



THISTED KOMMUNE

Sundhedsprofil for børn og unge

Thisted Kommune 2017



Sundhedsprofil for børn og unge

Thisted Kommune 2017

I Thisted Kommune er børn og unges sundhed og trivsel et højt prioriteret område. Et af de politiske fokusområder i kommunens Sundhedspolitik handler om, at skabe gode rammer og vilkår for alle børn og unge. Der arbejdes målrettet med at sætte så tidligt ind som muligt, hvor vi eksempelvis har udviklet indsatser som allerede starter under graviditeten.

I denne undersøgelse blev der sendt et spørgeskema ud til over 1.200 børn og unge, samt over 1.400 forældre i Thisted Kommune, hvori der blev spurgt til børnenes sundhed. Specielt børnene var flittige til at besvare spørgeskemaet, mens forældrene var mere tilbageholdende. Undersøgelsen giver os dog en god pejling af, hvordan børn og unge lever deres liv og har det både fysisk, psykisk og socialt. Dette er en viden vi har brug for og vil bruge, når vi skal prioritere sundhedsindsatserne på børneområdet i kommunen.

Heldigvis viser resultaterne, at kommunens børn og unge overordnet har det rigtig godt. Dog giver undersøgelsen klarhed over, at der fortsat er områder, hvor ikke alle har det så godt, som vi ønsker. Disse områder kræver derfor handling, hvor vi både vil tilpasse eksisterende indsatser og udvikle nye indsatser, som kan afhjælpe konkrete udfordringer.



Børn og unges sundhed og trivsel er et område, hvor forholdsvis små indsatser kan grundlægge en sund og meningsfuld opvækst, som samtidig har stor betydning for voksenlivet. Mange vaner grundlægges i en tidlig alder, og nogle af disse vaner kan få konsekvenser for den enkeltes sundhed senere i livet. Derfor er det vigtigt, at kommunen arbejder forebyggende og sætter ind på det rigtige tidspunkt, således den gode sundhed og trivsel allerede opnås i en tidlig alder - og gerne inden sygdom indtræffer.

Det gode børneliv handler blandt andet om gode relationer og ikke mindst, et nærmiljø der giver mulighed for både fysisk og social trivsel. Med nærmiljø menes både institutioner, venner og ikke mindst familien. Forældrene er en væsentlig medspiller i forhold til børnenes sundhed og trivsel. Derfor arbejdes der med at få forældrene involveret så tidligt som muligt, således at en adfærd ændring sker i hele familien, og ikke blot for barnet. Jeg vil derfor opfordre forældrene til, at forsøge at være en god rollemodel, og understøtte den sunde livsstil for både dig selv og dit barn.

Med disse ord vil jeg opfordre dig til at læse videre og blive klogere på, hvordan børn og unge har det i Thisted Kommune.

Med venlig hilsen


Borgmester: Ulla Vestergaard

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. Thisted Kommune og hele Region Nordjylland.

Denne pjece præsenterer de væsentligste resultater for Thisted 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 forældrebesvarelserne i 1. klasse.

Når der i pjecen skrives "67 % af eleverne i 8. klasse i Thisted Kommune" betyder det, at 67 % af de besvarelser, vi har fået, angiver et eller andet. Når svarprocenten blandt 8. klasser elever er 75 %, har vi altså ikke statistisk vægtet data for, om vi ville få et lidt andet resultat, hvis de sidste 25 % 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 besvarelser og svarprocent (%)

	TK		RN	
	Antal besvarelser	Svarprocent	Antal besvarelser	Svarprocent
Forældre til børnehavebørn	239	23	4587	29
Forældre til 1. klasseselever	47	12	1350	24
Elever i 1. klasse	272	69	3461	62
Elever i 5. klasse	275	63	4142	73
Elever i 8. klasse	317	75	3393	69

Af pladshensyn er Thisted Kommune i tabeller og grafer forkortet til TK 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 | BØRNS 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 79 % af børnene i Thisted Kommune har det rigtig godt i institutionen, og det ligger lidt over regionstallet, hvor 72 % angiver at have det rigtig godt. Når det handler om at have det godt derhjemme, svarer 94 % af forældrene til børnehavebørn i Thisted Kommune, at deres barn har det rigtig godt i hjemmet. Også dette tal er over regionstallet.

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

	1. klasse		5. klasse		8. klasse	
	TK	RN	TK	RN	TK	RN
I skolen	-	65	52	52	48	45
Derhjemme	-	74	84	81	72	71
Med vennerne/i fritiden	-	69	78	74	75	71

Som det fremgår af tabellen, er elevernes trivsel i skolen størst i 1. klasse og falder støt til 8. klasse, hvor kun 48 % af eleverne i Thisted Kommune angiver at have det rigtig godt. Der er dog yderligere 48 % af eleverne, der angiver, at de har det rimelig godt og kun meget få, der svarer, at de 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



TRIVSEL | RELATIONER OG MOBNING

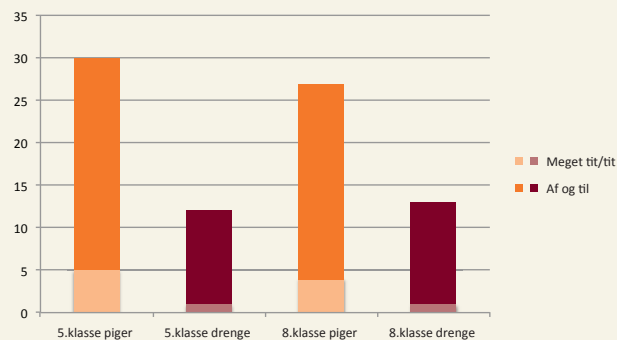
RELATIONER

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

De fleste børn og unge i Thisted Kommune har enten en ven eller en voksen at tale med, når noget er svært. Kun 3 % af eleverne i 5. og 8. klasse svarer, at de ikke har nogen voksne at tale med, hvis noget går dem på eller gør dem kede af det. Og for både 5. og 8. klasses elever gælder det, at 4 % siger, at de ikke har venner at snakke med, hvis noget går dem på.

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 30 % af pigerne i 5. klasse og 27 % af pigerne i 8. klasse. På regionsplan er tallet for 8. klasse højere end tallet for 5. klasse.

Andelen af elever i Thisted Kommune, 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. Her er der store kønsforskelle. Der er f.eks. 27 % af pigerne, der ofte eller en gang imellem føler sig isoleret fra

andre og 33 % af pigerne, der ofte eller en gang imellem savner nogen at være sammen med. Tallene i Thisted Kommune ligner under 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	
	TK	RN	TK	RN
Ikke mobbet	87	83	92	90
1 - 2 gange	8	12	6	7
2 - 3 gange eller oftere	5	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 Thisted Kommune ligger på regionsgennemsnittet.

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 86 % af eleverne i 5. klasse og 84 % af eleverne i 8. klasse, at det aldrig er sket. 3 % af eleverne i både 5. klasse og 8. klasse har oplevet det 2-3 gange om måneden eller oftere. Tallene for Thisted Kommune ligger på niveau med regionsgennemsnittet for 5. klasse men lidt under for 8. 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 Thisted Kommune ligner tallene for hele regionen.

Når det drejer sig om andelen af elever, der går i fritids- eller ungdomsklub, svarer 37 % af 5. klasses eleverne i Thisted, at de gør det mindst én gang om ugen, mens det tilsvarende tal er 8 % i 8. klasse.

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

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

FOR MEGET AT SE TIL

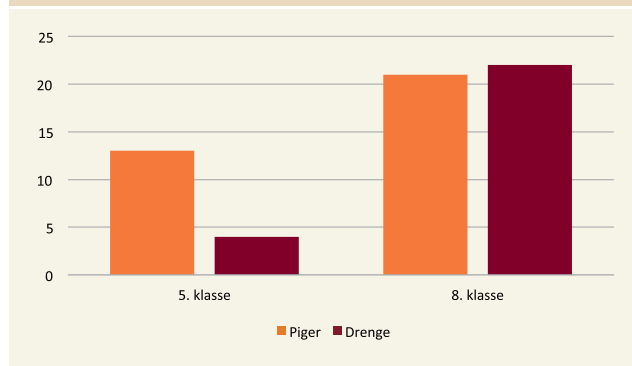
Der har over en længere årrække været meget fokus på stress. Stress er kroppens alarmberedskab, der sætter ind, når man er udsat for en eller anden form for belastning. Man skelner typisk mellem to former for stress: kortvarig stress og langvarig stress. Kortvarig stress vil oftest opfattes som positiv, 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 uoverskueligt, kan det udvikle sig til langvarig stress, som 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 Thisted Kommune er der i 5. klasse 9 % der svarer ja, mens det i 8. klasse gælder 21 %.

I 5. klasse er der noget flere drenge end piger, der svarer bekræftende på spørgsmålet, mens der ikke er den store kønsforskel i 8. klasse. Tallene for Thisted Kommune er under tallene for regionsplan, og især pigerne i 5. klasse ligger væsentlig under regionsgennemsnittet på 14 %.

Andelen af elever i Thisted 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. 26 % 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" (%)

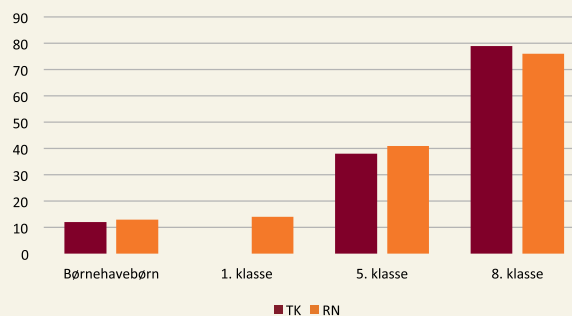
	TK	RN
Børnehavebørn	5	4
5. klasse	20	18
8. klasse	26	28

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 Thisted Kommune, at det sker hver dag eller flere gange om ugen, mens det samme kun gør sig gældende for 15 % af drengene. Derudover er der 33 % 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 lige så mange piger som 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 12 %, der hver dag eller flere gange om ugen har en skærm i sengen lige inden sengetid. Tallene for Thisted Kommune ligger på linje med regionsgennemsnittet.

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



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	
	TK	RN	TK	RN
Børnehavebørn	78	75	66	65
1. klasse	-	57	-	61
5. klasse	49	45	45	42
8. klasse	33	33	30	38

Både på 5. og 8. klassetrin er der kønsforskel. F.eks. spiser 34 % af pigerne i 8. klasse i Thisted Kommune grøntsager hver dag, mens det samme kun gør sig gældende for 25 % af drengene. Tallene ligger i Thisted Kommune på linje med regionsniveauet.

Anbefalingen om, at børn ikke bør spise slik hver dag, efterleves af de fleste. For børnehavebørn og elever i 5. klasse 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 10 %.

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 14 %, for 5. årgang 15 % og for 8. årgang 18 %. Både for slik og søde drikke ligger tallene for Thisted 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 13 % 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	
	TK	RN	TK	RN	TK	RN
Hver dag	87	86	89	86	74	72
Nogle dage	10	12	8	10	13	16
Sjældnere / aldrig	3	2	3	4	13	13

Eleverne i 8. klasse er blevet spurgt til, om de drikker energidrikke. 78 % af eleverne i Thisted Kommune svarer, at de aldrig drikker energidrikke. Der er dog stor kønsforskel, for 91 % af pigerne drikker aldrig energidrikke, mens det tilsvarende tal for drengene er 63 %. 3 % i alt svarer, at de drikker energidrikke flere gange om ugen. Det drejer sig om 6 % af drengene og kun 1 % af pigerne. Tallene ligger på niveau med 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 Thisted Kommune bevæger sig hver dag eller næsten hver dag så meget, at de bliver svedige eller forpustede. Andelen falder dog med alderen fra 79 % blandt børnehavebørnene til 56 % 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 (%)

	TK	RN
Børnehavebørn	79	77
5. klasse	65	65
8. klasse	56	57

I Thisted Kommune angiver 9 % af eleverne i 5. og 8. klasse, at de ikke bevæger sig så meget men primært har stillesiddende aktiviteter, altså er fysisk inaktive.

Dette ligger på linje med regionsgennemsnittet.

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

	5. klasse		8. klasse	
	TK	RN	TK	RN
Dyrker meget sport træner flere gange om ugen	51	51	44	48
Dyrker en del sport – træner en gang om ugen + dagligdagsaktivitet	25	26	23	20
Går ikke til sport men bevæger sig en del	15	16	25	21
Bevæger sig ikke så meget – foretrækker stillesiddende aktiviteter	9	8	9	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.

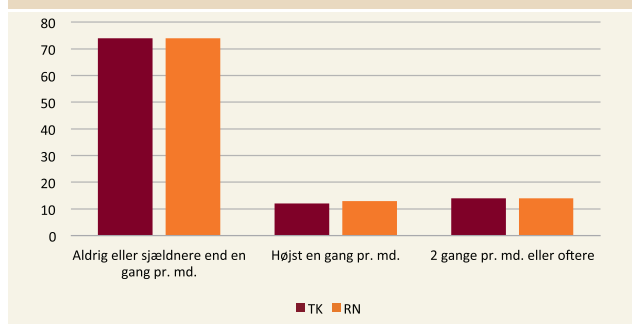
For unge er alkohol først og fremmest en risikofaktor, fordi alkohol påvirker udviklingen af hjernen. Beruselsen kan få konsekvenser for sociale kompetencer, risikovurdering og impuls kontrol, og kan derfor føre til skændrier, vold, uønsket sex eller ulykker.

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 66 % af eleverne i 8. klasse i Thisted Kommune, at de angiver, at de har prøvet at drikke alkohol. Af dem, er der dog 25 %, der svarer, at de ikke har drukket en hel genstand. Størstedelen af eleverne, nemlig 74 %, drikker aldrig eller sjældnere end en gang om måneden alkohol, men der er også 14 % af eleverne i 8. klasse, der drikker alkohol mindst to gange om måneden.

I Thisted Kommune er flere drenge end piger, der drikker flere gange om måneden, således angiver 17 % af drengene og 12 % af pigerne, at de drikker 2 eller flere gange om måneden. Gennemsnittet i Thisted Kommune ligner regionsgennemsnittet.

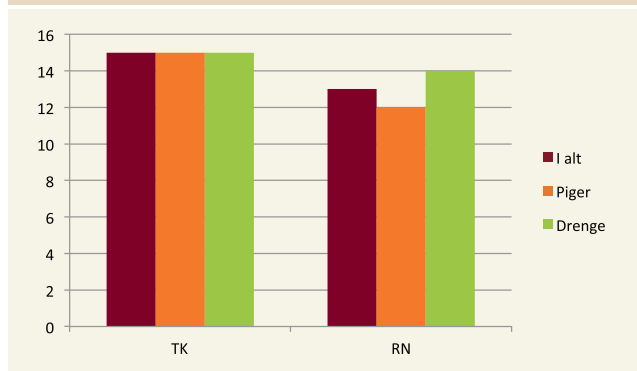
Andelen af 8. klasseselever i Thisted Kommune, ift. hvor ofte de drikker noget, der indeholder alkohol (%)



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 i Thisted Kommune for lige mange drenge som piger. Samlet set ligger tallet for Thisted Kommune på linje med regionstallet

LIVSSTILSVANER | ALKOHOL OG RYGNING

Andelen af alle unge i 8. klasse i Thisted 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 Thisted Kommune giver 41 % af eleverne i 8. klasse udtryk for, at de må drikke for deres forældre. Dette ligger på linje med regionsgennemsnittet 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 Thisted Kommune svarer, at de ryger cigaretter og 2 % ryger e-cigaretter. Der er også 1 %, der ryger vandpibe, mens stort set ingen unge svarer ja til at bruge snus. Tilsvarende tal findes på regionsplan.

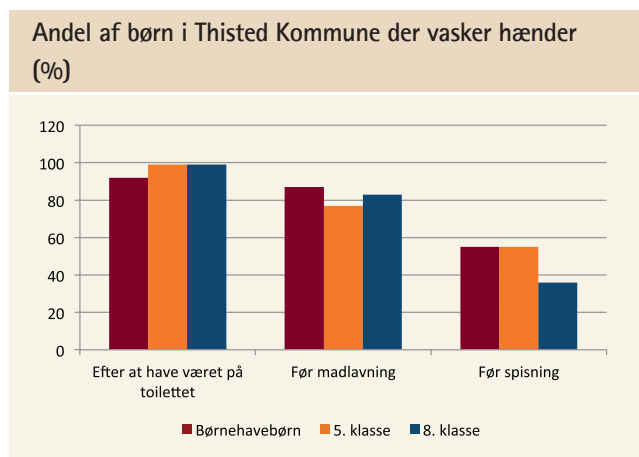
Forældrene til børn i børnehave samt 8. klasses elever er blevet spurgt, om der ryges indenfor i hjemmet. Stort set alle forældre svarer nej, mens 10 % af eleverne i 8. klasse angiver, at der dagligt bliver røget indendørs i hjemmet.

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.



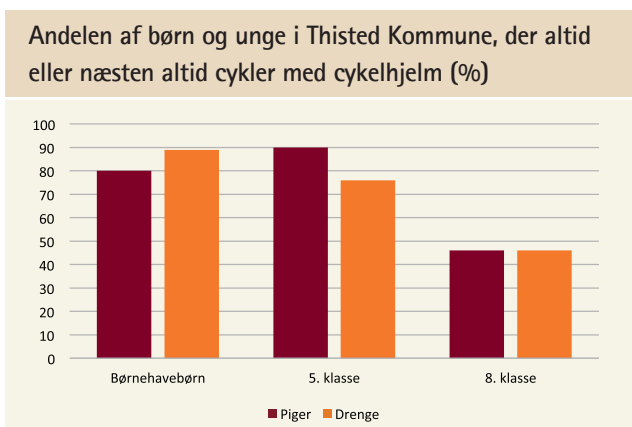
Undersøgelsen viser, at stort set alle børn og unge vasker hænder efter toiletbesøg. Der er en tendens til, at de lidt større børn slækker lidt med at vaske hænder inden madlavning og før spisning.

CYKELHJELM

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

Jo ældre børnene bliver, jo større er risikoen for, at de smider hjelmen. I Thisted Kommune kan det også ses, at der er flere drenge end piger i 5. klasse, der stadig kører med cykelhjelme.

I 8. klasse er der i alt 46 % i Thisted Kommune, der altid eller næsten altid cykler med cykelhjelme, hvilket ligger på linje med 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 bronkitis 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 4 % af børnehavebørnene i Thisted Kommune fået konstateret allergi, mens det tilsvarende tal for 8. klasseselever er 18 %.

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

	Børnehavebørn		1.klasse		8. klasse	
	TK	RN	TK	RN	TK	RN
Astma/astmatisk bronkitis	14	15	-	13	7	9
Allergi	4	6	-	9	18	22
(Børne)eksem	17	13	-	12	7	8

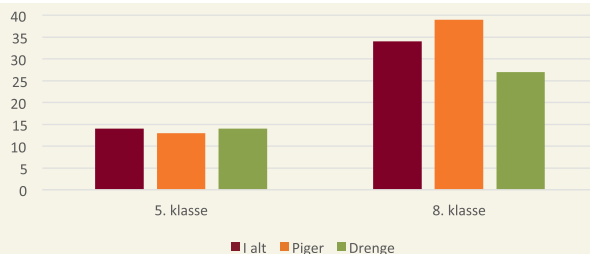
SMERTER

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 8. klasse er noget højere blandt piger end blandt drenge.

Således har 39 % af pigerne i 8. klasse i Thisted Kommune taget smertestillende medicin i løbet af de seneste 14 dage.

Tallene for Thisted Kommune ligner tallene på regionsplan.

Andelen af elever i 5. og 8. klasse i Thisted Kommune, der har taget smertestillende piller 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 betydelige kønsforskelle på, hvor ofte eleverne oplever at være generet af de forskellige ting. 18 % af pigerne svarer, at de dagligt eller flere gange om ugen har smerter i f.eks. nakke eller ryg og 15 % har flere gange om ugen hovedpine. Tallene for Thisted Kommune ligger for drengenes vedkommende på niveau eller lidt under regionsgennemsnittet, mens det for pigernes vedkommende ligger meget under regionsniveauet.

HELBRED | SMERTER OG VACCINATION

Andelen af elever i 8. klasse, der hver dag eller flere gange om ugen har (%)

	TK			RN		
	Alle	Piger	Dreng	Alle	Piger	Dreng
Hovedpine	13	15	12	17	23	12
Mavepine	6	8	4	9	12	5
Smerter (fx. ondt i nakke/ryg)	16	18	13	20	26	16
Været irriteret / i dårligt humør	14	15	12	21	28	14

Når det drejer sig om påvirket humør, er der 15 % af pigerne i Thisted Kommune, der dagligt eller flere gange om ugen oplever at være irriteret eller i dårligt humør, mens det samme gælder for 12 % af drengene. Hvor tallet for drengene ligner regionsgennemsnittet er det væsentlig lavere for pigerne.

VACCINATION

Forældrene til børnehavebørn er blevet spurgt, hvorvidt deres børn følger børnevaccinationsprogrammet, og det svarer 97 % af forældrene i Thisted Kommune ja til.



Hvordan har du det?

Sundhedsprofil Thisted Kommune 2017



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



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



THISTED KOMMUNE
Asylgade 30
7700 Thisted