



# Sundhedsprofil for børn og unge

Vesthimmerlands Kommune 2021



# Forord

## Tak for hjælpen

I Vesthimmerlands Kommune har vi et strategisk mål om at sikre de bedste rammer for vores børn og unge. I det mål er resultaterne af Børnesundhedsprofil 2021 for Vesthimmerlands Kommune en meget vigtig indsigt – og her foreligger resultaterne nu. Undersøgelsen er udført i et samarbejde med Region Nordjylland og de øvrige nordjyske kommuner, og det er anden gang, vi spørger børn fra 5. og 8. klasse til, hvordan de har det. Første undersøgelse af Børnesundheden blev udført i 2017.

Jeg vil i den forbindelse gerne takke børnene for, at de har bidraget til undersøgelsen med deres besvarelser. Jeg vil også takke de lærere og pædagoger, der har brugt tid på at hjælpe børnene til at svare. Det har betydning, at I har prioriteret opgaven så vi har kunnet opnå så høj en besvarelsesprocent som muligt.

## Derfor er børnesundhedsprofilen interessant

Idet Børnesundhedsprofilen gentages hvert fjerde år får vi en unik mulighed for at se, om vores indsatser virker, og hvor vi skal have ekstra opmærksomhed. Vi har også mulighed for at sammenligne sundheden og trivslen for børnene i Vesthimmerlands Kommune med det gennemsnitlige niveau for resten af Nordjylland.

Gode sundhedsvaner grundlægges i barndommen, og det kan derfor være en fordel at lave indsatser tidligt i livet frem for at sætte ind senere, hvor de dårlige vaner måske har bidt sig fast.

## Vores Kommune

Denne pjeces præsenterer nogle af de centrale resultater i Vesthimmerlands Kommune.

Det er glædeligt, at undersøgelsen viser, at langt de fleste af de adspurgte børn i Vesthimmerlands kommune har det godt og trives i deres hverdag, samt at de føler sig sunde og raske.

Undersøgelsen giver også anledning til at overveje, hvilke tiltag der med fordel kan videreudvikles eller iværksættes for at understøtte børnene i Vesthimmerlands Kommune i deres hverdag, så vi sikrer de bedst mulige rammer

Med disse ord vil jeg opfordre læseren til at dykke ned i talene og blive klogere på trivsel, sundhed og sygdom blandt børnene i Vesthimmerlands Kommune.



Med venlig hilsen

*P. Bach Laursen*

Per Bach Laursen  
Borgmester

# Om undersøgelsen

Børnesundhedsprofilen er en sundheds- og trivselsundersøgelse, der gennemføres i alle 11 nordjyske kommuner, og som har til formål at beskrive de nordjyske børns sundhed og trivsel på kommunalt såvel som regionalt niveau. Resultaterne fra Børnesundhedsprofilen skal blandt andet bidrage til at skabe de bedste betingelser for et godt børneliv i kommunerne og i Region Nordjylland som helhed.

I løbet af perioden august til oktober 2021 har cirka 6600 elever deltaget i en undersøgelse af deres egen sundhed, trivsel og dagligdag. Undersøgelsen er lavet i skoletiden blandt eleverne i 5. og 8. klasse i hele Nordjylland.

Denne pjece præsenterer nogle af resultaterne for Vesthimmerlands Kommune. Når der for eksempel skrives ”67% af eleverne i 8. klasse i Vesthimmerlands Kommune”, betyder det, at 67% af de besvarelser, vi har fået, angiver noget bestemt. Når svarprocenten blandt 8. klasses eleverne er 58%, har vi altså ikke statistisk vægtet data for, om vi ville få et lidt andet resultat, hvis de sidste 42% også havde svaret. Det samme gør sig gældende for tal fra Region Nordjylland.

Det er anden gang, der gennemføres en nordjysk børnesundhedsprofil. I 2017 blev elever i 5. og 8. klasse også spurgt til deres sundhed, trivsel og dagligdag. Hvor det er muligt, er der derfor i rapporten vist udvikling fra 2017 til 2021. Spørgsmålene er ikke i alle kategorier helt ens over tid, og derfor er det ikke på alle områder muligt at vise udvikling. Svarprocenten for Vesthimmerlands Kommune er i 2021 lavere på både 5. og 8. klassetrin, end den var i 2017.

Nedenstående tabel viser svarprocenter for henholdsvis Vesthimmerlands Kommune og Region Nordjylland. Af pladshensyn er Vesthimmerlands Kommune i de øvrige tabeller og grafer forkortet til VHK og Region Nordjylland til RN. Hvis intet andet fremgår, er tal i grafer og tabeller fra Vesthimmerlands Kommune.

## Antal besvarelser og svarprocent for de deltagende skoler

	Vesthimmerlands Kommune		Region Nordjylland	
	Antal besvarelser	Svarprocent	Antal besvarelser	Svarprocent
Elever i 5. klasse	236	63%	3975	74%
Elever i 8. klasse	222	58%	2703	76%

*\*Besvarelser fra Aalborg Kommunes 8. klasser samt Brønderslev Kommunes 5. og 8. klasser indgår ikke i den regionale svarprocent for 2021*

Da Børnesundhedsprofilen er en statistisk undersøgelse, er alle børn samt deres forældre blevet oplyst om undersøgelsen og mulighederne for ikke at indgå heri. Dette er gjort i henhold til Databeskyttelsesforordningen og Databeskyttelsesloven.

Aalborg Kommune og Brønderslev Kommune har denne gang benyttet sig af en anden undersøgelse til indsamlingen af data til Børnesundhedsprofilen for både 5. og 8. klassetrin. Da spørgerammen i Børnesundhedsprofilen og de to kommuners undersøgelser ikke er helt identiske, vil data fra eleverne i Aalborg Kommunes 8. klasser samt Brønderslev Kommunes 5. og 8. klasser ikke indgå i de regionale svarprocenter, som sammenholdes med Vesthimmerlands Kommunes svarprocenter.



# Trivsel

Børns trivsel er et centralt fokusområde på skoleområdet, og mange steder arbejdes der målrettet med trivselsfremmende aktiviteter. Det kan for eksempel være at fremme følelsesmæssig og social udvikling, opbygning af relationer, fællesskaber samt at hindre forekomsten af mobning.

Sundhedsstyrelsen arbejder ud fra WHO's definition af mental sundhed som en tilstand af velbefindende, hvor individet kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og stress samt indgå i fællesskaber med andre mennesker.

## Generel trivsel

I Børnesundhedsprofilen er eleverne spurgt ind til deres generelle trivsel, og hvordan de har det for tiden. I denne sammenhæng lægges der vægt på, hvordan de oplever at have det i skolen, derhjemme og blandt vennerne.

Det kan ses i følgende tabel, at langt de fleste elever har det godt og trives i deres hverdag. Der er for både 5. og 8. klasse en større andel, der oplever, at det går rigtig godt eller godt derhjemme og sammen med vennerne/i fritiden end i skolen. Denne tendens gør sig også gældende på regionsniveau.

**Andelen af elever, der har det rigtig godt eller godt for tiden.**  
I procent.

	5. klasse		8. klasse	
	VHK	RN	VHK	RN
I skolen	80	76	78	76
Derhjemme	95	92	93	89
Med vennerne/ i fritiden	88	89	92	90

*\*Besvarelser fra Aalborg Kommunes 8. klasser samt Brønderslev Kommunes 5. og 8. klasser indgår ikke i den regionale svarprocent for 2021*

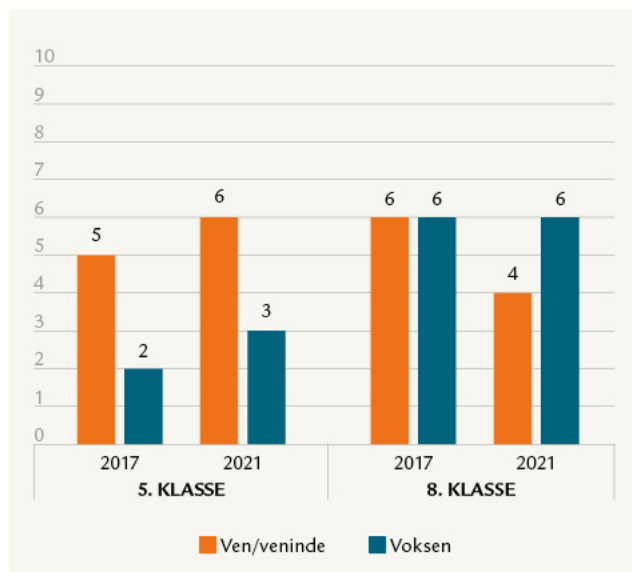
I 5. klasse er der 16%, der angiver, at det går nogenlunde i skolen, og 4% der svarer, at de ikke har det godt i skolen. På 8. klassetrin er der 15%, der oplever, at det går nogenlunde i skolen, mens 7% svarer, at de ikke har det godt i skolen. Spørgsmålet om, hvordan eleverne har det, er ændret i forhold til 2017-undersøgelsen, og svarene kan derfor ikke umiddelbart sammenlignes. Men tendensen med, at der er større trivsel hjemme og i fritiden end i skolen, kunne også ses i 2017.

Eleverne er ligeledes blevet spurgt ind til, om de har det godt med deres forældre, og om forældrene er der, når der er brug for dem. 95% af eleverne i 5. klasse angiver, at de enten altid eller for det meste kan lide at være sammen med deres forældre, mens 93% angiver, at forældrene er der, når der er brug for dem. Samme niveau gør sig gældende for 8. klassetrin. For 8. klasse er tallene hhv. 98 og 95%. Disse tal stemmer overens med regionsniveauet.

## Relationer

Det at være en del af et fællesskab har stor betydning for trivsel og udvikling. De fleste elever i Vesthimmerlands Kommune oplever at have enten en ven eller en voksen at tale med, når noget er svært. Som det fremgår af nedenstående tabel, svarer kun henholdsvis 3% og 4% af eleverne i 5. klasse og 8. klasse, at de ikke har nogen voksne at tale med, hvis noget går dem på eller gør dem kede af det.

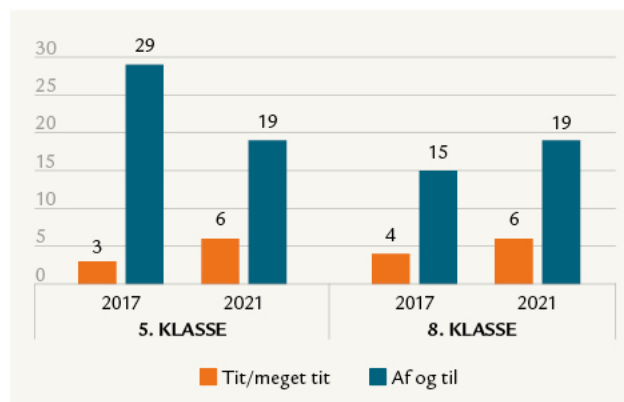
**Andelen af elever i Vesthimmerlands Kommune, der oplever ikke at have en ven/veninde eller voksen at tale med.** I procent.



Der ses en tendens til, at det oftere er drengene end pigerne i 5. klasse, der ikke har en ven/veninde eller en voksen at snakke med, hvis noget går dem på eller gør dem kede af det. I 8. klasse er der ikke kønsforskel.

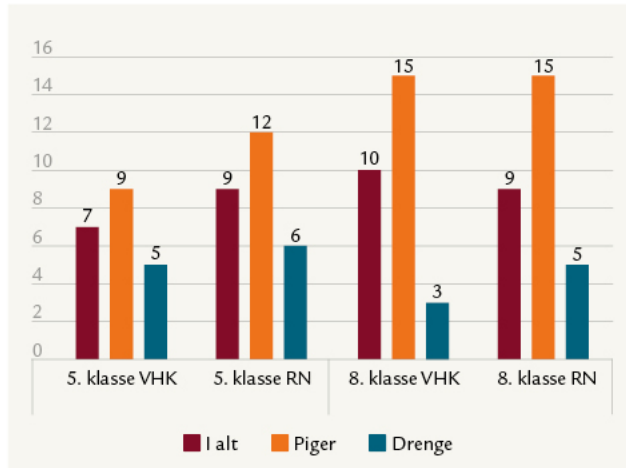
Eleverne er blevet spurgt, om de føler sig ensomme. I følgende graf kan det ses, at andelen, der meget tit eller tit føler sig ensomme er steget for begge årgange, mens andelen, der af og til føler sig ensomme er faldet blandt eleverne i 5. klasse, men steget hos eleverne i 8. klasse. På begge årgange er der en overvægt af piger, der oplever ensomhed. Den samme stigning ses i regionstallene, hvor der ligeledes er flere piger end drenge, der føler sig ensomme. Andelen af elever, der føler sig ensomme i Vesthimmerlands Kommune, er lavere end andelen på regionsniveau.

**Udvikling i andelen af elever i Vesthimmerlands Kommune, der meget tit, tit eller af og til føler sig ensomme.** I procent.



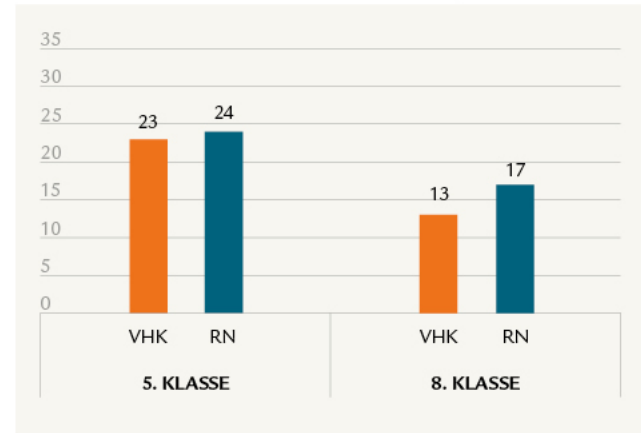
Eleverne er også blevet spurgt til, hvor ofte de føler sig isoleret fra andre, savner nogen at være sammen med eller føler sig holdt udenfor. De tre spørgsmål giver tilsammen en score for ensomhed, der resulterer i grafen på næste side. Her kan det ses, at 7% i 5. klasse og 10% i 8. klasse føler sig svært ensomme. Der er en væsentlig kønsforskel. Hvis man ser på pigerne i 5. klasse, føler 39% sig enten svært eller moderat ensomme, mens det samme tal for pigerne i 8. klasse er 42%.

Andelen af elever, der føler sig svært ensomme. I procent.



\*Besvarelser fra Aalborg Kommunes 8. klasser samt Brønderslev Kommunes 5. og 8. klasser indgår ikke i den regionale svarprocent for 2021

Andelen af elever, der er blevet mobbet få eller mange gange i skolen - inden for de seneste to måneder. I procent.



\*Besvarelser fra Aalborg Kommunes 8. klasser samt Brønderslev Kommunes 5. og 8. klasser indgår ikke i den regionale svarprocent for 2021

## Mobning

Mobning kan have alvorlige konsekvenser for den enkelte i form af mistroivsel eller udvikling af egentlige psykiske lidelser på sigt. Mobning kan for eksempel komme til udtryk, når nogen gentagne gange bliver holdt udenfor, drillet, slået eller generet på anden ubehagelig vis.

Tallene i følgende graf viser, at en fjerdedel af eleverne på 5. årgang og knap hver syvende elev på 8. årgang har oplevet at blive mobbet få eller mange gange i løbet af de seneste to måneder. Tallene for Vesthimmerlands Kommune stemmer i 5. klasse overens med tallene på regionsniveau, mens de for 8. klasse ligger en smule lavere.

Der er ændret i spørgsmålet for mobning siden undersøgelsen i 2017, hvorfor tallene fra de to undersøgelser ikke kan sammenlignes direkte. Ved at betragte andelen, der ikke oplever mobning, tyder det dog på, at der er flere elever, der er blevet mobbet i 2021 end i 2017.

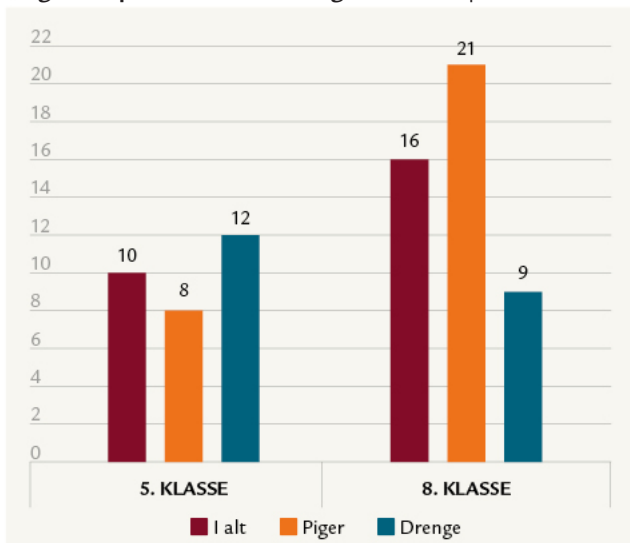
Eleverne er også blevet spurgt til, om de har modtaget beskeder, billeder eller videoer, der har gjort dem kede af det, bange eller vrede. Her svarer 17% i 5. klasse og 18% i 8. klasse ja til, at det er sket. Der er 1% i 5. klasse og 2% i 8. klasse, der angiver, at det er sket mange gange i løbet af de seneste to måneder.

## For meget at se til

Der har over en længere årrække været meget fokus på stress. Stress er kroppens alarmberedskab, der sætter ind, når man er udsat for en eller anden form for belastning. Følelsen af at have for meget at se til kan være en indikator på begyndende stress.

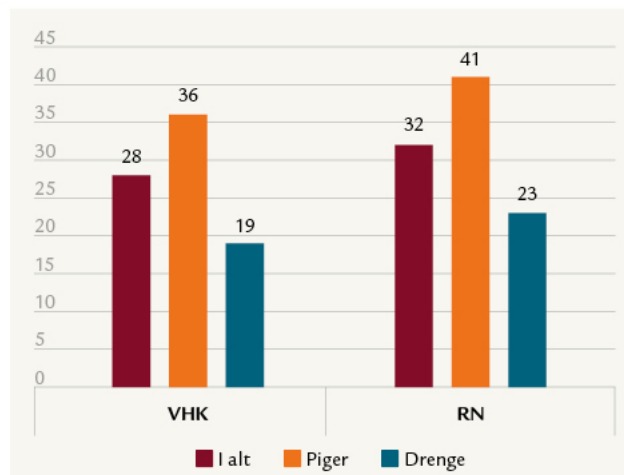
I undersøgelsen er eleverne i 5. og 8. klasse blevet spurgt om, hvorvidt de synes, at de har for meget at se til. Her ses det, at over halvdelen af eleverne meget tit, tit eller en gang imellem har en oplevelse af, at de har for meget at se til. Spørgsmålet om, hvorvidt eleverne har for meget at se til, er ændret i forhold til 2017-undersøgelsen, og svarene kan derfor ikke umiddelbart sammenlignes. Den samme tendens med, at pigerne i 8. klasse i højere grad oplever at have for meget at se til, fremgik også af tallene i 2017.

**Andelen af elever i Vesthimmerlands Kommune, der tit eller meget tit oplever at have for meget at se til. I procent.**



Eleverne i 8. klasse er blevet spurgt til, hvor vigtigt det er for dem at klare sig godt i skolen. Her svarer 58%, at det er meget vigtigt for dem, mens 3% oplever, at det ikke er vigtigt. Samtidig er eleverne i 8. klasse blevet spurgt ind til, om de føler sig pressede af test, eksaminer og karakterer. Generelt for besvarelserne kan det i nedenstående graf ses, at der er flere piger end drenge, der føler sig presset af test, eksaminer og karakterer.

**Andel af elever i 8. klasse, der for det meste eller altid føler sig pressede af test, eksaminer og karakterer. I procent.**



Eleverne, der føler sig pressede af test, eksaminer og karakterer, angiver, at det, der presser dem, er deres egne forventninger, forældre og læreres forventninger samt nervøsitet for at klare sig dårligere end klassekammeraterne.



# Livsstilevaner

## Mad og drikke

Kosten har indflydelse på helbred og indlæring både direkte og indirekte. Usund kost, som for eksempel for meget sukker, for meget mættet fedt og for lidt frugt og grønt øger risikoen for en række sygdomme, ligesom det kan påvirke koncentrationen og evnen til indlæring. Usunde kostvaner og et for stort energiindtag øger desuden risikoen for overvægt og livsstilssygdomme.

Størstedelen af eleverne spiser morgenmad, inden de skal i skole, men jo ældre de bliver, jo flere er der, der springer morgenmaden over. Således er der 13% af eleverne i 8.klasse, der sjældent eller aldrig spiser morgenmad. Dette stemmer overens med det regionale niveau.



Som det fremgår af tabellen, spiser flertallet af elever både frugt og grøntsager hver dag eller næsten hver dag. Der er dog stadig et stort mindretal, der ikke så ofte spiser frugt eller grøntsager. Med hensyn til usunde ting, er der flere elever, der 5-7 dage om ugen får søde drikkevarer, sammenlignet med elever, der spiser slik, kage eller chips. Tallene i Vesthimmerlands Kommune er på niveau med tallene på regionsniveau, hvor de samme tendenser gør sig gældende.

Eleverne er ligeledes blevet spurgt ind til, om de drikker vand i løbet af dagen. Her svarer 96% i 5. klasse, at de enten hver dag eller de fleste dage får drukket vand i løbet af dagen. Dette gør sig gældende for 91% af eleverne i 8. klasse i Vesthimmerlands Kommune, og det ligger på niveau med tallene fra regionen.

**Udvikling i andelen af elever i Vesthimmerlands Kommune, der 5-7 dage om ugen spiser og drikker nedenstående. I procent.**

	5. klasse		8. klasse	
	2017	2021	2017	2021
Frugt	75	65	65	53
Grøntsager	77	70	71	60
Slik, kage eller chips	8	6	5	8
Sodavand, saft eller kakao	16	26	17	21
Energidrik	-	1	3	3

## Søvn

Tilstrækkelig søvn er vigtig for børns udvikling og helbred. Manglende søvn eller dårlig søvnkvalitet kan have negativ indflydelse på børns vækst, immunforsvar, koncentration og indlæringssevne. Utilstrækkelig søvn kan også medføre træthed, irritabilitet og dårligt humør, samt kan påvirke børnenes evne til at indgå i relationer på en negativ måde. For lidt søvn er også associeret med øget risiko for blandt andet overvægt.

### Sundhedsstyrelsen anbefaler:

- 7-12-årige: 9-11 timer/nat
- 13-18-årige: 8-10 timer/nat

Jo ældre børnene bliver, jo større er andelen, der sover mindre end det mindst anbefalede. Nedenstående tabel viser, at 34% af eleverne i 8. klasse sover mindre end de 8 timer, der mindst anbefales for aldersgruppen. Derudover sover 48% i aldersgruppen 8-8,5 timer, hvilket vil sige, at de ligger i den nederste ende af anbefalingen. Også i 5. klasse ligger gennemsnittet i den laveste del af anbefalingen.

**Udviklingen i andelen af elever i Vesthimmerlands Kommune, der sover mindre end "mindst anbefalet".** I procent.

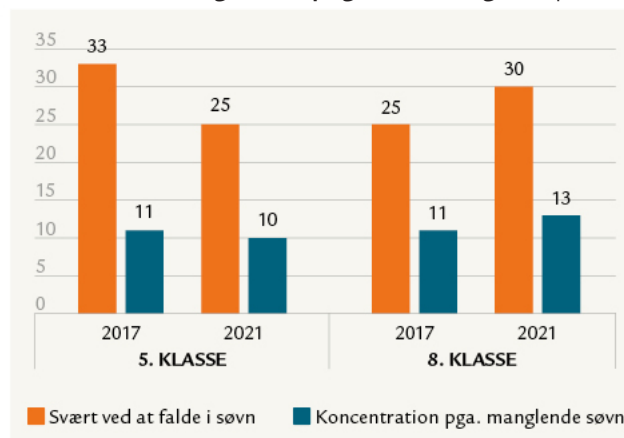
	VHK		RN	
	2017	2021	2017	2021
5. klasse	20	25	18	27
8. klasse	23	34	28	37

*\*Besvarelser fra Aalborg Kommunes 8. klasser samt Brønderslev Kommunes 5. og 8. klasser indgår ikke i den regionale svarprocent for 2021*

Der er sket en stigning i andelen, der sover mindre end "mindst anbefalet" siden 2017. Størst er stigningen blandt elever i 8. klasse, hvor andelen er steget med 11 procentpoint. En lignende stigning kan ses på regionsniveau.

Eleverne er også blevet spurgt til, hvor ofte de har svært ved at falde i søvn om aftenen. Som det fremgår af nedenstående graf, svarer henholdsvis en fjerdedel fra 5. klasse og knap en tredjedel fra 8. klasse, at det sker hver dag eller flere gange om ugen.

**Andelen af elever i Vesthimmerlands Kommune, der hver dag eller flere gange om ugen har svært ved at falde i søvn og svært ved at koncentrere sig i skolen på grund af søvnighed.** I procent.



For 8. årgang ses der en lille stigning i andelen af elever, der har svært ved at koncentrere sig i skolen på grund af søvnmangel. På 5. årgang ligner niveauet tallene fra 2017.

## Skærmbrug før sengetid

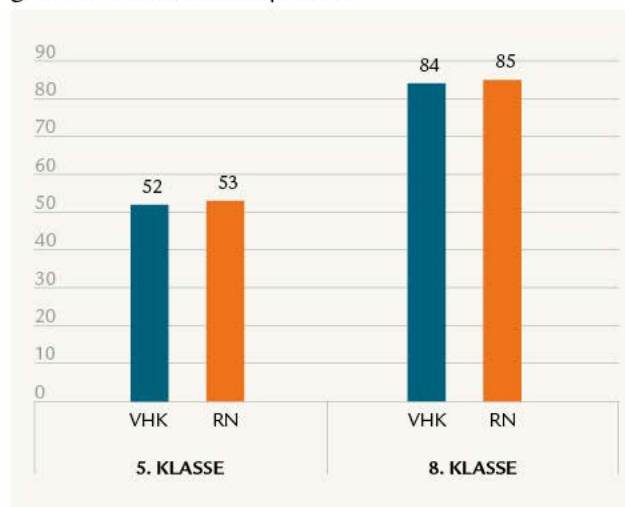
Studier peger på, at det særligt er det blå lys fra smartphones og tablets, der gør det svært at falde i søvn og forringer den første del af søvnen. Eleverne er i undersøgelsen blevet spurgt til, hvor ofte de bruger en smartphone, tablet eller computer i sengen, lige inden de skal sove, samt hvor ofte de har følt sig forstyrret af disse, når de har lagt sig til at sove. For eleverne i 5. klasse i Vesthimmerlands Kommune kan det ses i følgende graf, at cirka halvdelen af eleverne bruger skærm i sengen 3-7 dage om ugen, inden de skal sove, mens tallet for 8. klasse ligger på 84%. Tallene for Vesthimmerlands Kommune stemmer overens med tallene på regionsniveau.

Spørgsmålet er ændret siden 2017 og kan altså ikke sammenlignes direkte. Det kan dog konstateres, at der er sket en stigning i blandt eleverne i 8. klasse, der bruger skærm lige inden sengetid.

Undersøgelsen viser også, at i 8. klasse bliver en fjerdedel af eleverne mindst en gang om ugen forstyrret af deres telefon, efter de har lagt sig til at sove. For 5. klasse gælder det for 18%. Dette er tilsvarende tallene på regionsniveau.



**Andelen af elever, der 3-7 dage om ugen bruger skærm i sengen, inden de skal sove. I procent.**



*\*Besvarelser fra Aalborg Kommunes 8. klasser samt Brønderslev Kommunes 5. og 8. klasser indgår ikke i den regionale svarprocent for 2021*

## Krop og bevægelse

Fysisk aktivitet har dokumenteret positiv indflydelse på både helbred og indlæring. Ved fysisk aktivitet forstås ethvert muskelarbejde, der øger energiomsætningen. Det kan for eksempel være at cykle, løbe, hoppe på trampolin og tage trappen. Fysisk inaktivitet kan blandt andet medføre sygdom og overvægt.

### Sundhedsstyrelsen anbefaler:

- at børn og unge er fysisk aktive mindst 60 minutter om dagen.
- at børn og unge mindst tre gange om ugen laver fysisk aktivitet med høj intensitet i mindst 30 minutter.

Flertallet af eleverne i 5. klasse i Vesthimmerlands Kommune bevæger sig hver dag eller næsten hver dag så meget, at de bliver svedige eller forpustede. For 8. klasse gælder det kun for 46%. I Vesthimmerlands Kommune er der sket et fald i andelen af elever i 8. klasse, der hver dag eller næsten hver dag bevæger sig så meget, at de bliver svedige eller forpustede. Samme tendens ses på regionsniveau.

**Udvikling i andelen af elever, der hver dag eller næsten hver dag bevæger sig, så de bliver svedige eller forpustede.** I procent.

	VHK		RN	
	2017	2021	2017	2021
5. klasse	68	68	65	62
8. klasse	52	46	57	54

*\*Besvarelser fra Aalborg Kommunes 8. klasser samt Brønderslev Kommunes 5. og 8. klasser indgår ikke i den regionale svarprocent for 2021*

Elevernes egen vurdering af, hvor aktive de er i deres fritid, viser, at 6% i 5. klasse og 10% i 8. klasse ikke bevæger sig så meget. Undersøgelsen viser, at eleverne i både 5. og 8. klasse bruger meget tid på at spille på en PC, konsol, mobil mv. og på at være på sociale medier i deres fritid. Men selvom de bruger meget tid foran en skærm i deres fritid, får de fleste stadigvæk bevæget sig. Der ses i 8. klasse en tendens til, at færre dyrker sport i en forening eller klub, da der i Vesthimmerlands Kommune er sket en stigning i andelen af elever, der vurderer, at de bevæger sig en del, men ikke går til sport. Stigningen har været på 15 procentpoint.

Tallene i Vesthimmerlands Kommune ligner tallene for hele regionen, hvor de samme tendenser ses.

**Eleverne i Vesthimmerlands Kommunes vurdering af, hvilken beskrivelse der passer bedst på deres fritid.** I procent.

	5. klasse		8. klasse	
	2017	2021	2017	2021
Dyrker meget sport – træner flere gange om ugen	55	50	51	42
Dyrker en del sport – træner en gang om ugen – dagligdags aktiviteter	15	29	25	19
Går ikke til sport, men bevæger sig en del	22	15	11	30
Bevæger sig ikke så meget	8	6	13	10

# Alkohol og tobak

## Alkohol

Selvom danske unge begynder at drikke senere end tidligere generationer, og drikker mindre end for nogle år siden, har Danmark stadig den højeste andel af 15-årige i Europa, der har erfaring med at være fulde. Samtidig er alkoholforbruget hos danske unge blandt de højeste i Europa.

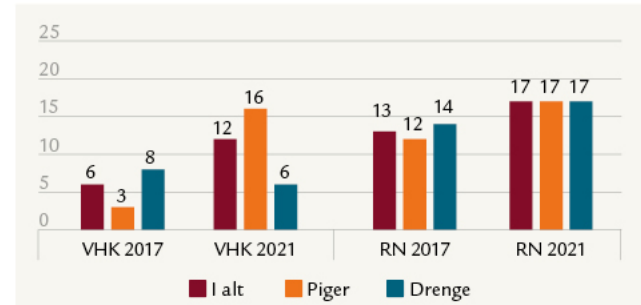
For unge er det først og fremmest en risikofaktor, fordi alkohol påvirker udviklingen af hjernen. Beruselsen kan få konsekvenser for sociale kompetencer, risikovurdering og impuls kontrol, og kan derfor føre til skænderier, vold, uønsket sex eller ulykker.

### Sundhedsstyrelsen anbefaler:

- at børn og unge under 18 år ikke drikker alkohol

Eleverne i 8. klasse er mellem 13 og 15 år og bør derfor ifølge anbefalingen ikke drikke alkohol. Dog viser undersøgelsen, at i Vesthimmerlands Kommune har 12% af eleverne i 8. klasse prøvet at drikke mindst fem genstande ved samme lejlighed. Det er en stigning på 6 procentpoint fra 2017 til 2021. Det er især blandt pigerne, at der er sket en stor stigning siden 2017. De ligger nu på regionsniveau, mens drengene ligger meget under regionstallene.

**Udvikling i andelen af unge, der har drukket 5 genstande ved samme lejlighed indenfor den seneste måned. I procent.**



*\*Besvarelser fra Aalborg Kommunes 8. klasser samt Brønderslev Kommunes 5. og 8. klasser indgår ikke i den regionale svarprocent for 2021*

## Rygning/tobak

Rygning er en af de enkeltfaktorer, der har størst betydning for borgernes sygelighed og dødelighed, og som medfører flest udgifter til behandling og pleje og det største produktionsstab for samfundet. Samtidig er rygning den væsentligste årsag til den stigende sociale ulighed i sundhed.

Eleverne i 8. klasse er blevet spurgt til, om de ryger cigaretter, e-cigaretter eller bruger snus. Ud af de adspurgte elever i 8. klasse i Vesthimmerlands Kommune ryger 1% cigaretter og under 1% ryger e-cigaretter og bruger snus. Tilsvarende tal ses på regionsplan.

Eleverne i 8. klasse er også blevet spurgt til, om de må ryge for deres forældre, og undersøgelsen viser, at det kun er 2% af eleverne i 8. klasse i Vesthimmerlands Kommune, som må ryge for deres forældre.

# Selvurderet helbred

## At føle sig sund og rask

Eleverne i 5. og 8. klasse er i undersøgelsen blevet spurgt til deres helbred og eventuelle sygdomme. Et af spørgsmålene går blandt andet på, hvorvidt eleverne føler sig sunde og raske. I Vesthimmerlands Kommune gælder det, at 88% af eleverne i 5. klasse og 86% af eleverne i 8. klasse altid eller for det meste føler sig sunde og raske. Kun henholdsvis 4% i 5. klasse og 3% i 8. klasse føler sig sjældent eller aldrig sunde og raske. Tallene ligger under regionsgennemsnittet, hvor 94% i 5. klasse og 96% i 8. klasse altid eller for det meste føler sig sunde og raske.

## Smerter og medicinbrug

Eleverne i 5. og 8. klasse er blevet spurgt til, hvor ofte de oplever forskellige smerter eller påvirket humør. Når det gælder eleverne i både 5. og 8. klasse, er der store kønsforskelle på, hvor ofte eleverne oplever at være generet af de forskellige ting. Som det fremgår af nedenstående tabeller, har 41% af alle i 8. klasse og 27% af alle i 5. klasse svaret, at de et par eller mange gange inden for de seneste to uger har haft smerter (for eksempel ondt i nakke/ryg), mens 50% af pigerne i 8. klasse mange eller flere gange inden for de seneste to uger har haft hovedpine.

**Andelen af børn i 5. klasse, der et par eller mange gange inden for de seneste to uger har været generet af hovedpine m.m. I procent.**

	VHK – 5. klasse			RN – 5. klasse		
	Samlet	Piger	Drenge	Samlet	Piger	Drenge
Hovedpine	28	32	23	26	31	21
Mavepine	21	25	16	20	25	14
Smerter (f.eks. ondt i nakke/ryg)	27	26	28	29	29	28
Været irriteret/ i dårligt humør	29	34	24	27	33	23

*\*Besvarelser fra Aalborg Kommunes 8. klasser samt Brønderslev Kommunes 5. og 8. klasser indgår ikke i den regionale svarprocent for 2021*

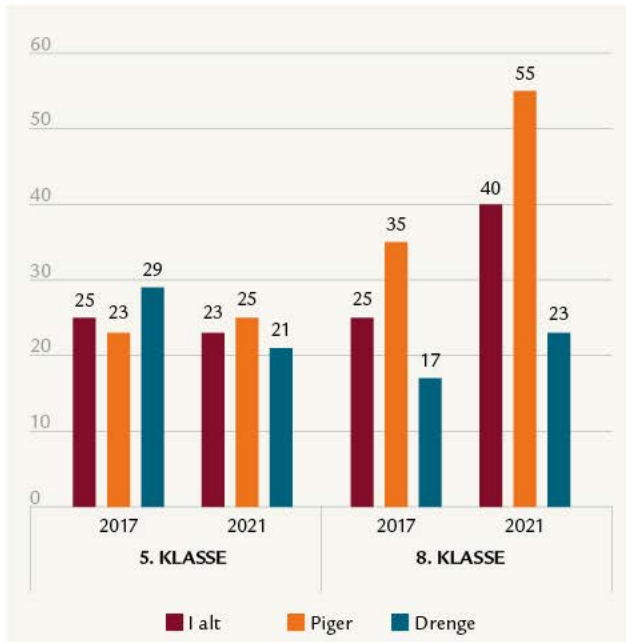
**Andelen af unge i 8. klasse, der et par eller mange gange inden for de seneste to uger har været generet af hovedpine m.m. I procent.**

	VHK – 8. klasse			RN – 8. klasse		
	Samlet	Piger	Drenge	Samlet	Piger	Drenge
Hovedpine	35	50	17	36	47	25
Mavepine	31	27	17	24	35	14
Smerter (f.eks. ondt i nakke/ryg)	41	49	32	39	43	35
Været irriteret/ i dårligt humør	50	65	32	43	55	31

*\*Besvarelser fra Aalborg Kommunes 8. klasser samt Brønderslev Kommunes 5. og 8. klasser indgår ikke i den regionale svarprocent for 2021*

Når det drejer sig om påvirket humør, er der 65% af pigerne i 8. klasse og 34% af pigerne i 5. klasse, der mange eller flere gange i løbet af de seneste to uger, har oplevet at være irriteret eller i dårligt humør, mens det samme kun gælder 32% af drengene i 8. klasse og 24% af drengene i 5. klasse. Generelt ligger Vesthimmerlands Kommune på næsten alle parametrene på linje med regionsgennemsnittet. Spørgsmålet angående smerter og dårligt humør er ændret i undersøgelsen i 2021, og det er derfor ikke muligt at se på, hvordan udviklingen har været siden 2017.

**Udvikling i andelen af elever i Vesthimmerlands Kommune, der har taget smertestillende medicin i løbet af de seneste 14 dage. I procent.**



Eleverne er desuden blevet spurgt til, om de har taget smertestillende medicin mindst én gang i løbet af de seneste 14 dage. Af grafen fremgår det, at der er flere elever i 8. klasse, der har taget smertestillende medicin end elever i 5. klasse, og at forbruget på begge klassetrin er væsentlig højere blandt piger end drenge. Således har 55% af pigerne i 8. klasse i Vesthimmerlands Kommune taget smertestillende medicin i løbet af de seneste 14 dage. Det er en stigning fra 2017, hvor 35% havde taget smertestillende medicin i løbet af de seneste 14 dage. Denne tendens ses også på regionsniveau.

# Sundhedsprofil for børn og unge

Vesthimmerlands Kommune 2021



Udgivet marts 2022 af:  
Vesthimmerlands Kommune i samarbejde med Region Nordjylland



◀ SCAN KODEN

Find os på nettet: [www.vesthimmerland.dk](http://www.vesthimmerland.dk)

**VESTHIMMERLANDS  
KOMMUNE**  
*- lyst til at gøre en forskel*



**Vesthimmerlands Kommune**  
Vestre Boulevard 7  
9600 Aars