



Stine Christensen
Jesper Søndergaard Brødløs

**RESULTATER FRA DEN REGIONALE
SUNDHEDSPROFIL 2021**



REGION NORDJYLLAND
– i gode hænder



AGENDA

- Om undersøgelsen – *Hvordan har du det?*
- De overordnede konklusioner
- Emma og Emil - de 16-24-årige
- Louise og Martin – de 25-44-årige
- Heidi og Lars – de 45-64-årige
- Else og Erik – de 65+-årige
- Multisygdom
- Social ulighed i sundhed
- Adgang til resultater





OM UNDERSØGELSEN

Formålet med undersøgelsen

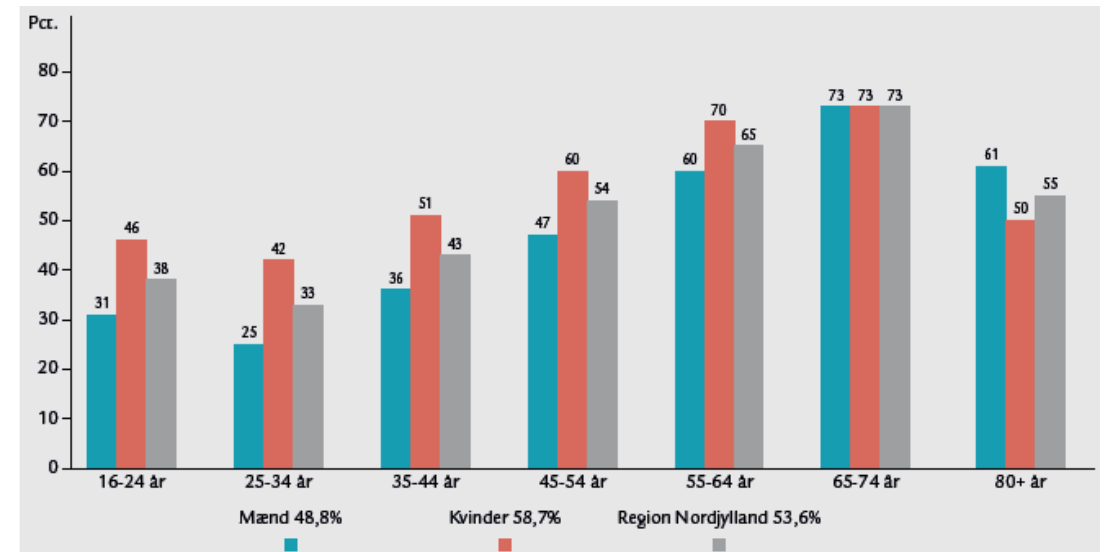
Foretages hvert fjerde år

Beskrivelse af stikprøven

Tværsnitsundersøgelse

Vægtning

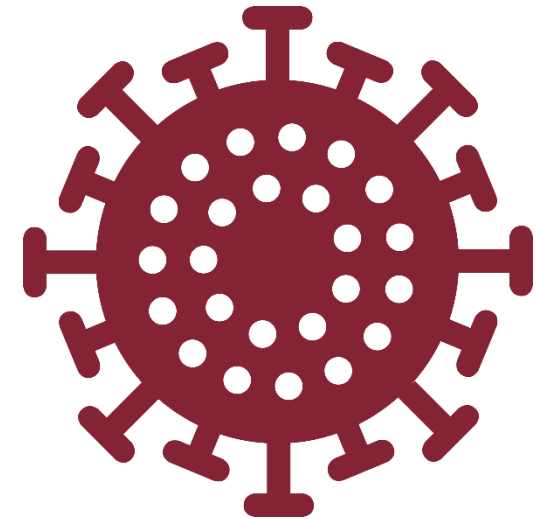
Signifikanstest





DATAINDSAMLING UNDER COVID-19-PANDEMIEN

- Data er indsamlet under COVID-19-pandemien, hvor hverdagen var anderledes, end hvad vi har været vant til.
- Vi har fået svar på det, vi har spurgt om
- Tendenserne holder





SUNDHEDSAFTALEN 2019

Grundlag for samarbejde mellem nordjyske kommuner og Region Nordjylland samt almen praksis

Fem pejlemærker:

1. Styrket samarbejde med fokus på kerneopgaver og sundhedstilbud tæt på borgerne
2. Bedre forløb og resultater med borgerne som aktive samarbejdsparter
3. Større lighed i sundhed
4. Øget mental sundhed og trivsel er grundlaget for gode leveår
5. Mindre rygning vil give flere raske leveår





DE OVERORDNEDE KONKLUSIONER

- Det går den forkerte vej med den mentale sundhed
- Der er fortsat udbredt ulighed i sundhed
- Alkoholindtaget er faldende (men vi har stadig verdensrekorder)
- Færre ryger
- Fysisk inaktivitet i fritiden





STRUKTUR



- Fire aldersgrupper (16-24 år, 25-44 år, 45-64 år og 65+ år)
- Tre emner:
 - Helbred og sygelighed
 - Mental sundhed og trivsel
 - Livsstilsvaner og risikoadfærd



16-24 ÅR

Emma og Emil





KARAKTERISTIK 16-24-ÅRIGE

- Dårligt og forværret mental sundhed og trivsel
- De unge piger scorer negativt på alle spørgsmål om trivsel
- Usund kost (særligt unge mænd) og fysisk inaktivitet er allerede en udfordring i denne aldersgruppe



16-24 ÅR: HELBRED OG SYGELIGHED

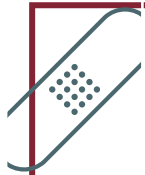
EMMA



Dårligt selv vurderet
helbred 11%. < gns.,
Stigning fra 2010



Kronisk sygdom 61%.
Svarer til 16.800
kvinder



Tre sygdomme med
højest forekomst:
allergi, migræne,
psykisk lidelse

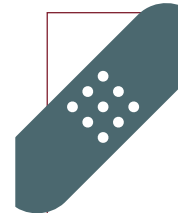


Meget generet af
hovedpine de seneste
14 dage 16%. > gns.

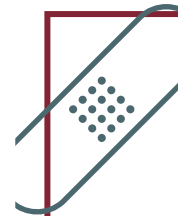
EMIL



Dårligt selv vurderet
helbred 9%. < gns.
Stigning fra 2010



Kronisk sygdom 48%,
svarer til 13.000 mænd



Tre sygdomme med
højest forekomst: allergi,
tinnitus og psykisk lidelse



16-24 ÅR: MENTAL SUNDHED OG TRIVSEL

EMMA



Høj stressscore 44%.
> gns. Stigning fra
2017



Ensomhed 24%.
>gns. Stigning fra
2017



Generet af nervøsitet,
uro, angst 19%.
Stigning fra 2017



Selvverd og
forventningspres –
særlig udfordring for
de unge kvinder

EMIL



Høj stressscore 30%.
= gns. Stigning fra
2017



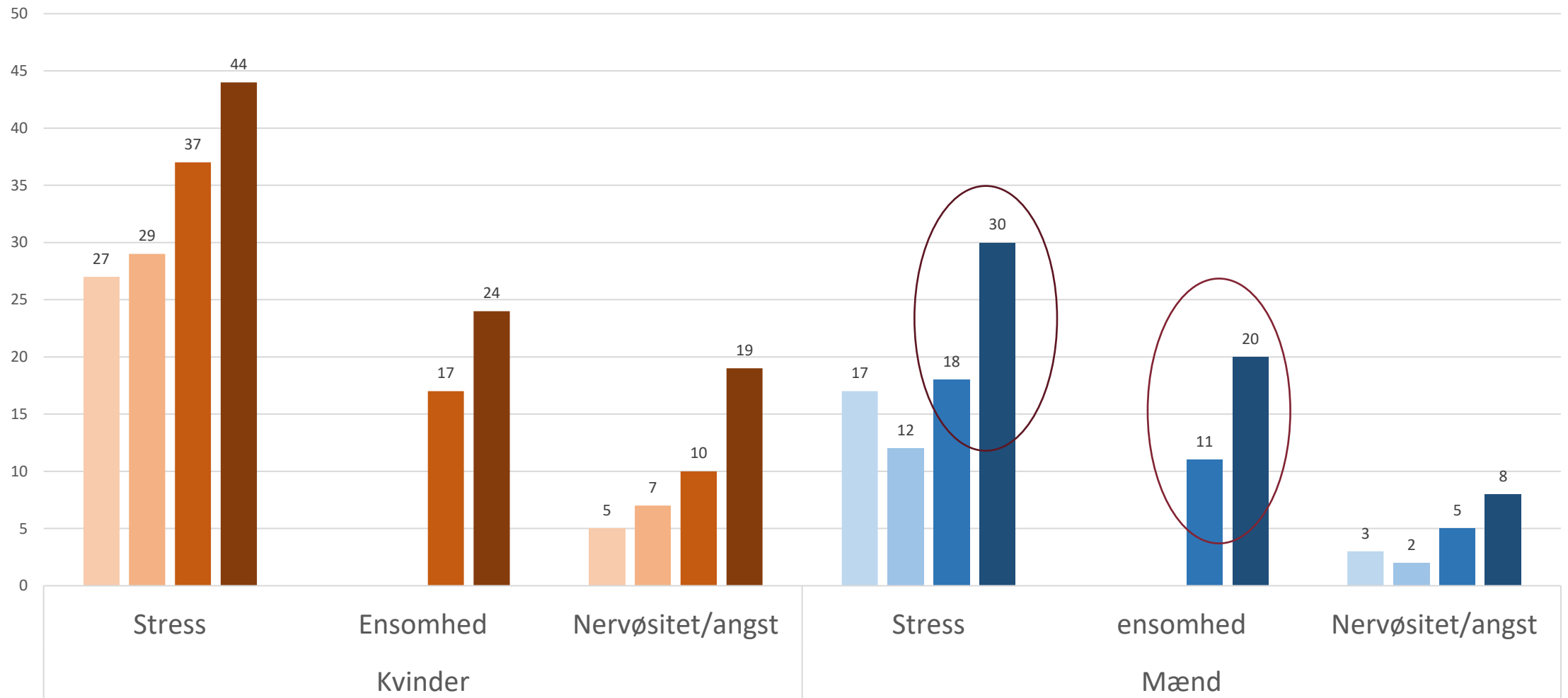
Ensomhed 20%.
>gns. Stigning fra
2017



Generet af nervøsitet,
uro, angst 8%.
Stigning fra 2017

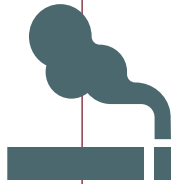


16-24 ÅR: UDVIKLING I STRESS, ENSOMHED, NERVØSITET/ANGST FRA 2010-2021

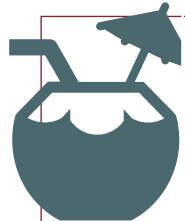


16-24 ÅR: LIVSSTILSVANER OG RISIKOADFÆRD

EMMA



Ryger dagligt: 8%. < gns.
fald fra 2010



Driker mere end 10
genstande om ugen 12%.
= gns. Fald fra 2010



Fysisk inaktivitet 21%.
= gns. Stigning fra 2010

EMIL



Ryger dagligt
7%. < gns.
Halvering fra 2017 –
obs nikotinprodukter



Driker mere end 10
genstande om ugen
18%. >gns. Fald fra
2010 og 2017



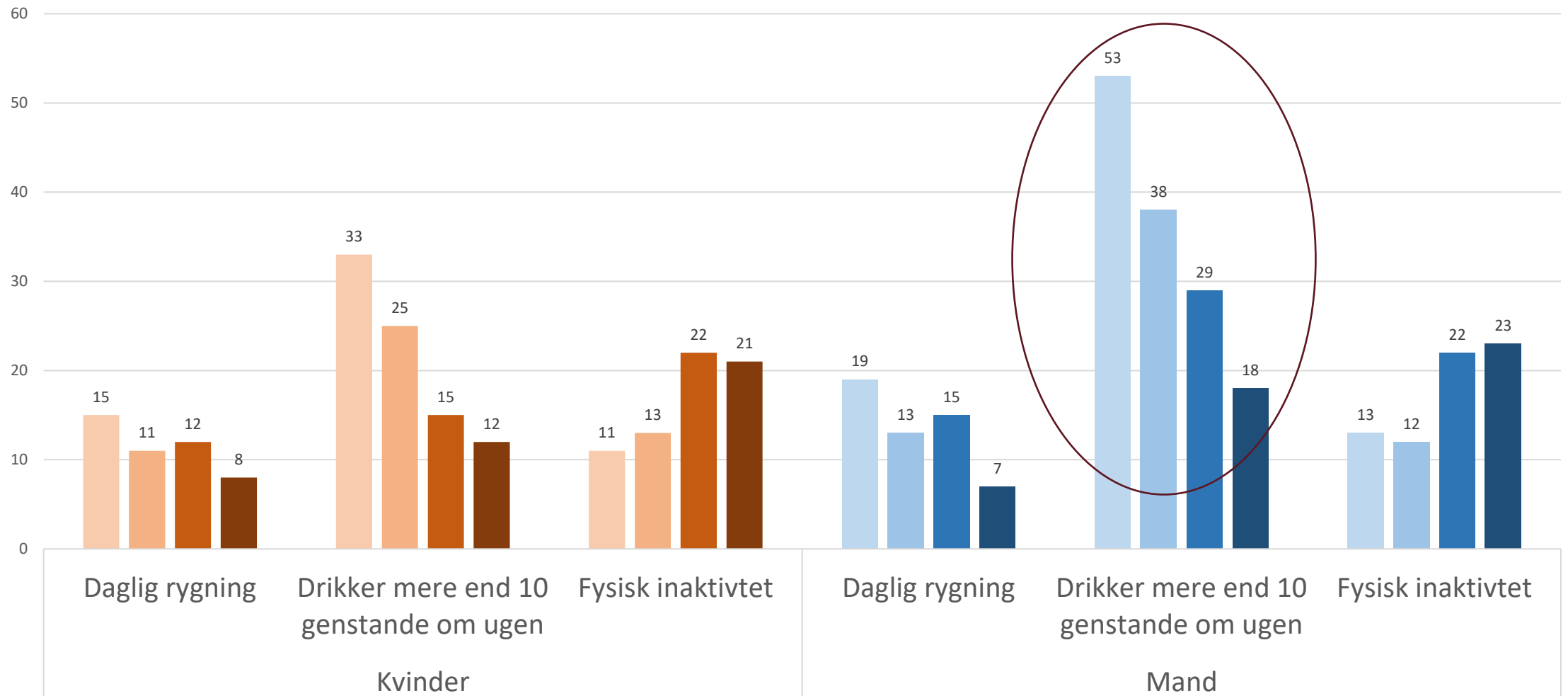
Hash mindst 10
gange på 12 mdr.
5%. > gns.



Fysisk inaktivitet
23%. = gns. Stigning
fra 2010



16-24 ÅR: UDVIKLING I LIVSSTILSVANER FRA 2010-2021



16-24 ÅR: LIVSSTILSVANER OG RISIKOADFÆRD - FORTSAT

EMMA



Svær overvægt 9%.
< gns. Ingen
udvikling



Undervægt 16-19 år:
8% 20-24 år: 4% >
gns.



Usundt kostmønster
19%. = gns.



Dårlig søvnkvalitet
16%. = gns. Ingen
udvikling

EMIL



Svær overvægt 8%.
< gns. Ingen
udvikling.



Undervægt 16-19 år:
9%, 20-24 år: 5%, >
gns.



Usundt kostmønster
32%. > gns.



Dårlig søvnkvalitet
10%. < gns. Ingen
udvikling



25–44 ÅR

Louise og Martin





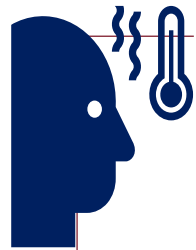
KARAKTERISTIK 25-44-ÅRIGE

- Stigende dårlig trivsel
- Rygning = gennemsnit
- Kvinderne drikker mindre
- Større andel af kvinderne har svær overvægt
- Stigning i fysisk inaktivitet

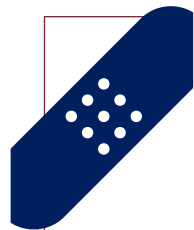


25-44 ÅR: HELBRED OG SYGELIGHED

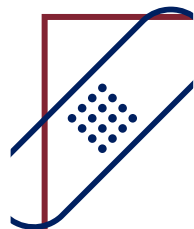
LOUISE



Dårligt selv vurderet
helbred 16%. = gns.
Stigning fra 2010

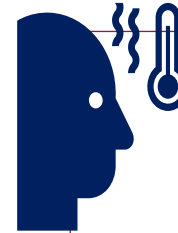


Kronisk sygdom 67%.
Svarer til 40.300 kvinder

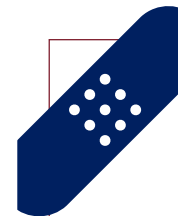


Tre sygdomme med højest
forekomst:
migræne/hovedpine, allergi
og psykisk lidelse

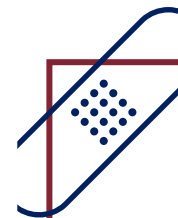
MARTIN



Dårligt selv vurderet
helbred 13%. < gns.
Stigning fra 2010



Kronisk sygdom 56%,
svarer til 32.300 mænd



Tre sygdomme med højest
forekomst: allergi,
migræne/hovedpine og
psykisk lidelse

25-44 ÅR: MENTAL SUNDHED OG TRIVSEL

LOUISE



Høj stressscore 37%.
> gns. Stigning fra
2010 og 2017



Ensomhed 18%.
>gns. Stigning fra
2017



Generet af nervøsitet,
uro, angst 12%.
Stigning fra 2010 og
2017

MARTIN



Høj stressscore 29%.
= gns. Stigning fra
2010 og 2017



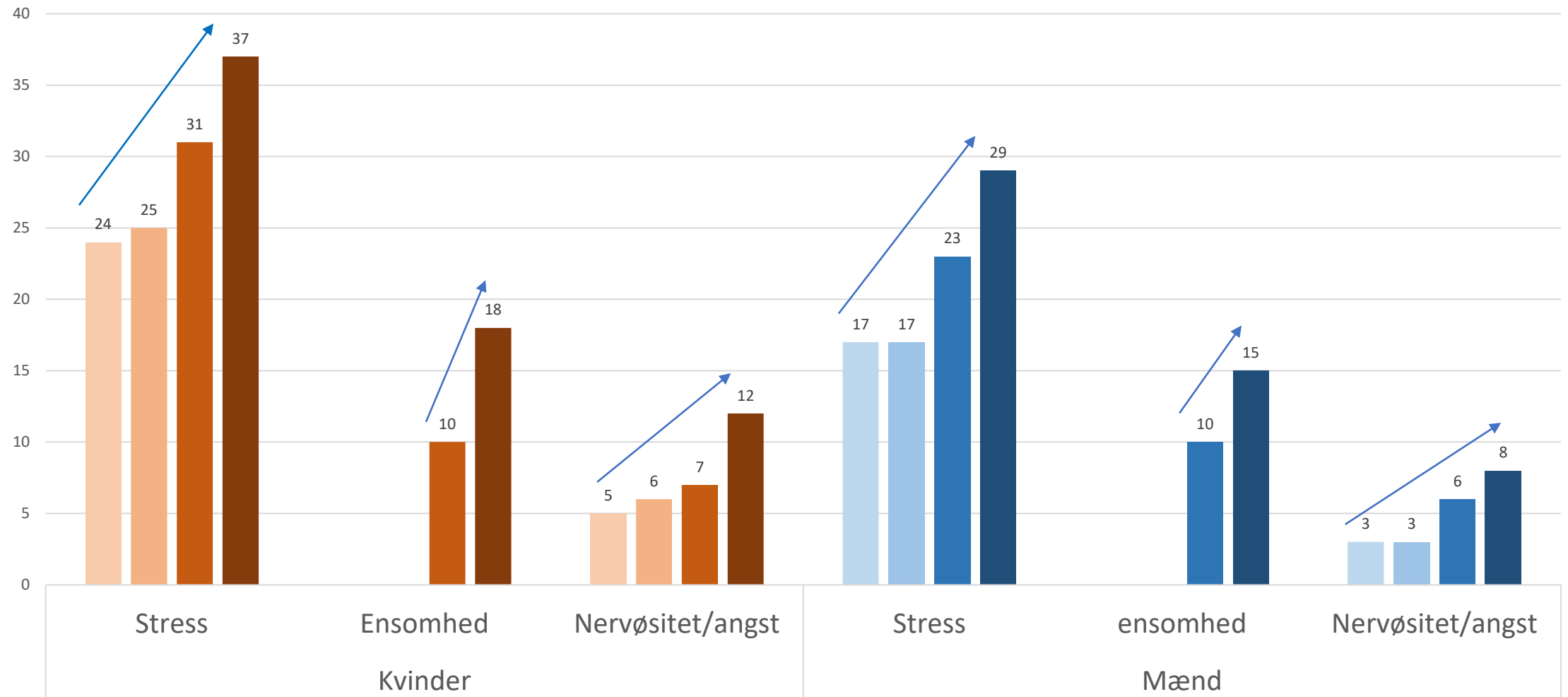
Ensomhed 15%.
= gns. Stigning fra
2017



Generet af nervøsitet,
uro, angst 8%.
Stigning fra 2010



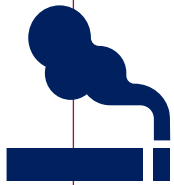
25-44 ÅR: UDVIKLING I STRESS, ENSOMHED, NERVØSITET/ANGST FRA 2010-2021



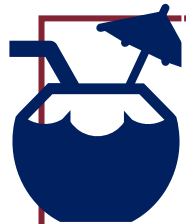


25-44 ÅR: LIVSSTILSVANER OG RISIKOADFÆRD

LOUISE



Ryger dagligt 15%.
= gns. Fald fra 2010.

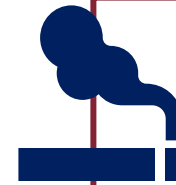


Drikker mere end 10
genstande om ugen 3%,
< gns. Fald fra 2010.

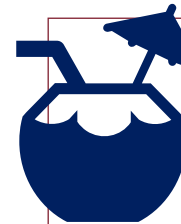


Fysisk inaktivitet 21%.
= gns. Stigning fra 2010

MARTIN



Ryger dagligt 15%.
= gns. Fald fra 2010 og
2017.



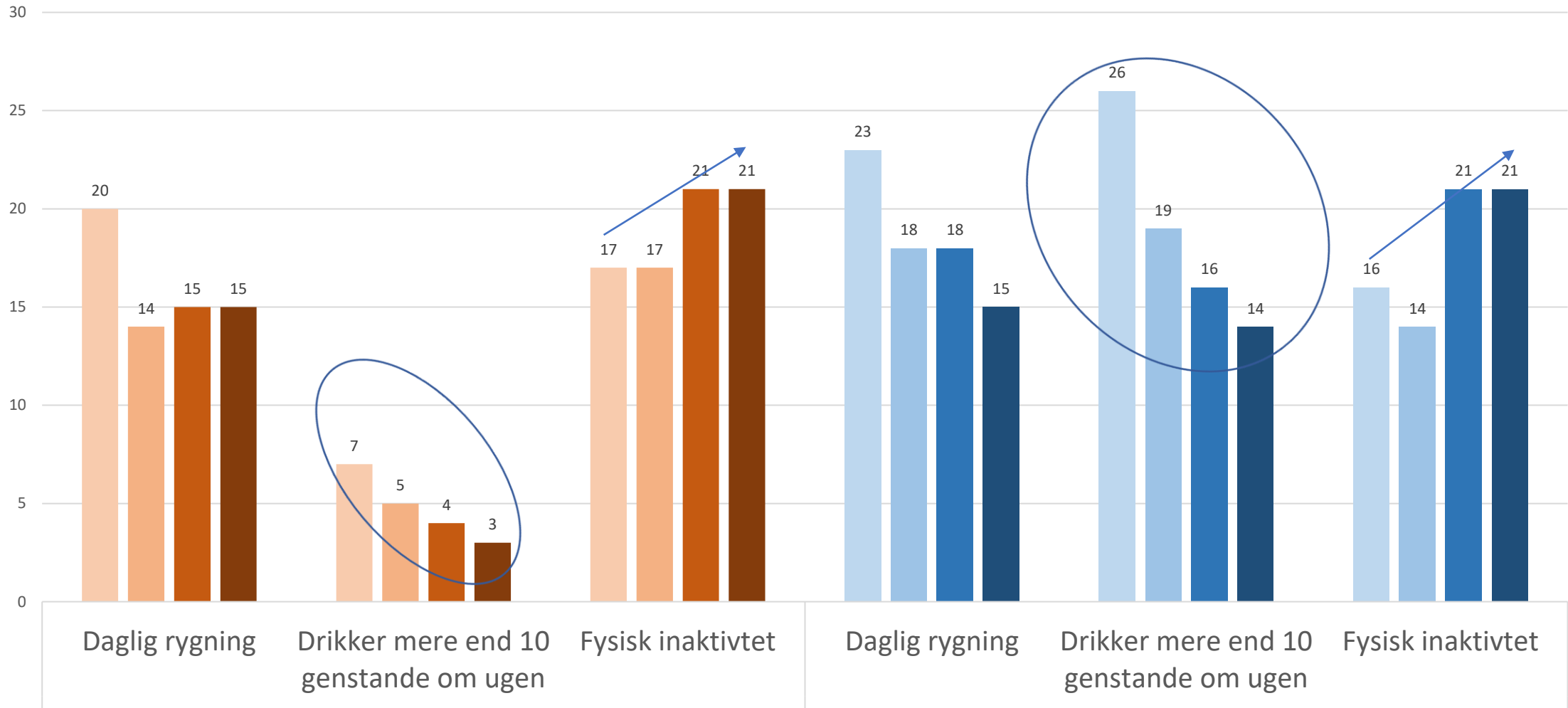
Drikker mere end 10
genstande om ugen 14%.
= gns. Fald fra 2010.



Fysisk inaktivitet 21%.
= gns. Stigning fra 2010.



25-44 ÅR: UDVIKLING I LIVSSTILSVANER FRA 2010-2021



25-44 ÅR: LIVSSTILSVANER OG RISIKOADFÆRD - FORTSAT

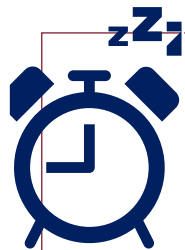
LOUISE



Svær overvægt 26%.
> gns. Stigning fra 2010
og 2017.



Usundt kostmønster
17%. < gns.



Dårlig søvnkvalitet 19%.
= gns. Ingen ændring.

MARTIN



Svær overvægt 21%.
= gns. Stigning fra 2010.



Usundt kostmønster
28%. > gns.



Dårlig søvnkvalitet 13%.
= gns. Ingen ændring.



45–64 ÅR

Heidi og Lars





KARAKTERISTIK 45-64-ÅRIGE

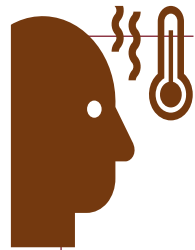
- Kønnene ligner hinanden
- Tæt på gennemsnittet
- Mindre præget af dårlig trivsel
- Nye sygdomme kommer til psykisk lidelse røget ud af top tre
- Usundt kostmønster alkoholindtag højere end gennemsnittet blandt mændene



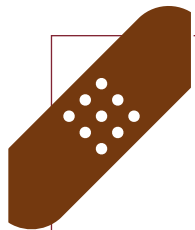


45-64 ÅR: HELBRED OG SYGELIGHED

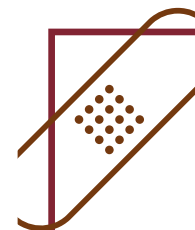
HEIDI



Dårligt selv vurderet
helbred 21%. > gns.,
Stigning fra 2010



Kronisk sygdom 78%,
svarer til 54.700 kvinder

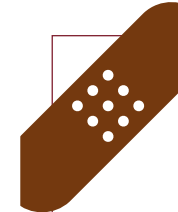


Tre sygdomme med højest
forekomst: slidgigt,
migræne/hovedpine og
allergi

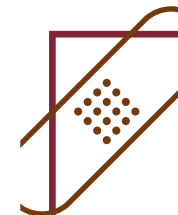
LARS



Dårligt selv vurderet
helbred 18%. = gns. Ingen
udvikling



Kronisk sygdom 74%,
svarer til 52.700 mænd



Tre sygdomme med højest
forekomst: forhøjet blodtryk,
slidgigt og tinnitus

45-64 ÅR: MENTAL SUNDHED OG TRIVSEL

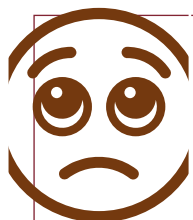
HEIDI



Høj stressscore 28%.
= gns. Stigning fra
2010 og 2017



Ensomhed 9%. < gns.
Stigning fra 2017

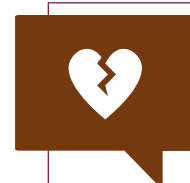


Generet af nervøsitet,
uro, angst 7%.
Stigning fra 2017

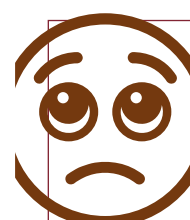
LARS



Høj stressscore 21%.
< gns. Stigning fra
2010



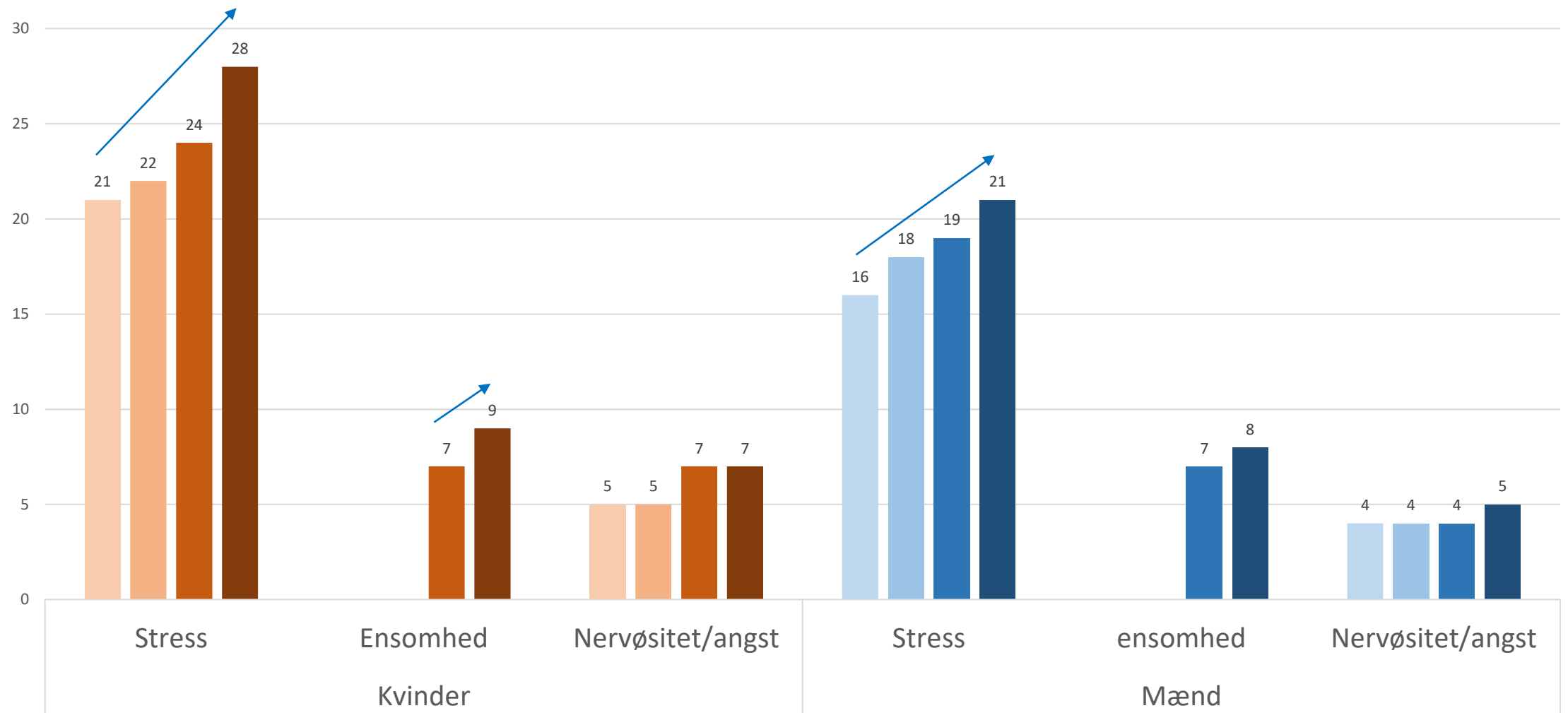
Ensomhed 8%. < gns.
Ingen udvikling



Generet af nervøsitet,
uro, angst 5% . Ingen
udvikling.

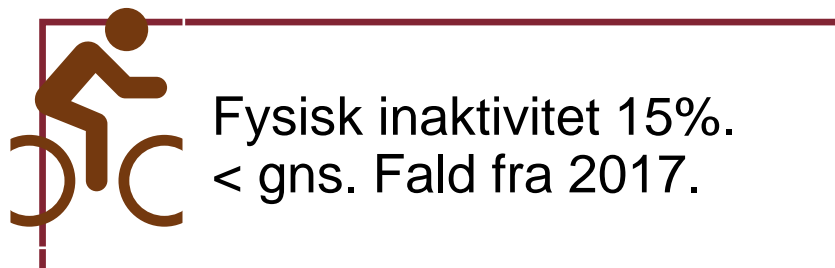
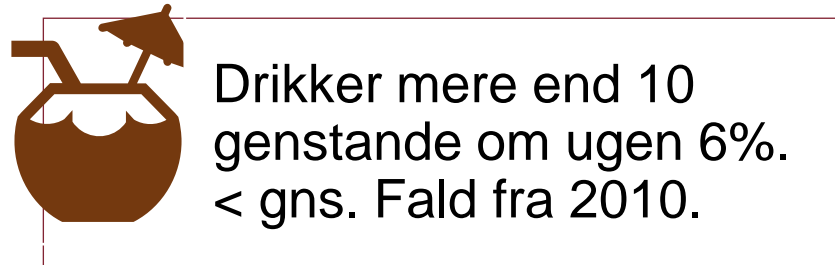


45-64 ÅR: UDVIKLING I STRESS, ENSOMHED, NERVØSITET/ANGST FRA 2010-2021

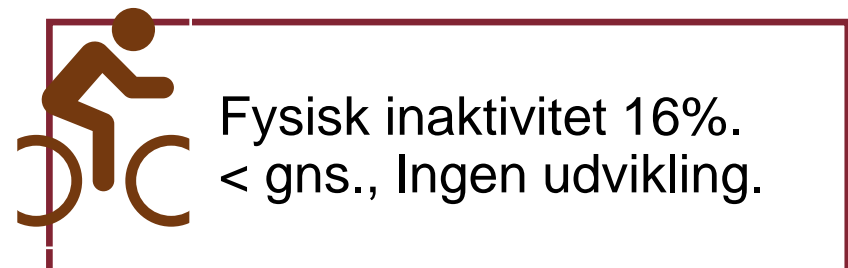
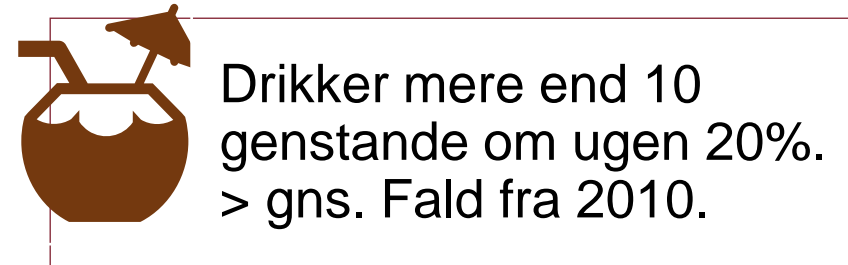


45-64 ÅR: LIVSSTILSVANER OG RISIKOADFÆRD

HEIDI

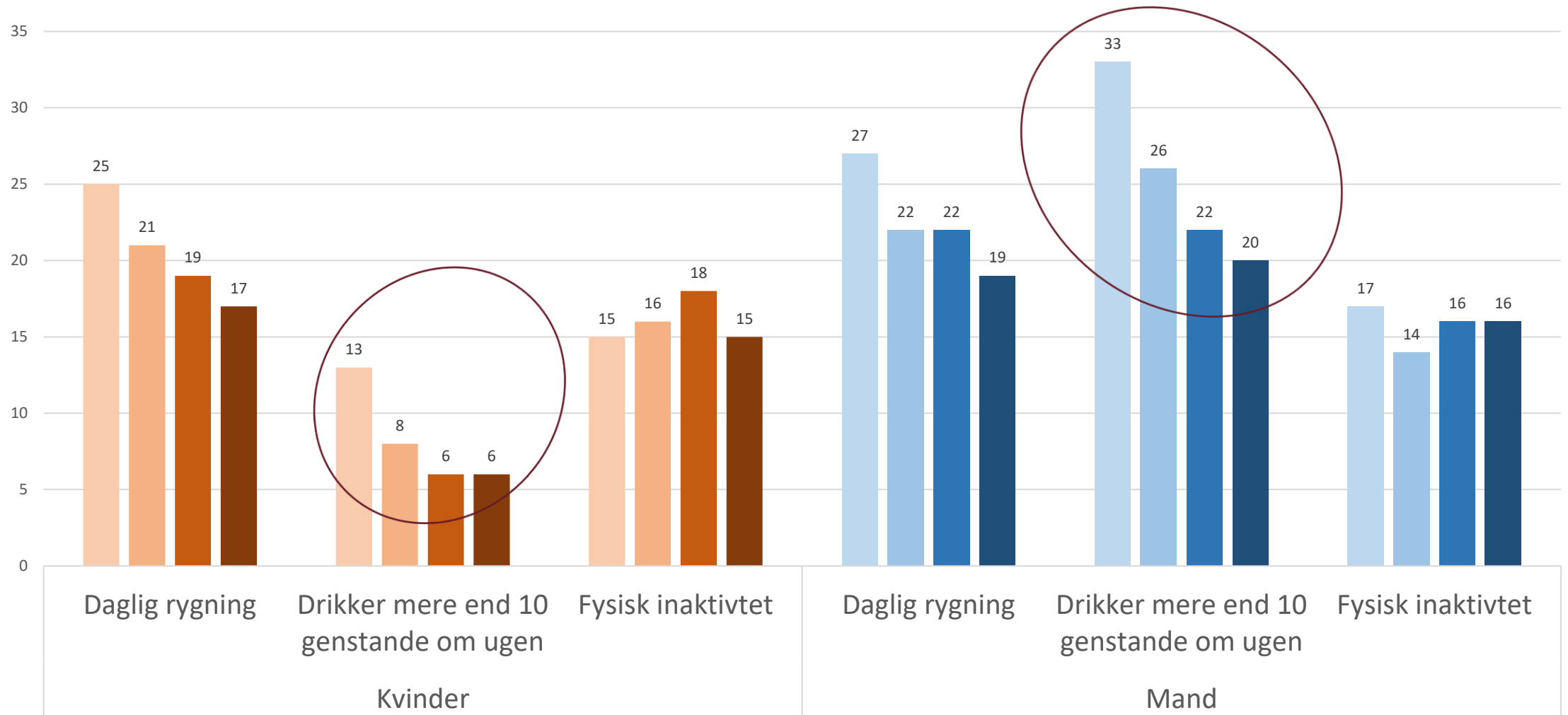


LARS





45-64 ÅR: UDVIKLING I LIVSSTILSVANER FRA 2010-2021



45-64 ÅR: LIVSSTILSVANER OG RISIKOADFÆRD - FORTSAT

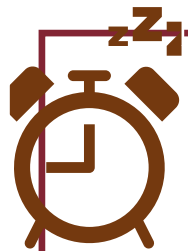
HEIDI



Svær overvægt
25%. > gns.
Stigning fra 2010.



Usundt kostmønster
14%. < gns.



Dårlig søvnkvalitet
24%. > gns. Ingen
ændring.

LARS



Svær overvægt
26%. > gns.
Stigning fra 2010.



Usundt kostmønster
26%. > gns.



Dårlig søvnkvalitet
17%. = gns. Ingen
ændring



65+ ÅR

Else og Erik





KARAKTERISTIK 65+

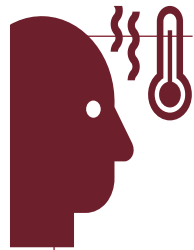
- De fleste har en kronisk sygdom
- Nye, aldersbetingede sygdomme kommer til
- Bedre trivsel end de yngre aldersgrupper
- Hver fjerde mand drikker mere end 10 genstande om ugen



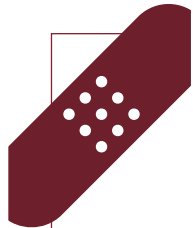


65+ ÅR: HELBRED OG SYGELIGHED

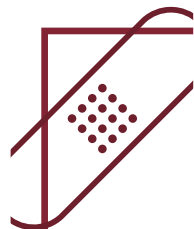
ELSE



Dårligt selv vurderet
helbred 23%. > gns.
Fald fra 2010



Kronisk sygdom 89%,
svarer til 45.000 kvinder

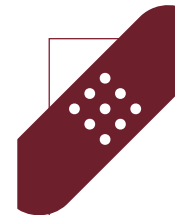


Tre sygdomme med højest
forekomst: slidgigt, forhøjet
blodtryk og knogleskørhed

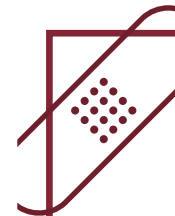
ERIK



Dårligt selv vurderet
helbred 21%. > gns.
Ingen udvikling



Kronisk sygdom 84%,
svarer til 45.300 mænd



Tre sygdomme med højest
forekomst: forhøjet blodtryk,
slidgigt og tinnitus



65+ ÅR: MENTAL SUNDHED OG TRIVSEL

ELSE



Høj stressscore 25%.
< gns. Stigning fra
2017.



Ensomhed 9%. < gns.
Stigning fra 2017.



Generet af nervøsitet,
uro, angst 5%. Ingen
udvikling.

ERIK



Høj stressscore 21%.
< gns. Stigning fra
2017.



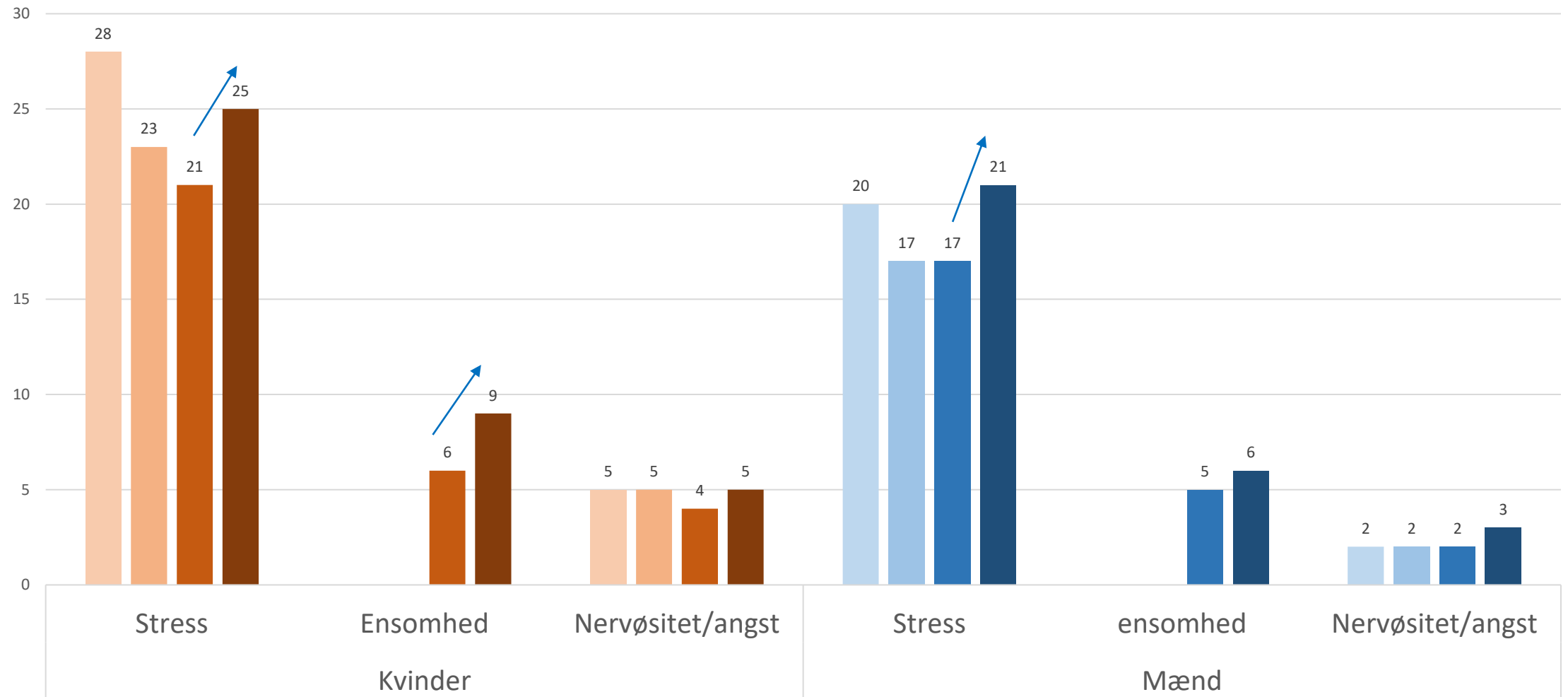
Ensomhed 6%. < gns.
Ingen udvikling.



Generet af nervøsitet,
uro, angst 3%. Ingen
udvikling.



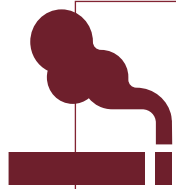
65+ ÅR: STRESS, ENSOMHED, NERVØSITET/ANGST FRA 2010-2021



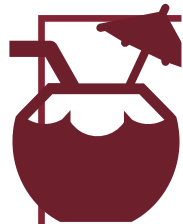


65+ ÅR: LIVSSTILSVANER OG RISIKOADFÆRD

ELSE



Ryger dagligt 10%.
< gns. Fald fra 2010

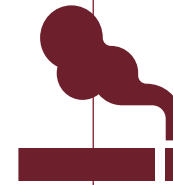


Drikker mere end 10
genstande om ugen 9%.
< gns. Fald fra 2010



Fysisk inaktivitet 23%.
> gns. Fald fra 2010 og
2017.

ERIK



Ryger dagligt 14%,
= gns. Fald fra 2010.



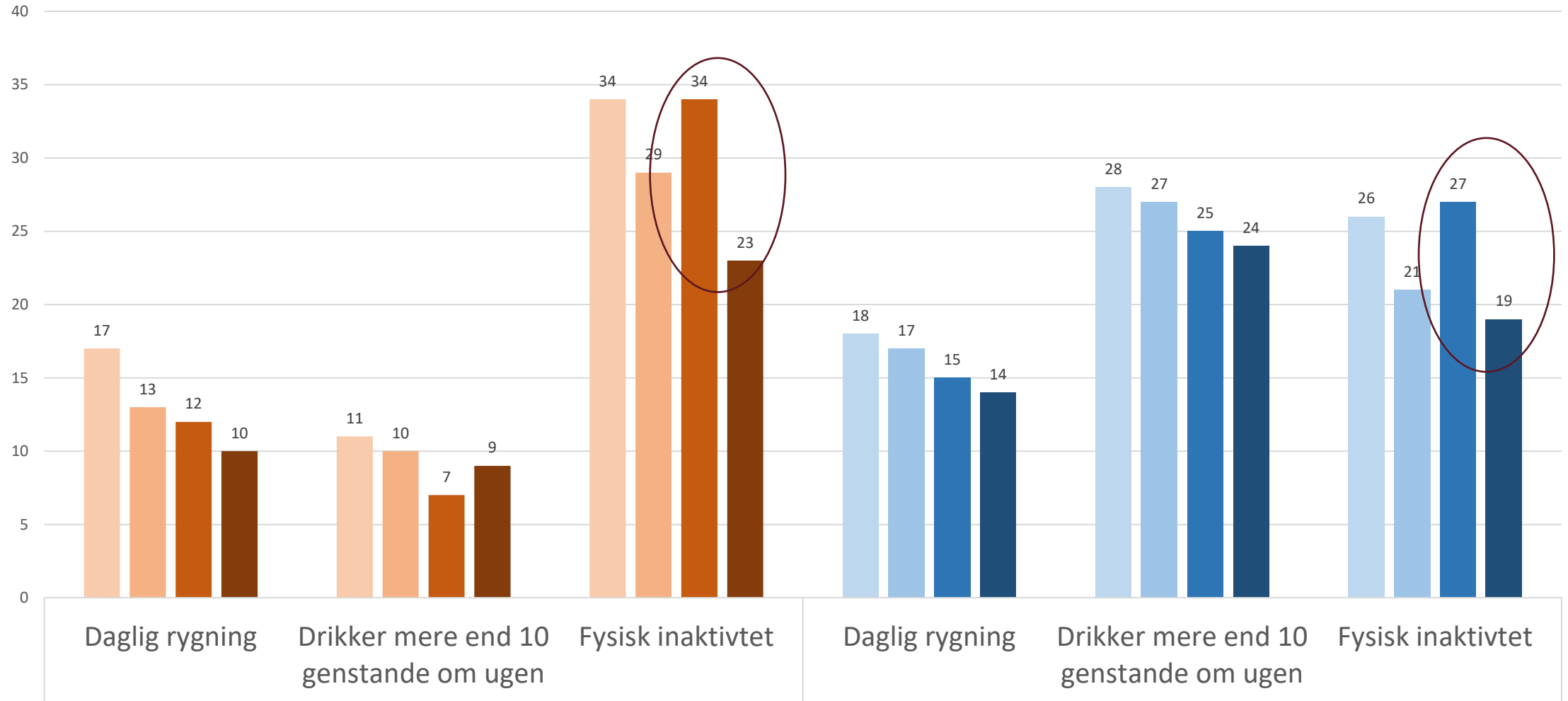
Drikker mere end 10
genstande om ugen 24%.
> gns. Fald fra 2010.



Fysisk inaktivitet 19%.
= gns. Fald fra 2010 og
2017.



65+ ÅR: UDVIKLING I LIVSSTILSVANER FRA 2010-2021



65+ ÅR: LIVSSTILSVANER OG RISIKOADFÆRD - FORTSAT

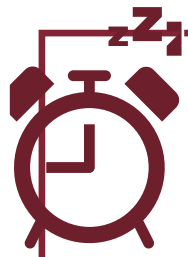
ELSE



Svær overvægt
19%. < gns.
Stigning fra 2010.



Usundt kostmønster
14%. < gns.



Dårlig søvnkvalitet
21%. > gns. Ingen
ændring.

ERIK



Svær overvægt
21%. = gns.
Stigning fra 2010.



Usundt kostmønster
22%. = gns.



Dårlig søvnkvalitet
14%. < gns. Ingen
ændring.



MULTISYGDOM

Grupperet sygdomme:

1. Hjertekarsygdom (Forhøjet blodtryk, blodprop i hjertet, hjertekrampe (angina pectoris), hjerneblødning, blodprop i hjernen)
2. Diabetes (sukkersyge)
3. KOL (Kronisk bronkitis, for store lunger, rygerlunger(emfysen, KOL))
4. Muskel- og skeletsygdom (Slidgigt, leddegigt, knogleskørhed, diskusprolaps eller andre ryg sygdomme)
5. Psykisk sygdom (Psykisk lidelse af mere end 6 måneders varighed)
6. Kræft

65+ ÅR OG MULTISYGDOM



Risikoadfærd

Borgere med multisygdom:

- Drikker mere end 10 genstande
- Fysisk inaktive
- Dårlig søvnkvalitet



Mental sundhed & trivsel

Borgere med multisygdom:

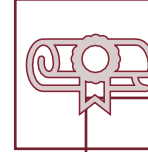
- Højere forekomst af højt stressscore
- Højere forekomst af lav trivsel
- Rapporter flere smerter



Sundhedskompetence

Borgere med multisygdom:

- (Meget) svært at blive ved med at spørge den sundhedsprofessionelle, indtil du har forstået det, du har brug for
- (Meget) svært at stille spørgsmål til sundhedspersonalet for at få den information, du har brug for



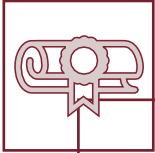
Uddannelse

Borgere med multisygdom:

- Grundskole
- Erhvervsfaglig uddannelse

SOCIAL ULIGHED I SUNDHED

Ingen ændringer i social ulighed i sundhed fra 2013



Borgere med lavt uddannelsesniveau har højere forekomst af:

- Dårligt selv vurderet helbred
- Høj stressscore
- kronisk sygdom



Borgere med lavt uddannelsesniveau har højere forekomst af:

- Usundt kostmønster
- Daglig rygning
- Fysisk inaktivitet



Borgere med lavt uddannelsesniveau:

- Får hyppigere rådgivning fra praktiserende læge om livsstilsændringer
- Oplever højere behandlingsbyrde
- Har sværere ved at:
 - Kommunikere med sundhedsprofessionelle
 - At læse og forstå skriftlig information



I analysen er uddannelsesniveau brugt som mål for social position.

Analysen beskriver derfor sammenhængen mellem uddannelsesniveau og sundhedsrelaterede faktorer.

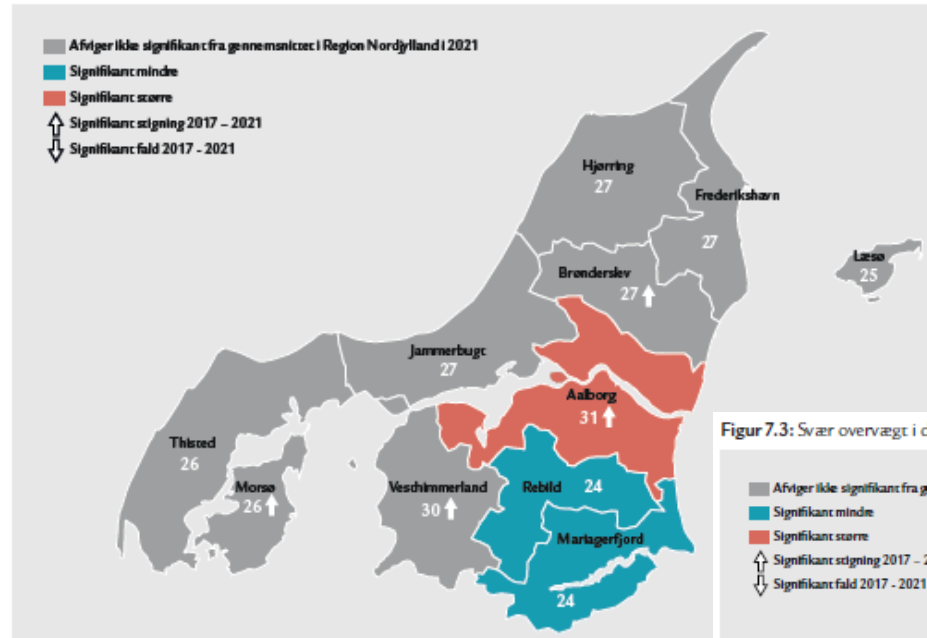
Samme analyse i 2013 og 2021

VARIATION MELLEM DE NORDJYSKE KOMMUNER

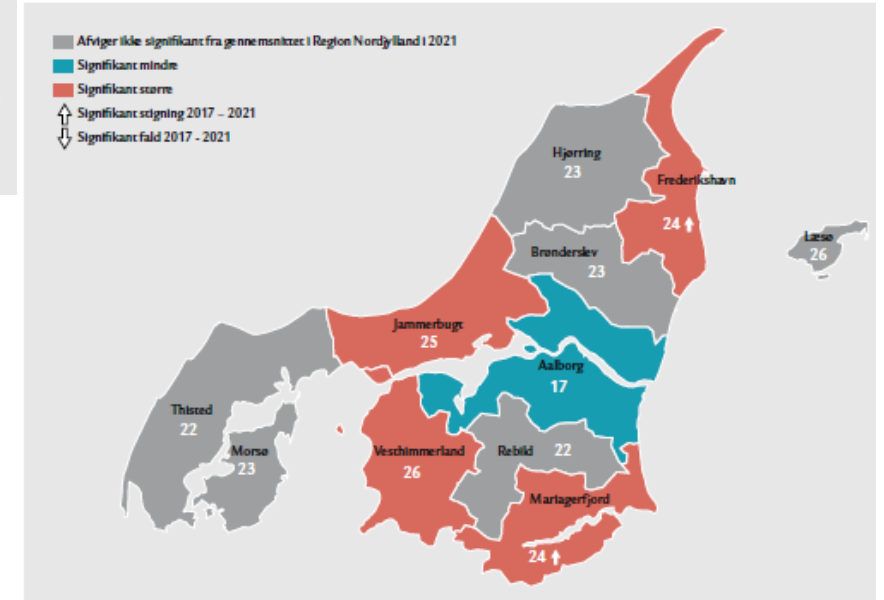
De nordjyske kommuner ligner hinanden

- Færre ensomme i Mariagerfjord Kommune
- Flere rygere i Morsø Kommune
- Flere der drikker mere end 10 genstande i Læsø Kommune
- Dårlig søvnkvalitet i Hjørring Kommune

Figur 2.3: Høj score på stressskalaen i de nordjyske kommuner. Procent.



Figur 7.3: Svær overvægt i de nordjyske kommuner. Procent.





Find resultater fra undersøgelserne i 2010, 2013, 2017 og 2021 på:

www.rn.dk/sundhedsprofildata

Sundhedsprofilen - Hvordan har du det?

Fysisk og mental sundhed

Helbred og livskvalitet



Her belyses bl.a. borgernes egne, subjektive vurdering af deres helbred, mens der også stilles skarpt på tilfredshed med livet og COVID19-pandemiens betydning for livskvaliteten.

Sociale relationer



Her stilles der skarpt på, hvordan nordjyderne indgår i fællesskaber med hinanden, og du kan bl.a. se tal for hvor mange, der har nogen at tale med, når de har behov for det.

Stress og trivsel



Denne del omhandler nordjydernes mentale sundhed, og ud over stress findes her også tal om f.eks. nedtrykthed, accept af eget udseende, forventninger til en selv, og belastninger i livet.

Sygelighed



Her kan der ses tal for, hvor mange der angiver at have en langvarig sygdom eller anden lidelse på mere end 6 måneder, og hvilke sygdomme og lidelser der er tale om.

Sundhedsvaner

Alkohol



Her kan du bl.a. læse om hvor mange, der ikke lever op til Sundhedsstyrelsens nye udmeldinger om alkohol, og hvor mange der udviser tegn på problematisk alkoholforbrug.

Fysisk aktivitet



Denne del omhandler nordjydernes bevægelsesvaner, hvor borgerne har besvaret spørgsmål om deres fysiske aktivitetsniveau i fritiden – fra fysisk inaktiv til hård træning og konkurrenceidræt.

Kost



I denne del kan du f.eks. se, hvordan den nordjyske befolkning fordeler sig på tre rangordnede kostmønstregrupper ud fra spørgsmål om bl.a. indtag af frugt, grønt og fisk.

Rygning og nikotinprodukter



Her kan du bl.a. finde tal for, hvor mange borgere der er storrygere, og hvor mange af dem, der ønsker at stoppe. Du kan også få information om nordjydernes anvendelse af snus og e-cigaretter.

Søvn



Du kan her bl.a. finde information om borgernes søvnkvalitet. Søvnkvaliteten er beregnet i et søvnindeks, skabt på baggrund af forskellige spørgsmål om borgernes selvvaluerede søvn.

Vægt



Foruden en kategorisering af borgerne i fire forskellige vægtklasser på baggrund af deres BMI, findes her også tal for, hvor mange svært overvægtige, der samtidig ønsker at tabe sig.



AFRUNDING



På www.rn.dk/sundhedsprofil kan I finde:

- Den regionale rapport
- - 8 temaopslag i A3
- De kommunale profiler
- Information om adgang til data
- Samt gense oplægget og hente præsentationen

Reklame for kommende temaarrangementer:

- Mennesker med kronisk sygdom – fokus på egenmestring
- Unge og mental sundhed



TAK FOR JERES OPMÆRKSOMHED

Stine Christensen

Tovholder på "Hvordan har du det?" 2021

Region Nordjylland

Mail: stch@rn.dk

Mobil: 51 50 23 15

Jesper Søndergaard Brødløs

AC-fuldmægtig

Region Nordjylland

Mail: jesper.soendergaard@rn.dk

Mobil: 29 45 73 06

