



JAMMERBUGT
KOMMUNE

Sundhedsprofil for børn og unge

Jammerbugt Kommune 2017



Sundhedsprofil for børn og unge

Jammerbugt Kommune 2017

I Jammerbugt Kommune arbejder vi på at skabe de bedste rammer og vilkår for det gode børneliv, der tager udgangspunkt i det enkelte barn og altid omhandler hele familien.

Det gode børneliv handler blandt andet om livsduelighed, gode relationer, et godt helbred, og et nærmiljø, der giver mulighed for både fysisk og social trivsel. Børn og unge skal kunne lære, trives og udvikles som en naturlig del af deres hverdag.

Børn og unges sundhed og trivsel er derfor et højt prioriteret område i Jammerbugt Kommune.

For første gang har vi kombineret børnesundhedsprofilen med den landsdækkende voksensundhedsprofil. Voksensundhedsprofilen er den fjerde i rækken og giver en solid viden om sundhedstilstanden og en viden der vil blive brugt i det fremtidige arbejde med sundhed i Jammerbugt Kommune.



En ny sundhedspolitik

Såvel voksen- som børnesundhedsprofilen bruger vi også som grundlag for vores nye sundhedspolitik, og de næste års indsatser på sundhedsområdet. Vi ønsker at bruge midlerne der, hvor de gør bedst nytte. Og undersøgelsen hjælper os til at rette blikket mod de sundhedsfremmende og forebyggende indsatser, der gør en forskel.

Med denne pjece præsenterer vi nogle af de centrale resultater fra undersøgelsen i Jammerbugt Kommune.

Med disse ord vil jeg opfordre til at bladre videre på de næste sider, og blive klogere på, hvordan vi har det i Jammerbugt Kommune.

Med venlig hilsen

Borgmester: Mogens Christen Gade

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. Jammerbugt Kommune og hele Region Nordjylland.

Denne pjece præsenterer de væsentligste resultater for Jammerbugt 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.

Når der i pjecen skrives "67 % af eleverne i 8. klasse i Jammerbugt Kommune" betyder det, at 67 % af de besvarelser, vi har fået, angiver et eller andet. Når svarprocenten blandt 8. klasses elever er 59 %, har vi altså ikke statistisk vægтет data for, om vi ville få et lidt andet resultat, hvis de sidste 41 % 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 (%)

	JK		RN	
	Antal besvarelser	Svarprocent	Antal besvarelser	Svarprocent
Forældre til børnehavebørn	262	23	4587	29
Forældre til 1. klasseselever	93	24	1350	24
Elever i 1. klasse	225	58	3461	62
Elever i 5. klasse	308	72	4142	73
Elever i 8. klasse	233	59	3393	69

Af pladshensyn er Jammerbugt Kommune i tabeller og grafer forkortet til JK 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 71 % af børnene i Jammerbugt 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 Jammerbugt 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	
	JK	RN	JK	RN	JK	RN
I skolen	55	65	54	52	37	45
Derhjemme	69	74	79	81	68	71
Med vennerne/i fritiden	65	69	70	74	67	71

Som det fremgår af tabellen, er elevernes trivsel i skolen størst i 1. klasse og 5. klasse og falder en del i 8. klasse, hvor kun 37 % af eleverne i Jammerbugt Kommune angiver at have det rigtig godt. Der er dog yderligere 54 % af eleverne, der angiver, at de har det rimelig godt og kun relativt 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

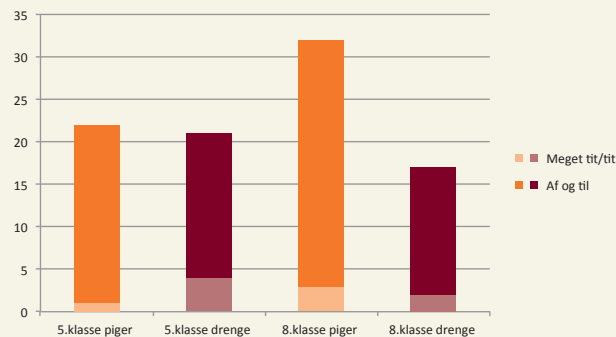
RELATIONER

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

De fleste børn og unge i Jammerbugt Kommune har enten en ven eller en voksen at tale med, når noget er svært. Kun 2 % af eleverne i 5. klasse og 4 % af eleverne i 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 5. klasse elever gælder det, at 4 % siger, at de ikke har venner at snakke med, hvis noget går dem på, mens tallet er på 8 % for eleverne i 8. klasse.

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 22 % 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. Her er der store kønsforskelle. Der er f.eks. 40 % af pigerne, der ofte eller en gang imellem føler sig isoleret

fra andre og 43 % af pigerne, der ofte eller en gang imellem savner nogen at være sammen med. Tallene i Jammerbugt Kommune ligger over regionsniveauet.

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	
	JK	RN	JK	RN
Ikke mobbet	85	83	86	90
1 - 2 gange	11	12	8	7
2 - 3 gange eller oftere	4	6	6	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. For 5. klasse er det lidt færre end regionsgennemsnittet mens det er lidt flere i 8. klasse i Jammerbugt Kommune, der bliver 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 82 % af eleverne i 5. klasse og 87 % af eleverne i 8. klasse, at det aldrig er sket. 3 % af eleverne i 5. klasse og 4 % af eleverne i 8. klasse har oplevet det 2-3 gange om måneden eller oftere. Tallene for Jammerbugt Kommune ligger på niveau med regionsgennemsnittet, dog har lidt flere 8. klasses elever i Jammerbugt Kommune modtaget grimme beskeder end regionsgennemsnittet.

TRIVSEL | FRITIDSLIV 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 Jammerbugt Kommune ligner tallene for hele regionen.

Når det drejer sig om andelen af elever, der går i fritids- eller ungdomsklub, svarer hele 53 % af 5. classes eleverne i Jammerbugt Kommune, at de gør det mindst en gang om ugen, mens det tilsvarende tal kun er 8 % i 8. klasse.

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

	5. klasse		8. klasse	
	JK	RN	JK	RN
Går i fritids- eller ungdomsklub	53	37	8	20
Dyrker fitness mm. eller går til en aktivitet i en forening	84	85	80	82
Er sammen med venner	83	84	76	80

FOR MEGET AT SE TIL

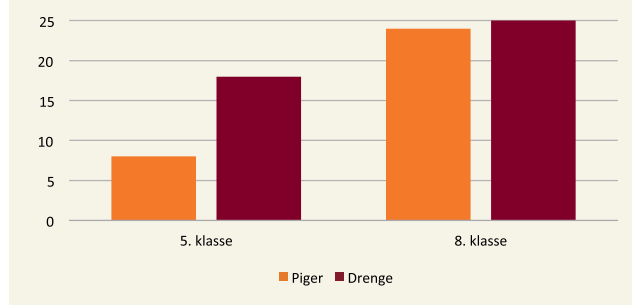
Der har over en længere årrække været meget fokus på stress. Stress er kroppens alarmberedskab, der sætter ind, når man er udsat for en eller anden form for belastning. Man skelner typisk mellem to former for stress: kortvarig stress og langvarig stress. Kortvarig stress vil oftest opfattes som positiv, 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 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 Jammerbugt Kommune er der i 5. klasse 12 % der svarer ja, mens det i 8. klasse gælder 25%.

Tallene ligger på niveau med regionsgennemsnittet, dog er der væsentligt flere drenge i 5. klasse i Jammerbugt Kommune der synes, at de har for meget at se til i forhold til pigerne. Dette er anderledes i forhold til regionsgennemsnittet.

Andelen af elever i Jammerbugt 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 indlæringsevne. 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. 21 % 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 52 % 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" (%)

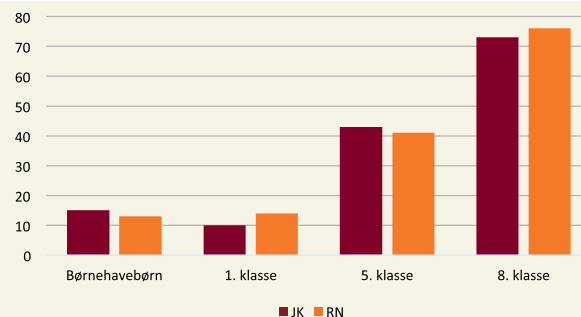
	JK	RN
Børnehavebørn	5	4
5. klasse	19	18
8. klasse	21	28

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 34 % af pigerne i Jammerbugt Kommune, at det sker hver dag eller flere gange om ugen, mens det samme kun gør sig gældende for 19 % af drengene. Derudover er der 40 % af eleverne i 8. klasse, der mindst en gang om ugen er så søvnige, at de har svært ved at koncentrere sig i skolen.

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 15 %, der hver dag eller flere gange om ugen har en skærm i sengen lige inden sengetid. Tallene for Jammerbugt Kommune ligger på niveau med regionsgennemsnittet.

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



LIVSSTILSVANER

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	
	JK	RN	JK	RN
Børnehavebørn	72	75	65	65
1. klasse	56	57	57	61
5. klasse	40	45	36	42
8. klasse	34	33	32	38

Både på 5. og 8. klassetrin spiser pigerne mere frugt end drengene. Det er dog kun i forhold til frugt i 5. klasse, at pigerne spiser mere, idet der ikke er kønsforskelle på indtag af grøntsager i Jammerbugt kommunes 5. klasser. Tallene er generelt lidt lavere i Jammerbugt Kommune end på regionsniveau.

Anbefalingen om, at børn ikke bør spise slik hver dag, efterleves af de fleste. På 5. og 8. klassetrin angiver 5 % af de adspurgte, at de spiser slik (f.eks. chokolade, vingummi, kage og chips) 5-7 dage om ugen.

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 5. årgang 17 % og for 8. årgang 21 %. Både for slik og søde drikke ligger tallene for Jammerbugt Kommune på niveau med regionstallene. Dog ser dette ud til at drengene i 5. klasse i Jammerbugt Kommune ikke så ofte drikker søde drikke som regionsgennemsnittet.

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 19 % 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	
	JK	RN	JK	RN	JK	RN
Hver dag	89	86	86	86	74	72
Nogle dage	8	12	5	10	7	16
Sjældnere / aldrig	3	2	9	4	19	13

Eleverne i 8. klasse er blevet spurgt til, om de drikker energidrikke. 74 % af eleverne i Jammerbugt Kommune svarer, at de aldrig drikker energidrikke, mens 7 % 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 11 % af drengene og kun 3 % af pigerne. Tallene ligger på niveau med regionsgennemsnittet, dog er der flere drenge i Jammerbugt Kommune, der drikker energidrikke end 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 Jammerbugt 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 61 % blandt eleverne i 5. og 8. klasse.

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

	JK	RN
Børnehavebørn	79	77
5. klasse	61	65
8. klasse	61	57

I Jammerbugt Kommune angiver 10 % af eleverne i 5. klasse og 12 % af eleverne i 8. klasse, at de ikke bevæger sig så meget men primært har stillesiddende aktiviteter, altså er fysisk inaktive. Dette er lidt højere end regionsgennemsnittet.

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

	5. klasse		8. klasse	
	JK	RN	JK	RN
Dyrker meget sport træner flere gange om ugen	50	51	46	48
Dyrker en del sport – træner en gang om ugen + dagligdagsaktivitet	28	26	22	20
Går ikke til sport men bevæger sig en del	13	16	20	21
Bevæger sig ikke så meget – foretrækker stillesiddende aktiviteter	10	8	12	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.

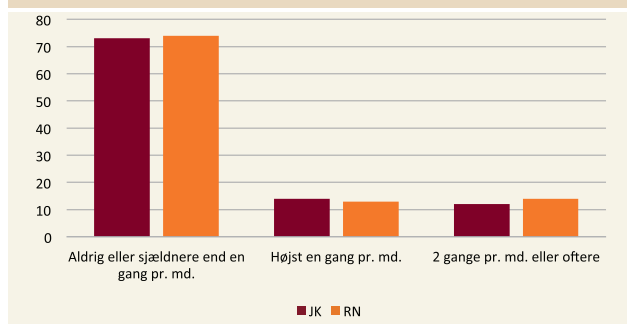
For unge er alkohol først og fremmest en risikofaktor, fordi alkohol påvirker udviklingen af hjernen. Beruselsen kan få konsekvenser for sociale kompetencer, risikovurdering og impuls kontrol, og kan derfor føre til skænderier, vold, uønsket sex eller ulykker.

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 65 % af eleverne i 8. klasse i Jammerbugt Kommune, at de angiver, at de har prøvet at drikke alkohol. Af dem, er der dog 19 %, der svarer, at de ikke har drukket en hel genstand. Størstedelen af eleverne, nemlig 73 %, drikker aldrig eller sjældnere end en gang om måneden alkohol, men der er også 12 % af eleverne i 8. klasse, der drikker alkohol mindst to gange om måneden.

I Jammerbugt Kommune er der flere drenge end piger, der drikker flere gange om måneden. Således angiver 14 % af drengene og 9 % af pigerne, at de drikker 2 eller flere gange om måneden. Gennemsnittet i Jammerbugt Kommune ligner regionsgennemsnittet.

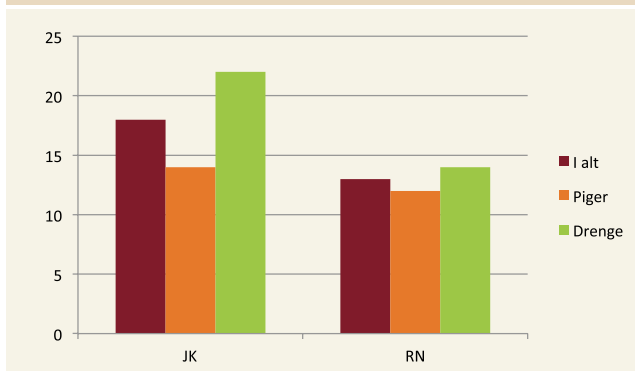
Andelen af 8. klasseselever – i forhold til hvor ofte de drikker noget, der indeholder alkohol. (%)



I forhold til at drikke 5 eller flere genstande ved samme lejlighed gælder det, at 18 % af 8. klasseseleverne, har prøvet det mindst én gang indenfor den seneste måned. Det gælder i Jammerbugt Kommune for noget flere drenge end piger. Samlet set er der flere unge i Jammerbugt Kommune, der har prøvet det end på regionsplan.

LIVSSTILSVANER | ALKOHOL OG RYGNING

Andelen af elever i 8. klasse, der mindst en gang om måneden drikker 5 genstande eller mere ved samme 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 Jammerbugt Kommune giver 38 % af eleverne i 8. klasse udtryk for, at de må drikke for deres forældre. Dette ligger lidt over regionsgennemsnittet på 32 %.

RYGNING

Ryging 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 ryging 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. 3% af de adspurgte i Jammerbugt Kommune svarer, at de ryger cigaretter og 3% ryger e-cigaretter. Der er også 2 %, der ryger vandpibe, mens 1 % bruger snus. Tilsvarende tal findes på regionsplan.

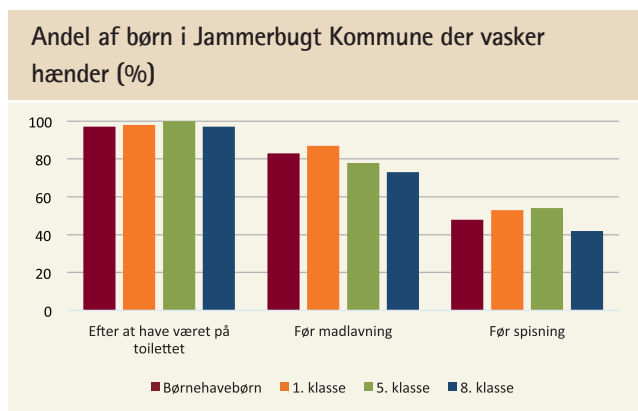
Forældrene til børn i børnehave og 1. klasse samt 8. classes elever er blevet spurgt, om der ryges indenfor i hjemmet. Stort set alle forældre svarer nej, mens 9% af eleverne i 8. klasse angiver, at der dagligt bliver røget indendørs i hjemmet.

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.



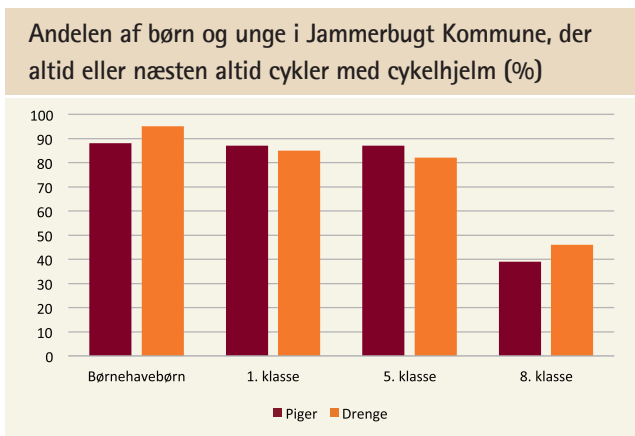
Undersøgelsen viser, at stort set alle børn og unge vasker hænder efter toiletbesøg. Dette falder støt i forhold til at vaske hænder inden der laves mad og før spisning. Generelt er pigerne bedre til at vaske hænder inden de laver mad.

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 Jammerbugt Kommune kan det også ses, at der er flere piger end drenge i 8. klasse, der stadig kører med cykelhjelm, mens det forholder sig omvendt i forhold til 8. klasse, hvor der oftere er drengene der cykler med cykelhjelm.

I 8. klasse er der i alt 43 % i Jammerbugt Kommune, der altid eller næsten altid cykler med cykelhjelm, hvilket ligger på niveau 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 5 % af børnehavebørnene i Jammerbugt Kommune fået konstateret allergi, mens det tilsvarende tal for 8. klasseselever er 24 %.

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

	Børnehavebørn		1.klasse		8. klasse	
	JK	RN	JK	RN	JK	RN
Astma/astmatisk bronkitis	15	15	7	13	5	9
Allergi	5	6	7	9	24	22
(Børne)eksem	14	13	12	12	6	8

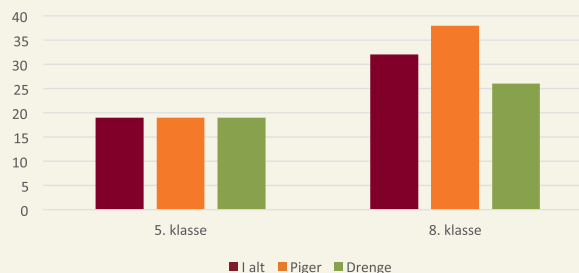
SMERTER

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

Således har 38 % af pigerne i 8. klasse i Jammerbugt Kommune taget smertestillende medicin i løbet af de seneste 14 dage.

Tallene for Jammerbugt Kommune ligner tallene på regionsplan.

Andelen af elever i 5. og 8. klasse i Jammerbugt 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 Jammerbugt Kommune ligger lidt over niveau med regionsgennemsnittet.

HELBRED | SMERTER OG VACCINATION

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

	JK			RN		
	Alle	Piger	Dreng	Alle	Piger	Dreng
Hovedpine	22	28	18	17	23	12
Mavepine	9	13	7	9	12	5
Smerter (fx. ondt i nakke/ryg)	27	34	20	20	26	16
Været irriteret / i dårligt humør	23	31	17	21	28	14

Når det drejer sig om påvirket humør, er der 31 % af pigerne i Jammerbugt Kommune, der dagligt eller flere gange om ugen oplever at være irriteret eller i dårligt humør, mens det samme kun gælder for 17% af drengene. For begge køn ligger det lidt over regions gennemsnittet.

VACCINATION

Forældrene til børnehavebørn er blevet spurgt, hvorvidt deres børn følger børnevaccinationsprogrammet, og det svarer 98 % af forældrene i Jammerbugt Kommune ja til.



Hvordan har du det?

Sundhedsprofil Jammerbugt Kommune 2017



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



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



**JAMMERBUGT
KOMMUNE**

Jammerbugt Kommune
Sundhedsafdelingen
Toftevej 43
9440 Aabybro