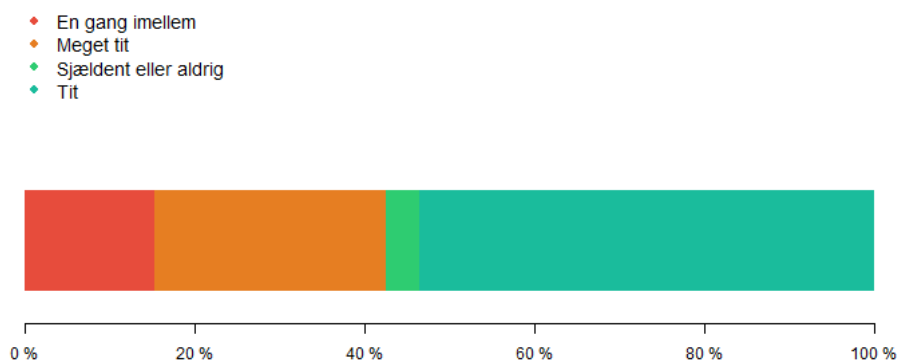
Eleverne bliver til sidst spurgt om der er nogen voksne, der gør noget, hvis en elev har det svært i skolen. 86 % svarer ja til at det er der altid eller for det meste, mens 11 % siger en gang imellem og 3 % svarer aldrig.

Konflikter



Figur 23. Elevernes oplevelse af konflikter

Spørgsmålet lyder om det opleves at der er konflikter (slåskamp, skænderier o.l.) på skolen. 93 % svarer at det er der sjældent eller en gang imellem, men 7 % synes der er det tit eller meget tit.



Figur 24. Hvordan ender konflikter

Dernæst bliver eleverne spurgt, hvor tit det ender på en god måde, når nogen i klassen har været uvenner. 82 % mener at det tit eller meget tit ender godt. 14 % mener det er sådan en gang imellem og 4 % mener det er sjældent eller aldrig.

Der er individuel variation skolerne imellem, men ikke i en sådan grad at det har givet anledning til en særlig indsats på nogen af skolerne.

Referencer:

1. Den Fælleskommunale Sundhedsprofil for udskolings elever skoleåret 2012-13. Tove Billeskov, Tine Keiser-Nielsen
2. Forebyggelsespakker om Mental Sundhed, Fysisk Aktivitet, Mad og Måltider, Tobak, Alkohol og Overvægt. Sundhedsstyrelsen 2012 og 2013
3. Skolebørnsundersøgelsen 2006 og 2010, HBSC. Mette Rasmussen, Pernille Due. Statens Institut for Folkesundhed. Syddansk Universitet. Kbh. 2011
4. Unges livsstil og dagligdag 2008. MULD rapport nr. 7. SST 2009