

Skoleprofil

Skoleprofilen er udarbejdet af:

Pernille Bendtsen

Stine S. Mikkelsen

Kia K. Egan

Stine Kloster

Veronica Pisinger

Camilla G. Pedersen

Helene O. Knudsen

Janne S. Tolstrup

Ungdomsprofilen,

Statens Institut for Folkesundhed,

Syddansk Universitet

Statens Institut for Folkesundhed

Øster Farimagsgade 5A, 2. sal

1353 København K

www.si-folkesundhed.dk

Indholdsfortegnelse

Forord	Side 3
Baggrund og formål	Side 4
Læsevejledning.....	Side 5
Resultater	Side 6
Deltagere	Side 6
Sundhedsadfærd	Side 7
Alkohol.....	Side 7
Rygning	Side 8
Hash og andre stoffer	Side 8
Kost- og måltidsvaner	Side 9
Fysisk aktivitet.....	Side 10
Søvn og træthed	Side 12
Krop og helbred	Side 13
Vægtstatus.....	Side 13
Kropsopfattelse.....	Side 13
Selvvurderet helbred.....	Side 14
Fysiske symptomer	Side 14
Fysiske og psykiske lidelser	Side 15
Mental sundhed.....	Side 16
Generel livstilfredshed.....	Side 16
Stress.....	Side 16
Ensomhed.....	Side 17
Psykiske symptomer.....	Side 17
Sociale relationer.....	Side 18
Vennekontakt.....	Side 18
Fortrolighed.....	Side 18
Skolen	Side 20
Skoletrivsel.....	Side 20
Fravær fra skolen	Side 22

Forord

Ungdomsprofilen er en landsdækkende spørgeskemaundersøgelse, som skal skabe viden om danske unges sundhedsadfærd, trivsel og helbred. Det er den største undersøgelse af sin art i Danmark. I alt har 119 almene gymnasier og 10 erhvervsskoler været med i undersøgelsen, og samlet set har over 70.000 elever valgt at deltage. Eleverne besvarede spørgeskemaet i efteråret 2014. Projektet er gennemført af Statens Institut for Folkesundhed ved Syddansk Universitet.

Denne skoleprofil beskriver sundhedsvaner, helbred og trivsel blandt eleverne på Næstved Gymnasium og HF på en række udvalgte parametre. Det er kun skolens rektor, der modtager denne skoleprofil, som er beregnet til intern brug. Resultater fra den enkelte skole offentliggøres ikke. Vi håber, at skoleprofilen vil være til inspiration og gavn for jer.

Medio 2015 udkommer en national rapport med de samlede resultater for alle elever der deltog i Ungdomsprofilen. Denne rapport giver skolen mulighed for at sammenligne sig med de landsdækkende resultater.

Vi vil her benytte lejligheden til varmt at takke ledelsen, koordinatorene, lærere og elever på jeres skole, som har muliggjort indsamlingen af data til denne undersøgelse.

Jeres deltagelse i Ungdomsprofilen er med til at skabe ny viden – både i dag og mange år fremover.

Venlig hilsen



Morten Grønbæk, direktør,
Statens Institut for Folkesundhed

Baggrund og formål

Formålet med Ungdomsprofilen er at skabe et nuanceret billede af sundhedsvaner (fx ryge-, motions-, kost- og alkoholvaner), helbred (fx selv vurderet helbred, helbredssymptomer) og trivsel (fx stress, ensomhed, skoletilfredshed) hos unge i alderen 15-25 år.

I ungdomsårene sker der store forandringer i livet, som er med til at skabe grobund for nye vaner og ny adfærd, der ofte fastholdes ind i voksenlivet. For at kunne forebygge usunde vaner og fremme sunde vaner blandt unge er det vigtigt at have viden om deres nuværende sundhedsadfærd, helbred og trivsel. Den eksisterende viden om sundhed og trivsel blandt de 15-25-årige er dog yderst begrænset. Ungdomsprofilen vil derfor frembringe ny og vigtig viden på området.

Ungdomsprofilen vil muliggøre målrettet forebyggelse og sundhedsfremme ved at skabe et solidt udgangspunkt for planlægning og udførelse af indsatser til fx at øge fysisk aktivitet og trivsel eller nedsætte rusmiddelforbruget blandt unge. Undersøgelsen giver samtidig en unik mulighed for frem i tiden at følge en stor gruppe unge i nationale registre i forbindelse med uddannelses-, sundheds- og sygdomsforskning.

Læsevejledning

Denne skoleprofil har til formål at give et billede af sundhedsadfærd, helbred og trivsel blandt skolens elever. Skoleprofilen indeholder resultater på en række udvalgte parametre fra Ungdomsprofilens spørgeskema. I hvert afsnit præsenteres elevernes besvarelser i tabeller, som er opdelt på køn. I hver tabel angiver 'n' hvor mange henholdsvis drenge og piger, som indgår i den pågældende tabel. Antallet af elever, som indgår i de forskellige tabeller, vil variere, da ikke alle elever har besvaret samtlige spørgsmål i spørgeskemaet.

Ungdomsprofilens målgruppe er unge i alderen 15-25 år. Skoleprofilen kan dog indeholde besvarelser fra elever, som aldersmæssigt falder uden for denne målgruppe, hvis yngre eller ældre elever på skolen har besvaret spørgeskemaet. På den måde får hver skole en profil, der afspejler den pågældende elevpopulation bedst muligt.

Resultater

DELTAGERE

Ud af alle STX- og HF-elever på Næstved Gymnasium og HF deltog 1198 elever i Ungdomsprofilen i efteråret 2014. Denne skoleprofil er baseret på disse elevers besvarelser. I alt deltog 704 piger og 494 drenge. Elevernes fordeling på årgang og køn ses i tabel 1. Gennemsnitsalderen var 17,9 år for pigerne og 18,2 år for drengene.

Tabel 1: Deltagende elever opdelt på køn og årgang

	Antal piger	Antal drenge	I alt	Procent
1. årgang	231	189	420	35%
2. årgang	271	169	440	37%
3. årgang (inkl. evt. 4. årgang)	202	136	338	28%
Total	704	494	1198	100%

SUNDHEDSADFÆRD

Alkohol

Tabel 2 viser, hvor ofte eleverne drikker alkohol i weekenden. Det ses, at 9% af pigerne og 16% af drengene angiver, at de drikker alkohol hver weekend, mens 10% af pigerne og 9% af drengene svarer 'aldrig'.

Tabel 2: Hyppighed af alkoholforbrug i weekenden

	Piger (n = 703)	Drengene (n = 493)
Hver weekend	9%	16%
Næsten hver weekend	27%	30%
Enkelte weekender	54%	45%
Aldrig	10%	9%

Eleverne er ligeledes blevet spurgt, hvor ofte de inden for de seneste 30 dage har drukket 5 eller flere genstande ved samme lejlighed. Det ses i tabel 3, at 22% af pigerne og 34% af drengene har gjort dette 4 eller flere gange.

Tabel 3: Fordeling af hvor ofte eleverne har drukket 5 eller flere genstande ved samme lejlighed de seneste 30 dage

	Piger (n = 699)	Drengene (n = 488)
0 gange	24%	18%
1 gang	19%	16%
2 gange	20%	16%
3 gange	15%	15%
4 eller flere gange	22%	34%

Henholdsvis 91% af pigerne og 91% af drengene angiver at have været til fest på gymnasiet. Blandt disse angiver pigerne i gennemsnit at have drukket 8,4 genstande ved seneste gymnasiefest, mens gennemsnittet for drengene er 11,6 genstande. Tallene inkluderer de genstande, der eventuelt er drukket før og efter festen.

Rygning

Tabel 4 viser rygevaner blandt eleverne. I alt angiver 12% af pigerne og 21% af drengene, at de ryger dagligt, mens 49% af pigerne og 50% af drengene angiver, at de aldrig ryger.

Tabel 4: Rygevaner

	Piger (n = 702)	Drengene (n = 487)
Jeg ryger hver dag	12%	21%
Jeg ryger mindst én gang om ugen	5%	4%
Jeg ryger af og til (fx til fest)	22%	15%
Jeg ryger sjældent	12%	10%
Jeg ryger aldrig	49%	50%

Elever, der ryger dagligt, er yderligere blevet spurgt, hvor mange cigaretter de ryger. Piger, der ryger dagligt, ryger i gennemsnit 9,4 cigaretter om dagen, mens drengene, der ryger dagligt, i gennemsnit ryger 11,2 cigaretter om dagen.

Samlet set vil 58% af de kvindelige rygere og 58% af de mandelige rygere gerne holde op med at ryge.

Hash og andre stoffer

Blandt de deltagende elever angiver 33% af pigerne og 54% af drengene, at de har prøvet at ryge eller indtage hash, pot eller skunk (tabel 5). Henholdsvis 7% af pigerne og 20% af drengene har gjort det inden for den seneste måned.

Tabel 5: Svarfordeling på spørgsmålet "Har du nogensinde prøvet at ryge/indtage hash, pot eller skunk?"

	Piger (n = 701)	Drengene (n = 487)
Nej	67%	46%
Ja, inden for den seneste måned	7%	20%
Ja, inden for det seneste år	18%	24%
Ja, men ikke inden for det seneste år	8%	10%

Tabel 6 viser fordelingen af, hvor mange gange eleverne har prøvet at ryge eller indtage hash, pot eller skunk i løbet af deres liv. Det ses fx, at henholdsvis 14% af pigerne og 13% af drengene har gjort det 1-2 gange, mens 6% af pigerne og 25% af drengene har gjort det 10 eller flere gange i deres liv.

Tabel 6: Hyppighed af hash-, pot- eller skunkforbrug (hele livet)

	Piger (n = 702)	Drengene (n = 485)
0 gange	67%	46%
1-2 gange	14%	13%
3-9 gange	13%	16%
10 eller flere gange	6%	25%

Eleverne er også blevet spurgt om brug af andre stoffer end hash, pot og skunk. I alt angiver 3% af pigerne og 10% af drengene, at de har prøvet ét eller flere af følgende stoffer: Amfetamin, ecstasy/MDMA, kokain, svampe eller andre stoffer.

Kost- og måltidsvaner

Eleverne er blevet spurgt, hvor ofte de spiser frugt, spiser fastfood, drikker sodavand og drikker energidrikke i løbet af en normal uge. Tabel 7 viser blandt andet, at 42% af pigerne og 31% af drengene spiser frugt mindst én gang dagligt. Blandt pigerne drikker 42% sodavand mindst 2-4 dage om ugen, mens tallet for drengene er 66%.

Tabel 7: Andel der ofte spiser/drikker hhv. frugt, fastfood, sodavand og energidrik

	Piger (n = 698)	Drenge (n = 484)
Frisk frugt mindst én gang dagligt	42%	31%
Fastfood mindst 2-4 dage om ugen	12%	23%
Sodavand mindst 2-4 dage om ugen	42%	66%
Energidrik mindst 2-4 dage om ugen	7%	21%

Eleverne er ligeledes blevet spurgt ind til deres måltidsvaner, nærmere bestemt hvor mange dage om ugen de normalt spiser henholdsvis morgenmad, frokost og aftensmad. Tabel 8 viser andelen af elever, der spiser morgenmad, frokost og aftensmad alle fem hverdage i ugen. Eksempelvis spiser 62% af pigerne og 69% af drengene morgenmad alle fem hverdage.

Tabel 8: Andel der spiser følgende måltider alle hverdage (mandag-fredag)

	Piger (n = 701)	Drenge (n = 484)
Morgenmad	62%	69%
Frokost	78%	82%
Aftensmad	90%	96%

Fysisk aktivitet

Tabel 9 viser det antal timer, eleverne bruger ugentligt på energisk motion, dvs. motion eller sport, der får én til at svede eller blive forpustet (uden for skoletiden). Henholdsvis 9% af pigerne og 6% af drengene angiver 0 timers fysisk aktivitet om ugen, mens 10% af pigerne og 29% af drengene er fysisk aktive mindst 7 timer om ugen.

Tabel 9: Fysisk aktivitet (uden for skoletiden)

	Piger (n = 698)	Drengene (n = 472)
Ingen	9%	6%
Ca. en halv time om ugen	8%	6%
Ca. en time om ugen	16%	10%
Ca. 2-3 timer om ugen	33%	24%
Ca. 4-6 timer om ugen	24%	25%
Ca. 7 timer om ugen eller mere	10%	29%

Tabel 10 viser, hvor ofte eleverne cykler eller går til og fra gymnasiet. Det ses fx, at 51% af pigerne og 52% af drengene altid cykler eller går til og fra skole, mens 16% af pigerne og 18% af drengene angiver, at de aldrig cykler eller går til og fra skole.

Tabel 10: Hyppighed af cykling/gang til og fra skole

	Piger (n = 698)	Drengene (n = 471)
Altid	51%	52%
For det meste	16%	14%
Nogle gange	9%	8%
Sjældent	7%	8%
Aldrig	16%	18%

Søvn og træthed

Pigerne sover i gennemsnit 7,4 timer om natten, mens drengene gennemsnitligt sover 7,2 timer. Henholdsvis 18% af pigerne og 26% af drengene sover mindre end syv timer om natten.

Tabel 11 viser fordelingen af, hvor ofte eleverne har oplevet at have søvnproblemer. Det ses, at 10% af pigerne og 8% af drengene oplever søvnproblemer næsten hver dag.

Tabel 11: Hyppighed af søvnproblemer blandt eleverne

	Piger (n = 691)	Drengene (n = 464)
Næsten hver dag	10%	8%
Mere end én gang om ugen	12%	9%
Næsten hver uge	13%	12%
Næsten hver måned	20%	19%
Sjældent eller aldrig	45%	52%

Eleverne er ligeledes blevet spurgt, om de inden for de seneste 14 dage har været generet af træthed. Tabel 12 viser, at 35% af pigerne har været meget generede af træthed, mens det tilsvarende tal for drengene er 23%.

Tabel 12: Fordeling af hvor generede eleverne har været af træthed de seneste 14 dage

	Piger (n = 693)	Drengene (n = 464)
Ja, meget generet	35%	23%
Ja, lidt generet	57%	62%
Nej, ikke generet	8%	15%

KROP OG HELBRED

Vægtstatus

I tabel 13 ses fordelingen af vægtstatus. Fx er 70% af pigerne og 68% af drengene normalvægtige (BMI=18,5-24,9 kg/m²), mens andelen af overvægtige (BMI≥25 kg/m²) er 10% blandt pigerne og 19% blandt drengene.

Tabel 13: Vægtstatus

	Piger (n = 702)	Drengene (n = 491)
Undervægtig (BMI<18,5 kg/m ²)	20%	13%
Normalvægtig (BMI=18,5-24,9 kg/m ²)	70%	68%
Overvægtig (BMI≥25 kg/m ²)	10%	19%

BMI = Body Mass Index

Kropsopfattelse

Eleverne er blevet spurgt til deres kropsopfattelse. Fordelingen af svarene er vist i tabel 14, hvor det fx ses, at 37% af pigerne synes, de har en passende krop, mens tallet er 55% blandt drengene.

Tabel 14: Kropsopfattelse (Jeg synes, jeg er...)

	Piger (n = 693)	Drengene (n = 468)
Alt for tynd	1%	4%
Lidt for tynd	4%	19%
Passende	37%	55%
Lidt for tyk	51%	20%
Alt for tyk	7%	2%

Selvurderet helbred

Eleverne er blevet bedt om at vurdere deres helbred (tabel 15). Det ses, at 10% af pigerne og 24% af drengene vurderer deres helbred som fremragende. Henholdsvis 1% af pigerne og 1% af drengene vurderer deres helbred som værende dårligt.

Tabel 15: Selvvurderet helbred

	Piger (n = 697)	Drengene (n = 469)
Fremragende	10%	24%
Vældig godt	40%	40%
Godt	41%	29%
Mindre godt	7%	6%
Dårligt	1%	1%

Fysiske symptomer

Tabel 16 viser, hvor stor en andel af eleverne, der næsten dagligt har henholdsvis hovedpine, mavepine, smerter i bevægeapparatet eller småsygdom. Henholdsvis 10% af pigerne og 3% af drengene har næsten dagligt hovedpine, mens 12% af pigerne og 8% af drengene næsten dagligt har smerter eller ubehag i nakke, ryg, arme og/eller ben.

Tabel 16: Andel med fysiske symptomer næsten dagligt

	Piger (n = 694)	Drengene (n = 466)
Hovedpine	10%	3%
Mavepine	3%	1%
Smerter eller ubehag i nakke, ryg, arme og/eller ben	12%	8%
Småsyg (fx ondt i halsen, forkølelse, kvalme, feber)	3%	1%

Fysiske og psykiske lidelser

Vi har spurgt eleverne, om de har én eller flere af følgende lidelser: Astma, allergi/overfølsomhed, migræne, sygdom i ryg, ben eller arme, syns- eller hørehandicap, ADHD, OCD, depression, spiseforstyrrelse eller andre fysiske/psykiske lidelser eller handicaps. Samlet set er allergi, sygdom i ryg, ben eller arme, migræne, astma og depression de fem hyppigst angivne lidelser blandt elever på alle deltagende gymnasier. Andelen af elever på denne skole, som har angivet disse lidelser, fremgår af tabel 17. Eksempelvis lider 37% af pigerne og 27% af drengene af allergi, mens 7% af pigerne og 5% af drengene lider af depression.

Tabel 17: Andel der angiver, at de har følgende lidelser

	Piger (n = 653)	Drengene (n = 440)
Allergi	37%	27%
Sygdom i ryg, ben eller arme	30%	24%
Migræne	14%	7%
Astma	11%	10%
Depression	7%	5%

MENTAL SUNDHED

Generel livstilfredshed

Eleverne er blevet bedt om at vurdere deres livstilfredshed på en skala fra 0-10, hvor 10 betyder 'det bedst mulige liv', og 0 betyder 'det værst mulige liv'. Fordelingen på skalaen ses i tabel 18. Gennemsnitligt ligger pigerne på 6,8 på skalaen, mens drengene i gennemsnit ligger på 7,6.

Tabel 18: Livstilfredshed

	Piger (n = 701)	Drengene (n = 481)
Lav (0-5)	22%	10%
Middel (6-8)	61%	65%
Høj (9-10)	18%	26%

Stress

I tabel 19 ses fordelingen over, hvor ofte eleverne føler sig stressede. Henholdsvis 11% af pigerne og 37% af drengene føler sig aldrig eller næsten aldrig stressede, mens 13% af pigerne og 7% af drengene føler sig stressede dagligt.

Tabel 19: Hyppighed af stress

	Piger (n = 702)	Drengene (n = 477)
Aldrig/næsten aldrig	11%	37%
Månedligt	34%	30%
Ugentligt	42%	26%
Dagligt	13%	7%

Ensomhed

I tabel 20 ses fordelingen over, hvor ofte eleverne føler sig ensomme. Henholdsvis 3% af pigerne og 1% af drengene føler sig meget ofte ensomme, mens 45% af pigerne og 68% af drengene svarer, at de aldrig føler sig ensomme.

Tabel 20: Hyppighed af ensomhed

	Piger (n = 702)	Drengene (n = 480)
Meget ofte	3%	1%
Ofte	9%	4%
Af og til	43%	27%
Aldrig	45%	68%

Psykiske symptomer

Tabel 21 viser, hvor stor en andel af eleverne, der næsten dagligt oplever at være henholdsvis ked af det, irritabel eller nervøs. Henholdsvis 6% af pigerne og 2% af drengene oplever næsten dagligt at være ked af det, mens 5% af pigerne og 2% af drengene næsten dagligt er nervøse.

Tabel 21: Andel der oplever psykiske symptomer næsten dagligt

	Piger (n = 690)	Drengene (n = 465)
Ked af det	6%	2%
Irritabel	6%	3%
Nervøs	5%	2%

SOCIALE RELATIONER

Vennekontakt

Eleverne er blevet spurgt, hvor ofte de er sammen med deres venner uden for skoletiden. I alt svarer 9% af pigerne og 21% af drengene ”5-7 dage om ugen”, mens henholdsvis 9% af pigerne og 3% af drengene angiver, at de sjældent eller aldrig er sammen med deres venner uden for skoletiden (tabel 22).

Tabel 22: Hyppighed af kontakt med venner uden for skoletiden

	Piger (n = 700)	Drengene (n = 474)
5-7 dage om ugen	9%	21%
3-4 dage om ugen	23%	34%
1-2 dage om ugen	35%	28%
1-3 dage om måneden	24%	15%
Sjældent eller aldrig	9%	3%

Fortrolighed

Eleverne er blevet spurgt, hvor nemt de har ved at tale med henholdsvis deres mor, far og venner om noget, der virkelig plager dem. Fordelingen af svarene i forhold til fortrolighed med venner ses i tabel 23, hvor det samlet set fremgår, at 81% af pigerne og 83% af drengene meget nemt eller nemt kan tale med deres venner. I henhold til fortrolighed med forældre er der 78% af pigerne og 77% af drengene, som meget nemt eller nemt kan tale med deres mor, mens 48% af pigerne og 64% af drengene meget nemt eller nemt kan tale med deres far.

Tabel 23: Svarfordeling på spørgsmålet "Hvor nemt er det at tale med dine venner om noget, der virkelig plager dig?"

	Piger (n = 700)	Drenge (n = 475)
Meget nemt	38%	40%
Nemt	43%	43%
Svært	15%	14%
Meget svært	3%	3%
Har ikke/ser ikke	1%	0%

SKOLEN

Skoletrivsel

Eleverne er blevet spurgt, hvad de synes om at gå i skole i øjeblikket. Fx synes henholdsvis 19% af pigerne og 29% af drengene meget godt om at gå i skole, mens 5% af pigerne og 2% af drengene synes dårligt om at gå i skole (tabel 24).

Tabel 24: Fordeling af hvad eleverne synes om at gå i skole

	Piger (n = 701)	Drengene (n= 476)
Meget godt	19%	29%
Godt	59%	56%
Mindre godt	17%	13%
Dårligt	5%	2%

Tabel 25 viser, hvor ofte eleverne føler, at de kan få støtte fra klassekammerater, når de har brug for det. I alt svarer 22% af pigerne og 20% af drengene, at de meget ofte føler, de kan få støtte fra klassekammerater, mens 8% af pigerne og 5% af drengene aldrig eller næsten aldrig føler, de kan få støtte.

Tabel 25: Fordeling af hvor ofte eleverne føler, de kan få støtte fra klassekammerater

	Piger (n = 700)	Drengene (n= 473)
Meget ofte	22%	20%
Ofte	47%	56%
En gang i mellem	23%	19%
Næsten aldrig/Aldrig	8%	5%

Tabel 26 viser, hvor ofte eleverne føler, at de kan få hjælp og støtte fra lærerne. Blandt pigerne føler 9%, at de meget ofte kan få støtte og hjælp fra lærerne. Det tilsvarende tal for drengene er 13%. Henholdsvis 14% af pigerne og 10% af drengene angiver, at de aldrig eller næsten aldrig føler, at de kan få hjælp og støtte fra lærerne.

Tabel 26: Fordeling af hvor ofte eleverne føler, de kan få hjælp og støtte fra lærerne

	Piger (n = 700)	Drenge (n= 471)
Meget ofte	9%	13%
Ofte	40%	48%
En gang i mellem	38%	29%
Næsten aldrig/Aldrig	14%	10%

Eleverne er ligeledes blevet spurgt, hvor stor betydning karakterer har for dem. Her angiver 32% af pigerne og 21% af drenge, at karakterer har meget stor betydning for dem, mens 1% af pigerne og 3% af drengene angiver, at de ingen betydning har (tabel 27).

Tabel 27: Karakterers betydning for eleverne

	Piger (n = 700)	Drenge (n= 472)
Meget stor	32%	21%
Stor	55%	53%
Lille	12%	23%
Ingen	1%	3%

Fravær fra skolen

Blandt eleverne angiver 67% af pigerne og 70% af drengene, at de har været fraværende fra skole inden for de seneste 30 dage. For disse elever ses årsagerne til det angivne fravær i tabel 28. Fx angiver 65% af pigerne og 56% af drengene sygdom som en fraværsårsag, mens dårligt humør angives som en årsag blandt 20% af pigerne og 11% af drengene.

Tabel 28: Fraværsårsager (de seneste 30 dage)

	Piger (n = 473)	Drengene (n = 356)
Sygdom	65%	56%
Ferie	4%	2%
Pjæk	20%	35%
Dårligt humør	20%	11%
Træthed	23%	28%
Andet	35%	31%

Procenterne summerer til mere end 100, da det har været muligt at angive flere årsager