

Sundhedsprofil for børn og unge

Morsø Kommune 2017



Sundhedsprofil for børn og unge

Morsø Kommune 2017

I Morsø Kommune arbejder vi kontinuerligt på at skabe rammer, der kan sikre den bedst mulige trivsel for alle vores borgere. I det arbejde er vores børn og unges trivsel et vigtigt fokuspunkt.

Forudsætningen for at opnå størst mulig sundhed, velvære og livsindhold hos det enkelt barn er, at vi fokuseret og i fællesskab på tværs af forvaltninger, institutioner, foreninger, familier mv. arbejder for det gode børneliv.

Det at deltage i meningsfulde fritidsaktiviteter, at have én at snakke med, når der er problemer, at kunne indgå i forpligtende samvær, at leve lidt sundere i morgen end i går, vil kunne skubbe os i nye retninger, når vi måske er lidt i klemme i livet. Og det kommer vi alle fra tid til anden!

Den nye børnesundhedsprofil skal således ansues som et vigtigt værktøj i bestræbelserne for at sikre flere gode børneliv. Jeg ved, at resultaterne granskes nøje af vores fagpersonale i kommunen. Ikke for at de skal bruges som pisk eller løftede pegefingre, men for at vi, med udgangspunkt i evidensbaseret materiale, kan forebygge mest muligt.


Det er vejen frem, hvis vi skal komme problemer med f.eks. selvskade, søvnmangel, manglende voksenkontakt, stillestående fritidsliv eller misbrug til livs.

Derfor vil jeg opfordre alle i Morsø Kommune med interesse for børn og unges ve og vel til at bladre videre i undersøgelsen. Kun ved at tage udgangspunkt i fakta, kan vi i fællesskab målrette de indsatser, som kan gøre en forskel og skabe de bedste vilkår for et bæredygtigt og indholdsrigt liv for os alle.

Et godt sted at starte er, at tage udgangspunkt i denne nye sundhedsprofil for vores børn og unge.



Med venlig hilsen


Tore Müller
Formand Børne- & Kulturudvalget
i Morsø Kommune.

OM UNDERSØGELSEN

I løbet af efteråret 2017 har ca. 37.300 nordjyske børn, unge og forældre modtaget en invitation til at deltage i en undersøgelse af deres egen eller deres børns sundhed, trivsel og sygdom. Undersøgelsen er lavet blandt alle børn og unge i 1., 5. og 8. klasser i hele Nordjylland – i alt ca. 16.200 elever. Derudover er forældre til 1. klasseselever – ca. 5.600 børn – samt forældre til alle børnehavebørn – ca. 15.500 børn – i de 11 nordjyske kommuner blevet spurgt.

45 % af de adspurgte har svaret på spørgeskemaet, og der er en noget højere svarprocent blandt eleverne end blandt forældrene. Tabellen viser svarprocenter for hhv. Morsø Kommune og hele Region Nordjylland.

Denne pjece præsenterer de væsentligste resultater for Morsø Kommune. Der er tale om uvægtede data – det vil sige, at der ikke tages højde for skævhed i svarfordelingen. Dette har særlig betydning, der hvor svarprocenten er lav, da lavere svarprocenter øger risikoen for, at data ikke afspejler hele befolkningen. Dermed må resultater baseret på lave svarprocenter tages med visse forbehold – i denne undersøgelse vil det sige forældrebesvareelserne.

Når der i pjecen skrives "67 % af eleverne i 8. klasse i Morsø Kommune" betyder det, at 67 % af de besvareelser, vi har fået, angiver et eller andet. Når svarprocenten blandt 8. klasseselever er 61 %, har vi altså ikke statistisk vægtet data for, om vi ville få et lidt andet resultat, hvis de sidste 39 % også havde svaret.

Der er indhentet samtykke hos forældre til alle børn, der deltager i undersøgelsen, og forældrene har givet samtykke til brug af deres data i forbindelse med besvarelsen. Undersøgelsen er anmeldt til Datatilsynet.

Antal besvareelser og svarprocent (%)

| | MK | | RN | |
|-------------------------------|--------------------|-------------|--------------------|-------------|
| | Antal besvareelser | Svarprocent | Antal besvareelser | Svarprocent |
| Forældre til børnehavebørn | 108 | 21 | 4587 | 29 |
| Forældre til 1. klasseselever | 61 | 28 | 1350 | 24 |
| Elever i 1. klasse | 151 | 68 | 3461 | 62 |
| Elever i 5. klasse | 140 | 65 | 4142 | 73 |
| Elever i 8. klasse | 167 | 61 | 3393 | 69 |

Af pladshensyn er Morsø Kommune i tabeller og grafer forkortet til MK og Region Nordjylland til RN.

Spørgeskemaerne til de forskellige målgrupper er ikke helt ens, så det vil ved en del spørgsmål ikke være muligt at afrapportere alle aldersgrupper.

TRIVSEL

TRIVSEL | GENEREL TRIVSEL

Børns trivsel er et centralt fokusområde i såvel dagtilbud som på skoleområdet, og mange steder arbejdes der målrettet med trivselsfremmende aktiviteter. Det kan f.eks. være at fremme følelsesmæssig og social udvikling, opbygning af relationer, fællesskaber samt at hindre forekomsten af mobning. Der har siden 2015 været årlige, obligatoriske trivselsundersøgelser på alle folkeskoler.

Center for Sundhedssamarbejde ved Aarhus Universitet peger på, at der skal sættes tidligt ind for at få det bedste resultat, når der arbejdes med at fremme børns trivsel.

Sundhedsstyrelsen lægger sig i forlængelse af WHO's definition af mental sundhed som "en tilstand af trivsel hvor individet kan udfolde sine evner, kan håndtere dagligdags udfordringer og stress, på frugtbar vis kan arbejde produktivt, samt er i stand til at yde et bidrag til fællesskabet".

GENEREL TRIVSEL

I undersøgelsen svarer de fleste børn og forældre, at børnene har det godt og trives i deres hverdag. Imidlertid har nogle børn og unge tegn på mere eller mindre mistrivsel.

I undersøgelsen af børnehavebørn fremgår det, at 76 % af børnene i Morsø Kommune har det rigtig godt i institutionen, og det ligger på linje med regionstallet, hvor 72 % angiver at have det rigtig godt. Når det handler om at have det godt derhjemme, svarer 90 % af forældrene til børnehavebørn i Morsø Kommune, at deres barn har det rigtig godt i hjemmet. Også dette tal ligner regionstallet.

Andelen af skoleelever, der har det rigtig godt for tiden (%)

| | 1. klasse | | 5. klasse | | 8. klasse | |
|-------------------------|-----------|----|-----------|----|-----------|----|
| | MK | RN | MK | RN | MK | RN |
| I skolen | 66 | 65 | 41 | 52 | 45 | 45 |
| Derhjemme | 77 | 74 | 76 | 81 | 73 | 71 |
| Med vennerne/i fritiden | 63 | 69 | 66 | 74 | 66 | 71 |

Som det fremgår af tabellen, er elevernes trivsel i skolen størst i 1. klasse og falder i 5. klasse, hvor kun 41 % af eleverne i Morsø Kommune angiver at have det rigtig godt. Tallet stiger til 45% i 8. klasse. Der er dog yderligere 52% af eleverne i 5. klasse, der angiver, at de har det rimelig godt. På alle årgange er der kun meget få, der ikke har det godt.

Når det drejer sig om at have det godt derhjemme eller i fritiden, ses der kun mindre udsving fra 1. til 8. klasse.

Eleverne er også blevet spurgt om de har gjort skade på sig selv. På det svarer 93% "nej aldrig", mens det på regionsplan kun er 91 % der svarer det. De resterende 7 % fordeler sig med : 5% som svarer "ja, 1-4 gange" og 2% svarer " ja, 5 eller flere gange". I Morsø kommune ses, i modsætning til regionen ingen forskel mellem kønnene.



TRIVSEL | RELATIONER OG MOBNING

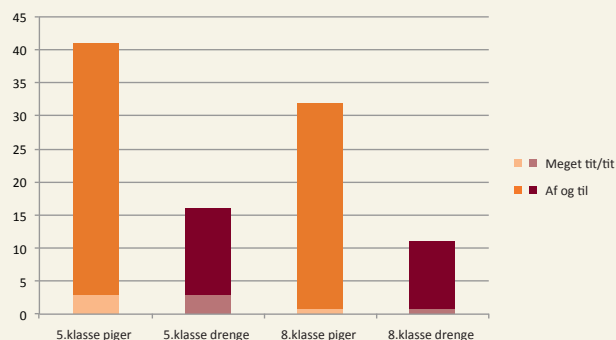
RELATIONER

Det, at være en del af et fællesskab, har generelt stor betydning for trivsel og udvikling.

De fleste børn og unge i Morsø Kommune har enten en ven eller en voksen at tale med, når noget er svært. 6 % af eleverne i 5. klasse og 7 % af eleverne i 8. klasse svarer, at de ikke har nogen voksne at tale med, hvis noget går dem på eller gør dem ked af det. For eleverne i 5. klasse svarer 7%, at de ikke har venner at snakke med, hvis noget går dem på. Det tilsvarende tal for 8 klasse er 3 %.

Flertallet af eleverne svarer også, at de ikke føler sig ensomme. Men der er dog en relativ stor andel - især piger - der meget tit, tit eller af og til føler sig ensomme. Det drejer sig om 41 % af pigerne i 5. klasse og 32 % af pigerne i 8. klasse.

Andelen af elever, der meget tit, tit eller af og til føler sig ensom (%)



Eleverne i 8. klasse er desuden blevet spurgt om, hvor ofte de føler sig isoleret fra andre eller savner nogen at være sammen med. Der er f.eks. 33 % af pigerne, der ofte eller en gang imellem føler sig isoleret fra andre og 30 % af pigerne, der

ofte eller en gang imellem savner nogen at være sammen med. Tallene i Morsø Kommune viser ingen kønsforskel, ellers er tallene på regionsplan.

MOBNING

Mobning kan have alvorlige konsekvenser for den enkelte i form af mistroivsel eller udvikling af egentlige psykiske lidelser på sigt. Mobning er, når man gentagne gange bliver holdt udenfor, drillet, slået eller generet på ubehagelige måde.

Andelen af elever, der er blevet mobbet i skolen - inden for de sidste to måneder (%)

| | 5. klasse | | 8. klasse | |
|--------------------------|-----------|----|-----------|----|
| | MK | RN | MK | RN |
| Ikke mobbet | 71 | 83 | 88 | 90 |
| 1 - 2 gange | 21 | 12 | 9 | 7 |
| 2 - 3 gange eller oftere | 8 | 6 | 2 | 3 |

Tallene viser, at langt de fleste elever ikke bliver mobbet i skolen. Der er dog stadig nogle, der oplever at blive mobbet en gang i mellem - lidt flere i 5. klasse end i 8. klasse. For 8. klasse gælder det, at tallene for Morsø Kommune ligger på regionsgennemsnittet, mens der er lidt flere i 5. klasse i Morsø Kommune, der oplever at blive mobbet, end der er på regionsniveau.

Der er også blevet spurgt til, om eleverne i 5. og 8. klasse har modtaget grimme beskeder på SMS, email eller sociale medier inden for de seneste to måneder. Her svarer 81 % af eleverne i 5. klasse og 86 % af eleverne i 8. klasse, at det aldrig er sket. 8 % af eleverne i 5. klasse og 2 % af eleverne i 8. klasse har oplevet det 2-3 gange om måneden eller oftere. Tallene for Morsø Kommune ligger på niveau med regionsgennemsnittet for 8. klasse men lidt over for 5. klasse.

TRIVSEL | FRITIDLIV OG FOR MEGET AT SE TIL

FRITID

Deltagelse i lokalsamfundets aktiviteter giver mulighed for at udvikle netværk og venskaber. Mange deltager i foreningsliv og andre sociale aktiviteter i fritiden. Børn og unge er i undersøgelsen blevet spurgt om, hvor ofte de deltager i forskellige typer aktiviteter. Her ses det, at et stort flertal af elever i 5. og 8. klasse ugentligt både er sammen med venner og veninder, samt går til en aktivitet i en forening eller på anden måde dyrker motion.

Tallene i Morsø Kommune ligner tallene for hele regionen.

Når det drejer sig om andelen af elever, der er sammen med venner svarer 83 % af 5. classes eleverne i Morsø Kommune, at de gør det mindst en gang om ugen, mens det tilsvarende tal er 68 % i 8. klasse.

Andel af elever i MK, der mindst en gang om ugen deltager i forskellige aktiviteter (%)

| | 5. klasse | | 8. klasse | |
|---|-----------|----|-----------|----|
| | MK | RN | MK | RN |
| Går i fritids- eller ungdomsklub | 39 | 37 | 20 | 20 |
| Dyrker fitness mm. eller går til en aktivitet i en forening | 81 | 85 | 85 | 82 |
| Er sammen med venner | 83 | 84 | 68 | 80 |

FOR MEGET AT SE TIL

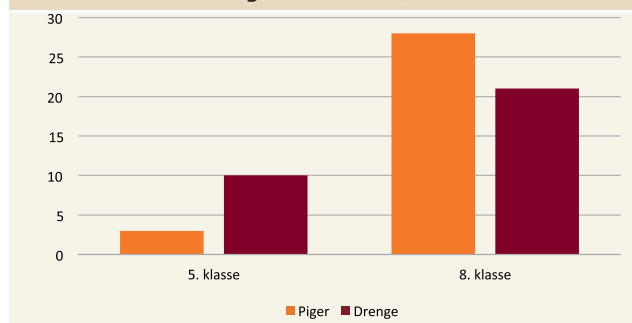
Der har over en længere årrække været meget fokus på stress. Stress er kroppens alarmberedskab, der sætter ind, når man er udsat for en eller anden form for belastning. Man skelner typisk mellem to former for stress: kortvarig stress og langvarig stress. Kortvarig stress vil oftest opfattes som positiv, da den medvirker til at kunne agere under kortvarigt øget pres, f.eks. gøre en ekstra indsats i skolen, til eksamen eller i forbindelse med sport. Bliver presset for stort, langvarigt eller uoversku-

eligt, kan det udvikle sig til langvarigt stress, som eventuelt kan få konsekvenser for helbredet – både fysisk og mentalt. 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 der er en større andel af elever, der synes, at de tit eller altid har for meget at se til i 8. klasse i forhold til i 5. klasse. I Morsø Kommune er der i 5. klasse 7 % der svarer ja, mens det i 8. klasse gælder 25 %.

I 5. klasse ses det at langt flere drenge oplever at have for meget at se til mens der på regionsplan ikke ses nogen nævneværdig kønsforskel for eleverne, mens der i 8. klasse er flere piger end drenge, der tit eller altid føler, at de har for meget at se til, både i Morsø kommune og på regionsplan

Andelen af elever i Morsø Kommune, der synes, at de tit eller altid har for meget at se til (%)



TRIVSEL | SØVN

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. At sove for lidt er associeret med øget risiko for blandt andet overvægt.

Et barns søvnbehov afhænger af en række faktorer, herunder barnets alder og arvelige forhold.

Sundhedsstyrelsen anbefaler:

- 3-6 årige: 10-12 timer/nat
- 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. 30 % af eleverne i 8. klasse sover mindre end de 8 timer, som er den nedre grænse i anbefalingen på 8-10 timer for aldersgruppen. Derudover sover 51 % i aldersgruppen 8-8,5 timer, det vil sige, at de også ligger i den nederste ende af anbefalingen. Også i de andre aldersgrupper ligger gennemsnittet i den laveste del af anbefalingen.

Andel af børn, der sover mindre end "mindst anbefalet" (%)

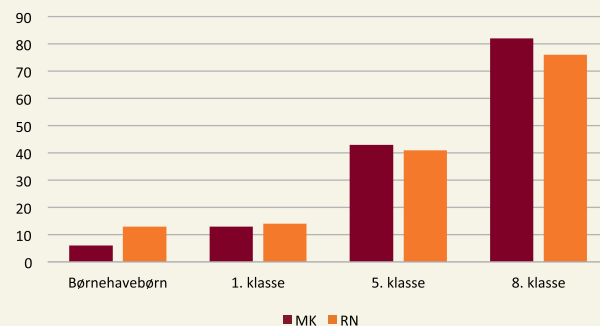
| | MK | RN |
|---------------|----|----|
| Børnehavebørn | 5 | 4 |
| 5. klasse | 23 | 18 |
| 8. klasse | 25 | 28 |

Børnene i 1. klasse er som regel 6 eller 7 år. De ligger derfor mellem de to anbefalinger, og vi kan derfor ikke bedømme, hvor mange af dem, der sover for lidt.

Eleverne i 8. klasse er også blevet spurgt til, hvor ofte de har svært ved at falde i søvn om aftenen. Her svarer 26 % af pigerne i Morsø Kommune, at det sker hver dag eller flere gange om ugen, mens det samme kun gør sig gældende for 18 % af drengene. Derudover er der 32 % af eleverne i 8. klasse, der mindst en gang om ugen er så søvnige, at de har svært ved at koncentrere sig i skolen. Det gælder lidt flere piger end drenge.

Studier peger på, at det blå lys fra smartphones og tablets gør det svært at falde i søvn og forringer den første del af søvnen. Børn, unge og forældre er i undersøgelsen blevet spurgt til, hvor ofte børnene og de unge ligger med en smartphone eller anden skærm i sengen, lige inden de skal sove. Her ses det, at det med alderen bliver mere og mere almindeligt, men at der allerede blandt børnehavebørn er 6 %, der hver dag eller flere gange om ugen har en skærm i sengen lige inden sengetid.

Andel af børn og unge, der hver dag eller flere gange om ugen bruger skærm i sengen, inden de skal sove (%)



Tallene for Morsø Kommune viser, at de yngste i kommunen i mindre grad end på regionsniveau har en skærm med i seng. Til gengæld er hyppigheden blandt 8. klasser højere end i regionen.

LIVSSTILSVANER

LIVSSTILSVANER | MAD OG DRIKKE

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.

- Fødevarestyrelsen anbefaler, at børn og unge spiser efter de officielle kostråd.
- Børn mellem 4 og 10 år bør spise mellem 300-500 gram frugt og grønt om dagen, mens børn og unge over 10 år bør spise 600 gram frugt og grønt om dagen. Husk at halvdelen skal være grøntsager.
- Børn bør ikke spise slik hver dag.
- Børn bør ikke drikke energidrikke

Anbefalingerne om at spise frugt og grønt efterleves langt fra af alle børn og unge. Jo ældre børnene bliver, jo færre spiser frugt og grønt hver dag.

Så mange børn spiser frugt og grøntsager hver dag (%)

| | Frugt | | Grøntsager | |
|---------------|-------|----|------------|----|
| | MK | RN | MK | RN |
| Børnehavebørn | 66 | 75 | 53 | 65 |
| 1. klasse | 59 | 57 | 48 | 61 |
| 5. klasse | 35 | 45 | 36 | 42 |
| 8. klasse | 36 | 33 | 40 | 38 |

Både på 5. og 8. klassetrin er der kønsforskel. F.eks. spiser 43 % af pigerne i 8. klasse i Morsø Kommune frugt hver dag, mens det samme kun gør sig gældende for 28 % af drengene. Tallene er generelt lidt lavere i Morsø Kommune end på regionsniveau.

Anbefalingen om, at børn ikke bør spise slik hver dag, efterleves af de fleste – især af børnehavebørn og elever i 1. klasse. På 5. klassetrin angiver 4 % af de adspurgte, at de spiser slik (f.eks. chokolade, vingummi, kage og chips) 5-7 dage om ugen, mens det tilsvarende tal for 8. klasse er 4 %.

Til gengæld er der flere børn og unge, der får søde drikke som sodavand, saft eller kakao 5-7 dage om ugen. Her er tallet for børnehavebørn 18 %, for 1. klasse 16 %, for 5. klasse 13 % og for 8. klasse 22 %. Både for slik og søde drikke ligger tallene for Morsø Kommune på niveau med regionstallene.

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 8 % af eleverne i 8. klasse, der sjældent eller aldrig spiser morgenmad på skoledage.

Andel af elever, der på en hverdag spiser morgenmad, inden de skal i skole (%)

| | 1. klasse | | 5. klasse | | 8. klasse | |
|--------------------|-----------|----|-----------|----|-----------|----|
| | MK | RN | MK | RN | MK | RN |
| Hver dag | 82 | 86 | 86 | 86 | 73 | 72 |
| Nogle dage | 14 | 12 | 6 | 10 | 8 | 16 |
| Sjældnere / aldrig | 4 | 2 | 8 | 4 | 20 | 13 |

Eleverne i 8. klasse er blevet spurgt til, om de drikker energidrikke. 79 % af eleverne i Morsø Kommune svarer, at de aldrig drikker energidrikke, mens 3 % svarer, at de gør det flere gange om ugen. Der er flere drenge end piger, der flere gange om ugen drikker energidrikke. Det drejer sig om 6 % af drengene og kun 1 % af pigerne. Tallene ligger under niveau i forhold til regionsgennemsnittet.

LIVSSTILSVANER | KROP OG BEVÆGELSE

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 f.eks. 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. Aktiviteterne skal være af moderat intensitet til høj intensitet og skal ligge ud over almindelige kortvarige dagligdagsaktiviteter. Mindst 3 gange om ugen skal der indgå fysisk aktivitet med høj intensitet af mindst 30 minutters varighed for at vedligeholde eller øge konditionen og muskelstyrken.

Flertallet af børn og unge i Morsø Kommune bevæger sig hver dag eller næsten hver dag så meget, at de bliver svedige eller forpustede. Andelen falder dog en smule med alderen fra 76 % blandt børnehavebørnene til 64 % blandt eleverne i 8. klasse.

Andel af børn og unge, der hver dag eller næsten hver dag bevæger sig, så de bliver svedige eller forpustede (%)

| | MK | RN |
|---------------|----|----|
| Børnehavebørn | 76 | 77 |
| 5. klasse | 66 | 65 |
| 8. klasse | 64 | 57 |

I Morsø Kommune angiver 4 % af eleverne i 5. klasse og 8 % af eleverne i 8. klasse, at de ikke bevæger sig så meget men primært har stillesiddende aktiviteter, altså er fysisk inaktive. Dette ligger under regions gennemsnittet.

Elevernes vurdering af, hvilken beskrivelse der passer bedst på deres fritid (%)

| | 5. klasse | | 8. klasse | |
|--|-----------|----|-----------|----|
| | MK | RN | MK | RN |
| Dyrker meget sport træner flere gange om ugen | 48 | 51 | 55 | 48 |
| Dyrker en del sport – træner en gang om ugen + dagligdagsaktivitet | 29 | 26 | 18 | 20 |
| Går ikke til sport men bevæger sig en del | 19 | 16 | 19 | 21 |
| Bevæger sig ikke så meget – foretrækker stillesiddende aktiviteter | 4 | 8 | 18 | 11 |



LIVSSTILSVANER | ALKOHOL

ALKOHOL

Mange undersøgelser dokumenterer, at danske børn og unge starter tidligt med at drikke alkohol, og at alkoholforbruget blandt danske unge er det højeste i Europa.

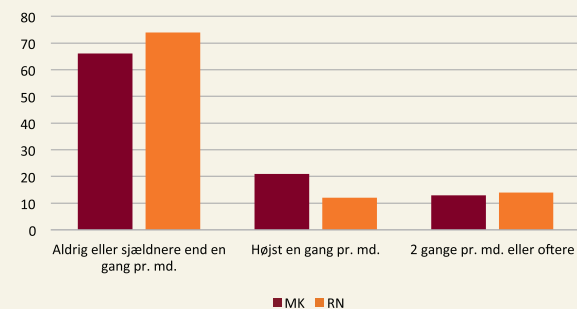
For unge er alkohol først og fremmest en risikofaktor, fordi alkohol påvirker udviklingen af hjernen. Beruselsen kan få konsekvenser for sociale kompetencer, risikovurdering og impuls kontrol, og kan derfor føre til skændrier, vold, uønsket sex eller ulykker.

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at børn og unge under 16 år ikke drikker alkohol, og at unge mellem 16-18 år drikker mindst muligt og stopper før 5 genstande ved samme lejlighed. Dette skyldes, at det har en række negative sundhedsmæssige konsekvenser, at drikke mere end 5 genstande ved samme lejlighed.

Eleverne i 8. klasse er mellem 13 og 15 år og bør derfor ifølge anbefalingen ikke drikke alkohol. Der er 71 % af eleverne i 8. klasse i Morsø Kommune, at de angiver, at de har prøvet at drikke alkohol. Af dem, er der dog 23 %, der svarer, at de ikke har drukket en hel genstand. Størstedelen af eleverne, nemlig 66 %, drikker aldrig eller sjældnere end en gang om måneden alkohol, men der er også 13 % af eleverne i 8. klasse, der drikker alkohol mindst to gange om måneden.

I Morsø Kommune er der flere drenge end piger, der drikker flere gange om måneden, således angiver 18 % af drengene og 8 % af pigerne, at de drikker 2 eller flere gange om måneden. Gennemsnittet i Morsø Kommune ligger over regionsgennemsnittet, når det gælder at drikke flere gange om måneden, og der er færre i Morsø Kommune der aldrig eller sjældent drikker, end der er på regionsplan.

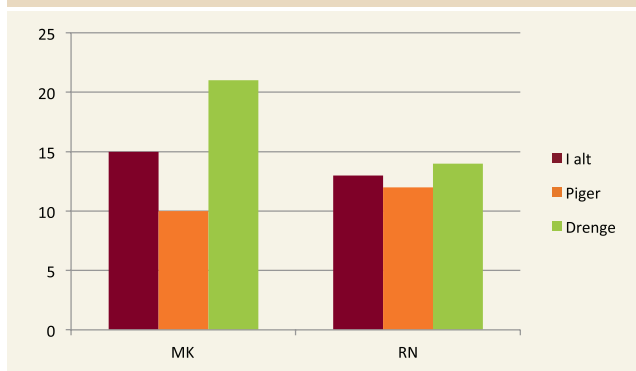
Andelen af 8. klasseselever i Morsø Kommune, ift. hvor ofte de drikker noget, der indeholder alkohol (%)



I forhold til at drikke 5 eller flere genstande ved samme lejlighed gælder det, at 15 % af 8. klasseseleverne, har prøvet det mindst én gang indenfor den seneste måned. Det gælder for dobbelt så mange drenge som piger i Morsø Kommune.

LIVSSTILSVANER | ALKOHOL OG RYGNING

Andelen af alle unge i 8. klasse i Morsø Kommune, der mindst en gang i løbet af den seneste måned har drukket 5 genstande eller mere ved én lejlighed (%)



Undersøgelser peger på, at forældrenes eget alkoholforbrug og deres normer omkring de unges alkoholforbrug har stor betydning for, hvor meget de unge drikker, og hvor tidligt de begynder at drikke. Unge, der oplever, at deres forældre accepterer, at de drikker alkohol, har et større alkoholforbrug end unge, der oplever, at forældrene ikke giver lov. I Morsø Kommune giver 58 % af eleverne i 8. klasse udtryk for, at de må drikke for deres forældre. Dette er næsten dobbelt så mange som på regionsniveau, hvor andelen er på 32 %.

RYGNING

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

Det er i dag forbudt at ryge på institutionens område i daginstitutioner, skoler og gymnasiale ungdomsuddannelser.

Eleverne i 8. klasse er blevet spurgt, om de ryger cigaretter, e-cigaretter, vandpibe eller bruger snus. 2% af de adspurgte i Morsø Kommune svarer, at de ryger cigaretter og 0% ryger e-cigaretter, dog har 7% prøvet. Der er stort set ingen unge svarer ja til at bruge snus eller ryger vandpibe. Tilsvarende tal findes på regionsplan.

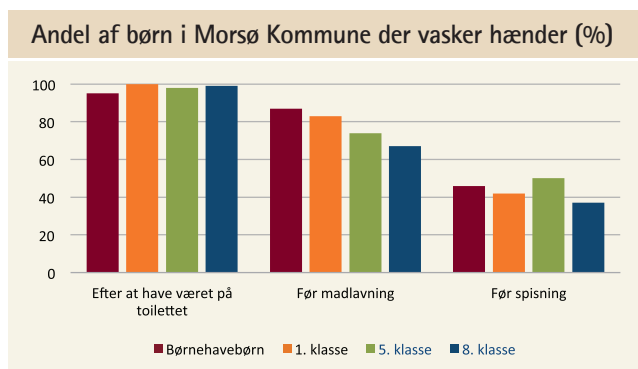
Forældrene til børn i børnehave og 1. klasse samt 8. klasses elever er blevet spurgt, om der ryges indenfor i hjemmet. Stort set alle forældre svarer nej, mens 9% af eleverne i 8. klasse angiver, at der dagligt bliver røget indendørs i hjemmet.

LIVSSTILSVANER | HYGIEJNE OG CYKELHJELM

HYGIEJNE

Den daglige håndhygiejne har betydning for, om infektionssygdomme spredes blandt både børn, unge og personale. Hænderne er den hyppigste smittevej for almindelige infektioner som forkølelse og diarré, og en effektiv rengøring af hænderne vil derfor kunne reducere smittefaren.

Derudover anbefales det, at vaske hænder før man tilbereder og spiser mad.



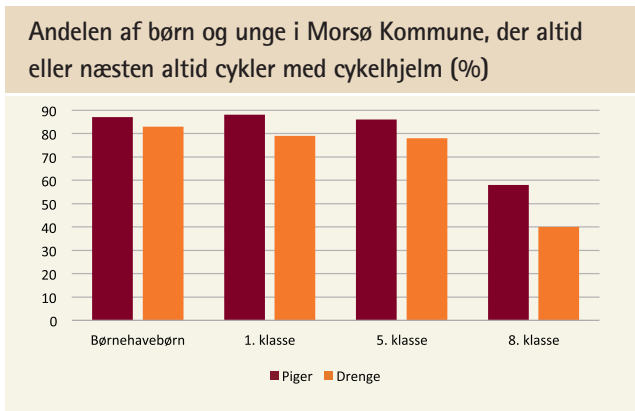
Undersøgelsen viser, at stort set alle børn og unge vasker hænder efter toiletbesøg. Der er en tendens til, at de lidt større børn slækker lidt med at vaske hænder inden madlavning og før spising, herunder lidt flere drenge end piger.

CYKELHJELM

Rådet for Sikker Trafik anbefaler, at såvel børn, unge som voksne bruger cykelhjelm, fordi det mindsker risikoen for alvorlige hovedskader, hvis man er uheldig i trafikken. Selvom flere og flere danskere cykler med cykelhjelm, er der en klar sammenhæng mellem alder og brug af cykelhjelm hos børn og unge.

Jo ældre børnene bliver, jo større er risikoen for, at de smider hjelmen. I Morsø Kommune kan det også ses, at der er flere piger end drenge i 8. klasse, der stadig kører med cykelhjelm.

I 8. klasse er der i alt 50 % i Morsø Kommune, der altid eller næsten altid cykler med cykelhjelm, hvilket ligger over regionsgennemsnittet, hvor andelen er 45 %.





HELBRED

HELBRED | HELBRED OG SMERTER

HELBRED

Børn, unge og forældre er i undersøgelsen også blevet spurgt til deres helbred og eventuelle sygdomme.

I forhold til, om en læge har konstateret astma/astmatisk bronchitis eller børneeksem, ses det, at problematikken er størst blandt yngre børn men aftager, jo ældre børnene bliver.

Den modsatte tendens ses med hensyn til allergi. Her har 5 % af børnehavebørnene i Morsø Kommune fået konstateret allergi, mens det tilsvarende tal for 8. klasseselever er 19 %.

Andelen af børn og unge, der af en læge har fået stillet følgende diagnoser (%)

| | Børnehavebørn | | 1. klasse | | 8. klasse | |
|----------------------------|---------------|----|-----------|----|-----------|----|
| | MK | RN | MK | RN | MK | RN |
| Astma/astmatisk bronchitis | 14 | 15 | 10 | 13 | 7 | 9 |
| Allergi | 5 | 6 | 8 | 9 | 19 | 22 |
| (Børne)eksem | 10 | 13 | 18 | 12 | 6 | 8 |

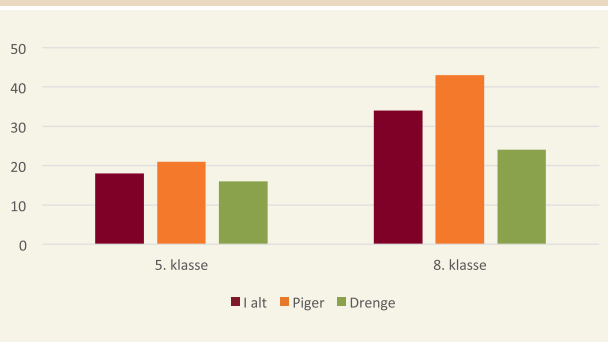
SMERTER

Eleverne er blevet spurgt til, om de har taget smertestillende medicin mindst én gang i løbet af de seneste 14 dage. Af besvarelserne fremgår det, at der er flere 8. klasseselever, der har taget smertestillende medicin end 5. klasseselever, og at forbruget i begge aldersklasser er væsentlig højere blandt piger end blandt drenge.

Således har 43 % af pigerne i 8. klasse i Morsø Kommune taget smertestillende medicin i løbet af de seneste 14 dage.

Tallene for Morsø Kommune ligner tallene på regionsplan.

Andelen af elever i 5. og 8. klasse i Morsø Kommune, der har taget smertestillende medicin mindst én gang i løbet af de seneste 14 dage (%)



Eleverne i 8. klasse er blevet spurgt til, hvor ofte de oplever forskellige smerter eller påvirket humør. Der er store kønsforskelle på, hvor ofte eleverne oplever at være generet af de forskellige ting. En fjerdedel af pigerne svarer, at de dagligt eller flere gange om ugen har smerter i f.eks. nakke eller ryg og en femtedel har flere gange om ugen hovedpine. Tallene for Morsø Kommune ligger på niveau med regionsgennemsnittet.

HELBRED | SMERTER OG VACCINATION

Andelen af elever, der hver dag eller flere gange om ugen har (%)

| | MK | | | RN | | |
|-----------------------------------|------|-------|--------|------|-------|--------|
| | Alle | Piger | Drenge | Alle | Piger | Drenge |
| Hovedpine | 16 | 20 | 12 | 17 | 23 | 12 |
| Mavepine | 11 | 9 | 13 | 9 | 12 | 5 |
| Smerter (fx. ondt i nakke/ryg) | 19 | 23 | 14 | 20 | 26 | 16 |
| Været irriteret / i dårligt humør | 19 | 21 | 17 | 21 | 28 | 14 |

Når det drejer sig om påvirket humør, er der 21 % af pigerne i Morsø Kommune, der dagligt eller flere gange om ugen oplever at være irriteret eller i dårligt humør, mens det samme gælder for 17 % af drengene. Hvilket svarer til regions regionsgennemsnittet.

VACCINATION

Forældrene til børnehavebørn er blevet spurgt, hvorvidt deres børn følger børnevaccinationsprogrammet, og det svarer 100 % af forældrene i Morsø Kommune ja til.



Hvordan har du det?

Sundhedsprofil Morsø Kommune 2017



Udgivet marts 2018 af: Morsø Kommune i samarbejde med Region Nordjylland



4 SCAN KODEN
Find os på nettet: www.mors.dk



Morsø Kommune
Jernbanevej 7
7900 Nykøbing Mors
Tlf.: 99 70 70 00