

Ny Rapport:

Unge livsstil og dagligdag 2001 - geografiske forskelle og ligheder

Ny rapport fra samarbejdet om "Unge livsstil og dagligdag" mellem Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsens Center for Forebyggelse – Offentliggøres lørdag 29. marts 2003

Tre amter indgår i undersøgelsen med en særlig stikprøve, nemlig Vestsjællands Amt, Ribe Amt og Københavns Kommune.

Hovedkonklusioner:

Der er flere ligheder end forskelle i de unges sundhedsadfærd uanset, hvor i landet man bor.

Der er store ligheder i de unges trivsel og sundhedsadfærd over hele landet. Flertallet af de unge 16-20årige trives i det daglige og vurderer selv deres helbred til at være godt. Det gælder uanset, hvor i landet man bor. Ca. halvdelen af de unge dyrker motion i fritiden. Det store flertal ryger ikke dagligt og har heller ikke et forbrug af hash og andre illegale stoffer.

Over halvdelen har dog drukket alkohol inden for den seneste uge.

En forholdsvis stor gruppe af unge har en forhøjet helbredsrisiko

En gruppe af de 16-20årige viser tegn på dårlig trivsel, og de har samtidig har en livsstil, der kan skade deres helbred. Denne gruppe tæller cirka en fjerdedel af de 16-20årige, og udgør således en forholdsvis stor gruppe.

- 21% af drengene og 19% af pigerne har ingen fysisk aktivitet af moderat intensitet
- 24% af drengene og 23% af pigerne er dagligrygere
- 21% af drengene og 13% af pigerne har drukket mere alkohol i løbet af ugen end Sundhedsstyrelsens anbefalede genstandsgrænser for voksne
- 40% af drengene og 31% af pigerne har prøvet et eller flere illegale stoffer, primært hash.
- 11% af drengene og 17% af pigerne oplever, at de ofte eller meget ofte er ensomme.
- 3% af drengene og 6% af pigerne svarer "ja, meget" til, at de har personlige problemer, som gør det vanskeligt at klare de daglige gøremål, mens 25% og 40% svarer "i nogen grad".
- 15% af drengene og 14% af pigerne er overvægtige
- 14% af drengene og 21% af pigerne oplever, at deres helbred kun er nogenlunde eller dårligt.

En femtedel af de 16-20årige er fysisk inaktive, og ca. hver syvende er overvægtig

En femtedel af de 16-20årige er fysisk inaktive. 21% af drengene og 19% af pigerne har i deres fritid ikke nogen form for fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet - hvilket vil sige lidt højere puls end normalt eller sved på panden.

Ca. 15% er overvægtige og 4% af dem er svært overvægtige.

Der er tydelig sammenhæng mellem trivsel og livsstil.

Vaner hænger sammen. De, der trives dårligt, har også en mere usund livsstil. Der er en stærk sammenhæng mellem dårlig trivsel og dagligrygning, mellem dårlig trivsel og brug af hash og mellem dårlig trivsel og fysisk inaktivitet.

Sammenhængen er særlig tydelig i forhold til rygning. Der er flere dagligrygere end ikkerygere, som viser tegn på dårlig trivsel, bruger hash, drikker sig fulde og er fysisk inaktive. Denne gruppe har dermed en betydelig forøget helbredsrisiko.

De unge vil gerne have regler, der kan støtte op om sundheden.

De unge har en meget positiv holdning til restriktioner i forhold til rygning og alkoholforbrug på uddannelsessteder og arbejdspladser. 90% går således ind for begrænsninger i adgangen til at ryge på ungdomsuddannelserne, og mere end hver anden svarer ja til, at der skal være en alkoholpolitik på deres uddannelse/arbejdsplads.

Kontaktpersoner:

Om undersøgelsen generelt:

Gert Allan Nielsen, Kræftens Bekæmpelse, 3525 7516

Om fysisk aktivitet:

Lene Ringgaard, Kræftens Bekæmpelse, tlf. 3525 7634

Mette Lindstrøm, Sundhedsstyrelsen, tlf. 7222 7764

Om overvægt:

Lene Ringgaard, Kræftens Bekæmpelse, tlf. 3525 7634

Ulla Hølund, Sundhedsstyrelsen, tlf. 7222 7772

Om tobak:

Stine Flod Olsen, Sundhedsstyrelsen, 7222 7768

Om alkohol:

Kit Broholm, Sundhedsstyrelsen, 7222 7751

Om narkotika:

Anne-Marie Sindballe, Sundhedsstyrelsen, 7222 7746

Københavns Kommune: Birgitte Finnemann Bruun tlf. 35 30 35 75 eller Rose Ulrich tlf. 35 30 35 17

Ribe Amt: Lars Iversen tlf. 79 88 60 00

Vestsjællands Amt: Ragnhild Lindsøe tlf. 57 87 25 33