

Sådan står det til med sundheden i Rebild Kommune 2010



Rebild
KOMMUNE



SÅDAN STÅR DET TIL I REBILD KOMMUNE

Det er igen i år med stor tilfredshed, at Rebild Kommunes borgere har medvirket aktivt til at give et billede af Region Nordjyllands sundhedsprofil. I lighed med den forrige undersøgelse, der fandt sted i 2007, har borgerne i Rebild Kommune den højeste besvarelsesprocent i hele den nordjyske region: 68 % af de udsendte spørgeskemaer er blevet besvaret.

Formålet med undersøgelsen er at give politikerne i Rebild Kommune et billede af sundhed, trivsel og sygdom hos borgerne i kommunen. Resultaterne vil blive brugt i den løbende indsats for at forbedre folkesundheden.

I Rebild Kommune står sundhed højt på dagsordenen, og kommunen er optaget af, hvordan vi kan støtte borgerne i at skabe sig et sundt liv med en høj grad af livskvalitet. I lighed med det sundhedsbegreb, der er baggrund for undersøgelsen, er det kommunens grundlæggelse opfattelse, at sundhed ikke blot er fravær af sygdom, men at sundhed også handler om fysisk, psykisk og social trivsel.

Mange af spørgsmålene går igen fra den undersøgelse af sundhedstilstanden blandt regionens - og dermed Rebild Kommunes - borgere, der fandt sted i 2007. Dette giver mu-



Anni Winther
Borgmester: Anni Winther

lighed for at tage de indledende skridt i kortlægningen af, hvordan borgernes opfattelse af egen sundhed udvikler sig.

Den foreliggende sundhedsprofil giver et aktuelt billede af borgernes vurdering af egen sundhedstilstand. Dermed har vi fået et fortrinligt udgangspunkt for den videre udvikling af Kommunens Sundhedspolitik. Derudover vil vi bruge svarene målrettet, når der sættes nye initiativer i gang indenfor sundhedsfremme og forebyggelse.

OM UNDERSØGELSEN

I februar 2010 fik 35.700 statistisk udvalgte borgere over 16 år i Region Nordjylland et spørgeskema med titlen: "Hvordan har du det? En undersøgelse af trivsel, sundhed og sygdom i Region Nordjylland".

23.392 – eller mere præcist 65,5 % af de spurgte – udfyldte og indsendte skemaet pr. post eller på nettet. Undersøgelsen skete samtidig med en tilsvarende landsdækkende undersøgelse, hvor 51 spørgsmål var ens for hele landet, mens nordjyderne svarede på 25 ekstra spørgsmål, fordi undersøgelsen i Nordjylland bygger på et bredt og rumligt sundhedsbegreb, der definerer sundhed som andet og mere end blot fravær af sygdom. Sundhed handler også om fysisk, psykisk og social trivsel og påvirkes af kontakt mellem mennesker, den generelle tillid og tryghed samt af samfundets og lokalsamfundets rammer og muligheder – også kaldet social kapital.

Svarene er blevet indtastet, rensat for fejl og har undergået statistiske vægtninger af Danmarks Statistik, så tallene kan sammenlignes på tværs af de enkelte kommuner og på landsplan. Denne lille pjece præsenterer nogle af de vigtigste resultater i kommunen. Den tjener som et kort opslagsværk til politikere, medarbejdere, samarbejdspartnere i sundhedsvæsenet og kommunens borgere. En uddybende rapport for sundhedsprofessionelle, politikere og medarbejdere der arbejder med sundhed, sundhedspolitik og sundhedsøkonomi findes i den mere dybtgående regionale "Sundhedsprofil 2010. Trivsel, sundhed og sygdom i Nordjylland", der kan findes på www.hvordanhardudet.rn.dk.

Pjecen omhandler udvalgte dele af undersøgelsens hovedområder. Der sammenlignes med tal for hele regionen, og der sammenlignes med Sundhedsprofilen for 2007, hvor det er muligt. Desværre er en række spørgsmål stillet forskelligt, så sammenligning ikke altid er mulig.



SELVVURDERET HELBRED

Helbredsrelateret livskvalitet og personlig velbefindende

"Hvordan har du det?" var titlen på og sloganet for undersøgelsen om trivsel, sundhed og sygdom, som blev gennemført i foråret 2010, og hvis resultater nu præsenteres. Spørgsmålet skal tages meget bogstaveligt, for den enkeltes svar på, hvordan han eller hun har det – det selvvaluerede helbred – er en meget god indikator på sundhed. Hvis man trives, selv synes man har det godt og føler sig frisk og rask, så øger det chancen for et længere liv med mindre sygdom.

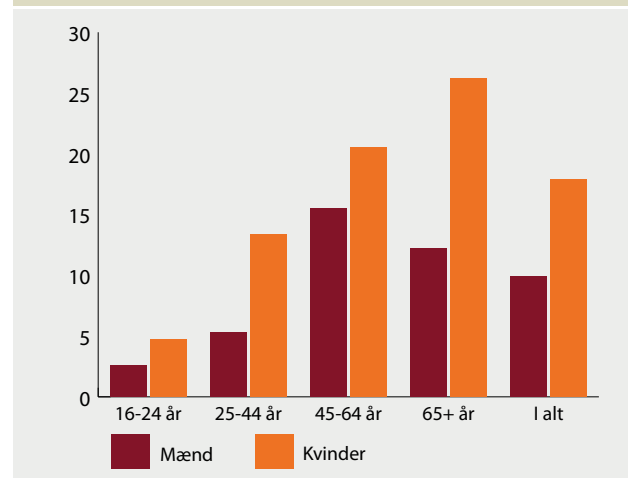
Selvvalueret helbred kan afspejle indre og ydre ressourcer, der kan trækkes på i forbindelse med sygdom, og et godt selvvalueret helbred kan også være tegn på, at en person er bedre til at drage omsorg for sig selv i forbindelse med sygdom. Udover social kapital er selvvalueret helbred en vigtig parameter for det brede sundhedsbegreb, der ligger bag undersøgelsen. Da spørgsmålet om selvvalueret helbred blev stillet anderledes i 2007, er det desværre ikke muligt at vise en udvikling i tallene.

Spørgsmål: Hvordan synes du dit helbred er alt i alt? (%)

	Rebild	Region Nordjylland
Fremragende	11,3	11,4
Vældig godt	38,8	36,9
Godt	36,0	36,7
Mindre godt	11,6	12,5
Dårligt	2,2	2,6

86,2 % af borgerne i Rebild Kommune vurderer deres helbred som fremragende, vældig godt eller godt. Det er en anelse flere end regionsgennemsnittet. Det er især mændene, der vurderer deres helbred bedre, mens kvinderne ligger på niveau med regionen.

Andel med mindre godt eller dårligt selvvalueret helbred i Rebild Kommune (%).



Oplevelsen af at have dårligt helbred stiger med alderen, og der er flere kvinder end mænd, der vurderer deres helbred mindre godt eller dårligt. Af de ældste mænd vurderer kun 12,2 %, at de har mindre godt eller dårligt helbred, hvilket er lavt i forhold til regionen. Tilsvarende vurderer 26,2 % af kvinder over 65 år og 20,5 % af kvinder mellem 45 og 64 år deres helbred som mindre godt eller dårligt. Det svarer nogenlunde til billedet på regionsniveau.

SUNDHEDSVANER

Der er direkte sammenhæng mellem Kost, Rygning, Alkohol og Motion (KRAM-faktorerne) og en lang række alvorlige livsstilssygdomme. En vigtig del af den borgerrettede sundhedsfremmende indsats retter sig derfor mod KRAM-faktorerne, fordi en sundere levevis med færre risikofaktorer kan betyde både flere leveår og flere gode leveår uden alvorlige sygdomme.

Rygning

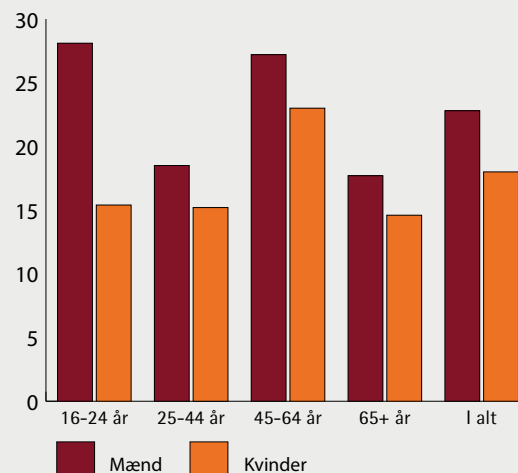
Rygning er den enkeltfaktor, der udgør den største sundhedsrisiko i Danmark. Rygning øger risikoen for lungekræft, KOL (rygerlunger), hjerte-kar sygdomme samt en lang række andre sygdomme – herunder en række kræftformer. Næsten alle organer påvirkes af rygningens skadelige effekter, og rygning kan forværre prognosen for en lang række sygdomme, hvor det ikke er den direkte årsag.

Spørgsmål: Ryger du eller har du tidligere røget? (%)

	Rebild		Regionen
	2010*	2007*	2010
Ja, hver dag	20,5	22,7	21,6
Ja, mindst en gang om ugen	0,9	1,3	1,7
Ja, sjældnere end hver uge	1,9	2,8	1,9
Nej, jeg er holdt op	25,4	21,9	27,2
Nej, jeg har aldrig røget	51,4	51,3	47,6

*) I 2010 er svarene hentet hos borgere fra 16 år og opefter.
I 2007 er der kun svar fra borgere i aldersgruppen 16-79 år.

Andel af borgere i Rebild Kommune, der ryger dagligt (%)



Andelen af rygere er faldet og ligger under regionsgennemsnittet. Der er 22,8 % mænd og 18 % kvinder, der ryger. Mændene følger regionsniveauet mens kvinderne ligger 2 procentpoint under. Der er flest rygere i gruppen af 45 – 64 årige med 27 % hos mændene og 23 % hos kvinderne. Blandt de 16-24 årige mænd ryger hele 28,7 %, hvilket er næsten 10 procentpoint over regionen. Der er dog tale om et meget lille antal personer i denne aldersgruppe.

FAKTA RYGNING

- Rygere dør i gennemsnit 7 - 10 år tidligere end ikke rygere og har flere leveår med langvarigt belastende sygdom end ikke-rygere.

Alkohol

Alkohol er et nydelsesmiddel, der i dansk tradition og kultur for mange hænger sammen med hyggeligt samvær, fritidsliv og fest. Et storforbrug kan dog have negative helbreds- mæssige og sociale konsekvenser. Sundhedsstyrelsens nye anbefalinger er, at mænd højst drikker 14 genstande om ugen og kvinder højst 7. Det anbefales at stoppe før fem genstande ved samme lejlighed. Børn og unge under 16 år anbefales slet ikke at drikke alkohol, og det samme gælder gravide. Overholdes Sundhedsstyrelsens udmeldinger om 14/7 har man lav risiko for at udvikle sygdom som følge af alkohol. Overstiger forbruget 21 genstande om ugen for mænd og 14 for kvinder, har man et højrisikoforbrug, og det vurderes, at der er høj risiko for at udvikle sygdomme på grund af alkohol.

Andel af borgere, der har et højrisikoforbrug af alkohol (over 21/14 genstande/uge) (%)

	Rebild	Regionen
Mænd	9,5	11,3
Kvinder	5,2	7,2
I alt	7,5	9,3

Andelen af borgere, der har et højrisikoforbrug af alkohol, er lavere i Rebild Kommune end i regionen som helhed. Både for mænd og kvinder er der tale om en mindre andel.

Tallene for Rebild Kommune er for små til at kunne bære en analyse på køn og alder. Men tallene for hele regionen viser, at andelen der har et højrisikoforbrug for både mænd og kvinder er klart størst blandt de 16 – 24 årige.

FAKTA ALKOHOL:

- Højrisikoforbrugere af alkohol dør i gennemsnit 4 – 5 år tidligere og har færre gode leveår.
- Stort alkoholforbrug kan have store sociale og familiemæssige konsekvenser i form af øget kriminalitet, arbejds-skader, anbringelser af børn m.v.

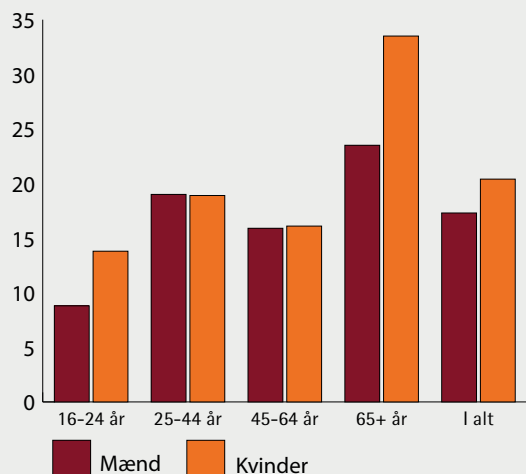
Motion – fysisk aktivitet

Ved fysisk aktivitet forstås ethvert muskelarbejde, der øger energiomsætningen. Det kan for eksempel være at cykle, løbe, lave havearbejde og tage trappen. Både øget intensitet og tid forøger den sundhedsfremmende effekt, og fysisk aktivitet har direkte indflydelse på antal leveår og år uden sygdom. For de fleste er de fysiske krav i dagligdagen igennem de seneste årtier blevet mindre. Samtidig har bedre økonomi og den teknologiske udvikling givet flere muligheder for – og fristelser til – at være mindre fysisk aktiv. Derfor er det blevet vigtigere at være mere opmærksom på fysisk aktivitet i fritiden. For lidt motion øger samtidig risikoen for overvægt.

Spørgsmål: Hvis du ser på det seneste år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse på din fysiske aktivitet i fritiden? (%)

	Rebild	Regionen
Konkurrenceidræt	3,8	5,0
Motionsidræt	21,9	20,4
Lettere motion	55,5	56,0
Fysisk inaktiv	18,8	18,5

Andel af borgere i Rebild Kommune der er fysisk inaktive (%)



Andelen af fysisk inaktive i Rebild Kommune er nogenlunde på niveau med regionen. Der er 20,4 % inaktive kvinder og 17,3 % inaktive mænd. Ser man på aldersgrupper stiger andelen af inaktive med alderen. Blandt borgere over 65 er 23,5 % af mændene og 33,5 % af kvinderne inaktive, hvilket for mændene i den lave ende af regionsgennemsnittet mens det for kvinderne ligner resten af regionen.

FAKTA FYSISK AKTIVITET

- Fysisk inaktive dør gennemsnitligt mellem fem og seks år tidligere end fysisk aktive.
- Sundhedsstyrelsen anbefaler, at voksne er fysisk aktive ved moderat intensitet mindst 30 minutter om dagen. Børn og unge, samt folk, der gerne vil tabe sig, bør være fysisk aktive 60 minutter om dagen.
- Det anbefales, at man mindst 2 gange ugentligt træner med høj intensitet 20 – 30 minutter for at træne og vedligeholde kondition, muskelstyrke, knoglesundhed og bevægelighed.

Kost

Kosten har indflydelse på helbredet både direkte og indirekte. U hensigtsmæssige kostvaner og usund kost med for meget sukker og mættet fedt og/eller for lidt frugt og grønt øger risikoen for hjerte-kar sygdomme, type 2-diabetes og visse kræftsygdomme. Indirekte øger usund kost, uhensigtsmæssige kostvaner og for stort energiindtag risikoen for overvægt og de livsstilssygdomme, der følger med. Usund kost nedsætter både levetiden og giver flere leveår med alvorlig sygdom.

Ud fra spørgeskemaets syv spørgsmål om kost er der udregnet en kostscore, der kan bruges som et simpelt mål for borgernes kostvaner. Den udregnede kostscore inddeler borgerne i tre kategorier:

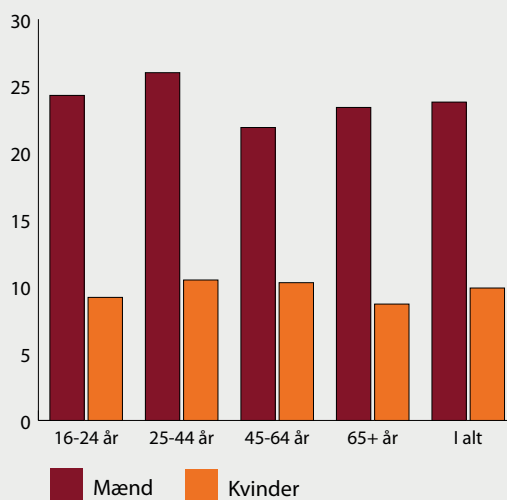
- *Sund kost* – generelt sunde kostvaner, herunder højt indtag af frugt, grønt og fisk samt lavt indtag af mættet fedt.
- *Middelsund kost* – middelhøjt indtag af frugt, grønt og fisk og mættet fedt.
- *Usund kost* – generelt usunde kostvaner, herunder meget lavt indtag af frugt, grønt og fisk og højt indtag af mættet fedt.

Kostvaner (%)

	Rebild	Regionen
Sund kost	19,0	18,0
Middelsund kost	64,1	63,7
Usund kost	17,0	18,3

Kostvanerne blandt borgerne i Rebild Kommune er lidt sundere end i regionen som helhed. Fordelt på køn og alder ses det, at 23,8 % af mændene og 9,9 % af kvinderne spiser usundt. For mændene er det på niveau med regionen, mens der er færre kvinder, der spiser usundt. Der er kun 9,2 % af de yngste kvinder, der spiser usundt, og det er lavt i forhold til regionsgennemsnittet. I forhold til de øvrige kommuner ses, at de yngste spiser sundere, mens de ældste spiser lidt usundere.

Andel af borgere i Rebild Kommune, der har usunde kostvaner (%)



Overvægt

Overvægt er i modsætning til de øvrige KRAM-faktorer ikke en vane eller risikoadfærd i sig selv, men er for langt de fleste menneskers vedkommende en følge af risikoadfærd. Der er en helbredsrisiko ved uhensigtsmæssig kost og fysisk inaktivitet i sig selv, og der er andre risici alene ved at være overvægtig. Er man både fysisk inaktiv, overvægtig og spiser forkert forøges risikoen for livsstilssygdomme, hvilket kan nedsætte antal leveår og kan give flere år med alvorlig sygdom. Følgerne af svært overvægt (BMI over 30) rammer kvinder hårdere end mænd, i form af færre gode leveår.

Der er i lighed med hele regionen flere overvægtige i 2010 end i 2007, og der er flere i Rebild Kommune end i regionen som helhed. Især kvinderne er med 17,3 % svært overvægtige overrepræsenterede. Mændene ligger med 17 % tæt på regionsniveau. Der er 23,3 % svært overvægtige kvinder mellem 25-44 år og 21,4 % mænd over 65 år. Det er høje tal i regionsammenhæng. Blandt de 45-64 årige er 19,9 % af mændene og 17,3 % af kvinderne svært overvægtige.

FAKTA OM OVERVÆGT

- Overvægt beregnes ud fra Body Mass Index (BMI):

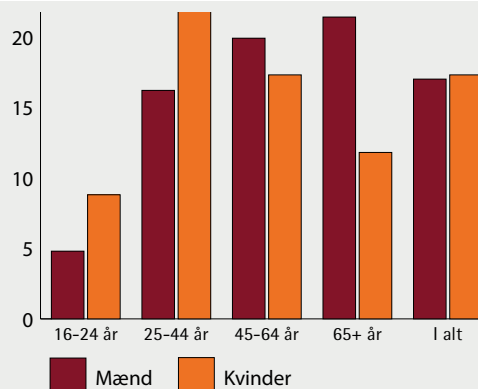
$$\frac{\text{vægt i kilo}}{(\text{højde i meter}) \times (\text{højde i meter})}$$
- Svært overvægtige dør i gennemsnit to til tre år tidligere end ikke overvægtige.
- Svært overvægtige mænd kan forvente fem færre leveår uden langvarig belastende sygdom end normalvægtige. For svært overvægtige kvinder er tabet hele 10 gode leveår.

Body Mass Index (%)

	Rebild 2010*	Rebild 2007*	Regionen 2010
Svær overvægt			
BMI over 30	17,1	12,4	15,7
Moderat overvægt			
BMI ml. 25 og 29,9	37,7	40,9	35,4
Normalvægt			
BMI ml. 18,5 og 24,9	42,6	44,0	46,6
Undervægt			
BMI under 18	2,6	2,8	2,3

*) I 2010 er svarene hentet hos borgere fra 16 år og opefter. I 2007 er der kun svar fra borgere i aldersgruppen 16-79 år.

Andel af borgere i Rebild Kommune, der er svært overvægtige (%)



SOCIAL KAPITAL

Social kapital er et udtryk for et samfunds sammenhængskraft. Det er summen af tillid, normer og netværk inden for et givent lokalsamfund, og det omfatter både de uformelle sociale bånd mellem mennesker og de mere formelle bånd, der knytter mennesker til samfundet via skoler, klubber, foreninger, arbejdspladser m.m. Sociale relationer er en god indikator på social kapital.

Sociale relationer har betydning for vores sundhed og helbred. Det har vist sig, at social kapital kan være med til at beskytte mod sygdom af såvel psykisk som fysisk art, ligesom det at indgå i sociale relationer kan være med til at fastholde og forbedre sunde vaner. Social isolation kan have den modsatte effekt. Her skal det også tilføjes, at sygdom kan føre til social isolation, og dermed fjerne muligheden for at drage nytte af den sociale kapital.

Tillid

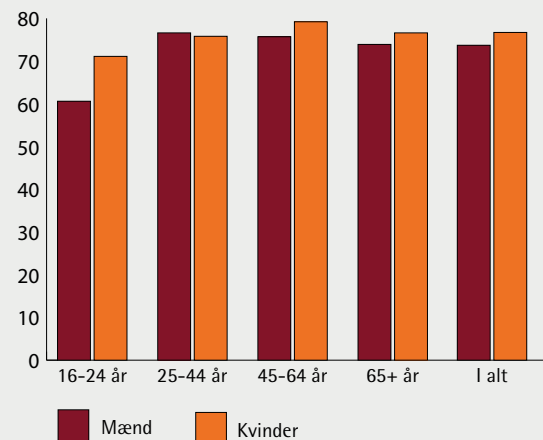
En væsentlig forudsætning for at der kan dannes holdbare sociale netværk er, at der er tillid mellem folk. I undersøgelsen er borgerne blevet spurgt, om de mener, de kan stole på andre mennesker.

75,2 % af borgerne er enige eller helt enige i, at man kan stole på de fleste mennesker. Tallet ligger lidt over regionsgennemsnittet på 72,6 %.

Spørgsmål: Hvor enig eller uenig er du i at man kan stole på de fleste mennesker? (%)

	Rebild	Regionen
Meget enig	13,9	12,4
Enig	61,3	60,2
Uenig	14,8	17,1
Helt uenig	3,7	3,9
Ved ikke	6,3	6,4

Andel af borgere i Rebild Kommune, der er enig eller helt enig i at man kan stole på de fleste mennesker (%)



Det er de 16-24 årige mænd, der trækker gennemsnittet ned. For de øvrige aldersgrupper gælder det, at der er ca. lige mange kvinder som mænd, der mener, at man kan stole på andre mennesker.

Derudover er der flere blandt de højst uddannede, der oplever, at man kan stole på andre mennesker (89%) end blandt dem uden uddannelse (64%).

En vigtig del af befolkningens sociale netværk og rammer for hverdagslivet er de offentlige institutioner. Det er derfor vigtigt, at borgerne har tillid til disse.

Andel af borgere, der har meget stor eller ganske stor tillid til følgende institutioner (%)

	Rebild	Region
Sundhedsvæsenet	78,5	77,1
Skolen	66,7	66,0
De sociale myndigheder	53,3	53,8

Der er relativt mange, der har stor tillid til sundhedsvæsenet, mens tilliden til både skole og de sociale myndigheder er mere begrænset. Generelt ligger tilliden til institutionerne på linje med regionsgennemsnittet.

Netværk

Udover tilliden til andre mennesker og samfundets institutioner er de sociale netværk, som en person indgår i, vigtige for sundheden. For at undersøge, hvor gode de sociale netværk er hos kommunens borgere, er de blandt andet blevet spurgt

Spørgsmål: Har du nogen at tale med, hvis du har problemer eller brug for støtte? (%)

	Rebild	Regionen
Ja, ofte	55,5	57,4
Ja, for det meste	33,2	29,7
Ja, nogen gange	8,7	9,5
Nej aldrig eller næsten aldrig	2,5	3,5

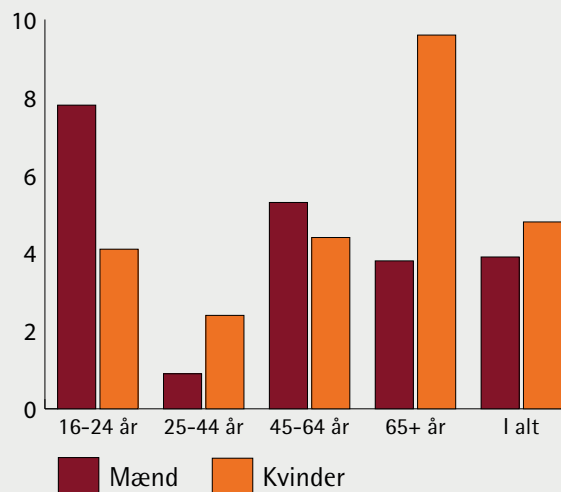
om, hvorvidt de har nogen at tale med, hvis de har problemer eller brug for støtte. Her ses det, at de fleste oplever, at de har nogen at støtte sig til, hvis de har brug for hjælp.

Der er i undersøgelsen også spurgt til, om borgerne er alene, selvom de mest har lyst til at være sammen med andre.

Det at være uønsket alene er ikke noget stort problem hos kommunens borgere. Der er dog 10 % af kvinderne over 65 år, der giver udtryk for, at de ofte er alene, hvor de helst ville være sammen med andre.

Der er blandt borgerne over 65 år, en væsentlig lavere tiltro til, at de helt sikkert kan få hjælp til praktiske problemer, hvis de bliver syge, end der er blandt de øvrige aldersgrupper.

Andel af borgere, der angiver at de ofte er alene, selvom de mest har lyst til at være sammen med andre (%)



Lokalsamfund

Et vigtigt aspekt af sundhed er de fysiske og sociale omgivelser og det miljø, som borgerne oplever i hverdagen. Det har derfor været vigtigt at belyse, hvordan tilfredsheden og deltagelsen i nærmiljøet er for borgerne. 81 % af borgerne har tilkendegivet, at de føler sig knyttet til deres lokalområde, og 92 % føler sig trygge ved at gå tur alene efter mørkets frembrud. Derudover har under 10 % angivet, at de er generet af støj, røg eller anden luftforurening i det område, de bor i.

Borgerne er i undersøgelsen også blevet spurgt, om der i deres lokalområde er mulighed for at benytte en lang række tilbud, samt om de er tilfredse med mulighederne. Det betyder, at selv om man angiver, at der ikke er stort udbud af f.eks. cafeer, restauranter og diskoteker, kan man godt være tilfreds med de muligheder der er, fordi de dækker det behov, man har.

Andel af borgere, der er tilfreds med muligheden for at benytte følgende i lokalområdet (%):

	Rebild	Regionen
Naturområder, parker og lign.	83,7	87,0
Biograf, teater, koncerter	64,2	69,6
Cafeer, restauranter, diskoteker	59,3	70,0
Ildrætsanslæg, fitness, motionscentre, svømmehaller, motionsstier og lign.	77,5	78,7
Arrangementer: motionsløb, byfester, sundhedsdage, kulturnat, "open by night" osv.	64,5	68,8
Muligheder for at omgås med naboer i fælles områder/lokaler	55,9	51,4

Borgerne i Rebild Kommune er på de fleste områder lige så tilfredse med deres muligheder for at benytte forskellige ting, som regionsgennemsnittet. Dog er der væsentlig færre, der er tilfredse med mulighederne for at gå på cafe, restaurant og diskotek i Rebild Kommune end i resten af regionen. Det er derudover bemærkelsesværdigt, at næsten halvdelen af borgerne er utilfredse med deres muligheder for at omgås med naboer i fællesområder eller -lokaler.

Deltagelse i foreningsliv

Deltagelse i lokalsamfundets aktiviteter giver mulighed for at udvikle netværk og venskaber. Mange deltager i foreningsliv og andre sociale aktiviteter i fritiden.

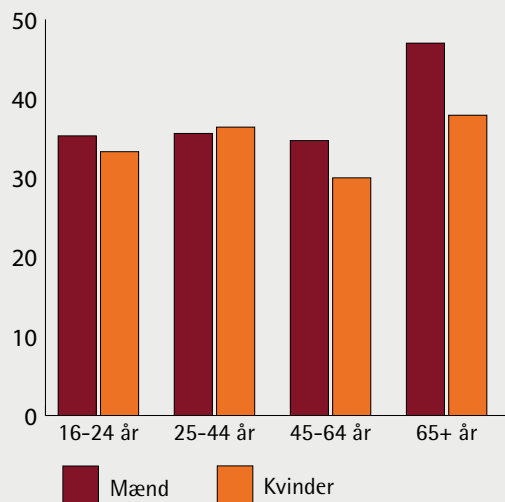
Spørgsmål: Deltager du i foreningsliv/frivilligt arbejde eller lign. aktiviteter (f.eks. sportsklub, (grund)ejerforening, bestyrelsesarbejde, aftenskole, samler penge ind, skolebestyrelse, værested osv.) i den by du bor i? (%)

	Rebild	Regionen
Ja, dagligt	3,7	3,4
1-2 gange om ugen	18,0	19,3
1-2 gange om måneden	14,0	12,7
Sjældnere	26,9	23,3
Aldrig	35,7	39,1
Ved ikke	1,8	2,2

I alt 36 % af borgerne er aktive i den by, de bor i, mindst en gang om måneden. Det er karakteristisk, at der i alle aldersklasser er et højt niveau af aktivitet, og især mændene over 65 gør sig bemærket ved at være meget foreningsaktive.

På trods af det høje aktivitetsniveau vil hver sjette mand og kvinde mellem 16 og 44 år gerne deltage mere i foreningslivet.

Andel af borgere i Rebild Kommune, der deltager i foreningsliv/frivilligt arbejde eller lign. i den by de bor i mindst én gang om måneden (%)



Arbejds miljø

En vigtig faktor i borgernes trivsel er deres arbejdsplads. De relationer, påvirkninger og vilkår, som mennesket arbejder under, kan i nogle tilfælde være belastende og i andre tilfælde stimulerende. Undersøgelser peger på, at en væsentlig del af sygefraværet på de danske arbejdspladser kan relateres til arbejdsmiljøfaktorer, og borgerne er derfor også blevet spurgt til deres fysiske og psykiske arbejdsmiljø.

I forhold til arbejdsmiljøet kan det ses, at der er en del, der er udsat for støj og tunge løft flere gange om ugen. Næsten halvdelen føler det nødvendigt at arbejde meget hurtigt for at nå deres arbejde. For alle tallene gælder det, at borgerne i Rebild Kommune ligger meget tæt på regionsgennemsnittet.

Andel af erhvervsaktive 25-64 åriges besvarelser angående arbejdsmiljø (%)

	Rebild	Regionen
Andel der dagligt eller flere gange om ugen er udsat for støj	43,1	43,0
Andel der dagligt eller flere gange ugentlig udfører tunge løft	28,5	30,7
Andel der har meget begrænset indflydelse på deres arbejde	13,7	15,2
Andel der føler det nødvendigt at arbejde meget hurtigt	49,6	49,0



SYGDOM

Borgerne er i undersøgelsen blevet spurgt, om de har nogen langvarig sygdom, langvarig eftervirkning af skade, handicap eller anden langvarig lidelse. Der spørges desuden ind til brug af praktiserende læge og håndkøbsmedicin.

I alt 31,9 % af borgerne i Rebild Kommune oplyser at have én eller flere langvarige sygdomme eller langvarige eftervirkninger heraf.

Andelen af kvinder med langvarig sygdom (33,1 %) er lidt større end andelen af mænd (30,7 %).

Når man beder borgerne tage stilling til en række konkrete sygdomme, som både kan være varige og ikke-varige, oplyser næsten to tredjedele, at de lider af sygdomme eller eftervirkningerne heraf. Der er dog betydelig forskel på kønnene, idet 68 % af kvinderne og 57 % af mændene angiver, at de har en eller flere sygdomme.



De hyppigst forekomne sygdomme for borgerne i Rebild Kommune og i hele regionen fremgår af nedenstående tabel (%).

	Rebild	Regionen
Slidgigt	20,3	20,5
Forhøjet blodtryk	19,8	19,7
Allergi	15,2	16,9
Migræne/hyppig hovedpine	14,8	15,5
Diskusprolaps / rygsygdomme	12,9	13,5

39 % af kvinderne og 32 % af mændene i undersøgelsen har to eller flere sygdomme og blandt de ældre over 64 år er det op mod tre fjerdedele, der har flere samtidige sygdomme.

En del sygdomme hænger naturligt sammen med alder eller køn, og i tabellen på modsatte side er vist, hvilke sygdomme der hyppigst forekommer i de forskellige aldersgrupper.

Tallene for kommunen er relativt små og er for usikre til at fordele på køn og alder. Tabellen viser derfor resultaterne for hele regionen, men billedet forventes ikke at være væsentligt forskelligt kommunerne imellem.

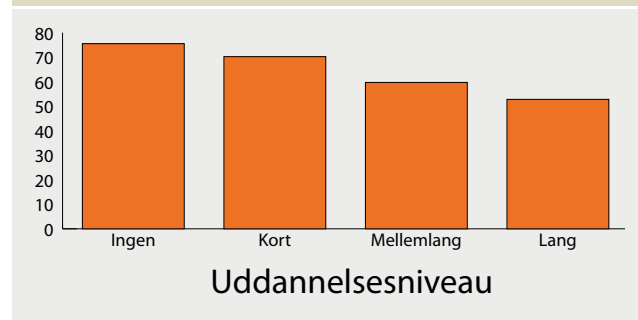
Hyppigst forekomne sygdomme i Region Nordjylland fordelt efter alder og køn (%).

	Kvinder	Mænd	I alt
16-24 år			
Allergi	24,3	17,8	20,9
Forbigående/varig psykisk lidelse	16,0	8,4	12,0
Migræne/hyppig hovedpine	20,0	7,1	10,9
Astma	9,5	7,3	8,4
25-44 år			
Allergi	22,3	20,4	21,4
Migræne/hyppig hovedpine	28,1	11,3	19,4
Forbigående/varig psykisk lidelse	17,0	10,6	13,7
Diskusprolaps/rygsygdomme	11,1	9,4	10,9
45-64 år			
Slidgigt	30,2	22,9	26,5
Forhøjet blodtryk	25,1	24,9	25,1
Diskusprolaps/rygsygdomme	17,2	19,3	18,2
Migræne/hyppig hovedpine	22,7	11,2	17,8
Allergi	17,7	11,3	14,5
Forbigående/varig psykisk lidelse	15,4	10,8	13,1
65+ år			
Forhøjet blodtryk	50,9	43,2	47,3
Slidgigt	54,0	34,6	45,0
Diskusprolaps/rygsygdomme	18,2	15,9	17,1
Grå stær	18,4	9,3	14,1
Tinnitus	10,1	17,3	13,5
Sukkersyge	12,3	12,5	12,4
Knogleskørhed	20,5	3,0	12,3
Kronisk bronkitis	11,4	12,0	11,7

Sygdom og uddannelsesniveau

Nationale undersøgelser viser, at der generelt er en klar sammenhæng mellem uddannelsesniveau og andelen af borgere med sygdom. Undersøgelsen viser, at dette også er tilfældet for borgerne i regionen som helhed. Som den eneste kommune i regionen kan denne tendens imidlertid ikke ses blandt deltagerne i undersøgelsen fra Vesthimmerlands Kommune.

Andel med sygdom i Rebild Kommune (%)



Selv vurderet helbred og begrænsninger i dagligdagen

For den enkelte er der ikke altid sammenhæng mellem sygdom og selv vurderet helbred, men blandt de borgere i undersøgelsen, der har langvarig sygdom, eftervirkninger heraf eller handicap, er det dog næsten 40%, der vurderer deres helbred til generelt at være mindre godt eller dårligt.

Mange borgere er belastet i deres dagligdag som følge af nuværende sygdom eller eftervirkninger af tidligere sygdom. Mere end hver tredje oplyser således, at de har problemer med at udføre sædvanlige dagligdags aktiviteter.

Der er flest, som føler begrænsninger i forhold til dagligdags aktiviteter blandt borgere med KOL, astma og psykiske lidelser.

Sygdom og socialt netværk

Borgere, der er ramt af sygdom, har brug for hjælp både fra det professionelle sundhedsvæsen og fra private sociale netværk, familie og venner. Tre fjerdedele af alle borgerne i kommunen mener, at de helt sikkert kan få hjælp til praktiske problemer ved sygdom, men tallet er lavere for borgere, der faktisk har sygdomme. Især blandt borgere, der har grå stær, knogleskørhed, kronisk angst, depression eller kræft er der færre, der oplever at kunne få hjælp. Det er samtidig sygdomme, der hyppigst forekommer i de ældste aldersgrupper.

Smerter og ubehag

Uanset om man har langvarig sygdom eller ej, kan man være generet af daglige smerter og ubehag. Undersøgelsen viser, at mange oplever at være generet særligt som følge af smerter i muskler, knogler og led samt af hovedpine.

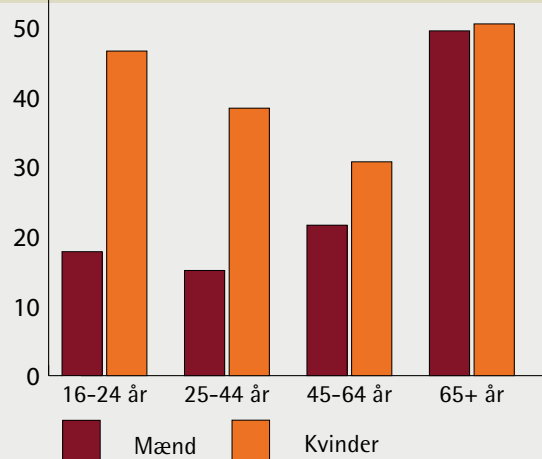
Der er flere kvinder end mænd, der føler sig generet af daglige smerter og ubehag. Andelen med muskel- og skeletmerter stiger med alderen, mens hovedpine hyppigst er et problem blandt de yngre kvinder. Andelen, der er generet af muskel- og skeletmerter eller hovedpine, falder med stigende uddannelsesniveau.

Kontakter til læge og forbrug af håndkøbsmedicin

32 % af kommunens borgere har været til konsultation hos en praktiserende læge mere end 5 gange det seneste år. Der er dog stor forskel på hyppigheden af lægebesøg afhængig af køn og alder.

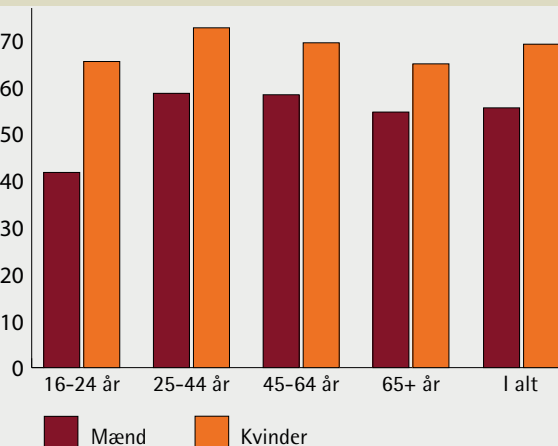
Der er især mange kontakter til lægen blandt borgere med kræft, blodprop i hjertet og psykiske lidelser.

Andel af borgere i Rebild Kommune med mere end 5 konsultationer hos praktiserende læge det seneste år (%)



Udover lægebesøg er deltagerne i undersøgelsen blevet spurgt om deres forbrug af håndkøbsmedicin.

Andel af borgere i Rebild Kommune, der har brugt håndkøbsmedicin de seneste tre måneder (%)



Der er også blevet spurgt til, hvor ofte man anvender håndkøbsmedicin, og her viser tallene, at langt de fleste tager håndkøbsmedicin mindre end 7 gange om måneden.

Borgere med kronisk sygdom

Den stigende levealder, borgernes livsstil og udviklingen i sundhedsvæsenets behandlingsmuligheder har stor betydning for andelen af borgere, der lever med kronisk sygdom. Sundhedsstyrelsen vurderer således, at omkring en tredjedel af befolkningen lider af én eller flere kroniske sygdomme. Antallet af borgere med kronisk sygdom har stor betydning for presset på kommunale kerneopgaver som praktisk bistand og pleje, rehabiliteringsindsats m.v.

Udviklingen af kroniske lidelser hænger i betydelig grad sammen med livsstilsfaktorer som rygning, alkoholforbrug, usund kost, fysisk inaktivitet og overvægt. Den forventede vækst i antallet af borgere med kroniske lidelser sætter derfor fokus på tilrettelæggelse af den forebyggende indsats for at påvirke denne udvikling.

Som en del af samarbejdet om det forebyggende sundhedsarbejde har de Nordjyske Kommuner og Region Nordjylland formuleret en kroniker-strategi, som er målrettet borgere, der har udviklet en kronisk sygdom. Der er indgået sundhedsaftale om KOL (også kaldet rygerlunger), hjertekarsygdom samt diabetes. Der arbejdes med indgåelse af flere aftaler, blandt andet for borgere med psykisk sygdom.

Mange kronikere har flere sygdomme og for regionen som helhed fremgår det, at næsten halvdelen af borgere med KOL og to tredjedele af borgere med diabetes også har en hjertekarsygdom.

Kronisk sygdom og KRAM-faktorerne

Undersøgelsen viser, at der er mere end dobbelt så mange rygere blandt borgere med KOL end i befolkningen som helhed, ligesom en større andel har et betydeligt forbrug af alkohol, er overvægtige eller er fysisk inaktive. Også i forhold til psykisk trivsel, at være ufrivilligt alene samt at overkomme ting i hverdagen har borgere med KOL det generelt sværere end øvrige borgere.

Borgere med hjertekarsygdom og borgere med diabetes er overrepræsenteret blandt de fysisk inaktive og svært overvægtige.

I forhold til befolkningen som helhed er der blandt borgere med psykisk sygdom en større andel, der spiser usundt, ryger mere, har et større forbrug af alkohol og er fysisk inaktive. Derimod er andelen af svært overvægtige blandt borgere med psykisk sygdom i undersøgelsen på niveau med gennemsnittet i befolkningen.

Undersøgelsen viser desuden, at borgere med flere kroniske sygdomme har større risiko i forhold til alle livsstilsfaktorer.

Borgere i Rebild Kommune med udvalgte kroniske lidelser (%)

	Blandt 16+ år	Blandt 65+ år
KOL	4,1	8,5
Hjerte-/karsygdomme	3,7	8,9
Diabetes	5,1	11,4
Vedvarende psykisk sygdom	3,2	1,6

*) Hjerte-/karsygdomme indeholder ikke forhøjet blodtryk

REGIONAL UNGEPROFIL

Der er på regionalt niveau lavet en sundhedsprofil for unge 16-29 årige. Dette er gjort, fordi der ikke er unge nok i hver kommune, der har svaret, så der kan laves en kommunal ungeprofil.

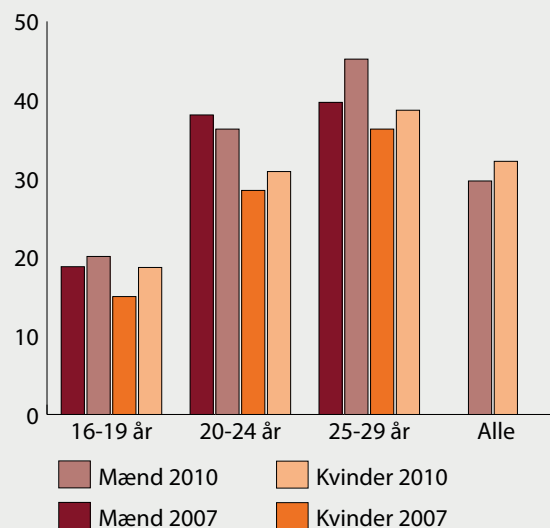
Trivsel

Den regionale ungeprofil viser overordnet, at størstedelen af de nordjyske unge har det godt. Den viser dog også, at de unge kvinder generelt har dårligere psykisk trivsel end de unge mænd. En større andel af de unge kvinder end mænd føler sig ofte uønsket alene, er ofte nervøse eller stressede og har svært ved at overkomme alt det, de skal. Endelig er der en markant større andel af de unge kvinder end mænd, der lider af hovedpine og smerter i ryg eller lænd. De unge kvinder har til gengæld samlet set bedre kost- og alkoholvaner end de unge mænd.

Andel der ofte eller en gang imellem er uønsket alene blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper (%)

	Er ofte eller en gang imellem uønsket alene	
Mænd	16 - 19 år	26,8
	20 - 24 år	29,7
	25 - 29 år	29,9
	Alle mænd (16 - 29 år)	28,8
Kvinder	16 - 19 år	35,3
	20 - 24 år	36,2
	25 - 29 år	32,8
	Alle kvinder (16 - 29 år)	34,8
Alle 16 - 29 årige	31,7	
Region Nordjylland	25,0	

Andel moderat og svært overvægtige unge i 2007 og 2010 blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper (%)



KRAM

Andelen af dagligrygere er på 18,5 % og er uændret i forhold til 2007. Til gengæld er der fra 2007 til 2010 sket en stigning i andelen af overvægtige, så omtrent hver tredje unge idag er overvægtig og cirka hver tiende er svært overvægtig. Sundhedsprofilen for unge viser, at nordjyske borgere under 30 år har et meget stort forbrug af alkohol, og at det er størst blandt de helt unge. Således drikker cirka hver tredje unge mand og hver fjerde unge kvinde i alderen 16-19 år mindst en gang om ugen fem genstande eller mere ved samme lejlighed.

LOKALE UDFORDRINGER

Udfordringer på sundhedsområdet i Rebild Kommune

Rebild Kommunes borgere er generelt motiverede for aktivt at medvirke til at forbedre deres generelle sundhedstilstand. I lighed med de øvrige nordjyske kommuner står Rebild Kommune over for en række udfordringer, der skal tages hånd om for at tilvejebringe den bedst mulige konstitution blandt borgerne.

Nogle af disse udfordringer nævnes i det følgende:

- Udviklingen af kroniske lidelser hænger i betydelig grad sammen med livsstilsfaktorer som rygning, alkoholforbrug, usund kost, fysisk inaktivitet og overvægt. Der bør være fokus på tilrettelæggelse af den forebyggende indsats for at påvirke denne udvikling, og det er til stadighed nødvendigt at videreudvikle tilbud til borgere med kroniske lidelser. Dette skal ske i et fortsat samarbejde med Region Nordjylland, praktiserende læger, patientforeninger samt frivillige.
- Der skal vedblivende være fokus på samarbejdet mellem såvel private som offentlige arbejdspladser og Rebild Kommune om sundhedstiltag og forebyggelse – også i indsats og behandlingstilbud i den kommunale organisation.
- Et godt samarbejde med Region Nordjylland og de praktiserende læger er særdeles vigtigt. Samarbejdet på sundhedsaftaleområdet skal bevares og styrkes, fx på indsatsområderne udskrivning og indlæggelsesforløb, træningsområdet, forebyggelse og sundhedsfremme samt indsatsen for mennesker med sindslidelser.
- De tilbud, der knytter borgerne i Rebild Kommune til lokalsamfundet skal bevares og videreudvikles. Det er bl.a. tilbud via skoler, klubber, foreninger og samarbejdet med frivillige. Alle indgår naturligt som aspekter af den bredere borgerrettede forebyggelse.
- I undersøgelsen fremhæves vigtigheden af bl.a. daglig fysisk aktivitet, muligheder for at deltage i fritidsaktiviteter eller i socialt samvær med henblik på bl.a. at forebygge den aldersbetingede svækkelse, ensomhed og social isolation – ikke mindst hos den ældre del af befolkningen. I Projekt Rehab Rebild motiveres den ældre borger til i hverdagsaktiviteter at mestre eget liv længst muligt og med udgangspunkt i borgerens muligheder for at bibeholde og forbedre funktionsevnen og forebygge tab af samme.
- Udviklingen af et internt såvel som tværsektorielt samarbejde om sundhedspolitikken i Rebild Kommune skal videreføres.



SCAN KODEN ▶

Find os på nettet: www.rebild.dk

