

Notat vedrørende

## Sundhedsprofil for 9. klasserne i Ishøj Kommune

Skoleåret 2021-2022



Udarbejdet af Center for Børn og Forebyggelse, Ishøj Kommune, april 2022

## Indholdsfortegnelse

1. Baggrund og materiale .....	4
1.1 Spørgeskemabesvarelser .....	4
2. Resultater for 9. klassetrin i Ishøj .....	5
3. Resultater for 9. klasse i Ishøj og på landsplan i 2021-2022 .....	7
4. Tallenes betydning og Sundhedsplejens indsatser .....	8
4.1 Overvægt og svær overvægt .....	8
4.2 Mistrivsel .....	9
4.3 Søvn .....	10
4.4 Alkohol, euforiserende stoffer og rygning .....	11

## 1. Baggrund og materiale

Sundhedsplejen 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 Aula. De sidste 6 år er [www.boernungeliv.dk](http://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 ca. 70 kommuner. Det er derfor muligt at sammenligne med et landsgennemsnit, som ganske vist ikke er repræsentativt for hele landet, da ikke alle kommuner deltager.

Formålet med spørgeskemaundersøgelsen er at generere en sundhedsprofil for 9. årgang, som gør det muligt at følge sundhedsadfærden blandt 9. klasseeleverne 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.

### 1.1 Spørgeskemabesvarelser

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 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. Samtidig skal det understreges, at spørgeskemabesvarelsen er udtryk for et øjebliksbillede af elevernes oplevelse af egen sundhed og trivsel.

Spørgeskemaundersøgelsen er besvaret af mellem 175-200 elever, men det eksakte tal er ikke tilgængeligt, da alle elever nødvendigvis ikke har besvaret alle spørgsmålene. I forbindelse med nærværende rapport er der indhentet data vedr. antal 9. klasses elever i Ishøj Kommune.

## 2. Resultater for 9. klassetrin i Ishøj

Skemaerne i nedenstående afsnit viser udvalgte resultater fra elevernes besvarelser af udskolingsundersøgelsen på 9. klassetrin i Ishøj Kommune. En mere detaljeret visning af resultaterne kan ses i bilaget til denne rapport.

I tabellen nedenfor indgår resultater fra udskolingsundersøgelsen på 9. klassetrin i skoleårene 2019-2020, 2020-2021 og 2021-2022.

Spørgsmål	9. klasse i Ishøj 2019-2020	9. klasse i Ishøj 2020-2021	9. klasse 2021-2022
Trives godt i skolen	91%	90%	74%
Har det godt derhjemme	97%	98%	86%
Har det godt med vennerne	93%	96%	90%
Tit eller meget tit ensom	7%	8%	6%
Ikke modtaget grimme SMS-beskeder el.l. de sidste to måneder	78%	88%	76%
Spiser morgenmad hver dag <sup>1</sup>	49%	52%	48%
Fysisk aktiv mindst 2 gange om ugen	73%	82%	82%
Ryger dagligt	2%	2%	2%
Har aldrig prøvet at ryge hash el.lign.	96%	98%	96%
Har aldrig drukket alkohol	58%	54%	54%
Har ikke nogen voksen at tale fortroligt med	10%	6%	6%

<sup>1</sup> Det bemærkes, at spørgsmålet vedrørende morgenmad varierer i BørnUngeLiv's rapport for skoleåret 2021-2022 i forhold til rapporterne for skoleårene 2019-2020 og 2020-2021. Af rapporten for skoleåret 2021-2022 bliver spørgsmålet stillet med "Hvor tit spiser du morgenmad?", mens spørgsmålet bliver stillet med "Hvor tit spiser du morgenmad før du skal i skole?" for skoleårene 2019-2020 og 2020-2021.

<b>Sover mindre end 8 timer</b>	40%	46%	42%
<b>Vaccineret mod HPV (piger)<sup>2</sup></b>	60%	75%	64%
<b>Vaccineret mod HPV (dreng)<sup>3</sup></b>	7%	16%	39%
<b>Moderat overvægt</b>	16%	22%	21%
<b>Svær overvægt</b>	5%	14%	15%

Tabel 1: Resultater for 9. klassesettrin i Ishøj i skoleårene 2019-2020, 2020-2021 og 2021-2022.

Helt overordnet ses det, at hovedparten af resultaterne fra dette skoleår ligner svarene fra det forrige skoleår. Dog er den markante ændring vedrørende elevernes egen vurdering af trivsel både i hjemmet, i skolen og med vennerne i forhold til forrige skoleår. Resultaterne vedrørende trivsel derhjemme og i skolen er markant faldende i forhold til sidste års resultater med et fald på henholdsvis 18 procentpoint og 12 procentpoint. Hvad angår trivsel med vennerne, er dette et fald på 6 procentpoint i forhold til sidste skoleår. En mulig forklaring på dette beskrives i afsnit 4.2.

#### **De positive ændringer fra forrige skoleår til dette skoleår er:**

- At en lidt mindre andel elever er tit eller meget tit ensomme.
- At en større andel drengelæver er vaccinerede mod HPV.
- At en stor andel elever fortsat er fysisk aktive mindst 2 gange om ugen.
- At en lidt mindre andel elever har prøvet at ryge hash el.lign.

#### **De mindre positive ændringer er:**

- At en højere andel elever trives mindre godt i skolen, derhjemme og med vennerne.
- At en lidt højere andel elever sover mindre end 8 timer dagligt.
- At en lidt mindre andel elever spiser morgenmad hver dag.
- At en større andel elever har modtaget grimme SMS-beskeder eller lignende.
- At en mindre andel pigeelæver er vaccinerede mod HPV.
- At andelen af elever med moderat eller svær overvægt er fortsat høj markant. Særligt er andelen af elever med svær overvægt markant stigende.

<sup>2</sup> Kilde: Statens Seruminstitut (<https://statistik.ssi.dk>). Data fra skoleåret 2019-2020 vedrører elever født i 2004, data fra skoleåret 2020-2021 vedrører elever født i 2005, og data fra skoleåret 2021-2022 vedrører elever født i 2006. Data omfatter færdigvaccinerede elever.

<sup>3</sup> Ibid. Tilbuddet om gratis HPV-vaccine omfatter drenge, som var fyldt 12 år d. 1. juli 2019 eller senere.

### 3. Resultater for 9. klasse i Ishøj og på landsplan i 2021-2022

I nedenstående tabel sammenlignes resultater fra udskolingsundersøgelsen på 9. klassetrin i Ishøj Kommune med resultater på landsplan for skoleåret 2021-2022. Det skal understreges, at resultaterne på landsplan ikke er repræsentative for hele landet, da det som nævnt ikke er alle landets kommuner, som deltager i udskolingsundersøgelsen. En mere detaljeret visning af resultaterne kan ses i bilaget til denne rapport.

Spørgsmål	9. klasse på landsplan	9. klasse i Ishøj
Trives godt i skolen	76%	74%
Har det godt derhjemme	87%	86%
Har det godt med vennerne	89%	90%
Tit eller meget tit ensom	6%	6%
Ikke modtaget grimme SMS-beskeder el.l. de sidste to måneder	79%	76%
Spiser morgenmad hver dag	54%	48%
Fysisk aktiv mindst 2 gange om ugen	86%	82%
Ryger dagligt	1%	2%
Har aldrig prøvet at ryge hash el.lign.	95%	96%
Har aldrig drukket alkohol	23%	54%
Har ikke nogen voksen at tale fortroligt med	5%	6%
Sover mindre end 8 timer	42%	38%
Vaccineret mod HPV (piger) <sup>4</sup>	83%	64%
Vaccineret mod HPV (dreng) <sup>5</sup>	65%	39%

Tabel 2: Resultater for 9. klasse i Ishøj og på landsplan i 2021-2022<sup>6</sup>

Overordnet ses det, at andelen af elever på 9. klassetrin i Ishøj Kommune, som har det godt derhjemme, i skolen og med deres venner, matcher landsgennemsnittet nogenlunde.

<sup>4</sup> Kilde: Statens Seruminstitut (<https://statistik.ssi.dk>). Data for 9. klasse vedrører elever født i 2006. Data omfatter færdigvaccinerede elever.

<sup>5</sup> Ibid.

<sup>6</sup> Tal vedrørende moderat overvægt og svær overvægt for 9.klasses elever på landsplan er ikke tilgængelig, hvorfor sammenligning på dette område ikke fremgår af tabellen.

### **De positive resultater, når der sammenlignes mellem Ishøj kommune og landsplan er:**

- At andelen af elever, der aldrig har drukket alkohol, er markant højere i Ishøj Kommune end på landsplan.
- At langt størstedelen af eleverne i Ishøj aldrig har prøvet at ryge hash el.lign. Det samme gør sig gældende på landsplan.
- At andelen af elever i Ishøj, som ryger dagligt, er meget lav og næsten på niveau med landsgennemsnittet.

### **De mindre positive resultater er:**

- At andelen af elever, der spiser morgenmad på alle skoledage, er lavere i Ishøj end på landsplan.
- At andelen af elever, som er fysisk aktiv mindst 2 gange om ugen, er lavere i Ishøj end på landsplan.
- At andelen af elever, som sover mindre end 8 timer er højere i Ishøj end på landsplan.
- At andelen af elever, som er vaccinerede, er lavere i Ishøj end på landsplan.

## **4. Tallenes betydning og Sundhedsplejens indsatser**

Ovenstående tabeller tegner et billede af, hvordan det står til med sundhedsadfærden hos udskolingseleverne i Ishøj Kommune på udvalgte parametre. Tabellerne giver dermed også en pejling på, hvilke områder, som det vil være relevant, at Sundhedsplejen sætter særligt fokus på i det sundhedsfaglige arbejde med udskolingseleverne.

### **4.1 Overvægt og svær overvægt**

En bekymrende udvikling i udskolingsundersøgelsen for Ishøj Kommune vedrører andelen af elever i 9. klasse, som er overvægtige eller svært overvægtige.

Det er Sundhedsplejens vurdering, at udviklingen i Ishøj, hvad angår andelen af elever med overvægt og svær overvægt i høj grad kan skyldes nedlukning pga. Covid-19 og restriktioner. Det har betydet, at eleverne er blevet langt mere inaktive, blandt andet fordi de har siddet stille foran skærmene i mange timer i forbindelse med online undervisning. Ligeledes har kommunens idræts- og fritidstilbud og fitnesscentre, som mange af de unge bruger, været lukket i lange perioder.

Trods genåbningen i 2022 forventes det, at nedlukningen forsat betydning har for elevernes vaner i forbindelse med fysisk aktivitet, herunder brugen af fritidstilbud og fitnesscentre.

Restriktioner og nedlukning som følge af Covid-19 er dog formentlig ikke hele forklaringen på Ishøj Kommunes høje andel af elever med overvægtsproblematikker. Vidensråd for Forebyggelse har for nylig udgivet en rapport om forebyggelse af overvægt blandt børn. Rapporten bidrager med de lidt nedslående konklusioner, at årsagerne til børns overvægt er utroligt komplekse og at man er på relativt bar bund, hvad angår viden om, hvad der reelt hjælper i forebyggelsen af overvægt<sup>7</sup>. Man ved med sikkerhed at det ikke blot drejer sig om forkert mad og for lidt bevægelse. Meget tyder på, at det er en kombination af mange faktorer. Forhold under graviditeten, de første leveår, genetiske forhold, søvnvaner, madvaner og fysisk aktivitet. Ligeledes har forældrenes uddannelsesniveau og beskæftigelsesforhold en betydning i forhold til at børnene udvikler overvægt. Ishøj Kommunes socioøkonomiske profil udgør således i sig selv en risikofaktor i forhold til udvikling af overvægt blandt børn i kommunen.

Det konkluderes i rapporten, at blandt andre sundhedsplejerskerne spiller en central rolle i formidlingen af at fremme gode måltidsvaner, bevægelse, god mental sundhed og søvnvaner. Så det gode forebyggende arbejde, som sundhedsplejerskerne gør op igennem skolealderen, skal fortsætte og meget udbygges, hvis det er muligt. Rapporten bidrager samtidig med et blik på, at der kan være et udviklingspotentiale i at udvide sundhedsplejerskens forebyggende arbejde til børn i førskolealderen for at styrke den tidlige indsats.

## 4.2 Mistrivsel

Sundhedsprofilen blandt 9. klasses elever i Ishøj Kommune viser en bekymrende tendens, hvad angår andelen af elever, som giver udtryk for, at de trives mindre godt i forhold til de forrige skoleår. Dog fremgår det af tabel 2, at antallet af elever, der mistrives, er på niveau med landsgennemsnittet. Den bekymrende tendens om mistrivsel er derfor nærmere en national end en kommunal tendens. Dette fremgår også af Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (VIVE)'s rapport 'Kortlægning af PPR-ledernes oplevelse af de kommunale indsatser' fra november 2021. Af rapporten fremgår det, at børn og unges mistrivsel er steget hen over de seneste fem år.

---

<sup>7</sup> [http://www.vidensraad.dk/sites/default/files/boernunge\\_forebyggelseovervaegt\\_digi\\_01\\_1.pdf](http://www.vidensraad.dk/sites/default/files/boernunge_forebyggelseovervaegt_digi_01_1.pdf)



Forklaring på den stigende mistrivsel blandt børn og unge anses ikke at være entydig, da flere eksperter har forskellige forklaringer på tendensen. Blandt forklaringer påpeger Mikael Thastum, der er professor ved Psykologisk Institut ved Aarhus Universitet, at tendens muligvis kan skyldes, at der er kommet mere opmærksomhed på børns mistrivsel samt problemerne med inklusion til at fungere ude i klasserne, besparelser gennem de seneste mange år i psykiatrien, og sociale medier, der kan opleves stressende for unge fx i form af fremstillingen af det 'ideelle'.<sup>8</sup>

Sundhedsplejerskerne i Ishøj Kommune er opmærksomme på at henvise elever, som giver udtryk for, at de ofte føler mistrivsel til relevante tilbud på skolen eller i Center for Børn og Forebyggelse. Desuden sætter sundhedsplejerskerne i dialog med skolelærerne fokus på emnet i forbindelse med undervisningen.

I Center for Børn og Forebyggelse vil der desuden i kraft af det puljefinansierede projekt "Psykologisk behandling i PPR" i de kommende år blive indført nye forebyggende indsatser målrettet skoleelever med problematikker, som blandt andet kan relatere sig til ensomhed, angst og psykisk sårbarhed.

#### 4.3 Søvn

Fra forrige skoleår til dette skoleår ses et fald i andelen af elever i Ishøj, som sover mindst 8 timer i døgnet. Andelen af elever, som sover mindst 8 timer i døgnet, er lavere i Ishøj end på landsplan.

Søvnforsker Birgitte Rahbek Kornum har 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 selvindsigt.

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

Sundhedsplejen tager både i de individuelle samtaler og i de sundhedspædagogiske aktiviteter i klasserne udgangspunkt i klassens sundhedsprofil. Med udgangspunkt i sundhedsprofilen drøftes

---

<sup>8</sup> <https://www.dr.dk/nyheder/indland/flere-boern-og-unge-mistrives-kaempestor-problemstilling>

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 imødekommende overfor ny viden. Flere kommer for at få vejledning og er motiverede for at skabe forandringer i deres livsstil.

#### 4.4 Alkohol, euforiserende stoffer og rygning

Ovenstående tabeller viser, at langt de fleste elever på 9. klasses trin i Ishøj Kommune aldrig har prøvet at ryge hash og ikke ryger cigaretter til daglig. Andelen af elever i 9. klasse i Ishøj, som aldrig har drukket alkohol, ligger desuden markant over landsgennemsnittet.

Alle undersøgelser om unges alkoholforbrug viser, at jo senere unge starter med at drikke alkohol, desto lavere alkoholforbrug vil de have senere i livet. Endvidere vil de unge ikke så ofte blive involveret i risikoadfærd, hvis de er lidt ældre, når de starter med at drikke alkohol. Jo ældre de unge er inden alkoholdebuten, jo bedre vil de formentlig være til at undgå farlige situationer. Forældrenes alkoholforbrug, og hvorvidt de unge bliver tilbudt alkohol i hjemmet, spiller ind på de unges debutalder.

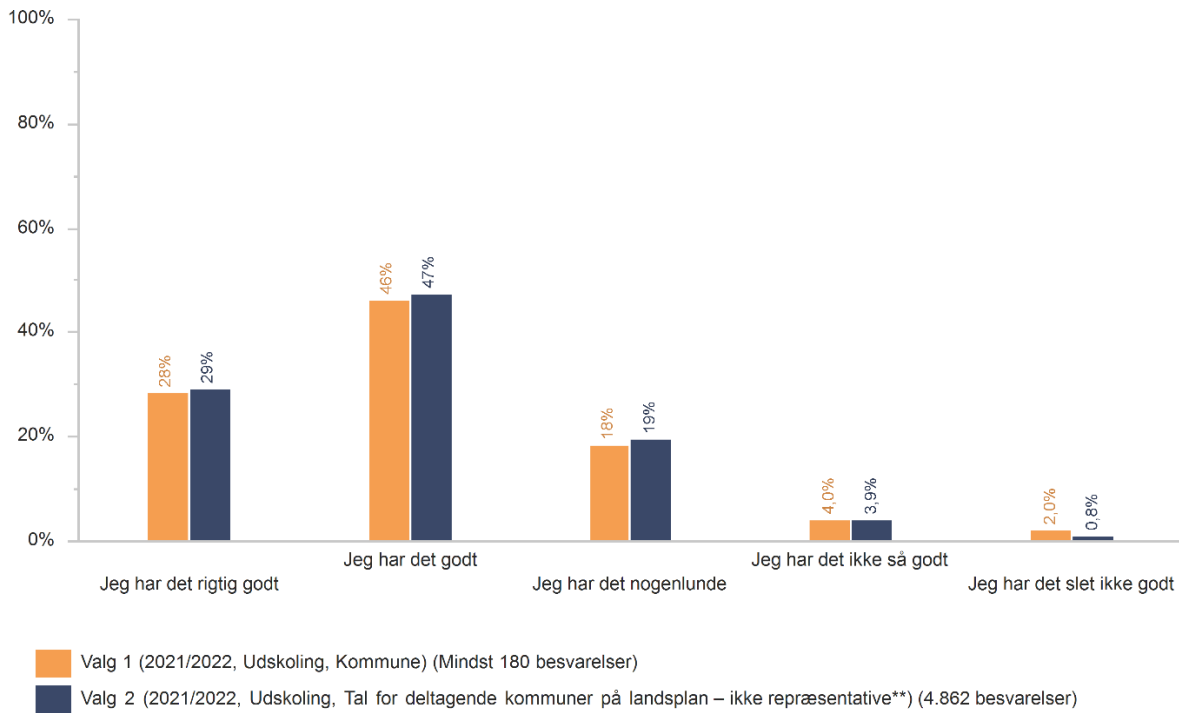
I forbindelse med Sundhedsplejens sundhedssamtaler taler sundhedsplejerskerne med de unge om alkohol og genstande, og om hvor let man kan tage fejl af, hvor mange genstande man har drukket. Sundhedsplejen støtter de unge i, at man sagtens kan være med i fællesskabet, selvom man ikke drikker, og opfordrer de unge til at tale med deres forældre om alkohol, genstande og om presset fra kammerater i forhold til alkoholforbrug.

Med hensyn til rygning har Sundhedsplejen mulighed for at henvise til STOP LINJEN. Den unge kan sende en sms om, at han/hun gerne vil kontaktes, og så er der mulighed for, at den unge kan få et forløb hos STOP LINJEN. Derudover taler sundhedsplejerskerne med de unge om, i hvilke situationer rygetrangen melder sig, og hvilke strategier de kan bruge til at undgå disse. Sundhedsplejen tilbyder desuden opfølgende samtaler med fokus på rygestop.

## Bilag 1 – Grafer

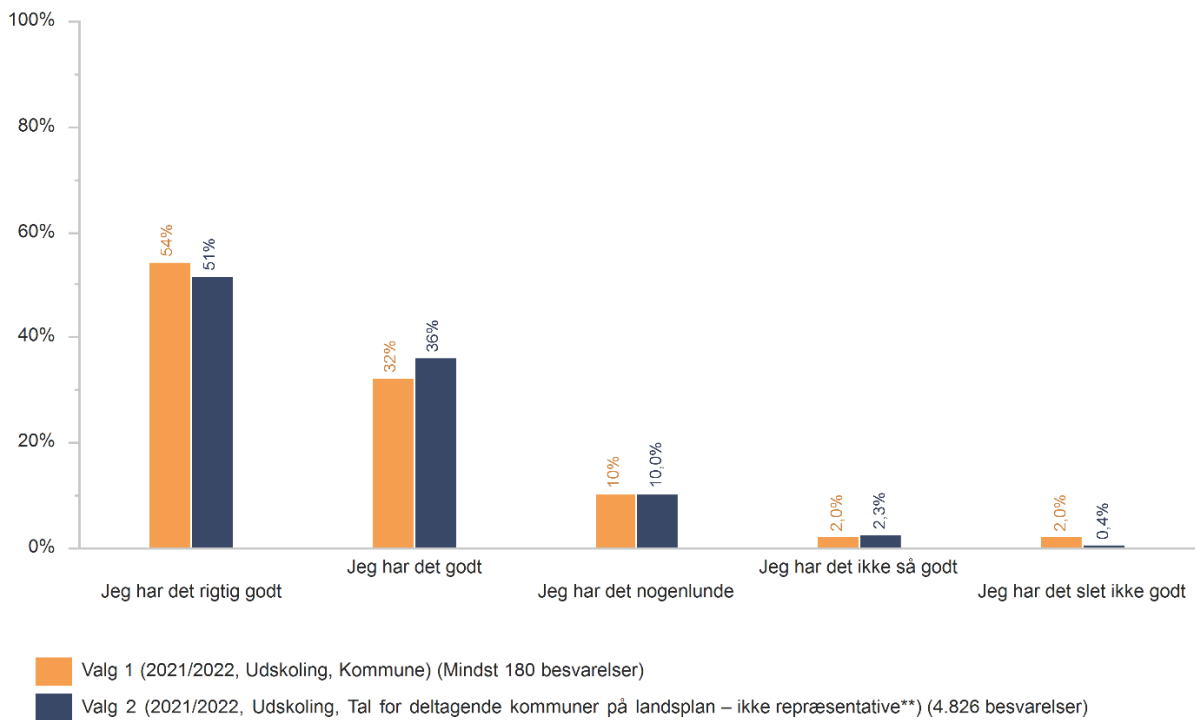
### Trivsel, skole og fritid

#### Hvordan har du det for tiden... i skolen?



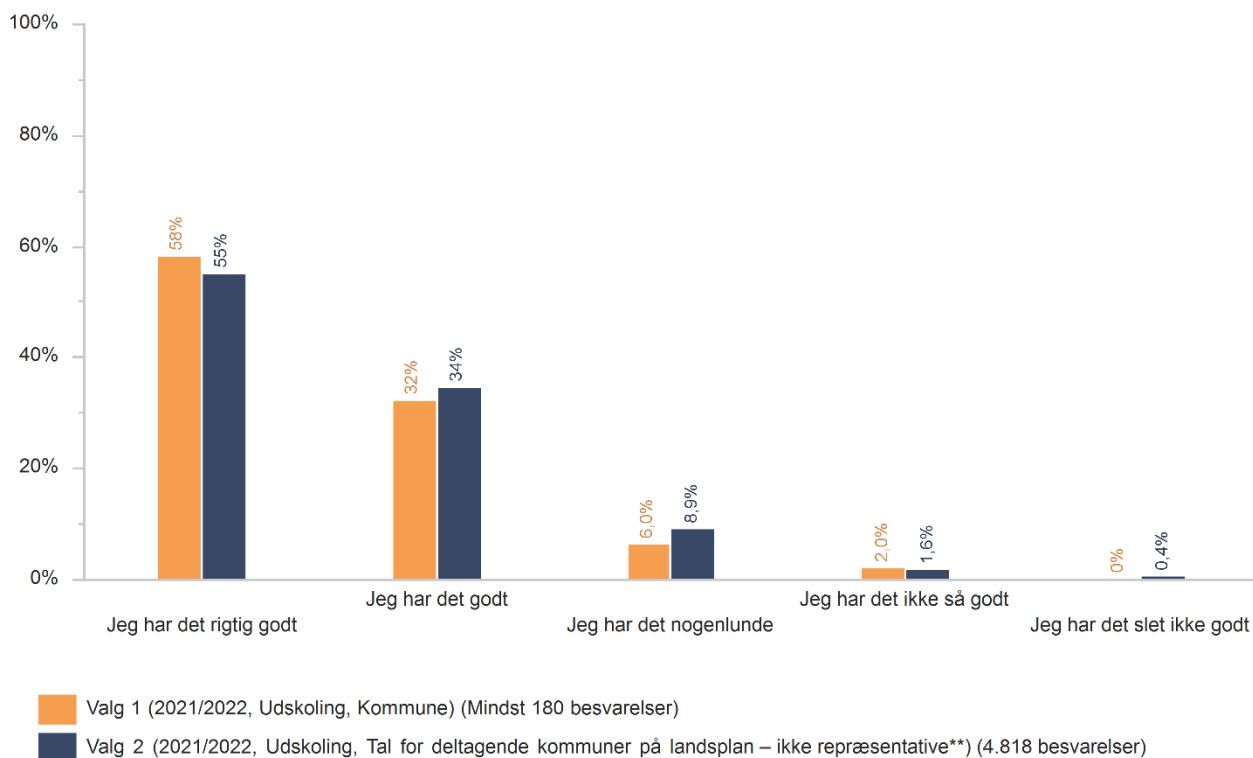
**Trivsel i skolen.** 18 % af eleverne i 9. klasse i Ishøj svarer, at de ikke har det særligt godt i skolen. I 2020-2021 var det 9,3 %, og andelen er derfor steget med 94%.

## Hvordan har du det for tiden... derhjemme?



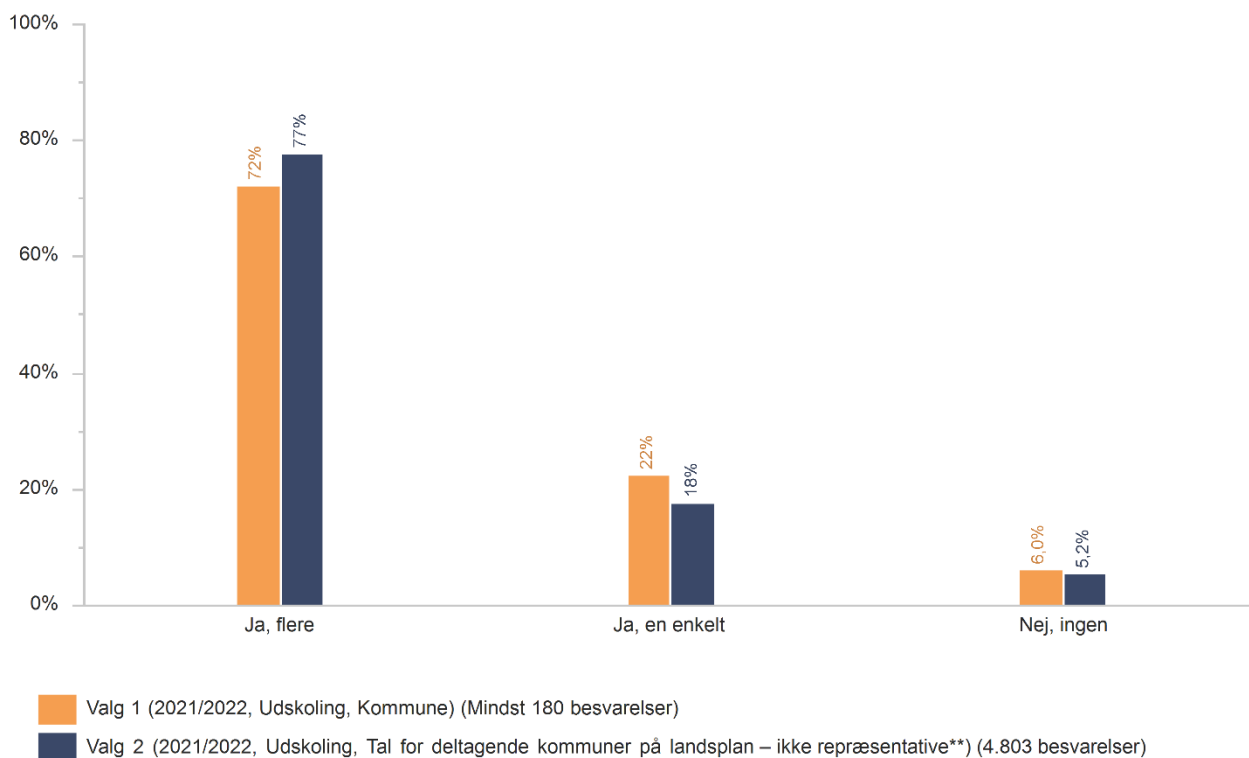
**Trivsel i hjemme.** 4 % af eleverne i 9. klasse i Ishøj svarer, at de ikke har det så godt eller slet ikke har det godt derhjemme. I 2020-2021 var tallet 3,1%.

## Hvordan har du det for tiden... med vennerne/i fritiden?



**Trivsel med venner.** 2 % af eleverne i 9. klasse i Ishøj svarer, at de ikke trives med deres venner. I 2020-2021 var det 3,6 %.

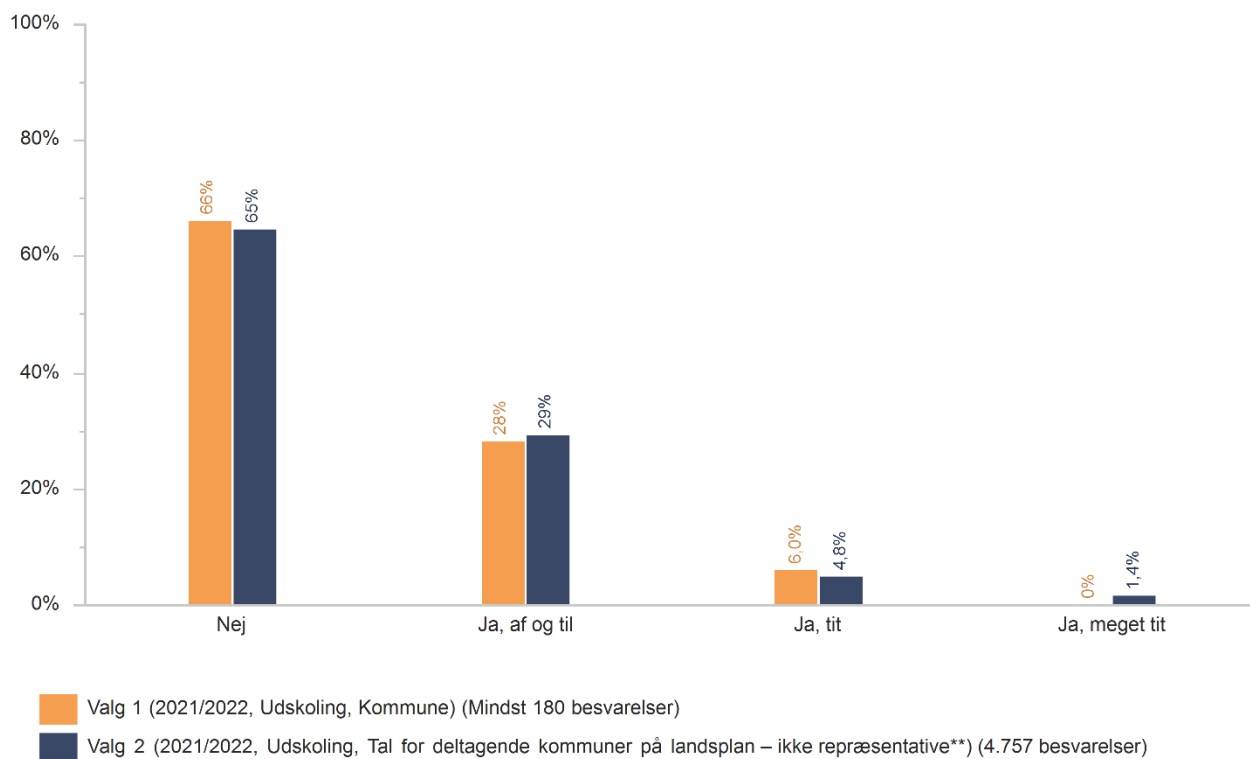
Har du nogen voksne at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?



**Voksne at tale med.** 6 % af eleverne i 9. klasse i Ishøj svarer, at de ingen voksne har at tale med. I 2020-2021 var det 6,7 %, af elever, som ikke oplever, at de har en voksen, som de kan tale fortroligt med.

Det næste spørgsmål handler om at være ensom. At være ensom kan fx være, at du savner nogen at tale med eller være sammen med, eller at du føler dig udenfor.

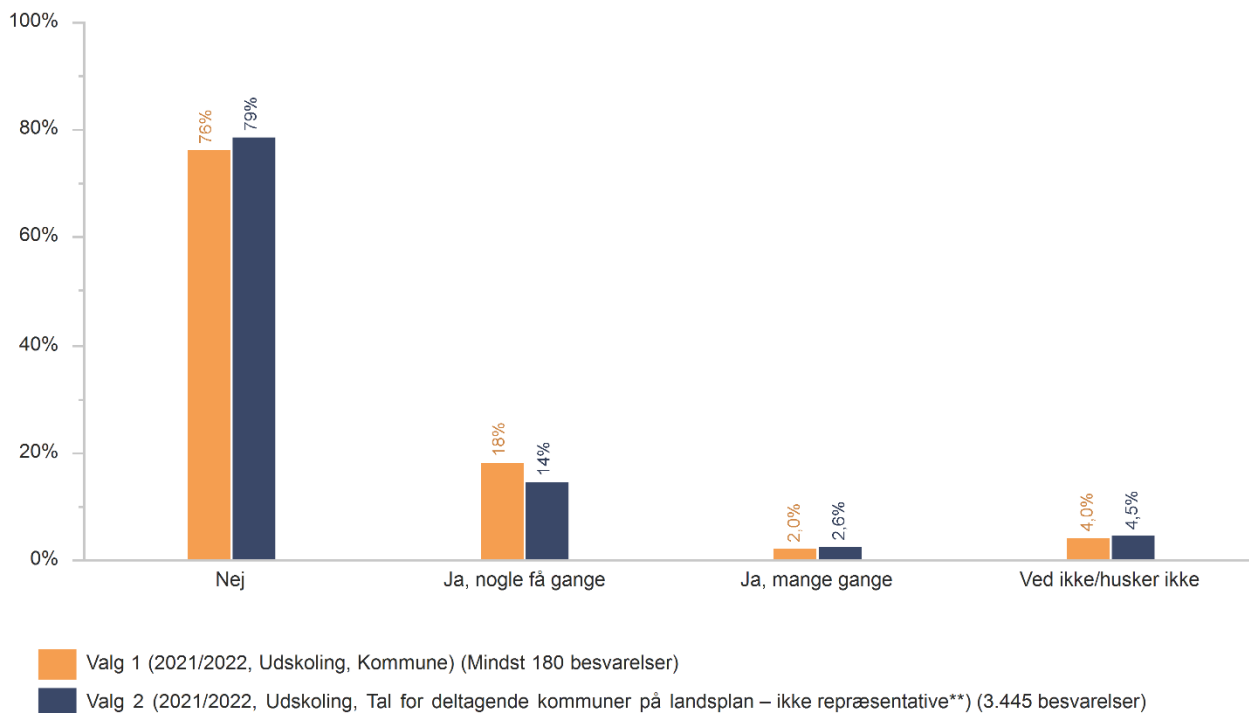
### Føler du dig ensom?



**Ensomhed.** 6 % af eleverne i 9. klasse i Ishøj føler tit eller meget tit, at de er ensomme. I 2020-2021 var det 7,7 %.

De næste spørgsmål handler om mobning. Mobning er, når man gentagne gange bliver holdt udenfor, drillet eller generet på en ubehagelig måde. Tænk på de sidste 2 måneder.

Har du fået beskeder, billeder eller videoer, som har gjort dig ked af det, bange eller vred?

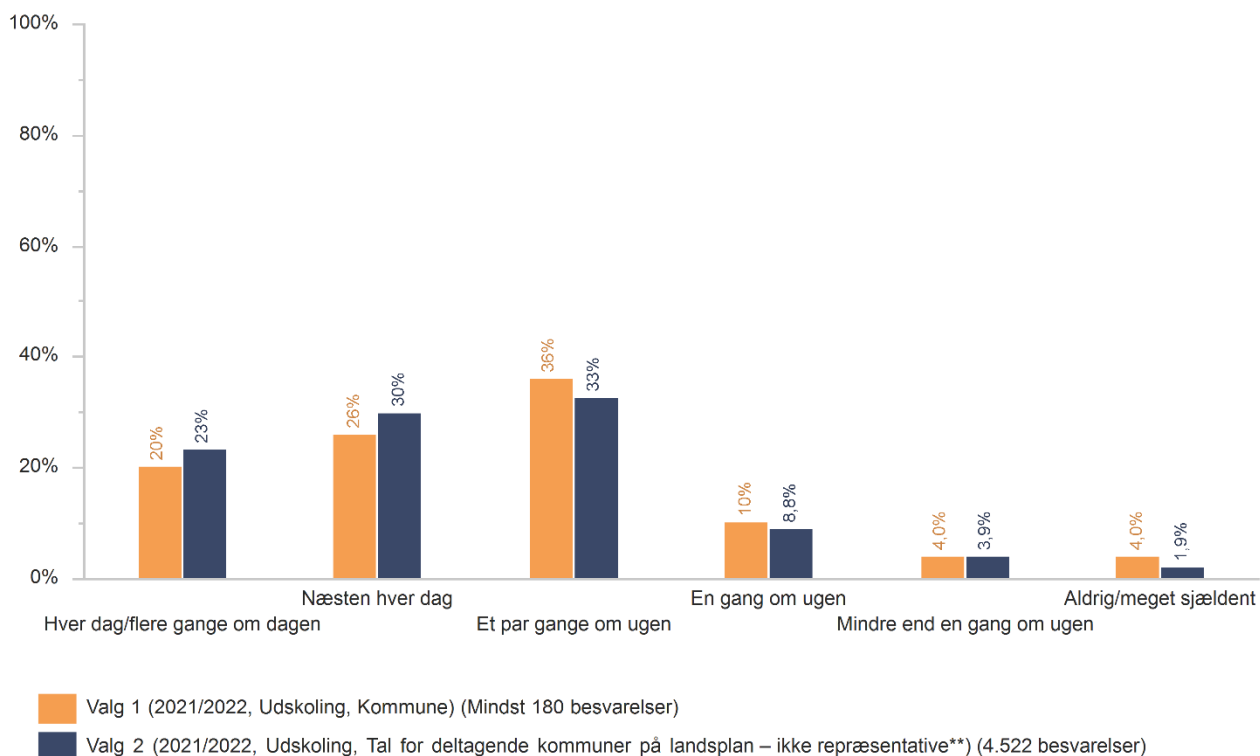


**Beskeder som har gjort dig ked af det.** 76 % af eleverne i 9. klasse i Ishøj svarer, at de i løbet af de sidste 2 måneder ikke har modtaget beskeder, billeder eller videoer, som havde gjort dem kede af det, bange eller vrede. I 2020-2021 svarede 88 %, at de ikke havde modtaget grimme beskeder på sms, e-mail eller sociale medier i løbet af de sidste 2 måneder.



## Krop og bevægelse

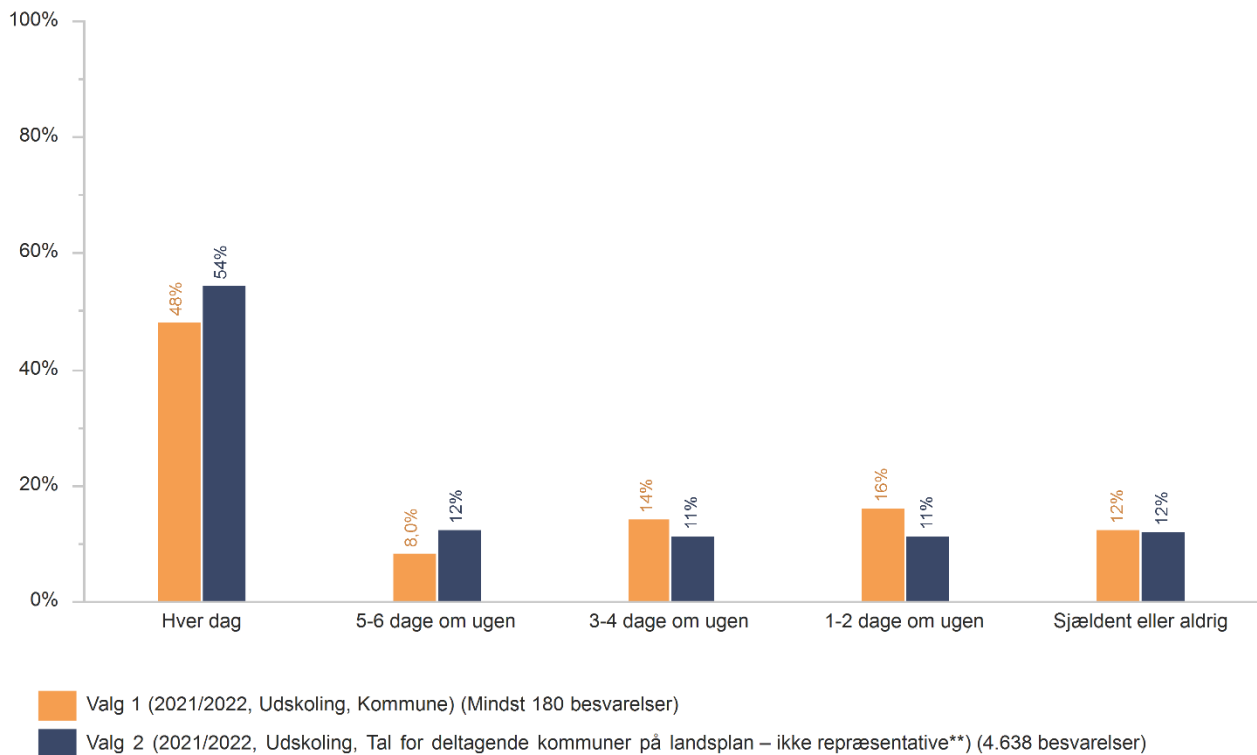
Hvor tit bevæger du dig, så du bliver svedig eller forpustet?



**Fysisk Aktivitet.** 86 % af eleverne i 9. klasse i Ishøj svarer, at de bevæger sig så de bliver svedige og forpustede mindst 2 gange om ugen. I 2020-2021 svarede 82 % af 9. klasserne i Ishøj, at de var fysisk aktive mindst 2 gange om ugen.

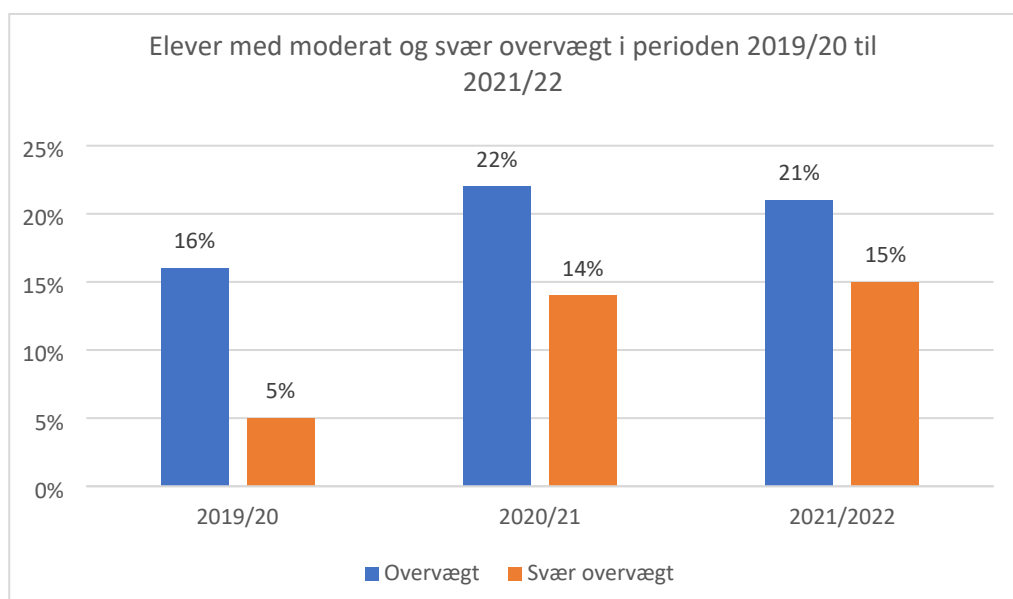
## Kost

### Hvor tit spiser du morgenmad?



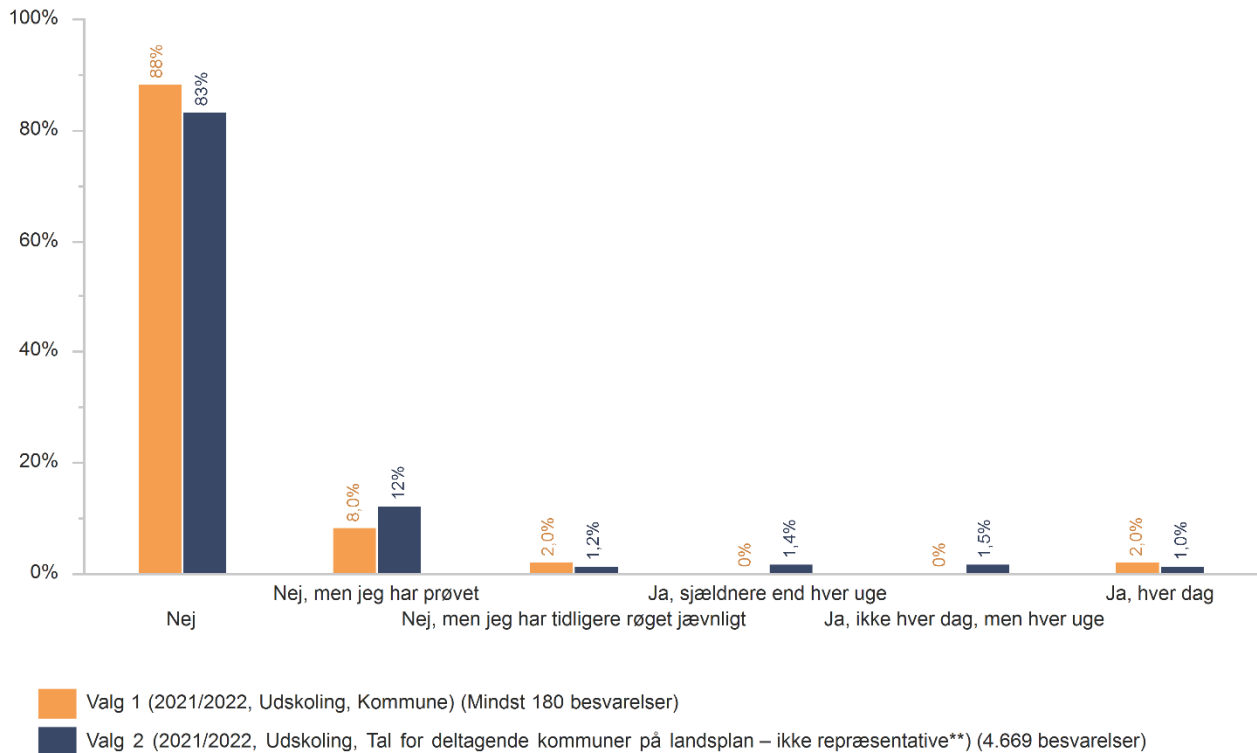
**Morgenmad.** 48 % af eleverne i 9. klasse angiver, at de spiser morgenmad hver dag. I 2020-2021 angav 52 % af eleverne, at de spiser morgenmad inden de skal i skole.

## BMI



## Rygning

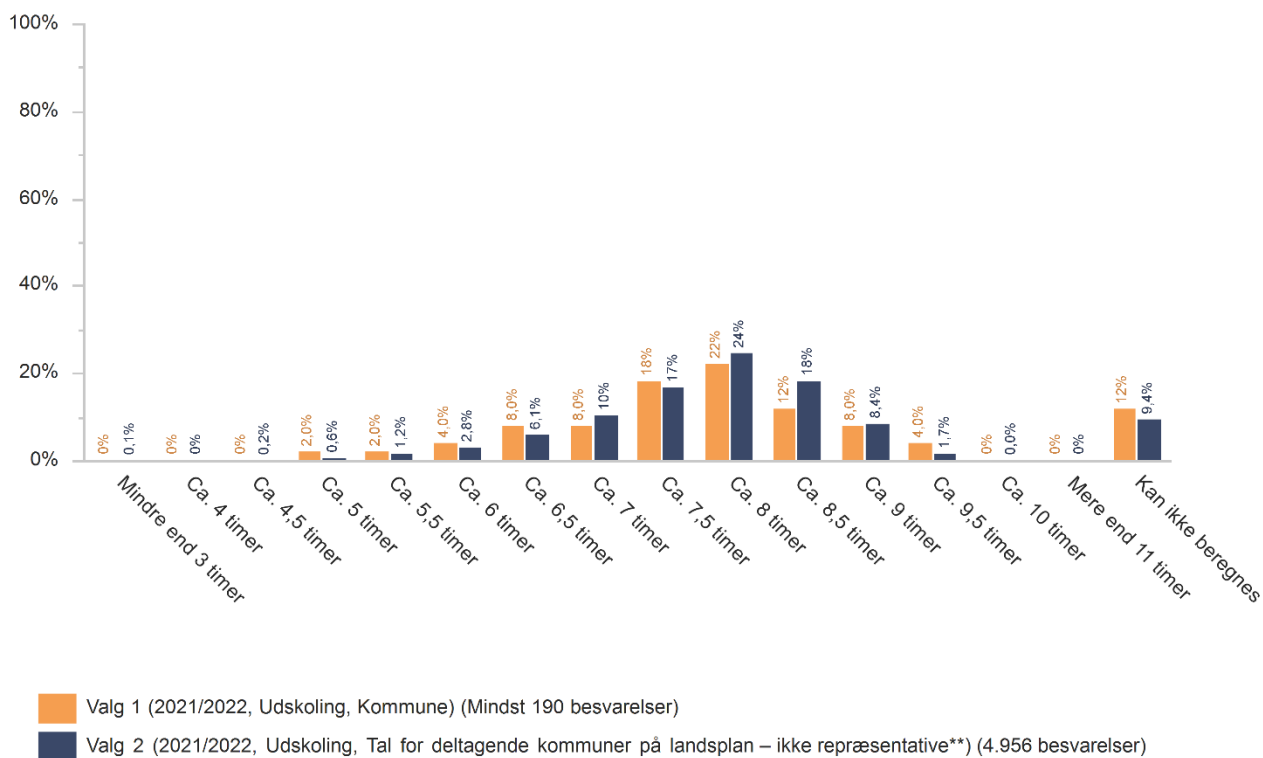
### Ryger du cigaretter?



**Rygning.** 2 % af eleverne i 9. klasse i Ishøj ryger dagligt, mens det på landsplan er 1 % af 9. klasseeleverne. 88 % af eleverne i Ishøj har aldrig prøvet at ryge cigaretter.

## Søvn

### Timer søvn:

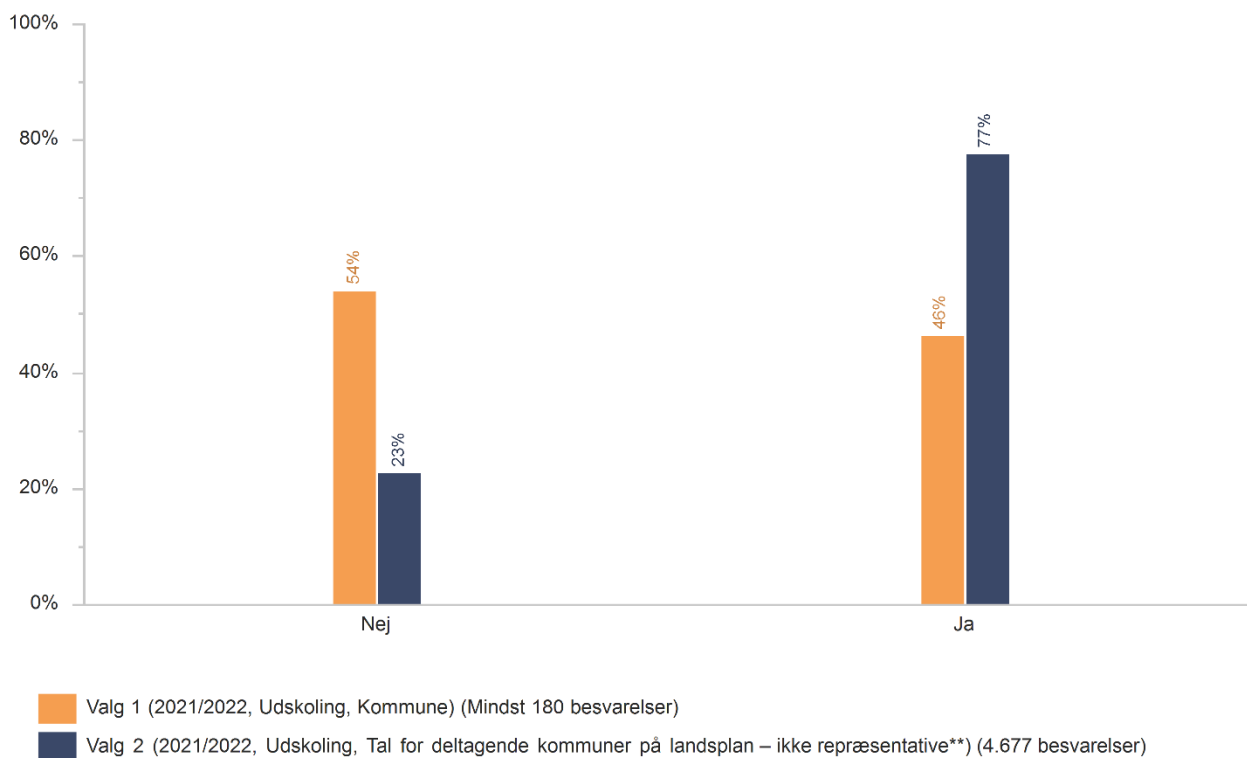


Antallet af respondenter på dette spørgsmål kan være mindre end i resten af rapporten. Vær OBS på det, når I fortolker resultatet. Se boks s. 2.

**Søvn.** 42 % af eleverne i 9. klasse i Ishøj sover mindre end 8 timer i døgnet. I 2020-2021 var det 43 %, der sov mindre end 8 timer i døgnet.

## Alkohol

### Har du prøvet at drikke alkohol?

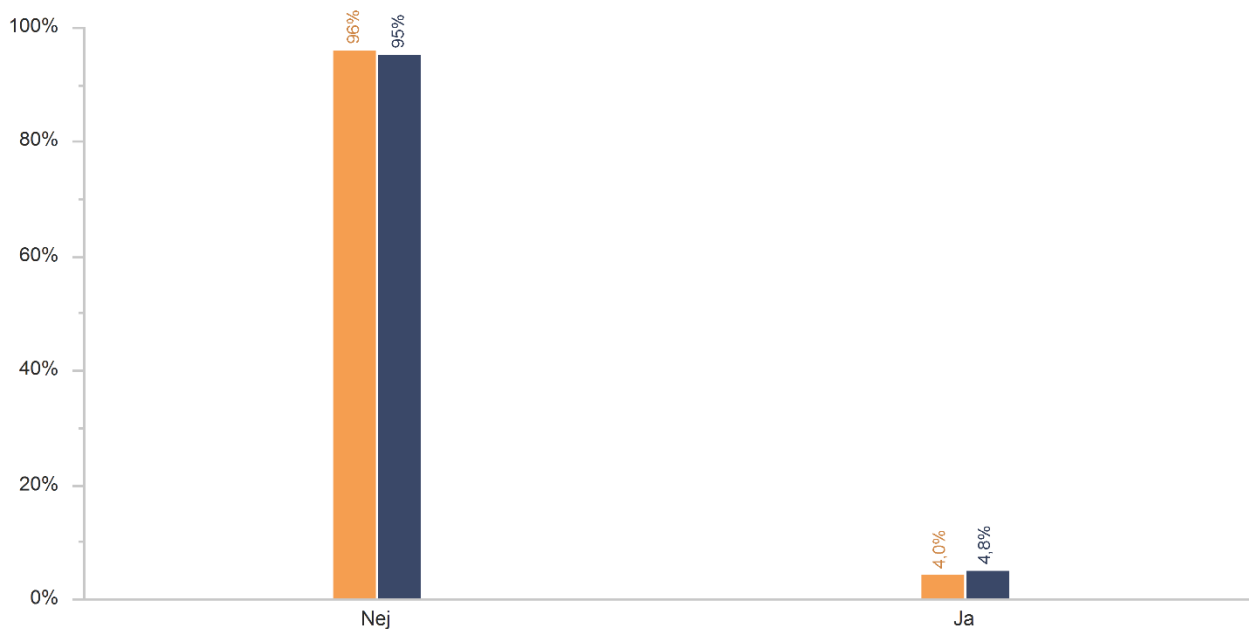


**Alkohol.** I Ishøj har 54 % af eleverne i 9. klasse aldrig prøvet at drikke alkohol. Det er en markant større andel end på landsplan, hvor 23 % af eleverne aldrig har prøvet at drikke alkohol.

## Euforiserende stoffer

I dette spørgeskema bruger vi ordet hash som udtryk for både hash, marihuana, pot og skunk.

Har du nogensinde prøvet at ryge hash?



Valg 1 (2021/2022, Udskoling, Kommune) (Mindst 180 besvarelser)

Valg 2 (2021/2022, Udskoling, Tal for deltagende kommuner på landsplan – ikke repræsentative\*\*) (4.654 besvarelser)

**Hash mm.** 96 % af eleverne i 9. klasse i Ishøj har aldrig prøvet at ryge hash el.lign. I skoleåret 2020-2021 havde 99% af eleverne i 9. klasse i Ishøj aldrig prøvet at ryge hash el. lign.

## HPV-vaccination

