

HVORDAN HAR DU DET? 2021

SUNDHEDSPROFIL FOR REGION OG KOMMUNER | **BIND 2**
UDVIKLINGEN 2010-2013-2017-2021

Karina Friis, Martin Mejlby Jensen, Marie Hauge Pedersen, Mathias Lasgaard, Finn Breinholt Larsen,
Sarah Skov Jørgensen, Kristine Toftegaard Frandsen og Jes Bak Sørensen



HVORDAN HAR DU DET? 2021

SUNDHEDSPROFIL FOR REGION OG KOMMUNER | **BIND 2**
UDVIKLINGEN 2010 - 2013 - 2017 - 2021

UDARBEJDET AF

Karina Friis
Martin Mejlby Jensen
Marie Hauge Pedersen
Mathias Lasgaard
Finn Breinholt Larsen
Sarah Skov Jørgensen
Kristine Toftegaard Frandsen
Jes Bak Sørensen

DEFACTUM | Marts 2022

TITEL

Hvordan har du det? 2021 – Sundhedsprofil for region og kommuner (Bind 2).
Udviklingen 2010-2013-2017-2021

FORFATTERE

Karina Friis (projektleder)
Martin Mejlby Jensen
Marie Hauge Pedersen
Mathias Lasgaard
Finn Breinholt Larsen
Sarah Skov Jørgensen
Kristine Toftegaard Frandsen
Jes Bak Sørensen

COPYRIGHT

© DEFACTUM, Region Midtjylland 2022
Gengivelse af uddrag, herunder figurer, tabeller og citater er tilladt mod tydelig kildeangivelse – det skal herunder fremhæves, at rapporten er udarbejdet af DEFACTUM, Region Midtjylland.

UDGIVER

Region Midtjylland
DEFACTUM
Olof Palmes Allé 15
8200 Aarhus N
E-mail: hvordanhardudet@rm.dk

DENNE RAPPORT CITERES SÅLEDES:

Friis K, Jensen MM, Pedersen MH, Lasgaard M, Larsen FB, Jørgensen SS, Frandsen KT, Sørensen JB. Hvordan har du det? 2021 – Sundhedsprofil for region og kommuner (Bind 2). Udviklingen 2010-2013-2017-2021. Aarhus: DEFACTUM, Region Midtjylland; 2022.

ISBN-nr: 978-87-93657-32-8

UDGIVELSE

Marts 2022

OPLAG

1.500

LAYOUT

2.1hartwork

FORSIDE

Malene Hald

INDHOLDSFORTEGNELSE

INDLEDNING	4
1. SAMMENFATNING	6
2. RYGNING	10
3. ALKOHOL	22
4. FYSISK AKTIVITET	38
5. KOST	54
6. OVERVÆGT	64
7. SELVVURDERET HELBRED	78
8. MENTAL SUNDHED	86
9. KRONISK SYGDOM OG MULTISYGDOM	114
10. UNGES SUNDHED	194
11. SØVN	212

INDLEDNING

Denne sundhedsprofil er udarbejdet på baggrund af spørgeskemaundersøgelsen *Hvordan har du det?* fra 2010, 2013, 2017 og 2021.

En sundhedsprofil er en helhedsbeskrivelse af sundhed og sygelighed i et område eller i en befolkning, og oplysningerne fra denne sundhedsprofil kan bruges til at monitorere sundhedstilstanden i Region Midtjylland og i de enkelte kommuner i regionen.

Sundhedsprofilen består af to rapporter: Hovedrapporten (bind 1), der beskriver sundhedstilstand og sundhedsvaner i Region Midtjyllands befolkning i 2021, samt udviklingsrapporten (bind 2), der beskriver udviklingen i perioden fra 2010 til 2021.

Formålet med denne rapport (bind 2) er, at man på baggrund af de fire *Hvordan har du det?*-undersøgelser kan danne sig et overblik over ændringer i sundhedstilstanden og sundhedsvanerne i perioden.

Bind 2 består af en række figurer – såkaldte sammenligningsgrafer – ledsaget af en kort tekst. For en uddybende beskrivelse af de behandlede emner henvises til bind 1, hvor man også finder mere omfattende litteraturhenvisninger.

I indledningen i bind 1 finder man desuden en beskrivelse af dataindsamlingen, undersøgelsens metode, fremgangsmåden ved vægtning af data samt en oversigt over de personer, der har medvirket ved undersøgelsens gennemførelse.

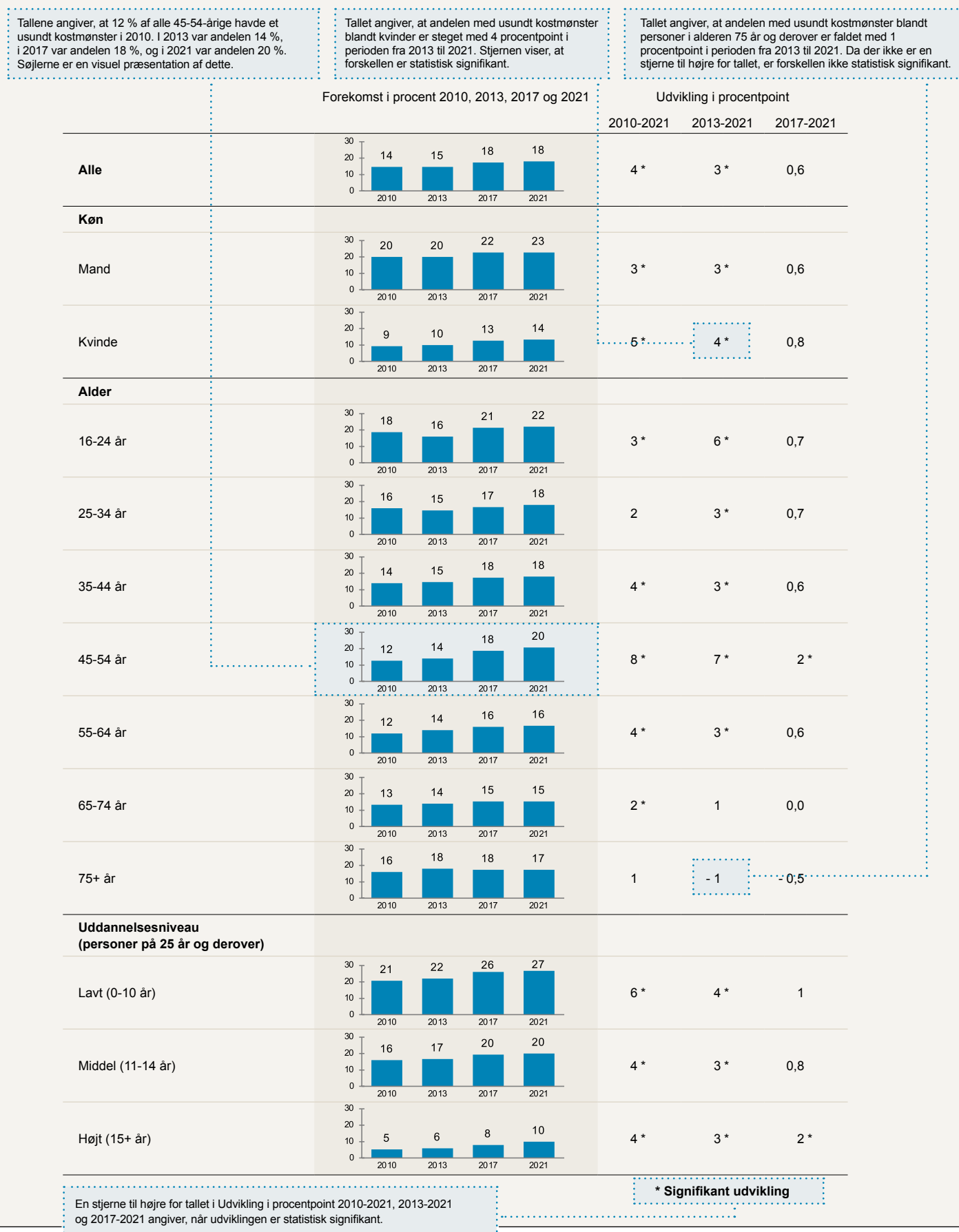
Hvordan har du det? 2021 har i høj grad været præget af coronapandemien. Dataindsamlingen fandt sted mellem den 5. februar og den 12. maj 2021. I denne periode var der i Danmark en række restriktioner og tiltag i forbindelse med håndteringen af COVID-19-pandemien, og dette har med stor sandsynlighed påvirket nogle af resultaterne i undersøgelsen, idet rammerne for befolkningens liv har været anderledes end normalt. Som læser af rapporten er dette væsentligt at have for øje.

Læsevejledning

I figur 1.1.S ses et eksempel på en figur, hvor andelen af personer med usunde kostvaner i 2010, 2013, 2017 og 2021 belyses i forhold til køn, alder og uddannelsesniveau. Her ses således ændringer over tid i andelen med usunde kostvaner i forskellige undergrupper.

Figur 1.1.S

Usundt kostmønster – køn, alder og uddannelse. Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021 (eksempel på figur i rapporten)



2. RYGNING

Antallet af rygere har været faldende over en årrække, men til trods for dette er rygning fortsat den risikofaktor, hvor forebyggelsesindsatser potentielt kan bidrage mest til at reducere sygelighed og dødelighed. I gennemsnit dør en dagligryger mere end 10 år tidligere end en person, der aldrig har røget (1), og ca. hvert fjerde dødsfald i Danmark er relateret til rygning (2, 3). Rygning øger risikoen for en lang række alvorlige sygdomme som lungekræft, hjerte-kar-sygdomme og kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL) (2, 4). Risikoen for en rygerrelateret sygdom øges med tobaksmængden samt antallet af år, personen har røget (2).

I dette kapitel beskrives udviklingen i befolkningens rygevaner i årene 2010, 2013, 2017 og 2021.

Følgende spørgsmål anvendes til at belyse udviklingen i befolkningens rygevaner:

- Ryger du?

Til dette spørgsmål er svarmulighederne: 1) Ja, hver dag, 2) Ja, mindst én gang om ugen, 3) Ja, sjældnere end hver uge, 4) Nej, jeg er holdt op og 5) Nej, jeg har aldrig røget.

- Hvor meget ryger du i gennemsnit per dag?

Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021 beskrives generelt. Derudover sammenlignes udviklingen i andelen af rygere i forhold til køn, alder og uddannelse og på tværs af kommuner.

Afslutningsvis beskrives udviklingen fra 2010 til 2021 i dagligrygernes motivation for at stoppe med at ryge, andelen, der ønsker støtte og hjælp til rygestop, samt udviklingen i rygere, der har modtaget råd fra egen læge om rygestop.

Hvor mange ryger?

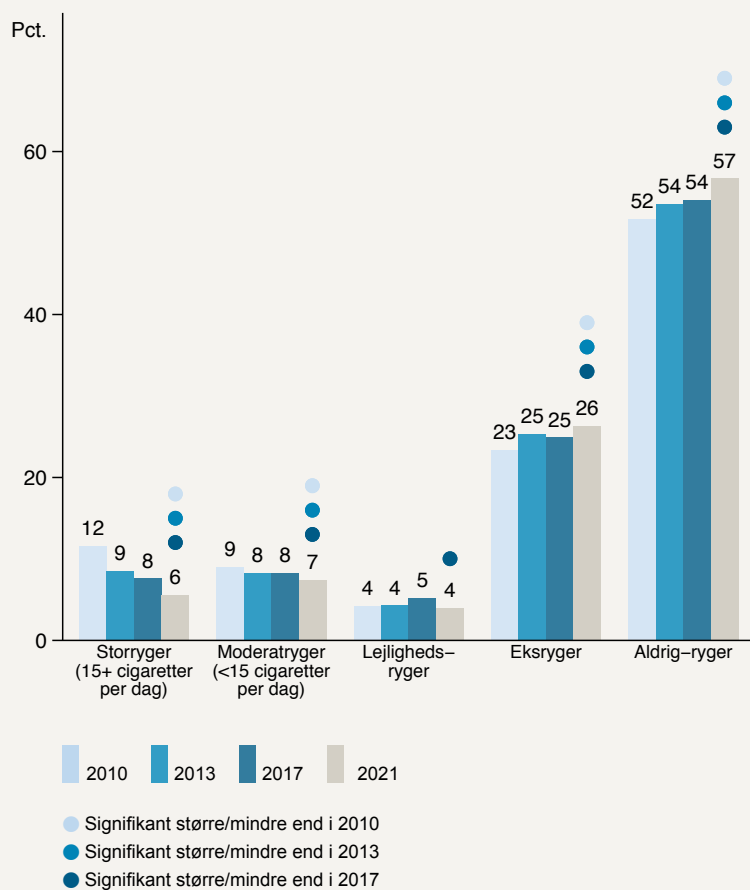
Figur 2.1.S viser udviklingen i rygevaner i perioden fra 2010 til 2021.

Andelen af storrygere er halveret fra 12 % i 2010 til 6 % i 2021. For andelen af moderatrygere i samme periode ses et mindre fald fra 9 % til 7 %. Andelen af lejlighedsrygere er uændret i perioden fra 2010 til 2021. Dertil ses det, at andelen af eksrygere og personer, der aldrig har røget, er steget siden 2010.

I perioden fra 2013 til 2021 har der været et fald i andelen af både storrygere og moderatrygere, mens andelen af eksrygere og aldrig-rygere er steget.

I perioden fra 2017 til 2021 har der været et fald i andelen af både storrygere, moderatrygere og lejlighedsrygere, mens andelen af eksrygere og aldrig-rygere er steget.

Figur 2.1.S
 Rygevaner. Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021



Figur 2.2.S

Dagligrygere – køn, alder og uddannelse. Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021



* Signifikant udvikling

Dagligrygere – køn, alder og uddannelse

Figur 2.2.S viser, at der har været et større fald i andelen af dagligrygere i perioden fra 2010 til 2021. I 2010 var der 20 %, der røg dagligt. I 2013 var andelen af dagligrygere 17 % og 16 % i 2017. Andelen af dagligrygere er i 2021 nede på 13 %.

I perioden fra 2010 til 2021 har der været et fald i andelen af dagligrygere for både mænd og kvinder samt i alle aldersgrupper. Det største fald i andelen af dagligrygere ses blandt personer i alderen 45-54 år. Dertil har der også været et fald i andelen af dagligrygere på tværs af uddannelsesniveau.

Fra 2013 til 2021 har der været et fald i andelen, der ryger dagligt, blandt både mænd og kvinder. Dertil ses der et fald i andelen af dagligrygere blandt alle aldersgrupper og på tværs af uddannelsesniveau. I perioden fra 2017 til 2021 ses der også et fald i andelen af dagligrygere blandt både mænd og kvinder. Hertil ses der et fald blandt personer i alderen 16-34 år, 45-64 år og blandt personer på 75 år eller derover. Det største fald ses blandt personer i alderen 16-24 år. I forhold til uddannelse ses der et fald i andelen af dagligrygere blandt personer med et middelhøjt og højt uddannelsesniveau.

Figur 2.3.S

Dagligrygere – kommuner. Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021



* Signifikant udvikling

Dagligrygere – kommuner

Figur 2.3.S viser udviklingen i andelen af dagligrygere i perioden 2010 til 2021 i kommunerne i Region Midtjylland.

I perioden fra 2010 til 2021 har der været et signifikant fald i andelen af dagligrygere i alle kommuner. Dette fald varierer fra 5 procentpoint i Ikast-Brande og Struer til 10 procentpoint i Odder.

Fra 2013 til 2021 har der været et signifikant fald i andelen af personer, der ryger dagligt, i følgende kommuner:

- Favrskov
- Herning
- Holstebro
- Horsens
- Ikast-Brande
- Lemvig
- Odder
- Randers
- Ringkøbing-Skjern
- Samsø
- Skanderborg
- Syddjurs
- Viborg
- Aarhus

Faldet varierer fra 3 procentpoint i Herning, Odder og Randers til 7 procentpoint i Horsens og på Samsø.

I perioden fra 2017 til 2021 har der været et signifikant fald i andelen af dagligrygere i følgende kommuner:

- Favrskov
- Herning
- Horsens
- Norddjurs
- Odder
- Silkeborg
- Skanderborg
- Syddjurs
- Viborg
- Aarhus

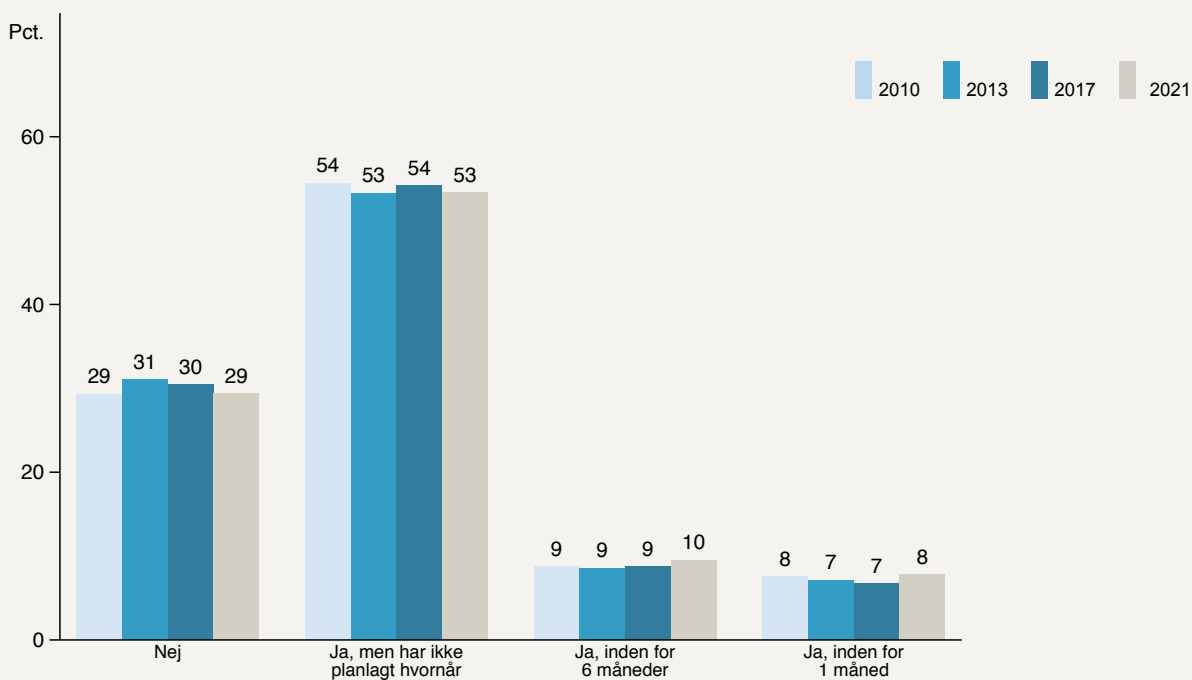
Faldet varierer fra 2 procentpoint i Aarhus til 7 procentpoint i Horsens.

Figur 2.4.S-2.6.S

Vil du gerne holde op med at ryge? Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021

Figur 2.4.S

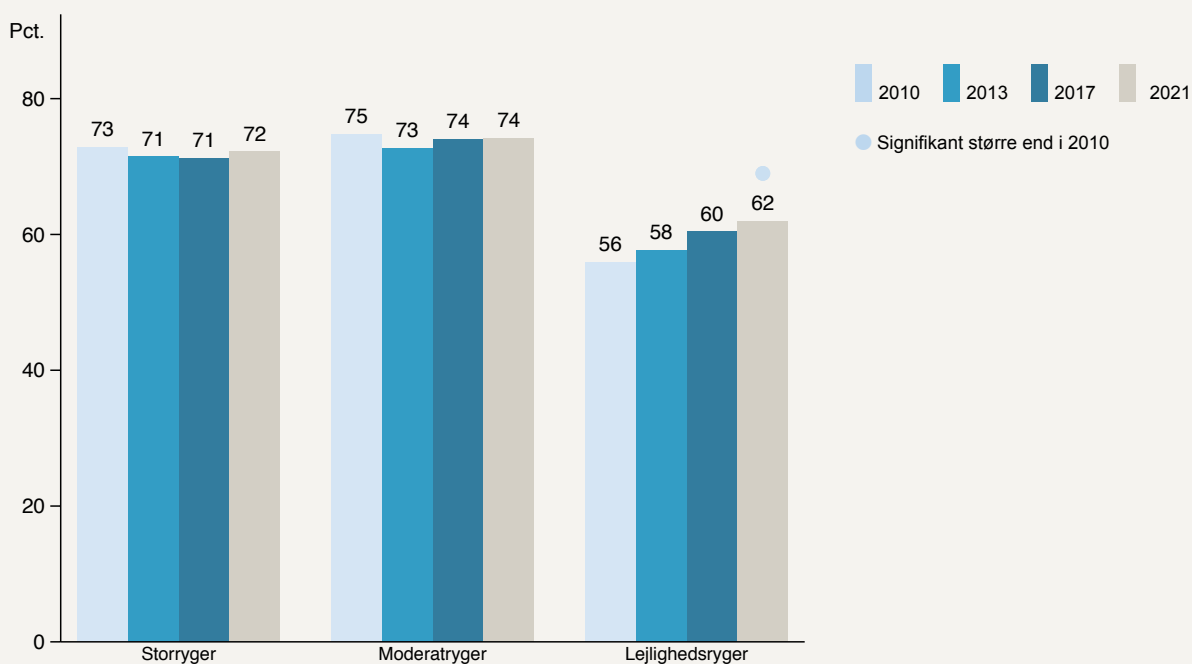
Vil du gerne holde op med at ryge? Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021



Note: Opgjort blandt daglig- og lejlighedsrygere

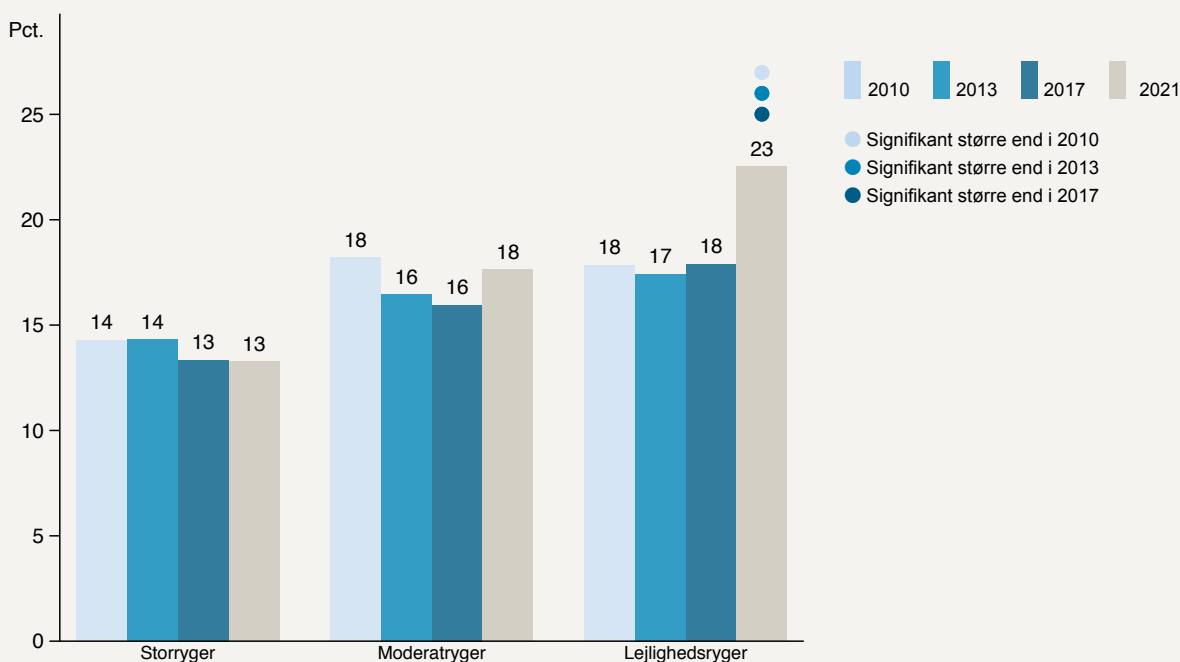
Figur 2.5.S

Andel, der gerne vil holde op med at ryge – i forhold til tobaksforbrug. Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021



Figur 2.6.S

Andel, der planlægger at holde op med at ryge inden for 6 måneder – i forhold til tobaksforbrug.
Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021



Hvor mange vil gerne holde op med at ryge?

Figur 2.4.S-2.6.S viser, at der generelt ikke har været nogen signifikant udvikling i andelen af rygere, der ønsker et rygestop. Dette gælder dog ikke for lejlighedsrygere. Andelen af lejlighedsrygere, der ønsker at holde op med at ryge, og andelen af lejlighedsrygere, der ønsker at holde op med at ryge inden for 6 måneder, er steget i perioden fra 2010 til 2021.

Selvom der har været et fald i andelen af storrygere og moderatrygere, er rygere i 2021 altså lige så motiverede for at holde op med at ryge som i 2010, 2013 og 2017, mens lejlighedsrygernes motivation for rygestop er steget.

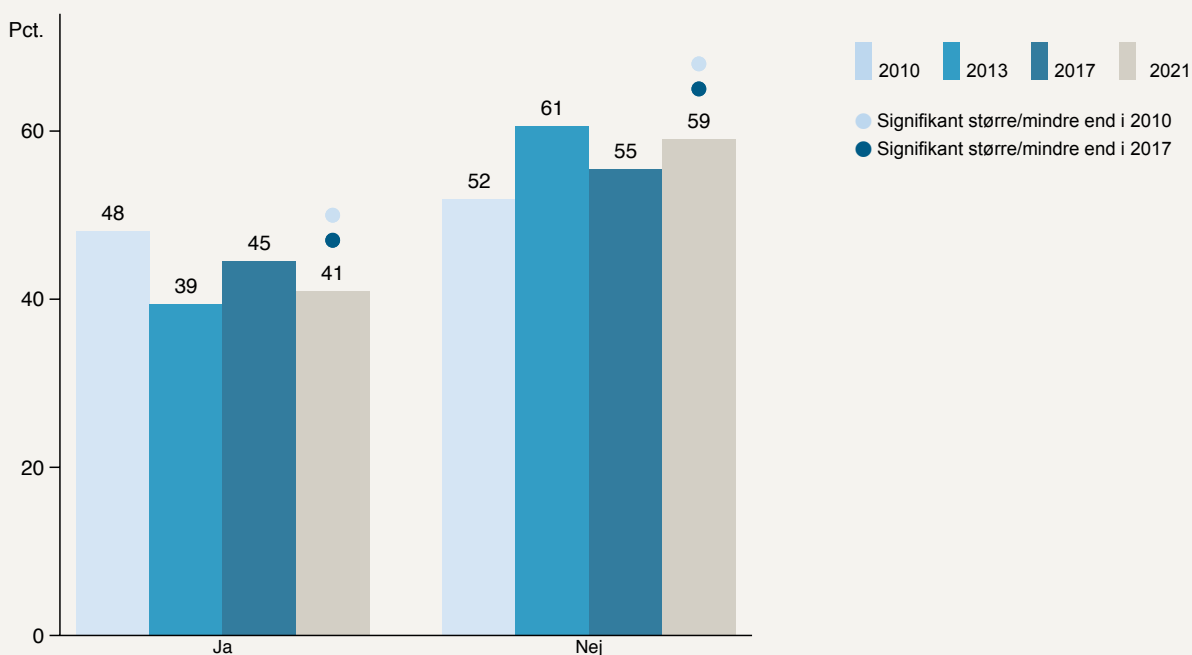
Samme tendens viser sig i perioden fra 2013 til 2021 og fra 2017 til 2021. Her ses en stigning i andelen af lejlighedsrygere, der ønsker at holde op med at ryge inden for 6 måneder.

Figur 2.7.S og 2.8.S

Vil du gerne have støtte og hjælp til rygestop? Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021

Figur 2.7.S

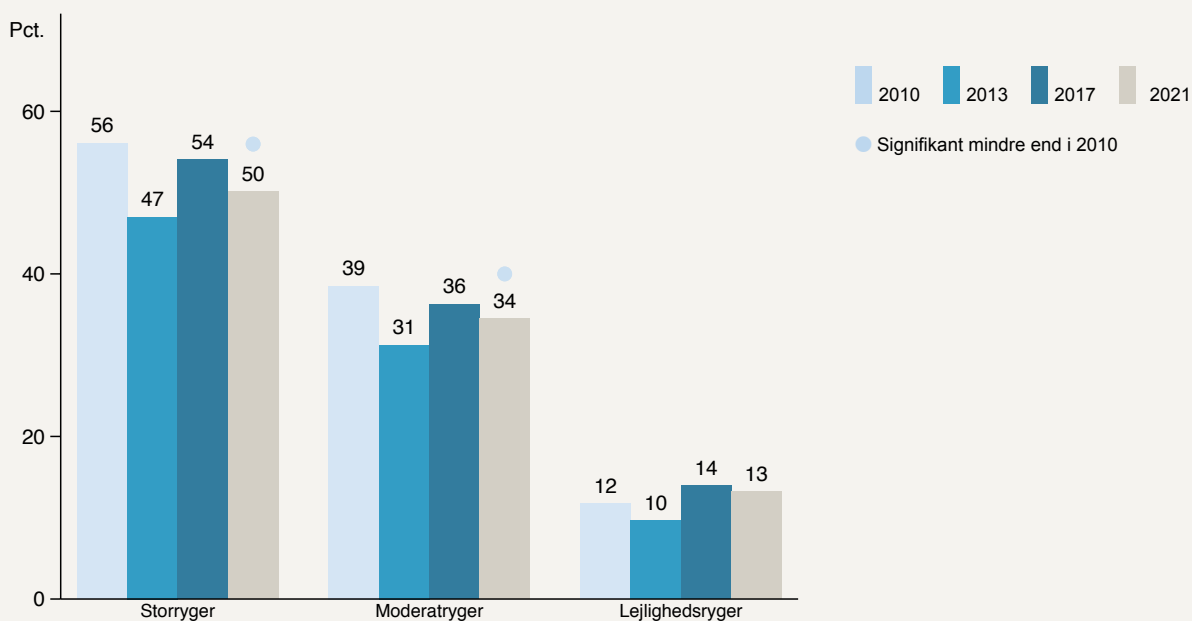
Vil du gerne have støtte og hjælp til rygestop? Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021



Note: Opgjort blandt dagligrygere, der gerne vil holde op med at ryge

Figur 2.8.S

Andel, der gerne vil have støtte og hjælp til rygestop – i forhold til tobaksforbrug. Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021



Note: Opgjort blandt personer, der gerne vil holde op med at ryge

Hvor mange vil gerne have støtte og hjælp til rygestop?

Figur 2.7.S viser, at andelen af dagligrygere, som ønsker støtte og hjælp til rygestop, er faldet fra 48 % i 2010 til 41 % i 2021. Hertil viser figur 2.8.S, at andelen af både storrygere og moderatrygere, der ønsker støtte og hjælp til rygestop, er faldet i perioden fra 2010 til 2021, mens der ikke ses nogen signifikant udvikling for andelen af lejlighedsrygere, der ønsker støtte og hjælp til rygestop.

I perioden fra 2013 til 2021 har der ikke været nogen ændring i andelen af dagligrygere, der ønsker støtte og hjælp til rygestop.

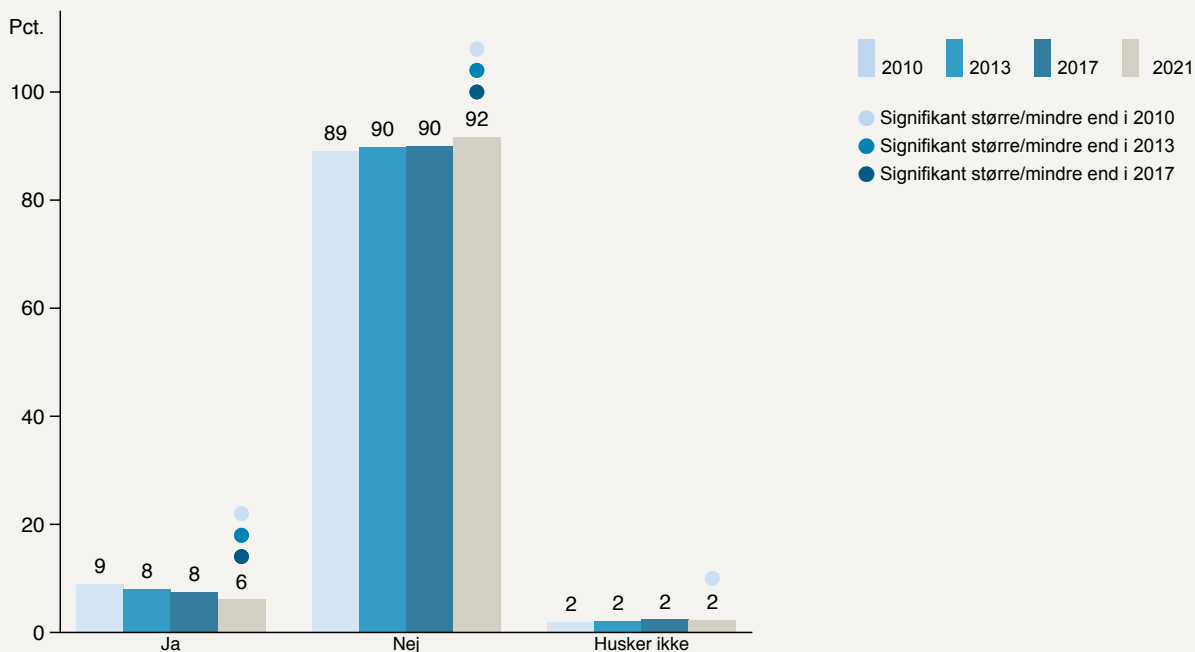
Fra 2017 til 2021 ses der et fald i andelen af dagligrygere, der ønsker støtte og hjælp til rygestop.

Figur 2.9.S og 2.10.S

Har du fået råd om rygestop fra egen læge? Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021

Figur 2.9.S

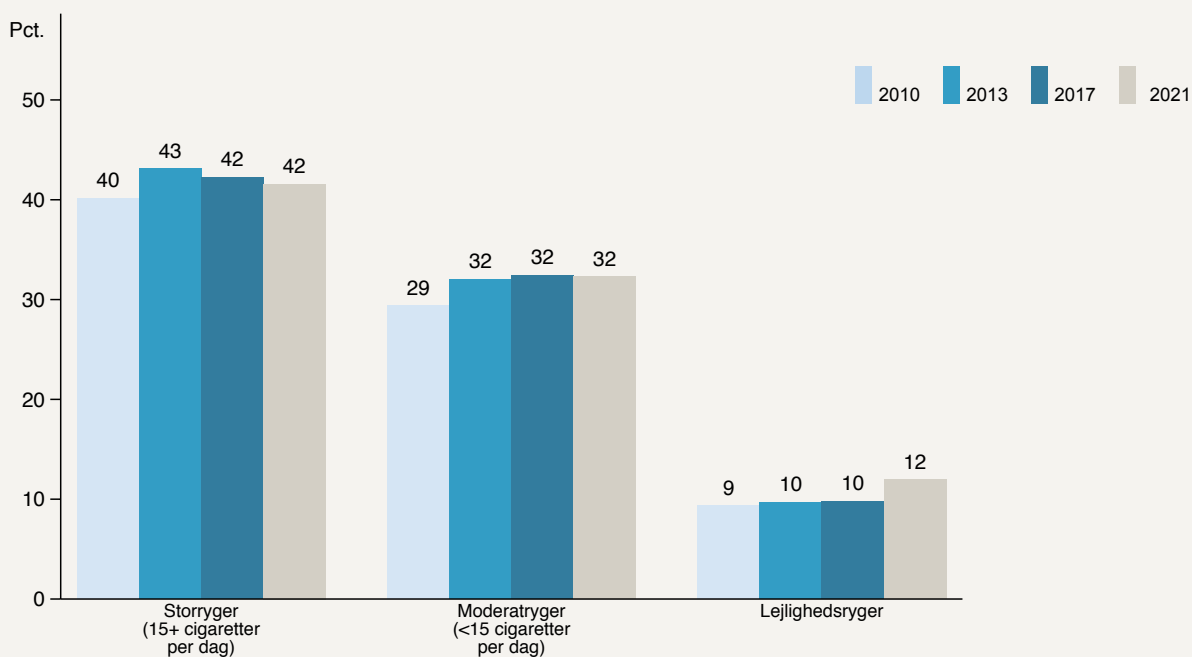
Har du fået råd om rygestop fra egen læge? Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021



Note: Opgjort blandt alle, der har været ved egen læge i løbet af de seneste 12 måneder

Figur 2.10.S

Har fået råd om rygestop fra egen læge – i forhold til tobaksforbrug. Udviklingen i perioden fra 2010 til 2021



Note: Opgjort blandt alle, der har været ved egen læge i løbet af de seneste 12 måneder

Råd fra egen læge om rygestop

Figur 2.9.S viser, at der i perioden fra 2010 til 2021 har været et lille fald i andelen af befolkningen, der er blevet rådet til at holde op med at ryge af egen læge.

Figur 2.10.S viser, at andelen i 2021 af storrygere, moderatrygere og lejlighedsrygere, der er blevet rådet til at holde op med at ryge af egen læge, ikke adskiller sig signifikant fra 2010, 2013 og 2017.

Sammenfatning

Der har været et betydeligt fald i andelen af dagligrygere i perioden fra 2010 til 2021. I 2010 var der 20 %, der røg dagligt, og i 2021 er andelen nede på 13 %. Andelen af storrygere er halveret fra 12 % til 6 % i samme periode. Samtidig er andelen af moderatrygere faldet en smule, mens andelen af lejlighedsrygere er uændret.

Faldet i andelen af dagligrygere i perioden fra 2010 til 2021 ses hos både mænd og kvinder samt i alle aldersgrupper. Dertil har der også været et fald i andelen af dagligrygere på tværs af uddannelsesniveau.

Rygerne i 2021 er lige så motiverede for at holde op med at ryge, som det var tilfældet i 2010, 2013 og 2017.

Referencer

1. Jha P, Ramasundarahettige C, Landsman V, Rostron B, Thun M, Anderson RN, et al. 21st-century hazards of smoking and benefits of cessation in the United States. *N Engl J Med*. 2013 Jan 24;368(4):341-350.
2. Eriksen L, Davidsen M, Jensen HAR, Ryd JT, Strøbæk L, White ED, et al. Sygdomsbyrden i Danmark – risikofaktorer. København: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet; 2016.
3. Sundhedsstyrelsen. Guide til sygdomsforebyggelse på sygehus og i almen praksis. Fakta om rygning. København: Sundhedsstyrelsen; 2015.
4. Jakobsen M, Kolodziejczyk C, Rasmussen SR. Offentlige merudgifter ved rygning. En registeranalyse af offentlige merudgifter til rygere sammenlignet med aldrig-rygere og tidligere rygere. København: KORA, Det Nationale Institut for Kommuners og Regioners analyse og Forskning; 2017.

