

SUNDHEDSPROFILEREN 2025 PÅ ÉN SIDE

Region Sjælland 16-24-årige

	Region Sjælland 16-24-årige	Antal personer	Region Sjælland
Tilfreds med livet (7-10 på skala)	62,8	45.500	76,7
Fremragende, vældig godt eller godt selv vurderet helbred	88,6	74.100	79,6
Godt mentalt velbefindende	8,2	6.400	17,4
Daglige arbejde begrænset af smerte	5,5	4.400	14,2
Høj score på stressskalaen	48,3	36.000	31,2
Langvarig sygdom	23,5	17.500	41,4
Psykisk lidelse (kort eller langvarig)	28,2	21.100	16,7
Multisygdom - mindst to sygdomme	26,4	19.600	38,8
Ensomhed	21,6	15.600	11,3
Tegn på social isolation	4,8	3.500	6,2
Svær overvægt	8,8	6.300	21,4
Lav score på kostskalaen	26,0	18.700	20,0
Dagligrygere	5,3	3.900	12,2
Daglig brug af e-cigaretter/vapes	7,4	5.500	4,7
Daglig brug af snus, nikotinposer eller lignende	10,6	7.900	2,0
Alkoholforbrug over 10 genstande ugentligt	19,8	14.500	13,7
Rusdrikker mindst én gang om ugen	16,8	12.400	7,3
Tegn på moderate eller svære alkoholproblemer	4,2	3.100	5,9
Lav fysisk aktivitet i fritiden	20,8	15.100	19,2
Lever ikke op til WHO's minimumsanbefaling for fysisk aktivitet	49,7	36.000	56,6
Meget generet af søvnproblemer	22,2	16.500	17,9
Mindst 4 timer siddende ved skærm i fritiden på hverdage	52,7	40.200	34,1
Lav score på skala om at læse og forstå information om sundhed	20,0	14.700	14,9
Lav score på skala om evne til aktivt at benytte sig af digitale løsninger	12,1	8.900	21,8

- Signifikant lavere end regionsgennemsnit for 2025
- Ikke signifikant forskellig fra regionsgennemsnit for 2025
- Signifikant højere end regionsgennemsnit for 2025

Sundhedsprofilen 2025 belyser sundhed, sygdom og trivsel blandt borgere på 16 år og derover i Region Sjælland og i resten af landet. I foråret 2025 modtog omkring 2.200 borgere i hver af regionens kommuner spørgeskemaet 'Hvordan har du det?'. Godt 42 pct. sendte et svar retur. Undersøgelsen er desuden gennemført i 2010, 2013, 2017 og 2021.

På denne side vises resultater for 2025 for et udvalg af parametre fra undersøgelsens forskellige emner opgjort blandt 16-24-årige borgere. På side 2 ses udviklingen over tid for et mindre udvalg af parametre også opgjort blandt 16-24-årige. Enkelte steder er der ikke vist et resultat. Det skyldes at der ikke findes et sammenligneligt tal for det pågældende år.

Af kortet til højre ses fordelingen af andelen af 16-24-årige borgere i regionens kommuner blandt borgere på 16 år eller derover i 2025 (kilde: Statistikbanken, Danmarks Statistik).

Læs mere:

Find flere resultater og læs mere om undersøgelsen og de forskellige parametre i rapporten Sundhedsprofil 2025 for Region Sjælland og kommuner "Hvordan har du det?", som kan findes på www.regionsjaelland.dk/sund.

Andel 16-24-årige borgere



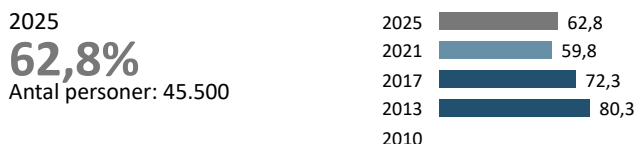
MIN 9,0 MAX 14,1

UDVIKLING OVER TID

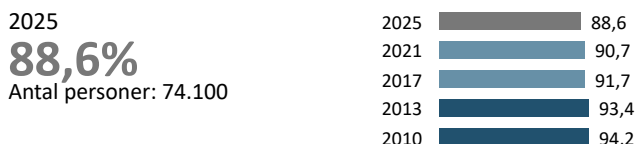
Region Sjælland 16-24-årige

Hvordan
har  det?

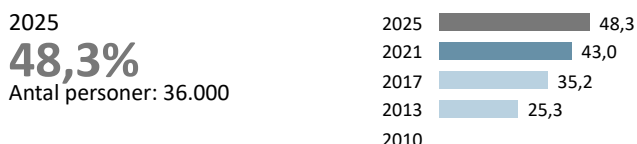
TILFREDS MED LIVET



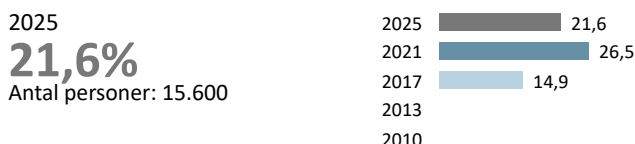
FREMRAGENDE, VÆLDIG GODT ELLER GODT SELVVURDERET HELBRED



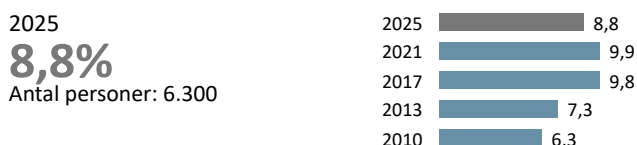
HØJ SCORE PÅ STRESSSKALA



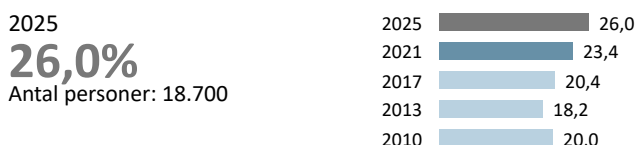
ENSOMHED



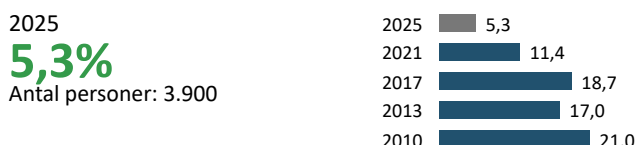
SVÆR OVERVÆGT



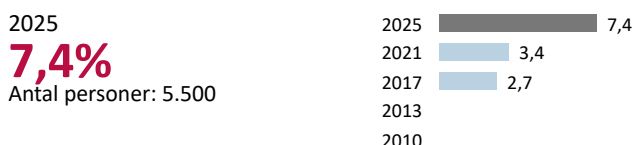
LAV SCORE PÅ KOSTSKALAEN



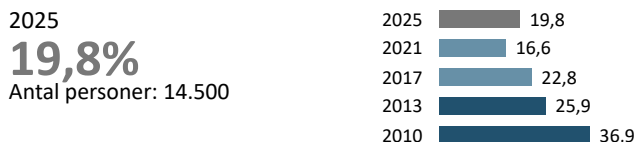
DAGLIG RYGNING



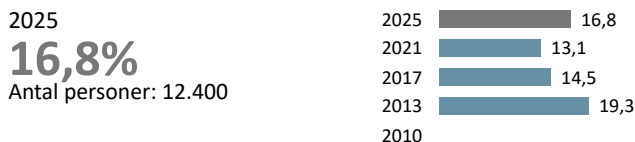
DAGLIG BRUG AF E-CIGARETTER/VAPES



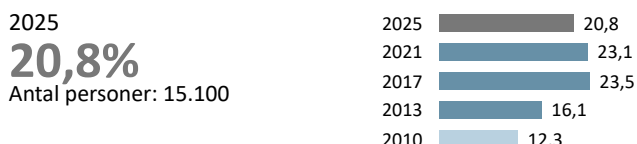
ALKOHOLFORBRUG OVER 10 GENSTANDE UGENTLIGT



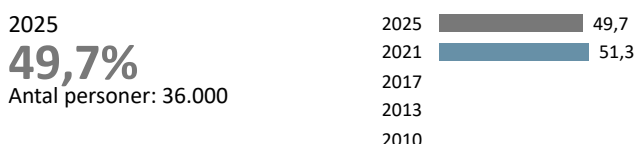
RUSDRIKKER MINDST UGENTLIGT



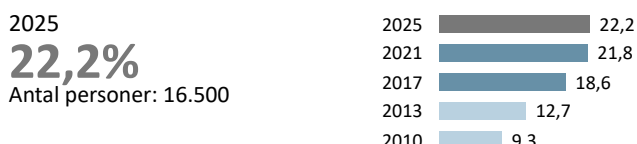
LAV FYSISK AKTIVITET I FRITIDEN



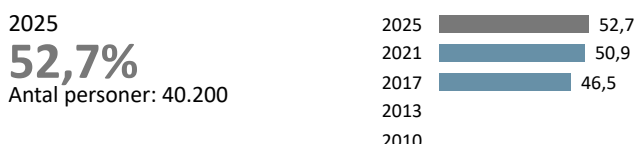
LEVER IKKE OP TIL WHO'S MINIMUMSANBEFALING FOR FYSISK AKTIVITET



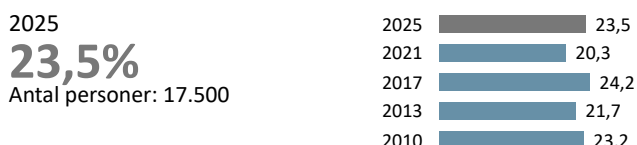
MEGET GENERET AF SØVNPROBLEMER



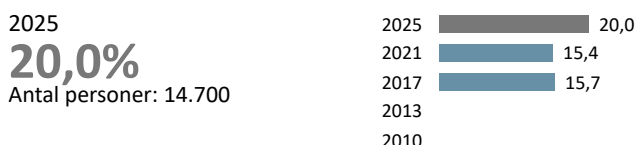
MINDST 4 TIMER SIDDENDE VED EN SKÆRM I FRITIDEN PÅ HVERDAGE



LANGVARIG SYGDOM



LAV SCORE PÅ SKALA OM AT LÆSE OG FORSTÅ INFO OM SUNDHED



Farve på søjlerne:

-  Forekomsten i 2025
-  Signifikant lavere end i 2025
-  Ikke signifikant forskellig fra 2025
-  Signifikant højere end i 2025

Farverne på denne side angiver om de tidligere år afviger signifikant fra 2025, og dermed om man med stor sikkerhed kan sige, at der er sket en ændring. Hvis der er sket en signifikant udvikling fra 2021 til 2025 farves hovedtallet enten **rødt** (negativ udvikling) eller **grønt** (positiv udvikling). Da der er færre svar på undergrupper, ses der færre signifikante ændringer end på regionsniveau. Resultaterne i 2021 bør ses i lyset af COVID19-pandemien.