

Hvordan har du det?



Mini-sundhedsprofil
for Næstved Kommune

NÆSTVED



REGION
SJÆLLAND



-vi er til for dig

Indhold

Sådan er det i Næstved Kommune.....	3
Lidt om Næstved Kommune.....	4
Fakta om undersøgelsen.....	5
Livskvalitet og helbred	6
Sundhedsadfærd	9
Kroniske sygdomme	15
Sammenfatning	18
Yderligere oplysninger	19

Titel »Hvordan har du det – mini-sundhedsprofil for Næstved Kommune«

Forfatter Anne Bach Iversen

Udgiver Region Sjælland

Kvalitet og Udvikling

Regionshuset

Alleen 15

4180 Sorø

www.regionsjaelland.dk

kvalitetudvikling@regionsjaelland.dk

Udgivet 2011

Tryk Glumsø Bogtrykkeri A/S

Oplag 250

Sådan er det i Næstved Kommune

I Næstved Kommune står sundhed højt på dagsordenen, og vi er meget optaget af, hvordan vi kan hjælpe kommunens borgere til et sundt liv med høj livskvalitet. Vi har derfor med stor interesse deltaget i Region Sjællands Sundhedsprofil for at få et større overblik over kommunens sundhed. På den baggrund har vi nu et bedre grundlag for at igangsætte de tiltag, der skal til for at sikre en målrettet indsats vedrørende sundhedsfremme og forebyggelse.

Næstved Kommune var en af de kommuner, der ved kommunalreformen, modtog puljemidler til at etablere et sundhedscenter, hvilket vi nu driver for egne midler. I Sundhedscentret er etableret faciliteter og aktiviteter, der danner rammerne for kommunens sundhedsfremmende og forebyggende arbejde på tværs.

Kommunen vedtog allerede i 2007 en sundhedspolitik, som rummer 5 strategiske målsætninger. Blandt andet ønsker vi at føre en sundhedspolitik, hvor social lighed i sundhed prioriteres højt. Vi ønsker, at børn og unge skal have mulighed for og stimuleres til at træffe sunde valg, da det allerede er i barndomsårene vores livsstil grundlægges. Det ligger os også på sinde at støtte kommunens kronikere til at få et lettere og bedre liv.

Mange både nationale og internationale undersøgelser peger på, at forekomsten af de 8 folkesygdomme er stigende. Den samme stigning ses i danskernes medicinforbrug, der vokser år for år.

Det er med andre ord dyrt ikke at forebygge.



*Formand for Sundhedsudvalget
Daniel Tarby Lillerøi*

Lidt om Næstved Kommune

Næstved Kommune består efter kommunalreformen af 5 tidligere kommuner: Næstved, Fuglebjerg, Suså, Holmegaard og Fladså, hvilket giver et indbyggertal på ca. 81.000. Kommunen skal i fremtiden, som resten af Danmark, forholde sig til en anden befolkningssammensætning med færre børn og erhvervsaktive samt flere ældre - der bliver altså med andre ord behov for andre sundhedsfremme- og forebyggelses tilbud.

Næstved er målt på areal regionens største kommune, med ca. 50 % af befolkningen bosiddende i Næstved, og resten fordelt på mindre byer og landdistrikter. Næstved Kommune indeholder mange småbyer og bysamfund, hvoraf nogle har skoler, haller og ældrecentre, der kan danne rammen om forskellige sundhedsfremmende tiltag.

Næstved Kommunes store areal favner store rekreative arealer med Susåen, strand, fjord, skov og åbent land samt landsbyer og en bymidte med flere kultur- og fritidstilbud til glæde for alle kommunens borgere.

Næstved Kommune vedtog i 2010 en medborgerskabs politik der medvirker til, at den enkelte borger skal føle sig anerkendt, accepteret og respekteret uanset køn, etnicitet, tilknytning til arbejdsmarkedet, kulturel, social og økonomisk baggrund. Denne politik vil fremme kommunens arbejde med at styrke den sociale lighed i sundhed.



Fakta om undersøgelsen

34.000 borgere i Region Sjælland, som var 16 år og derover, fik i foråret 2010 tilsendt et spørgeskema. Der blev udsendt 2.000 skemaer til et repræsentativt udsnit af borgerne i hver kommune i regionen. I Næstved Kommune valgte 54,1 procent at deltage i undersøgelsen, svarende til 1.081 borgere. Andelen ligger tæt på regionsgennemsnittet på 55 procent. Borgerne har kunnet vælge mellem at returnere spørgeskemaet i udfyldt stand eller besvare spørgsmålene elektronisk over internettet.

Sundhedsprofilen i Region Sjælland er en del af en landsdækkende undersøgelse. Der er nationalt nedsat et koordinerende udvalg med repræsentanter fra alle regioner, Danske Regioner, KL, Indenrigs- og Sundhedsministeriet, Sundhedsstyrelsen og Statens Institut for Folkesundhed. Det koordinerende udvalg har udarbejdet 52 spørgsmål, der går igen over hele landet. Herudover har hver region og Statens Institut for Folkesundhed kunnet tilføje supplerende spørgsmål inden for områder, som den enkelte organisation har ønsket at belyse.

I sundhedsprofilen oplyser borgerne om deres sundhedsadfærd i forhold til rygning, fysisk aktivitet, madvaner og alkoholforbrug, deres ønske om at ændre vaner, selv vurderet helbred, trivsel og kronisk sygdom.

Region Sjælland har lavet sundhedsprofilen i samarbejde med Region Hovedstadens Forskningscenter for Forebyggelse og Sundhed.

Der tages forbehold for de kommunale resultater på grund af spinkelt data-materiale. For resultater fordelt på uddannelsesniveau gælder det især for lang videregående uddannelse.

Livskvalitet og helbred

Selvurderet helbred

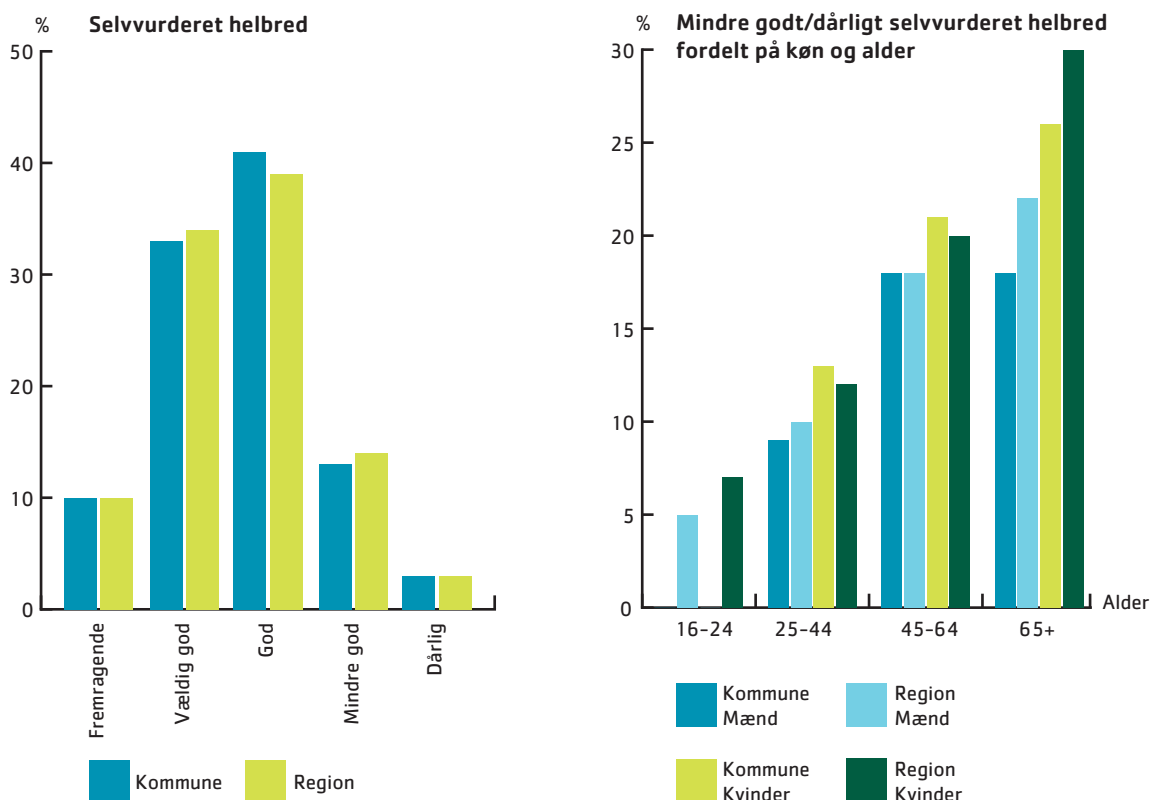
Borgernes egen vurdering af deres helbred, har vist sig at være et pålideligt mål for risikoen for både sygelighed og dødelighed i fremtiden – uafhængigt af andre faktorer.

I Næstved Kommune bedømmer langt den overvejende del af borgerne deres helbred til at være godt. Andelen der bedømmer deres helbred som mindre godt eller dårligt er i Næstved Kommune tæt på samme niveau som regionen, idet andelen udgør samlet set 16 procent i Næstved Kommune og 17 procent i regionen.

Som det fremgår af figuren stiger andelen af borgere med mindre godt eller dårligt selvurderet helbred med alderen. I alle aldersgrupperne er der flere kvinder end mænd, der har et mindre godt eller dårligt selvurderet helbred i Næstved Kommune.

Andelen af kvinder med et mindre godt eller dårligt selvurderet helbred i aldersgruppen 25-44 år er højere i Næstved Kommune end hos regionens borgere som helhed. Samtidig ses det også at andelen af 65+ årige med mindre godt/dårligt selvurderet helbred er lavere for både mænd og kvinder i Næstved Kommune end i regionen borgere som helhed¹.

¹ I aldersgruppen 16-24 år for både mænd og kvinder er der for få besvarelser til at give resultat.



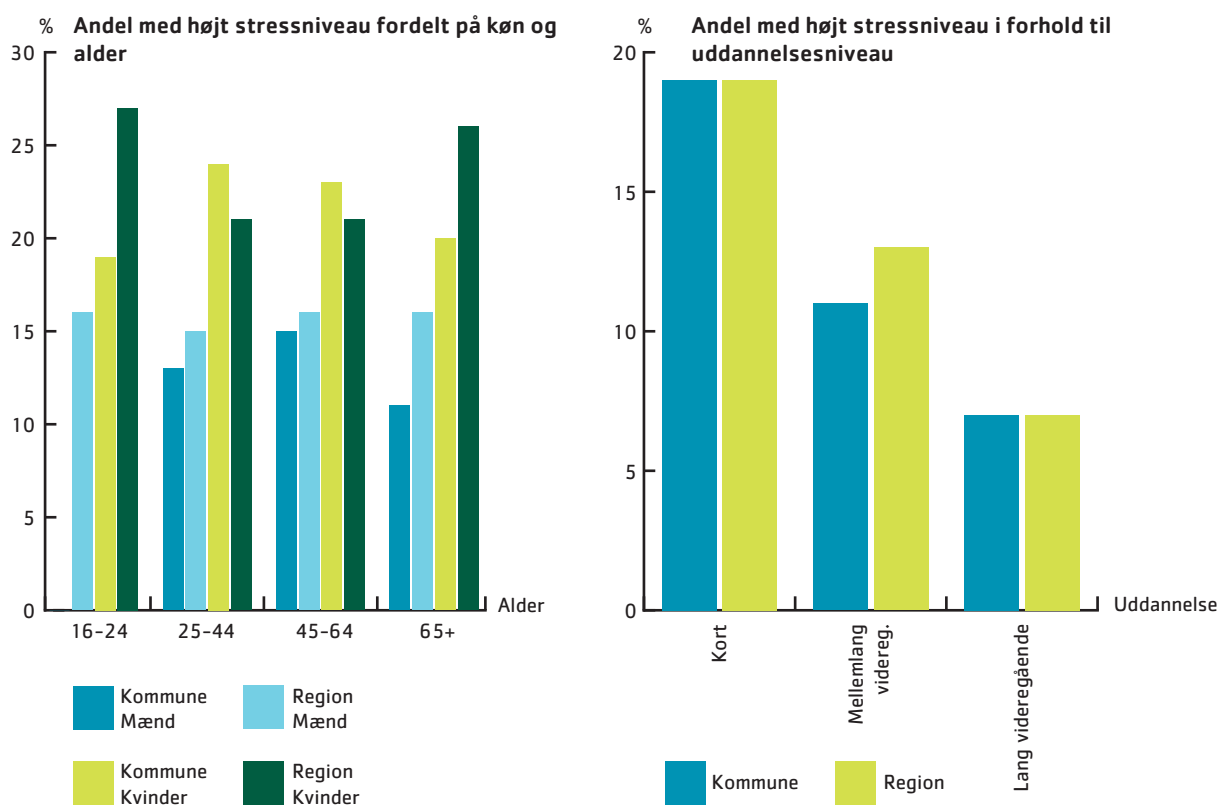
Stress

Der er fokus på stress i medierne. Ordet stress er blevet en del af vores hverdagsprog, og i daglig tale forveksles stress ofte med det at have travlt. Akut stress kan være positivt, da det øger folks præstationsevne, mens langvarig stress kan medføre en øget risiko for en række sygdomme som f.eks. hjertekarsygdomme og depression. Stress kan også medføre en forværring af eksisterende sygdomme.

Blandt de 20 procent af borgere, der har det højeste stressniveau, er andelen højere hos kvinderne i alle aldersgrupper end hos mænd¹. Sammenlignes der med regionen ses det, at blandt andet andelen af kvinder i aldersgruppen 25-64 år har et højere stressniveau end kvinderne i regionen som helhed.

Både i Næstved Kommune og i regionen som helhed stiger andelen med højt stressniveau jo kortere uddannelse borgerne har. I Næstved Kommune samt i regionen falder andelen således for begges vedkommende fra 19 procent blandt borgere med en kort uddannelse til 7 procent blandt borgere med en lang videregående uddannelse.

¹ I aldersgruppen 16-24 år for mænd er der for få besvarelser til at give resultat.

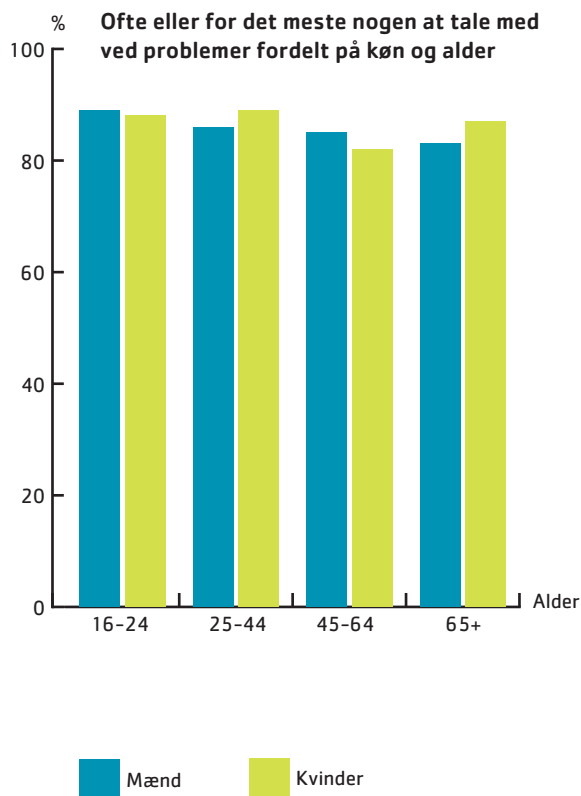


Socialt netværk

Det er vigtigt for vores trivsel at have et socialt netværk. Oplevelse af, om man har et socialt netværk, kan måles på, om man føler, at man har nogen at tale med, hvis man har problemer. Det sociale netværk har ofte også betydning for ens sundhedsvaner, overskud til at ændre vaner samt mulighed for hjælp i tilfælde af sygdom.

86 procent af borgerne i Næstved Kommune og 85 procent af borgerne i Region Sjælland oplyser, at de ofte eller for det meste har nogen at tale med, hvis de har problemer (figur ikke vist).

Når man ser på andelen af kvinder og mænd, der ofte eller for det meste har nogen at tale med ved problemer, er der aldersgrupperne imellem stor forskel på henholdsvis mænd og kvinder. Blandt de 25-44 årige og 65+ årige er der en højere andel blandt kvinderne end blandt mændene der føler de ofte eller for det meste har nogen at tale med ved problemer, mens dette billede har vendt sig for specielt aldersgruppen 45-64 årige, hvor der er flere mænd end kvinder der føler de ofte eller for det meste har nogle at tale med ved problemer.



Sundhedsadfærd

Rygning

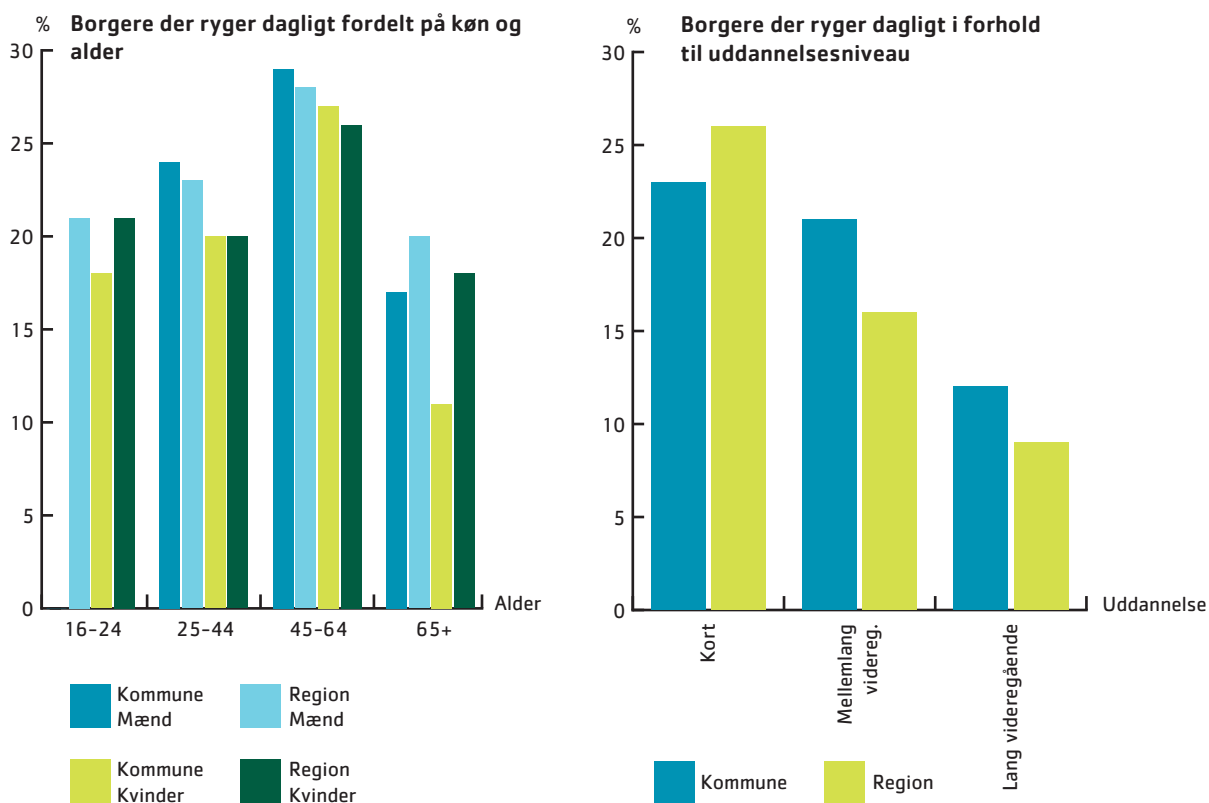
Rygning er den forebyggelige risikofaktor, der giver anledning til flest kroniske sygdomme i Danmark, og hvert år dør 14.000 danskere på grund af rygning, svarende til 26 procent af alle dødsfald. I Næstved Kommune ryger 22 procent dagligt mod 23 procent i regionen som helhed.

For alle aldersgrupper er andelen af mænd, der ryger dagligt højere end hos kvinderne. Forskellen ses tydeligt i aldersgruppen 65+, hvor der er 17 procent af mændene, der dagligt ryger mod 11 procent af kvinderne¹. Sammenlignet med regionen er det særligt kvinderne i aldersgruppen 65+ år, der adskiller sig fra kvinderne i regionen som helhed, da 11 procent af kvinderne i aldersgruppen 65+ år i Næstved Kommune ryger dagligt mod 18 procent i regionen.

Andelen af rygere falder jo længere uddannelse borgerne har. I Næstved Kommune falder andelen således fra 23 procent blandt borgere med en kort uddannelse til 12 procent blandt borgere med en lang videregående uddannelse. På regionsplan er faldet fra 26 til 9 procent. Det er kun blandt borgere med en kort uddannelse, at der er andelen af daglige rygere i Næstved kommune er lavere end i regionen som helhed. For borger med mellemlang eller lang videregående uddannelse er andelen af rygere i Næstved Kommune højere end i regionen som helhed.

Andelen af eks-rygere udgør 29 procent i Næstved Kommune, hvilket er det samme som i regionen som helhed (figur ikke vist).

¹ I aldersgruppen 16-24 år for mænd er der for få besvarelser til at give resultat.



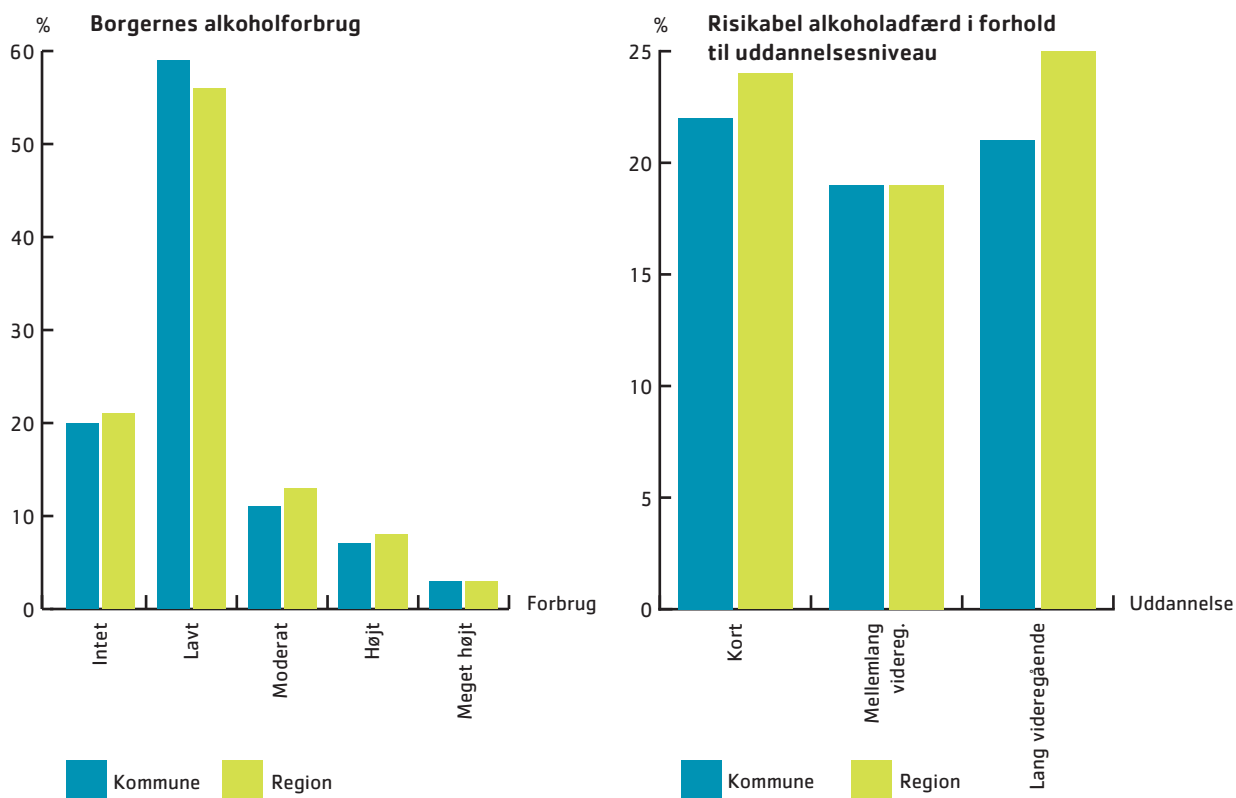
Alkohol

Et højt forbrug af alkohol øger risikoen for at udvikle visse kræftsygdomme, mave-tarmsygdomme, hjerte-karsygdomme, leversygdomme, forhøjet blodtryk og spiller ofte en rolle i forhold til ulykker, selvmord og selvmordsforsøg samt forgiftninger.

Et lavt forbrug er 7/14 genstande for henholdsvis kvinder og mænd per uge, mens et moderat forbrug er på max. 14/21 genstande for henholdsvis kvinder og mænd. Et højt forbrug udgør 15-34 genstande for kvinder og 22-34 genstande for mænd, mens et meget højt forbrug er over 35 genstande per uge for både mænd og kvinder.

I Næstved Kommune har 59 procent et lavt forbrug og 10 procent et højt eller meget højt forbrug, hvilket ligger tæt på op ad regionens andele som helhed.

Udover genstandsgrænserne indgår også elementerne rusdrikkeri og alkoholafhængighed, når man taler om risikabel alkoholadfærd. Som det fremgår af figuren, er andelen med en risikabel alkoholadfærd i Næstved Kommune lavere end regionen som helhed blandt borgere med en kort uddannelse samt lang videregående uddannelse. For borgerne med en mellemlang videregående uddannelse, er niveauet for borgere med en risikabel alkoholadfærd i Næstved Kommune det samme som for regionen som helhed.



Fysisk aktivitet

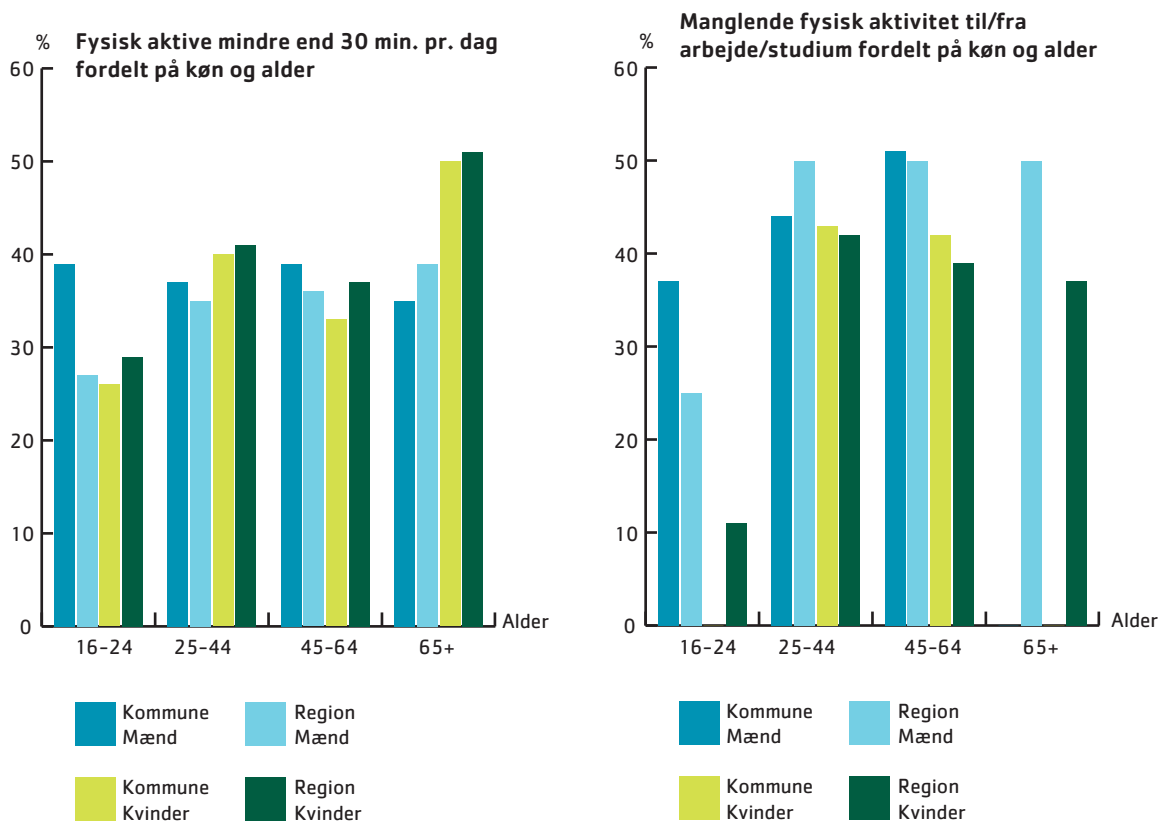
Fysisk inaktivitet øger risikoen for kroniske sygdomme som f.eks. hjerte-kar-sygdomme, sukkersyge, tyktarmskræft, brystkræft, knogleskørhed, visse psykiske lidelser samt faldulykker. Hvert år er 4.500 dødsfald i Danmark relateret til fysisk inaktivitet. Den fysisk inaktive person kan forvente 8-10 færre leveår uden langvarig belastende sygdom end den fysisk aktive. Sundhedsstyrelsen anbefaler at alle voksne er fysisk aktive af moderat intensitet mindst 30 min. om dagen.

I Næstved Kommune er gennemsnitlig 38 procent af borgerne fysisk aktive i mindre end 30 min. pr. dag (inklusive transport til og fra arbejde eller studium), hvilket er det samme som i regionen generelt. Ses der på køn og alder er andelen af mænd og kvinder i alle aldersgrupper stort set den samme, som i regionen som helhed, bortset fra mænd i aldersgruppen 16-24 år, hvor der er 39 procent i Næstved Kommune, der er fysisk inaktive mindre end 30 min. pr. dag, hvilket er noget højere end regionsgennemsnittet på 27 procent.

For de 45-64 årige ses det, at færre mænd end kvinder går eller cykler til arbejde eller studium. Det gælder både for Næstved Kommune og for regionen som helhed¹.

Fysisk inaktivitet forekommer hos 41 procent blandt borgere med kort uddannelse, mens andelen er 37 procent hos borgere med lang videregående uddannelse. Faldet for regionen som helhed er fra 38 procent til 32 procent (figur ikke vist).

¹ I aldersgruppen 16-24 år for kvinder og 65+ år for både mænd og kvinder er der for få besvarelser til at give resultat.



Madvaner

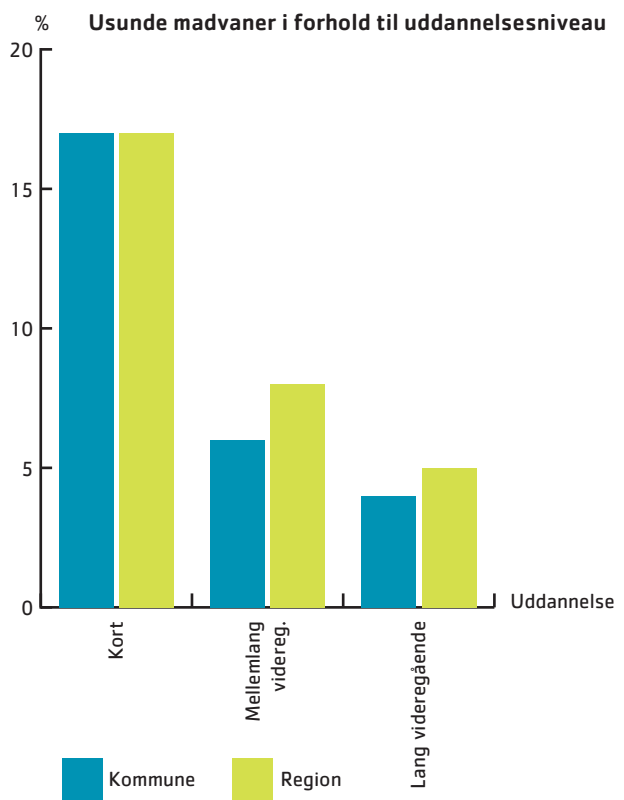
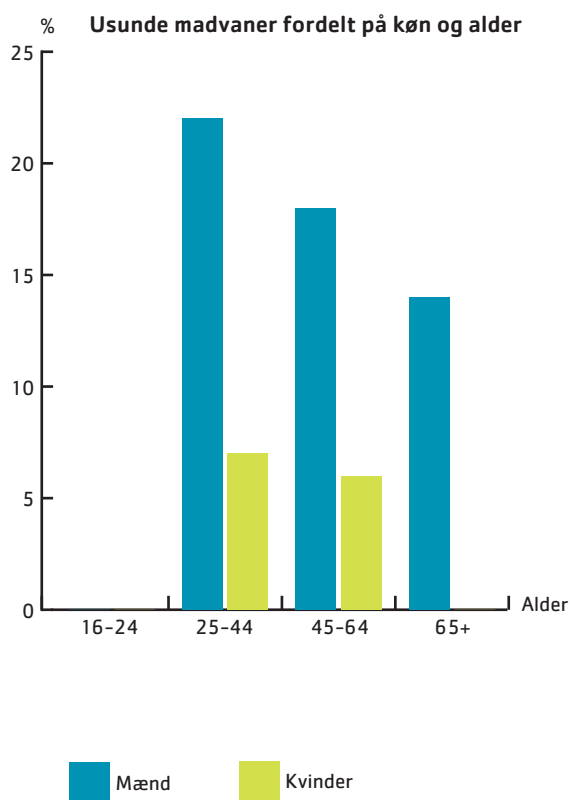
De 8 kostråd fremsat af Ernæringsrådet lyder:

- Spis frugt og grønt – 6 om dagen
- Spis fisk og fiskepålæg – flere gange om ugen
- Spis kartofler, ris eller pasta og groft brød – hver dag
- Spar på sukker – især fra sodavand, slik og kager
- Spis mindre fedt – især fra mejeriprodukter og kød
- Spis varieret – og bevar normalvægten
- Sluk tørsten i vand
- Vær fysisk aktiv – mindst 30 minutter om dagen

Ved en usund kost forstås i denne rapport en kost, der har et meget lavt indhold af frugt, grønt og fisk og et højt indhold af mættet fedt. Usund kost øger risikoen for hjerte-karsygdomme, overvægt og fedme, type 2 sukkersyge, knogleskørhed og visse former for kræft.

13 procent af borgerne i Næstved Kommune har generelt usunde madvaner mod 14 procent i regionen som helhed (figur ikke vist). Som det fremgår af figuren, spiser mændene i Næstved Kommune generelt usundere end kvinderne i alle aldersgrupper, hvor det er muligt at vise et resultat. Yderligere fremgår det af figuren, at de usunde madvaner falder gradvist med alderen¹. I Næstved Kommune forekommer usunde madvaner hos 17 procent blandt borgere med en kort uddannelse, mens andelen er 4 procent hos borgere med lang videregående uddannelse. Der ses dermed en social ulige fordeling af forekomsten af usunde madvaner.

¹ I aldersgruppen 16-24 år for både mænd og kvinder og i aldersgruppen 65+ for kvinder er der for få besvarelser til at give resultat.



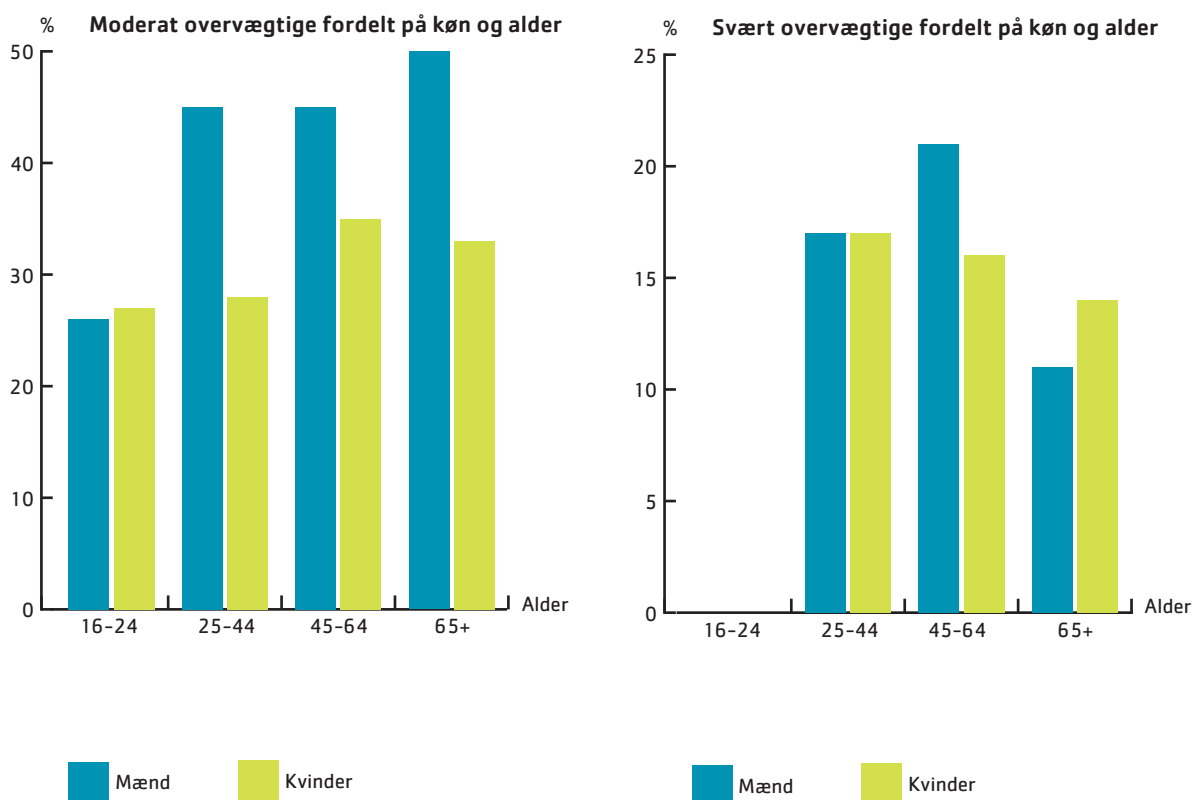
Vægt

Danskernes gennemsnitlige vægt har været stigende de senere år. Body Mass Index (BMI = vægten i kilo divideret med (højden i meter gange med højde i meter)) er et groft mål til at vurdere, om en person er undervægtig, normalvægtig eller overvægtig. Normalområdet ligger på mellem 18,5-24,9. Hvis BMI er under 18,5 er personen undervægtig, mens en person er moderat overvægtig, hvis BMI ligger mellem 25,0 og 29,9, og svært overvægtig, hvis BMI er 30,0 eller derover. Overvægt og især svært overvægt øger risikoen for en lang række kroniske sygdomme som f.eks. hjerte-karsygdomme, type 2 sukkersyge, slidgigt og visse former for kræft. Hvert år dør 1.300-1.400 danskere på grund af overvægt.

I Næstved Kommune er 37 procent moderat overvægtige, mens 15 procent er svært overvægtige. Regionsgennemsnittet ligger på henholdsvis, 35 procent for moderat overvægtige og 16 procent for svært overvægtige (figur ikke vist).

Som det ses af figurene, er andelen af moderat overvægtige større hos mændene end hos kvinderne i alderen 25+ år i Næstved Kommune. I forhold til de svært overvægtige er andelen af mænd og kvinder den samme for aldersgruppen 25-44 år, for de 45-64 årige er der flest svært overvægtige mænd, mens der er flest svært overvægtige kvinder i aldersgruppen 65+¹.

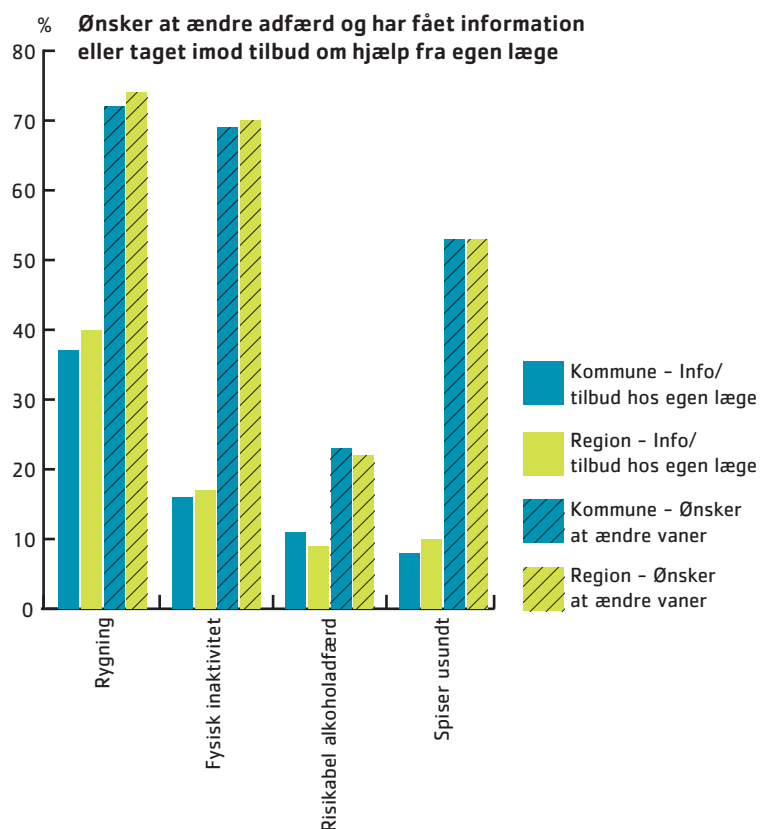
¹ I aldersgruppen 16-24 år for både mænd og kvinder er der for få besvarelser til at give resultat.



Motivation for at ændre vaner samt information og/eller tilbud fra egen læge

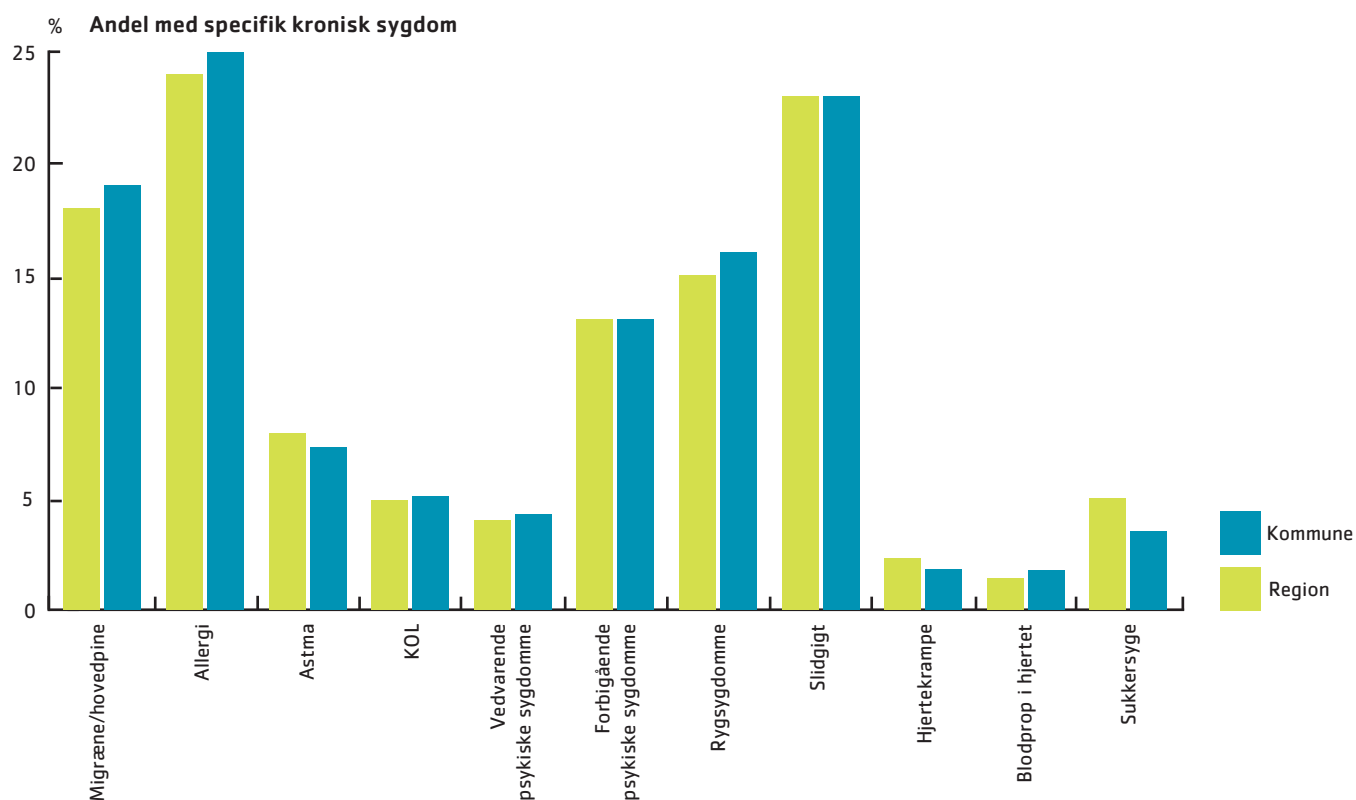
Der er 14 procent af borgerne i Næstved Kommune, der opfylder de officielle anbefalinger i forhold til rygning, alkohol, sund kost og fysisk aktivitet, hvilket er en lidt højere andel end regionsgennemsnittet på 13 procent. Der er dog en stor gruppe borgere, der gerne vil ændre vaner i en sundere retning. Dette gælder dog ikke i forhold til ændring af alkoholvanerne blandt de borgere, der har en risikabel alkoholadfærd.

Inden for de fire områder har borgere hyppigst modtaget information eller taget imod tilbud fra egen læge i forhold til rygning, nemlig hos 37 procent i Næstved Kommune mod et regionsgennemsnit på 40 procent. Det gælder derimod kun for henholdsvis 16, 11 og 8 procent af tilfældene blandt personer der er fysisk inaktive, har en risikabel alkoholadfærd eller hos personer, der spiser usundt.



Kroniske sygdomme

Forekomst af kroniske sygdomme findes i alle aldersgrupper. Forekomsten stiger med alderen for de fleste kroniske sygdomme. Dette gælder især for sygdomme som slidgigt, KOL, hjertekrampe og blodprop i hjertet, men ikke for sygdomme som migræne/hovedpine og allergi. I Næstved Kommune er andelen med sukkersyge markant lavere og andelen med astma lidt lavere end regionsgennemsnittet. Andelen med blodprop i hjertet, rygsygdomme, allergi og migræne/hovedpine er lidt højere end i regionen som helhed. I forhold til de øvrige sygdomme er andelen på højde med regionsgennemsnittet.

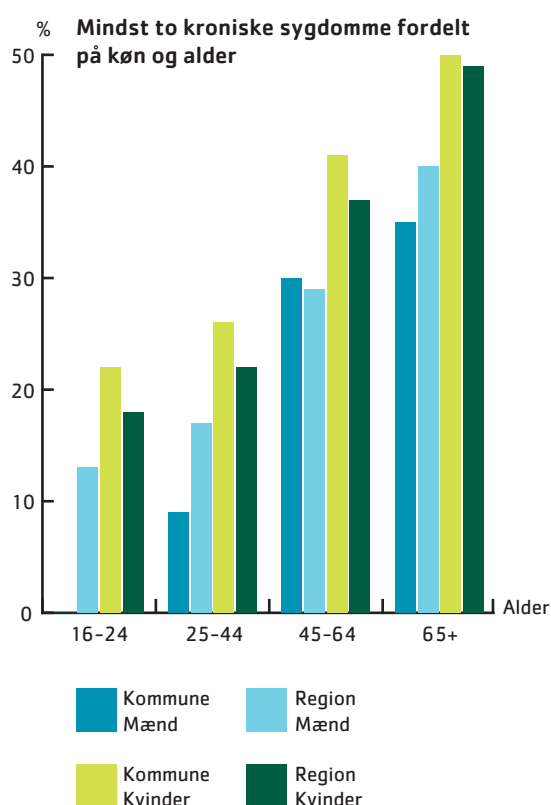
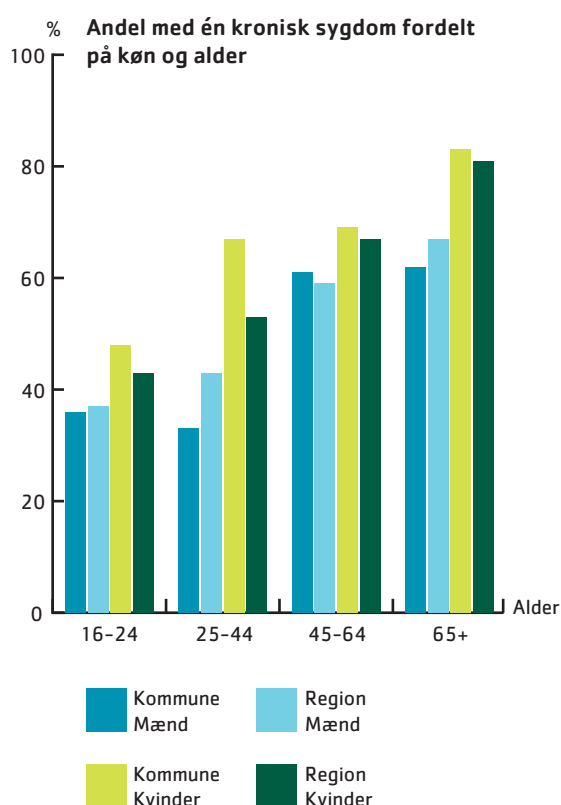


59 procent af borgerne i Næstved Kommune har mindst én kronisk sygdom og 29 procent har mindst to kroniske sygdomme. Regionsgennemsnittet er henholdsvis 58 procent og 29 procent. Som det fremgår af figuren, stiger hyppigheden af én kronisk sygdom med alderen for begge køn. Figuren viser desuden, at kronisk sygdom er hyppigere hos kvinder end hos mænd i alle aldersgrupper. Dette gælder både for Næstved Kommune og regionen som helhed.

Det samme billede gør sig gældende, når man ser på personer, der har mindst to kroniske sygdomme bortset fra, at andelen er noget lavere i alle aldersgrupper, da andelen hos mænd stiger fra 9 procent i aldersgruppen 25-44 år til 35 procent hos de 65+-årige. Stigningen blandt kvinder er fra 26 procent til 50 procent¹.

Næstved Kommune skiller sig ud fra regionsgennemsnittet ved, at andelen med mindst to kroniske sygdomme ligger højere blandt alle aldersgrupper for kvinderne.

¹ I aldersgruppen 16-24-årige for mænd i Næstved Kommune, er datagrundlaget for lille til at give resultat.



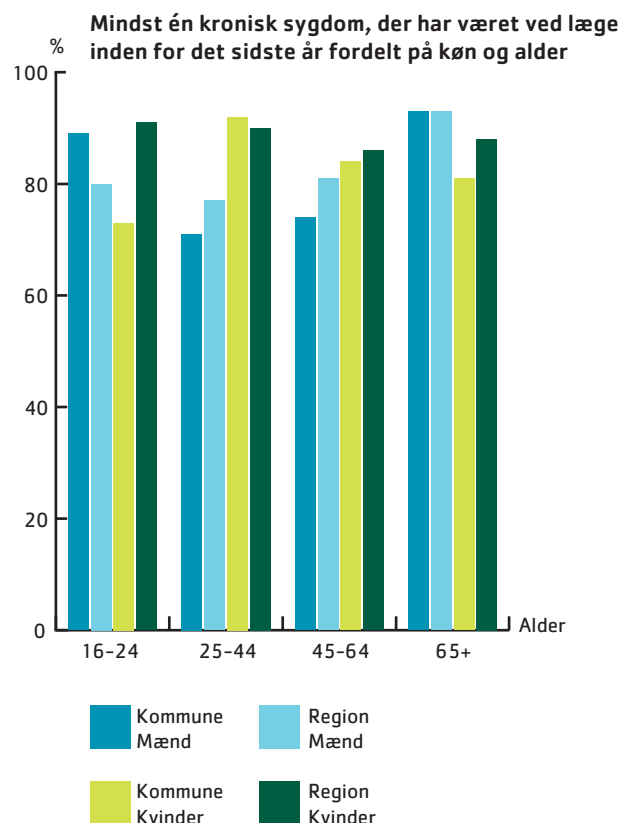
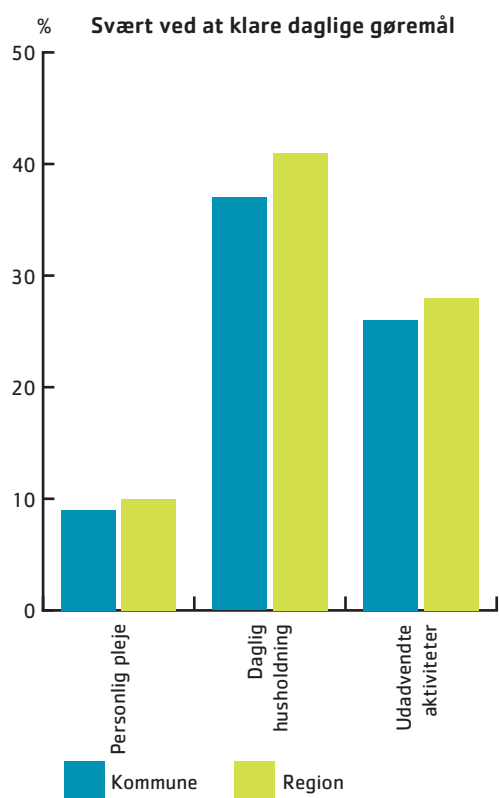
Behov for hjælp

Kronisk sygdom griber ind i den enkeltes liv og medfører hos nogle, at de bliver afhængige af hjælp fra andre. Dette gælder især, hvis man har mindst tre kroniske sygdomme og især i forhold til den daglige husholdning og mulighed for udadvendte aktiviteter. I Næstved Kommune er andelen af borgere med mindst 3 kroniske sygdomme, der har svært ved at klare de daglige gøremål i alle grupper lavere end regionsgennemsnittet.

Besøg hos egen læge

Set på aldersgrupperne har mellem 71 og 93 procent af borgerne i Næstved Kommune med mindst én kronisk sygdom været hos egen læge inden for det sidste år. I regionen som helhed udgør andelen mellem 77 og 93 procent.

Den høje andel i alle aldersgrupper betyder, at borgerens praktiserende læge har rig mulighed for at motivere borgere til at ændre livsstil i en retning, som vil være hensigtsmæssig i forhold til at mindske generne i forhold til borgers kroniske sygdom. Dette skal sammenholdes med, at en stor andel af de borgere, der har en kronisk sygdom og samtidig har usunde vaner, ønsker at ændre vaner i en sundere retning, hvilket tallene for den regionale sundhedsprofil også viser.



Sammenfatning

Mange borgere i Næstved Kommune besidder en motivation for at ændre vaner til en sundere retning. Andelen inden for både rygning og fysisk inaktivitet ligger dog lidt under regionsgennemsnittet, mens andelen, der ønsker at ændre vaner i forhold til alkohol er lidt højere sammenlignet med regionsgennemsnittet. Andelen af borgere i Næstved Kommune, der ønsker at ændre kost, er det samme som regionsgennemsnittet. Blandt rygere og fysisk inaktive, er der således henholdsvis 72 og 69 procent, der ønsker at ændre vaner. Der er 23 procent blandt borgere med risikabel alkoholadfærd, mens der er 53 procent blandt borgere der ønsker sundere kostvaner.

Næstved Kommune adskiller sig positivt i forhold til sundhedsadfærd sammenlignet med regionen som helhed. Både andelen af borgere der dagligt ryger og andelen med usunde madvaner er lavere end i regionen som helhed, mens andelen af fysisk inaktive og andelen med en risikabel alkoholadfærd er på samme niveau som regionen.

I forhold til socialt netværk er det især i ældste aldersgrupper, der ofte eller for det meste ikke har nogen at tale med ved problemer i Næstved Kommune.

Inden for de kroniske sygdomme er andelen med sukkersyge markant lavere i Næstved Kommune, mens andelen med blodprop i hjertet, ryg sygdom, allergi og migræne/hovedpine er lidt højere i Næstved Kommune end i regionen som helhed. I forhold til de øvrige sygdomme er andelen stort set på højde med regionsgennemsnittet.

Når man ser på, hvordan de kroniske sygdomme fordeler sig på alder og køn, viser det sig, at andelen af kvinder mellem 25 og 44 år, der har mindst én kronisk sygdom, er højere i Næstved Kommune i forhold til regionsgennemsnittet, samtidig med at andelen hos mænd er noget lavere. Andelen med mindst to kroniske sygdomme er højere for kvinder i alle aldersgrupper i Næstved Kommune i forhold til regionsgennemsnittet.

Yderligere oplysninger

Nogle af oplysningerne i denne rapport kan du finde i den samlede sundhedsprofil på www.regionsjælland.dk/sundhedsprofil ligesom du vil kunne finde mange andre resultater her. Oplysninger i forhold til data fordelt på køn og alder finder du imidlertid kun her i denne rapport.

