

2017/2018

Sundhedsprofil 9. klasse



**Tove Billeskov
Ishøj kommune**

INDHOLD

side

1. Resultater, konklusion.....	3
2. Baggrund, materiale	4
3. Trivsel, skole og fritid	6
4. Fysisk aktivitet	10
5. Søvn.....	11
6. Mad og måltider	13
7. BMI	15
8. Alkohol.....	16
9. Rygning, snus og lattergas	20
10. HPV vaccination	23
11. Astma	24
12. Fællesskab og sammenhold	25

Resultater:

Spørgsmål	9. klasse	7.-8. klasse
Trives godt i skolen	97 %	91 %
Har det godt med vennerne	99 %	94 %
Tit eller meget tit ensom	3 %	5 %
Ikke modtaget grimme SMS beskeder el.l.	77 %	76 %
Har det godt derhjemme	99 %	97 %
Spiser morgenmad på alle skoledage	44 %	62 %
Fysisk aktiv mindst 2 gange om ugen	86 %	86 %
Ryger dagligt	2,4 %	1 %
Ryger lejlighedsvist	1 %	0,8 %
Har aldrig drukket alkohol	51 %	77 %
Har ikke nogen voksen at tale fortroligt med	6 %	8,4 %
Sover mindre end de anbefalede 8-9 timer	37 %	22 %
Vaccineret mod livmoderhalskræft	77 %	52 %
Overvægtig	22 %	17 %
Svært overvægtig	8 %	7 %

Konklusion:

Hovedparten af eleverne trives godt både hjemme, i skolen og med vennerne. Flere bevæger sig mere end eleverne i 9. klasse de seneste år. Modsat tendensen i voksenbefolkningen er andelen af elever, der ryger dagligt og lejlighedsvist, faldet.

En tredjedel af eleverne sover mindre end anbefalet og en del har jævnligt søvnproblemer. Det hænger til dels sammen med brugen af mobiltelefon, som langt hovedparten af eleverne bruger næsten dagligt, når de ligger i sengen og skal til at sove, men er også delvist stressbetinget.

Under halvdelen af eleverne spiser morgenmad hver dag, før de går i skole. Der er sket en stigning både i moderat og svær overvægt. Halvdelen af eleverne har aldrig drukket alkohol, men modsat tidligere er der flere af de elever, der drikker alkohol, der har været fulde og som drikker mere og hyppigere end sammenlignet med elever på landsplan.

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. De sidste to år 'Skolesundhed.dk' blevet anvendt som det analyseværktøj, eleverne besvarer spørgeskemaet i. Det er et analyseprogram, som er meget nemt at anvende, og som nu anvendes af 48 kommuner. Det er derfor muligt at sammenligne med et landsgennemsnit, som ganske vist ikke er repræsentativt for hele landet, men som i 2017-18 udgøres af 24.178 besvarelser.

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

Der var på undersøgelsestidspunktet 240 indskrevne elever i 9. klasse i skoleåret 2017-18. Heraf var 222 til udskolingsundersøgelse (92%), og 215 har besvaret spørgeskemaet (89,5 %). 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.

Ungeprofilundersøgelsen

I 2017-18 har der været et samarbejde med Center for Tryghed og Kriminalitetsforebyggelse om at gennemføre spørgeskemaundersøgelser i 7. og 8. klasse. Her er skolesundhed.dk også anvendt, men med et udvidet spørgeskema, den såkaldte ungeprofilundersøgelse, der udover de spørgsmål, som skolesundhedstjenesten anvender, indeholder en del spørgsmål om risikoadfærd, mobning m.m.. Denne undersøgelse kan kun laves anonymt. Der har i starten af 2018 været en del røre om, hvorvidt undersøgelsen har været tilstrækkelig anonym til at leve op til registerloven. De tvivlsspørgsmål er der nu taget hånd om, så det igen er muligt at anvende disse data. Center for Tryghed og Kriminalitet har lavet en rapport om den udvidede del af undersøgelsen, som er blevet præsenteret på alle skoler. Den del af undersøgelsen, der indeholder spørgsmål om sundhed og trivsel, sundhedsprofilen, som kan laves på den enkelte klasse, har sundhedsplejerskerne anvendt i forbindelse med deres sundhedssamtaler med eleverne i 7. klasse. Forud for samtalerne har de en dialog i klassen om udvalgte emner fra sundhedsprofilen.

Da eleverne i 7., 8. 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 udskoling. Det kan ske både som en opfølgning af den enkelte klasse over flere år og som en sammenligning mellem klasser på forskellige klassetrin.

Den Nationale Sundhedsprofil 2017

Den Nationale Sundhedsprofil for voksne danskere er netop ud kommet og har vist, at det går den gale vej med sundheden, især hvad angår rygning, overvægt og mentalt helbred, herunder stress, søvnproblemer, ensomhed og nedtrykthed.

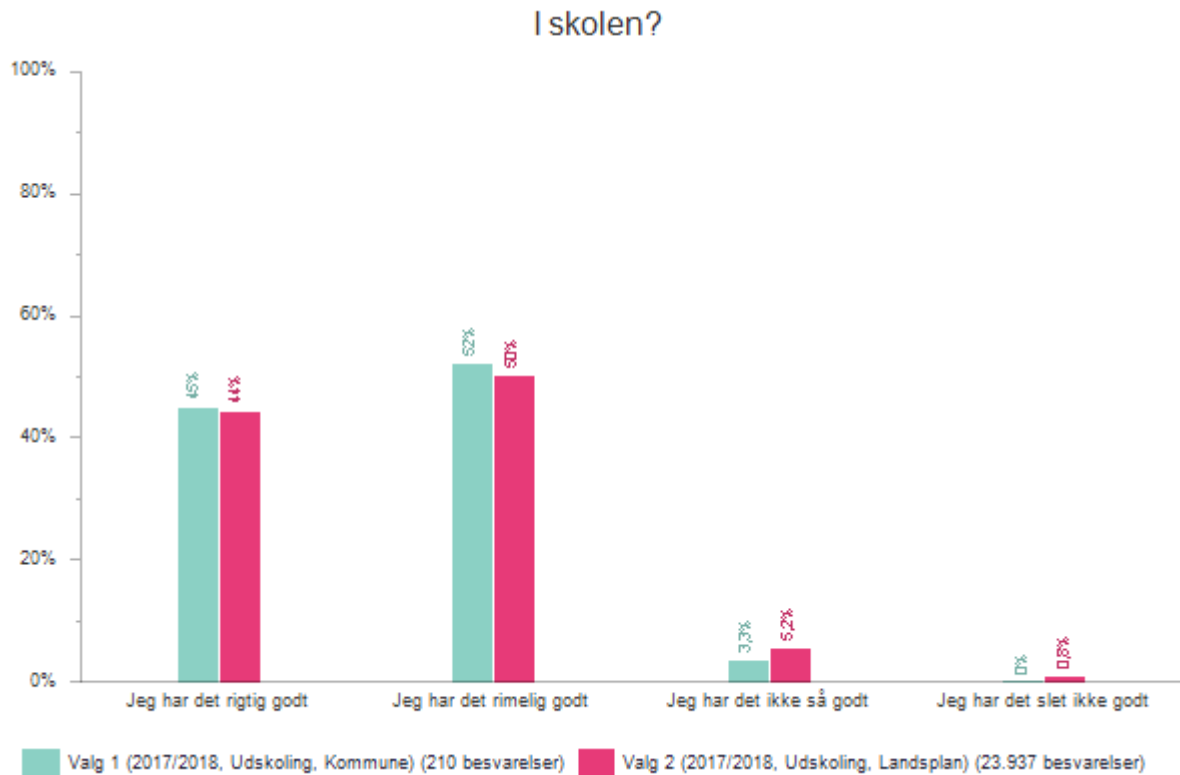
Faldet i antallet af dagligrygere er stagneret og flere unge er begyndt at ryge. Blandt de 16-24 årige ryger 15,7 % dagligt og 12,7 % ryger lejlighedsvist. Blandt 9. klasserne i Ishøj Kommune er der 2,4 %, der ryger dagligt og 1 %, der ryger lejlighedsvist.

I voksenbefolkningen er 51 % overvægtige. I aldersgruppen 16-24 år er 18,5 % moderat overvægtige og 7,5 % svært overvægtige. Blandt eleverne i 9. klasse i Ishøj Kommune er der 22 % moderat overvægtige og 8 % svært overvægtige.

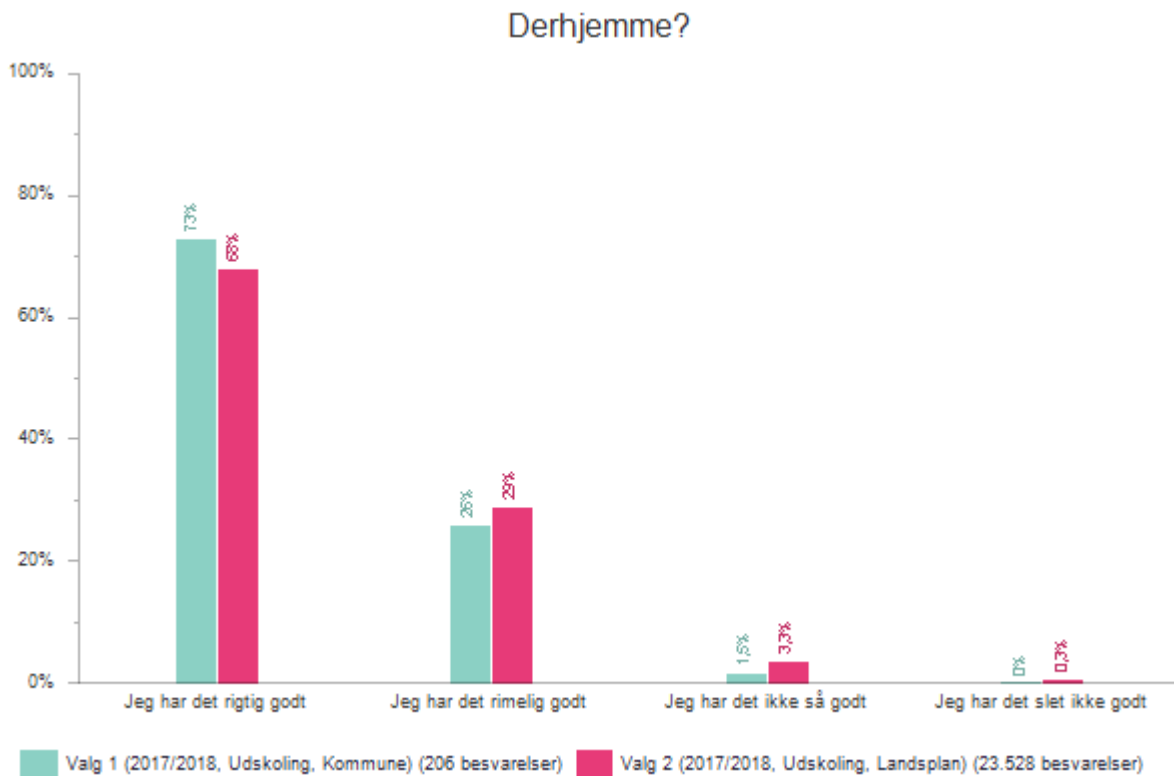
Langvarigt stress er en betydelig risikofaktor for den mentale sundhed og på sigt også den fysiske sundhed. I aldersgruppen 16-24 år oplever 23,5 % af mændene og 40,5 % af kvinderne symptomer på stress. De unge i Ishøj Kommune bliver spurgt, om de har for meget at se til. Det svarer 5 %, at de altid har og 27 % synes, det tit er sådan. Mange af disse elever oplever sig selv som stressede, når jeg taler med dem.

Søvnproblemer kan have forskellige årsager, men hænger ofte sammen med stress. 15 % af de adspurgte 16-24 årige har indenfor de sidste 14 dage haft søvnproblemer. 11,5% af eleverne i 9. klasse sover dårligt eller uroligt flere gange om ugen og 24 % har tit svært ved at falde i søvn.

Trivsel – hvordan har du det for tiden?

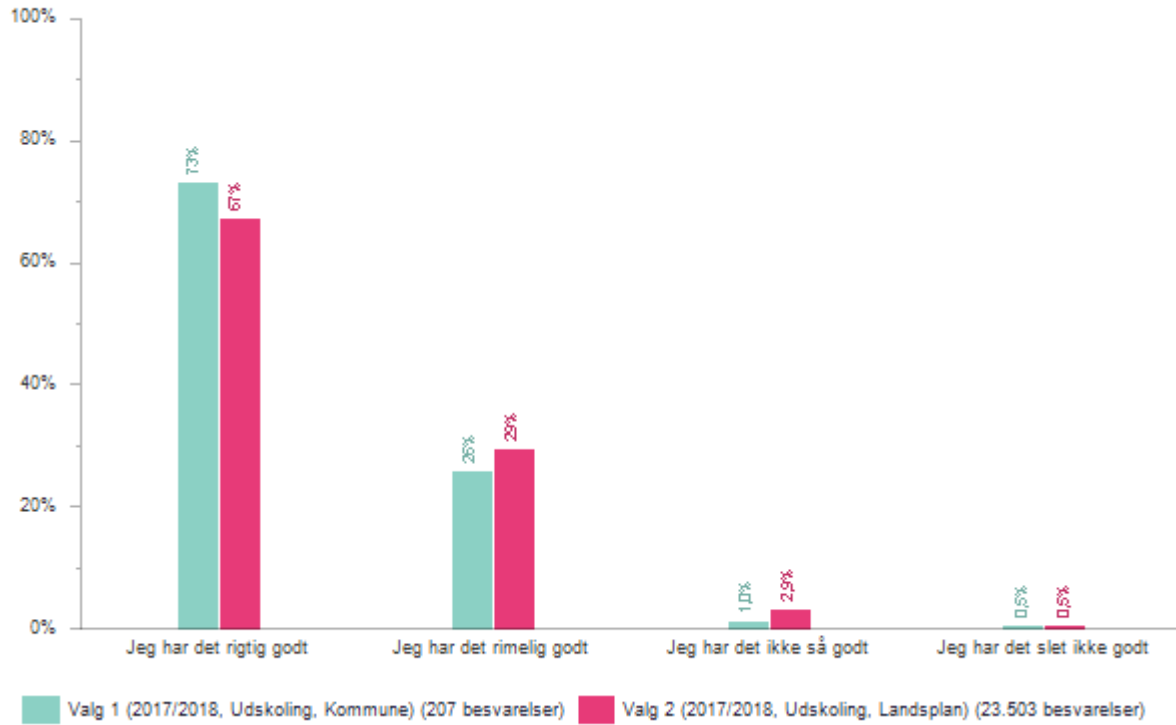


Trivsel i skolen. Kun 3 % svarer, at de ikke har det særlig godt i skolen. I 2016-17 var det 7 %, i 2015-16 var det 6 %, altså en halvering i år sammenlignet med de to tidligere år.



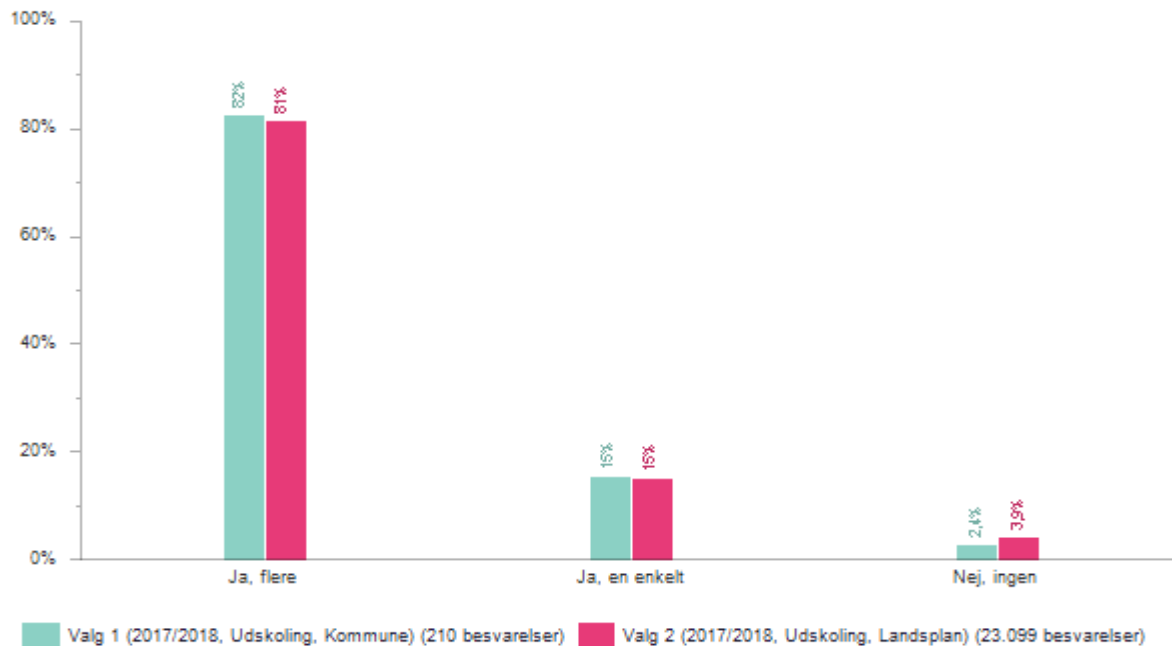
Trivsel i hjemmet. Ingen af eleverne svarer, at de har det dårligt derhjemme. Det svarede 1,8 % i 2016-17 og 1 % i 2015-16.

Med vennerne/i fritiden?



Trivsel med venner. Kun 1 % svarer, at de ikke trives med deres venner. I 2016-17 gjaldt det for 3,25

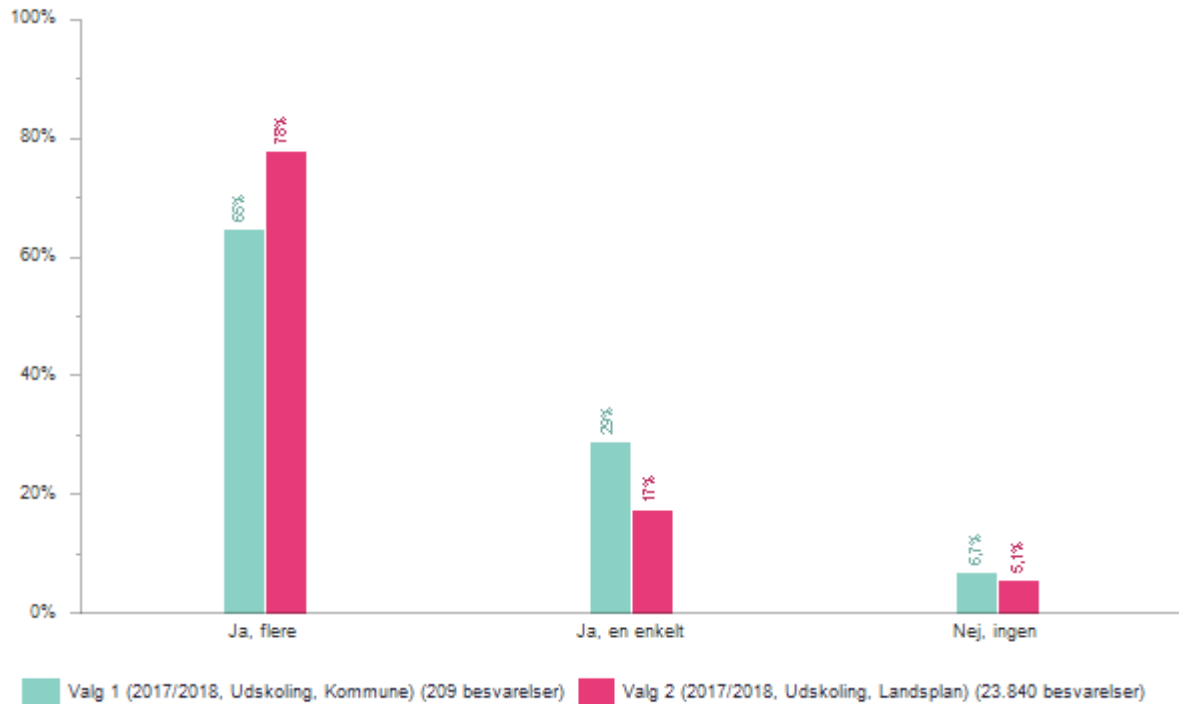
Har du nogen venner eller veninder at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?



%.

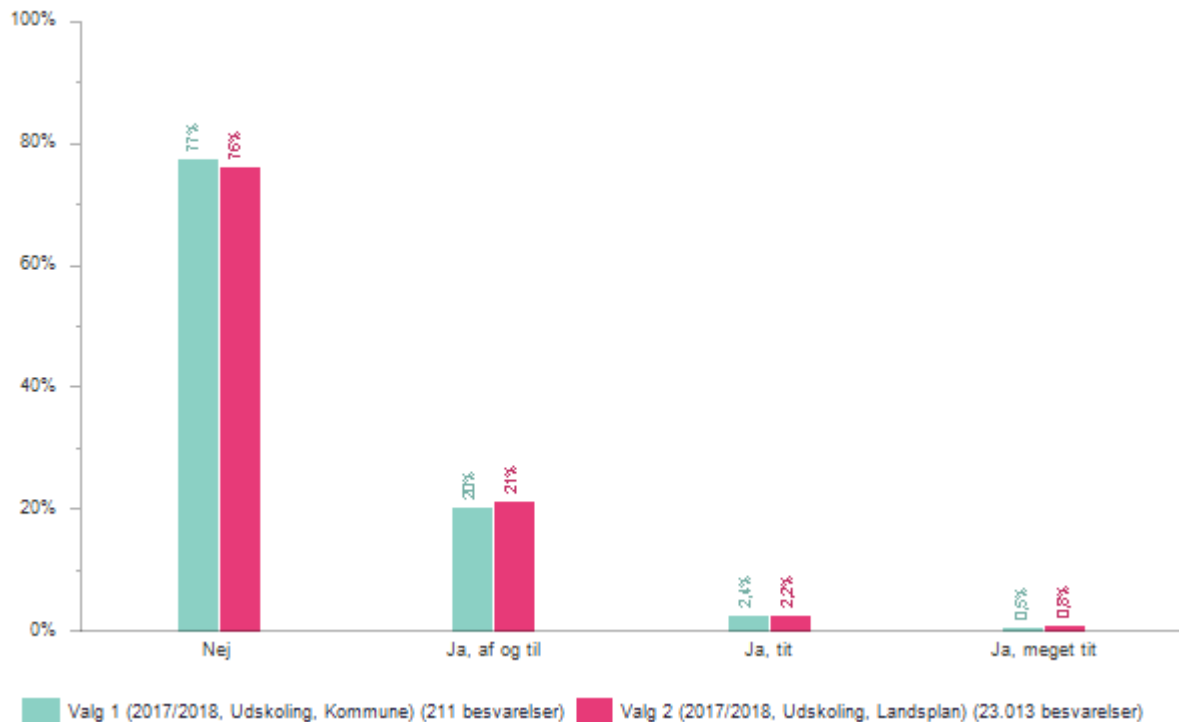
Venner at tale med. 3 % svarer, at de ingen venner har at tale med, hvilket er en smule under landsgennemsnittet. I 2016-17 var det 2,7 %

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



Voksne at tale med. 7 % svarer, at de ingen voksne har at tale med. Det var i 2016-17 6,7 % og i 201 Trivsel i skolen. Kun 3 % svarer, at de ikke har det særlig godt i skolen. I 2016-17 var det 7 %, i 2015-

Føler du dig ensom?



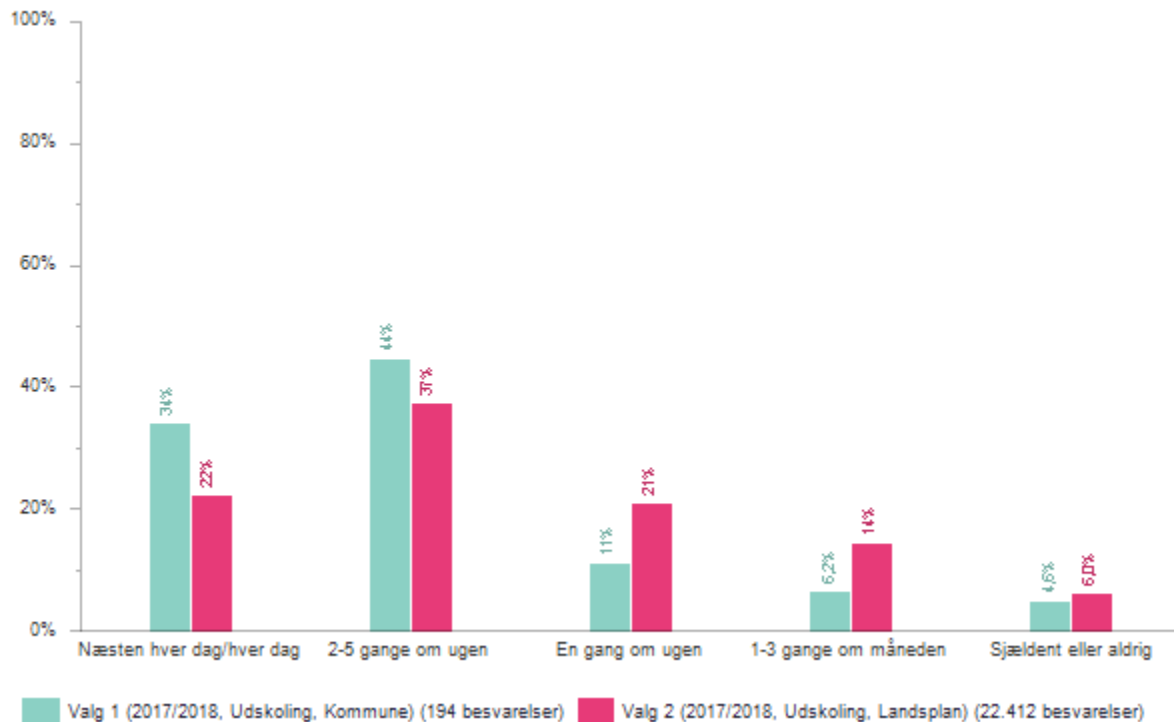
Ensomhed. Mange unge kan af og til føle sig ensomme, uden det betyder at de ikke har nogen at være sammen med. Men 3 % føler tit og meget tit at de er ensomme. I 2016-17 var det 2,25 %

Synes du, at du har for meget at se til?



Stress og travlhed. 32 % svarer, at de tit eller altid har for meget at se til. Det er 7 % højere end landsgennemsnittet. I sundhedsprofilen for voksne 2017 svarer 40,5 % af de adspurgte unge kvinder mellem 16 og 24 år, at de føler sig stressede.

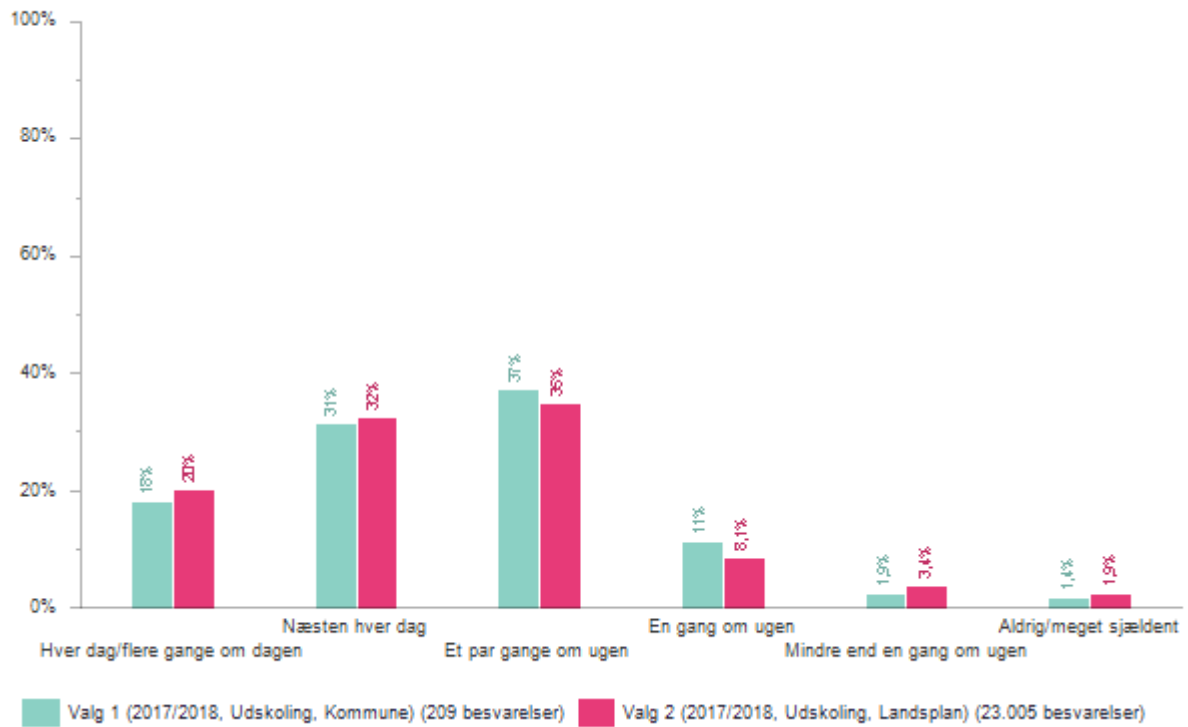
Er sammen med venner



Socialt samvær. Selv om eleverne lyder som om at meget samvær med venner sker over nettet, så ses det ovenfor, at de fleste også tit fysisk sammen med deres venner.

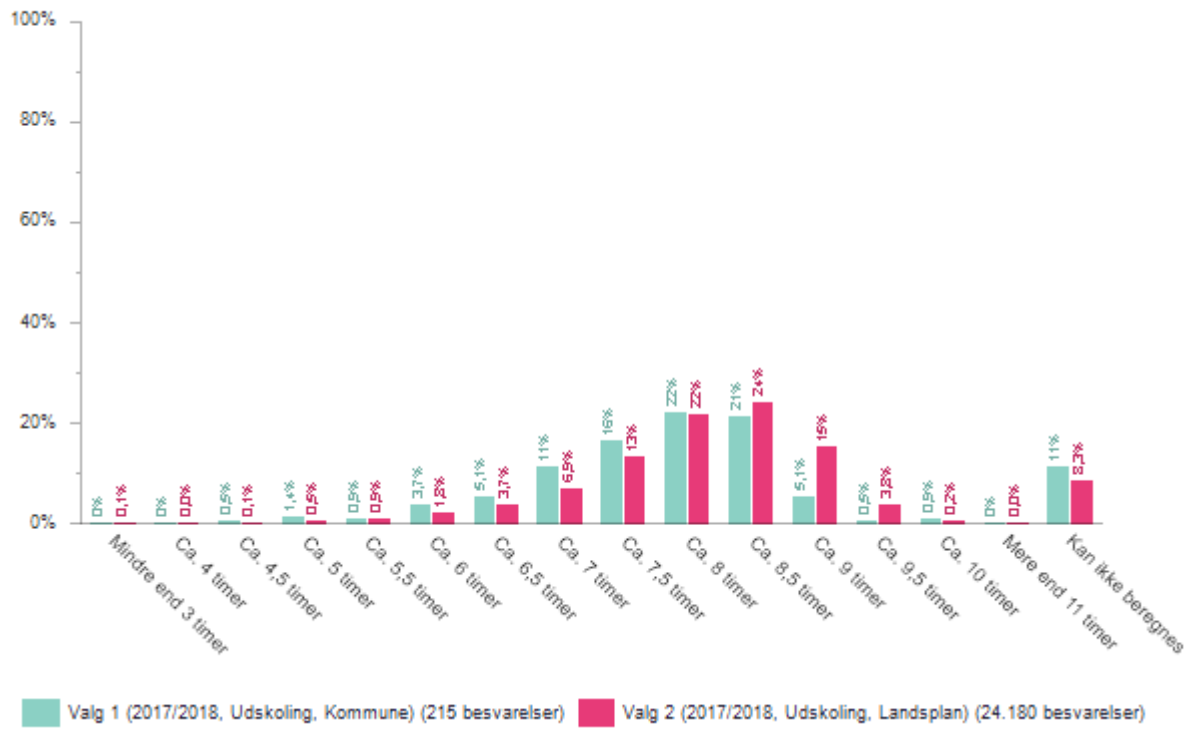
Krop og bevægelse

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



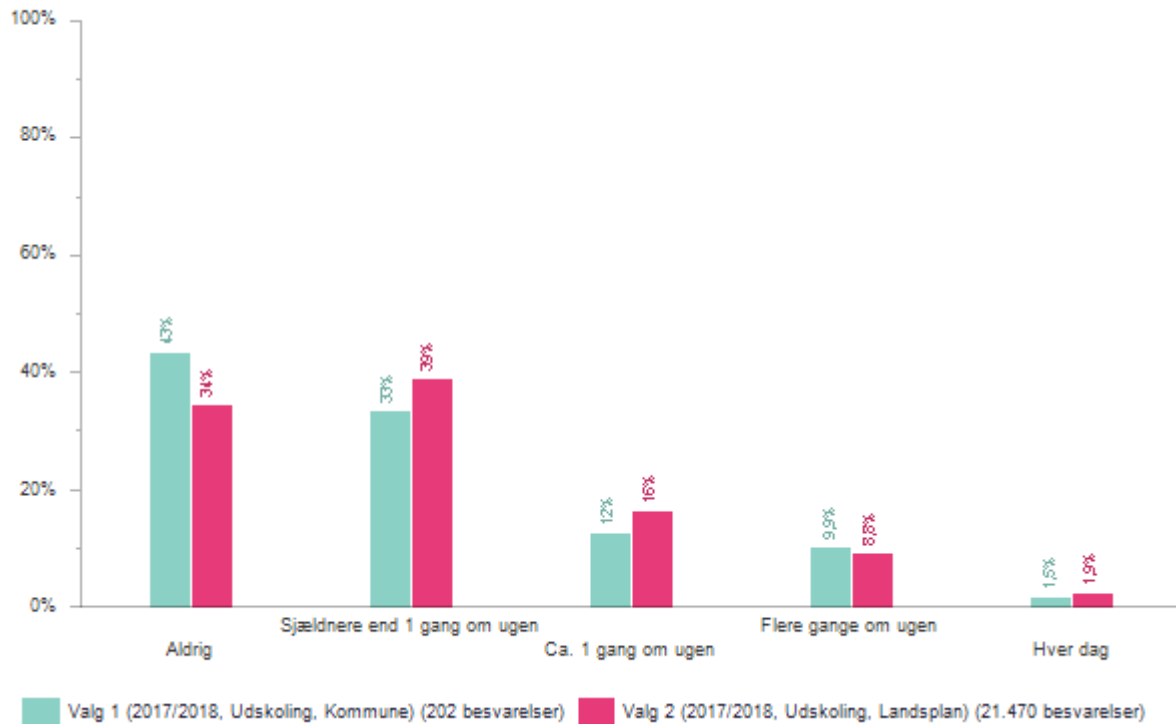
Fysisk Aktivitet. Her er der ikke stor forskel på Ishøj og landsgennemsnittet. Men væsentligt flere bevæger sig mere end en gang om ugen (86 %) end i 2016-17, hvor det var 78 % og i 2015-16, hvor 67,33 %.

Timer søvn:



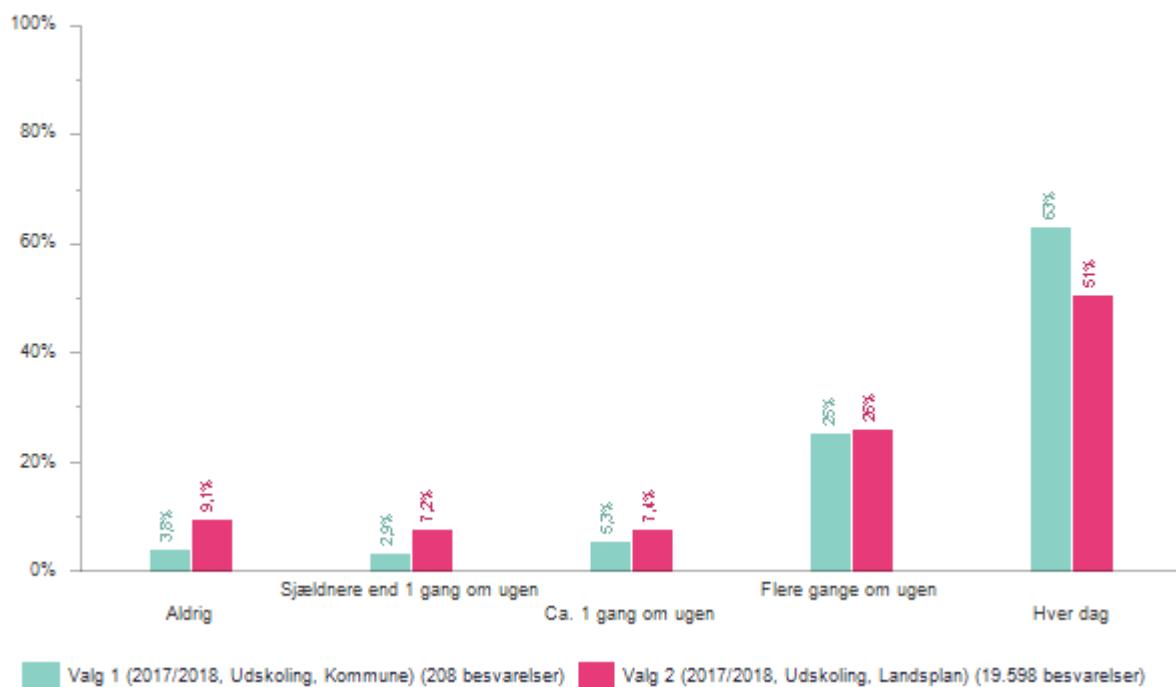
Søvn. 37 % af eleverne sover mindre end de anbefalede 8 – 9 timer, 18 % sover mindre end 7,5 timer. Det er uændret fra 2016-17. Landsgennemsnittet er 27 %, der sover mindre end 8 timer.

Hvor ofte sover du dårligt eller uroligt om natten?



Søvnproblemer. 11,4 % sover dårligt eller uroligt om natten flere gange om ugen, hvilket stort set svarer til landsgennemsnittet. 24 % af eleverne har ofte svært ved at falde i søvn.

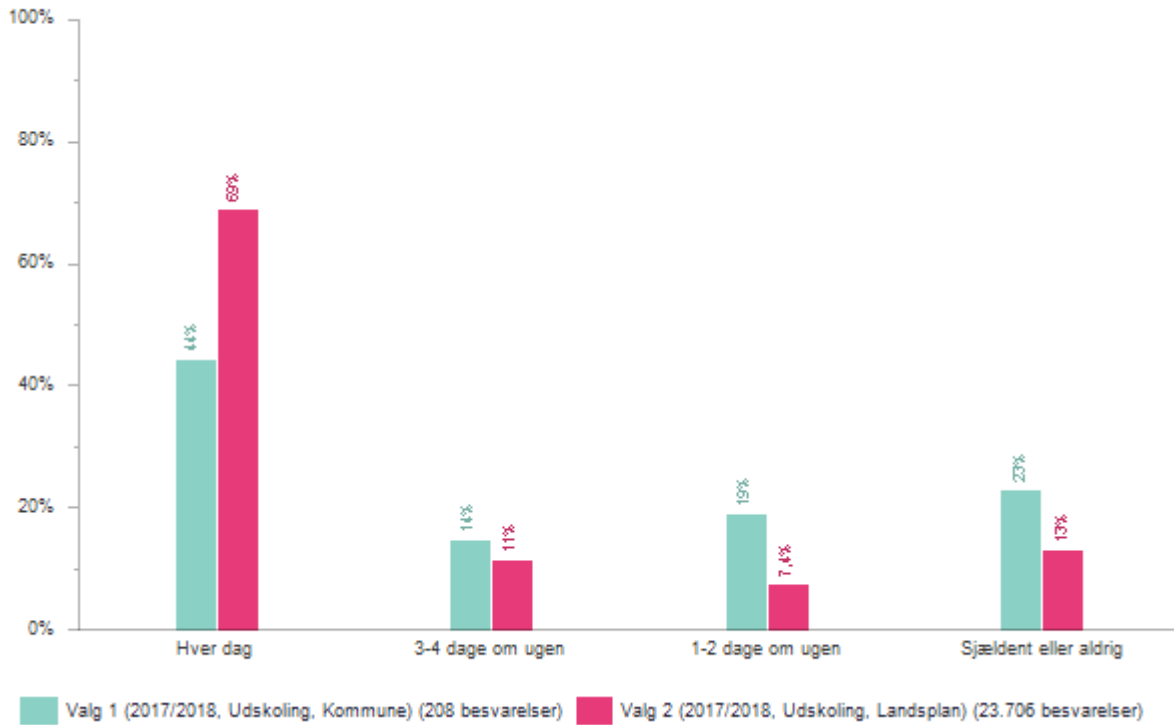
Hvor ofte bruger du telefon/tablet/iPad og lignende, mens du ligger i sengen og skal til at sove?



Elektronik i sengen. 88 % af eleverne bruger telefonen flere gange om ugen eller hver aften, når de er gået i seng. Det er 11 % mere end landsgennemsnittet.

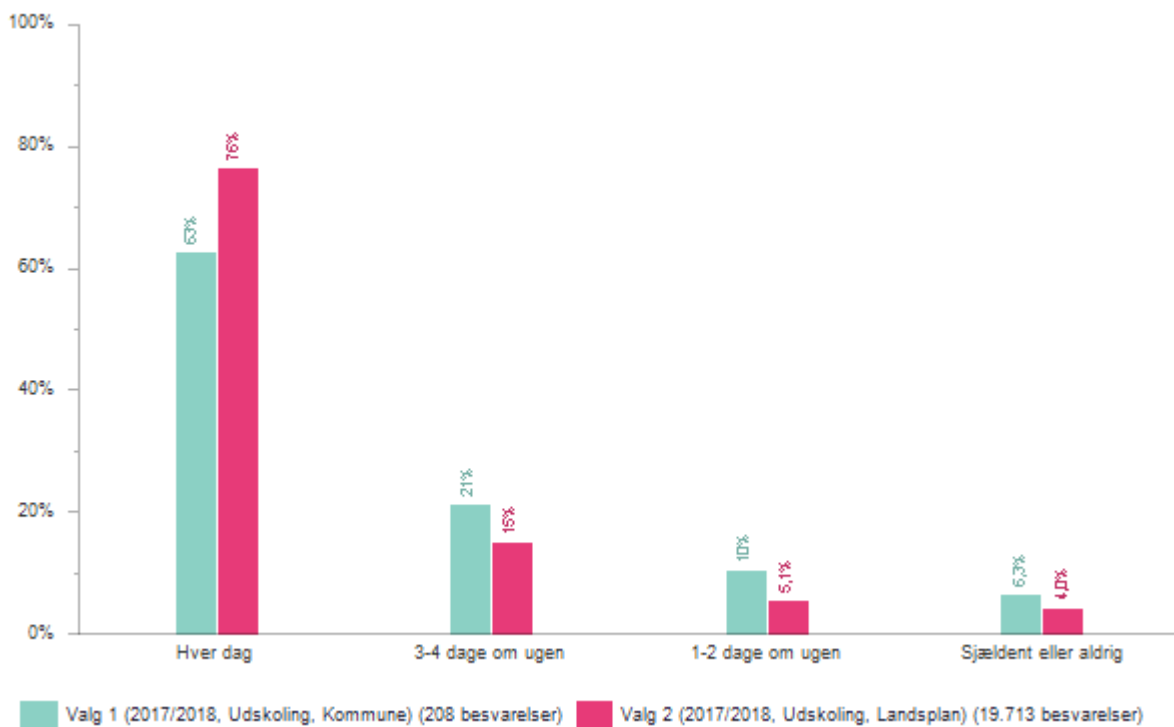
Mad og måltider

Hvor tit spiser du morgenmad før du skal i skole?



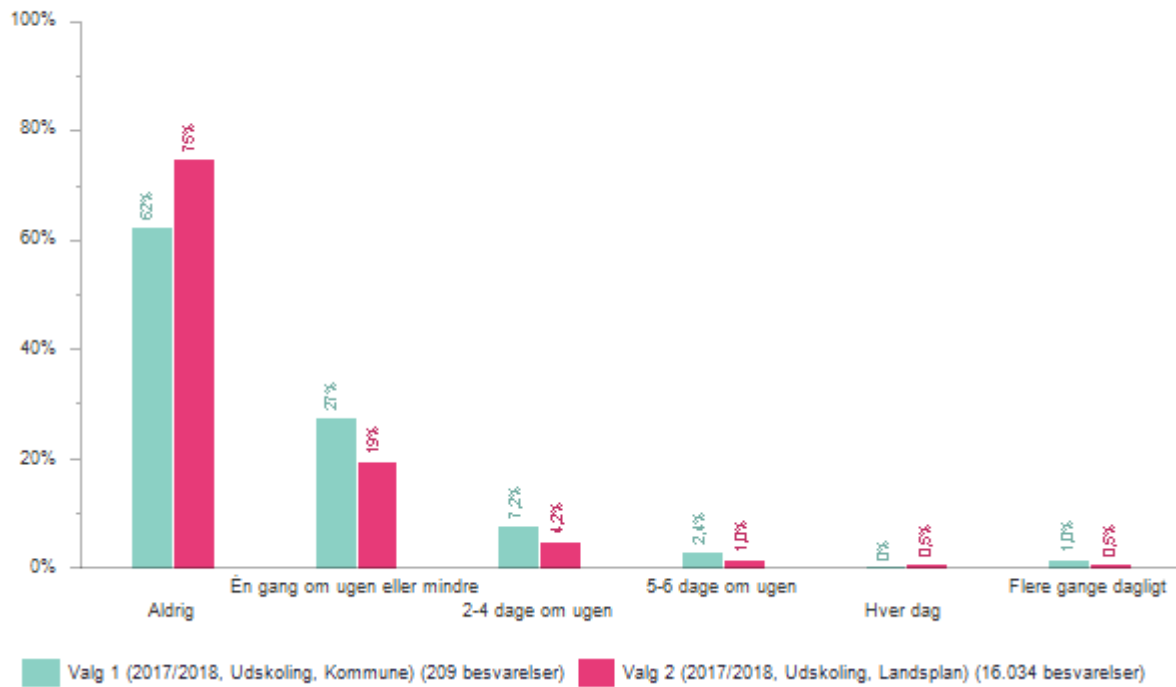
Morgenmad. På landsplan spiser 69 % morgenmad hver dag. I Ishøj er det kun 44 % spiser. I 2016-17 var det 53 % og i 2015-16 var det 64 %.

Hvor tit spiser du frokost, når du er i skole?



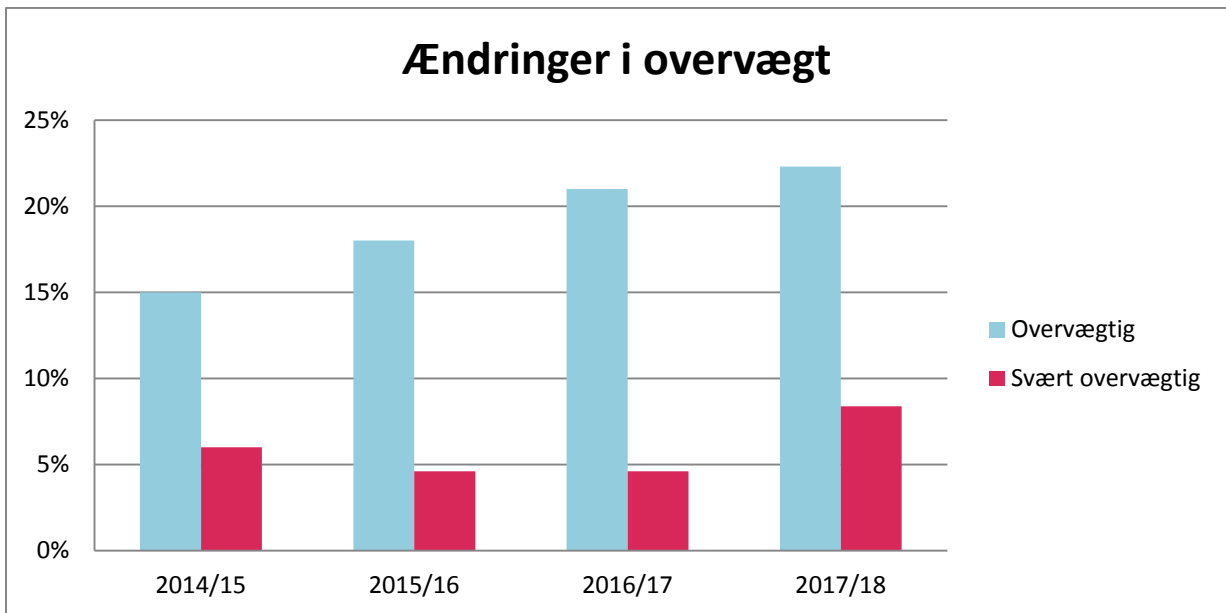
Frokost. Eleverne i Ishøj spiser også sjældnere frokost end landsgennemsnittet, henholdsvis 63 % og 76 %. Det er uændret fra sidste år.

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

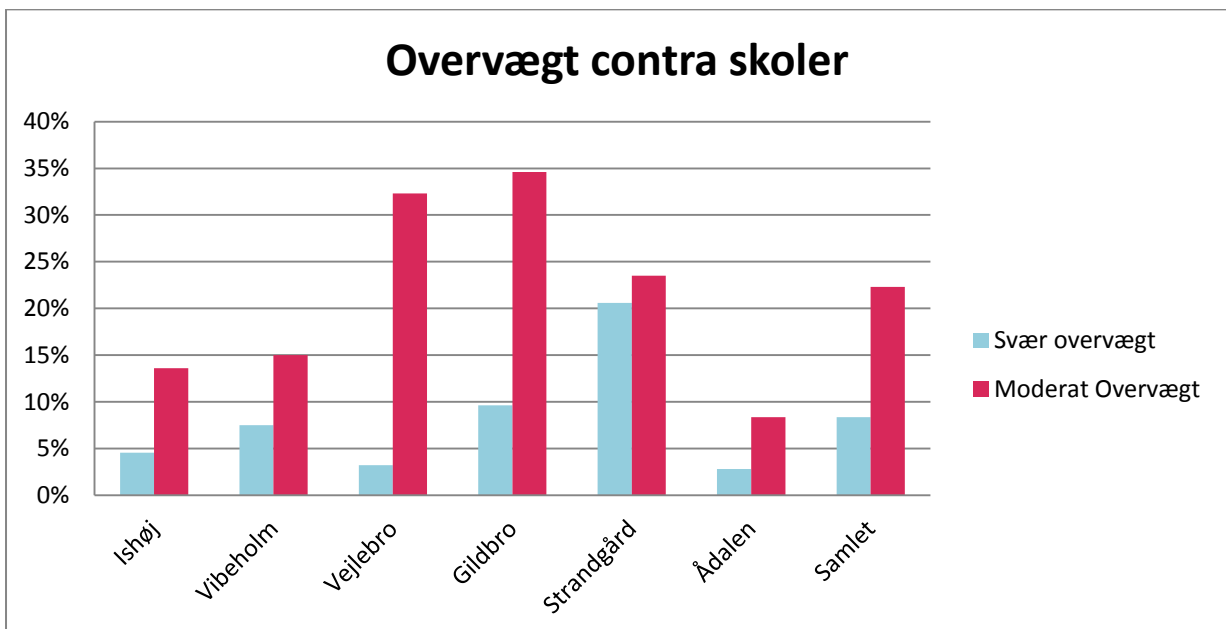


Energidrikke. De fleste elever har hørt om risikoen ved at drikke mange energidrikke, og derfor er det ikke noget stort problem. Flere siger, de drikker det fordi det smager godt, ikke som en "pepting", og da drøftes begrænsning af indtag af søde læskedrikke.

Overvægt



Ændringer i overvægt fra 2013/14 - 2017/18. Der ses en stigning i både moderat og svær overvægt. De seneste år har der været et fald i svær overvægt.



Svær og moderat overvægt fordelt på skoler.

Alkohol

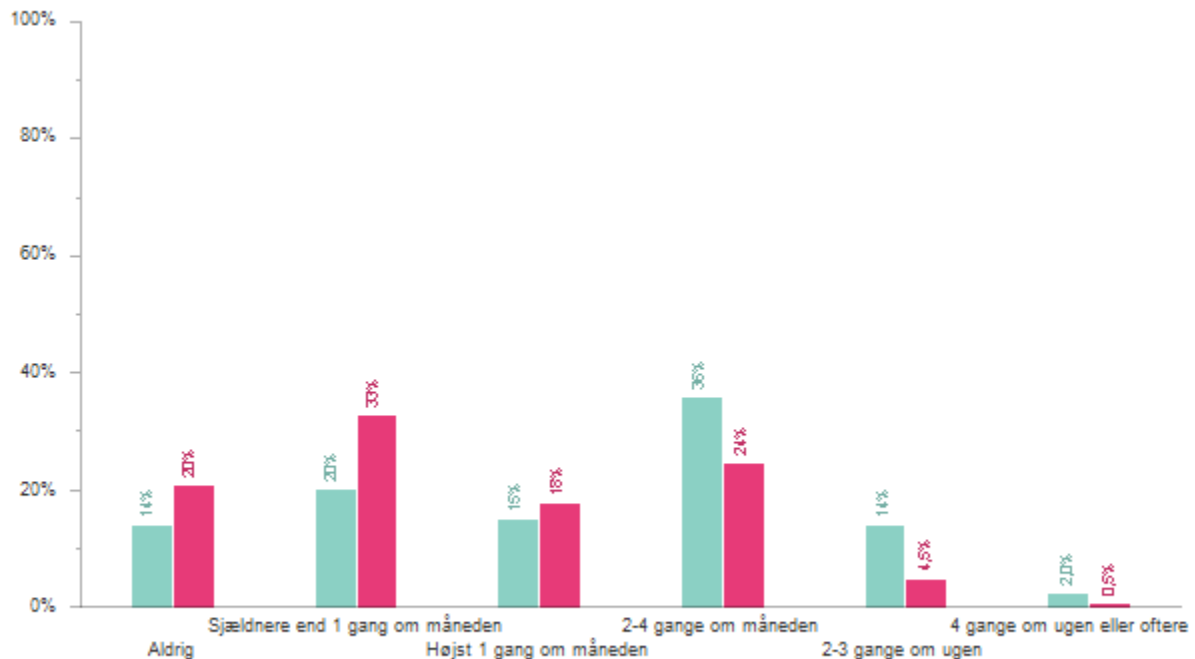
Har du prøvet at drikke alkohol?



Valg 1 (2017/2018, Udkolning, Kommune) (206 besvarelser) Valg 2 (2017/2018, Udkolning, Landsplan) (23.549 besvarelser)

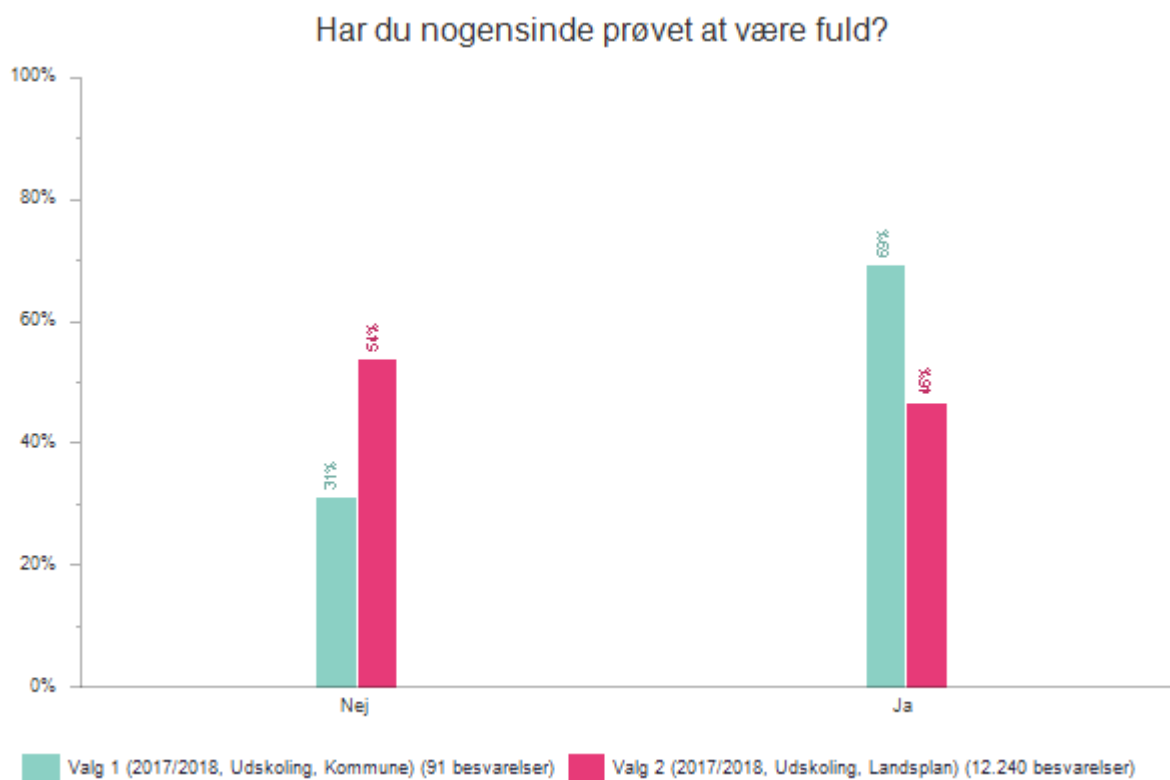
Alkohol. I Ishøj er der 51 % af eleverne i 9. klasse, der aldrig har drukket alkohol. Det er flere end på landsplan, hvor det gør sig gældende for 34 %

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



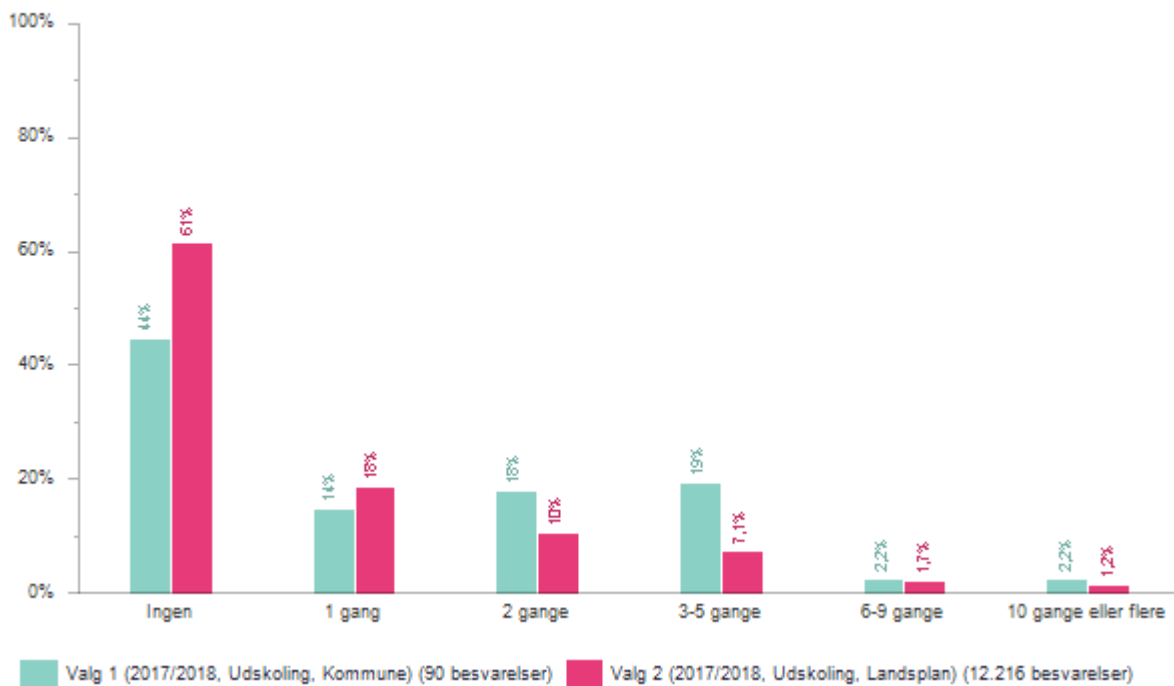
Valg 1 (2017/2018, Udkolning, Kommune) (101 besvarelser) Valg 2 (2017/2018, Udkolning, Landsplan) (15.592 besvarelser)

Hyppeghed af alkoholindtag. De, der har svaret ja til at have drukket alkohol (101 elever), bliver spurgt hvor ofte, de drikker alkohol. Halvdelen af dem drikker 2-4 gange om måneden eller mere, hvilket er mere end på landsplan (29 %).



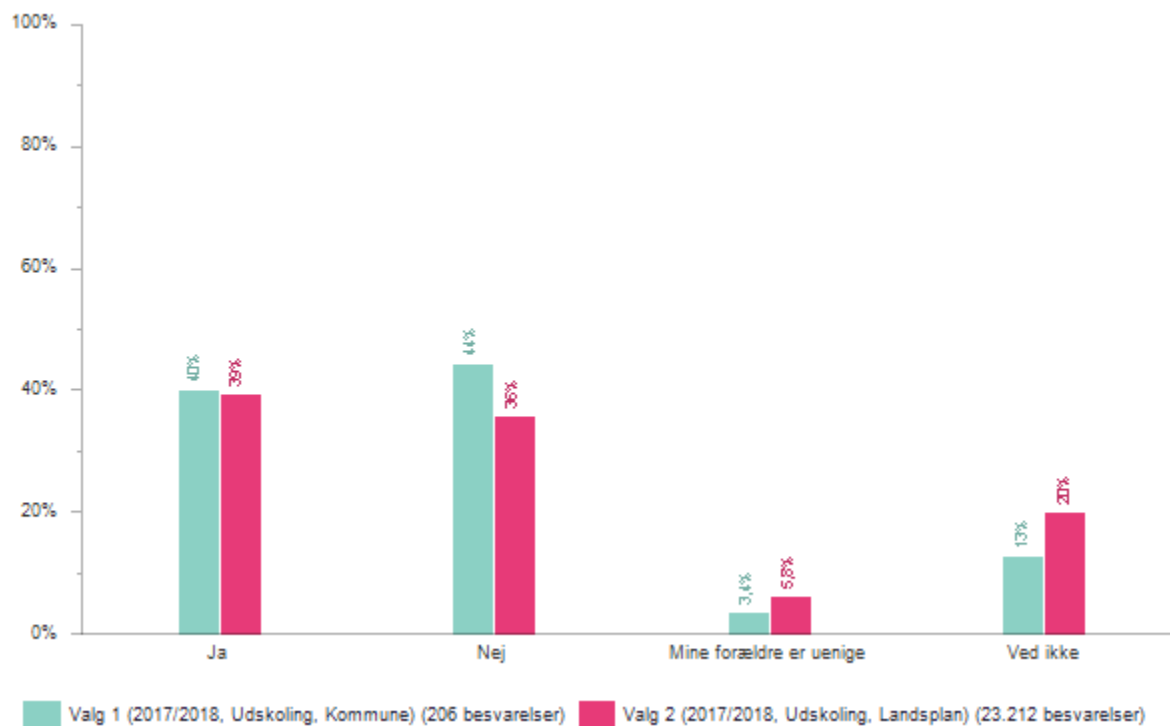
Prøvet at være fuld. De, der svarer ja til at have drukket alkohol, bliver spurgt om de har været fulde (91 elever). 69 % af dem svarer, at de har været fulde, hvilket er betydeligt flere end på landsplan.

Tænk tilbage på de sidste 30 dage. Hvor mange gange har du drukket 5 eller flere genstande ved samme lejlighed?



Drukket mere end Sundhedsstyrelsens maxgrænse på 5 genstande på en aften. 42 % (af 90 elever) har svaret, at de 2 eller flere gange de sidste 30 dage har drukket mere end 5 genstande på en aften. På landsplan er det 21 % af de elever, der har svaret ja til at drikke alkohol.

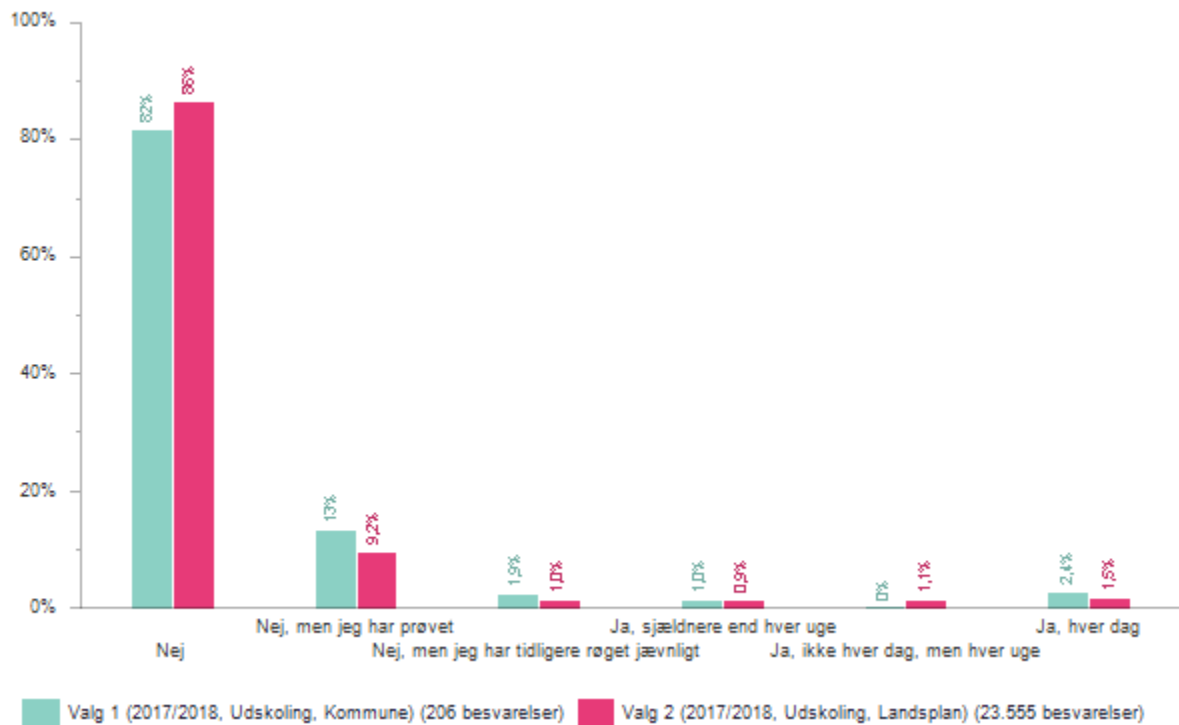
Må du drikke alkohol for dine forældre?



Forældrenes holdning til alkohol. Forældrenes holdning til om deres børn må drikke alkohol er ens i Ishøj og på landsplan.

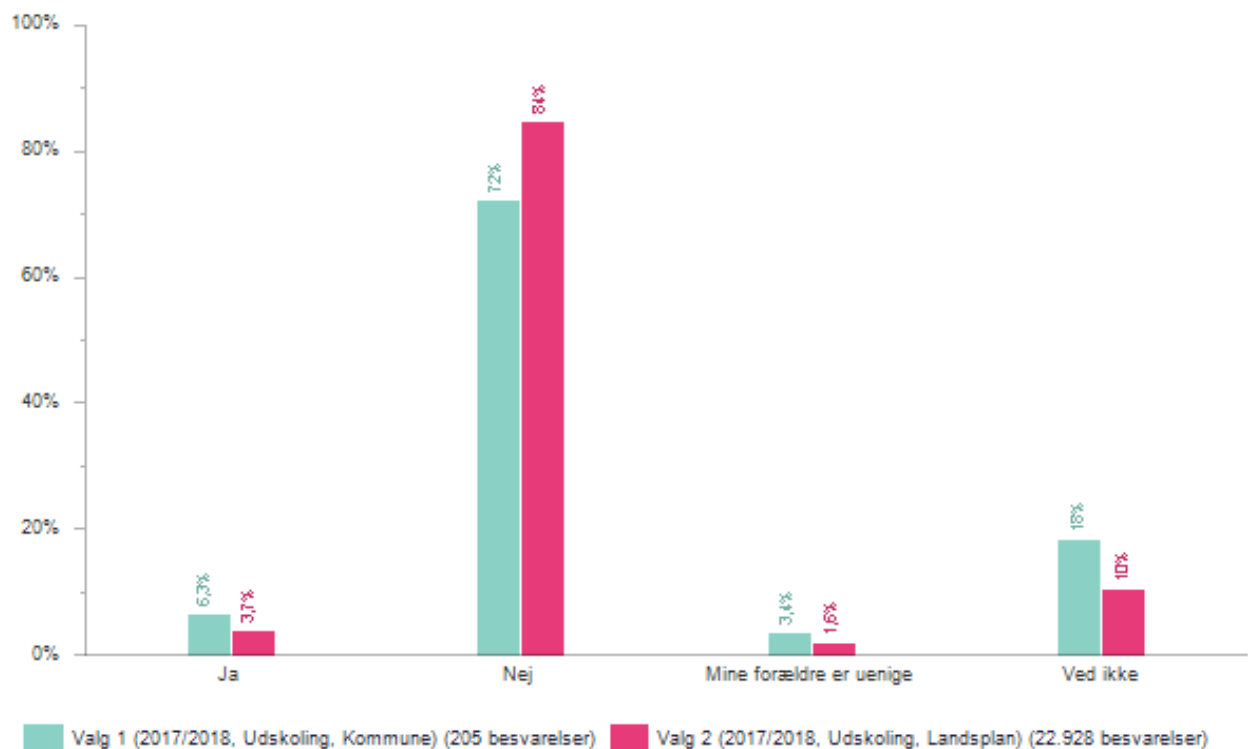
Rygning

Ryger du cigaretter?



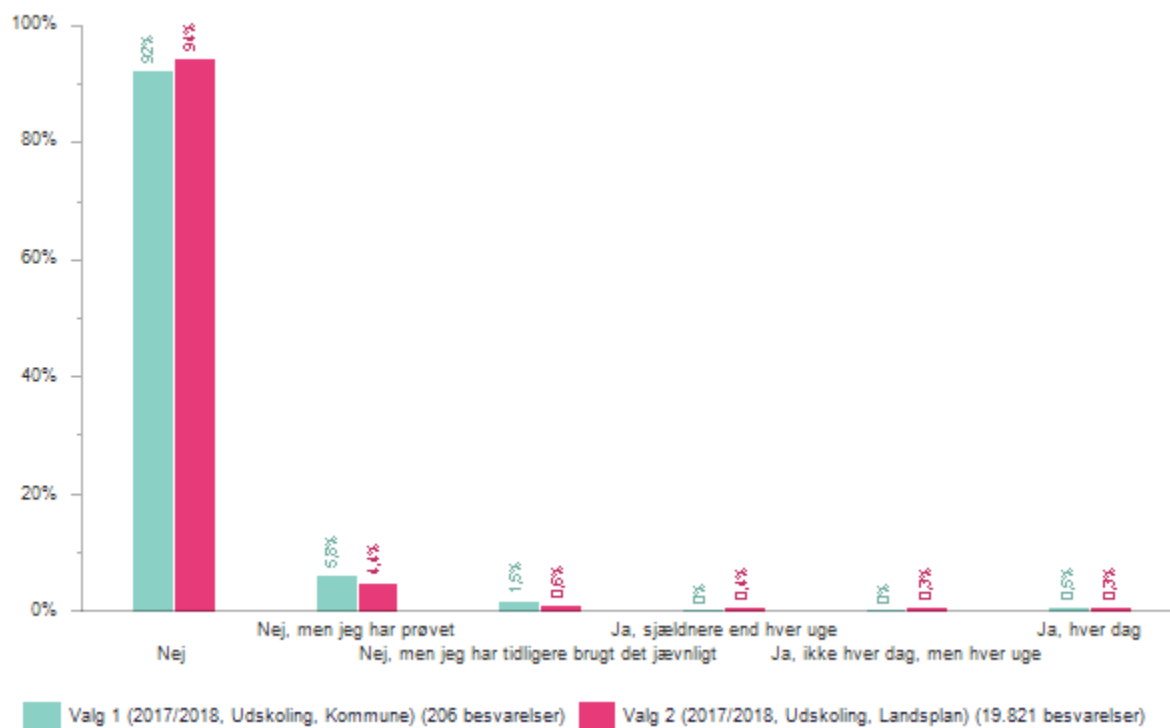
Rygning. 2,4 % af eleverne i Ishøj ryger dagligt. Dagligrygere og festrygere udgør 3,4 %. På landsplan er denne gruppe 3,5 %, heraf er 1,5 % dagligrygere. De 3,4 %, der er rygere, svarer til 7 elever. Heraf svarer 5, at de gerne vil holde op med at ryge.

Må du ryge for dine forældre?



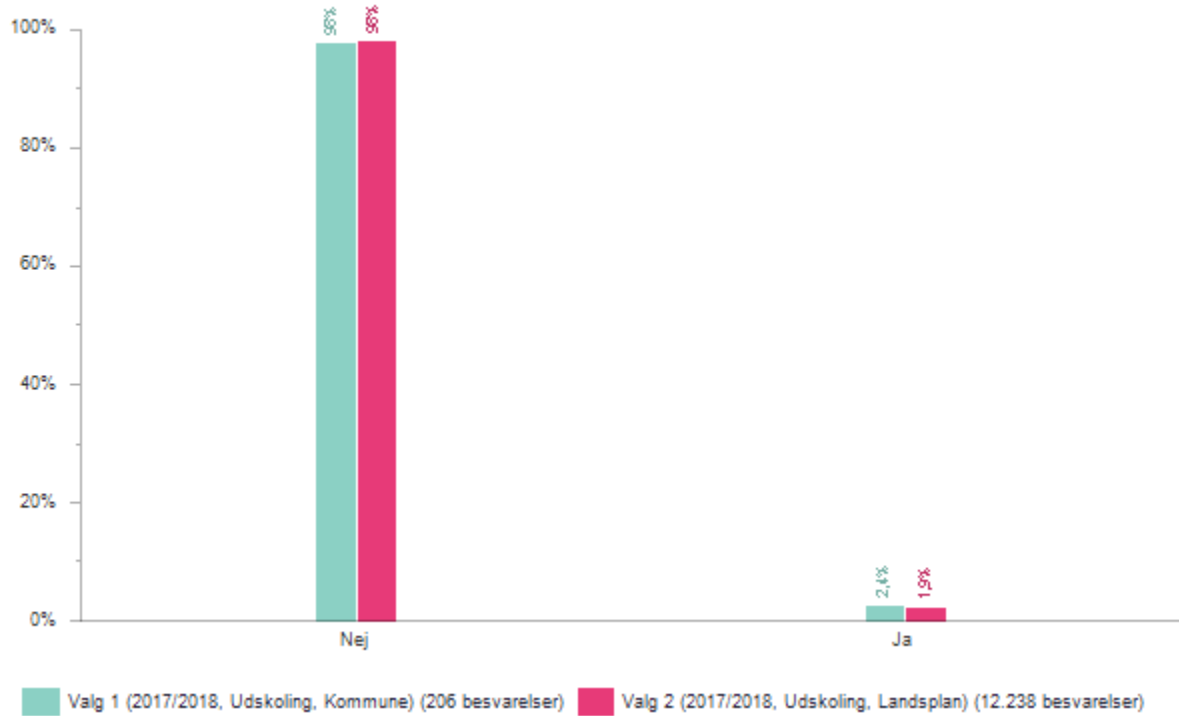
Forældrenes holdning. Der er heller ikke stor forskel på forældrenes holdning til deres børns rygning i Ishøj og på landsplan.

Bruger du snus?



Snus. For første gang er spørgsmålet om eleverne bruger snus med. Det svarer 92 % nej til. 7 % svarer, at de har prøvet eller tidligere har brugt det jævnligt.

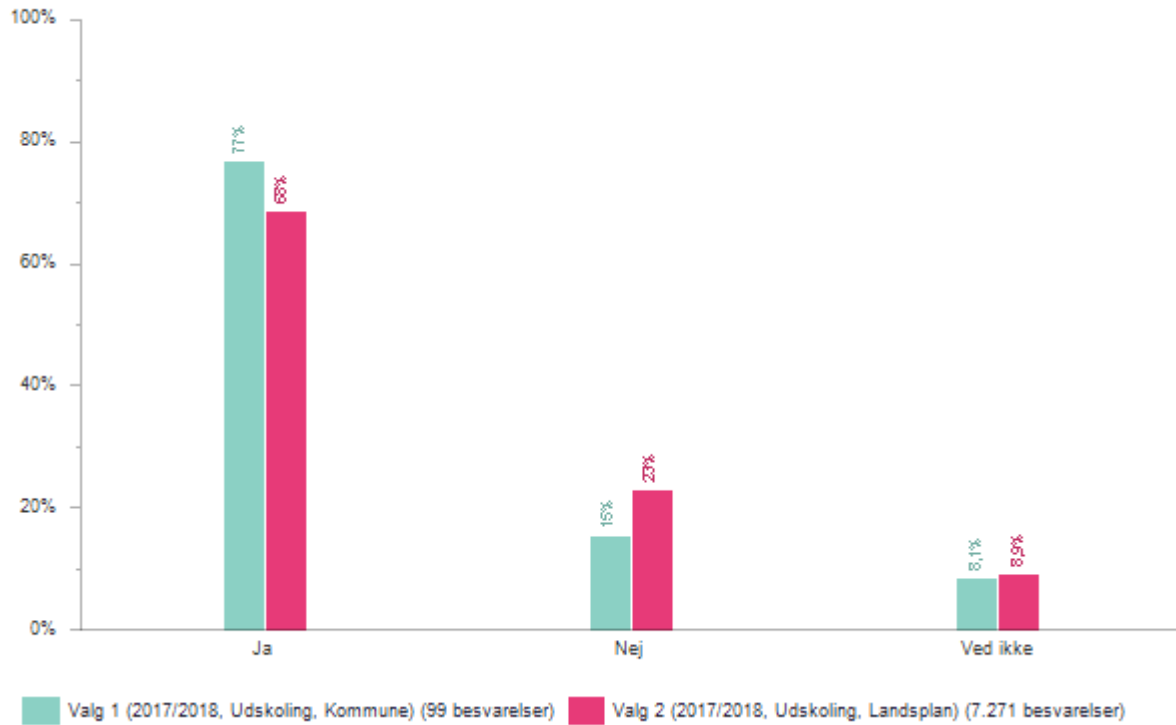
Har du prøvet at tage lattergas sammen med venner, til fest eller alene?



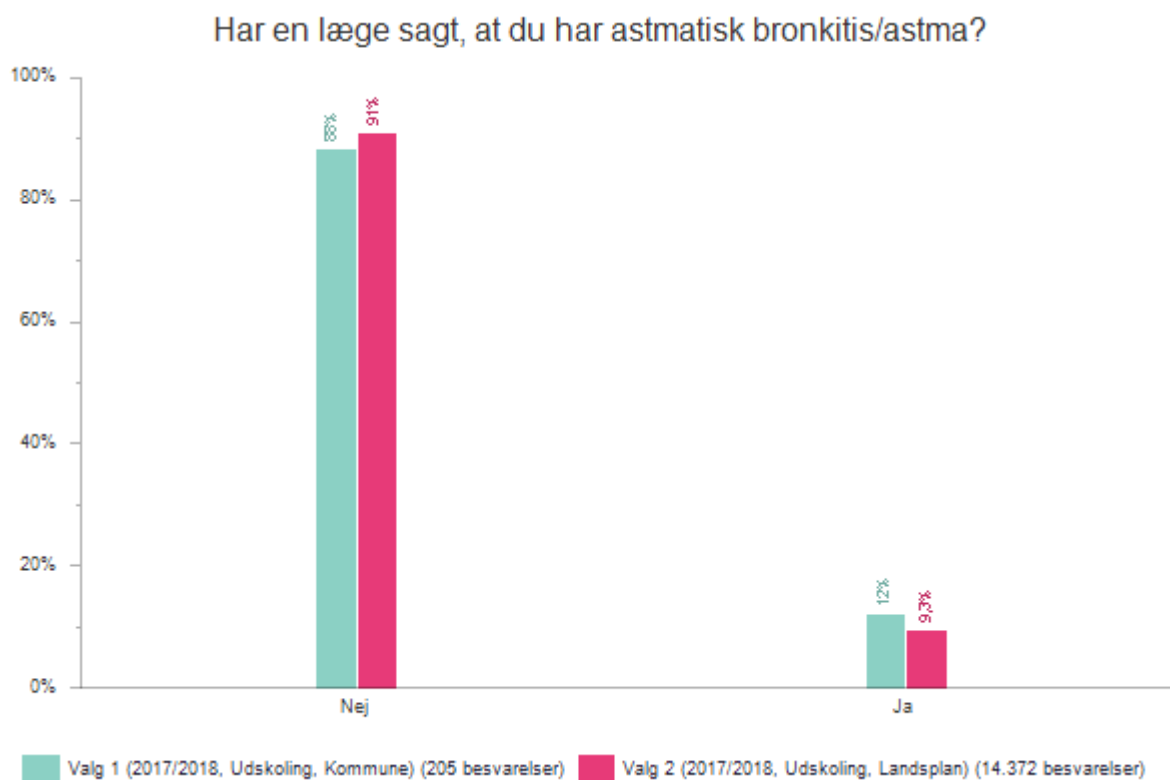
Lattergas. Brug af lattergas som rusmiddel er i stigning i blandt ungdommen, men I Ishøj er det kun 2 %, der svarer, at de har prøvet at tage lattergas.

Vaccination

Har du fået vaccination for livmoderhalskræft (HPV)?



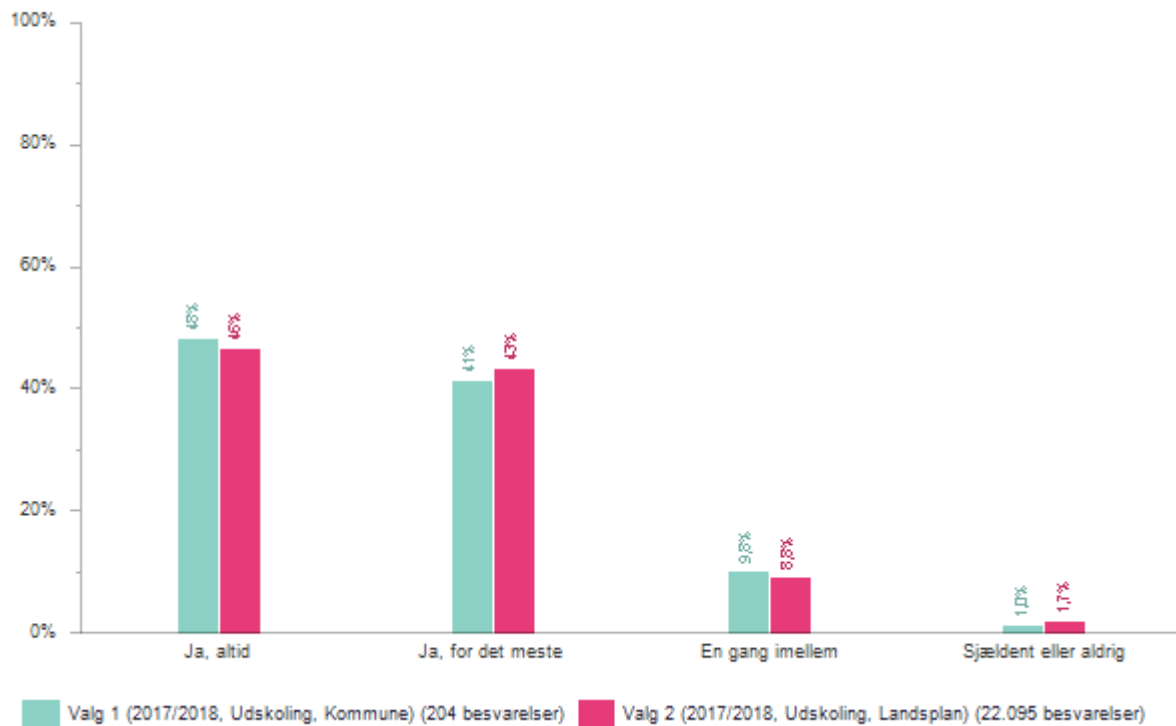
HPV vaccination. Sundhedsstyrelsen har lavet en stor informationskampagne, som har øget tilliden til HPV vaccinen, så tilslutningen nu er ca. 80 %. I Ishøj er 77% blevet vaccineret. (8 % ved ikke.)



Astma. Der laves i ind- og udskolingen en særlig indsats for at opspore astma, og ved symptomer på astma henvises til egen læge. 12 % svarer at de har fået konstateret astma hos en læge.

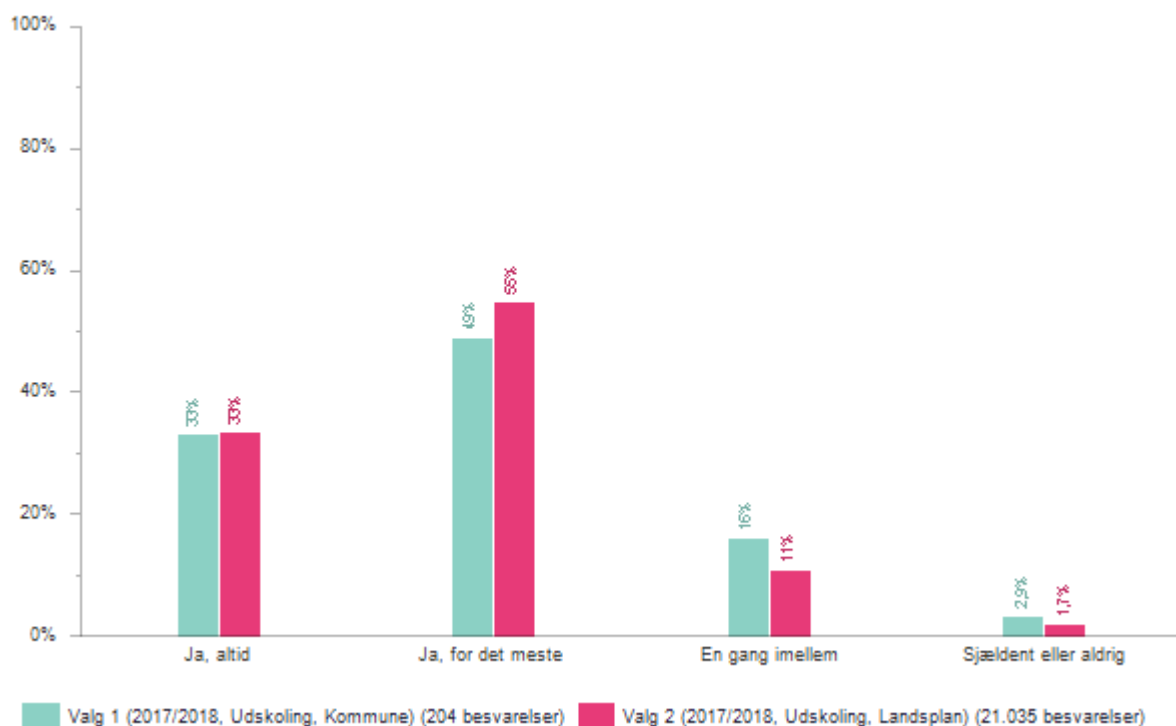
Fællesskab og sammenhold

Er du med i fællesskabet i klassen?

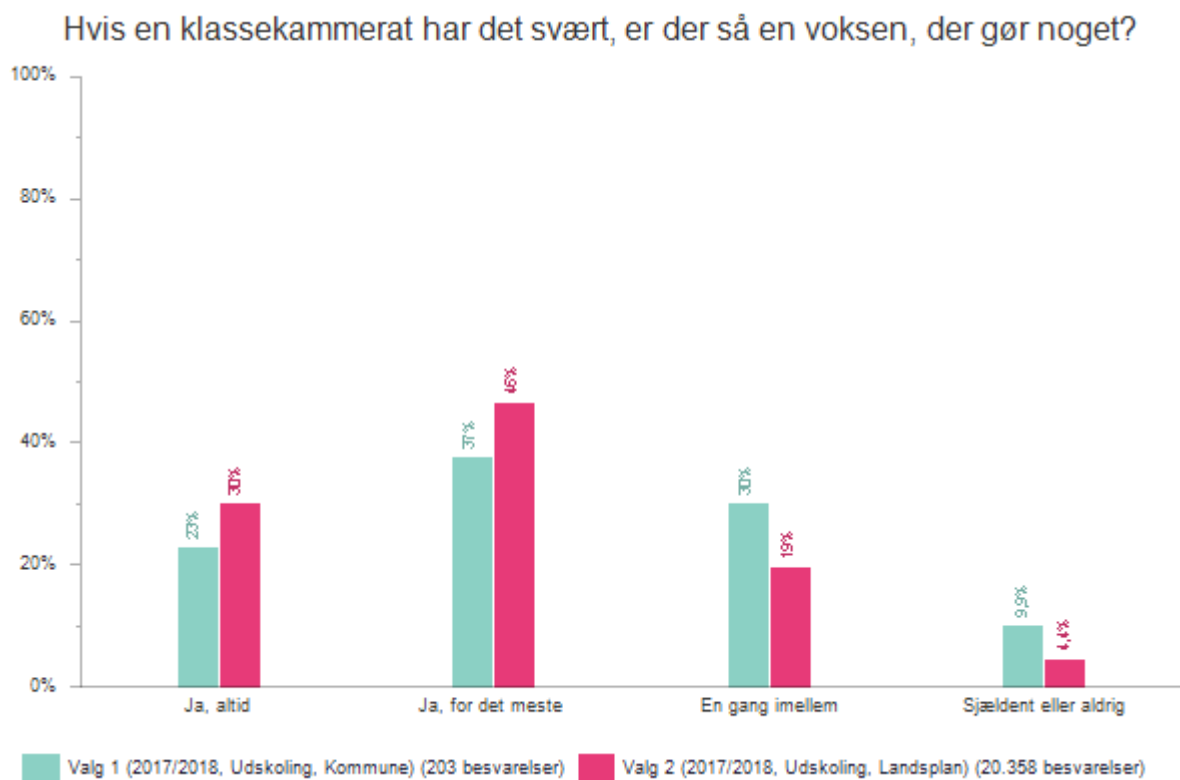


Med i Fællesskabet. 89 % svarer, at de for det meste er med i fællesskabet, men ca. hver 10. elev er det kun en gang imellem.

Synes du, I er gode ved hinanden i klassen?



Gode ved hinanden. Omgangstonen kan være hård blandt eleverne, fortæller en del af dem, og 18 % svarer også at de aldrig eller kun en gang imellem. Nedenfor



Hjælp fra de voksne. 60 % af eleverne føler altid, der er hjælp at hente fra en voksen, når behøver er der, mens resten kun synes det sker en gang imellem eller sjældent.