

Sundhedsprofil for børn og unge

Rebild Kommune 2017



Sundhedsprofil for børn og unge

Rebild Kommune 2017

Sundhed og trivsel betyder meget for, hvordan vi har det.

Byrådets vision er, at skabe et sundt liv i en sund kommune. Derfor vil vi i endnu højere grad de kommende år sætte fokus på sundhedsfremme og forebyggelse i relation til børn og unge. De gode vaner der skabes tidligt, følger en resten af livet. Derfor er sundhedsfremme ekstra vigtigt i forhold til at give børn og unge en god start i livet.

For 4. gang er der nu gennemført en undersøgelse af befolkningens sundhedstilstand i Rebild Kommune i samarbejde med Region Nordjylland og de øvrige nordjyske kommuner. Det er dog første gang, at der er udarbejdet en nordjysk børne- og ungeprofil.

Børn og unges trivsel har høj prioritet, og derfor har kommunen også de seneste år haft et målrettet fokus på særlige sundhedsindsatser til børn og unge både i forhold til fysisk og mental sundhed. Der er oprettet en sorggruppe, en overvægtsklinik, indsatser vedrørende bevægelse på folkeskolerne og snart kommer der også en ungdomsrådgivning. Ligeledes er der planlagt en styrket indsats i forhold til kost, rygning og motion – og profilen bekræfter at der er brug for disse indsatser.

Denne pjece præsenterer nogle af de centrale resultater af undersøgelsen i Rebild Kommune. Resultaterne skal hjælpe os til at rette blikket imod de sundhedsmæssige udfordringer og kaste lys over, hvor vi skal sætte ind, og hvor vi kan gøre en forskel.



Resultaterne viser blandt andet at 72 % af børnehavebørn trives rigtig godt i børnehaverne og 89 % trives rigtig godt hjemme. For eleverne på de adspurgte klassetrin falder trivslen i skolen over årene i 1. klasse hvor 76 % trives rigtig godt, mens tallet i 8. klasse er faldet til 42 %. I forhold til at trives hjemme er tendensen den samme, her er faldet fra 80 % til 63 %. Mellem 83- og 90 % procent af de adspurgte oplever ikke mobning.

Resultaterne skal nu nærlæses og bruges i forbindelse med blandt andet udarbejdelsen af ny sundhedspolitik i Rebild Kommune.

Sundhed og trivsel kan ikke alene skabes i et center eller i kommunen, vi skal have sat sundhed på dagsordenen alle steder. Internt i kommunen f.eks. i forhold til byudvikling og i samarbejdet med institutioner, skoler m.fl. Eksternt skal vi samarbejde med foreninger, praktiserende læger m.fl., så vi sammen kan skabe et sundt børne og unge liv i en sund kommune.

Jeg vil gerne takke alle de forældre til børnehave og 1. klasse børn samt eleverne i henholdsvis 1., 5. og 8. klasse, der gjorde sig den ulejlighed at deltage i undersøgelsen. Hver enkelt besvarelse har stor betydning for undersøgelsens samlede værdi.

Læs videre på de næste sider, og bliv klogere på, hvordan vi har det i Rebild Kommune.

Med venlig hilsen

Borgmester: Leon Sebbelin

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. Rebild Kommune og hele Region Nordjylland.

Denne pjece præsenterer de væsentligste resultater for Rebild 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 forældrebesvarelsener og 1. klasse.

Når der i pjecen skrives "67 % af eleverne i 8. klasse i Rebild Kommune" betyder det, at 67 % af de besvarelser, vi har fået, angiver et eller andet. Når svarprocenten blandt 8. klassens elever er 84 %, har vi altså ikke statistisk vægtet data for, om vi ville få et lidt andet resultat, hvis de sidste 16 % 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 (%)

	RK		RN	
	Antal besvarelser	Svarprocent	Antal besvarelser	Svarprocent
Forældre til børnehavebørn	211	21	4587	29
Forældre til 1. klasseselever	110	27	1350	24
Elever i 1. klasse	141	35	3461	62
Elever i 5. klasse	179	47	4142	73
Elever i 8. klasse	205	84	3393	69

Af pladshensyn er Rebild Kommune i tabeller og grafer forkortet til RK 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 72 % af børnene i Rebild 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 89 % af forældrene til børnehavebørn i Rebild 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	
	RK	RN	RK	RN	RK	RN
I skolen	76	65	54	52	42	45
Derhjemme	80	74	83	81	65	71
Med vennerne/i fritiden	80	69	75	74	63	71

Som det fremgår af tabellen, er elevernes trivsel i skolen størst i 1. klasse og falder støt til 8. klasse, hvor kun 42 % af eleverne i Rebild Kommune angiver at have det rigtig godt. Der er dog yderligere 46 % af eleverne i 8. klasse, 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 rigtig godt derhjemme eller i fritiden, ses der også en mindre andel i 8. klasse end i 5. klasse, der angiver at have det rigtig godt.



TRIVSEL | RELATIONER OG MOBNING

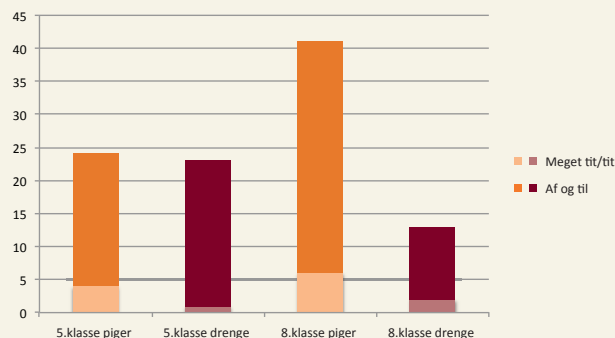
RELATIONER

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

De fleste børn og unge i Rebild Kommune har enten en ven eller en voksen at tale med, når noget er svært. Kun 1 % af eleverne i 5. klasse og 5 % 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 når det handler om ikke at have venner at snakke med, hvis noget går dem på, er tallet 3 % for 5. klasse og 5 % for 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 24 % af pigerne i 5. klasse og 41 % 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. 55 % af pigerne og 23 % af drengene, der ofte eller en gang imellem føler

sig isoleret fra andre. 49 % af pigerne og 29 % af drengene savner ofte eller en gang imellem nogen at være sammen med. Tallene i Rebild Kommune ligger noget over regionsgennemsnittet, hvor 38 % af pigerne en gang imellem følger sig isoleret, og 38 % savner nogen at være sammen med.

MOBNING

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

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

	5. klasse		8. klasse	
	RK	RN	RK	RN
Ikke mobbet	83	83	90	90
1 - 2 gange	11	12	7	7
2 - 3 gange eller oftere	6	6	3	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 både 5. og 8. klasse gælder det, at tallene for Rebild 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 83 % af eleverne i både 5. klasse og 8. klasse, at det aldrig er sket. 5 % af eleverne i 5. klasse og 2 % af eleverne i 8. klasse har oplevet det 2-3 gange om måneden eller oftere. Tallene for Rebild Kommune ligger på niveau med regionsgennemsnittet.

TRIVSEL | FRITIDSLIV OG MOBNING

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 Rebild Kommune ligner tallene for hele regionen.

Når det drejer sig om andelen af elever, der går i fritids- eller ungdomsklub, svarer 44 % af 5. classes eleverne i Rebild Kommune, at de gør det mindst en gang om ugen, mens det tilsvarende tal er 36 % i 8. klasse. Tallene i Rebild Kommune ligger over regionsgennemsnittet.

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

	5. klasse		8. klasse	
	RK	RN	RK	RN
Går i fritids- eller ungdomsklub	44	37	36	20
Dyrker fitness mm. eller går til en aktivitet i en forening	87	85	86	82
Er sammen med venner	85	84	75	80

FOR MEGET AT SE TIL

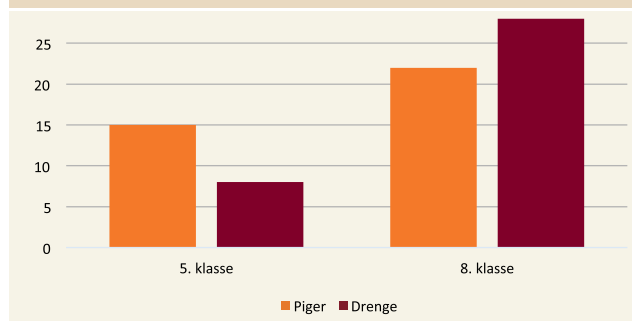
Der har over en længere årrække været meget fokus på stress. Stress er kroppens alarmberedskab, der sætter ind, når man er udsat for en eller anden form for belastning. Man skelner typisk mellem to former for stress: kortvarig stress og langvarig stress. Kortvarig stress vil oftest opfattes som positiv,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

I 5. klasse er der flere piger end drenge, der føler, de har for meget at se til, mens der i 8. klasse er flere drenge end piger. For 8. klasse er det modsat af regionstallene.

Andelen af elever i Rebild 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. 23 % 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 48 % 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" (%)

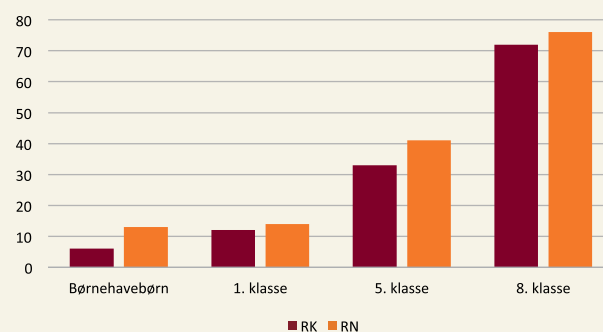
	RK	RN
Børnehavebørn	3	4
5. klasse	14	18
8. klasse	23	28

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 40 % af pigerne i Rebild Kommune, at det sker hver dag eller flere gange om ugen, mens det samme kun gør sig gældende for 20 % af drengene. Derudover er der 35 % 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. Tallene for Rebild Kommune ligger på linje med eller under 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	
	RK	RN	RK	RN
Børnehavebørn	70	75	69	65
1. klasse	61	57	71	61
5. klasse	43	45	47	42
8. klasse	30	33	41	38

Både på 5. og 8. klassetrin er der kønsforskel, når det gælder grøntsager. F.eks. spiser 47 % af pigerne i 8. klasse i Rebild Kommune grøntsager hver dag, mens det samme kun gør sig gældende for 34 % af drengene. Tallene er generelt lidt højere i Rebild Kommune end på regionsniveau, når det gælder grøntsager, og på linje, når det gælder frugt.

Anbefalingen om, at børn ikke bør spise slik hver dag, efterleves af de fleste. På 5. klassetrin angiver 3 % 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 7 %.

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 8 % og for 8. årgang 16 %. Både for slik og søde drikke ligger tallene for Rebild 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 9 % 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	
	RK	RN	RK	RN	RK	RN
Hver dag	88	86	89	86	75	72
Nogle dage	12	12	9	10	16	16
Sjældnere / aldrig	0	2	3	4	9	13

Eleverne i 8. klasse er blevet spurgt til, om de drikker energidrikke. 75 % af eleverne i Rebild Kommune svarer, at de aldrig drikker energidrikke, mens 4 % svarer, at de gør det flere gange om ugen. Det er kun drenge, der flere gange om ugen drikker energidrikke. Det drejer sig om 7 %. 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 Rebild Kommune bevæger sig hver dag eller næsten hver dag så meget, at de bliver svedige eller forpustede. Andelen falder dog med alderen fra 72 % blandt børnehavebørnene til 54 % 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 (%)

	RK	RN
Børnehavebørn	72	77
5. klasse	62	65
8. klasse	54	57

I Rebild Kommune angiver 8 % af eleverne i 5. klasse og 13 % af eleverne i 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	
	RK	RN	RK	RN
Dyrker meget sport træner flere gange om ugen	52	51	47	48
Dyrker en del sport – træner en gang om ugen + dagligdagsaktivitet	28	26	20	20
Går ikke til sport men bevæger sig en del	13	16	21	21
Bevæger sig ikke så meget- foretrækker stillesiddende aktiviteter	8	8	13	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.

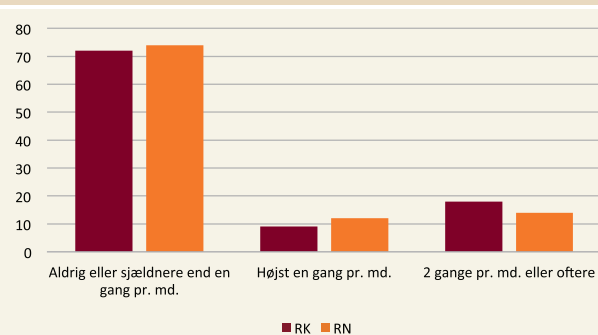
For unge er alkohol først og fremmest en risikofaktor, fordi alkohol påvirker udviklingen af hjernen. Beruselsen kan få konsekvenser for sociale kompetencer, risikovurdering og impuls kontrol, og kan derfor føre til skænderier, vold, uønsket sex eller ulykker.

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 66 % af eleverne i 8. klasse i Rebild Kommune som angiver, at de har prøvet at drikke alkohol. Af dem, er der dog 22 %, der svarer, at de ikke har drukket en hel genstand. Størstedelen af eleverne, nemlig 72 %, drikker aldrig eller sjældnere end en gang om måneden alkohol, men der er også 18 % af eleverne i 8. klasse, der drikker alkohol mindst to gange om måneden.

I Rebild Kommune er der næsten dobbelt så mange drenge som piger, der drikker flere gange om måneden. Således angiver 23 % af drengene og 13 % af pigerne, at de drikker flere gange om måneden. Der er lige så mange unge i Rebild Kommune som på regionsplan, der drikker mindst en gang om måneden.

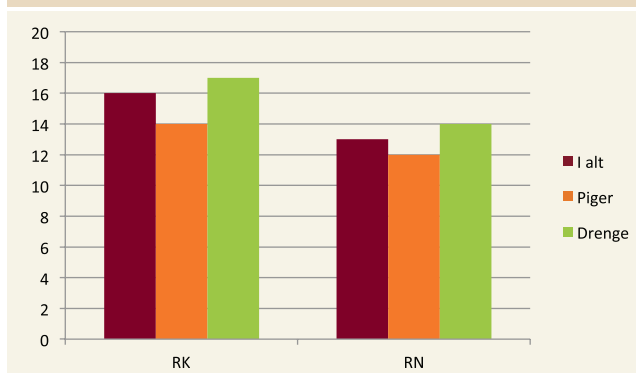
Andelen af 8. klasseselever – i forhold til hvor ofte de drikker noget, der indeholder alkohol. (%)



I forhold til at drikke 5 eller flere genstande ved samme lejlighed gælder det, at 16 % af 8. klasseseleverne, har prøvet det mindst én gang indenfor den seneste måned. Det gælder i Rebild Kommune for lidt flere drenge end piger. Samlet set er der lige så mange unge i Rebild Kommune, der har prøvet det som på regionsplan.

LIVSSTILSVANER | ALKOHOL OG RYGNING

Andelen af alle unge i 8. klasse i RK, 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 Rebild Kommune giver 29 % af eleverne i 8. klasse udtryk for, at de må drikke for deres forældre. Dette er 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. 1% af de adspurgte i Rebild Kommune svarer, at de ryger cigaretter og 2% ryger e-cigaretter. Der er ingen, der ryger vandpibe, mens 1 % svarer ja til at bruge snus. Tilsvarende tal findes på regionsplan.

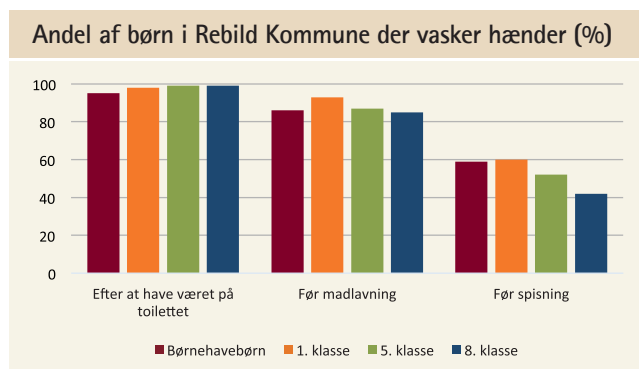
Forældrene til børn i børnehave og 1. klasse samt 8. classes elever er blevet spurgt, om der ryges indenfor i hjemmet. Alle forældre til børnehavebørn svarer nej, mens det sker i 3 % af hjemmene til 1. klasseselever. Derudover er der 7% af eleverne i 8. klasse, der angiver, at der dagligt bliver røget 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.



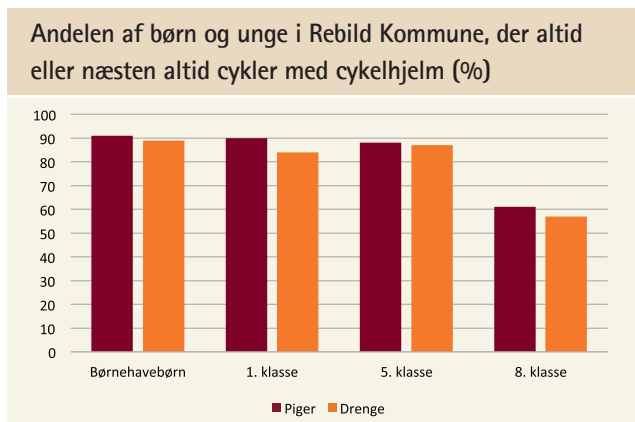
Undersøgelsen viser, at stort set alle børn og unge vasker hænder efter toiletbesøg. Der er en tendens til, at de lidt større børn slækker lidt med at vaske hænder inden madlavning og før spisning, herunder lidt flere drenge end piger.

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 Rebild Kommune kan det også ses, at der er lidt flere piger end drenge i 8. klasse, der stadig kører med cykelhjelm.

I 8. klasse er der i alt 59 % i Rebild 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 bronkitis eller børneeksem, ses det, at andelen af børn med diagnosen er lige stor hos børnehavebørn som hos elever i 8. klasse.

Anderledes ser det ud med hensyn til allergi. Her har 6 % af børnehavebørnene i Rebild Kommune fået konstateret allergi, mens det tilsvarende tal for 8. klasseelever er 20 %.

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

	Børnehavebørn		1.klasse		8. klasse	
	RK	RN	RK	RN	RK	RN
Astma/astmatisk bronkitis	10	15	9	13	11	9
Allergi	6	6	11	9	20	22
(Børne)eksem	10	13	8	12	10	8

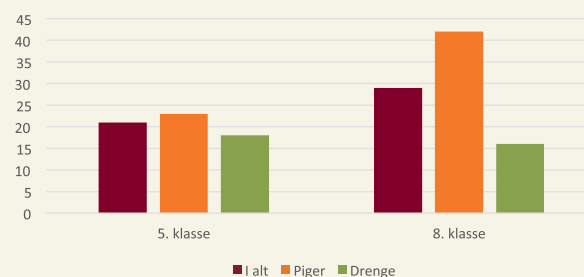
SMERTER

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. klasseelever, der har taget smertestillende medicin end 5. klasseelever, og at forbruget i begge aldersklasser er højere blandt piger end blandt drenge.

Således har 42 % af pigerne i 8. klasse i Rebild Kommune taget smertestillende medicin i løbet af de seneste 14 dage.

Tallene for Rebild Kommune ligner tallene på regionsplan.

Andelen af elever i 5. og 8. klasse i Rebild 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 tredjedel af pigerne svarer, at de dagligt eller flere gange om ugen har smerter i f.eks. nakke eller ryg og en fjerdedel har flere gange om ugen hovedpine. Tallene for Rebild Kommune ligger på niveau med regionsgennemsnittet.

HELBRED | SMERTER OG VACCINATION

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

	RK			RN		
	Alle	Piger	Drenge	Alle	Piger	Drenge
Hovedpine	17	26	7	17	23	12
Mavepine	7	9	5	9	12	5
Smerter (fx. ondt i nakke/ryg)	20	32	16	20	26	16
Været irriteret / i dårligt humør	23	28	18	21	28	14

Når det drejer sig om påvirket humør, er der 28 % af pigerne i Rebild Kommune, der dagligt eller flere gange om ugen oplever at være irriteret eller i dårligt humør, mens det samme gælder for 18 % af drengene. Begge tal ligner regionsgennemsnittet.

VACCINATION

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



Hvordan har du det?

Sundhedsprofil Rebild Kommune 2017



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



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



Rebild Kommune
Hobrovej 88
9530 Støvring