

## FAKTAARK - Danskernes sundhed – Den Nationale Sundhedsprofil 2017

### Resultater fra rapporten:

#### Rygning

- Andelen, der ryger dagligt, er stagneret. I alt oplyser 16,9 % af befolkningen, at de ryger dagligt og 5,5 % ryger indimellem. Samlet set er der 22,4 % der ryger hvilket svarer til 1,06 mio. voksne, der ryger.
- For mænd mellem 16-24 år er andelen af dagligrygere steget med 1,9 procentpoint til 17,1 % i perioden 2013-2017. For kvinder i samme alder er andelen steget 1,4 procentpoint til 14,2 %.
- Andelen, der ryger dagligt, er markant større blandt personer med grundskole som højest gennemførte uddannelsesniveau (25,4 %) end blandt personer med en lang videregående uddannelse (6,7 %).

#### Alkohol

- Andelen, der drikker over Sundhedsstyrelsens højrisiko- og lavrisikogrænser, er faldet fra 2010 til 2017. Det gælder for alle køns- og aldersgrupper undtagen mænd over 75 år, hvor andelen stort set er uændret fra 2013-2017
- Andelen, der hver måned drikker fem eller flere genstande ved samme lejlighed, er også faldet fra 29,5 % i 2013 til 26,7 % i 2017.

#### Kost

- Andelen, der har et usundt kostmønster er steget fra 13,3 % i 2010 til 15,9 % i 2017.
- Der er en stor kønsforskel i andelen, der har et usundt kostmønster. 20,3 % mænd og 11,6 % kvinder har usundt kostmønster i 2017.
- Andelen med et usundt kostmønster er markant større blandt personer med grundskole som højest gennemførte uddannelsesniveau (26,7 %) end blandt personer med en lang videregående uddannelse (5,4 %).

#### Fysisk aktivitet

- 77,3 % mænd og 79,6 % kvinder i alderen 16-24 år angiver, at de tilbringer mere end 8 timer om dagen som stillesiddende tid (på hverdagene).
- 28,8 % opfylder ikke WHO's minimumsanbefalinger for fysisk aktivitet. De lyder: Mindst 150 minutters fysisk aktivitet ved *moderat* intensitet pr. uge eller mindst 75 minutters fysisk aktivitet ved *hård* intensitet pr. uge.
- Der ses en klar uddannelsesmæssig sammenhæng, således at 42,4 % med grundskole som højest gennemførte uddannelsesniveau ikke opfylder WHO's minimumsanbefaling for fysisk aktivitet i modsætning til 23,8 % blandt personer med en lang videregående uddannelse.

#### Overvægt

- Andelen, der er moderat eller svært overvægtige, er steget fra 46,8 % i 2010 til 51 % i 2017.
- 16,8 % er svært overvægtige, dvs. med et BMI på 30 eller derover.

- Andelen med svær overvægt er i perioden 2010 til 2017 steget for både mænd og kvinder og i alle aldersgrupper.
- Andelen, der er svær overvægtige, er markant større blandt personer med grundskole som højest gennemførte uddannelsesniveau (26,3 %) end blandt personer med en lang videregående uddannelse (8,1 %).

#### Flere samtidige risikofaktorer

- Mænd har generelt flere samtidige risikofaktorer fx både rygning, alkohol og svær overvægt end kvinder. Blandt mænd er der 7,6 %, der har 3-5 risikofaktorer, mens det kun er 4,7 % blandt kvinder.
- Der er en stærk sammenhæng mellem højest gennemførte uddannelsesniveau og antal samtidige risikofaktorer. Andelen, der har 3-5 risikofaktorer, er størst blandt personer med grundskole som højest gennemførte uddannelsesniveau (16,7 %) og mindst blandt personer med en lang videregående uddannelse (2,1 %).

#### Selv vurderet helbred

- Andelen af danskere, der vurderer deres helbred som fremragende, vældig godt eller godt, er faldet fra 85,0 % i 2010 til 83,2 % i 2017.
- Andelen af personer der vurderer deres helbred som fremragende, vældig godt eller godt, stiger fra 68,1 % blandt personer med grundskole som højeste gennemførte uddannelsesniveau til 92,1 % blandt personer med en lang videregående uddannelse.

#### Dårligt mentalt helbred

- Andelen af danskere med dårligt mentalt helbred er steget med 3,3 procentpoint siden 2010.
- Andelen er især steget i den yngste aldersgruppe (16-24 år). For kvinder i den yngste aldersgruppe, er andelen med dårligt mentalt helbred steget med 8 procentpoint siden 2010, mens andelen blandt mænd i samme aldersgruppe med dårligt mentalt helbred er steget med 4,6 procentpoint siden 2010.
- Der er en kønsforskel i andelen med dårligt mentalt helbred, idet 15,5 % af kvinderne har et dårligt mentalt helbred, mens det kun gælder for 10,9 % af mændene.

#### Stress

- Andelen af danskere med et højt stressniveau er steget fra 20,8 % i 2010 til 25,1 % i 2017.
- Der er en stor kønsforskel, idet 29,0 % af kvinderne har et højt stressniveau, mens det gælder for 21,0 % af mændene.
- Omkring halvdelen af de personer, der er arbejdsløse, førtidspensionister eller på anden vis uden for arbejdsmarkedet, har et højt stressniveau, mens det gælder for 19,4 % af de personer, der er beskæftigede.

### **Hvad skal sundhedsprofilen bruges til?**

Sundhedsprofilen er et vigtigt redskab og et afgørende vidensgrundlag i arbejdet med at monitorere danskernes sundhed, til politisk rådgivning og i tilrettelæggelse af nationale indsatser, bl.a. i opdatering af anbefalinger i forebyggelsespakkerne til kommunerne.

Ud over den nationale sundhedsprofil lancerer regionerne regionale sundhedsprofiler. De kan vise sundhedsmæssige problematikker geografisk og pege på befolkningsgrupper, der er i særlig risiko for at udvikle sygdom og dårligt helbred i de enkelte kommuner. På den måde giver sundhedsprofilerne en viden, der gør det muligt at sætte målrettet ind overfor forskellige grupper lokalt. Alle regioner tilbyder at rådgive de enkelte kommuner om deres befolknings sundhedstilstand og sundhedsadfærd ud fra viden i sundhedsprofilerne.