

Regionale perspektiver på mental sundhed

/ Mathias Lasgaard og Bodil Helbech Hansen

Agenda

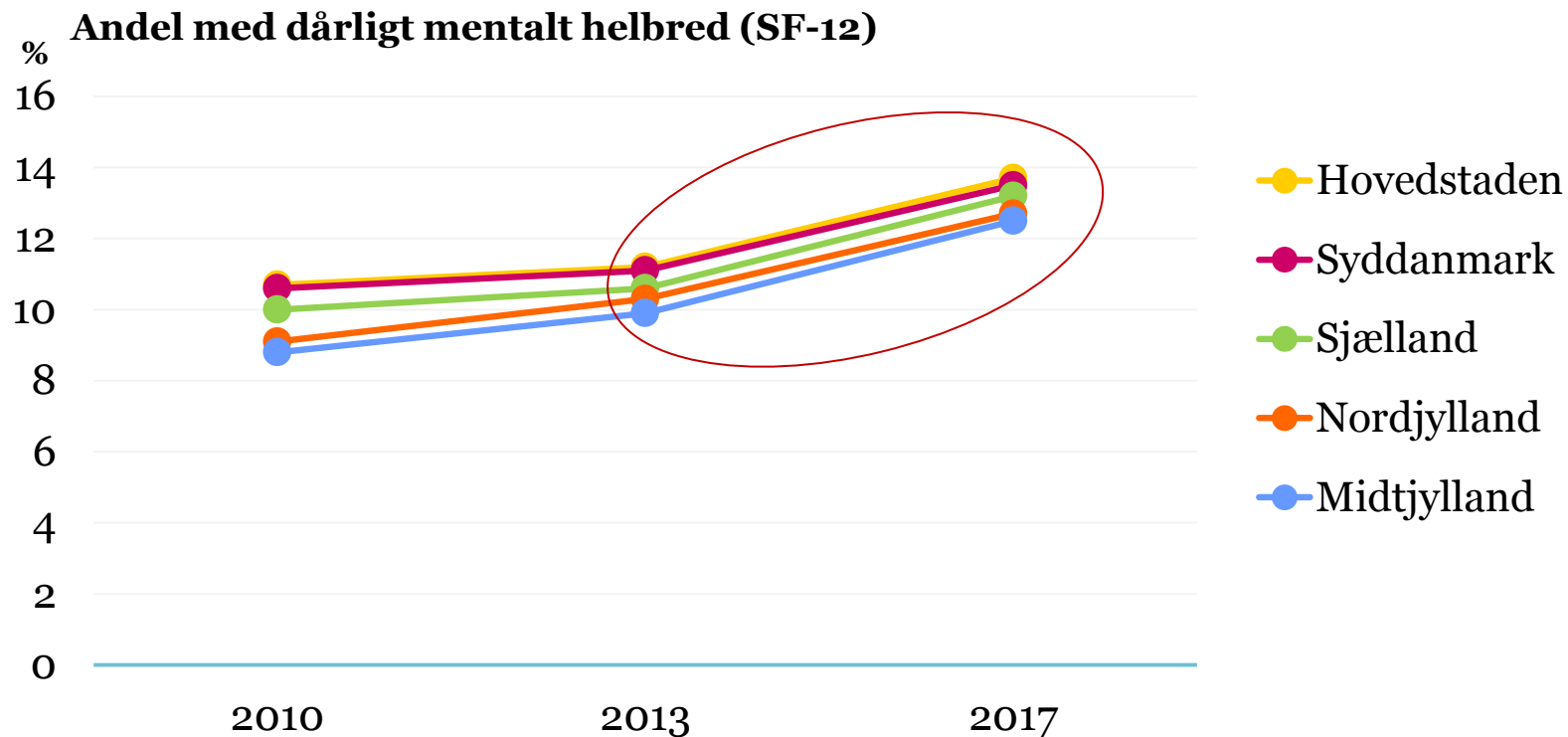
1. **Udvikling i danskernes mentale sundhed**

- Nationale og regionale indikatorer
- På tværs af regioner, køn, alder og uddannelse

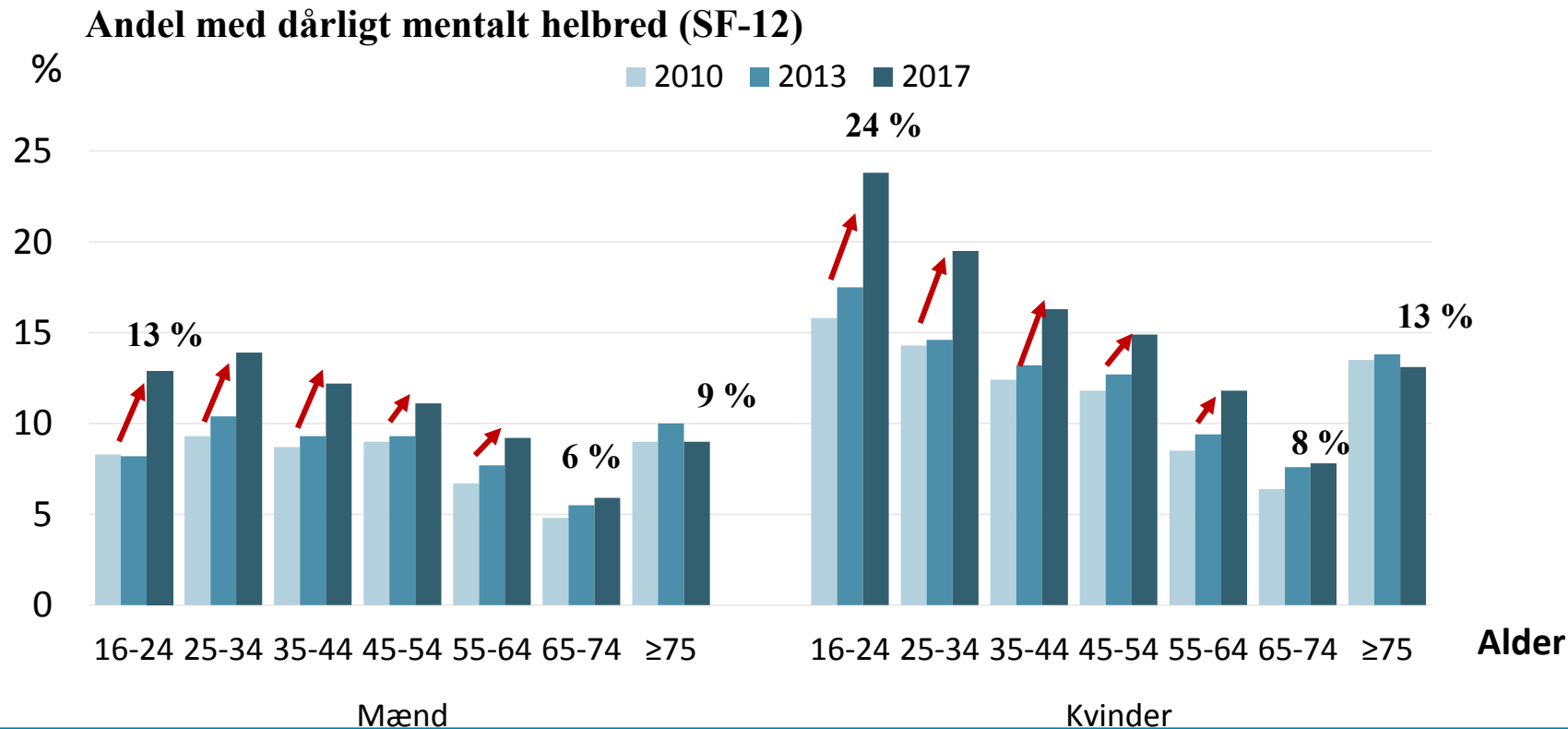
2. **Udvalgte regionale temaer**

- Region Syddanmark: Brug af sociale medier, selvværd m.m.
 - Region Midtjylland: Depression, ensomhed m.m.
 - Region Sjælland: Sundhedsadfærd, søvn m.m.
-

Udvikling i dårligt mentalt helbred

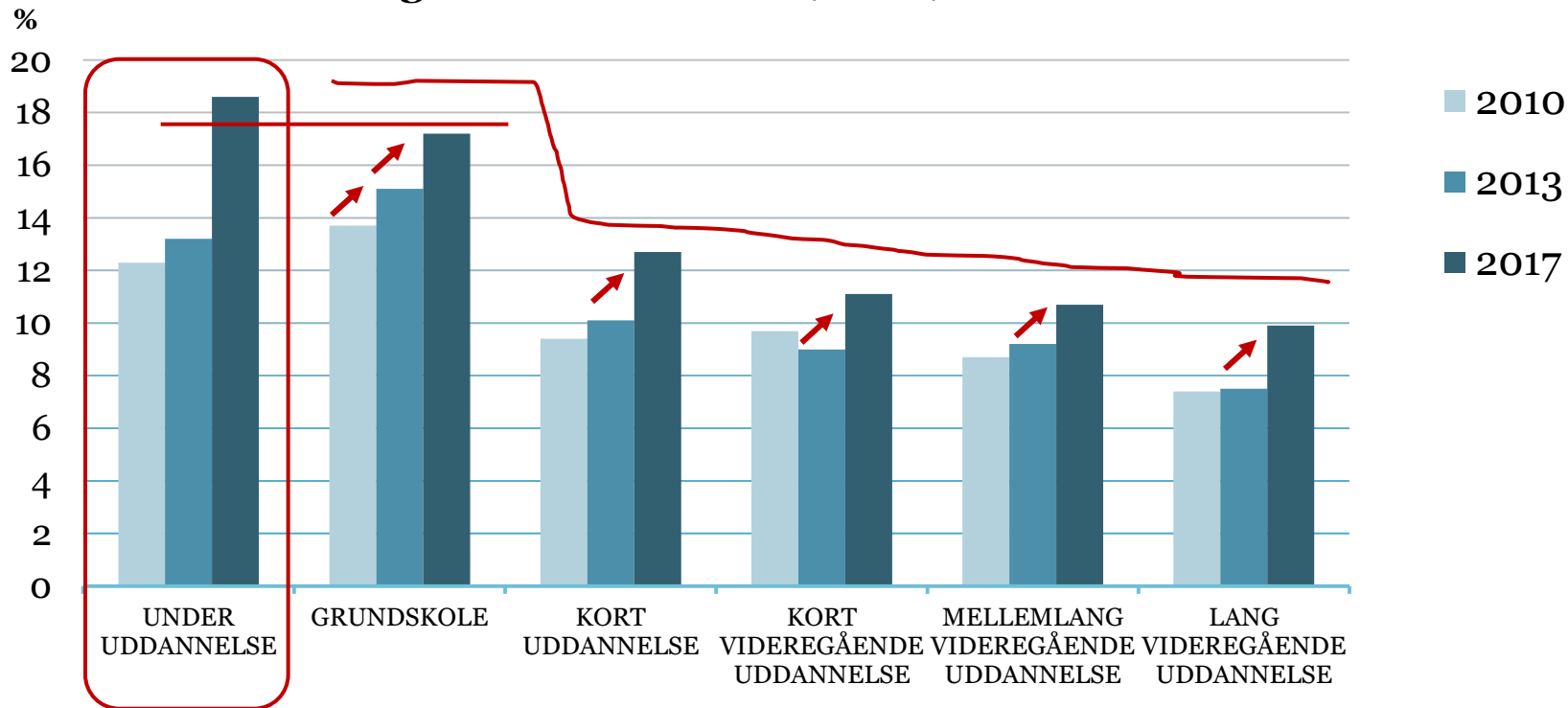


Udvikling i dårligt mentalt helbred blandt mænd og kvinder



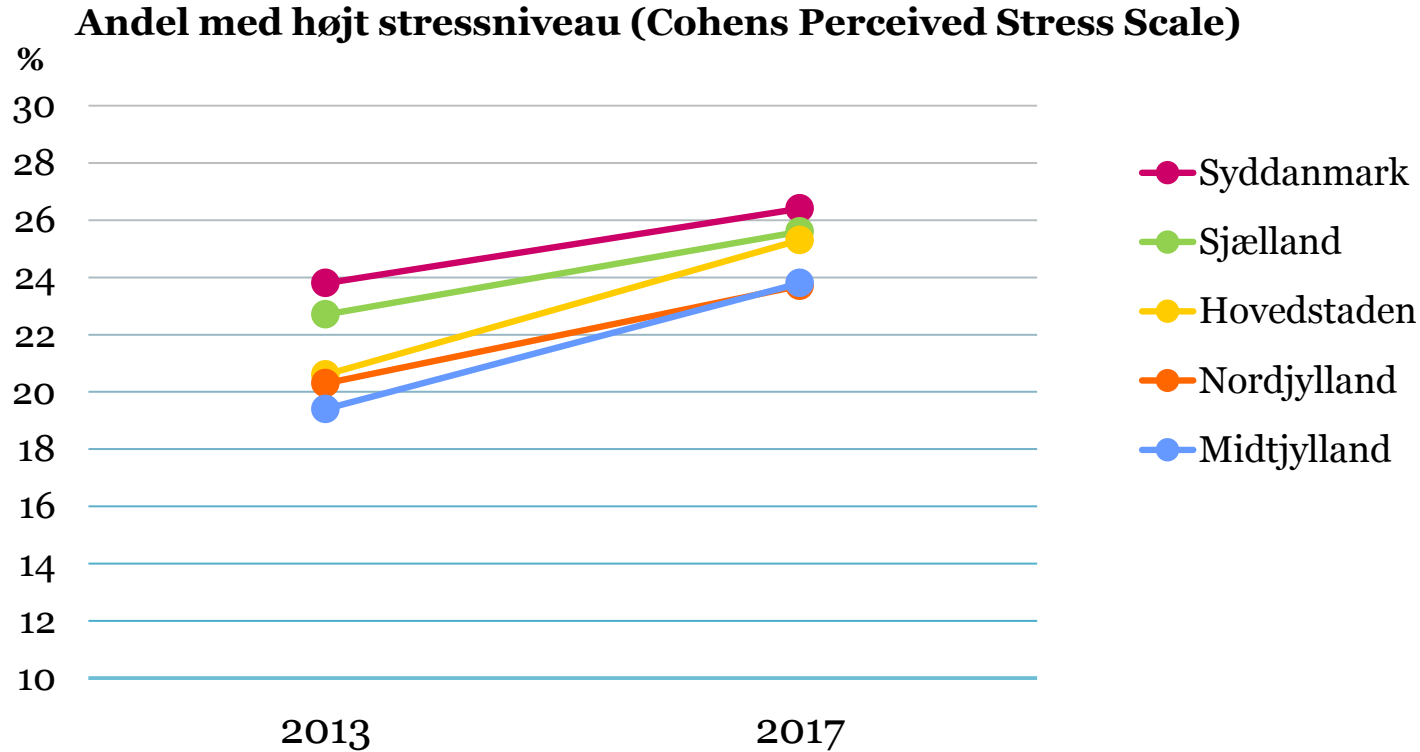
Udvikling i social ulighed i mentalt helbred

Andel med dårligt mentalt helbred (SF-12)

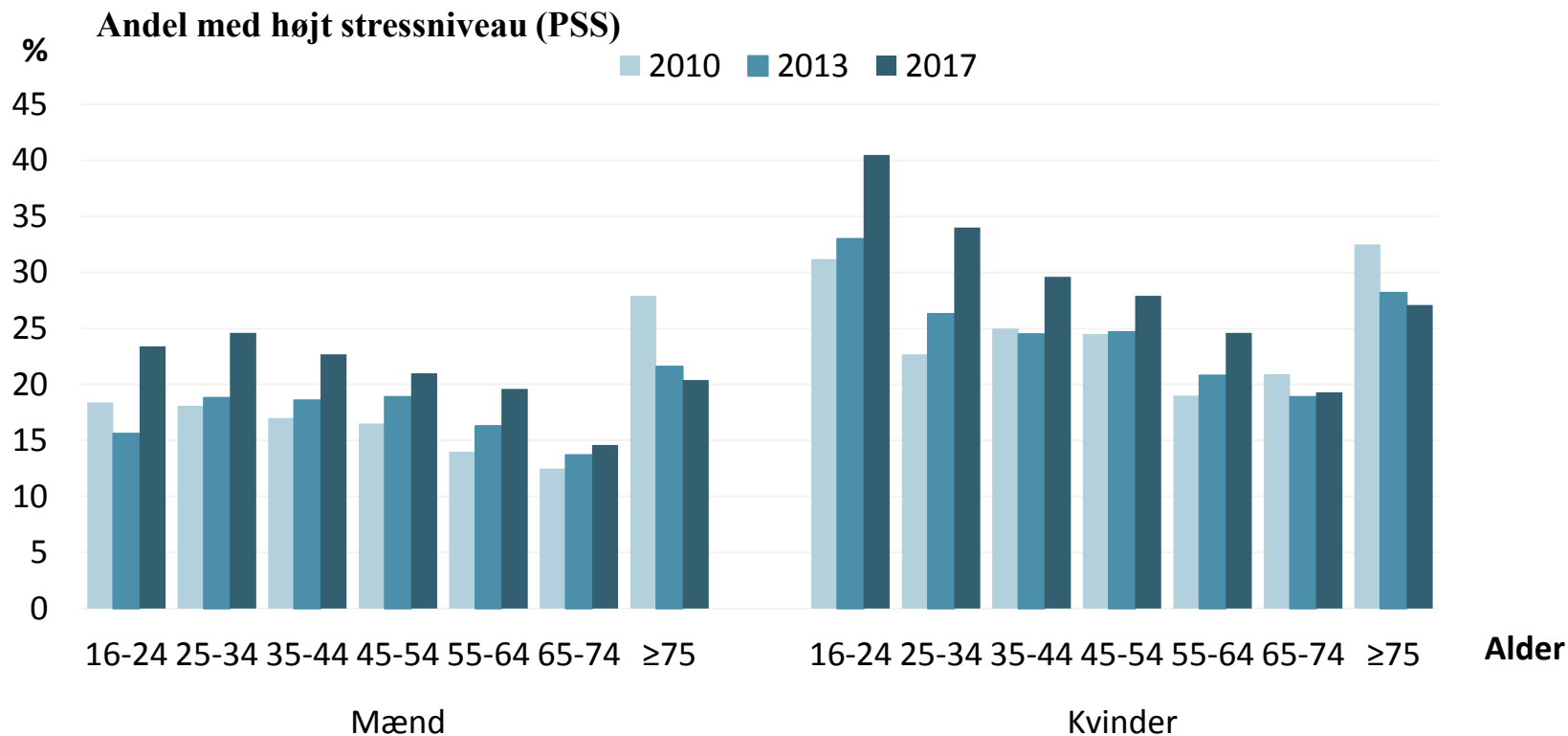


Kilde: Den nationale sundhedsprofil, SIF.

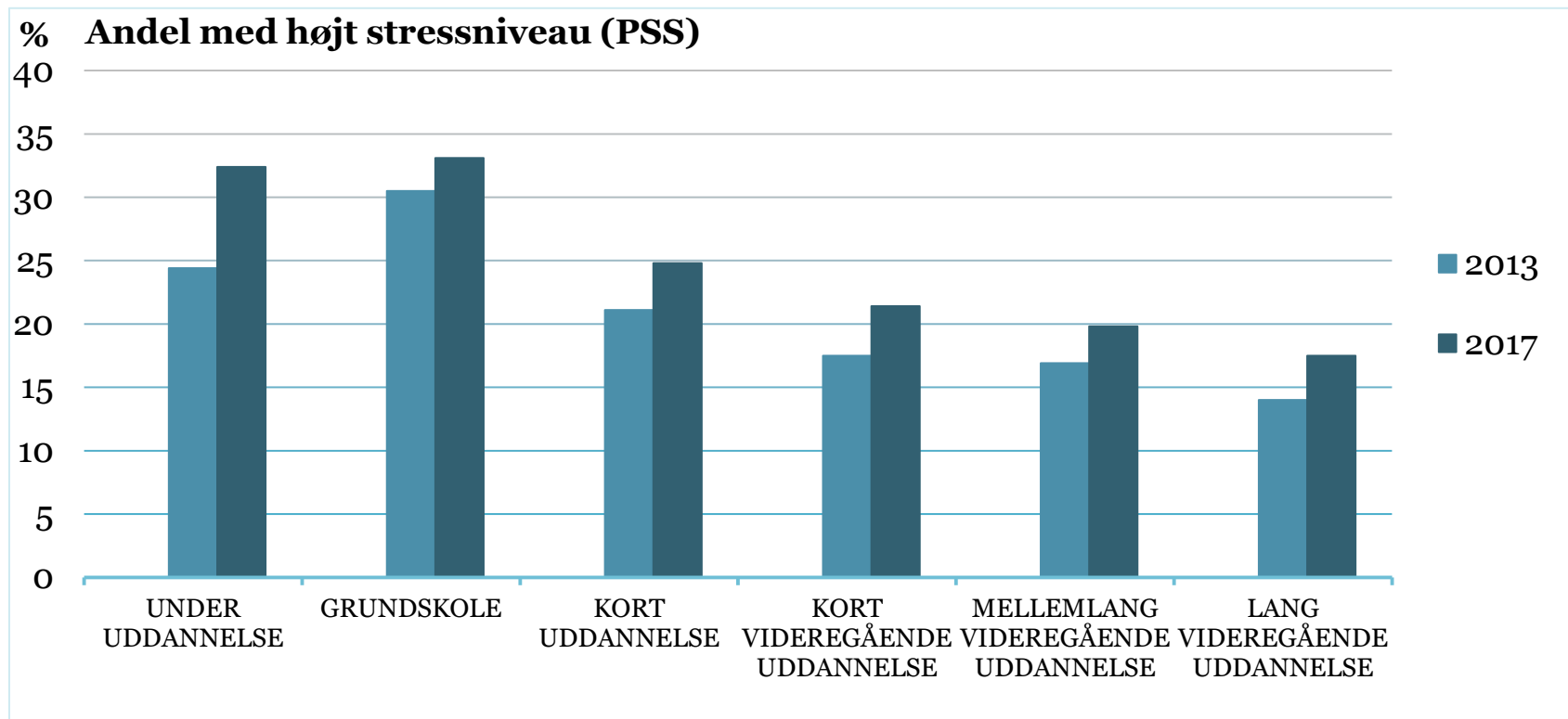
Udvikling i stressniveau



Udvikling i stressniveau blandt mænd og kvinder

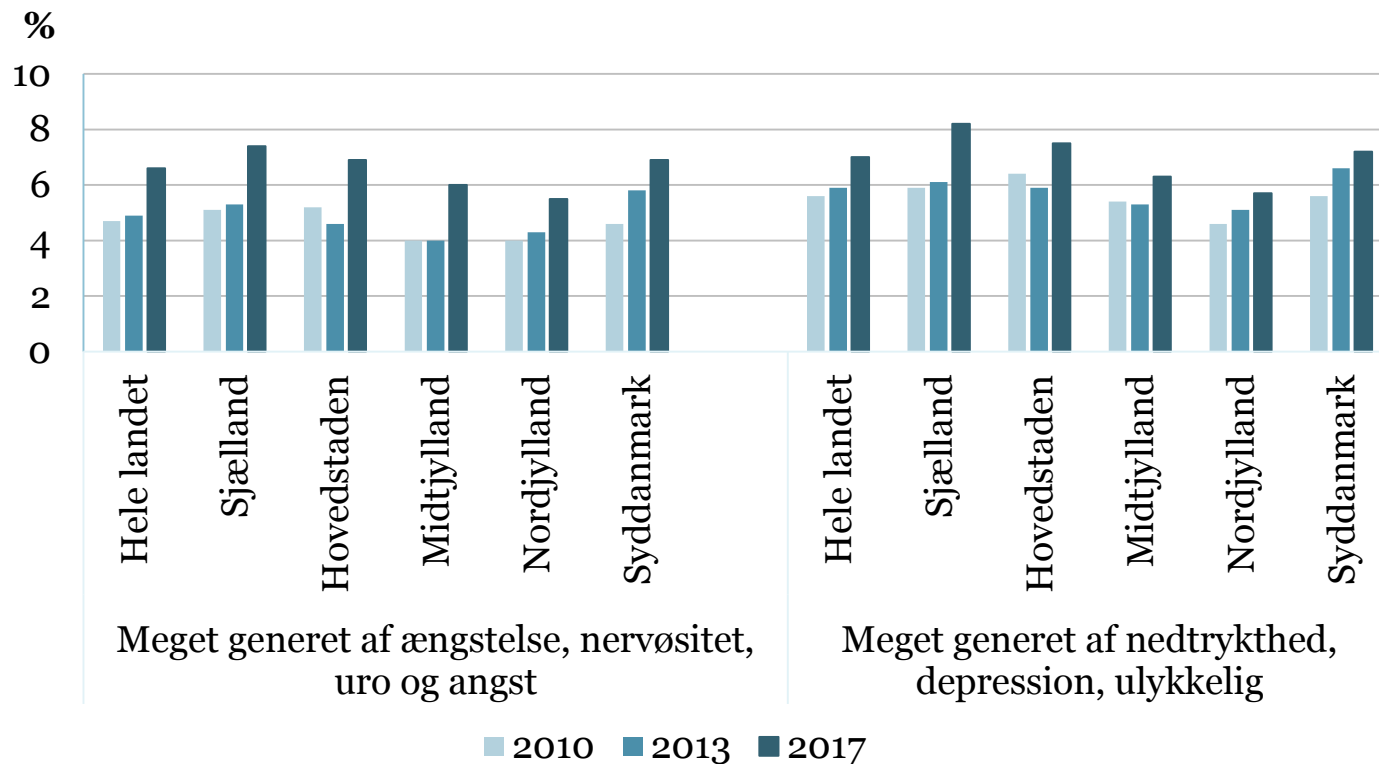


Social ulighed i stressniveau



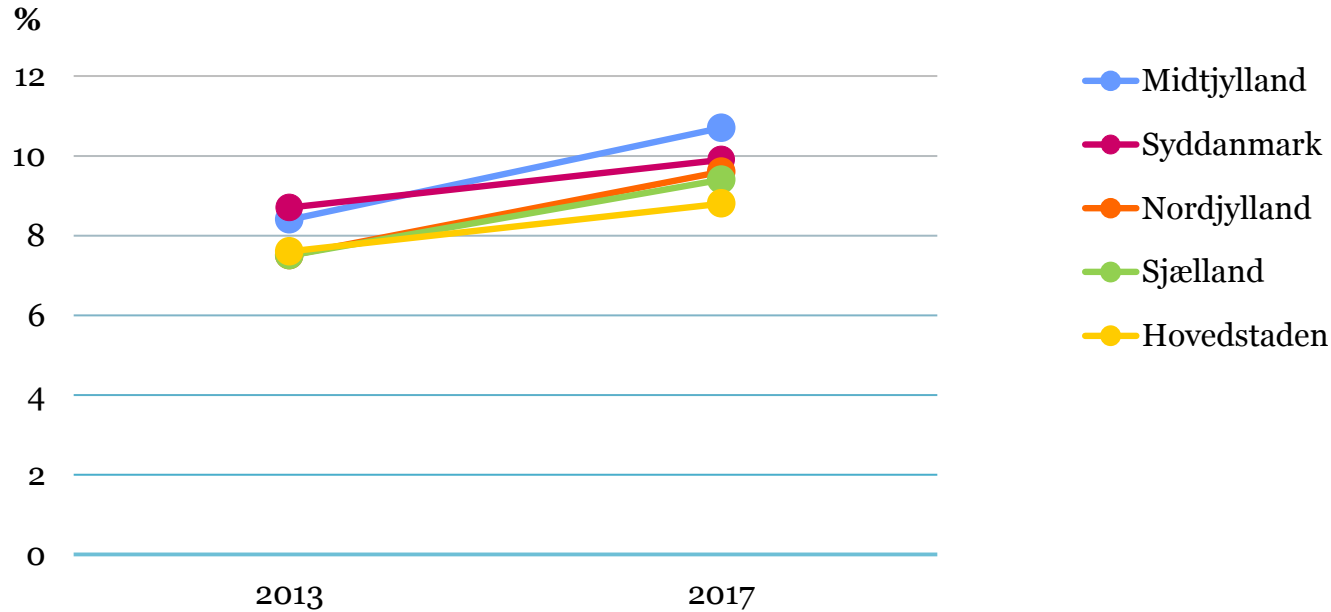
Kilde: Den nationale sundhedsprofil, SIF.

Udvikling i symptomer - ængstelighed og nedtrykthed

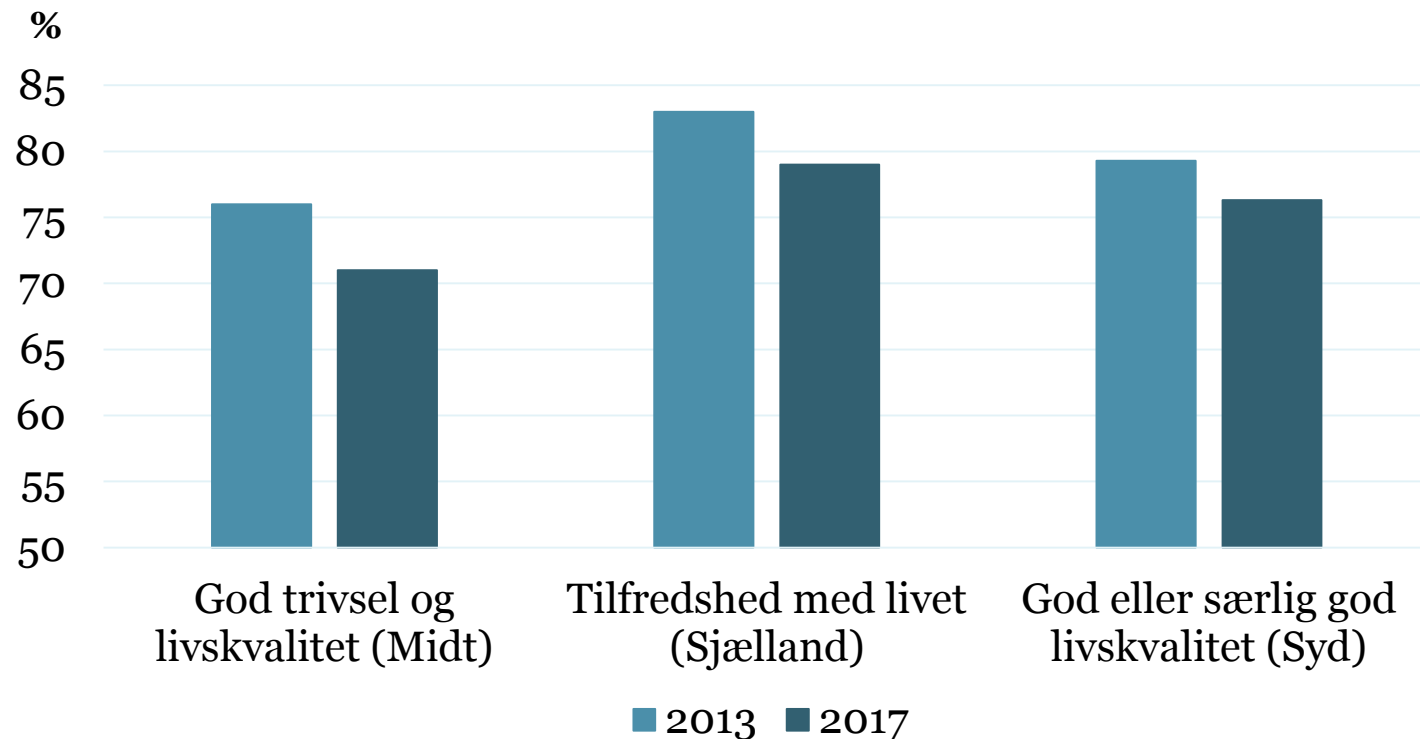


Udvikling i forekomst af psykiske lidelser

Andel med psykiske lidelser af mere end 6 måneders varighed



Udvikling i livskvalitet, trivsel og livstilfredshed



Kilde: Sundhedsprofilen i Region Midtjylland, Region Sjælland og Region Syddanmark.

Hvorfor? Hvad sker der?



Fra Region Syddanmark....



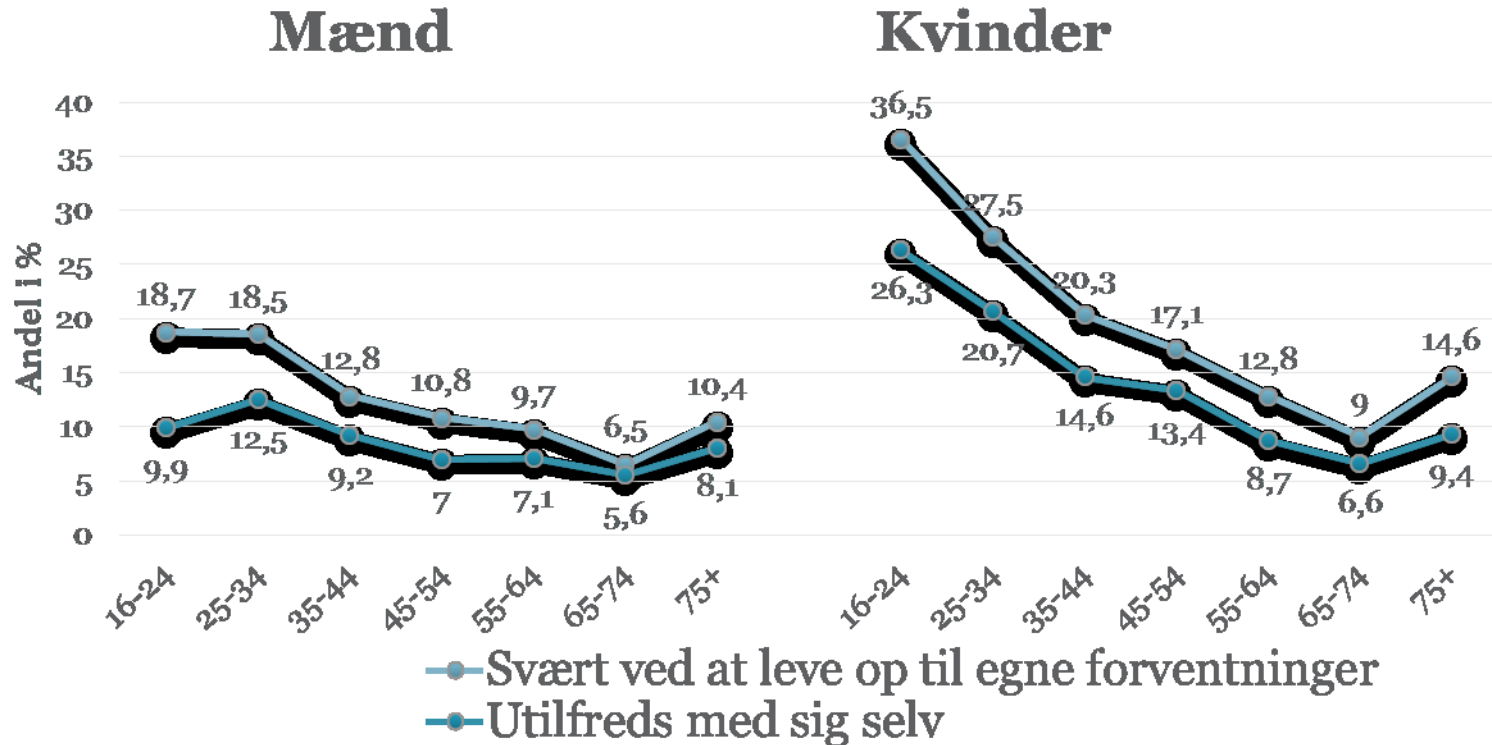
Brug af sociale medier

Selværd

Søvnforstyrrelser

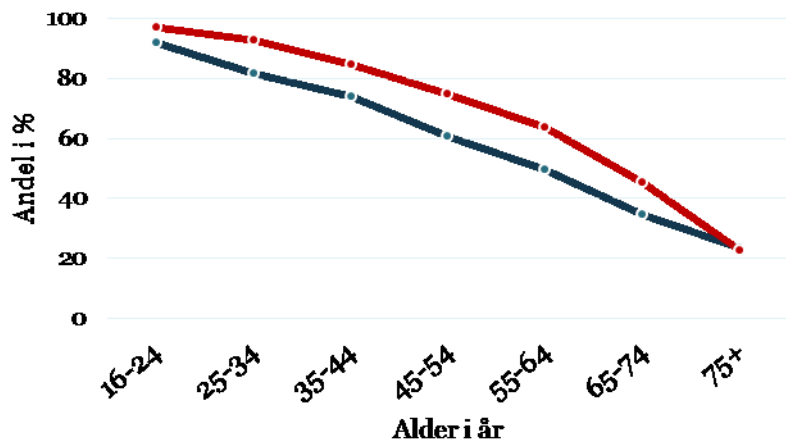
Svært ved at leve op til egne forventninger og utilfreds med sig

Hele tiden/det meste af tiden (seneste 4 uger)

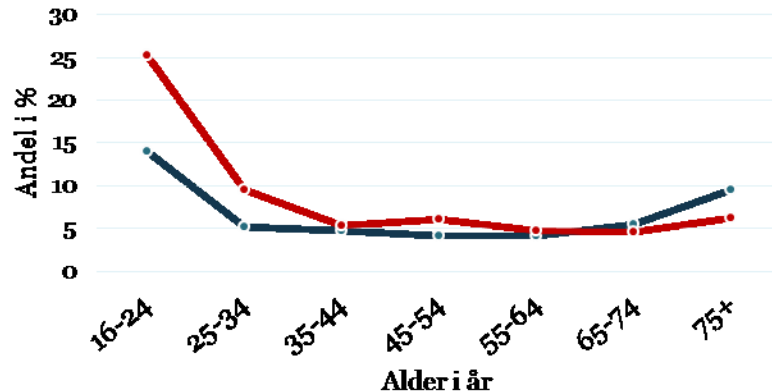


Brug af sociale medier

Andel, der dagligt bruger sociale medier

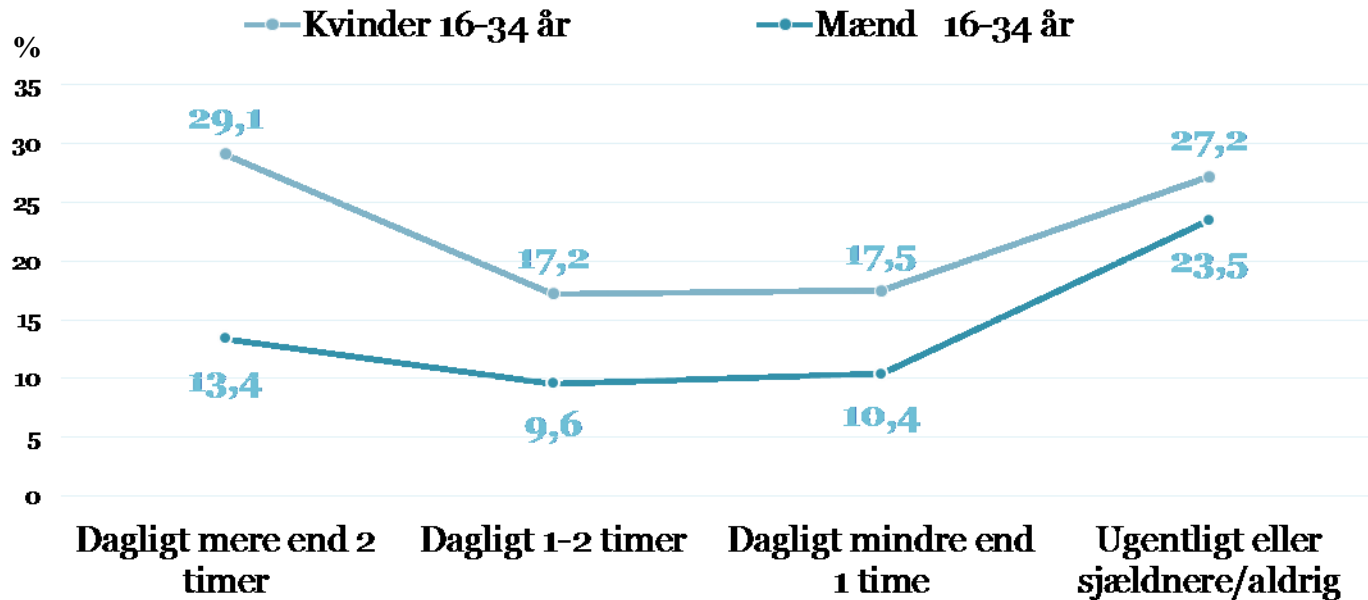


Andel, der bruger +3 timer om dagen på sociale medier blandt personer med dagligt forbrug



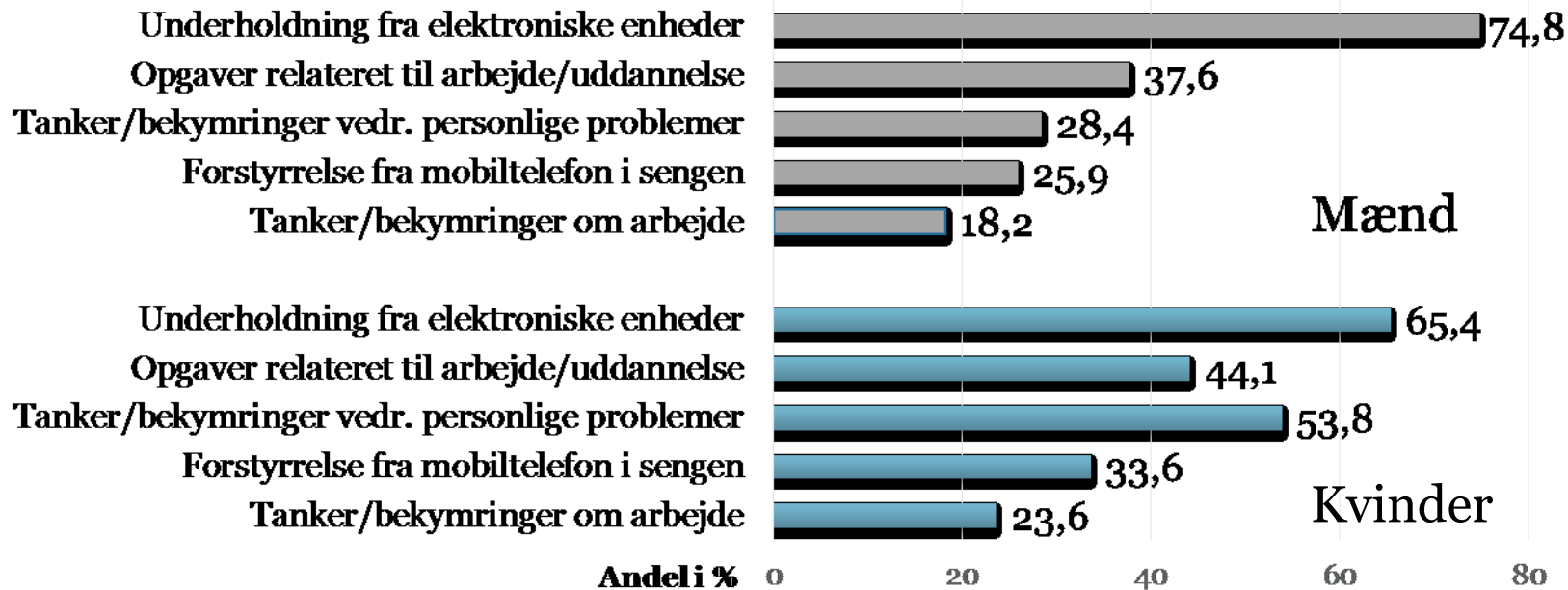
—●— Mænd —●— Kvinder

Andel, der har lavt selvværd, opdelt efter brug af sociale medier (16-34 år)



Medvirkende årsager til ikke at føle sig udhvilet

Blandt 16-24-årige der aldrig (næsten aldrig) får søvn nok til at føle sig udhvilede



Fra Region Midtjylland....

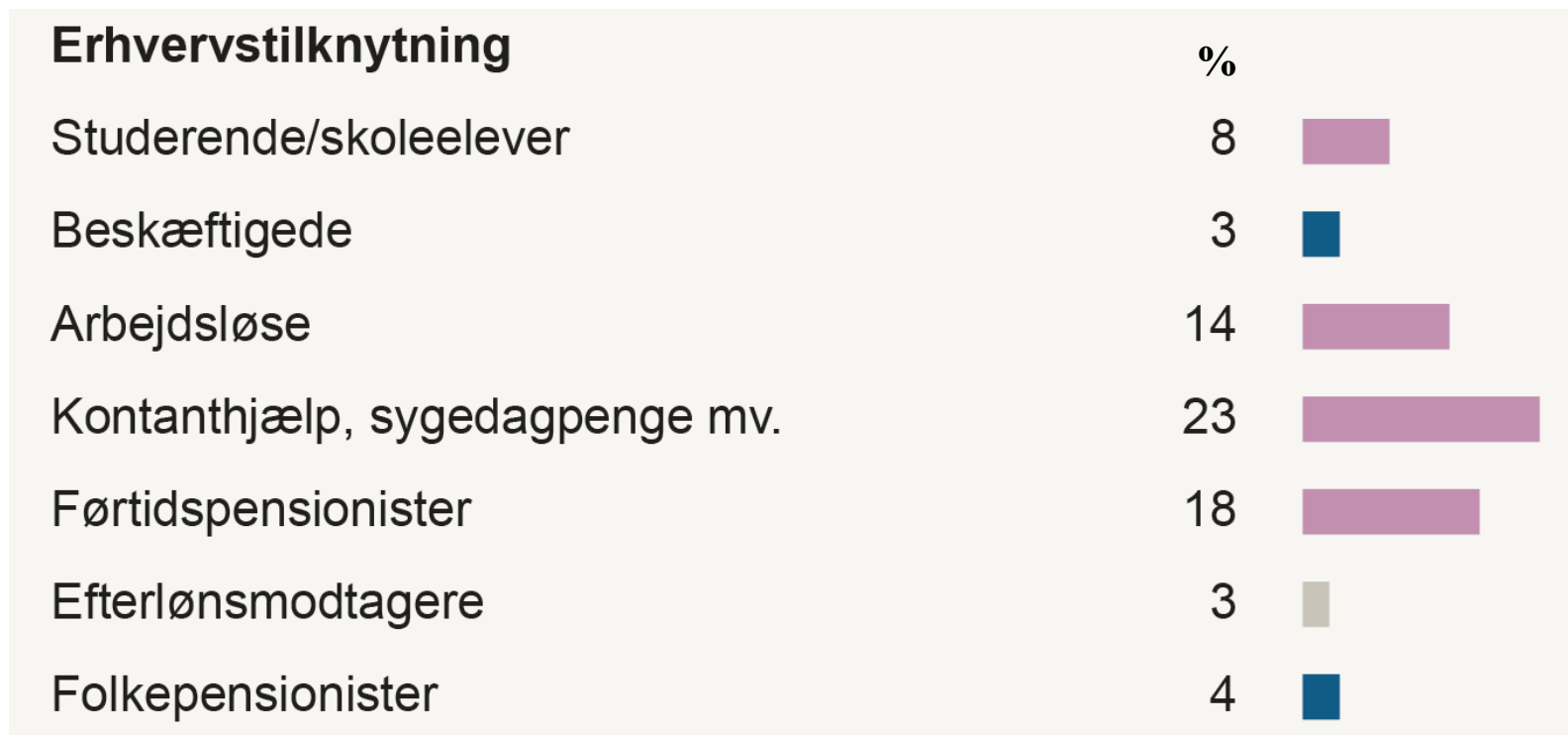


Depression

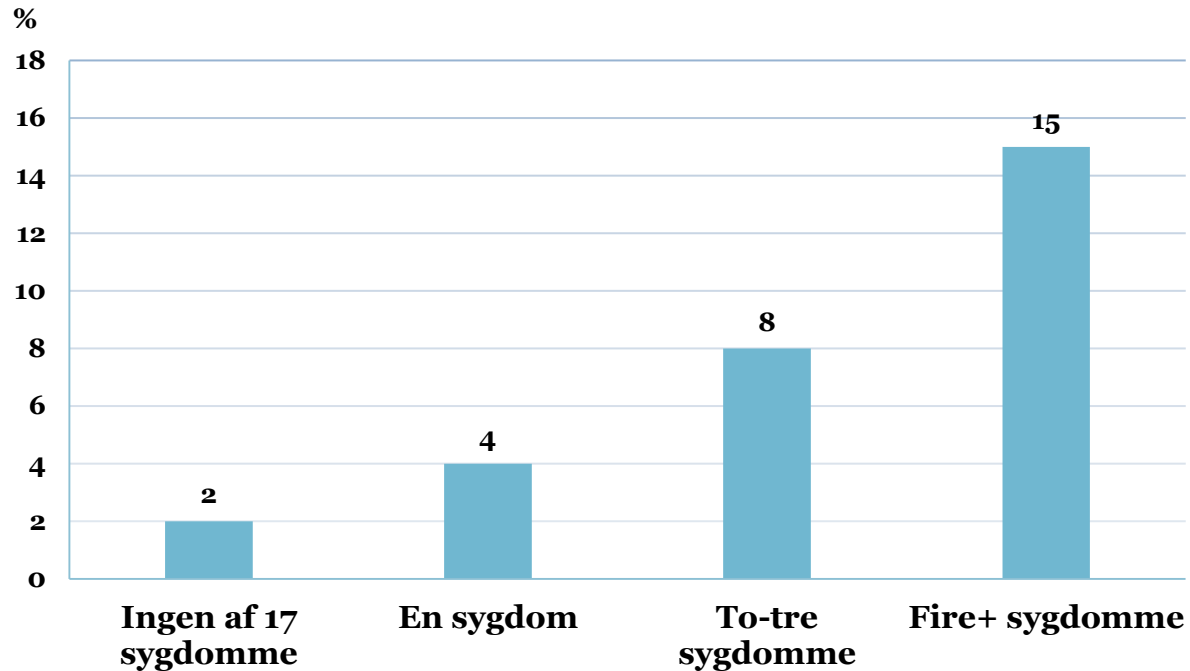
Ensomhed

Kroniske sygdomme

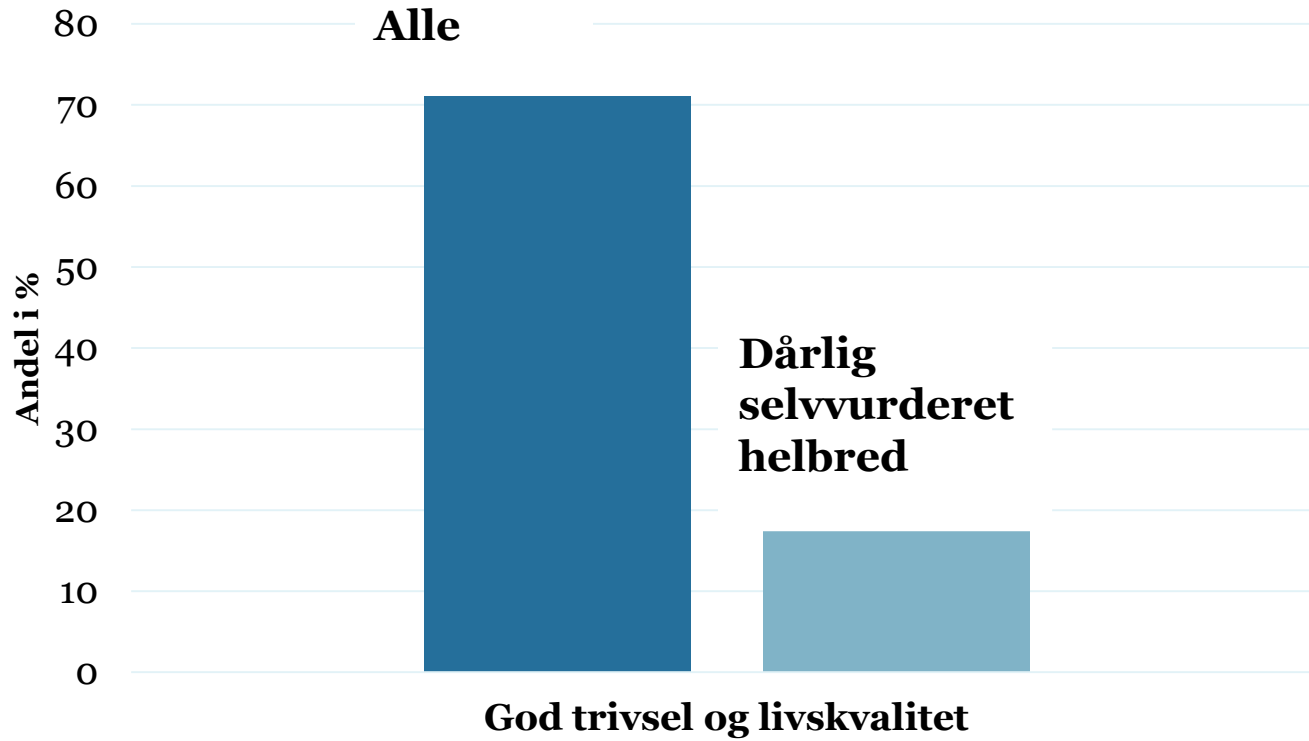
Symptomer på depression (alle = 6 %)



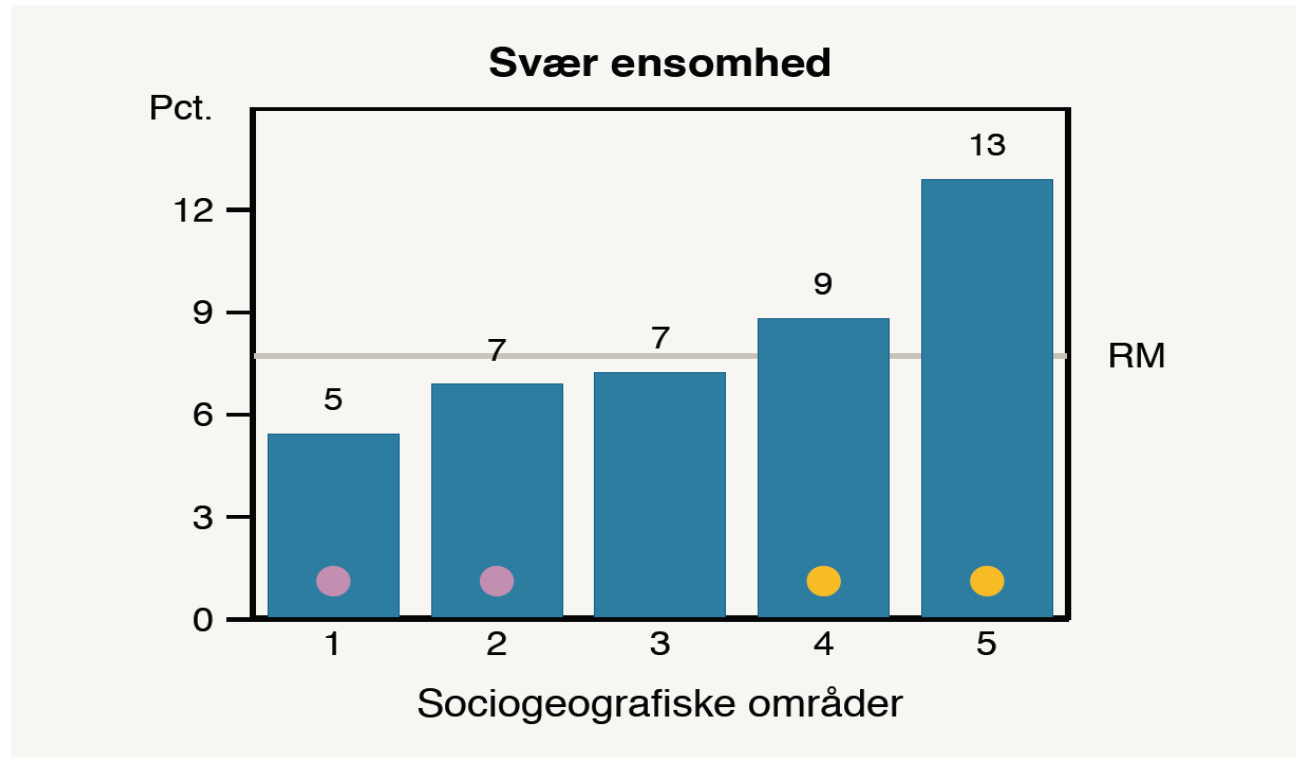
Symptomer på depression - og antallet af kroniske sygdomme



Trivsel og livskvalitet blandt personer med dårlig selvvurderet helbred



Ensomhed – og sociogeografiske områder



Fra Region Sjælland....



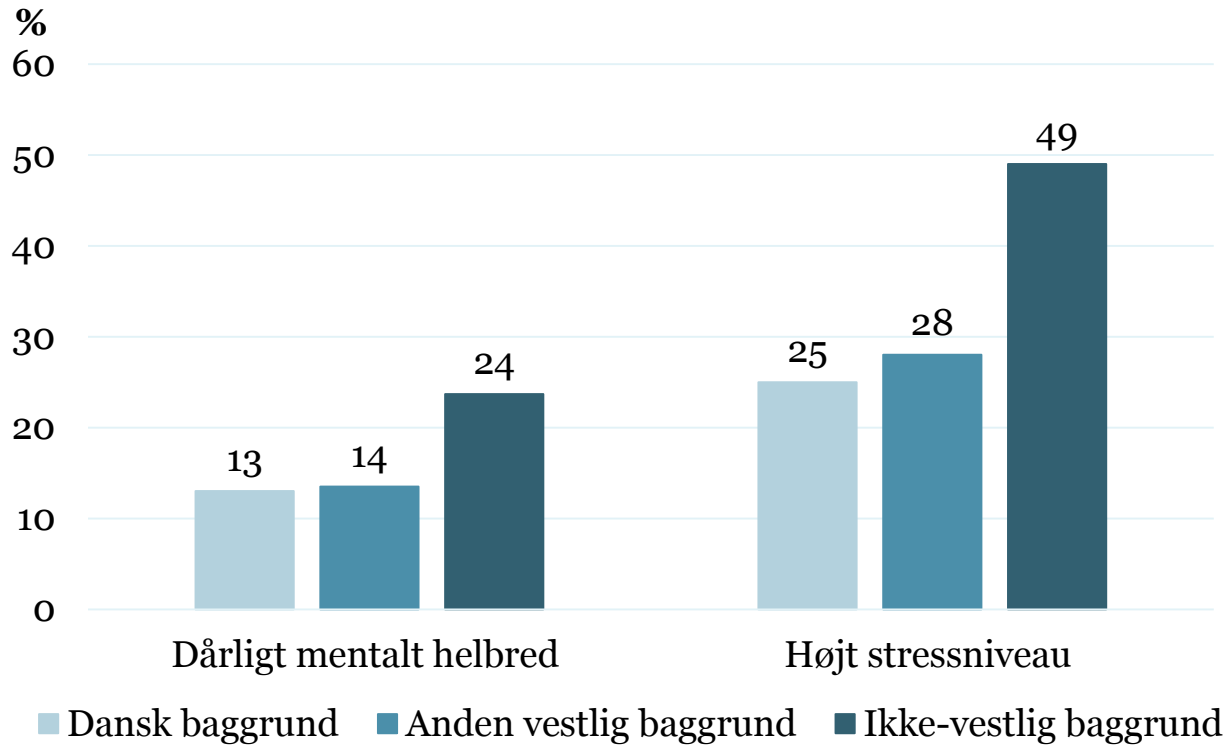
Søvn

Sundhedsadfærd

Etnisk baggrund

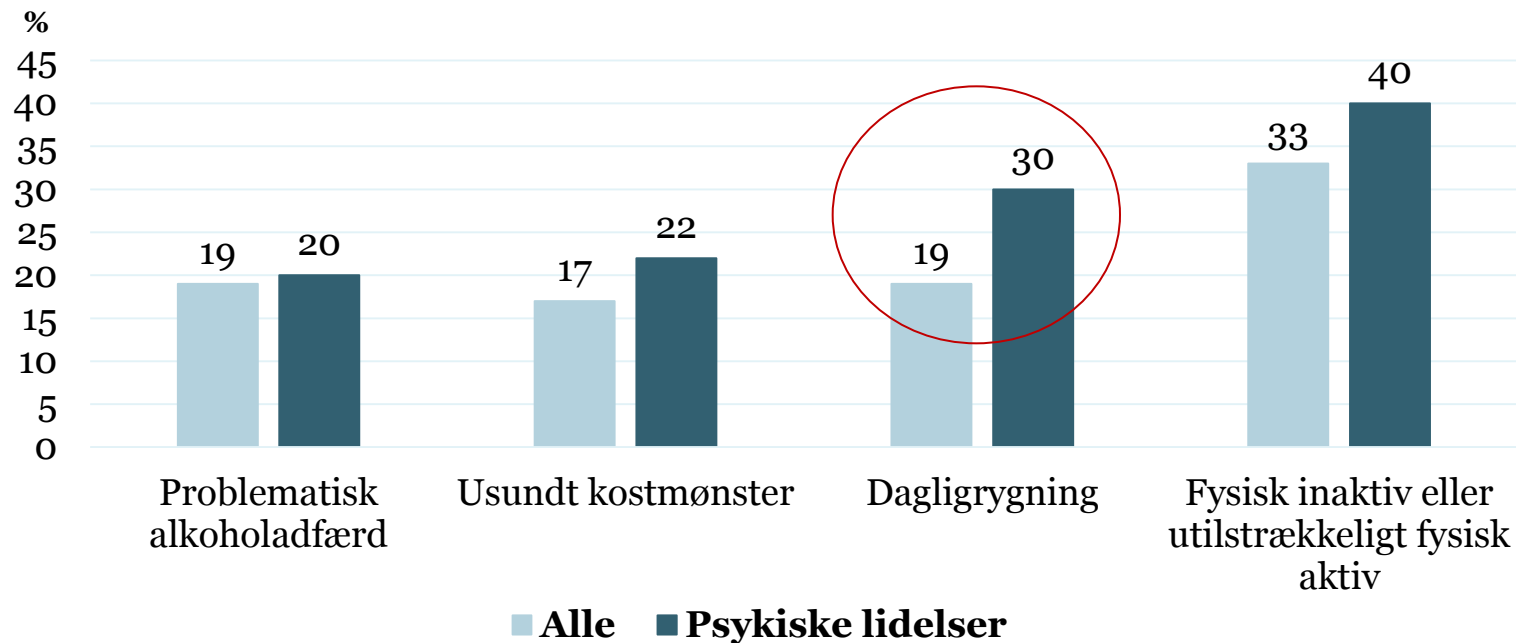


Mentalt helbred og etnisk baggrund

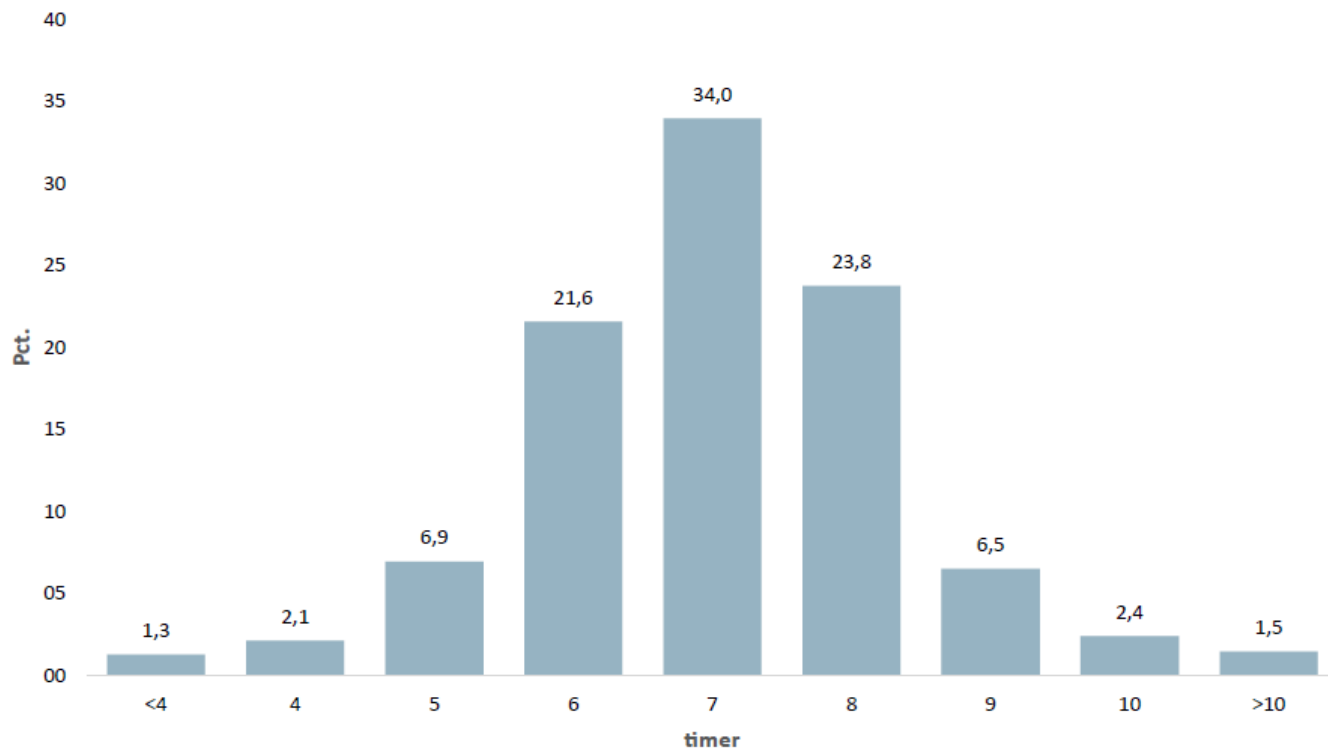


Sundhedsadfærd blandt borgere med psykiske lidelser

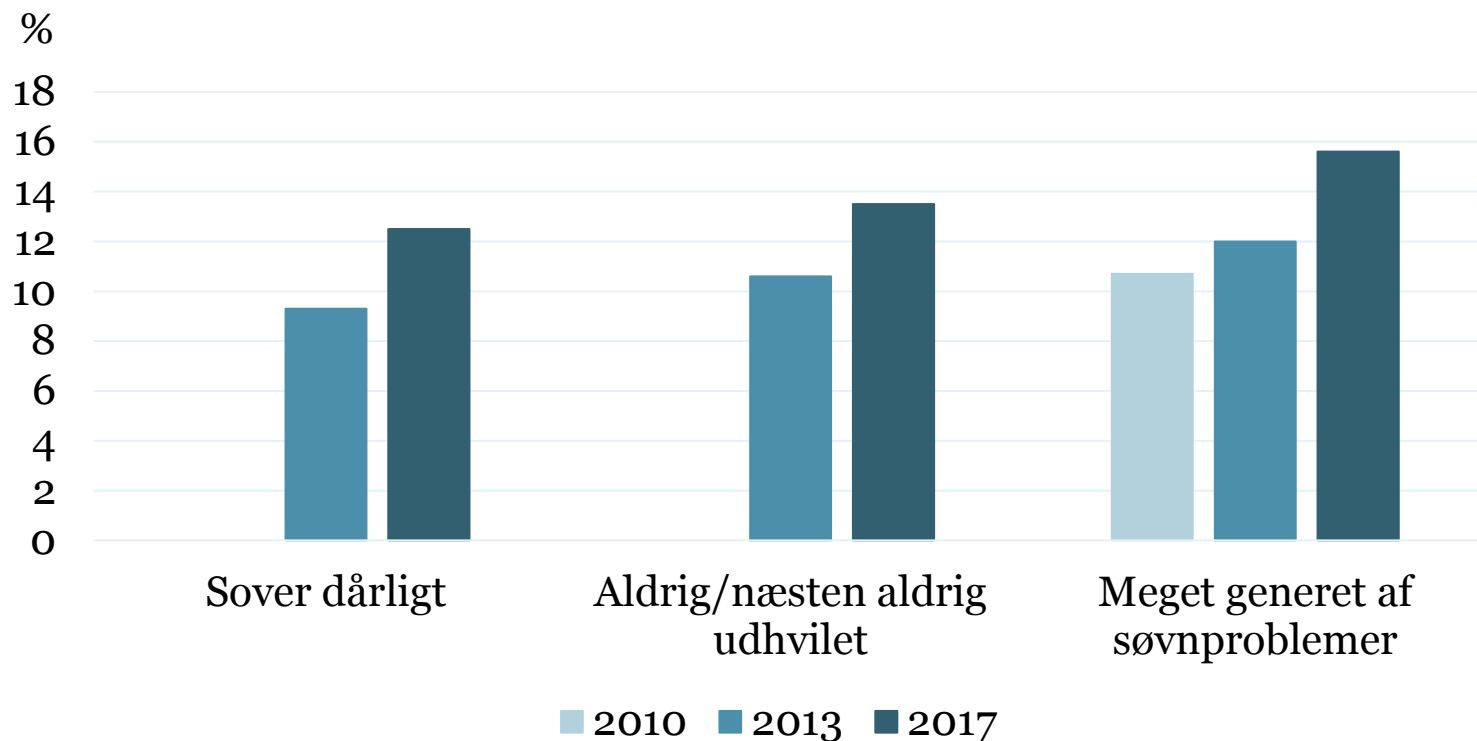
Andel borgere med uhensigtsmæssig sundhedsadfærd



Borgernes søvn



Forværring af borgernes søvnkvalitet



Søvnlængde/søvnkvalitet og mentalt helbred

