

FOREBYGGELSE - SUNDE RAMMER FOR BORGERNES LIV I HELE KOMMUNEN

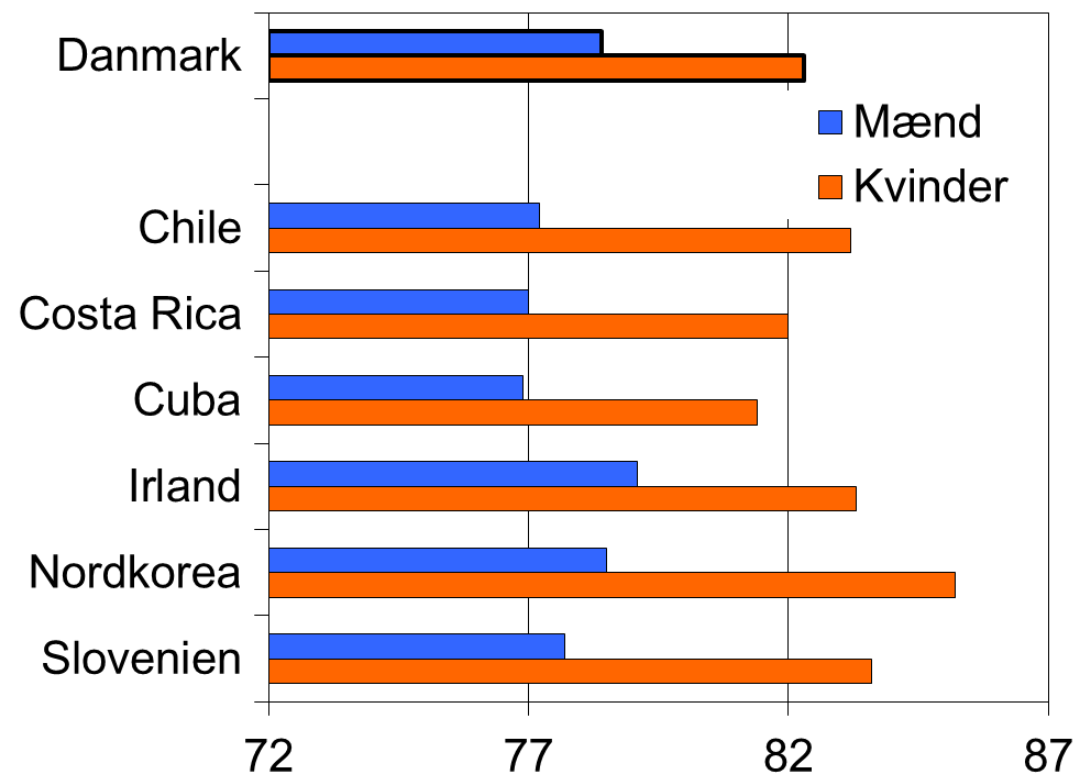
Tine Curtis, Leder af Center for Forebyggelse i praksis, KL
Adj. professor Aalborg Universitet og Syddansk Universitet

Danskernes sundhed

- De fleste danskere har et godt fysisk og mentalt helbred
- Blandt både børn og voksne er der mange, der har usunde vaner og lever med smerter og dårligt helbred i dagligdagen
- Næsten 2 ud 3 ældre borgere har én eller (ofte) flere kroniske sygdomme
- Levealderen stiger, men danskerne lever ikke så længe som borgere i de lande, vi normalt sammenligner os med



Middellevetiden ligger ikke på niveau med lande, vi normalt sammenligner os med

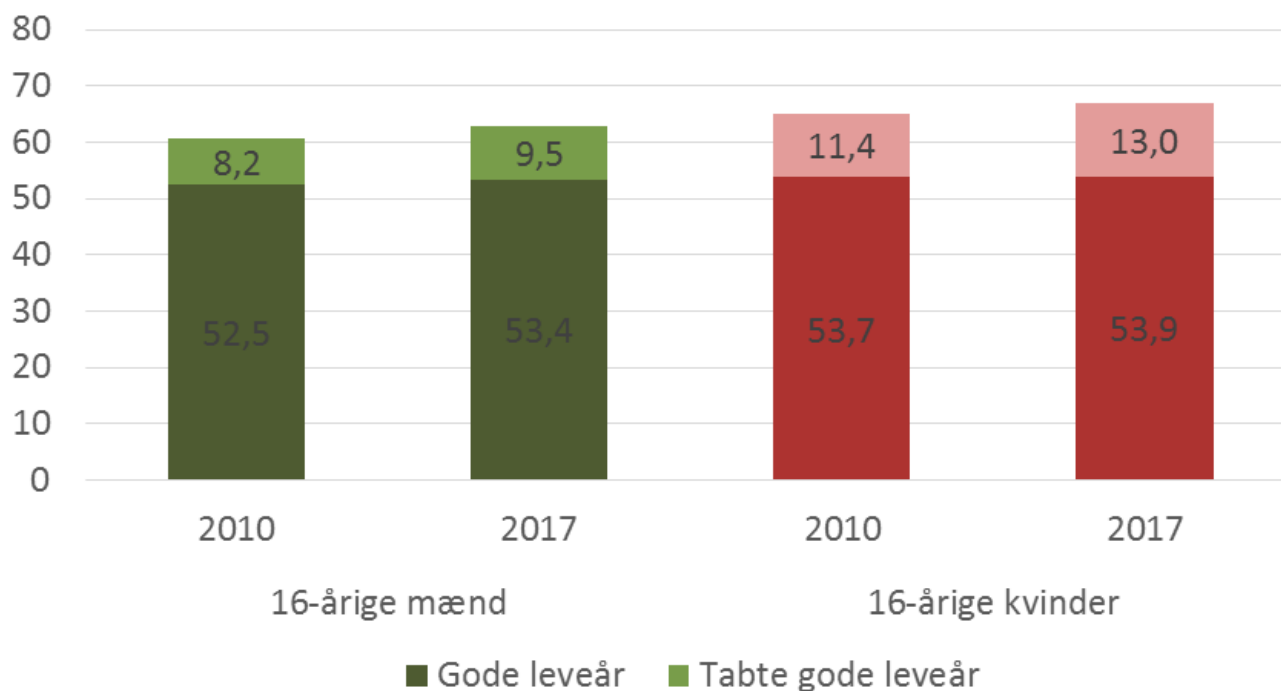


Middellevetid (År)

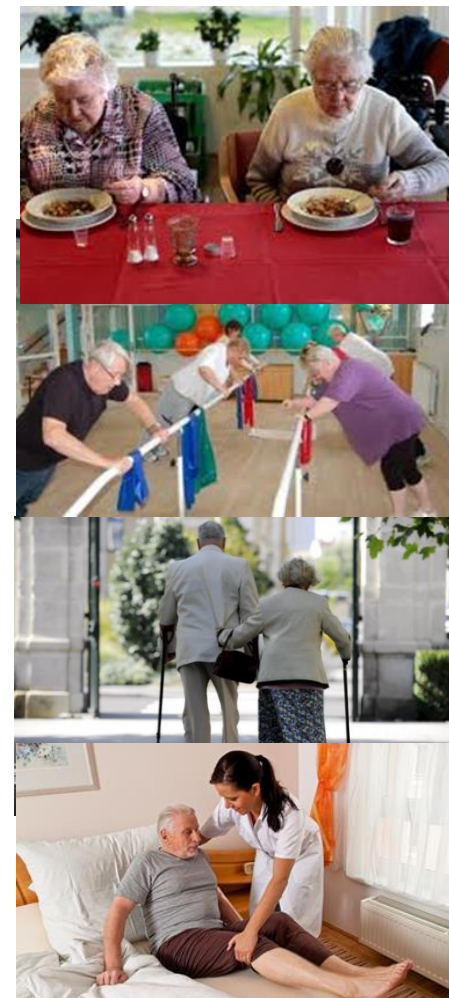
Juel K. Statens Institut for Folkesundhed, SDU, 2014

Flere leveår – og flere skrantår

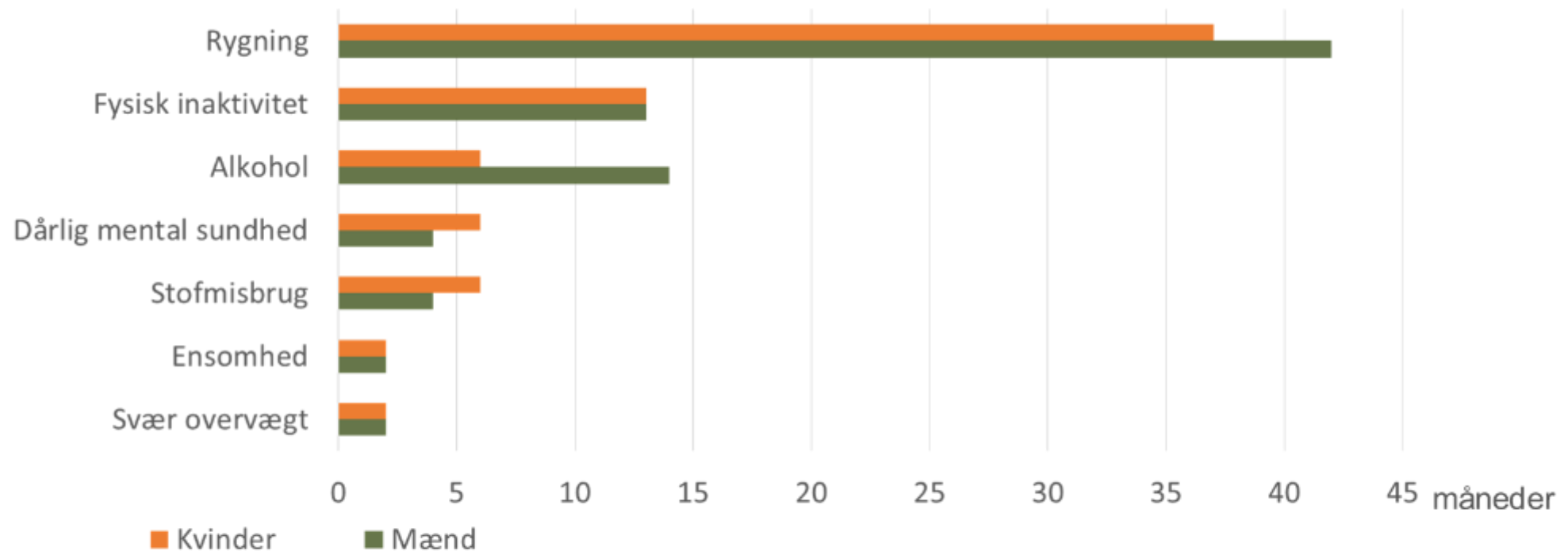
Restleveår



Kilde: Ugens tal for folkesundhed, uge 14, 2018. Statens Institut for Folkesundhed, Den Nationale Sundhedsprofil, 2017.



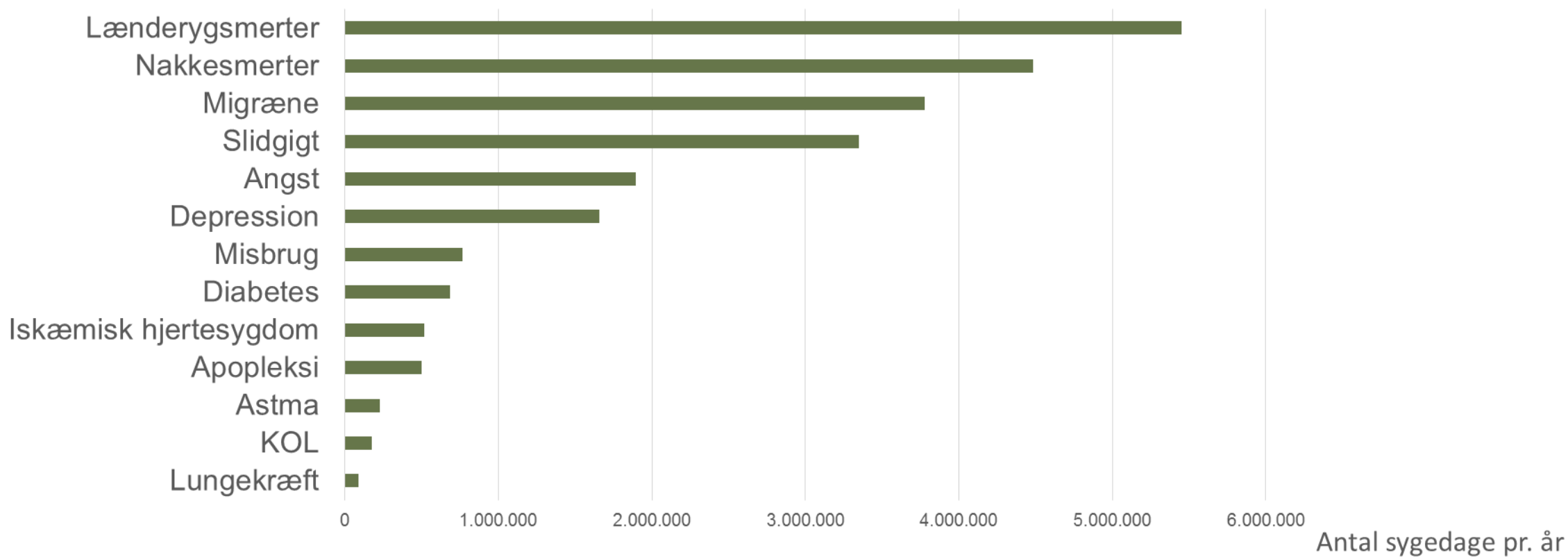
BETYDNINGEN AF FORSKELLIGE RISIKOFAKTORER FOR MIDDELLEVETID



Betydningen af forskellige risikofaktorer for tab af middellevetid blandt kvinder og mænd (måneder). Justeret for rygning, alkohol, fysisk inaktivitet og BMI.

Kilde : Sygdomsbyrden i Danmark - risikofaktorer. Statens Institut for Folkesundhed, SDU og Sundhedsstyrelsen, 2016.

SYGEDAGE PÅ GRUND AF UDVALGTE SYGDOMME



Sygedage i Danmark på grund af udvalgte sygdomme (antal sygedage pr. år)

Kilde: Sygdomsbyrden i Danmark - Sygdomme, Sundhedsstyrelsen og Statens Institut for Folkesundhed, 2015

Hvad dør vi af, og hvad lever vi med?

Vi dør af:

- Sygdomme relateret til KRAM
(Kost, Rygning, Alkohol, Motion)

Vi lider af:

- Muskel-skelet lidelser
- Dårlig mental sundhed



Social ulighed i sundhed – og tobak og alkohol

”I dag lever den rigeste fjerdedel af danske mænd i gennemsnit knap 10 år længere end den fattigste fjerdedel; for 25 år siden var den forskel 5,5 år.”

Sundere liv for alle, Regeringens Nationale mål for danskernes sundhed, 2014

Rygning og alkohol forklarer mellem 60% og 70% af den sociale ulighed i dødelighed, både for mænd og kvinder

Statens Institut for Folkesundhed, SDU: Ugens tal for Folkesundhed, 2013

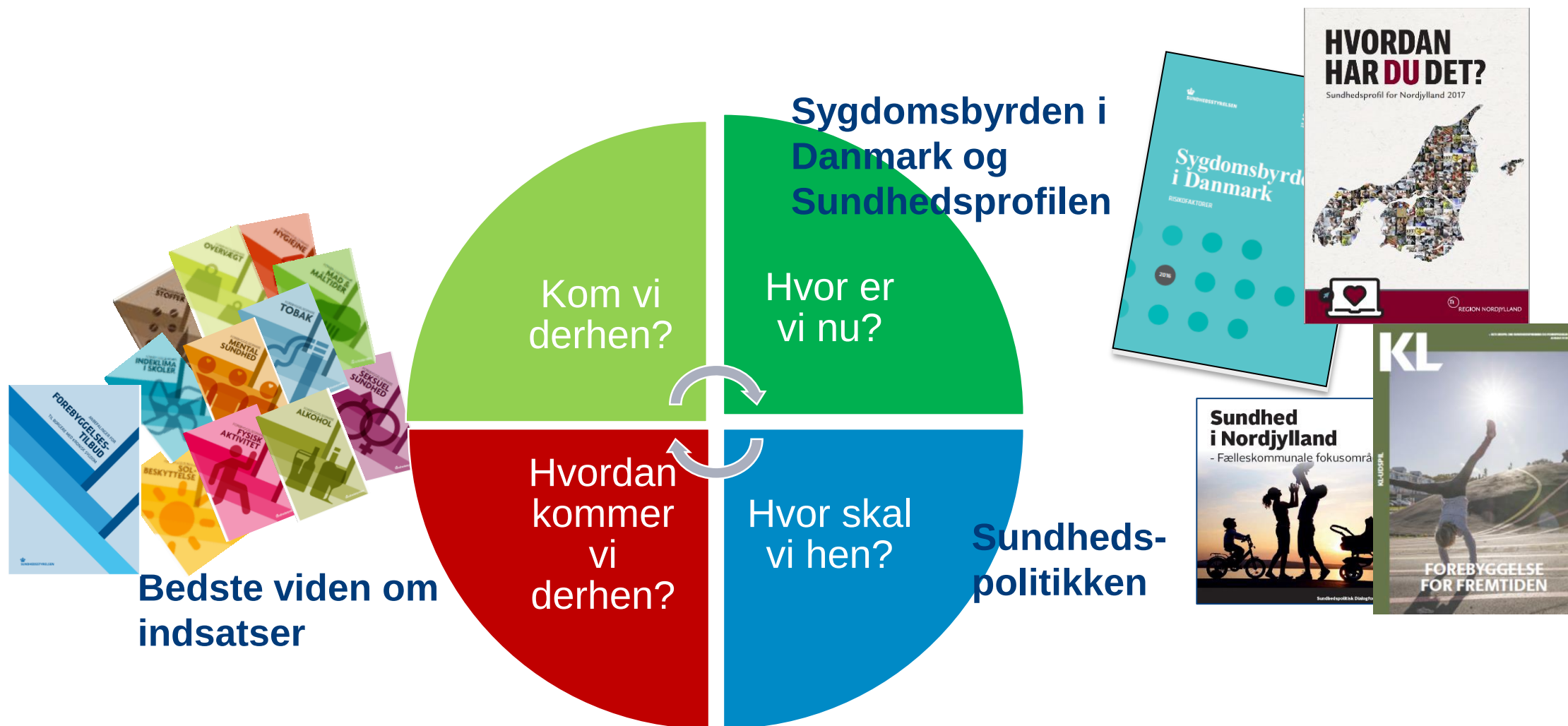
Rygning

- Hver dag begynder 40 børn og unge i Danmark at ryge
- Ca. hver femte ryger dagligt, flere blandt kortuddannede og ledige
- Rygere kan forvente flere leveår med sygdom end ikke-rygere
- Hver anden ryger vil dø det. Rygere får 10 år mindre med børnebørnene



altså ikke 'lev stærkt, dø ung' – kun dø ung

Vi har et solidt vidensgrundlag



Mange vil gerne det sunde



Men ofte er det sunde ikke det lette valg

Forebyggelsesindsatsen skal op i et højere gear

Der er behov for, at alle aktører tager et fælles ansvar for vores sundhed

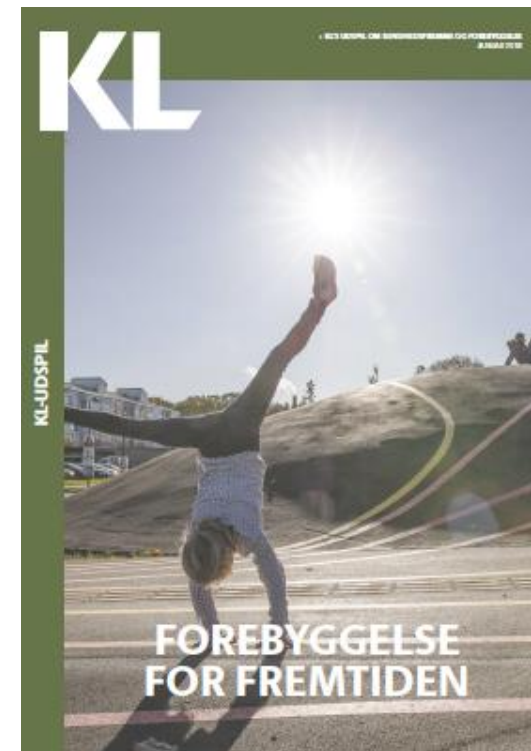
Kommunerne kan bidrage ved at:

- skabe sunde rammer for borgernes hverdag
- arbejde sundhedsfremmende i alle kontakter med borgerne
- etablere forebyggelsestilbud til borgere med særlige behov



KLS FOREBYGGELSESDSPIL

- En fælles retning for kommunernes fortsatte arbejde med at styrke forebyggelsen
- Indbyder til en politisk drøftelse om, hvordan kommunen fremadrettet kan skabe endnu bedre systematik og kvalitet i forebyggelsesindsatsen på tværs af fagområder
- 6 pejlemærker, der kan gøre en forskel for borgernes sundhed



<https://youtu.be/cEPiMh4zc6o>



SUNDHEDSUDFORDRINGER HOS BØRN

Sundhedsudfordringer hos børn i indskolingen

- Hos 5% er der en bekymring i forhold til forældre-barn relationen
- 10% har ikke en alderssvarende motorik
- 12% bliver mobbet eller drillet
- 12% er udsat for passiv rygning i hjemmet

Kilde: Databasen Børns Sundhed. Data på børn i indskolingen 2015/16 fra sundhedsplejen i 13 kommuner. Statens Institut for Folkesundhed, 2017.

Alkoholproblemer er en væsentlig medvirkende årsag til næsten halvdelen af alle anbringelser af børn uden for hjemmet

Kilde: SFI – Socialforskningsinstituttet, 2004

Behov for at investere i forebyggelse tidligt i livet

- Alle børnefamilier får aktiv støtte og vejledning om børnenes sundhed i sundhedspleje og tandpleje
- Dagtilbud og skole kan skabe sunde rammer og være et godt læringsrum for, at børn opbygger sunde vaner
- Der er potentiale for at fremme børns sundhed gennem øget samarbejde mellem sundhedspleje, tandpleje, dagtilbud, skole og det sociale område



Sunde børn lærer bedre

Energi til en længere og mere varieret skoledag

- Mere motion og bevægelse
- Bedre trivsel og sunde fællesskaber
- Sundhed ind i undervisningen





FOREBYGGELSE AF RYGESTART BLANDT BØRN OG UNGE

- Røgfri skoletid er et af de mest effektive redskaber til at forebygge rygestart hos eleverne
- Kommunen kan også samarbejde med ungdomsuddannelserne om at indføre røgfri skoletid
- Også vigtigt at have rygeforebyggende undervisning og et godt samarbejde med forældre og foreningsliv for at skabe røgfri rammer og forebygge rygning

74 pct. af danskerne støtter, at politikerne lovgiver om røgfri skoletid

81 pct. af de 16-25-årige bakker op om røgfri skoletid på grundskoler

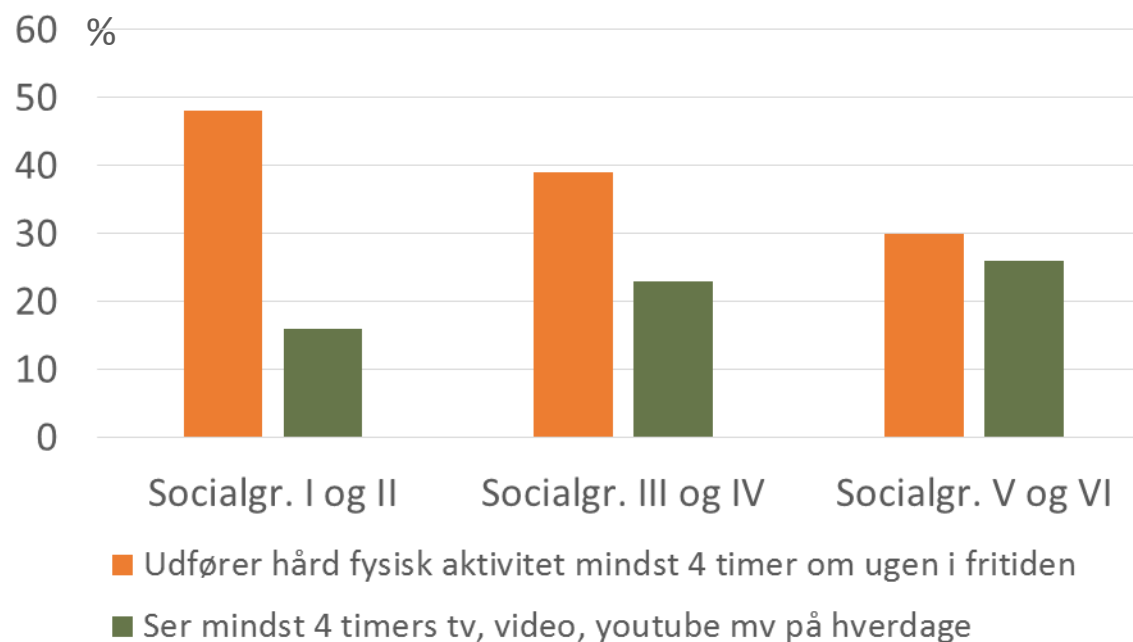
Kilde: YouGov og Epinion for Kræftens Bekæmpelse, 2016.

EN AKTIV FRITID FOR ALLE BØRN

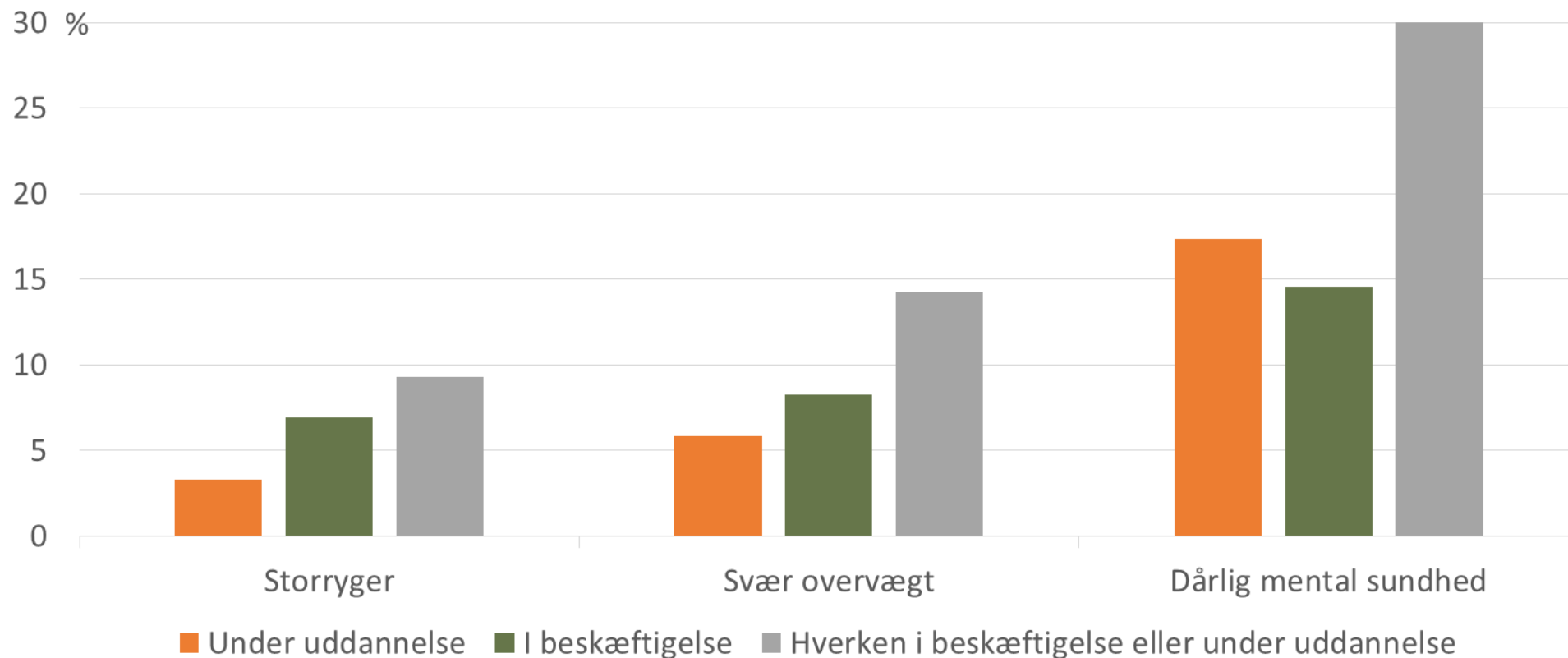
Der er en stigende polarisering i, hvem der deltager i foreningslivet

➡ Kommunen kan samarbejde med foreninger om at inkludere sårbare børn og deres familier i foreningslivet

Skolebørn opdelt efter socialgruppe i forhold til fysisk aktivitet og skærmtid



FOKUS PÅ AT UNGE FÅR UDDANNELSE OG JOB



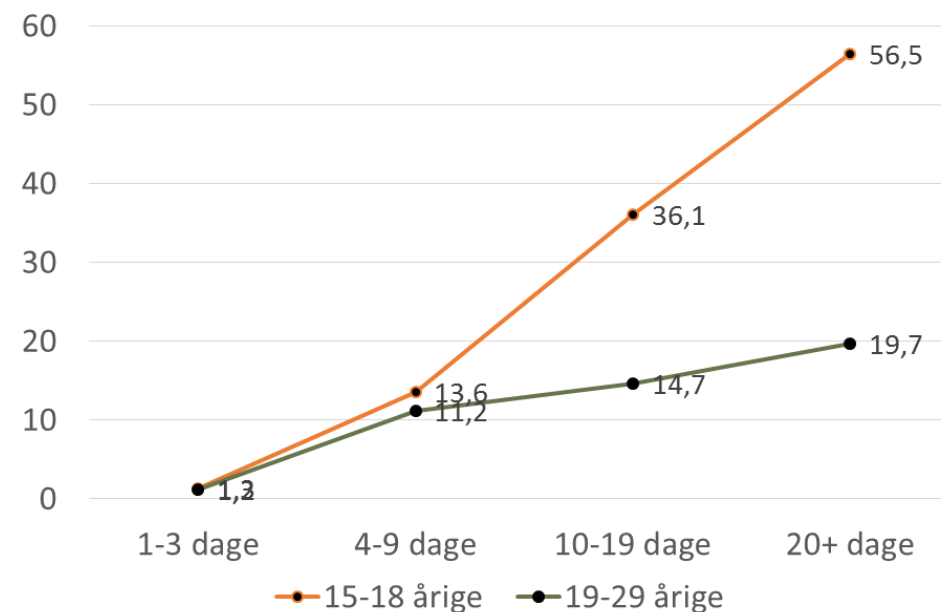
Andel unge (16-24 år) der er storrygere, har svær overvægt og dårlig mental sundhed. Opgjort efter om den unge er i arbejde eller hverken i uddannelse eller arbejde.

Kilde: Den Nationale Sundhedsprofil, 2017

Samarbejde med ungdomsuddannelser om trivsel og frafald

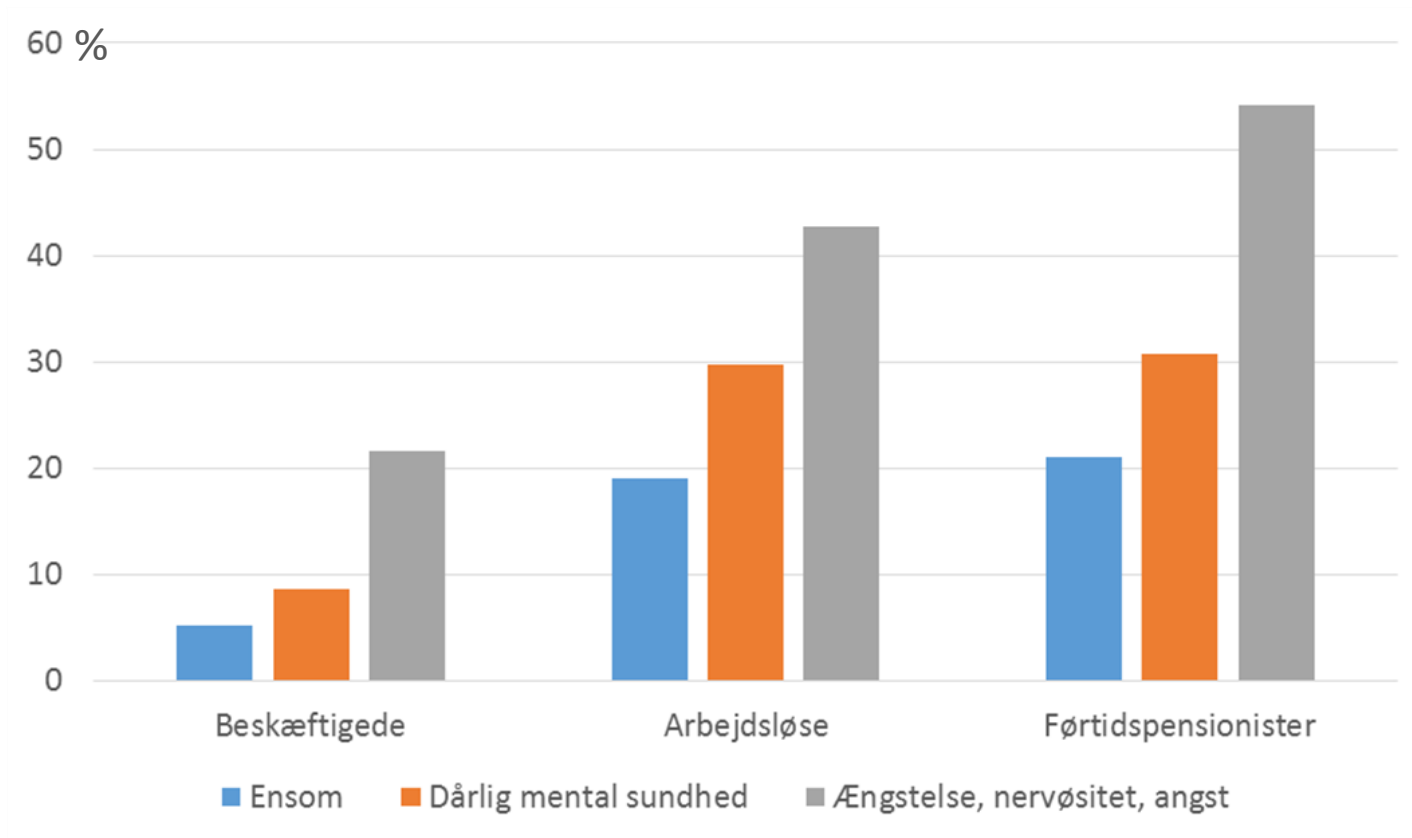
Hver anden elev på erhvervsskolerne gennemfører ikke deres uddannelse, hver tredje ryger og mange har et stort forbrug af illegale rusmidler

Danske unge drikker mere alkohol og drikker sig oftere fulde end unge i andre lande i Europa



Fravær (procent) pga. forbrug af hash (dage pr. måned).
Opgjort for 15-18 årige og 19-29 årige

Mental sundhed og arbejdsmarkedstilknnytning hos voksne



Komplekst samspil mellem sundhed og arbejde

- Det er sundere at have et arbejde end at være arbejdsløs
- Stort sygefravær og mange uden arbejde med muskelskellidelser, mentale sundhedsudfordringer og misbrug
- Kronisk sygdom er den vigtigste risikofaktor for at blive skubbet helt ud af arbejdsmarkedet før tid – og kortuddannede kommer ikke så ofte tilbage på arbejde efter sygdom

Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø > Nyheder > Arkiv > 2017 >

Lønarbejde er godt for helbredet

15-08-2017

Folk med lønarbejde lever i gennemsnit otte år længere end folk uden arbejde. Omvendt har folk med dårligt helbred eller kronisk sygdom meget svært ved at få et job og fastholde det. Det viser forskning af den hollandske professor Alex Burdorf, som er tiltrådt et gæsteprofessorat på Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø.



Behov for styrket samarbejde mellem fagområderne

Sundhedsfremme og forebyggelse i hele kommunen

Kommunen som sund arbejdsplads

- Hver 5. kommune har nu røgfri arbejdstid
- Fokus på sund kantine mad, fysisk aktivitet/nedslidning, trivsel, hurtig og god tilbagevenden til arbejde efter sygdom

Sunde rammer på psykiatri- og handicapområdet

- Mad og måltider, fysisk aktivitet, røgfri miljøer, alkoholpolitikker

Forebyggelse på ældreområdet

- Fremme af trivsel, samvær og fysisk aktivitet
- Rekruttering og fastholdelse i tilbud
- Sund mad – udbringning og på plejehjem



FREMME AF MENTAL SUNDHED

Kommunerne kan bidrage til at fremme den mentale sundhed ved at skabe alsidige og inkluderende fællesskaber:

- i samarbejde med forenings- og frivilligområdet – også for borgere, der ikke normalt kommer af sig selv
- der hvor medarbejderne møder borgeren i fx dagtilbud, skole, jobcenter og på social- og ældreområdet

Samtidig kan idræts- og kulturlivet, boligområder, byrummet og naturen indrettes, så der skabes gode muligheder for, at borgerne kan være aktive i fællesskaber





Fokus på samarbejde med lokale aktører

- ungdomsuddannelser for at fremme trivsel samt forebygge frafald og rusmiddelproblemer
- politi, restauratører, sportshaller m.fl. om ansvarlig udskænkning af alkohol
- idræts- og foreningslivet om fx bevægelse for alle og røgfri rammer
- frivillige foreninger om tilbud til fysisk inaktive borgere, tilbud om socialt samvær fx besøgstjenester til ensomme mv.
- patientforeninger om bla. tilbud til borgere med kronisk sygdom

Samarbejde med regionen om forebyggelse

- Henvisning fra almen praksis og sygehus til kommunale forebyggelsestilbud – tobak, alkohol, borgere med kronisk sygdom o.a.
- Samarbejde mellem jordemoder, almen praksis og sundhedsplejen om forebyggende sundhedsydelser til nye familier og børn
- Infektionshygiejnisk rådgivning til kommuner
- Ansvarsplacering ift. tilbud til borgere med svær overvægt
- Samarbejde om tilbud til unge, der har det svært – inden de får en behandlingskrævende psykisk lidelse
- Andet?

Udfordringer for en styrket forebyggelsesindsats

- Indsatserne skal opleves som en del af kerneopgaven fagområderne – ikke som ‘noget ekstra’
- Det er ofte vanskeligt at måle direkte effekt for borgernes sundhed – og effekten vil ofte først kunne ses efter mange år og i andet forvaltningsområde
- Der er forebyggelsesområder, hvor vi stadig mangler sikker viden om gode kommunale indsatser
- Folkesundheden afhænger også af forhold, der ligger uden for kommunernes handlerum – og meget er ikke sundhedsfremmende



Der er behov for politisk mod til at investere i fremtiden

Hvordan kan kommunen bidrage til at fremme borgernes sundhed?

- Ambitiøs men realistisk sundhedspolitik, der bygger på viden om borgernes sundhed
- Fokus på både sunde rammer, sundhedsfremme i alle kontakter med borgerne og tilbud til borgere med særlige behov
- Forebyggelsesindsatser med solid viden om effekt og høj kvalitet i implementeringen
- Alle fagområder i kommunen skal involveres og bidrage
- Samarbejde med borgere, foreninger og andre aktører

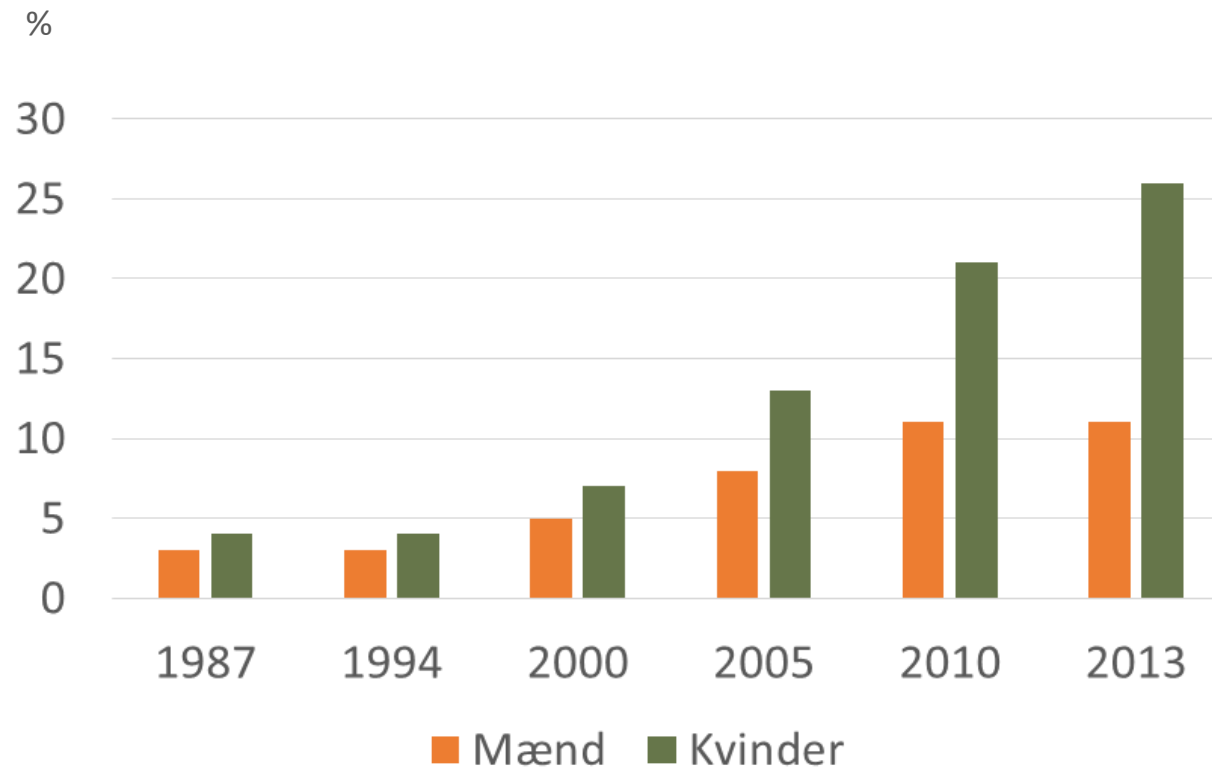
TAK FOR OPMÆRKSOMHEDEN

SUNDHEDSPOLITISK DIALOGFORUM, APRIL 2018



UNGE OG DERES MENTALE SUNDHED

Unge mellem 16 og 24 år, der ofte føler sig stressede



Kilde: Sundhed og sygelighed i Danmark 2005 og 2010 og Sundhedsprofilen 2010 og 2013. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.



6 PEJLEMÆRKER

DER KAN GØRE EN FORSKEL FOR BORGERNES SUNDHED

1. Alle skal have mulighed for et sundt liv – fælles ansvar og kvalitet i indsatsen
2. Alle børn skal have en sund start på livet, der fremmer deres trivsel, udvikling og læring
3. Alle unge skal have plads i fællesskabet og komme godt på vej i uddannelse og job
4. Flere skal vælge et røgfrit liv, og ingen børn og unge skal begynde at ryge
5. Flere skal drikke mindre, og ingen børn og unges liv må skades af alkohol
6. Flere skal leve et liv med bedre mental sundhed og trivsel