

Unges

LIVSSTIL OG DAGLIGDAG 2004



Unges livsstil og dagligdag 2004

Forfattere:

Lene Winther Ringgaard

Gert Allan Nielsen

Copyright ©

Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen,

August 2005

Layout:

Dorte Ringgaard Jensen

Uddrag, herunder figurer, tabeller og kortere citater er tilladt med kildeangivelse:

Ringgaard LW & Nielsen GA

Unges livsstil og dagligdag 2004.

Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen 2005

ISBN

Kræftens Bekæmpelse: 87-91277-51-5

Sundhedsstyrelsen: 87-7676-140-1

Forord

Hermed offentliggøres den femte MULD-rapport en afrapportering fra den femte landsdækkende spørgeskemaundersøgelse med data indsamlet fra november 2004 til marts 2005.

MULD, Monitorering af Unges Livsstil og Dagligdag, er et samarbejde mellem Sundhedsstyrelsens Center for Forebyggelse og Kræftens Bekæmpelse. MULD sætter fokus på unge i alderen 16-20 år og deres sundhedsvaner, livsstil og dagligdag. Hvert år udtrækkes en landsdækkende repræsentativ stikprøve på 3000 tilfældigt udvalgte unge mellem 16 og 20 år.

Rapporten beskriver sundhedsvaner og trivsel blandt de 16-20-årige, hvor der er inddraget spørgsmål om fysisk aktivitet, kostvaner, trivsel, rygning, alkoholvaner og illegale stoffer.

Udover den nationale stikprøve på 3000 unge deltager Frederiksberg Kommune med en stikprøve på 1500 og Storstrøms Amt (inkl. Fuglebjerg, Haslev og Vallø Kommuner) med en stikprøve på 2225. Med en svarprocent på ca. 60% for den nationale stikprøve indgår der knap 1800 unge fra den repræsentative stikprøve. Fra Storstrøms Amt og Frederiksberg kommune indgår der godt 2000 unge.

Rapporten er skrevet af Lene Winther Ringgaard og Gert Allan Nielsen (projektansvarlig) fra Kræftens Bekæmpelse. En række specialister har hver især inden for deres felt kommenteret på udkast. Fra Sundhedsstyrelsen har Kit Broholm deltaget i arbejdet med alkohol, Stine Flod Olsen i arbejdet med rygning og Anne-Marie Sindballe i arbejdet med illegale stoffer. Morten Strunge Meyer fra Kræftens Bekæmpelse har deltaget i arbejdet med kostvaner. Niels Christensen fra Kræftens Bekæmpelse har forestået EDB-kørsler.

En særlig tak til de unge som har brugt tid på at deltage i undersøgelsen.

København, august 2005

Gert Allan Nielsen, projektleder.

Sammenfatning

Dette er den femte MULD-rapport. Data er indsamlet fra november 2004 til marts 2005. Rapporten behandler emnerne trivsel, fysisk aktivitet, kost, alkohol, rygning og stoffer. Rapporten fokuserer på forskelle og ligheder i adfærden mellem unge henover aldersspændet fra 16 til 20 år.

Trivsel og helbred

Pigerne føler i højere grad end drengene, at de har personlige problemer, der besværliggør daglige gøremål. Således svarer 2,1% af drengene og 6,3% af pigerne i undersøgelsen "ja, meget" på dette spørgsmål, mens henholdsvis 25% og 38% svarer "ja, i nogen grad". Disse problemer skyldes blandt drengene især problemer med skolen eller økonomien, og blandt pigerne især problemer med skolen, kæresten eller familien. Rækkefølgen er prioriteret. 70% af drengene og 88% af pigerne, taler i almindelighed med nogen om deres problemer, hyppigst med venner, forældre eller kærester.

Der er flere blandt pigerne, der ofte eller meget ofte føler sig ensomme i hverdagen, end der er blandt drengene. Henholdsvis 9,6% af drengene og 16% af pigerne føler sig ofte eller meget ofte ensomme i hverdagen. I den sammenhæng er det værd at bemærke, at hele 94% af drengene og 92% af pigerne mener, at deres dagligdag "som regel" eller "altid" er personligt tilfredsstillende.

Langt de fleste unge oplever, at deres helbred er godt. Der er dog 11% af drengene og 19% af pigerne, der oplever, at deres helbred kun er nogenlunde, mens 2% blandt begge køn finder det decideret dårligt.

I alt 19% af drengene og 14% af pigerne er overvægtige eller svært overvægtige, dvs. har et body mass index over 25.

Fysisk aktivitet

Drengene er generelt mere fysisk aktive end pigerne. 70% af drengene og 58% af pigerne i undersøgelsen er fysisk aktive mindst 3 timer om ugen alene ved fritidsaktiviteter. De 16-årige ser ud til at være den gruppe, hvor flest er aktive 6 eller flere timer om ugen i fritiden.

En stor del af de unge anvender ikke transportmidler som cykel, gåben, rulleskøjter og lignende, der giver motion. I alt 41% af drengene og 31% af pigerne siger, at de aldrig er fysisk aktive i forbindelse med transport.

Omkring en femtedel af de unge kan karakteriseres som "stillesiddende". 23% af drengene og 19% af pigerne når aldrig op på et moderat intensitetsniveau hverken ved fritidsaktiviteter, transport eller skoleidræt. Moderat intensitet svarer til rask gang, cykling, dans og lignende, der får pulsen op og giver sved på panden.

Frugt og grønt

Der er væsentlige køns- og aldersforskelle på hvor meget frugt og grønt, de unge spiser. Det er kun en meget lille del af de unge, der opfylder anbefalingerne om at spise mindst 600 gram om dagen.

Pigerne i undersøgelsen spiser frugt og grønt 2,9 gange om dagen (svarende til ca. 290 gram), mens drengene spiser det 2,0 gange om dagen (svarende til ca. 200 gram). De ældste piger spiser sjældnere frugt og grønt end de yngre. De 16-20-årige i denne undersøgelse spiser frugt og grønt sjældnere end gennemsnittet af voksne danskere på 15 år og derover.

Drengene drikker oftere mælk/ mælkeprodukter og cola/sodavand end pigerne. Og drengene spiser med alderen oftere fastfood.

Alkohol

Alkoholkulturen er udbredt blandt de unge i denne undersøgelse, idet næsten alle svarer, at de drikker alkohol. Dette gælder henholdsvis 93% af drengene og 94% af pigerne. I alt 73% af drengene og 66% af pigerne har drukket alkohol inden for den seneste uge. 19% af drengene og 12% af pigerne har i løbet af den seneste uge drukket mere alkohol end genstandsgrænserne for voksne.

Henholdsvis 70% af drengene og 74% af pigerne var under 15 år, da de drak alkohol første gang, mens 54% af drengene og 54% af pigerne var under 15 år, da de var fulde første gang.

For en forholdsvis stor del af de unge medfører alkoholindtaget oplevelser af negativ karakter. Det ses i undersøgelsen, at antallet af oplevelser med farlige eller strafbare problemer som følge af alkoholindtag stiger markant med antallet af genstande, man drak, sidst man var fuld.

Omkring 75% af de unge i undersøgelsen går ind for en alkoholpolitik på skoler og arbejdspladser.

Rygning

Der er færre dagligrygere blandt de 16-20-årige end i befolkningen generelt. I alt 17% af drengene og 20% af pigerne i undersøgelsen er dagligrygere. Henholdsvis 6,5% af drengene og 6,6% af pigerne er storrygere, dvs. ryger mindst 15 cigaretter dagligt. Andelen af lejlighedsvis rygere eller "festrygere" er 9,3% blandt drengene og 12% blandt pigerne.

Som i resten af befolkningen ønsker også mange unge at holde op med at ryge. Omkring 40% af de unge, der ryger, ønsker at holde op med at ryge.

En forholdsvis stor del af de 16-20-årige er udsat for passiv rygning. Henholdsvis 50% af drengene og 42% af pigerne er udsat for passiv røg på sit uddannelsessted. Af de drenge, der kommer på cafeer, er 76% udsat for passiv røg. Det samme gælder for 84% af de piger, der kommer på cafeer. For restauranter er de tilsvarende andele 67% og 79%.

Et flertal blandt de unge går ind for restriktioner over for rygning. Blandt drengene mener 86%, at rygning skal være begrænset eller helt forbudt på cafeer, mens 90% har denne holdning i forhold til restauranter. For pigerne er de tilsvarende andele 90% og 95%.

Forholdsvis mange unge har prøvet at ryge vandpibe, dette gælder for 61% af drengene og 50% af pigerne. Det er dog et mindretal, som ryger vandpibe jævnligt. Kun meget få af de unge tager snus/skrå. Langt de fleste unge vurderer, at man risikerer at skade sig selv, hvis man ryger mange cigaretter. Derimod vurderer næsten halvdelen af de unge, at der kun er en lille eller slet ingen risiko forbundet med at ryge vandpibe jævnligt.

Brug af stoffer

En stor del af de unge har eksperimenteret med stoffer. Hele 42% af drengene og 35% af pigerne i undersøgelsen har prøvet illegale stoffer. Andelen, der har prøvet stoffer, stiger med alderen. Hash er langt det mest udbredte stof, og 40% af drengene og 33% af pigerne i undersøgelsen har prøvet hash. I alt 12% af alle drengene rapporterer nogensinde at have prøvet andre stoffer end hash, og 7,3% har prøvet inden for det seneste år. For pigerne er de tilsvarende andele 10% og 5,0%. Bortset fra hash er følgende de mest prøvede illegale stoffer blandt drengene: amfetamin (8,2%), ecstasy (5,3%) og kokain (5,1%). Blandt pigerne er amfetamin (5,3%), ecstasy (3,3%) og snifning (opløsningsmidler eller lighergas) (3,3%) de mest prøvede illegale stoffer.

Der ses en signifikant samvariation mellem at have brugt hash og at have brugt et eller flere andre illegale stoffer.

Langt de fleste unge, mener ikke, at folk skal have lov til at tage illegale stoffer - med stofferne: hash, kokain og heroin som eksempler.

Geografiske forskelle i sundhedsvaner og trivsel

I modsætning til resten af rapporten bygger afsnittet om geografiske forskelle kun på data fra de 16-18-årige drenge og piger.

Religiøs baggrund:

De to største enkeltgrupper er dem med protestantisk baggrund og dem, der ikke er troende, eller er fra en ikke-troende baggrund. Andelen med protestantisk baggrund er mindst i Frederiksberg Kommune og størst i Storstrøms Amt. Omvendt er andelen med islamisk baggrund og andelen af ikke-troende størst i Frederiksberg Kommune og mindst i henholdsvis den nationale stikprøve og i Storstrøms Amt.

Uddannelse:

Der er flere i Frederiksberg kommune i forhold til i Storstrøms Amt og den nationale stikprøve, der tager en gymnasialuddannelse, og færre der går på erhvervsskole.

Trivsel:

Der er flest fra Frederiksberg Kommune, der rapporterer at have problemer, der vanskeliggør deres dagligdag. Denne forskel de geografiske områder imellem er mest tydelig blandt pigerne.

Med hensyn til følelsen af ensomhed i dagligdagen ses ikke store forskelle i udbredelsen af dette fænomen de geografiske områder imellem.

Fysisk aktivitet:

Der ses ingen store geografiske forskelle i mængden af samlet ugentlig fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet. Blandt pigerne er der lidt flere i Storstrøms Amt sammenlignet med de to øvrige områder, der aldrig har nogen fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet. Drengene i Storstrøms Amt har derimod mere fysisk aktivitet af moderat intensitet set i forhold til den nationale stikprøve og Frederiksberg kommune.

Alkohol:

Det tyder på, at en større andel af drengene fra Frederiksberg kommune og pigerne fra Storstrøms Amt ikke har drukket alkohol indenfor den seneste uge set i forhold til de øvrige områder. Samtidig er der en tendens til, at Frederiksberg kommune også er det område, hvor flest unge drikker over genstandsgrænsen.

Rygning:

I Storstrøms Amt er andelen af dagligrygere lidt højere end i Frederiksberg kommune og i hele landet - særligt blandt drengene. Andelen af lejlighedsrygere er derimod lavere i Storstrøms Amt sammenlignet med de to øvrige områder.

Stoffer:

Her ses forholdsvis store geografiske forskelle - særligt blandt pigerne. På landsplan har 36% af drengene prøvet hash eller andre stoffer. I Storstrøms Amt gælder det for 37%, mens 46% af drengene i Frederiksberg Kommune har prøvet hash eller andre stoffer. Blandt pigerne ser vi et lignende mønster med 29% i den nationale stikprøve, 25% i Storstrøms Amt og hele 45% i Frederiksberg kommune, der nogensinde har prøvet hash eller andre stoffer.

Indhold

Forord	1
Sammenfatning	3
Trivsel og helbred	3
Fysisk aktivitet	3
Frugt og grønt	4
Alkohol	4
Rygning	4
Brug af stoffer	5
Geografiske forskelle i sundhedsvaner og trivsel	5
Indhold	7
Indledning	9
Trivsel og helbred	11
Indledning	11
Problemer i dagligdagen	12
Ensomhed	14
Fravær fra skole eller arbejde på grund af pjæk	14
Selvvurderet helbred	15
Overvægt	16
Fysisk aktivitet	18
Indledning	18
Fritidsaktiviteter	19
Transport	20
Samlet fysisk aktivitet	20
Grunde til at dyrke idræt	22
Kost	23
Indledning	23
Dagligt indtag af udvalgte fødevarer	23
Alkohol	25
Indledning	25
Alkoholforbrugets omfang	26
De unges drikkemønster	27
Problemer som følge af alkoholforbrug	28
Holdning til alkoholpolitik på skole/arbejde	30

Rygning	32
Indledning	32
Forbrugets omfang	33
Ønske om rygeophør	35
Passiv rygning	35
Holdning til rygerestriktioner	37
Vandpibe og snus/skrå	38
De unges vurdering af risiko ved brug af cigaretter, snus og vandpibe	40
Brug af stoffer	42
Indledning	42
Forbrugets omfang	43
Brug af hash	44
Brug af andre stoffer end hash	44
Samvariation mellem brug af hash og andre illegale stoffer	46
De unges holdning til forbud	46
Geografiske forskelle i sundhedsvaner og trivsel	48
Indledning	48
Religiøs baggrund	49
Uddannelse	49
Trivsel	51
Fysisk aktivitet	51
Alkohol	52
Rygning	53
Stoffer	53
Litteratur	54
Appendiks	56
Stikprøven	56
MULD-spørgeskema 2004	58

Indledning

Med udgangspunkt i de ca. 1800 indkomne besvarelser fra den landsdækkende spørgeskemaundersøgelse analyseres unges livsstil og sundhedsvaner.

De unges sundhed vurderes i rapporten ud fra spørgsmål om dels selv vurderet helbred, vægt og højde, og dels forskellige trivselsparametre, som f.eks. problemer i dagligdagen og oplevelse af ensomhed. Begrebet "livsstil" henviser til helbredsrelaterede livsstilsfaktorer som rygning, alkohol, illegale stoffer, fysisk aktivitet og kostvaner.

Som noget nyt bliver der i dette års undersøgelse set på de unges brug af vandpibe og snus/skrå. Endvidere ses der på de unges vurdering af, hvor meget de mener, man risikerer at skade sig selv, hvis man jævnligt ryger cigaretter, vandpibe eller bruger snus. Endelig er der i år som noget nyt set på, om de unge mener, folk skal have lov til at bruge udvalgte illegale stoffer - med hash, kokain og heroin som stofeksempler.

I rapporten er der set på forskelle og ligheder i adfærden mellem drenge og piger samt mellem forskellige aldersgrupper. Fund af aldersrelaterede forskelle i en tværsnitsundersøgelse kan tolkes på forskellige måder. Den mest umiddelbare forklaring er, at de unge ændrer adfærd med alderen, selv over det forholdsvis korte aldersspænd fra 16 og 20 år. En anden mekanisme, der kan ligge bag aldersforskelle i en tværsnitsundersøgelse, er det, der i epidemiologisk fagsprog kaldes en "kohorte-effekt". Dette kan opstå, hvis de, der i 2004 er 16 år, generelt har en anden vedvarende adfærd end de, der var 16 år i 2000, og nu er 20 år - ikke pga. aldersforskellen som sådan, men fordi tiderne har ændret sig. Det er ud fra denne undersøgelse ikke muligt at afklare, hvilken af disse to forklaringer der er tale om ved fundne aldersforskelle.

God læselyst.

Trivsel og helbred

- 2,1% af drengene og 6,3% af pigerne svarer "ja, meget" på spørgsmålet, om de har personlige problemer, der gør det vanskeligt at klare daglige gøremål, mens 25% og 38% svarer "ja, i nogen grad".
- 70% af drengene og 88% af pigerne i undersøgelsen taler i almindelighed med nogen om deres problemer.
- 9,6% af drengene og 16% af pigerne oplever, at de ofte eller meget ofte er ensomme.
- Langt størstedelen vurderer deres helbred som godt. Dog er der 11% af drengene og 19% af pigerne, der kun vurderer det som nogenlunde, og 2% som synes, det er dårligt eller meget dårligt.
- 19% af drengene og 14% af pigerne er overvægtige eller svært overvægtige.

Indledning

En del af det at være ung er for de fleste at have småproblemer i hverdagen, være meget sammen med venner, vokse op og udvikle en identitet. Det bliver dog problematisk, hvis det der fylder mest i dagligdagen er problemer eller følelsen af at være alene, og at den unge ikke føler sig rustet til at ændre på sin situation. Disse problemstillinger er i spørgeskemaet forsøgt belyst ved tre simple spørgsmål, der går på, om man har problemer, der gør det vanskeligt at klare daglige gøremål, om man i almindelighed taler med nogen om problemerne, og om man er ensom.

Tidligere undersøgelser har vist, at der generelt er flere piger end drenge, der svarer, at de ikke trives. Et mønster der går igen ligegyldigt, om der ses på selv vurderet helbred, eller om man har problemer (Jørgensen et al 2004, Zøllner 2002).

En generel hypotese er, at piger i højere grad end drenge fokuserer på det sociale samspil og den rolle, dette har for trivslen. Langt de fleste har nogen at tale med om deres problemer, og det er mest venner, familie og kærester, de taler med (Nielsen GA, 1998).

I dette afsnit bliver der endvidere set på, hvordan de unge selv vurderer deres helbred, samt de unges BMI beregnet ud fra selvrapporteret højde og vægt.

Problemer i dagligdagen

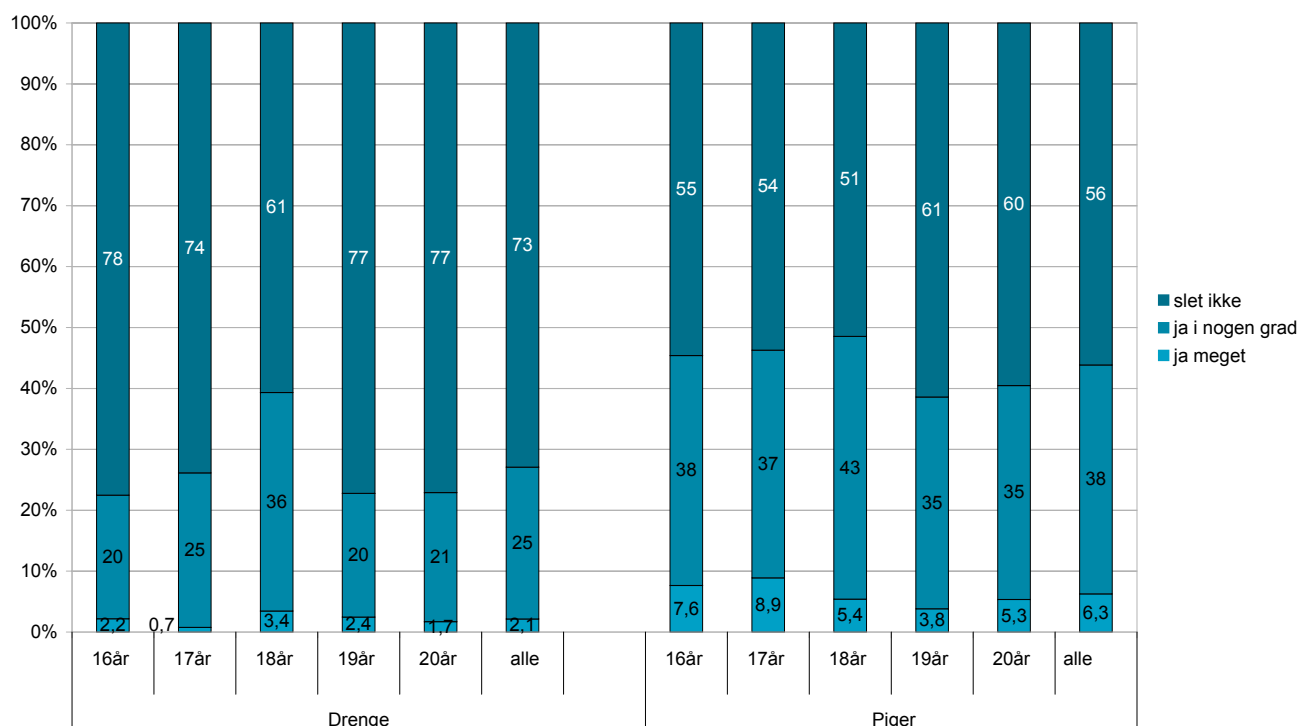
De unge blev spurgt, hvorvidt de generelt har problemer i dagligdagen. Spørgsmålet er formuleret som følgende: "Synes du, at din dagligdag er personligt tilfredsstillende?" og til dette svarer 94% af drengene og 92% af pigerne "som regel" eller "altid" (tal ikke vist). Generelt set opleves dagligdagen således positivt af de unge. Spørgeres der mere konkret til aktuelle problemer, tegner der sig et lidt anderledes billede.

På spørgsmålet "Føler du, at du for øjeblikket har personlige problemer, der gør det vanskeligt for dig at klare daglige gøremål?" svarer 2,1% af drengene og 6,3% af pigerne "ja, meget", mens 25% af drengene og 38% af pigerne svarer "ja, i nogen grad" (figur 1.1). Ud fra dette spørgsmål er der således kun 73% af drengene og 56% af pigerne, som "slet ikke" føler, at de for øjeblikket har personlige problemer, der gør det vanskeligt for dem at klare daglige gøremål.

Flere piger end drenge føler altså, at de har problemer, der vanskeliggør deres dagligdag. Blandt pigerne ses endvidere en stigning fra de 16-årige til de 18-årige i andelen, der svarer "ja, meget" og "ja, i nogen grad" på spørgsmålet angående personlige problemer, der vanskeliggør daglige gøremål. Blandt de 19- og 20-årige falder andelen igen (figur 1.1).

Andel, som har personlige problemer, der gør det vanskeligt at klare daglige gøremål (i procent)

Figur 1.1



De, der har svaret "Ja, meget" eller "Ja, i nogen grad" på ovenstående spørgsmål, er endvidere blevet spurgt om, hvad problemerne skyldes. De kunne sætte kryds ud for følgende muligheder: "Skolen", "Familien", "Vennerne/mangel på venner", "Kæresten/kærestesorger", "Økonomien", "Større omvæltninger i livet såsom dødsfald, alvorlig sygdom, opløsning af parforhold mv." eller "Andre". Det var tilladt at sætte flere kryds. Procenterne summerer derfor op til mere end 100%.

Som man ser i tabel 1.1 er de hyppigste årsager til problemerne blandt drengene (i prioriteret rækkefølge) skolen og økonomien. Pigerne nævner hyppigst skolen, kæresten og familien. For både drengene og pigerne, er "større omvæltninger i livet" den faktor, som færrest angiver som årsag til problemerne, og dernæst vennerne/mangel på venner.

Ikke overraskende er der flere piger end drenge, der taler med nogen om deres problemer. Henholdsvis 70% af drengene og 88% af pigerne svarer "ja" på spørgsmålet

"Taler du i almindelighed med nogen om problemer?". Endvidere svarer 29% af drengene og 11% af pigerne "Nej, jeg klarer det selv" og cirka 1% blandt begge køn svarer "Nej, jeg har ikke nogen at tale med" (Tal ikke vist).

De unge, som taler med nogen om deres problemer, blev spurgt, hvem de så taler mest med. På dette spørgsmål svarer henholdsvis 81% af drengene og 89% af pigerne, at de taler med deres venner. Dernæst taler 63% af drengene og 67% af pigerne med deres forældre, og 39% af drengene og 49% af pigerne taler med kæresten om problemer. Kun en meget lille andel af begge køn angiver at tale med forskellige professionelle såsom en lærer, studievejleder, psykolog eller læge om deres problemer (tabel 1.2)

**Hvem taler de unge med om problemer?
(i procent ud af dem, som taler om deres problemer)**

	Dreng	Piger
Venner	80,7	88,8
Kæresten	38,6	49,2
Lærere	3,8	2,8
Psykolog	2,7	5,0
Studievejleder/kontaktlærer	5,1	4,3
Lægen	3,1	3,9
Forældre	62,8	67,4
Anden familie	23,1	27,2
Andre	6,4	7,8
Antal (N)	451	964

Tabel 1.2

**Årsager til problemer
(i procent ud af dem, som har problemer)**

	Dreng	Piger
Skolen	39,3	37,5
Familien	19,7	31,5
Vennerne/Mangel på venner	17,4	20,7
Kæresten/Kærestesorger	28,1	32,3
Økonomien	38,2	29,4
Større omvæltninger i livet	15,7	17,8
Andet	28,1	28,2
Antal (N)	178	483

Tabel 1.1

Ensomhed

Ungdomsårene er formentlig en periode, hvor venner spiller en stor rolle, og det at have venner er af stor betydning for ens velbefindende. Ensomhed kan være en følge af, at man ingen venner har. På spørgsmålet "Hvor ofte i hverdagen føler du dig ensom" svarer 9,6% af drengene og 16% af pigerne "meget ofte" eller "ofte" (tabel 1.3).

Fravær fra skole eller arbejde på grund af pjæk

Fravær fra skole eller job på grund af pjæk kan være en indikator for dårlig trivsel på grund af for eksempel manglende tryghed, engagement eller integration.

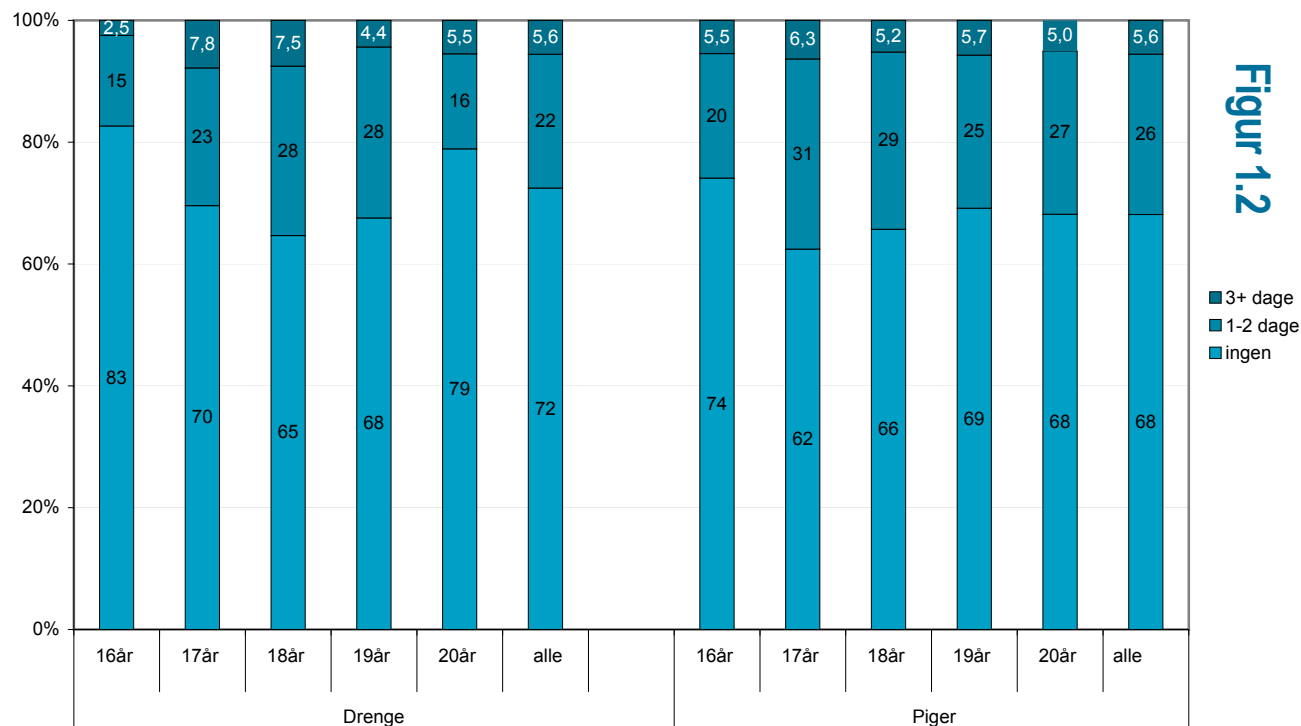
Af figur 1.2 ses, at 28% af drengene og 32% af pigerne svarer, at de har pjækket mindst én dag fra skole eller arbejde i løbet af den sidste måned. Der er 5,6% af drengene og 5,6% af pigerne, der svarer, at de har pjækket tre eller flere gange i løbet af den sidste måned (figur 1.2). Det tyder på, at en lidt større andel af pigerne end drengene pjækker.

Tabel 1.3

Oplevet ensomhed (i procent)

Alder	Dreng						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	Alle	16år	17år	18år	19år	20år	Alle
ofte/meget ofte	6,6	7,4	15,3	11,6	6,8	9,6	16,5	14,0	17,1	11,0	19,2	15,6
sjældent	54,4	52,6	54,2	49,6	50,8	52,4	61,7	66,4	58,3	71,0	67,4	64,9
aldrig	39,0	40,0	30,6	38,8	42,4	37,9	21,8	19,6	24,6	18,1	13,4	19,5
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	136	135	144	121	118	654	248	214	199	210	244	1095
Uoplyst	3	0	2	2	0	7	2	1	7	2	4	16

Andelen, som har haft fravær fra skolen eller arbejde pga. pjæk indenfor de sidste 30 dage (i procent)



Selv vurderet helbred

For at få et mål for de unges helbred, er der i undersøgelsen blandt andet blevet anvendt følgende spørgsmål: "Hvordan vil du vurdere dit nuværende helbred?", med fem svarkategorier fra virkelig godt til meget

dårligt. Langt de fleste unge vurderer, at deres helbred er godt eller virkelig godt, nemlig 87% af drengene og 80% af pigerne. Kun 11% af drengene og 19% af pigerne vurderer deres helbred som værende nogenlunde og under 3% svarer, at deres helbred er dårligt eller meget dårligt (tabel 1.4).

Selv vurderet helbred (i procent)

Alder	Drengene						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
virkelig godt/godt	90,5	89,6	84,9	86,2	85,6	87,4	79,9	76,6	82,7	78,7	80,0	79,6
nogenlunde	8,8	9,0	11,6	13,0	10,2	10,5	18,5	21,0	15,3	20,4	18,7	18,8
dårligt/meget dårligt	0,7	1,5	3,5	0,8	4,2	2,2	1,6	2,3	2,0	0,9	1,3	1,6
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	137	134	146	123	118	658	249	214	203	211	225	1102
Uoplyst	2	1	0	0	0	3	1	1	3	1	3	9

Tabel 1.4

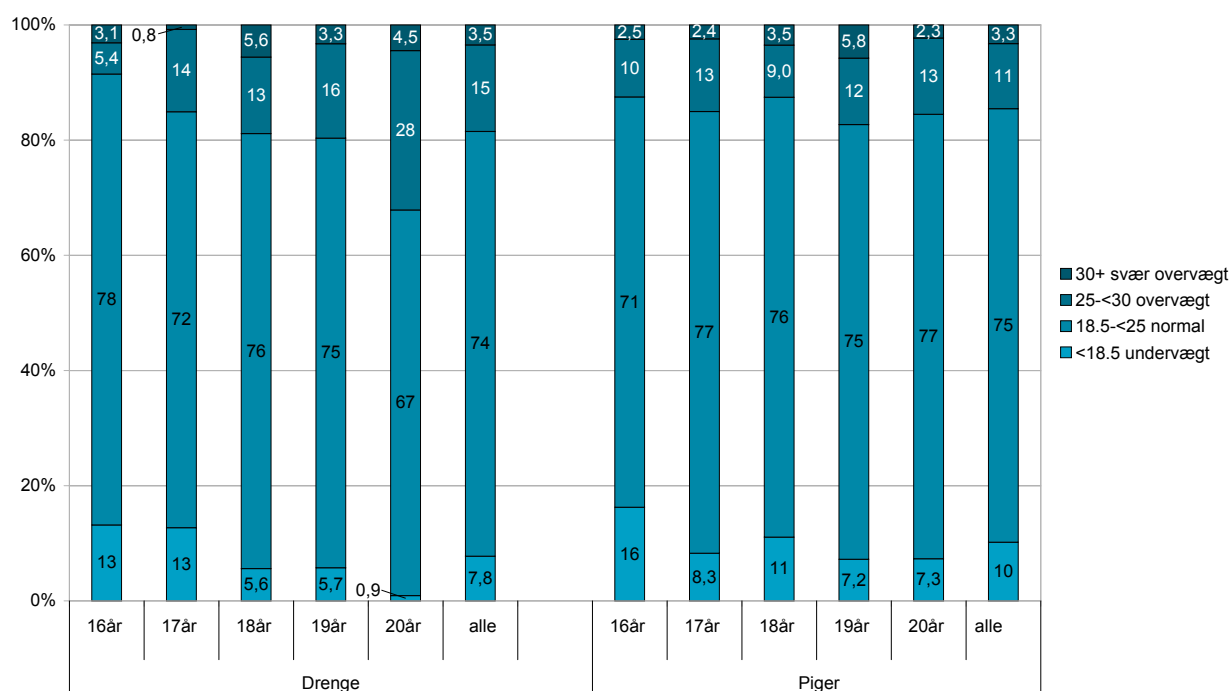
Overvægt

For at undersøge omfanget af overvægt og undervægt blandt de unge er der spurgt til de unges højde og vægt for herudfra at kunne beregne BMI (Body Mass Index = vægt (kg) / højde (m)²). Vi anvender her den samme inddeling af BMI, som anvendes for voksne. Resultaterne skal dog ses med det forbehold, at mange i denne aldersgruppe vokser hurtigt i højden. Disse kan blive bedømt som undervægtige, uden der behøver at være et sundhedsproblem af den grund. Grænserne for det BMI, der betegnes som overvægt, er sammenholdt med voksne lidt lavere for de 16- og 17-årige (Cole et al., 2000; Petersen et al., 2002). Der er derfor en risiko for, at vi vil overvurdere andelen af undervægtige og undervurdere andelen af overvægtige en smule.

Af figur 1.3 ses, at de fleste unge har et BMI, som ligger indenfor normalområdet, nemlig 74% af drengene og 75% af pigerne. Lidt færre drenge end piger er undervægtige, nemlig henholdsvis 7,8% og 10%. Tilsvarende er lidt flere drenge end piger overvægtige eller svær overvægtige, hvilket gælder for 19% af drengene og 14% af pigerne. Blandt drengene ses et tydeligt fald i gruppen af normalvægtige op gennem aldersgrupperne, nemlig fra 78% blandt de 16-årige til 67% blandt de 20-årige. Endvidere ses et fald i gruppen af undervægtige fra 13% blandt de 16-årige til 0,9% blandt de 20-årige.

Figur 1.3

BMI (body mass index) (i procent)



Tilsvarende ses en væsentlig stigning i gruppen af overvægtige og svært overvægtige fra 8,5% blandt de 16-årige til 33% blandt de 20-årige drenge. Dette mønster genfindes ikke tydeligt blandt pigerne. Blandt pigerne ses der også en faldende andel af undervægtige, mens andelen af overvægtige kun er svagt stigende. Andelen af normalvægtige er i modsætning til blandt drengene svagt stigende blandt pigerne (figur 1.3).

Både blandt drengene og pigerne ses den største andel af undervægtige blandt de 16-årige, hvilket formentlig kan tilskrives, at de yngste deltagere med stor sandsynlighed stadig befinder sig i en alder, hvor de vokser, og derfor vokser forholdsmæssigt hurtigt i højden. Som nævnt kan disse forhold føre til en overvurdering af antallet af undervægtige i denne gruppe (figur 1.3).

Fysisk aktivitet

- 70% af drengene og 58% af pigerne i undersøgelsen er fysisk aktive mindst 3 timer om ugen ved fritidsaktiviteter.
- 11% af drengene og 14% af pigerne angiver, at de er aktive mindre end 1 time om ugen ved fritidsaktiviteter.
- 41% af drengene og 31% af pigerne angiver, at de aldrig udøver fysisk aktivitet i forbindelse med den daglige transport.
- 23% af drengene og 19% af pigerne i undersøgelsen udøver ingen fysisk aktivitet, der når op på minimum moderat intensitet, hverken ved fritidsaktiviteter, transport eller skoleidræt.
- Der er forskel på, hvad drenge og piger angiver som værende den væsentligste grund til, at de dyrker idræt: Drengene angiver oftest kammeratskabet, mens pigerne oftest angiver sundhed.

Indledning

De senere år har der været stigende fokus på betydningen af at bevæge sig. Det har vist sig, at et stillesiddende liv er forbundet med øget risiko for en række livsstilssygdomme (Sundhedsstyrelsen, 2001).

Meget tyder på, at der i aldersgruppen 16-20 år er en tendens til, at mange opgiver det hverdagsliv, de havde i grundskolen, som ofte indeholdt megen fysisk aktivitet. Dette gælder især pigerne, men finder også sted hos drengene (Ringgaard LW og Nielsen GA, 2004).

Der er kommet stadig større fokus på, hvordan de stillesiddende kan motiveres til at være mere aktive i deres hverdag. I dag tænkes der meget i baner af, hvorledes de fysiske omgivelser kan planlægges på en måde, som motiverer til et aktivt liv. Det bør ved byplanlægning, bygning af institutioner mm. medtænkes, at beboere/brugere skal have mulighed for at vælge et aktivt liv og stimuleres hertil (Nabe-Nielsen S et al., 2004; Departementene, 2004).

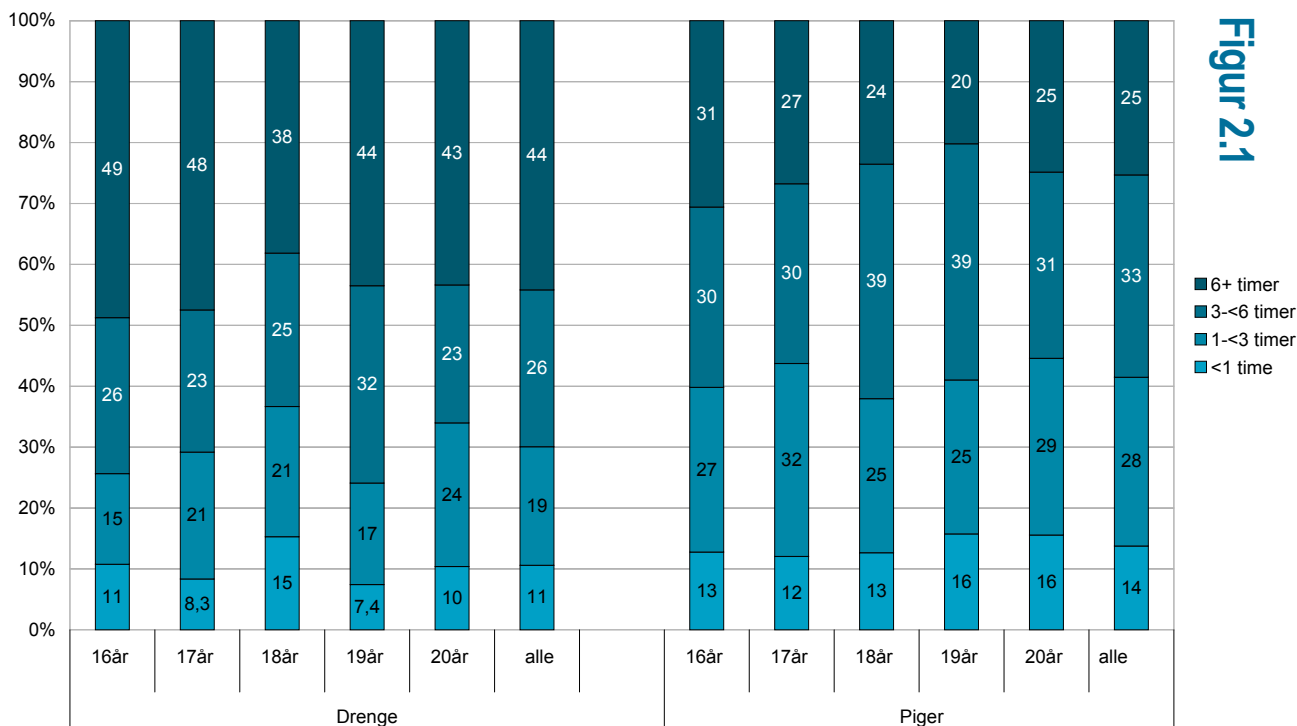
I MULD-spørgeskemaet er de unges fysiske aktivitetsniveau målt på forskellig vis. Der er spurgt om, hvor ofte og hvor længe man dyrker motion i fritiden. Det gælder alt fra dans og skateboard til organiseret idræt og konkurrencesport. I det efterfølgende omtales disse aktiviteter under ét som fritidsaktiviteter. Der er yderligere spurgt om fysisk aktivitet i forbindelse med transport, herunder hvor mange dage og timer pr. uge man transporterer sig til skole eller arbejde på cykel, rulleskøjter, løbehjul eller til fods. Der er endvidere spørgsmål om antallet af idrætstimer i skolen og om aktivitetsniveauet ved arbejde/fritidsarbejde. Endelig er der spurgt til intensiteten af fysisk aktivitet. På områderne transport, skoleidræt og fritidsaktiviteter er de unge blevet spurgt, om den givne aktivitet typisk er af let, jævn eller anstrengende intensitet.

Fritidsaktiviteter

Af figur 2.1 ses, at de fleste unge får motion ved fritidsaktiviteter i minimum 3 timer om ugen. Dette gælder for 70% af drengene og 58% pigerne. Drengene bruger altså flere timer på motion end pigerne. Denne kønsforskel er endvidere særlig markant, hvis man ser specifikt på gruppen, der er meget aktive, - nemlig dem der får motion ved fritidsaktiviteter i mindst 6 timer om ugen. Dette gælder for 44% af drengene og noget færre piger, nemlig 25%. Tilsvarende er der lidt færre drenge end piger, som er meget lidt aktive – under 1 times motion om ugen – nemlig 11% af drengene mod 14% af pigerne.

Der ses en tendens til, at en lidt større andel af de 16-årige set i forhold til de ældre aldersgrupper, får 6 eller flere timers motion ved fritidsaktiviteter per uge. De 18-årige drenge ser ud til at skille sig ud fra de øvrige aldersgrupper ved at få lidt mindre motion ved fritidsaktiviteter.

Fysisk aktivitet i fritiden - fritidsaktiviteter (i procent)



Transport

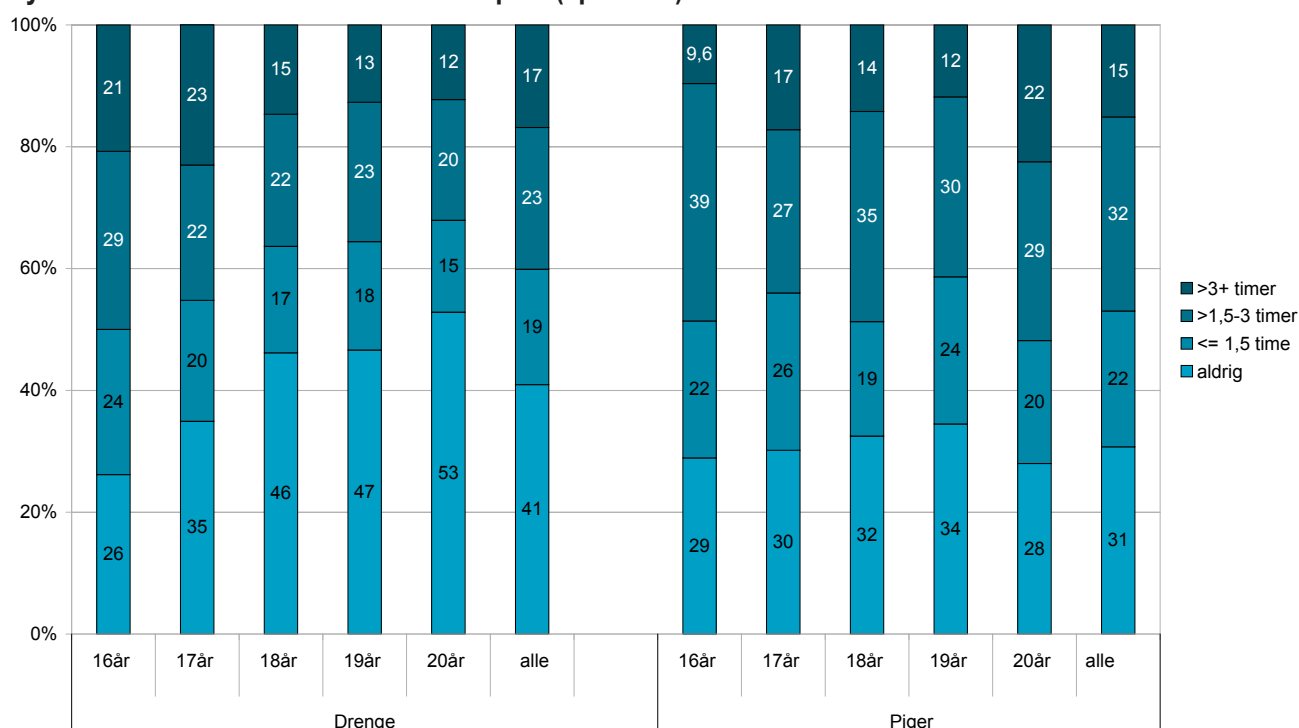
Næsten halvdelen af de unge bruger mere end 1,5 time om ugen på motion ved transport til skole eller arbejde – i alt 40% af drengene og 47% af pigerne (figur 2.2). Mens drengene generelt er lidt mere fysisk aktive i fritiden end pigerne, kan vi til gengæld se af figur 2.2, at pigerne generelt er lidt mere fysisk aktive i forbindelse med transport end drengene. Flere drenge end piger angiver, at de aldrig får motion ved transport, hvilket gælder for 41% af drengene og 31% af pigerne. Blandt drengene ses der en tydelig tendens til, at med alderen får de mindre og mindre motion ved transport. Blandt de 16-årige er der 26%, som aldrig får motion ved transport, hvilket stiger til 53% blandt de 20-årige drenge. Modsat er der 50% af de 16-årige, som bruger mere end 1,5 om ugen på motion ved transport, hvilket kun gælder for 32% af de 20-årige drenge.

Samlet fysisk aktivitet

Sundhedsstyrelsens anbefalinger for voksne er en halv times aktivitet af minimum moderat intensitet pr. dag. For at kunne lave en tentativ vurdering af hvor mange af de unge, der lever op til disse anbefalinger, er der ud fra spørgeskemaet dannet en samlet variabel for fysisk aktivitet. Denne variabel er dannet ved at summere fysisk aktivitet fra fritidsaktiviteter, transport samt skoleidræt. Ved denne opsummering er der endvidere taget hensyn til intensiteten af den fysiske aktivitet. Kun fysisk aktivitet af jævn eller anstrengende intensitet er regnet med, idet anbefalingerne for fysisk aktivitet kun inkluderer fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet. Spørgeskemaet måler ugentlig aktivitet og ikke daglig aktivitet. En minimumgrænse på 3,5 timer om ugen (svarende til en halv time pr. dag i gennemsnit) af fysisk aktivitet

Figur 2.2

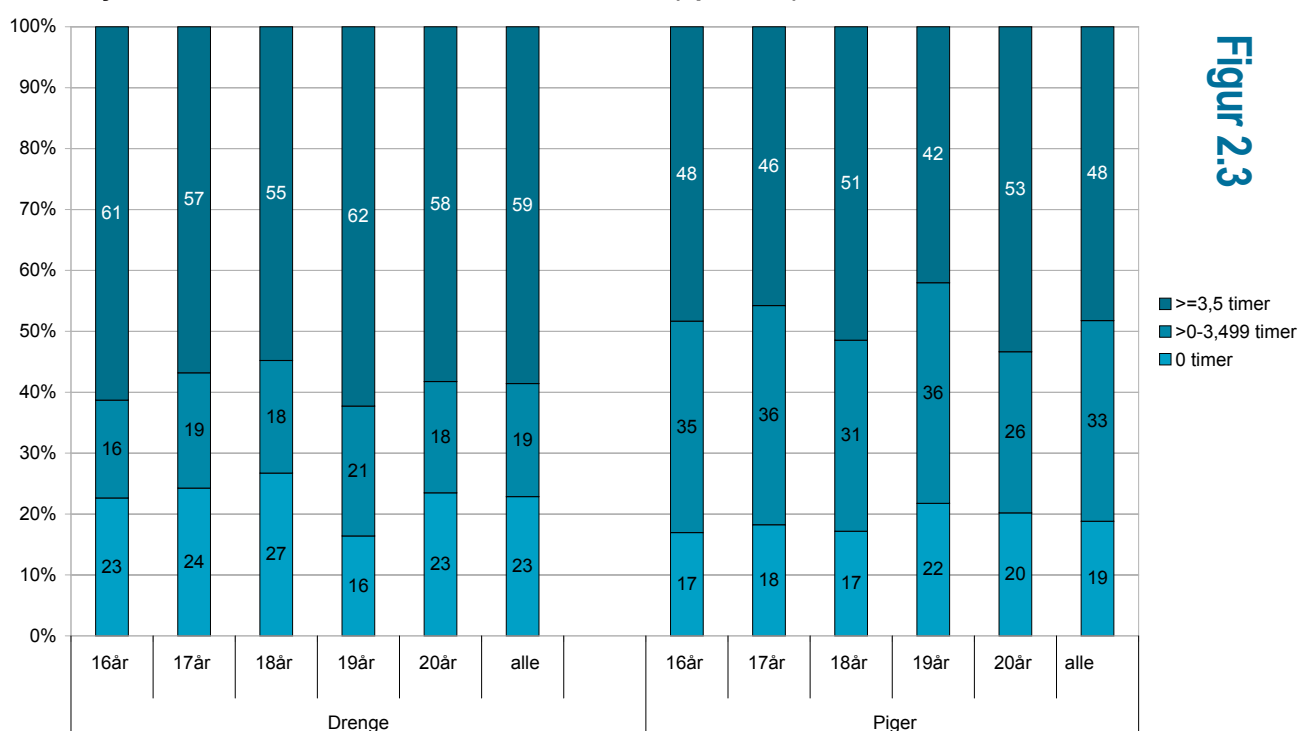
Fysisk aktivitet i forbindelse med transport (i procent)



af minimum moderat intensitet er således opstillet som kriterium for at leve op til anbefalingerne. Det betyder, at andelen, som lever op til anbefalingerne ud fra vores kriterium, kan være lidt overvurderet, da der i denne undersøgelse ikke kræves en halv time pr. dag, men blot 3,5 time om ugen. Den samlede fysiske aktivitet kan samtidig også være lidt undervurderet i forhold til de unges reelle mængde fysisk aktivitet, da erhvervsarbejde og aktiviteter som hus- og havearbejde ikke er medtaget, hvilket er tilfældet i anbefalingerne for fysisk aktivitet. Det forekommer dog rimeligt at antage, at for de fleste 16-20-årige er den væsentligste del af deres fysiske aktivitet dækket ved de anvendte spørgsmål. I det følgende vil den ovenfor beskrevne variabel blive sidestillet med og benævnt som Sundhedsstyrelsens anbefalinger for fysisk aktivitet.

Figur 2.3 viser fordelingen af den samlede fysiske aktivitet af minimum moderat intensitet belyst ud fra variabelen, som er beskrevet ovenfor. Af figuren fremgår det, at lidt mere end halvdelen af drengene og næsten halvdelen af pigerne, nemlig henholdsvis 59% og 48%, lever op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger for fysisk aktivitet. Det betyder tilsvarende, at andelen, der ikke lever op til anbefalingerne, er forholdsvis stor. Faktisk har 23% af drengene og 19% af pigerne, slet ikke rapporteret nogen fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet. Op gennem aldersgrupperne ses der ikke nogen tydelige ændringer i andelen, som lever op til anbefalingerne.

Samlet fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet (i procent)



Figur 2.3

Grunde til at dyrke idræt

Med henblik på at fremme fysisk aktivitet blandt unge er det relevant at undersøge, hvad de unge selv mener, er de væsentligste grunde til, at de dyrker idræt. I nærværende undersøgelse er de unge blevet spurgt: "Hvad er de væsentligste grunde til, at du dyrker idræt?". De blev bedt om at sætte kryds i op til tre af følgende kategorier (en del unge satte dog flere end tre kryds): "kammeratskabet", "afstresning", "det er dejligt", "det er sundt", "konkurrencen", "for at blive professionel", "det er 'in'", "for at tabe mig", "det styrker selvtilliden" og "andet". Idræt er naturligvis kun en underkategori af fysisk aktivitet, og svarene her er således et udtryk for den slags fysisk aktivitet, som de unge betragter som idræt. Det er fysisk aktivitet, der formentlig primært udføres i en klub eller i en anden social sammenhæng.

De tre væsentligste grunde til, at drengene dyrker idræt er i prioriteret rækkefølge "kammeratskabet", "det er sundt", "det er dejligt". De tre væsentligste grunde til, at pigerne dyrker idræt er i prioriteret rækkefølge "det er sundt", "det er dejligt", "for at tabe mig" (tal ikke vist).

Kost

- Pigerne spiser mere frugt og grønt end drengene: 2,9 portioner, (svarende til ca. 290 gram) om dagen, mens drengene spiser 2,0 portioner (svarende til ca. 200 gram) om dagen.
- Drengene drikker oftere mælk/mælkeprodukter og cola/sodavand end pigerne.
- Med alderen spiser drengene oftere fastfood.
- De ældste piger spiser sjældnere frugt og grønt end de yngre.

Indledning

Det er veldokumenteret, at et højt indtag af frugt og grønt beskytter mod en lang række sygdomme (Veterinær- og Fødevaredirektoratet, 1998; Fødevaredirektoratet, 2002; IARC, 2003).

Således anbefaler en række organisationer og de danske myndigheder, at man spiser "6 om dagen" svarende til 600 gram frugt og grønt hver dag. I spørgeskemaets kostafsnit undersøges bl.a. de unges indtag af frugt og grønt. Da der kun findes få danske undersøgelser af unges kostvaner, har vi suppleret kostafsnittet med en række spørgsmål om andre fødevarer end blot frugt og grønt.

Dagligt indtag af udvalgte fødevarer

I spørgeskemaet er de unge blevet spurgt om, hvor tit de spiser eller drikker forskellige fødevarer. Dette forklares med eksemplet: "Spiser du f.eks. 3 skiver brød hver dag til frokost, så får du brød 1 gang om dagen". Der spørges således til frekvensen af indtag og ikke til, hvor meget der spises af den enkelte fødevarer pr. gang.

Gennemsnitligt antal gange pr. dag, hvor fødevarerne indtages

	Dreng						Piger					
	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Rugbrød	0,76	0,81	0,74	0,82	0,86	0,80	0,70	0,69	0,66	0,71	0,72	0,70
Pommes frites/chips	0,17	0,10	0,13	0,13	0,17	0,14	0,10	0,10	0,08	0,09	0,10	0,09
Mælk/mælkeprodukter	1,32	1,45	1,52	1,31	1,38	1,40	1,24	1,16	1,15	1,05	1,06	1,13
Cola/sodavand	0,56	0,53	0,55	0,54	0,73	0,58	0,29	0,38	0,32	0,37	0,40	0,35
Slik/chokolade	0,46	0,41	0,34	0,31	0,36	0,38	0,41	0,43	0,40	0,43	0,41	0,42
Fast food	0,17	0,16	0,17	0,22	0,25	0,19	0,09	0,09	0,09	0,12	0,12	0,10
Kartofler	0,59	0,57	0,52	0,50	0,50	0,54	0,56	0,50	0,46	0,42	0,37	0,46
Frugt og grønt	1,86	2,19	1,95	2,06	2,11	2,03	3,07	2,90	2,87	3,01	2,74	2,92

Tabel 3.1

Tabel 3.1 viser, hvor mange gange de unge pr. dag i gennemsnit angiver at spise de forskellige mad- og drikkevarer. Kogte/dampede/stegte grøntsager, salat og råkost, rå grøntsager samt frugt og juice er samlet i fællesvariablen "Frugt og grønt". Tallene er gennemsnitstal for hver gruppe baseret på den daglige indtogsfrekvens hos de unge. Tabellen skal læses således: De 20-årige drenge spiser i gennemsnit rugbrød 0,86 gange om dagen, mens drengene som helhed i gennemsnit spiser rugbrød 0,80 gange om dagen. Altså lige knap en gang om dagen.

Overordnet spiser drengene oftere end pigerne rugbrød, pommes frites/chips, fast food og kartofler. Drengene drikker oftere mælk/mælkeprodukter og cola/sodavand end pigerne. Pigerne spiser oftere frugt og grønt. Det gør de i gennemsnit knap tre gange om dagen mod drengenes godt to gange om dagen, svarende til knap 300 gram mod godt 200 gram. Drengene og pigerne angiver at spise slik/chokolade knap en gang hver anden dag (tabel 3.1).

Med hensyn til aldersgrupperne ser vi en tendens til, at de ældste drenge og piger på nogle punkter adskiller sig fra de yngre aldersgrupper. De ældste piger drikker sjældnere mælk/mælkeprodukter og de ældste drenge og piger spiser oftere fastfood. Endvidere ses der, at de ældste drenge og piger sjældnere spiser kartofler. Disse kostmæssige ændringer op gennem aldersgrupperne kan være en følge af, at de unge flytter hjemmefra. Der er i en tidligere MULD-undersøgelse fundet, at de unge, der er flyttet hjemmefra, oftere drikker cola/sodavand og sjældnere spiser sunde produkter som rugbrød, mælkeprodukter, kartofler samt frugt og grønt, set i forhold til dem, som stadig bor hjemme (Nissen SB & Nielsen GA, 2004).

Alkohol

- 93% af drengene og 94% af pigerne angiver, at de drikker alkohol og henholdsvis 73% og 66% har gjort det i løbet af den seneste uge.
- 19% af drengene og 12% af pigerne har i løbet af den seneste uge drukket mere alkohol end genstandsgrænserne for voksne.
- Henholdsvis 71% af drengene og 74% af pigerne var under 15 år, første gang de drak, mens 54% af drengene og 54% af pigerne var under 15 år, da de var fulde første gang.
- Henholdsvis 13% af drengene og 5,9% af pigerne har været fulde mindst 6 gange inden for den seneste måned.
- Antallet af oplevelser med farlige eller strafbare problemer som følge af alkoholindtag stiger med antallet af genstande, de unge har angivet, de drak, sidste gang de var fulde.
- Omkring 75% af de unge går ind for en alkoholpolitik på skoler og arbejdspladser.

Indledning

Danske unges drikkevaner er præget af, at de drikker meget, og at de drikker meget på en gang. At drikke meget på en gang vil altid være sundhedsskadeligt. For de unge giver det særlige problemer, fordi de unges hjerner endnu ikke er færdigudviklet. Undersøgelser af hjernens udvikling i teenageårene viser, at frontallapperne, hvor funktioner som impuls kontrol og risikovurdering er placeret,

først er færdigudviklet, når de unge er omkring 18-20 år gamle (Trembacz B & Hansen LJ, 2000; Giedd JN, 2004). Det kan formentlig bidrage til forklaringen af, hvorfor unge har et så ukontrolleret forhold til alkohol, og hvorfor unge oplever så mange problemer, når de drikker.

MULD-undersøgelsen viser for eksempel, at drenge, der har drukket 16 genstande eller mere, sidst de var fulde, i gennemsnit har 6 gange så mange oplevelser af farlige eller strafbare situationer som de, der har drukket 1-5 genstande, sidst de var fulde. Der er således gode grunde til at arbejde for en ændring af de unges drikkemønster. MULD-undersøgelsen viser desuden, at de unge selv er interesseret i, at der er en alkoholpolitik på skoler og arbejdspladser. 3 ud af 4 mener, at der skal være en alkoholpolitik på skoler og arbejdspladser. Dette peger på, at ungdomsuddannelsesinstitutionerne vil have medvind, hvis de påtager sig den opgave at udvikle rusmiddelpolitikker på ungdomsuddannelsesinstitutionerne. Undersøgelsen "Festkultur og rusmidler" viser, at der er tydelige sammenhænge mellem de unges rusmiddelforbrug og deres indlæringsparathed (Beck S & Reesen S, 2004). Det viser sig, at 13% af drengene og 8% af pigerne indenfor den sidste måned har oplevet at have tømmermænd om fredagen efter rusmiddelindtagelse om torsdagen. Og ca. 25% af drengene har indenfor den sidste måned drukket uden for skolen i skoletiden.

Alkoholforbrugets omfang

Henholdsvis 93% af drengene og 94% af pigerne i undersøgelsen angiver, at de drikker alkohol (tal ikke vist).

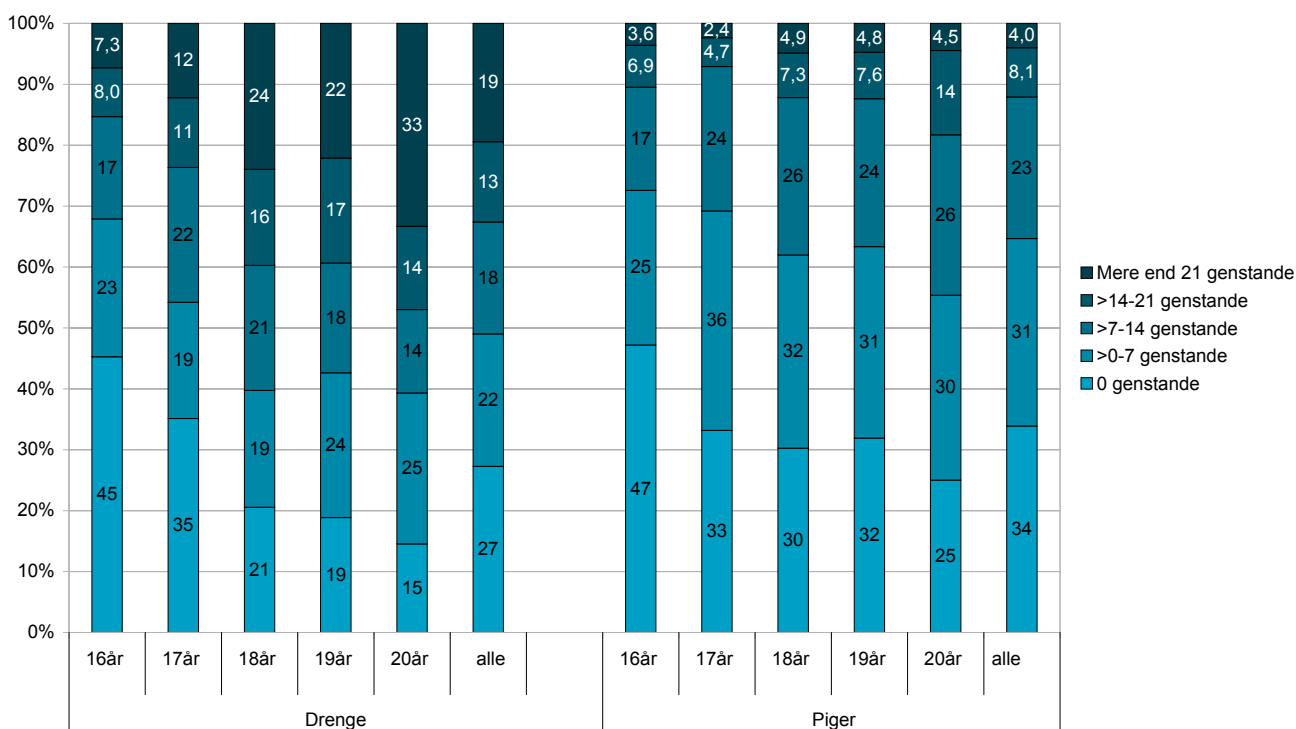
Figur 4.1 viser de unges alkoholforbrug i den sidste uge, inden de besvarede spørgeskemaet, opdelt på køn og alder. Henholdsvis 27% af alle drengene og 34% af alle pigerne i undersøgelsen svarer, at de ikke har drukket alkohol inden for den sidste uge.

Sundhedsstyrelsens genstandsgrænser for maksimalt ugentligt alkoholindtag for voksne ligger på 21 genstande om ugen for mænd og 14 genstande om ugen for kvinder. Henholdsvis 19% af drengene svarer, at de har drukket mere end 21 genstande, og 12% af pigerne angiver at have drukket mere end 14 genstande i løbet af den sidste uge. Blandt drengene ses op gennem aldersgrupperne et fald i andelen, der ikke har drukket alkohol i løbet af sidste uge (45% blandt de 16-årige og 15% blandt de 20-årige) og en stigning i andelen, der har drukket mere end 21 genstande (7,3% blandt de 16-årige og 33% blandt de 20-årige).

Blandt pigerne ses også et tydeligt fald i andelen, der ikke har drukket alkohol i løbet af sidste uge, fra 47% blandt de 16-årige til 25% blandt de 20-årige.

Alkoholforbrug den seneste uge (i procent)

Figur 4.1



De unges drikkemønster

Debutalder

Spørgsmålet "Hvor gammel var du, da du drak en hel øl, et glas vin eller spiritus første gang?" skulle give os et indtryk af, hvor gamle deltagerne var, da de begyndte at drikke alkohol – med undtagelse af de eventuelle situationer, hvor de blot havde smagt en lille mundfuld. Blandt både piger og drenge har en stor andel haft en meget tidlig alkoholdebut. De følgende andele er beregnet ud af de drenge og piger, som har angivet, at de drikker alkohol.

Henholdsvis 21% af drengene og 15% af pigerne angiver, at de var 12 år eller derunder, mens 71% af drengene og 74% af pigerne angiver at have været under 15 år, første gang de drak. De unge har generelt været lidt ældre, da de var fulde første gang. 10% af drengene og 6,6% af pigerne var 12 år eller derunder, da de var fulde første gang, mens 54% af drengene og 54% af pigerne var under 15 år (tal ikke vist).

Hvor ofte er de unge fulde?

De unge er blevet bedt om at tænke tilbage på de sidste 30 dage og svare på spørgsmålet "Ved hvor mange lejligheder (fester, sammenkomster eller lignende), har du været fuld?". På dette spørgsmål svarer 13% af drengene og 5,9% af pigerne, at det har de været seks eller flere gange svarende til mere end én gang om ugen i gennemsnit (tabel 4.1). Blandt drengene er der færrest blandt de 16-årige, som har været fulde seks eller flere gange indenfor de sidste 30 dage, hvilket gælder for 7,5% af de 16-årige mod mere end 13% i de øvrige aldersgrupper. Blandt pigerne er der lidt flere blandt de 18- og 19-årige, som har været fulde seks eller flere gange indenfor de sidste 30 dage set i forhold til de øvrige aldersgrupper.

Hvad drikker de unge?

I spørgeskemaet har vi bedt alle de unge om at tænke tilbage på de seneste 30 dage og angive ved hvor mange lejligheder, de har drukket følgende typer af alkoholprodukter: "almindelig øl", "stærk øl", "vin", "sodavandsprodukter med alkohol" og endelig "spiritus". Svarmulighederne var for hver type: "0 gange", "1-2 gange", "3-5

Antal gange de unge har været fulde indenfor de seneste 30 dage (i procent)

Alder	Drenge						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
0-5 gange	92,5	86,0	83,6	86,2	85,3	86,7	95,1	94,7	92,6	91,9	95,9	94,1
6+ gange	7,5	14,0	16,4	13,8	14,7	13,3	4,9	5,3	7,4	8,1	4,1	5,9
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	134	129	146	123	116	648	246	208	202	210	221	1087
Uoplyst	5	6	0	0	2	13	4	7	4	2	7	24

Tabel 4.1

gange", "6-9 gange" og endelig "10+ gange". Svarfordelingen for henholdsvis drenge og piger er præsenteret i figur 4.2, hvor vi dog har slået de to sidste kategorier sammen i en kategori der hedder "6+ gange".

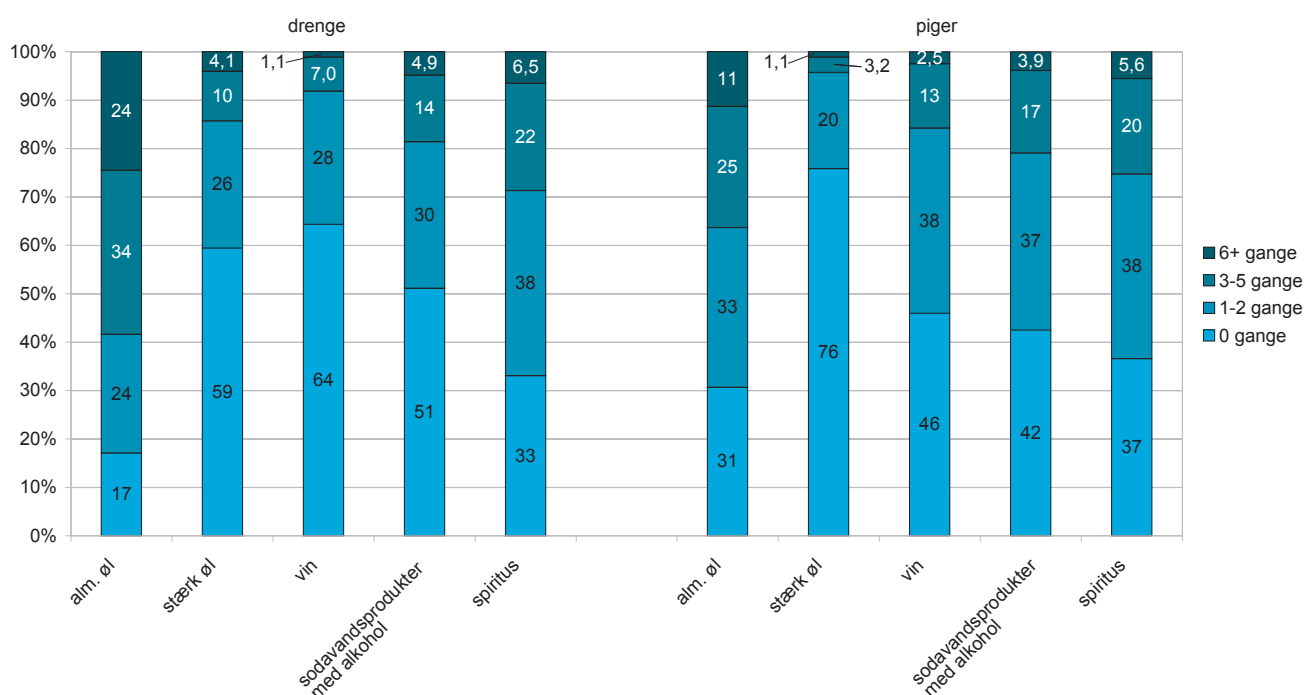
En stor del, nemlig 83% af alle drengene, angiver, at de har drukket almindelig øl inden for de seneste 30 dage, og 24% har drukket det seks gange eller mere. For pigernes vedkommende angiver 69% af alle pigerne, at de har drukket almindelig øl inden for de seneste 30 dage, og 11% har drukket det seks gange eller mere i denne periode. Blandt drengene er det produkt, som flest slet ikke har drukket inden for de seneste 30 dage vin. Blandt pigerne er det stærk øl, som kun 24% har drukket. Et forholdsvist nyt alkoholprodukt er sodavandsprodukter med alkohol. Disse er blevet drukket af 49% af drengene og 58% af pigerne (figur 4.2).

Problemer som følge af alkoholforbrug

Alkoholforbrug kan være relateret til problemer på forskellige niveauer. Dels kan der være langsigtede helbreds-mæssige implikationer, og dels kan der i relation til den umiddelbare rus være risiko for problemer af forskellig art. I spørgeskemaet spørges de unge, der drikker alkohol, om de nogensinde har oplevet forskellige problemer som følge af at have indtaget alkohol, og i så fald om de har oplevet det givne problem "1 gang", "2 gange" eller "3 el. flere gange". For at få et overblik over fordelingen af de mere alvorlige problemer er der lavet en samlev variabel: "farlige eller strafbare problemer". Denne variabel opsummerer, hvor mange gange den enkelte unge har oplevet følgende problemer pga. at have drukket alkohol:

Figur 4.2

Antal gange de unge har drukket følgende indenfor de seneste 30 dage (i procent)

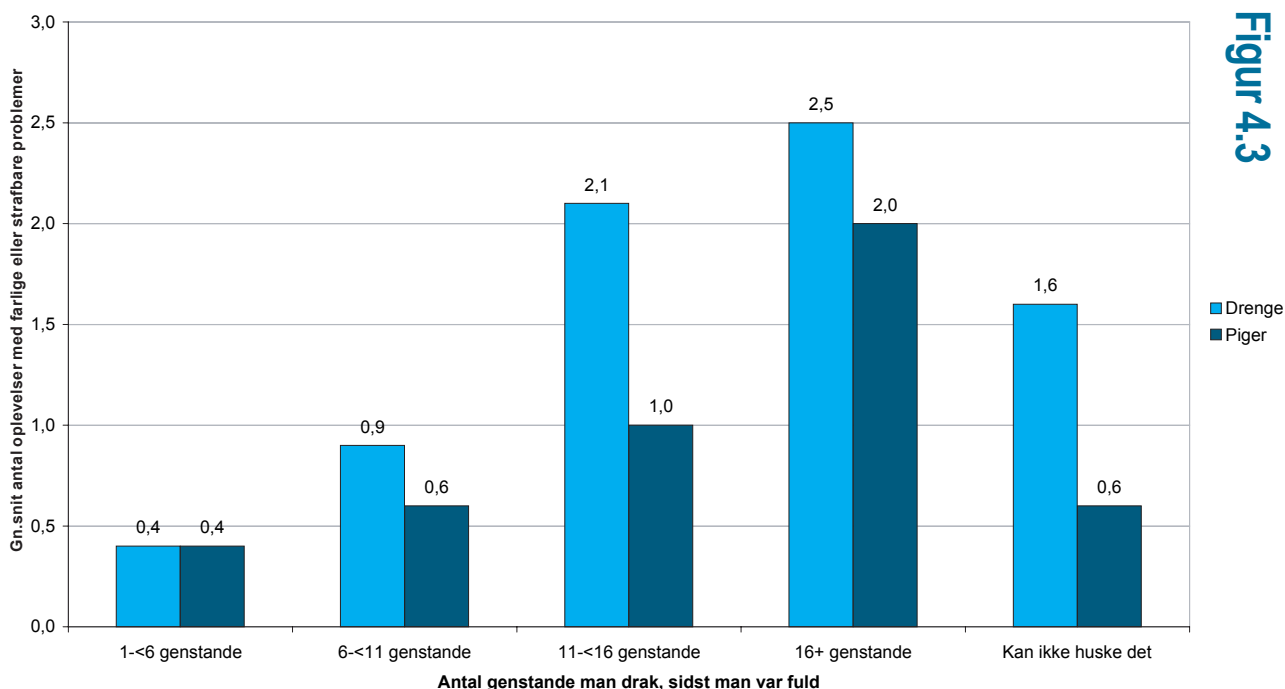


at være i slagsmål, at være involveret i en ulykke/et uheld, at have kørt motorcykel eller bil i påvirket tilstand, at have problemer med politiet, at have været på hospitalet eller på skadestuen, og endelig at have taget euforiserende stoffer, som man ikke ville have taget, hvis man ikke havde været beruset.

Figur 4.3 viser det gennemsnitlige antal oplevelser med farlige eller strafbare problemer for drenge og piger sammenholdt med, hvor mange genstande den unge har rapporteret at have drukket, sidst han eller hun var fuld. For både drenge og piger ses det, at antallet af oplevede farlige eller strafbare problemer stiger med antallet af genstande, man drak, sidst man var fuld. Som eksempel har drengene, der har drukket 16 eller flere genstande, sidst de var fulde, i gennemsnit mere end 6 gange så

mange oplevelser med farlige eller strafbare situationer som følge af at have drukket set i forhold til dem, der har drukket 1-<6 genstande, sidst de var fulde. Dette kan tyde på, at "binge drinking", altså det at drikke store mængder alkohol på en gang, øger risikoen for at opleve disse alvorlige problemer både blandt piger og drenge. Et lignende mønster findes for pigerne. Drengene oplever dog generelt flere problemer end pigerne.

Gennemsnitligt antal oplevelser med farlige eller strafbare problemer som følge af alkoholindtag i forhold til, hvor mange genstande man drak, sidst man var fuld



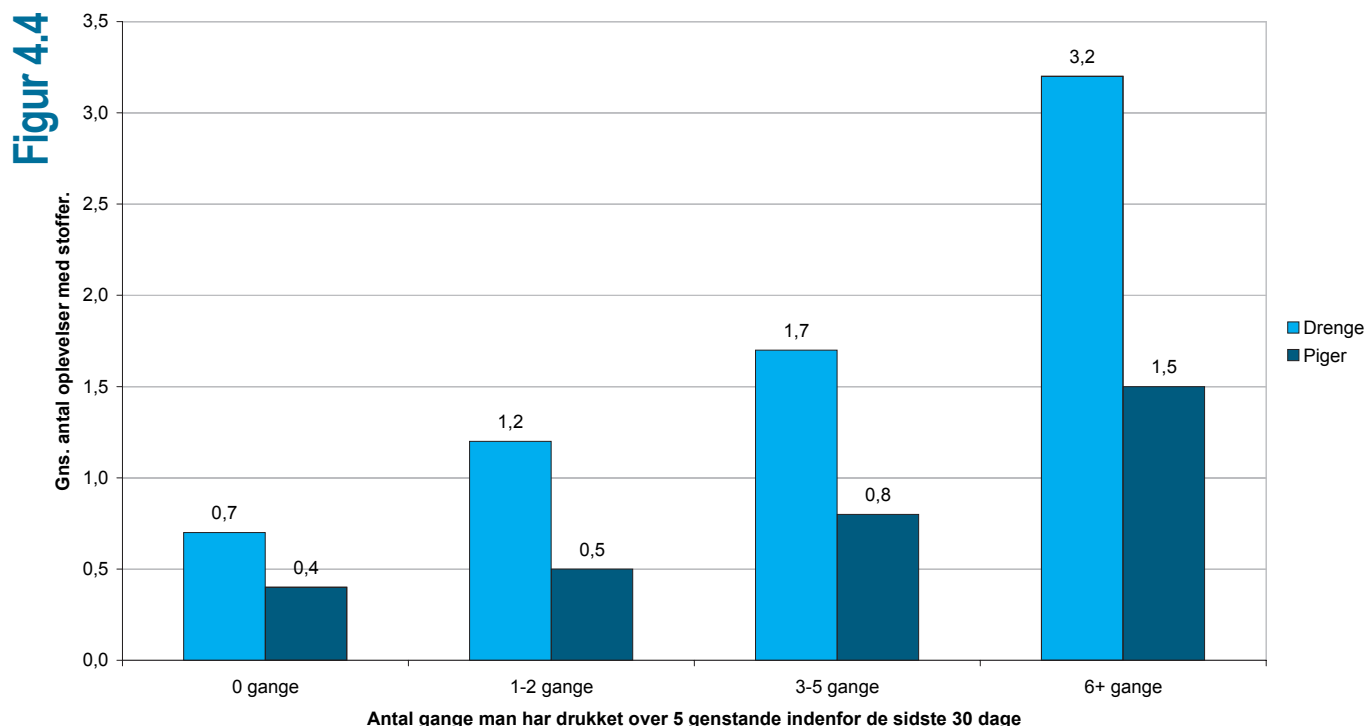
Figur 4.3

Figur 4.4 viser "Gennemsnitlig antal oplevelser med farlige eller strafbare problemer som følge af indtagelse af alkohol" set i forhold til, "hvor mange gange man indenfor de sidste 30 dage har drukket over 5 genstande". Vi ser, at også antallet af gange, hvor der er indtaget mere end 5 genstande ser ud til at hænge sammen med hvor mange farlige eller strafbare problemer, man nogensinde har oplevet som følge af at have drukket alkohol. Der ses, at de, som har drukket over 5 genstande 6 gange eller mere, i gennemsnit har oplevet 4-5 gange så mange af disse alvorlige problemer, som de, der har drukket over 5 genstande 0 gange inden for de sidste tredive dage. Ved samme alkoholindtag oplever drengene generelt disse alvorlige problemer omkring dobbelt så ofte som pigerne.

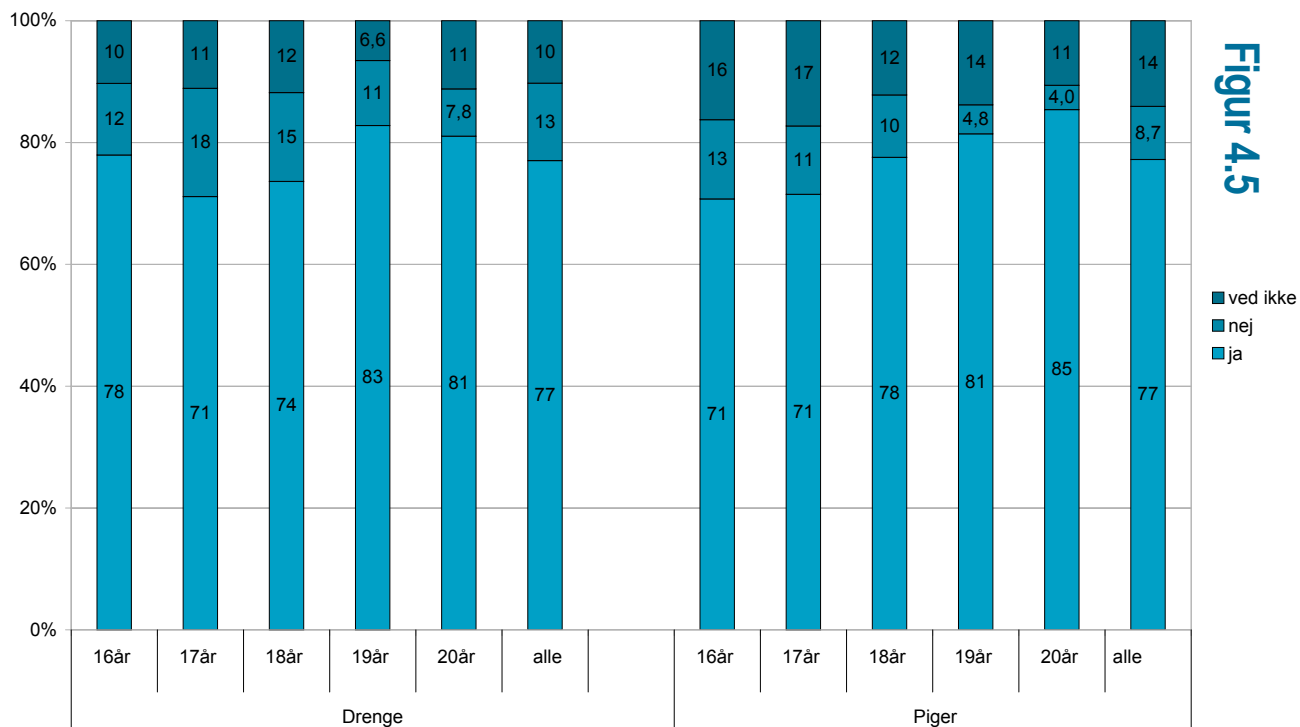
Holdning til alkoholpolitik på skole/arbejde

Figur 4.5 og figur 4.6 viser de unges holdning til, om der skal være en alkoholpolitik på henholdsvis skoler og arbejdspladser. Taget som en helhed, så mener omkring 3 ud af 4, at der skal være en alkoholpolitik. Der ses stort ingen forskel på denne holdning afhængig af, om der ses på skoler eller arbejdspladser.

Gennemsnitlig antal oplevelser med farlige eller strafbare problemer som følge af indtagelse af alkohol i forhold til, hvor mange gange indenfor de sidste 30 dage man har drukket over 5 genstande



Ønske om alkoholpolitik på skoler (i procent)



Ønske om alkoholpolitik på arbejdspladser (i procent)



Rygning

- Andelen af dagligrygere er blandt drengene 17% og blandt pigerne 20%.
- Andelen af drenge og piger, der ryger en gang imellem, er henholdsvis 9,3% og 12%.
- 6,5% af drengene og 6,6% af pigerne er storrygere, dvs. ryger mindst 15 cigaretter dagligt.
- Omkring 40% af de unge, der ryger, ønsker at holde op med at ryge – og omkring 3% af de unge er eks-rygere.
- 50% af drengene er udsat for passiv røg på sit uddannelsessted. Dette gælder for 42% af pigerne.
- Af de drenge, der kommer på cafeer og restauranter, er henholdsvis 76% og 67% udsat for passiv røg. For pigerne er de tilsvarende andele hele 84% og 79%.
- Blandt drengene mener 86%, at rygning skal være begrænset eller helt forbudt på cafeer, mens 90% har denne holdning i forhold til restauranter. For pigerne er de tilsvarende andele 90% og 94%.
- 94% af drengene og 97% af pigerne mener, at rygning bør være begrænset eller helt forbudt på ungdomsuddannelserne.
- I alt 61% af drengene og 50% af pigerne har prøvet at ryge vandpibe.
- Næsten halvdelen af de unge vurderer, at der kun er en lille eller slet ingen risiko forbundet med at ryge vandpibe jævnligt.

Indledning

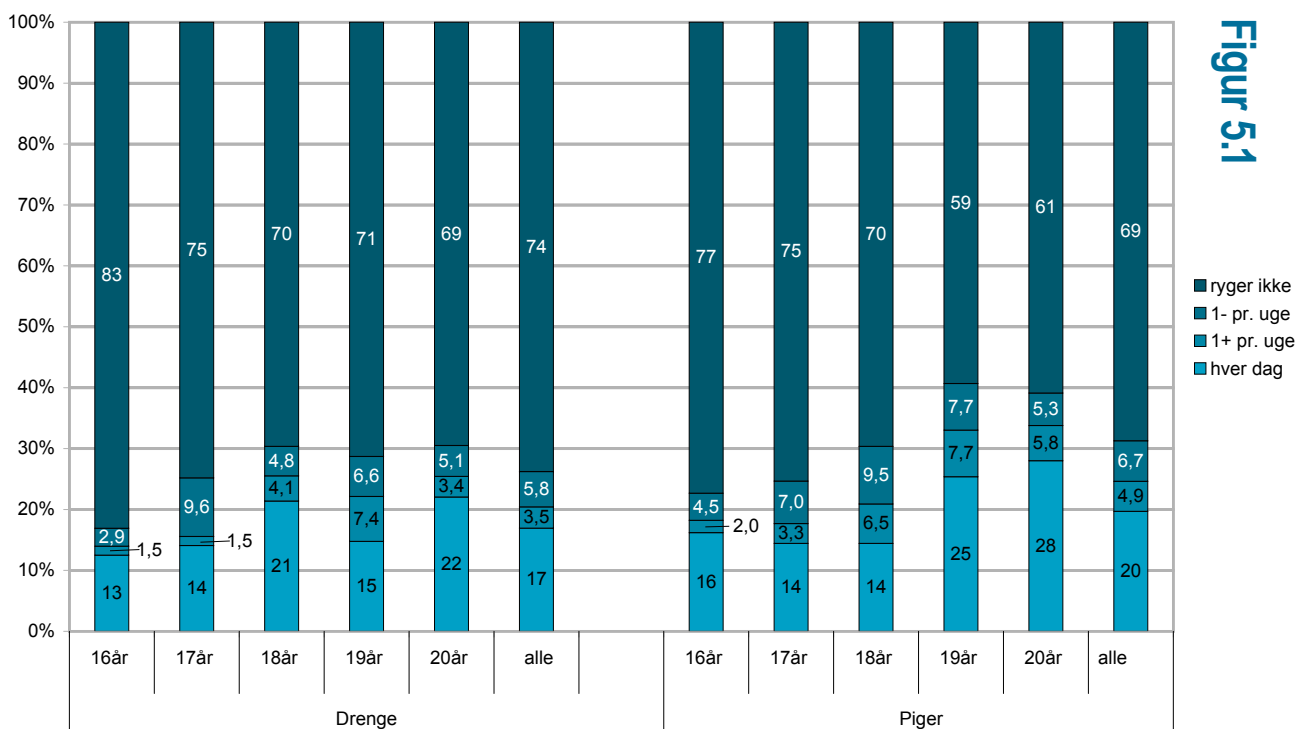
Som noget nyt bliver der i dette års undersøgelse set på de unges brug af vandpibe og snus/skrå. Brug af vandpibe ser ud til at være slået igennem blandt de 16-20-årige. Endvidere bliver der som noget nyt set på, de unges vurdering af, hvor meget de mener, man risikerer at skade sig selv, hvis man jævnligt ryger cigaretter, vandpibe eller bruger snus. De fleste vurderer, at der er nogen eller stor risiko ved cigaretrygning. Ved vandpiberygning er der flere, som vurderer, at der er en lille eller slet ingen risiko forbundet med at ryge dette. Der er således behov for at informere de 16-20-årige om, at vandpiberygning også er sundhedsskadeligt og afhængighedsskabende.

På trods af, at det nu er fastslået, at passiv rygning er sundhedsskadeligt (IARC, 2004), er der stadig en stor del af befolkningen, der udsættes for passiv rygning på deres arbejde, uddannelsesinstitution eller andre steder. Opmærksomheden på problemet er da også blevet skærpet de seneste år. Individets rettigheder, i forhold til ikke at blive udsat for passiv rygning på offentlige områder og ikke mindst på arbejdspladsen, uddannelsesinstitutionen mv., er efterhånden kommet mere og mere i fokus.

Forbrugets omfang

Figur 5.1 viser deltagernes nuværende rygevaner fordelt på køn. Lidt færre drenge end piger ryger dagligt. I alt 17% af drengene og 20% af pigerne ryger dagligt, mens 74% af drengene og 69% af pigerne slet ikke ryger. Som forventet er der færrest blandt de yngste aldersgrupper, som ryger dagligt og tilsvarende flest blandt de yngste aldersgrupper, som ikke ryger. Stigningen i andelen, som ryger dagligt fra de 16-årige til de 20-årige, er på omkring 10 procentpoint.

Aktuelle rygevaner (i procent)



I tabel 5.1 er der foretaget en yderligere opdeling af ikke-rygerne i "aldrig-ryger", "eksryger" og dem, der har "røget nogle få gange" – og en opdeling af rygerne i "lejlighedsryger", "dagligryger – mindre end 15 cigaretter pr. dag" og "dagligryger – 15 cigaretter pr. dag eller mere". Sidstnævnte svarer til, at man er storryger.

Det fremgår, at 6,5% af drengene og 6,6% af pigerne i undersøgelsen er storrygere, dvs. ryger mindst 15 cigaretter dagligt. Det svarer til, at ca. en tredjedel af de unge, der ryger hver dag, er storrygere. Andelen af storrygere mere end tredobles op gennem aldersgrupperne for begge køn. I alt 2,2% af de 16-årige drenge og 3,3% af de 16-årige piger er storrygere, hvilket gælder for henholdsvis 7,7% og 10% blandt de 20-årige drenge og piger.

Andelen af lejlighedsrygere ligger for drengene på 9,4% og for pigerne på 12%. Der er altså lidt flere lejlighedsrygere blandt pigerne end drengene.

Af tabellen fremgår det endvidere, at 2,3% af drengene og 3,9% af pigerne er eksrygere. Dette viser, at der ikke er mange, der holder op med at ryge i ungdomsårene.

Aktuelle og tidligere rygevaner (i procent)

Tabel 5.1

Alder	Drenge						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
Aldrig ryger	69,1	54,1	45,1	51,2	48,7	53,8	54,1	45,1	42,8	33,5	39,0	43,2
Eks-ryger	1,5	2,2	4,2	2,5	0,9	2,3	2,1	4,2	5,0	4,9	3,6	3,9
Lejlighedsryger	4,4	11,1	9,2	14,0	8,5	9,4	6,6	10,3	15,9	15,5	11,2	11,7
Dagligryger <15/dag	10,3	6,7	14,1	7,4	14,5	10,6	12,4	9,9	8,5	16,0	17,9	13,0
Storryger 15+	2,2	7,4	7,7	7,4	7,7	6,5	3,3	4,7	6,0	9,2	10,3	6,6
Røget nogle få gange	12,5	18,5	19,7	17,4	19,7	17,5	21,5	25,8	21,9	20,9	17,9	21,6
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	136	135	142	121	117	651	242	213	201	206	223	1085
Uoplyst	3	0	4	2	1	10	8	2	5	6	5	26

Ønske om rygeophør

Samtidig med, at der ikke er mange af de unge, som holder op med at ryge, viser tabel 5.2, at mange unge rent faktisk har et ønske om at holde med at ryge. De deltagere, der ryger, er blevet spurgt, om de gerne vil holde op med at ryge. Generelt ønsker omkring 40% af de unge, der ryger, at holde op med at ryge, omkring 20% ønsker ikke at holde op, mens de resterende næsten 40% ikke har taget stilling. Blandt de 20-årige ses der en stor andel af rygere, som gerne vil holde op med at ryge.

Passiv rygning

Figur 5.2 viser hvor mange af alle de unge, der er udsat for passiv røg på forskellige udvalgte steder. Andelene er opgjort ud af dem, der kommer de pågældende steder. De steder, hvor den største andel angiver at være udsat for passiv røg, er på cafeer og restauranter. Af de drenge, der kommer på cafeer og restauranter, er henholdsvis 76% og 67% udsat for passiv røg. For pigerne er de tilsvarende andele 84% og 79%.

Ønske om rygeophør (i procent af rygere)

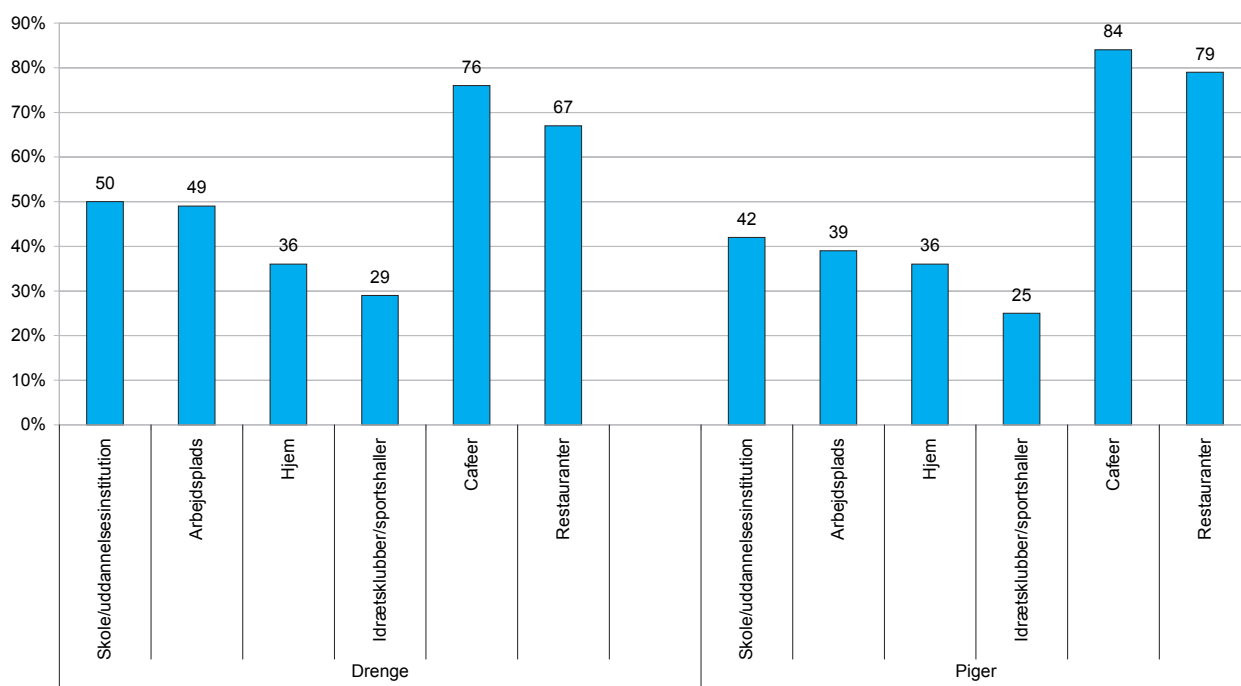
Tabel 5.2

Alder	Drenge						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
Ja	45,8	43,3	43,5	27,8	50,0	41,9	33,3	39,6	30,6	40,5	46,4	38,8
Nej	12,5	26,7	15,2	33,3	30,6	23,8	20,0	13,2	32,3	15,5	19,0	19,8
Ved ikke	41,7	30,0	41,3	38,9	19,4	34,3	46,7	47,2	37,1	44,0	34,5	41,4
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	24	30	46	36	36	172	60	53	62	84	84	343
Uoplyst/ ikke-rygere	115	105	100	87	82	489	190	162	144	128	144	768

Lokaliteterne skole/uddannelsesinstitution, arbejdsplads (ikke fritidsarbejde) og den unges hjem adskiller sig fra de andre lokaliteter ved at være steder, hvor den enkelte unge vanskeligt kan fravælge at opholde sig. Henholdsvis 50%, 49% og 36% af de drenge, der kommer på disse lokaliteter, angiver at være udsat for passiv røg på hvert af stederne. Blandt pigerne angiver henholdsvis 42%, 39% og 36% af dem, der kommer de tre steder, at de er udsat for passiv røg.

Figur 5.2

Andel af de unge der kommer det pågældende sted, som er udsat for passiv røg (i procent)



Holdning til rygerestriktioner

De unge er endvidere blevet spurgt, hvorvidt de mener, at rygning bør være tilladt, begrænset eller helt forbudt på forskellige offentlige steder. Tabel 5.3 viser fordelingen af svarene på disse spørgsmål. Generelt er der stor enighed blandt de to køn. I forhold til hospitaler, idrætssklubber, børnehaver/vuggestuer, folkeskoler, butikker og tog har de fleste angivet, at de mener, at rygning bør være forbudt. På alle de andre nævnte steder

har den største andel af de unge angivet, at der bør være restriktioner, der begrænser rygningen til enkelte områder. Eksempelvis mener 58% af drengene og 65% af pigerne, at der bør være rygerestriktioner på cafeer. På restauranter mener 53% af drengene og 63% af pigerne, at der bør være restriktioner på rygning.

Holdning til rygerestriktioner i adgang til rygning (i procent)

	Dreng					Piger				
	Tilladt	Restr.	Forbud	Antal	Uopl.	Tilladt	Restr.	Forbud	Antal	Uopl.
Folkeskoler	2,6	46	51	657	4	1,1	36	63	1102	9
Efterskoler	4,0	66	30	653	8	2,3	73	25	1097	14
Ungdomsuddannelser	5,8	74	20	654	7	2,5	84	14	1097	14
Arbejdspladser	8,8	74	17	656	5	2,4	86	12	1100	11
Hospitaler	0,2	24	75	654	7	0,2	26	74	1101	10
Tog	2,3	49	49	655	6	1,0	47	52	1100	11
Caféer	14	58	28	657	4	9,9	65	25	1100	11
Restauranter	9,6	53	37	656	5	5,5	63	32	1099	12
Butikcentre	7,8	44	49	654	7	6,8	39	54	1098	13
Idrætssklubber/Sportshaller	2,3	39	59	654	7	1,2	34	65	1097	14
Børnehaver/vuggestuer	0,2	9,7	90	653	8	0,1	8,8	91	1098	13
Netcaféer	17	52	31	653	8	9,8	63	28	1094	17

Tabel 5.3

Vandpibe og snus/skrå

En forholdsvis stor andel af de unge har prøvet at ryge vandpibe, - dette gælder for 61% af drengene og 50% af pigerne (tabel 5.4). I alt 43% af drengene og 32% af pigerne har prøvet vandpibe flere gange, hvorimod kun meget få ryger det mindst en gang om ugen.

Der er forholdsvis store aldersforskelle i andelene, som har prøvet at ryge vandpibe. Andelene, som har prøvet vandpibe topper blandt de 18-årige, hvor 73% af drengene og 56% af pigerne har prøvet det. Blandt de 18-årige drenge er der 58%, der har svaret "ja, flere gange" til at have prøvet vandpibe mod 30% af de 16-årige drenge og 42% af de 20-årige. Blandt pigerne findes den højeste andel, som svarer "ja, flere gange", blandt de 16-18-årige, nemlig 33-35%.

Kun en lille andel af de unge har prøvet snus/skrå, - særligt blandt pigerne, hvor kun 5% har prøvet det, og stort set ingen har prøvet flere gange (tabel 5.5). Blandt drengene har 14% prøvet det en enkelt gang, 4,6% har prøvet det flere gange, mens slet ingen tager snus/skrå mindst en gang om ugen. Blandt drengene ses der en stigning op gennem aldersgrupperne i andelene, som har prøvet snus/skrå. I alt 9% af de 16-årige har prøvet snus/skrå, hvilket stiger til 30% blandt de 20-årige drenge.

Tabel 5.4

Andel som har røget vandpipe (i procent)

	Drenge						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
nej	52,9	39,4	27,1	36,9	41,4	39,4	51,2	46,7	43,9	51,4	54,0	49,6
ja, en enkelt gang	14,5	15,9	13,9	18,0	14,7	15,3	14,5	19,5	21,0	20,5	16,1	18,1
ja, flere gange	29,7	42,4	58,3	41,8	42,2	43,1	34,3	33,3	34,6	27,6	29,9	32,0
ja, min. en gg/uge	2,9	2,3	0,7	3,3	1,7	2,1	0,0	0,5	0,5	0,5	0,0	0,3
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	138	132	144	122	116	652	248	210	205	210	224	1097
Uoplyst	1	3	2	1	2	9	2	5	1	2	4	14

Tabel 5.5

Andel som har prøvet snus/skrå (i procent)

	Drenge						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
nej	90,5	86,9	83,3	75,0	69,8	81,6	96,7	96,7	95,1	92,4	95,1	95,2
ja, en enkelt gang	8,8	10,0	11,1	18,3	22,4	13,8	3,3	2,8	4,4	7,6	4,9	4,6
ja, flere gange	0,7	3,1	5,6	6,7	7,8	4,6	0,0	0,5	0,5	0,0	0,0	0,2
ja, min. en gg/uge	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	137	130	144	120	116	647	245	211	203	210	223	1092
Uoplyst	2	5	2	3	2	14	5	4	3	2	5	19

De unges vurdering af risiko ved brug af cigaretter, snus og vandpipe

De unge er blevet spurgt, hvor meget de tror, man risikerer at skade sig selv (fysisk eller på anden måde), hvis de tager forskellige rusmidler.

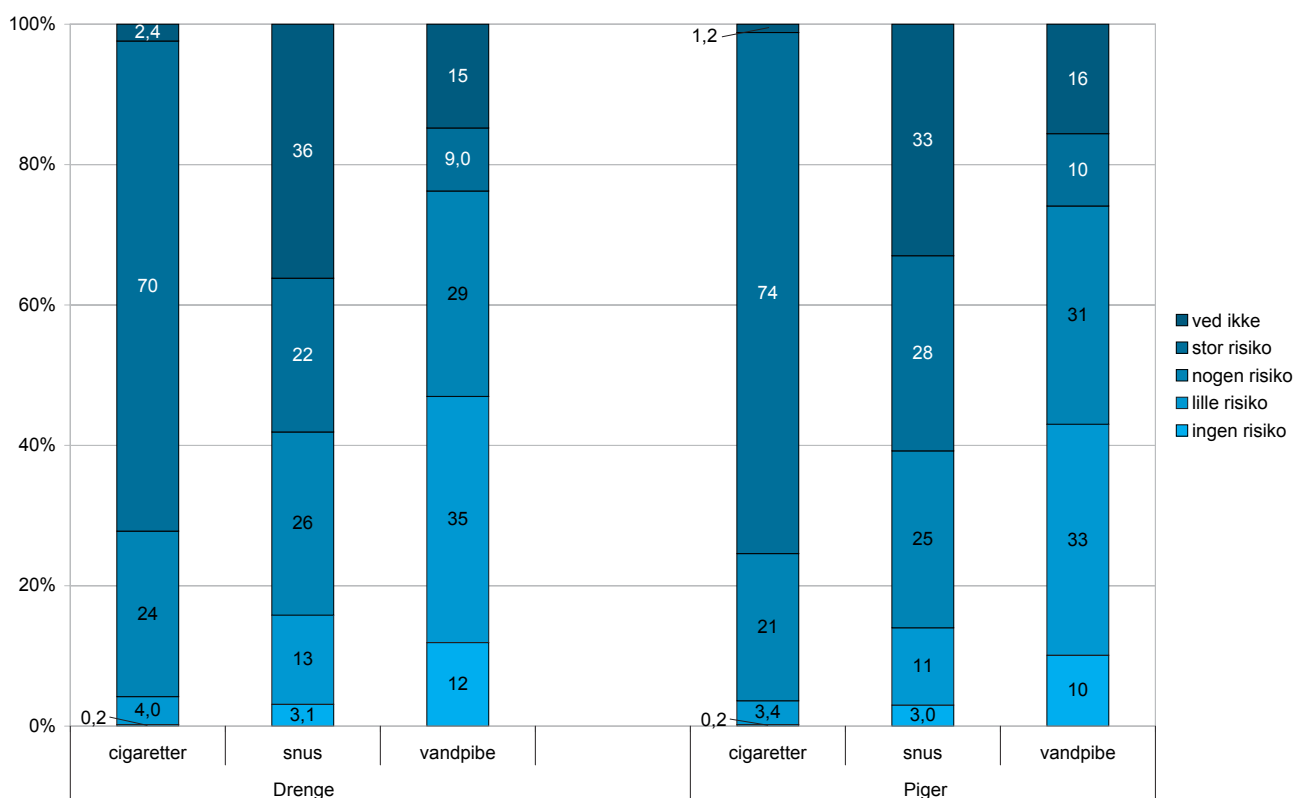
I figur 5.3 ses der, hvor stor en andel af de unge der vurderer, der er henholdsvis ingen, lille, nogen eller stor risiko ved at "ryge en/ flere pakker cigaretter om dagen", "bruge snus dagligt" og "ryge vandpipe en/flere gange om ugen". Langt den overvejende del af de unge vurderer, at der er nogen eller stor risiko ved at ryge en/flere pakker cigaretter om dagen.

Blandt drengene gælder dette for 94% og for pigerne 95%. Når der ses på daglig brug af snus og det at ryge vandpipe en/flere gange om ugen, er der derimod væsentlig færre der vurderer, at dette er forbundet med nogen eller stor risiko. I alt 48% af drengene og 53% af pigerne mener, at daglig brug af snus er forbundet med nogen eller stor risiko, og med hensyn til vandpipe er de tilsvarende andele helt nede på henholdsvis 38% blandt drengene og 41% blandt pigerne.

I modsætning til ved vurderingen af cigaretrykning er der ved snus og vandpipe forholdsvis mange, som har svaret "ved ikke" til risikovurderingen. For snus gælder dette for omkring en tredjedel af de unge og for vandpipe knap en femtedel.

Figur 5.3

Hvor meget tror de unge, man risikerer at skade sig selv ved brug af cigaretter, snus og vandpipe (i procent)



Vandpibe er det rusmiddel, flest vurderer, der er en lille/ingen risiko forbundet med. Dette gælder for næsten halvdelen af de unge, - nemlig 47% af drengene og 43% af pigerne.

Der skal nævnes, at det ikke umiddelbart er muligt at sidestille risikoen ved at "ryge en/ flere pakker cigaretter om dagen", "bruge snus dagligt" og "ryge vandpibe en/flere gange om ugen".

Med hensyn til risikovurderingen af snus og vandpibe, hvor forholdsvis mange unge svarer "ved ikke" og "ingen/lille risiko", tyder det på, at budskabet om at brug af disse rusmidler er farligt, ikke er kommet ud til de unge. Med andre ord er der behov for at informere de 16-20-årige om, at disse rusmidler ligesom cigaretrykning er sundhedsskadeligt og afhængighedsskabende. Særligt væsentlig er dette med hensyn til vandpiberygning, eftersom en forholdsvis stor andel af de unge faktisk bruger dette rusmiddel.

I tabel 5.6 er der fokus på aldersforskelle. Indenfor hver aldersgruppe ses der på andelen, der vurderer, der er en stor risiko ved at brug af cigaretter, snus og vandpibe.

I alt 70% af drengene og 74% af pigerne vurderer, at der er en stor risiko for at skade sig selv, hvis man ryger en/flere pakker cigaretter om dagen. Andelen, som vurderer, der er en stor risiko, stiger tydeligt op gennem aldersgrupperne. Blandt drengene ses der en stigning på 14 procentpoint op gennem aldersgrupperne fra 16 til 20 år, og blandt pigerne ses en stigning på 12 procentpoint.

Væsentlig færre unge mener, der er stor risiko ved brug af snus og vandpibe. Henholdsvis 22% af drengene og 28% af pigerne vurderer, der er stor risiko ved at bruge snus dagligt, og kun 9,0% af drengene og 10% af pigerne vurderer, der er stor risiko ved at ryge vandpibe en/flere gange om ugen. Med hensyn til snus ses der en tendens til at færre og færre med alderen vurderer, at dette rusmiddel er forbundet med stor risiko. Ved vandpiberygning ses ikke nogen tydelige ændringer med alderen.

Tabel 5.6

Andel af de unge, som tror der er stor risiko for at skade sig selv ved brug af forskellige rusmidler (i procent)

	Dreng						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
Ryger en/flere pakker cigaretter om dagen	63,5	68,9	69,9	70,7	77,8	69,9	67,3	76,2	76,1	73,3	79,4	74,3
Bruger snus dagligt	27,0	25,0	24,7	13,9	17,1	21,9	31,0	29,7	31,4	22,4	24,2	27,8
Ryger vandpibe en/flere gange om ugen	11,0	5,2	10,3	9,8	8,5	9,0	9,8	10,9	11,3	9,1	10,7	10,3

Brug af stoffer

- 42% af drengene og 35% af pigerne har prøvet illegale stoffer.
- Andelen, der har prøvet stoffer, stiger markant med alderen.
- Hash er klart det mest udbredte stof, som 40% af drengene og 33% af pigerne har prøvet.
- 12% af drengene og 10% af pigerne har prøvet et andet illegalt stof end hash med amfetamin, som det mest udbredte.
- Der er en stærk samvariation mellem at have prøvet hash (især indenfor seneste måned) og have prøvet andre illegale stoffer.
- Langt de fleste unge mener *ikke*, at folk skal have lov til at tage stofferne: hash, kokain og heroin.

Indledning

Den sundhedsmæssige risiko ved at bruge stoffer varierer meget, da de forskellige stoffer giver forskellige risici. Men generelt set er de alvorligste risici ved at prøve stoffer: risiko for psykiske sammenbrud (psykose), risiko for forgiftning (i værste tilfælde med dødelig udgang) og risiko for at udvikle længerevarende misbrug og afhængighed med alle de alvorlige sociale, psykiske og fysiske følgevirkninger, et misbrug indebærer. Undersøgelser viser, at de unge i vidt omfang er klar over, at det er risikabelt at prøve stoffer. Når en del unge alligevel prøver, begrundes det især med nysgerrighed (Sabroe S, Fonager K, 2004).

Det at prøve stoffer er typisk et ungdomsfænomen, og de fleste, der prøver stoffer, fortsætter ikke brugen. De fleste, der prøver stoffer, har således et eksperimentelt

forbrug i en kortere periode i ungdomsårene. Undersøgelser i hele befolkningen viser, at den eksperimentelle brug af stoffer toppe i aldersgruppen 16-19 år, og i aldersgrupperne over 40 år har kun få procent brugt nogen form for stoffer indenfor det seneste år (Sundhedsstyrelsen, 2002).

Blandt de illegale stoffer har hash (pot, marihuana¹) en særstatus, idet hash i alle aldersgrupper er markant mere udbredt end alle andre stoffer. En stor andel af dem, der har prøvet illegale stoffer, har således kun prøvet hash. Omvendt er det kun ganske få procent af dem, der har prøvet andre stoffer end hash, der ikke også har prøvet hash. Dette ses i alle befolkningsundersøgelser, således også denne og tidligere MULD-undersøgelser (Sundhedsstyrelsen, 2004; Ringgaard LW et al., 2005; Nissen SB & Nielsen GA, 2004; Nielsen GA et al., 2002). Brug af hash og andre illegale stoffer er meget ofte kombineret med et højt forbrug af alkohol og tobak. Denne samvariation er konstateret i tidligere MULD-undersøgelser og ses også i andre undersøgelser (fx Sabroe S & Fonager K, 2004; Nielsen GA et al., 2002).

Sammenhængen mellem brug af alkohol og stoffer fremgår også af, at en tidlig debut med alkohol både øger risikoen for et stort og hyppigt alkoholforbrug og giver en øget risiko for at prøve hash og andre illegale stoffer. En tidlig debut med hash (før de 14 år) øger også risikoen for at prøve andre illegale stoffer (Sabroe S, Fonager K, 2004).

Fra midten af 1990'erne til begyndelsen af 2000 viste flere befolkningsundersøgelser markante stigninger i forbruget af hash og illegale stoffer blandt yngre danskere. I samme periode blev udbudet og forbruget af illegale stoffer spredt ud over hele landet, så

¹ I spørgeskemaet er spurgt til hash (pot, marihuana), som er de mest almindelige cannabisprodukter. For nemheds skyld anvendes hash som fællesbetegnelse i rapporten.

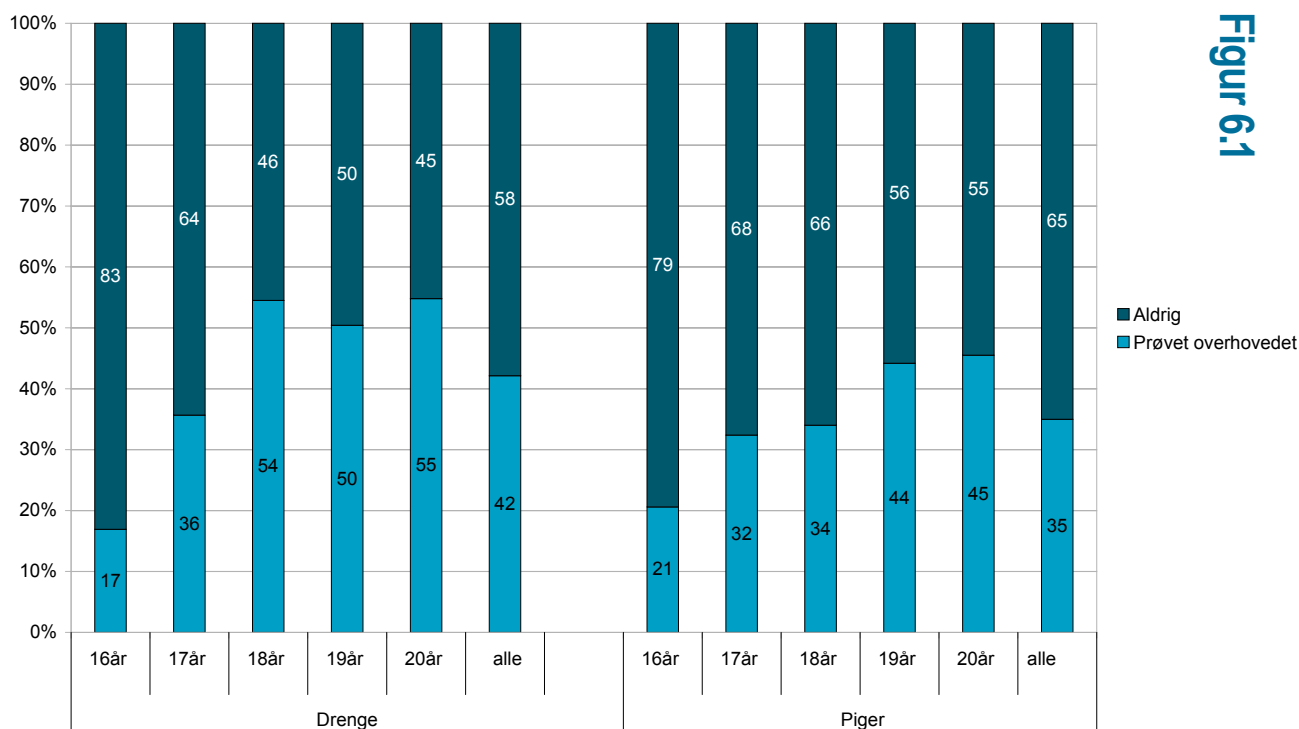
forskellen mellem udbredelsen i hovedstaden og i det øvrige land ikke længere er særlig stor (Sundhedsstyrelsen, 2002; Groth MV et al., 2003). I MULD-undersøgelserne 2000, 2001, 2002 og 2003 ligger andelen af unge, der oplyser, at de har prøvet illegale stoffer på et ensartet niveau (Nielsen GA et al., 2002; Groth MV et al., 2003; Nissen SB & Nielsen GA, 2004; Ringgaard LW et al., 2005;). MULD-undersøgelserne tyder således på, at det eksperimentelle forbrug af illegale stoffer siden 2000 har stabiliseret sig, om end på et relativt højt niveau. Denne tendens findes også i undersøgelser af de 15-16-åriges brug af stoffer (Sabroe S & Fonager K, 2004). Tendensen til stagnation på et "historisk højt niveau" i brugen af illegale stoffer ses også i en række andre vesteuropæiske lande (Det europæiske overvågningscenter for narkotika og narkotikamisbrug, 2004). Mens danske

unges forbrug af alkohol topper set i det europæiske perspektiv, er de mht. forbrug af stoffer placeret i midten af den europæiske rangliste (Hibell et al., 2004).

Forbrugets omfang

Figur 6.1 viser andelen af drenge og piger, som svarer ja til nogensinde at have prøvet hash eller andre stoffer. Dette gælder for flere af drengene end pigerne, nemlig 42% af drengene og 35% af pigerne i undersøgelsen. Med alderen sker der en generel stigning i andelen, der nogensinde har prøvet hash eller andre stoffer. For drengene er stigningen fra 17% af de 16-årige til 55% blandt de 20-årige, for pigerne er stigningen fra 21% til 45%.

Andel som har prøvet hash eller andre stoffer (i procent)



Figur 6.1

Brug af hash

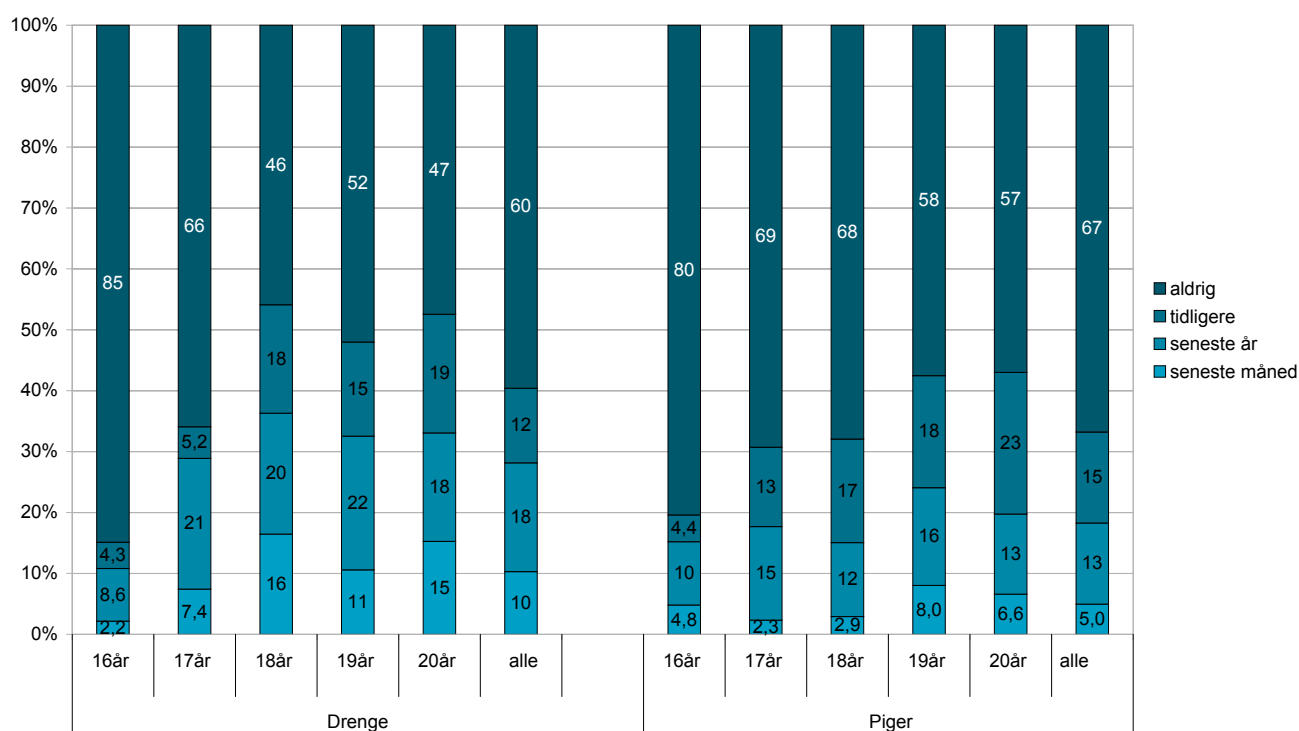
Det billede, vi ser i figur 6.1, er i høj grad præget af, hvor mange der har prøvet hash, da det er langt det mest udbredte stof. Figur 6.2. viser andelen af drenge og piger, der har prøvet hash opdelt efter, hvor aktuelt forbruget er. Henholdsvis 40% af drengene og 33% af pigerne i undersøgelsen har prøvet hash. Mere specifikt har 10% af drengene og 5,0% af pigerne prøvet hash inden for den seneste måned. Andelen, der har prøvet hash stiger med alderen. Dette svarer godt til, at kun en mindre del af dem, som har prøvet hash, nemlig 19% (117 personer), oplyser, at de var under 15 år første gang, de prøvede hash (tal ikke vist).

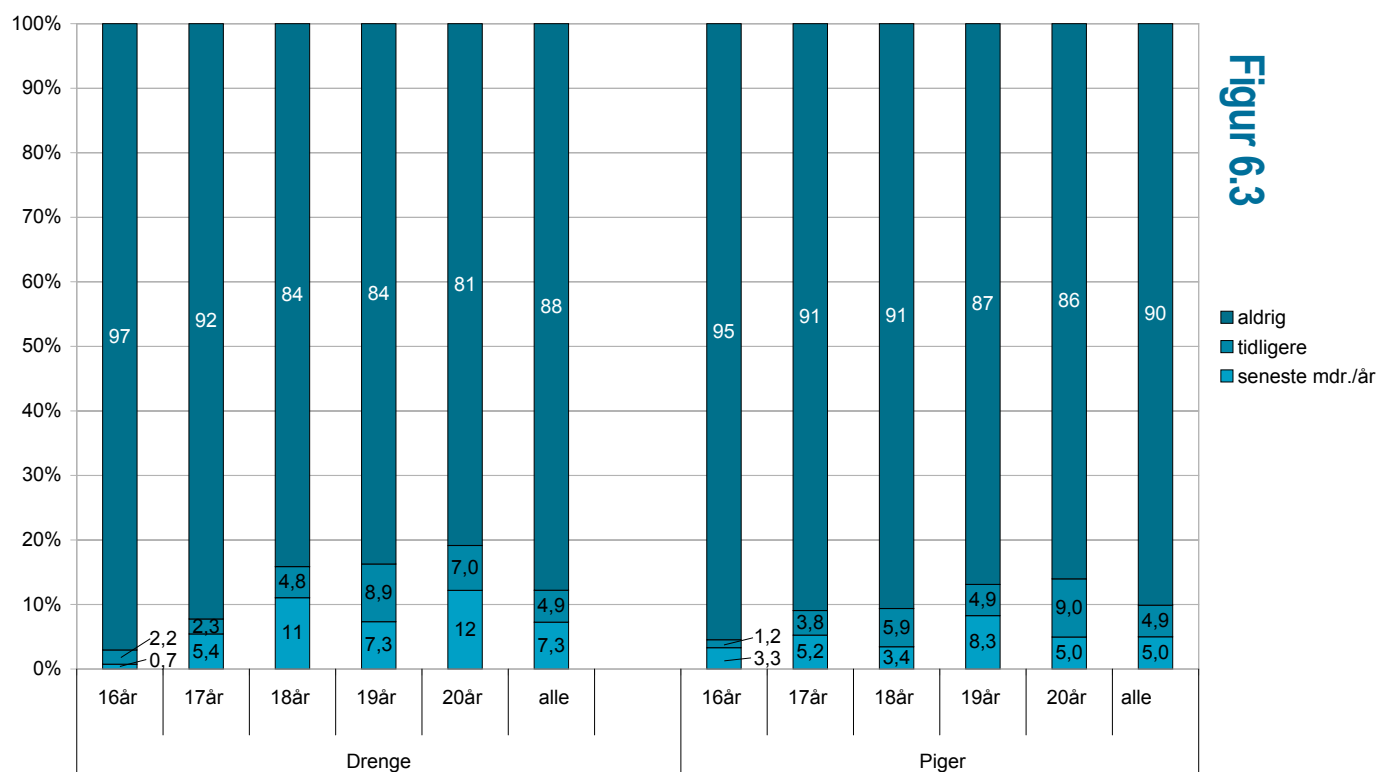
Brug af andre stoffer end hash

Figur 6.3 viser andelen af drenge og piger, der nogensinde har prøvet andre stoffer end hash. Den er opbygget på samme måde som figur 6.2 bortset fra, at de, der har prøvet disse stoffer inden for det seneste år og den seneste måned, her er slået sammen. Figuren viser, at 12% af alle drengene rapporterer nogensinde at have prøvet andre stoffer end hash og 7,3% indenfor det seneste år. For pigerne er de tilsvarende andele henholdsvis 10% og 5,0%. Andelen, som har prøvet andre stoffer end hash, stiger med alderen, - og i alt 17% (25 personer) af dem, der har prøvet andre stoffer, har prøvet dem første gang, før de fyldte 15 år (tal ikke vist).

Andel som har prøvet hash, opdelt efter hvor aktuelt forbruget er (i procent)

Figur 6.2



Andel som har prøvet andre stoffer end hash, opdelt efter hvor aktuelt forbruget er (i procent)

Tabel 6.1 viser, hvor stor en procentdel af drengene og pigerne i undersøgelsen, der nogensinde har prøvet forskellige typer illegale stoffer. Som tidligere nævnt er hash klart det mest udbredte stof, som 40% af drengene og 33% af pigerne angiver

nogensinde at have prøvet (se figur 6.2). De tre stoffer, som derudover er mest prøvede, er blandt drengene amfetamin (8,2%), ecstasy (5,3%) og kokain (5,1%) og blandt pigerne amfetamin (5,3%), ecstasy (3,3%) og snifning (opløsningsmidler eller lighter gas) (3,3%).

Tabel 6.1 Andel som nogensinde har prøvet forskellige typer illegale stoffer (i procent)

	Drenge						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
Amfetamin	0,7	5,2	11,6	8,9	15,3	8,2	3,2	6,5	3,4	7,1	6,6	5,3
Ecstasy	0,7	3,7	7,5	4,1	11,0	5,3	2,4	3,7	3,4	3,8	3,5	3,3
Kokain	0,0	4,4	8,2	2,4	11,0	5,1	2,4	1,9	1,5	6,1	4,4	3,2
LSD	0,0	1,5	2,7	1,6	1,7	1,5	0,0	1,4	1,0	1,4	0,9	0,9
Heroin	0,0	0,7	2,1	0,0	0,0	0,6	0,0	0,5	0,0	0,9	0,4	0,4
Rygeheroin	0,0	0,7	2,1	0,0	0,0	0,6	0,4	1,4	0,0	0,9	0,0	0,5
Psilocybin-svampe	0,0	3,0	6,8	4,1	6,8	4,1	0,4	0,9	1,9	3,8	1,8	1,7
Snifning	2,2	3,0	8,2	7,3	2,5	4,7	0,8	3,3	3,9	4,7	4,4	3,3
Andet	0,7	0,7	2,1	4,9	2,5	2,1	1,2	2,8	2,4	2,4	3,1	2,3

Tabel 6.1

Samvariation mellem brug af hash og andre illegale stoffer

I tabel 6.2 er de unge opdelt efter, hvorvidt og hvornår de har brugt hash. I hver af disse grupper er der så yderligere delt op i forhold til, om de har prøvet andre illegale stoffer. Det viser sig, at der er en signifikant samvariation mellem at have brugt hash (især inden for seneste måned) og at have brugt et eller flere andre illegale stoffer.

Tabellen viser, at ud af de drenge, som angiver at have prøvet hash inden for den seneste måned, har 53% prøvet et eller flere andre stoffer, og 32% har prøvet tre eller flere andre stoffer end hash. Til sammenligning er der blandt de drenge, der angiver aldrig at have prøvet hash kun 1,6%, der har prøvet et eller flere andre stoffer og ingen, der har prøvet tre eller flere andre stoffer.

Hos pigerne ses en lignende samvariation. Blandt de piger, der angiver at have prøvet hash inden for den seneste måned, er der 44%, der har prøvet et eller flere andre stoffer, og 15%, der har prøvet tre eller flere andre stoffer end hash. Blandt dem, der aldrig har prøvet hash, er der 1,4%, der har prøvet et eller flere andre stoffer, og næsten ingen, der har prøvet tre eller flere andre stoffer.

De unges holdning til forbud

Den stærke regulering, der ligger i, at stoffer er forbudte at besidde, sælge, købe osv. sættes ofte til offentlig debat, hvor der også sættes spørgsmålstejn ved de individualistiske unges respekt for forbud. En kvalitativ undersøgelse fra 1999 (Sundhedsstyrelsen 2000) pegede på, at mange unge accepterer brug af stoffer (heroin undtaget). For at belyse de unges accept af en samfundsmæssig regulering versus det individuelle forbrugsvalg er de unge i MULD-undersøgelsen spurgt, om de er

Samvariation mellem brug af hash og andre illegale stoffer (i procent)

Tabel 6.2

	Drenge				Piger			
	Seneste måned	Seneste år	Tidligere	Aldrig	Seneste måned	Seneste år	Tidligere	Aldrig
Har prøvet hash:								
Andre stoffer:								
Ingen andre stoffer	47,1	81,4	81,5	98,4	56,4	76,4	77,1	98,6
1 stof	11,8	8,5	9,9	1,1	18,2	9,5	10,2	1,1
2 stoffer	8,8	5,1	1,2	0,5	10,9	6,8	6,0	0,0
3 eller flere stoffer	32,4	5,1	7,4	0,0	14,5	7,4	6,6	0,3
Total	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	68	118	81	377	55	148	166	714

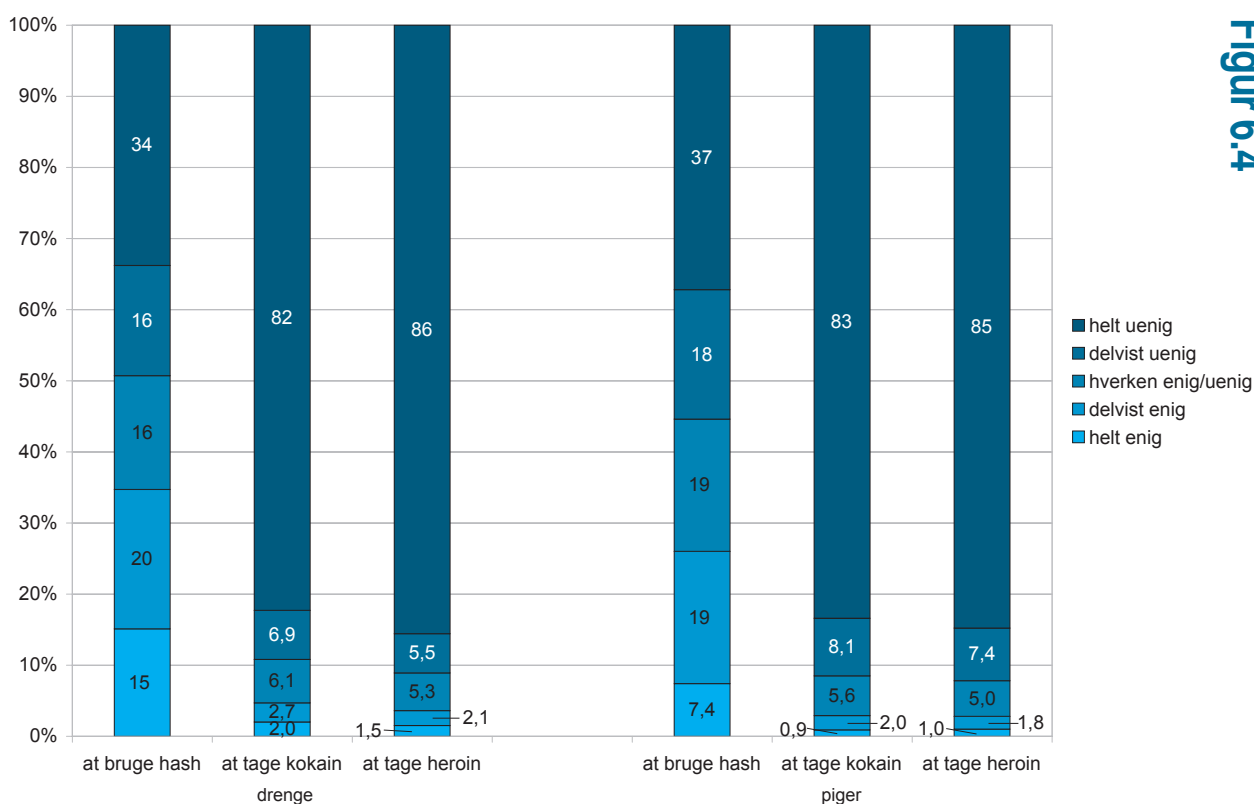
enige-uenige i udsagnene "Folk skal have lov at bruge ...(udvalgte stoffer)." Hash, kokain og heroin er valgt som stofeksempler for at repræsentere spektret mht. udbredelse blandt unge (hash er det mest udbredte, heroin det mindst udbredte), trends (kokain har vundet noget frem de senere år) og farlighed (hash som moderat risikabelt, kokain og heroin som højriskostoffer mht. afhængighed og forgiftning).

Figur 6.4 viser de unges besvarelser. Der er for alle stoffer et flertal imod det frie forbrugsvalg – og dermed for en begrænsning af tilgængeligheden. Det gælder for hash,

hvor 35% af drengene og 26% af pigerne er helt eller delvist enige i, at folk skal have lov til at bruge hash, mens omkring halvdelen er helt/delvist uenige. Og det gælder meget markant for både kokain og heroin, hvor under 5% er helt/delvist enige i, at folk skal have lov til at bruge disse stoffer. De unges synspunkter er altså differentierede med en skelnen mellem hash og andre stoffer.

Der er en tendens til, at drengene i forhold til pigerne er lidt mere enige i, at folk skal have lov at bruge stofferne. Endvidere er der en lille tendens til, at de 18-20-årige unge er lidt mere enige i, at folk skal have lov at bruge stofferne, end dem under 18, men forskellene er ikke markante (tal ikke vist).

Andel der mener, at folk skal have lov til at bruge forskellige stoffer (i procent)



Figur 6.4

Geografiske forskelle i sundhedsvaner og trivsel

Indledning

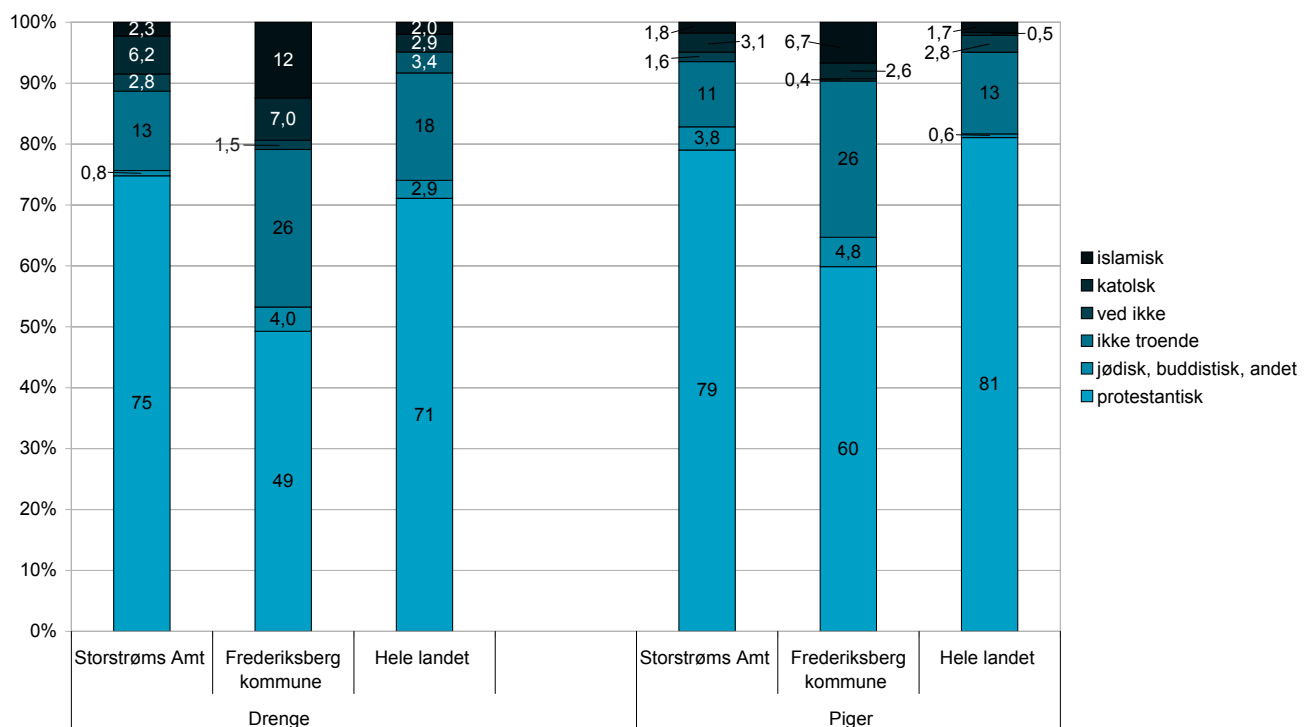
Hvert år inviteres amterne til at deltage i MULD-undersøgelsen med en stikprøve. I 2004 har Storstrøms Amt og Frederiksberg kommune deltaget. Via CPR-registret er der udtrukket 2225 og 1500 unge i alderen 16–20 år fra henholdsvis Storstrøms Amt og Frederiksberg kommune. Storstrøms Amt inkluderer også kommunerne: Fuglebjerg, Haslev og Vallø (se appendiks for detaljer). For nemheds skyld kaldes området blot Storstrøms Amt i det følgende.

I dette kapitel vises udvalgte resultater, hvor vi sammenligner svarfordelingerne fra Storstrøms Amt og Frederiksberg kommune med den nationale stikprøve, som resten af rapporten er baseret på.

Der er forholdsvis store forskelle i aldersfordelingen blandt de unge fra de tre områder. Eksempelvis er mere end en fjerdedel af de unge fra Frederiksberg kommune 20 år, hvilket gælder for under en femtedel af stikprøven fra Storstrøms Amt (se appendiks). Da alder har en sammenhæng med flere af de undersøgte variable, er det problematisk, hvis aldersfordelingen er forskellig i de områder, som ønskes sammenlignet. For at imødegå dette er der i det følgende afsnit valgt kun at se på de 16-18-årige fra henholdsvis Storstrøms Amt, Frederiksberg kommune og fra den nationale stikprøve.

Figur 7.1

Religiøs baggrund (i procent)



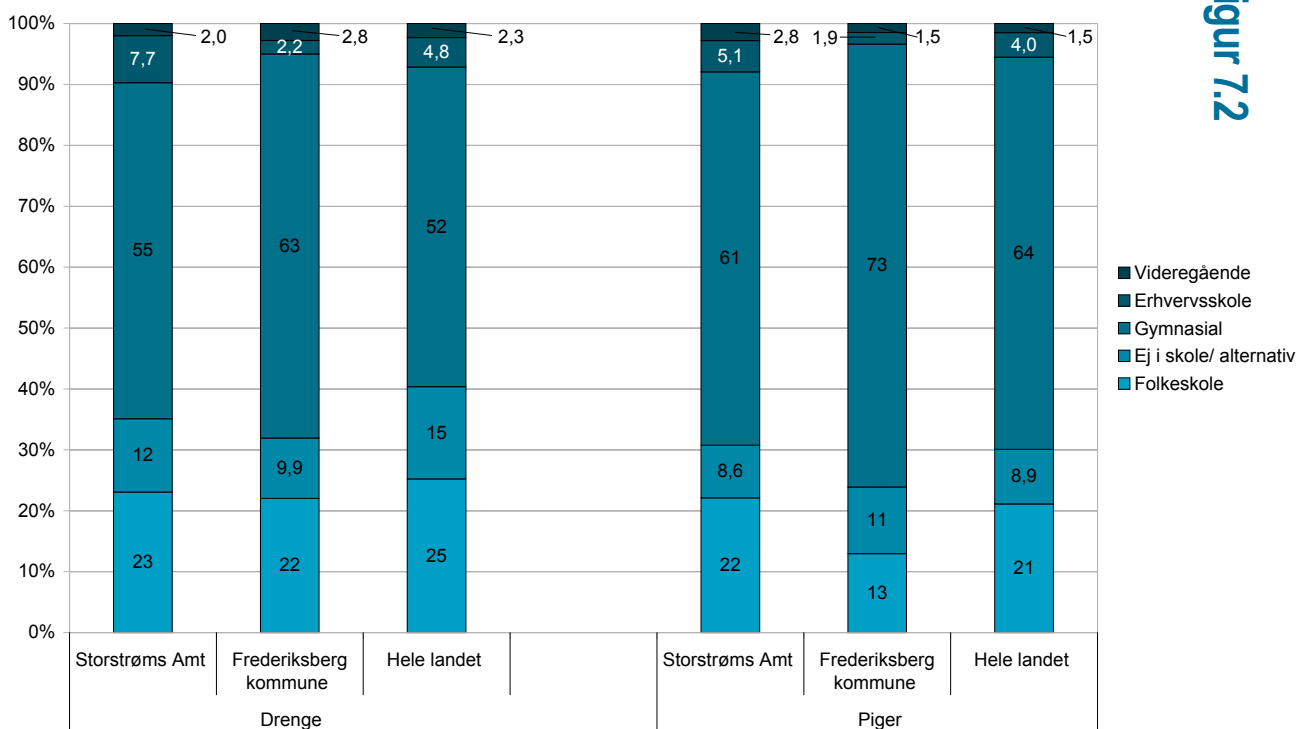
Religiøs baggrund

Der er stor geografisk variation i fordelingen af unge med forskellig religiøs baggrund. Figur 7.1 viser, at de to største enkeltgrupper er dem med protestantisk baggrund, og gruppen af dem, der angiver, at de ikke er troende. Frederiksberg kommune adskiller sig fra Storstrøms Amt og hele landet ved at være det område, hvor andelen af drenge og piger med protestantisk baggrund er mindst, og modsat er andelen med islamisk eller ikke-troende baggrund størst.

Uddannelse

Figur 7.2 viser de unges nuværende uddannelsessituation. De forskelle, der springer mest i øjnene, er, at der blandt både drenge og piger i Frederiksberg kommune er færrest, der går på en erhvervsskole set i forhold til Storstrøms Amt og hele landet. Modsat er der flere af de unge på Frederiksberg, som tager en gymnasialuddannelse og blandt pigerne på Frederiksberg er der færre, der går i folkeskole sammenlignet med Storstrøms Amt og den nationale stikprøve.

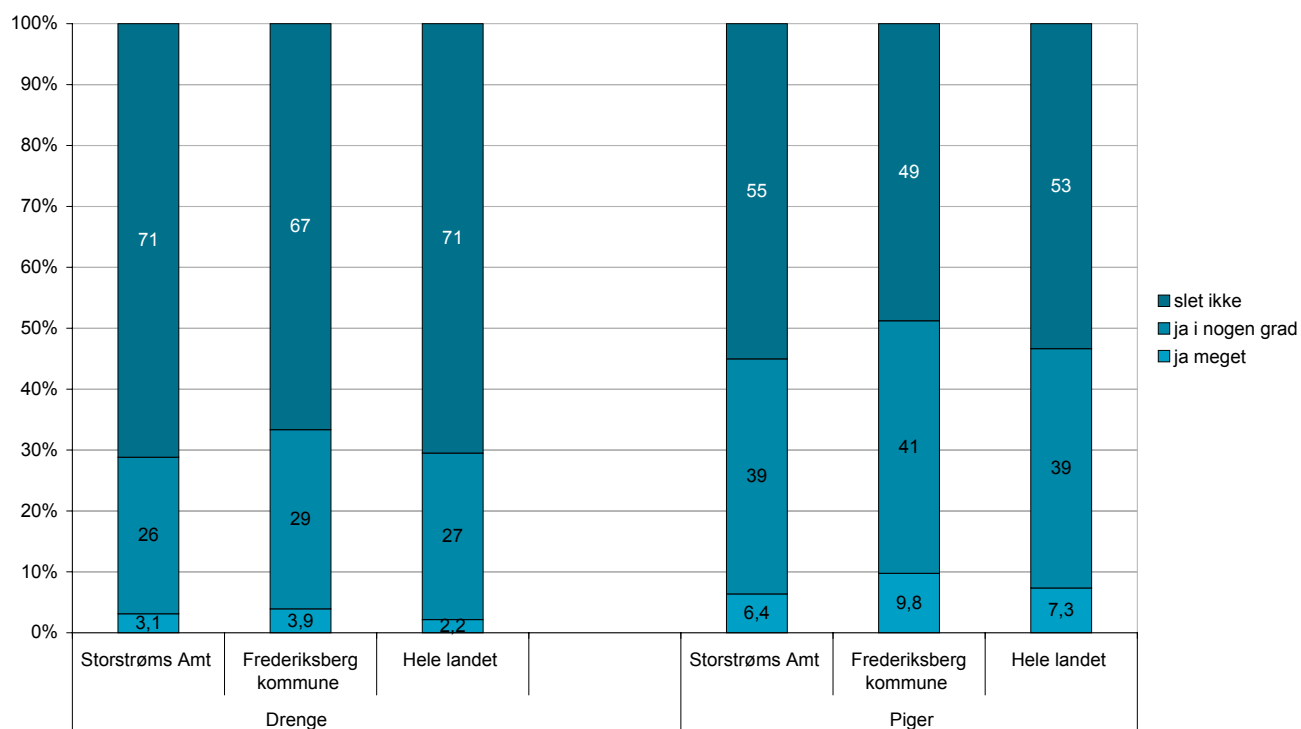
Nuværende uddannelsessituation (i procent)



Figur 7.2

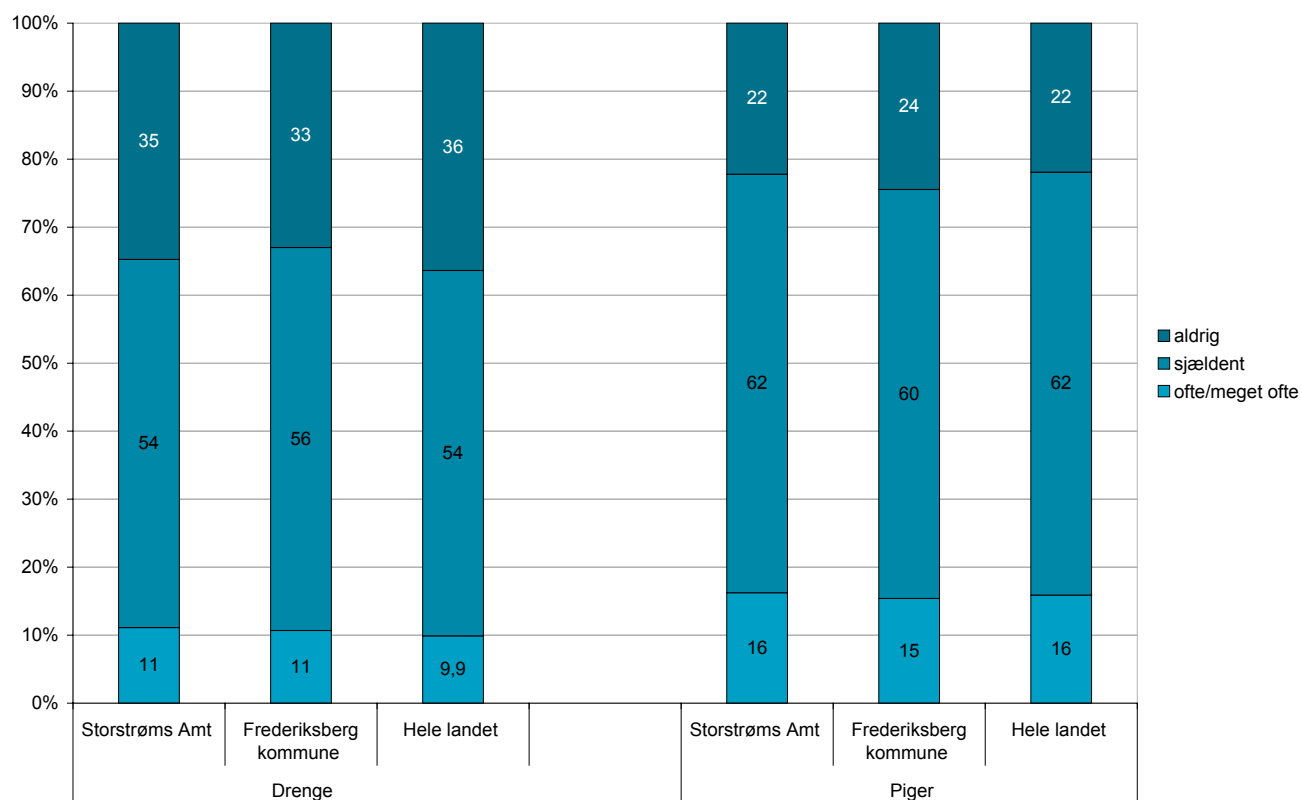
Personlige problemer der vanskeliggør daglige gøremål (i procent)

Figur 7.3



Oplevet ensomhed (i procent)

Figur 7.4



Trivsel

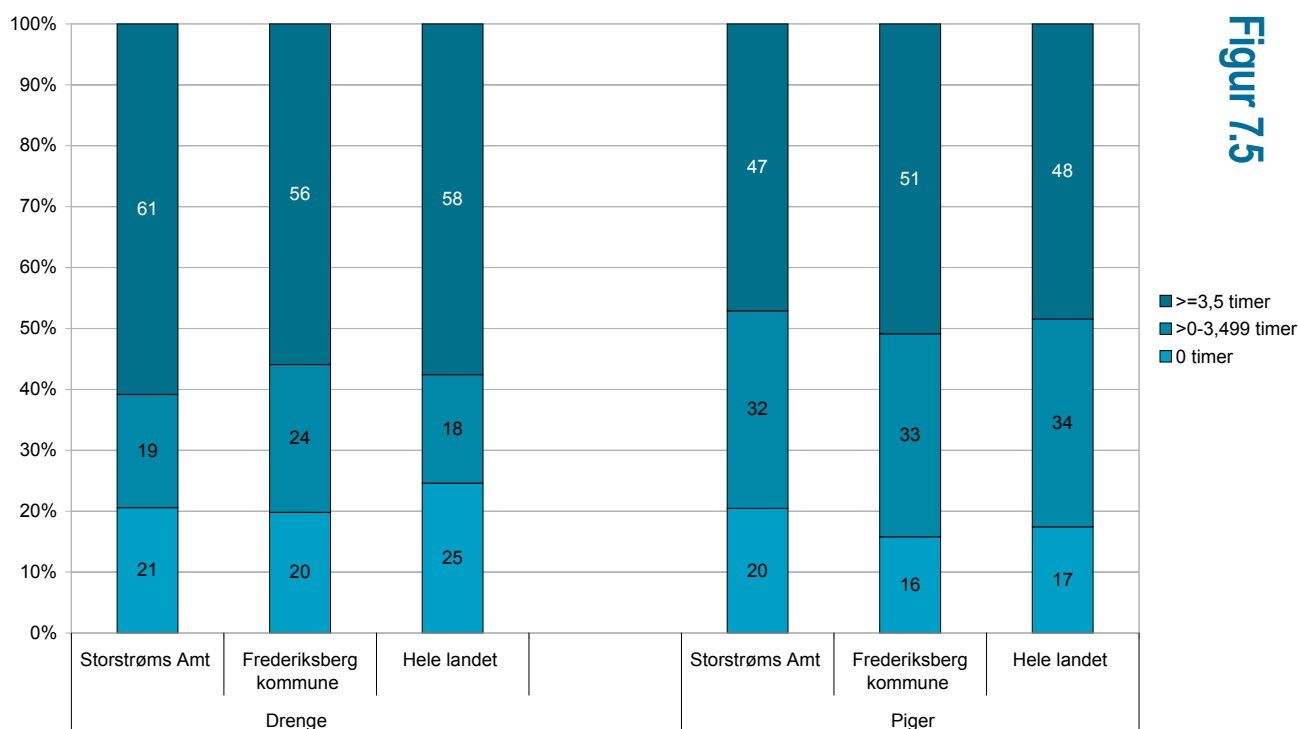
For spørgsmålet "Føler du, at du for øjeblikket har personlige problemer, der gør det vanskeligt for dig at klare daglige gøremål?", ses svarfordelingen i figur 7.3 for de tre forskellige geografiske områder. For både drengene og pigerne er der flest fra Frederiksberg kommune, der rapporterer at have problemer, der vanskeliggør deres dagligdag, både i nogen grad og i høj grad. Denne forskel de geografiske områder imellem er mest tydelig blandt pigerne, hvor 51% fra Frederiksbergs kommune mod 45% fra Storstrøms Amt rapporterer at have problemer, der vanskeliggør dagligdagen.

En anden variabel, som kan være en indikator for trivsel, er, hvor ofte de unge føler sig ensomme i dagligdagen. Figur 7.4 viser, at der for ingen af kønnene er store forskelle i udbredelsen af dette fænomen i de forskellige geografiske områder.

Fysisk aktivitet

Som mål for, hvor fysisk aktive de unge er, anvendes en samlet opgørelse af, hvor meget de unge samlet set over en uge er fysisk aktive af minimum moderat intensitet (se kapitlet "Fysisk aktivitet" for en nærmere redegørelse for denne variabel). Blandt pigerne er der lidt flere i Storstrøms Amt sammenlignet med de to øvrige områder, der aldrig har nogen fysisk aktive af minimum moderat intensitet (figur 7.5). Drengene i Storstrøms Amt har derimod mere fysisk aktivitet af moderat intensitet set i forhold til den nationale stikprøve og Frederiksberg kommune. I Storstrøms Amt har 61% af drengene 3,5 timer eller mere fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet, hvilket kun gælder for 56% af drengene fra Frederiksberg kommune.

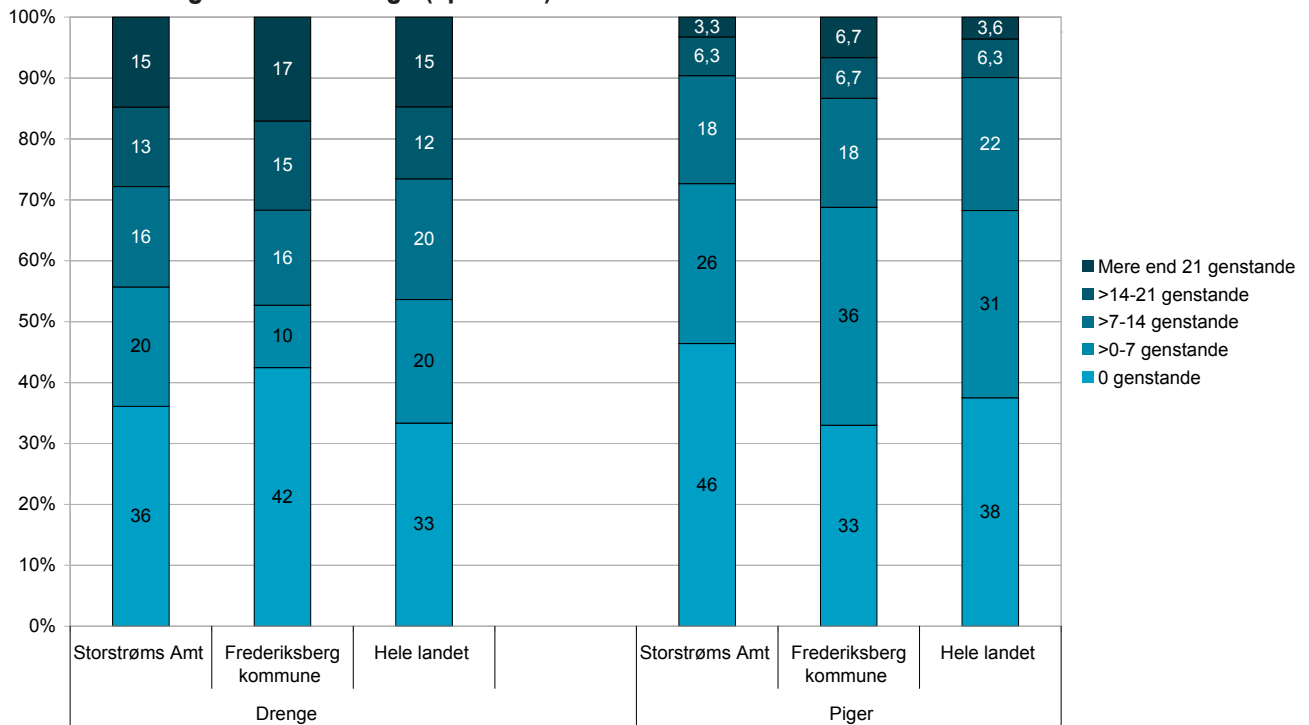
Samlet moderat fysisk aktivitet pr. uge (i procent)



Figur 7.5

Figur 7.6

Alkoholforbrug den seneste uge (i procent)



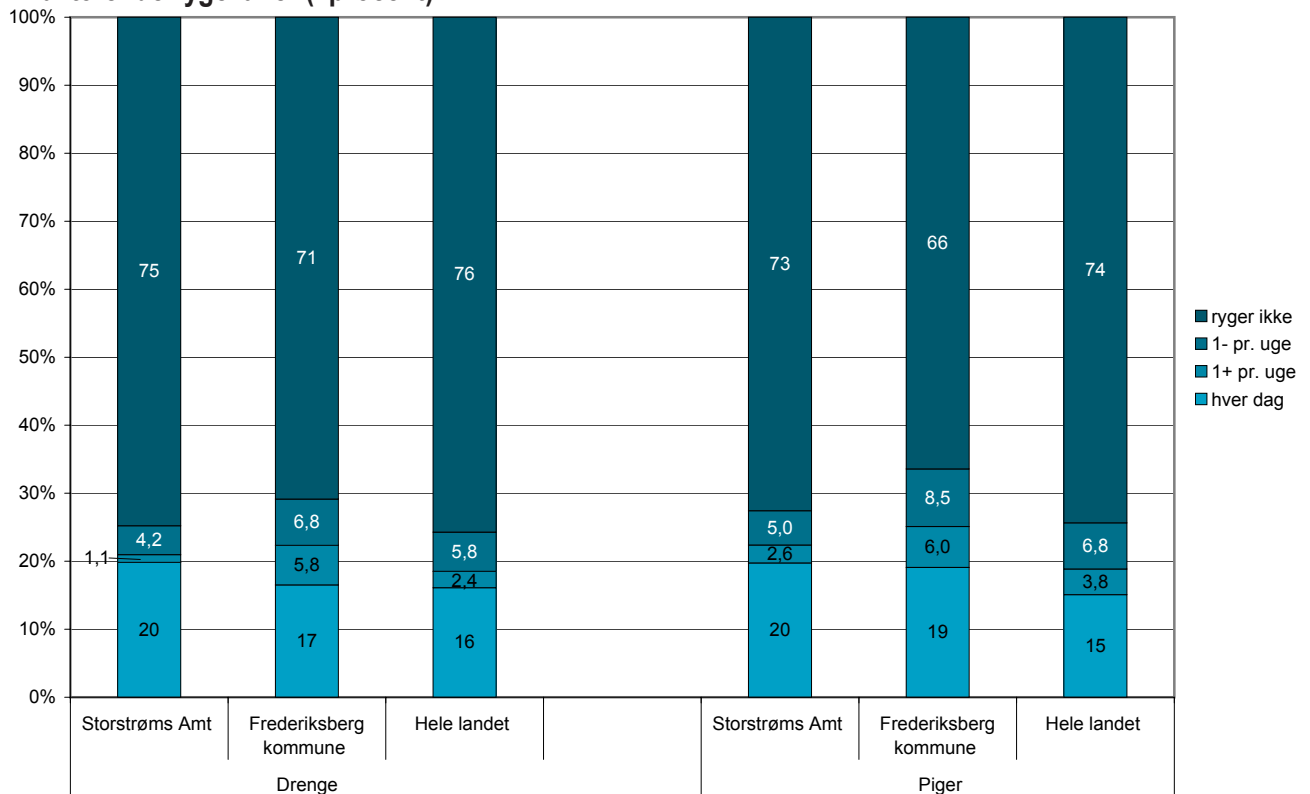
Alkohol

Det tyder på, at en større andel af drengene fra Frederiksberg kommune og pigerne fra Storstrøms Amt ikke har drukket alkohol indenfor den seneste uge set i forhold til de øvrige områder (figur 7.6). Samtidig er der en

tendens til, at Frederiksberg kommune også er det område, hvor flest unge drikker over genstandsgrænsen. Eksempelvis har 13% af pigerne fra Frederiksberg kommune drukket mere end 14 genstande den seneste uge, hvilket kun gælder for 9,6% af pigerne fra Storstrøms Amt.

Figur 7.7

Nuværende rygevaner (i procent)



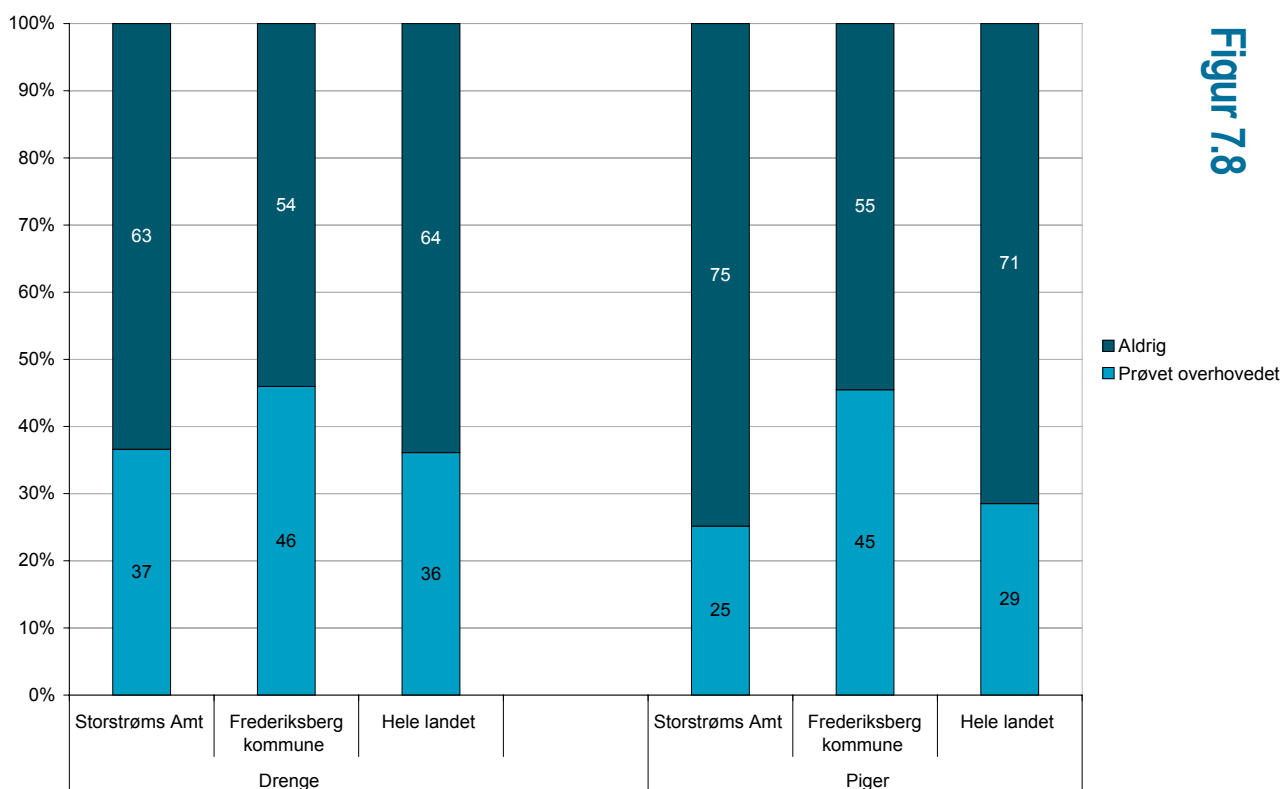
Rygning

Figur 7.7 viser de unges rygevaner. I Storstrøms Amt er andelen af dagligrygere lidt højere end i Frederiksberg kommune og i hele landet - særligt blandt drengene. Eksempelvis er der blandt drengene i Storstrøms Amt 20%, som ryger dagligt, hvilket kun gælder for 16% af drengene i hele landet. Andelen af lejlighedsrygere er derimod lavere i Storstrøms Amt sammenlignet med de to øvrige områder. I Frederiksberg kommune findes den største andel af lejlighedsrygere. I alt 13% af drengene og 15% af pigerne i Frederiksberg kommune ryger lejlighedsvis. I Storstrøms Amt er andelen af lejlighedsrygere derimod på kun 5,3% blandt drengene og 7,6% blandt pigerne.

Stoffer

Figur 7.8 viser, hvor stor en andel, der nogensinde har prøvet hash eller andre stoffer. Her ser vi forholdsvis store geografiske forskelle - særligt blandt pigerne. På landsplan har 36% af drengene prøvet hash eller andre stoffer. I Storstrøms Amt gælder det for 37%, mens 46% af drengene i Frederiksberg kommune har prøvet hash eller andre stoffer. Blandt pigerne ser vi et lignende mønster med 29% i den nationale stikprøve, 25% i Storstrøms Amt og hele 45% i Frederiksberg kommune, der nogensinde har prøvet hash eller andre stoffer. Stoffernes noget større udbredelse i storbyområdet svarer til resultaterne i MULD 2001, hvor udbredelsen var større i Københavns Kommune end i Vestsjællands og Ribe amter (Groth MV et al., 2003).

Andel, som har prøvet hash eller andre stoffer (i procent)



Figur 7.8

Litteratur

- Beck S, Reesen S. Undersøgelsen "Festkultur og rusmidler". Sundhedsstyrelsen og Syddansk universitet, 2004.
- Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, Dietz WH. Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. BMJ 2000;320: 1240-1243.
- Departementene. Handlingsplan for fysisk aktivitet 2005 - 2009: Sammen for fysisk aktivitet. Norge, 2004
- Det europæiske overvågningscenter for narkotika og narkotikamisbrug. Narkotikasituationen i den Europæiske Union og Norge. Årsberetning 2004. Luxembourg 2004
- Fødevaredirektoratet. Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri. Frugt, grønt og helbred – Opdatering af vidensgrundlaget. Fødevaredirektoratet, 2002.
- Giedd JN. Structural Magnetic resonance Imaging of the Adolescent Brain. Annals New York Academy of Sciences 2004.
- Groth MV, Ringgaard L, Nielsen GA. Unges livsstil og dagligdag 2001 – geografiske forskelle og ligheder. MULD-rapport nr. 2. København: Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, 2003.
- Hibell B et al. The ESPAD Report 2003. Alcohol and Other Drug Use Among Students in 35 European Countries. Stockholm 2004.
- IARC (Vol 83): Tobacco Smoke and Involuntary Smoking, 2004.
- IARC Handbooks of Cancer Prevention. Vol. 8: Fruit and Vegetables. IARC Press, 2003.
- Jørgensen PS, Holstein BE, Due P (Red.). Sundhed på vippen. Hans Reitzels Forlag, 2004.
- Nabe-Nielsen S, Andersen K, Lahn A. Få alle børn i bevægelse - ideer til initiativer. Kræftens Bekæmpelse og Indenrigs- og Sundhedsministeriet. København, 2004
- Nielsen GA. Gymnasie- & HF-elevs sundhedsvaner og livsstil. København: Dansk Institut for Klinisk Epidemiologi, 1998.
- Nielsen GA, Ringgaard L, Olsen SF, Broholm K, Sindballe AM. Unges livsstil og dagligdag 2000 – forbrug af tobak, alkohol og stoffer. MULD-rapport nr.1. København: Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, 2002.
- Nissen SB, Nielsen GA. Unges livsstil og dagligdag 2002 – aldersforskelle i sundhedsvaner og trivsel. MULD-rapport nr. 3. København: Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, 2004.
- Petersen T, Rasmussen S, Madsen M. Danske skolebørns BMI målt i perioden 1986/87-1996/97 sammenlignet med danske målinger fra 1971/72. Ugeskrift f. Læger, 2002;43: 5006-5010.

Ringgaard LW, Nielsen, GA. Fysisk aktivitet i dagligdagen blandt 16-20-årige i Danmark. MULD-Temareport om fysisk aktivitet. Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, 2004.

Ringgaard LW, Nissen SB, Nielsen, GA. Unges livsstil og dagligdag 2003. MULD-rapport nr. 4. København: Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, 2005.

Sabroe S, Fonager K. Unges erfaringer med rusmidler I 2003 og udviklingen siden 1995. FADLS forlag. København 2004

Sundhedsstyrelsen. Fysisk Aktivitet og Sundhed. København. 2001.

Sundhedsstyrelsen. Narkotikasituationen i Danmark 2001. København: Sundhedsstyrelsen, 2002.

Sundhedsstyrelsen. Narkotikasituationen i Danmark 2004. København: Sundhedsstyrelsen 2004.

Sundhedsstyrelsen. Unges brug af illegale rusmidler - en kvalitativ undersøgelse. Sundhedsstyrelsen, 2000.

Trembacz B, Hansen LJ. Alkohol & afhængighed: en psykosocial og neuropsykologisk synsvinkel. Videnscenter om alkohol. Gentofte, 2000.

Veterinær – og Fødevaredirektoratet. Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri. Frugt og grøntsager. Anbefalinger for indtagelse. København. Veterinær- og Fødevaredirektoratet, 1998.

www.danmarksstatistik.dk, se: Statistikbanken, Befolkning og valg, folketal, BEF6

Zøllner L. Unges (mis)trivsel. Center for Selvmordsforskning. Odense, 2002.

Appendiks

Stikprøven

Der er ved hjælp af CPR-registret udtrukket tre tilfældige, ikke-vægtede stikprøver blandt unge, der pr. 30/10 2004 var mellem 16 og 20 år. I den nationale stikprøve er der udtrukket 3000 unge, mens der i stikprøverne fra Frederiksberg kommune og Storstrøms Amt, er udtrukket henholdsvis 1500 og 2225 unge.

Det der i denne rapport bliver kaldt Storstrøms Amt inkluderer Storstrøms Amt, men der foruden også Fuglebjerg, Haslev og Vallø Kommuner. De tre kommuner er inkluderet i stikprøven for at imødekomme, at Storstrøms Amt opdeles i syv storkommuner, hvor disse tre kommuner ligger i storkommunerne. Stikprøven er udtrukket således, at minimum 300 unge fra hver storkommune i Storstrøms Amt er udtrukket til at deltage.

105 af de 6725 udsendte skemaer blev returneret ubesvaret på grund af ukendt adresse eller med oplysning fra forældrene om, at den unge ikke kunne besvare spørgeskemaet på grund af f.eks. udlandsophold, stærkt handicap, eller andet.

Herefter varierede svarprocenten mellem 60% i den nationale stikprøve, 55% i Storstrøms Amt og 58% i Frederiksberg kommune. Det gav en samlet svarprocent på 58%.

Tabel A.1-A.3 viser antallet af drenge og piger, der indgår i undersøgelsen fra de tre forskellige stikprøver, og aldersfordelingen blandt disse.

Det fremgår af tabellerne, at der i alle tre stikprøver er et større antal piger end drenge, der har svaret på spørgeskemaet. Kønsfordelingen blandt deltagerne i den

Aldersfordelingen blandt respondenter i den nationale stikprøve, opdelt på køn.

	Drenge		Piger	
	N	%	N	%
16 år	139	21	250	23
17 år	135	20	215	19
18 år	146	22	206	19
19 år	123	19	209	19
20 år	118	18	228	21
I alt	661	100	1108	100

Tabel A.1

Aldersfordelingen blandt respondenter i stikprøven fra Storstrøms Amt, opdelt på køn.

	Drenge		Piger	
	N	%	N	%
16 år	120	22	172	26
17 år	110	20	164	25
18 år	129	23	124	19
19 år	99	18	103	16
20 år	99	18	97	15
I alt	557	100	660	100

Tabel A.2

Aldersfordelingen blandt respondenter i stikprøven fra Frederiksberg kommune, opdelt på køn.

	Drenge		Piger	
	N	%	N	%
16 år	81	24	104	20
17 år	82	25	119	23
18 år	43	13	65	13
19 år	46	14	73	14
20 år	81	24	150	29
I alt	333	100	511	100

Tabel A.3

nationale stikprøve er således 37% drenge og 63% piger. Fra Storstrøms Amt er der 46% drenge og 54% piger, mens deltagerne fra Frederiksberg kommune fordeler sig med 39% drenge og 61% piger.

I denne aldersgruppe er der på landsplan i Danmark som helhed 51% drenge og 49% piger (jævnfør www.danmarksstatistik.dk), og der har således været et større frafald blandt drenge end blandt piger. For at imødekomme, at der er flere piger end drenge i undersøgelsen, er alle tabeller og figurer opdelt på køn.

Det fremgår endvidere af tabel A.1-A.3, at aldersfordelingen i de tre forskellige områder ikke er helt jævn. På landsplan er der en forholdsvis ens fordeling de 5 aldersgrupper imellem - ca. 20% på hvert alderstrin. I Storstrøms Amt er der en faldende svarprocent med stigende alder. Dette gælder særligt blandt pigerne, hvor 26% af de 16-årige har responderet, hvilket falder til kun 15% blandt de 20-årige. I Frederiksberg kommune findes den laveste svarprocent blandt de 18-19-årige, hvor kun 13-14% har responderet. Derimod har 24% af de 20-årige drenge og 29% af de 20-årige piger responderet.

Der er ikke i denne undersøgelse udført en egentlig frafaldsanalyse. For en analyse af frafaldet blandt piger og drenge i forskellige alders- og uddannelsesgrupper i forbindelse med MULD 2000-spørgeskemaet, se MULD-rapport 2000 (Nielsen GA et al., 2002, side 57).

MULD- spørgeskema 2004

Først nogle spørgsmål om dig selv og din familie

1. **Køn** ☐ Pige ☐ Dreng
2. **Alder** ☐ 16 år ☐ 17 år ☐ 18 år ☐ 19 år ☐ 20 år

➡ Hvis du **ikke** går i skole eller er under uddannelse, gå til spørgsmål 4

3. Hvis du går i skole eller er under uddannelse, hvilken skole eller uddannelse går du så på (kun et kryds)?

Grundskole (9.-10. klasse)

☐ Alm. folkeskole ☐ Privat skole ☐ Efterskole

Gymnasial uddannelse

☐ Alm. gymnasium ☐ Hf ☐ Handelsgymnasium (Hh/Hhx) ☐ Teknisk gymnasium (Htx)

Erhvervsuddannelse

☐ Grundforløb (f.eks. teknologi og kommunikation, fra jord til bord eller HG)

☐ På Teknisk skole ☐ På Handelsskole

☐ Lærling/i skolepraktik (f.eks. elektriker, murer, datamekaniker, salgsassistent eller dekoratør)

☐ På Teknisk skole ☐ På Handelsskole

☐ Landbrugsuddannelse

Social- og sundhedsskolerne

☐ Social- og sundhedsuddannelserne

Videregående uddannelse

☐ Kort videregående uddannelse, under 3 år (f.eks. laborant, markedsføringsøkonom, installatør eller produktionsteknolog)

☐ Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år (f.eks. sygeplejerske, diplomingeniør, folkeskolelærer, socialrådgiver eller pædagog)

☐ Lang videregående uddannelse, over 4 år (f.eks. læge, gymnasielærer, civilingeniør eller biolog)

☐ Andet: _____

➡ Gå til spørgsmål 5

4. Hvis du ikke går i skole eller er i gang med en uddannelse, hvad laver du så? (gælder ikke fritidsarbejde)

☐ Erhvervsarbejde ☐ Soldat. Værnepligtig/på kontrakt

☐ Arbejdsløs/under aktivering ☐ Under revalidering eller lignende

☐ Langtidssygemeldt ☐ Andet, f.eks. sabbatar

10. Er din mor født i Danmark?

☐ Ja → gå til spg. 11 ☐ Nej → gå til spg. 10a ☐ Ved ikke → gå til spg. 11

- 10a. I hvilket land er din mor født?

_____ ☐ Ved ikke

11. I hvilket land er du født?

Krop og helbred

12. Hvad er din højde uden sko? Angiv i centimeter (kun hele tal): cm

13. Hvad vejer du? Angiv i kg (kun hele tal): Kg

- 13a. Er du tilfreds med, hvad du vejer?

☐ Ja → gå til spørgsmål 14 ☐ Nej ☐ Ved ikke

- 13b. Vil du gerne veje mindre eller mere?

☐ kg mindre (kun hele tal) ☐ kg mere (kun hele tal) ☐ Ved ikke

14. Hvordan vil du vurdere dit nuværende helbred?

☐ Virkelig godt
☐ Godt
☐ Nogenlunde
☐ Dårligt
☐ Meget dårligt

15. Hvordan vil du vurdere din fysiske form?

☐ Virkelig god
☐ God
☐ Nogenlunde
☐ Dårlig
☐ Meget dårlig

5. Hvem bor du sammen med?

(gerne flere kryds)

☐ Mor ☐ Stedfar ☐ Andre, f.eks. i kollektiv, på kollegium/skolehjem

☐ Stedmor ☐ Søskende ☐ Venner

☐ Far ☐ Kæreste/ægtefælle ☐ Ingen, jeg bor alene

6. Er dine forældre skilt/separeret/flyttet fra hinanden? Ja ☐ Nej ☐

7. Hvad er din mors og fars højeste uddannelse?

(Hvis du har mest kontakt med din stedmor/stedfar, angives hendes/hans uddannelse – kun ét kryds i hver kolonne)

Mor Far

☐ ☐ 7 år eller færre års skolegang

☐ ☐ 8-10 års skolegang

☐ ☐ Specialarbejder (f.eks. rengøringsass., chauffør, postarbejder, dagplejemor)

☐ ☐ Lærlinguddannelse eller anden faglig uddannelse (f.eks. tømreruddannelse, social- og sundhedsudd., landbrugsudd.)

☐ ☐ Gymnasial uddannelse (gymnasium, hf, hh)

☐ ☐ Kort videregående uddannelse, under 3 år (f.eks. laborant, markedsøkonom, elinstallatør eller maskintekniker)

☐ ☐ Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år (f.eks. sygeplejerske, folkeskolelærer, socialrådgiver eller pædagog)

☐ ☐ Lang videregående uddannelse, over 4 år (f.eks. læge, gymnasielærer, civilingeniør eller biolog)

☐ ☐ Ved ikke

☐ Andet: _____

☐ Andet: _____

8. Hvilken religiøs baggrund har du?

☐ Protestantisk ☐ Jodisk ☐ Ikke troende

☐ Katolsk ☐ Buddhistisk ☐ Ved ikke

☐ Islamisk ☐ Anden, hvilken _____

9. Er din far født i Danmark?

☐ Ja → gå til spg. 10 ☐ Nej → gå til spg. 9a ☐ Ved ikke → gå til spg. 10

- 9a. I hvilket land er din far født?

_____ ☐ Ved ikke

16. Har du inden for de sidste 14 dage været generet af nogle af nedenfor nævnte former for smerter eller ubehag?

(Et kryds i hver linje)

	meget generet af	lidt generet af	næsten ikke generet af	slet ikke generet af
Smerter eller ubehag i skuldre eller nakke	☐	☐	☐	☐
Smerter eller ubehag i ryg eller lænd	☐	☐	☐	☐
Smerter eller ubehag i arme, hænder, ben, knæ, hofter eller led	☐	☐	☐	☐
Hovedpine	☐	☐	☐	☐
Hurtig hjerterbanken	☐	☐	☐	☐
Ængstelse, nervositet, uro og angst	☐	☐	☐	☐
Søvnbesvær, søvnproblemer	☐	☐	☐	☐
Nedtrykt, deprimeret, uheldig	☐	☐	☐	☐
Træthed	☐	☐	☐	☐
Mavesmerter, ondt i maven	☐	☐	☐	☐
Fordøjelsesbesvær, tynd/hård mave	☐	☐	☐	☐
Eksem, hududslæt, kløe	☐	☐	☐	☐
Forkølelse, snue, hoste	☐	☐	☐	☐
Åndedrætsbesvær, forpustethed	☐	☐	☐	☐
Stress	☐	☐	☐	☐
Været irriteret	☐	☐	☐	☐

Daglige aktiviteter

➡ Hvis du **ikke** har arbejde eller fritidsarbejde, gå til spørgsmål 18

Arbejde

17. Hvor lang tid bruger du normalt pr. uge på følgende arbejde?

(Besvar hver linje. Svar 0 timer, hvis du normalt **aldrig** bruger tid på det givne arbejde. Angiv kun hele antal timer)

Meget anstrengende fysisk aktivitet som f.eks. tunge loft, bære tunge ting, bygge eller gravearbejde..... timer pr. uge

Jævn fysisk aktivitet som at løfte eller bære lette ting..... pr. uge

Stillesiddende arbejde f.eks. ved arbejdsbord eller computer..... pr. uge

- 17a. Hvor mange timer arbejder du i alt i gennemsnit pr. uge?..... pr. uge

Fritidsaktiviteter

18. Hvor lang tid bruger du normalt pr. uge på fysisk aktivitet i fritiden, - alt fra dans og skateboard til idræt i en klub og konkurrencesport? (medregn ikke din fysiske aktivitet på arbejde, ved transport og idræt i skolen)

timer pr. uge (kun hele tal)

☐ Bruger normalt **aldrig** tid på fysisk aktivitet i fritiden → gå til spørgsmål 19

- 18a. Hvordan opfatter du den fysiske aktivitet, du normalt laver i fritiden?

- ☐ Anstrengende fysisk aktivitet, som får dig til at blive meget forpustet eller svedig
☐ Jævn fysisk aktivitet, som får dig til at blive lettere forpustet eller en smule svedig
☐ Let fysisk aktivitet, som ikke får dig til at blive specielt forpustet eller svedig

Transport

19. Hvor mange dage på en normal uge transporterer du dig selv til skole/arbejde på f.eks. cykel, rulleskøjter, skateboard eller til fods?

☐ aldrig eller mindre end én gang om ugen → gå til spørgsmål 20

☐ 1 dag ☐ 2 dage ☐ 3 dage ☐ 4 dage ☐ 5-7 dage

Når du går, cykler eller ruller til skole/arbejde, hvor lang tid tager det dig så hver vej?

minutter (kun hele tal)

- 19a. Hvordan opfatter du normalt din gå-, cykel- eller rulleetur til skole/arbejde?

- ☐ Anstrengende fysisk aktivitet, som får dig til at blive meget forpustet eller svedig
☐ Jævn fysisk aktivitet, som får dig til at blive lettere forpustet eller en smule svedig
☐ Let fysisk aktivitet, som ikke får dig til at blive specielt forpustet eller svedig

➡ Hvis **ikke** du går i skole eller er i gang med anden uddannelse, gå til spørgsmål 21

Skole og uddannelse

20. Hvor mange idrætstimer har du normalt pr. uge i skolen eller på anden uddannelse? (hele tal)

timer pr. uge (kun hele tal)

- 20a. Hvordan opfatter du normalt idrætstimerne?

- ☐ Anstrengende fysisk aktivitet, som får dig til at blive meget forpustet eller svedig
☐ Jævn fysisk aktivitet, som får dig til at blive lettere forpustet eller en smule svedig
☐ Let fysisk aktivitet, som ikke får dig til at blive specielt forpustet eller svedig

24. Hvis dine venner kaldte dig for noget af følgende, hvor enig ville du så være?
(Ét kryds i hver linje)

	Helt enig	Delvis enig	Hverken enig eller uenig	Delvis uenig	Helt uenig
Sporty type	☐	☐	☐	☐	☐
Poppige/ popdreng	☐	☐	☐	☐	☐
Hip hopper	☐	☐	☐	☐	☐
Skater	☐	☐	☐	☐	☐
Karriereminded	☐	☐	☐	☐	☐
Bodybuilder	☐	☐	☐	☐	☐
Stille dreng/pige	☐	☐	☐	☐	☐
Techno freak	☐	☐	☐	☐	☐
Computernørd	☐	☐	☐	☐	☐
Religios	☐	☐	☐	☐	☐
Hippie	☐	☐	☐	☐	☐
Meget almindelig, ikke nogen speciel type	☐	☐	☐	☐	☐

Ryging

25. Ryger du?

- ☐ Ja, hver dag → gå til spørgsmål 27
☐ Ja, mindst én gang om ugen → gå til spørgsmål 28
☐ Ja, men sjældnere end hver uge → gå til spørgsmål 29
☐ Nej, jeg ryger ikke

26. Har du røget tidligere?

- ☐ Ja, men jeg holdt op for mindre end 12 måneder siden
☐ Ja, men jeg holdt op for mere end 12 måneder siden
☐ Ja, men jeg har bare røget nogle få gange
☐ Nej, jeg har aldrig røget → gå til spørgsmål 34

➡ Hvis du **aldrig** har røget, går du direkte til spørgsmål 34
 Ellers går du til næste spørgsmål

27. Hvor mange cigaretter ryger/røg du dagligt?

- ☐ Ryger/røg ikke cigaretter hver dag ☐ 15-19 cigaretter
☐ 1-4 cigaretter ☐ 20-24 cigaretter
☐ 5-9 cigaretter ☐ 25-29 cigaretter
☐ 10-14 cigaretter ☐ 30 cigaretter eller derover

21. Hvis vi ser på det sidste halve år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af dine fysiske aktiviteter i fritiden?

- ☐ Jeg træner hårdt og dyrker konkurrenceidræt regelmæssigt og flere gange om ugen (f.eks. konkurrencesvømmer, håndbold/fodbold på konkurrenceplan)
☐ Jeg dyrker motionsidræt eller har tungt arbejde mindst 4 timer pr. uge (f.eks. motionsløb, styrketræning, aerobic 1-2 gange ugentligt, tungt bygge- eller gravearbejde)
☐ Jeg spadserer, cykler eller har anden lettere motion mindst 4 timer pr. uge (transport til og fra arbejde)
☐ Jeg bruger tiden på at læse, se fjernsyn, spille computer eller anden stillesiddende beskæftigelse

22. Hvad er de væsentligste grunde til, at du dyrker idræt?

(sæt max. tre krydser)

- ☐ Kammeratskabet ☐ Konkurrencen ☐ For at tabe mig
☐ Afstresning ☐ For at blive professionel ☐ Det styrker selvtilliden
☐ Det er dejligt ☐ Det er "in" ☐ Andet _____
☐ Det er sundt

23. Tænk tilbage på de sidste 7 dage. Hvor mange gange har du dyrket idræt (træning, kamp eller stævne) i en idrætsforening eller klub?

☐ 0 gange ☐ 1 gang ☐ 2 gange ☐ 3 gange ☐ 4 gange ☐ 5 gange eller flere

- 23a. Tænk tilbage på de sidste 7 dage. Hvor mange gange har du i forbindelse med idræt (træning, kamp eller stævne) spist eller drukket følgende?

(Sæt ét kryds i hver linje. Angiv kun det du har spist eller drukket i klubben, cafeteriet, hallen eller lignende umiddelbart før eller efter idrætten)

	0 gange	1 gang	2 gange	3 gange	4 gange	5 gange eller flere
fast food, f.eks. pizza/burger	☐	☐	☐	☐	☐	☐
frugt eller grøntsager	☐	☐	☐	☐	☐	☐
slik/chokolade	☐	☐	☐	☐	☐	☐
cola/sodavand	☐	☐	☐	☐	☐	☐

28. Hvor gammel var du, da du begyndte at ryge mindst en gang om ugen?

år
☐ Har aldrig røget mindst en gang om ugen
☐ Husker ikke

29. Ryger/røg du andet end cigaretter?

☐ nej
 g pibetobak om ugen
 antal cerutter om ugen
 antal cigarer om ugen

30. Får du i dag nikotin på andre måder? (gerne flere krydser)

- ☐ Nej
☐ Ja, jeg bruger nikotintyggegummi
☐ Ja, jeg bruger nikotinplaster
☐ Ja, jeg bruger andre nikotinpræparater fra apoteket

31. Har du inden for det seneste år forsøgt at holde op med at ryge eller at nedsætte dit tobaksforbrug?

(gerne flere krydser)
☐ Ja, jeg har forsøgt at holde op
☐ Ja, jeg har forsøgt at nedsætte tobaksforbruget
☐ Jeg er holdt op med at ryge
☐ Nej

➡ Hvis du er holdt op med at ryge, går du til spørgsmål 34.
 Hvis du stadig ryger, går du til næste spørgsmål.

32. Vil du gerne holde op med at ryge?

☐ Ja
☐ Nej
☐ Ved ikke

33. Har du konkrete planer om at holde op med at ryge?

☐ Ja, inden for den kommende måned
☐ Ja, om 1-6 måneder
☐ Ja, længere ude i fremtiden
☐ Nej, har ikke planer om at holde op med at ryge
☐ Ved ikke

➡ De næste spørgsmål besvares af alle.

34. Ryger din.....?

(Et kryds i hver linje. Hvis du ikke har følgende familiemedlemmer, sætter du kryds i "Har ikke")

	Ja	Nej	Har ikke
a. Mor	☐	☐	☐
b. Stedmor	☐	☐	☐
c. Far	☐	☐	☐
d. Stedfar	☐	☐	☐
e. Mindst en af dine søskende	☐	☐	☐
f. Kæreste/samlever/ægtefælle	☐	☐	☐
g. Bedste ven eller veninde	☐	☐	☐

35. Synes du, at rygning på følgende steder skal være:

(Et kryds i hver linje)

	Tilladt overalt	Begrænset til enkelte områder	Helt forbudt
a. Folkeskoler	☐	☐	☐
b. Efterskoler	☐	☐	☐
c. Handelsskoler, gymnasier, tekniske skoler	☐	☐	☐
d. Arbejdspladser	☐	☐	☐
e. På hospitaler	☐	☐	☐
f. I tog	☐	☐	☐
g. På cafeer	☐	☐	☐
h. På restauranter	☐	☐	☐
i. I butikcentre	☐	☐	☐
j. I idrætsklubber/sportshaller	☐	☐	☐
k. I børnehaver/vuggestuer	☐	☐	☐
l. På net-caféer	☐	☐	☐

36. Er du udsat for passiv rygning på nogle af følgende steder:

	Ja	Nej	Kommer der ikke
Din skole/uddannelsesinstitution	☐	☐	☐
Din arbejdsplads (gælder ikke fritidsarbejde)	☐	☐	☐
Dit hjem	☐	☐	☐
Idrætsklubber/sportshaller	☐	☐	☐
Caféer	☐	☐	☐
Restauranter	☐	☐	☐

42. Tænk tilbage på de sidste 30 dage. Ved hvor mange lejligheder (fester, sammenkomster eller lignende) har du:

(Et kryds i hver linje)

	0 gange	1-2 gange	3-5 gange	6-9 gange	10+ gange
a. Drukket alm. øl?	☐	☐	☐	☐	☐
b. Drukket stærk øl?	☐	☐	☐	☐	☐
c. Drukket vin?	☐	☐	☐	☐	☐
d. Drukket sodavandsprodukter med alkohol (f.eks. Barcardi Breezer, Smirnoff ice)?	☐	☐	☐	☐	☐
e. Drukket spiritus (f.eks. rom, gin, tequila)?	☐	☐	☐	☐	☐
f. Drukket mere end 5 genstande?	☐	☐	☐	☐	☐
g. Været fuld?	☐	☐	☐	☐	☐

43. Hvor meget drak du, sidst du var fuld?

(Angiv kun hele tal)

- ☐ alm. øl
- ☐ stærk øl
- ☐ glas vin/champagne mm.
- ☐ glas spiritus (ca. 4 cl)
- ☐ Kan ikke huske det

44. Drikker dine forældre alkohol på hverdage?

- ☐ Dagligt
- ☐ Næsten dagligt
- ☐ Enkelte dage
- ☐ Aldrig

45. Drikker dine forældre alkohol i weekenden?

- ☐ Hver weekend
- ☐ Næsten hver weekend
- ☐ Enkelte weekender
- ☐ Aldrig

46. Har du nogensinde været fuld i selskab med dine forældre?

- ☐ Ja
- ☐ Nej
- ☐ Ved ikke

37. Har du nogensinde røget vandpipe?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, en enkelt gang
- ☐ Ja, flere gange
- ☐ Ja, ryger det mindst en gang om ugen

37a. Har du nogensinde prøvet snus/skrå?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, en enkelt gang
- ☐ Ja, flere gange
- ☐ Ja, tager det mindst en gang om ugen

Alkohol

38. Hvor mange genstande drak du på hver af dagene i sidste uge?

(HUSK: Kun hele tal, - rund op, hvis det er nødvendigt. Skriv 0 hvis du ikke drak øl/vin/spiritus den pågældende dag)

Mandag		genstande
Tirsdag		genstande
Onsdag		genstande
Torsdag		genstande
Fredag		genstande
Lørdag		genstande
Søndag		genstande

Med "alkohol" menes **alt**, der indeholder alkohol, - såsom øl, vin, spiritus mv.

1 alm. øl = 1 genstand

1 stærk øl = 1,5 genstand

1 glas vin = 1 genstand

1 flaske vin = 6 genstande

4 cl spiritus = 1 genstand

1 sodavandsprodukt med alkohol (f.eks. Barcardi Breezer, Smirnoff ice) = 1,5 genstand

☐ Drikker slet ikke alkohol → gå til spørgsmål 48

☐ Drikker alkohol, men drak ikke i sidste uge

39. Hvor gammel var du, da du drak en hel øl, et glas vin eller spiritus første gang?

år

40. Hvor gammel var du, da du var fuld første gang?

år

☐ Har aldrig været fuld

41. Tænk tilbage på de sidste 30 dage. Ved hvor mange lejligheder (fester, sammenkomster eller lignende) har du drukket?

	0 gange	1-2 gange	3-5 gange	6-9 gange	10+ gange
De sidste 30 dage	☐	☐	☐	☐	☐

47. Har du nogensinde haft et eller flere af følgende problemer, fordi du har drukket alkohol?

(Et kryds i hver linje)

	Aldrig	1 gang	2 gange	3 el. flere gange
a. Skænderier	☐	☐	☐	☐
b. Slagsmål	☐	☐	☐	☐
c. Involveret i ulykke/uheld	☐	☐	☐	☐
d. Mistet penge eller andre ting af værdi for dig	☐	☐	☐	☐
e. Fået ødelagt ting eller tøj	☐	☐	☐	☐
f. Problemer med dine forældre	☐	☐	☐	☐
g. Problemer med dine venner	☐	☐	☐	☐
h. Problemer i forhold til dine lærere	☐	☐	☐	☐
i. Nedsat din præstation i skolen eller på fritidsarbejdet	☐	☐	☐	☐
j. Har haft samleje, selv om du ikke ønskede det	☐	☐	☐	☐
k. Kørt motorcykel/bil under påvirkning af alkohol	☐	☐	☐	☐
l. Været udsat for roveri eller tyveri	☐	☐	☐	☐
m. Problemer med politiet	☐	☐	☐	☐
n. Været på hospitalet eller skadestue	☐	☐	☐	☐
o. Taget euforiserende stoffer du ikke ville have taget, hvis du var ædru – hash, ecstasy, heroin el. lign.	☐	☐	☐	☐

48. Synes du, at der bør være en alkoholpolitik på skoler?

- ☐ Ja ☐ Nej ☐ Ved ikke

49. Synes du, at der skal være en alkoholpolitik på arbejdspladser?

- ☐ Ja ☐ Nej ☐ Ved ikke

Stoffer

50. Har du nogensinde prøvet et eller flere af følgende stoffer?

(Ét kryds i hver linje)

	Ja, inden for den seneste måned	Ja, inden for det seneste år (men ikke inden for den seneste måned)	Ja, tidligere (men ikke inden for det seneste år)	Nej, har aldrig prøvet stoffet
a. Hash (pot, marihuana)	☐	☐	☐	☐
b. Amfetamin	☐	☐	☐	☐
c. Ecstasy	☐	☐	☐	☐
d. Kokain	☐	☐	☐	☐
e. LSD	☐	☐	☐	☐
f. Heroin	☐	☐	☐	☐
g. Rygeheroin	☐	☐	☐	☐
h. Psilocybin-svampe (euforiserende svampe)	☐	☐	☐	☐
i. Snifning af opløsningsmidler eller lightergas	☐	☐	☐	☐
j. Andre stoffer	☐	☐	☐	☐
- hvilke: _____				

➡ Hvis du aldrig har prøvet nogen af ovenstående stoffer, gå til spørgsmål 54

51. Hvis du har røget hash (pot, marihuana) inden for den seneste måned, hvor mange dage har du så røget det?

- ☐ dagligt eller næsten dagligt
☐ flere gange om ugen
☐ mindst én gang om ugen
☐ sjældnere end én gang om ugen

52. Hvis du har prøvet at ryge hash, hvor gammel var du, da du prøvede det første gang?

 år

53. Hvis du har prøvet andre stoffer end hash, f.eks. amfetamin, ecstasy eller kokain, hvor gammel var du, da du prøvede det første gang?

 år

54. Er der nogen i din omgangskreds, der har prøvet at ryge hash?

- ☐ Nej
☐ Én
☐ 2-4
☐ 5 eller flere
☐ Ved ikke

55. Er der nogen i din omgangskreds, der har prøvet et eller flere af andre stoffer end hash, såsom amfetamin, ecstasy, kokain etc.?

- ☐ Nej
☐ Én
☐ 2-4
☐ 5 eller flere
☐ Ved ikke

56. Er der nogen i din nærmeste familie, der har prøvet at ryge hash?

- ☐ Nej
☐ Én
☐ 2-4
☐ 5 eller flere
☐ Ved ikke

57. Er der nogen i din nærmeste familie, der har prøvet et eller flere af andre stoffer end hash, såsom amfetamin, ecstasy, kokain etc.?

- ☐ Nej
☐ Én
☐ 2-4
☐ 5 eller flere
☐ Ved ikke

58. Hvor meget tror du, man risikerer at skade sig selv (fysisk eller på anden måde), hvis man:

(Ét kryds i hver linje)

	Ingen risiko	Lille risiko	Nogen risiko	Stor risiko	Ved ikke
Ryger en eller flere pakker cigaretter om dagen	☐	☐	☐	☐	☐
Drikker 5 eller flere genstande en eller flere gange hver weekend	☐	☐	☐	☐	☐
Bruger snus dagligt	☐	☐	☐	☐	☐
Ryger vandpibe en eller flere gange om ugen	☐	☐	☐	☐	☐
Ryger hash (pot, marihuana) jævnligt	☐	☐	☐	☐	☐
Prøver kokain eller crack en eller to gange	☐	☐	☐	☐	☐
Prøver ecstasy en eller to gange	☐	☐	☐	☐	☐

59. Hvor enig er du i følgende udsagn?

(Ét kryds i hver linje)

	Helt enig	Delvis enig	Hverken enig eller uenig	Delvis uenig	Helt uenig
Folk skal have lov at bruge hash, pot eller marihuana	☐	☐	☐	☐	☐
Folk skal have lov at tage kokain	☐	☐	☐	☐	☐
Folk skal have lov til at tage heroin	☐	☐	☐	☐	☐

Trivsel

60. Synes du, at din dagligdag er personligt tilfredsstillende?

- ☐ Aldrig
☐ Som regel
☐ Sjældent
☐ Aldrig

61. Føler du, at du for øjeblikket har personlige problemer, der gør det vanskeligt for dig at klare daglige gøremål?

- ☐ Ja, meget
☐ Ja, i nogen grad
☐ Slet ikke

61a. Hvis ja, skyldes de:

(gerne flere krydser)

- ☐ Skolen
☐ Familien
☐ Venerne/mangel på venner
☐ Kæresten/kærestesorger
☐ Økonomien
☐ Større omvæltninger i livet som dødsfald, alvorlig sygdom, oplysning af parforhold mv.
☐ Andet:

62. Taler du i almindelighed med nogen om problemer?

(kun ét kryds)

- ☐ Ja, jeg taler med nogen
☐ Nej, jeg klarer det selv
☐ Nej, jeg har ikke nogen at tale med

62a. Hvis ja, hvem taler du så mest med?

(gerne flere krydser)

- ☐ Venner
☐ Kæresten
☐ Lærere
☐ Psykolog
☐ Studievejleder/kontaktlærer
☐ Lægen
☐ Forældre
☐ Anden familie
☐ Andre

63. Hvor mange nære venner har du?

(kun ét kryds)

- ☐ Har ingen nære venner
☐ En
☐ To
☐ Tre eller flere

64. Har du en kæreste/mand/hustru?

- ☐ Ja
☐ Nej

65. Hvor ofte i hverdagen føler du dig ensom?

- ☐ Meget ofte
☐ Ofte
☐ Sjældent
☐ Aldrig

66. Hvor tit er du sammen med dine venner i fritiden efter skoletid/arbejdstid?

- ☐ 4-5 dage om ugen
☐ 2-3 dage om ugen
☐ 1 dag om ugen eller sjældnere
☐ Har ingen venner for tiden

Hvis ikke du går i skole eller er under anden uddannelse, gå til spørgsmål 69

67. Hvis du går i skole eller er under uddannelse, hvad synes du så for tiden om det?

- ☐ Kan meget godt lide det
☐ Synes det er nogenlunde
☐ Bryder mig ikke om det
☐ Kan slet ikke lide det

68. Hvis du går i skole eller er under uddannelse, hvordan føler du, at du klarer dig?

- ☐ Virkelig godt
☐ Godt
☐ Hverken godt eller dårligt
☐ Dårligt
☐ Virkelig dårligt

➡ Gå til spørgsmål 71

69. Hvis du er i arbejde (gælder ikke fritidsjob) eller står i lære, hvad synes du så om din arbejdsplads for tiden?

- ☐ Virkelig godt
☐ Godt
☐ Hverken godt eller dårligt
☐ Dårligt
☐ Virkelig dårligt

70. Hvis du er i arbejde (gælder ikke fritidsjob) eller står i lære, hvordan føler du så, at du klarer dig på din arbejdsplads?

- ☐ Virkelig godt
☐ Godt
☐ Hverken godt eller dårligt
☐ Dårligt
☐ Virkelig dårligt

71. Hvor mange hele skoledage/arbejdsdage har du mistet i de sidste 30 dage?

(Ét kryds i hver linje)

	Ingen	1 dag	2 dage	3-4 dage	5-6 dage	7 eller flere dage
På grund af sygdom	☐	☐	☐	☐	☐	☐
På grund af pjæk	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Nu følger tre spørgsmål om, hvordan du opfatter forventninger fra forskellige sider:

72. Hvordan opfatter du dine forældres forventninger til dig i forhold til:

(Et kryds i hver linje)

	Deres forventninger støtter mig i høj grad	Deres forventninger støtter mig i nogen grad	Deres forventninger hverken støtter eller presser mig	Deres forventninger presser mig i nogen grad	Deres forventninger presser mig i høj grad	De har ingen forventninger på dette område
a. At du skal klare dig godt i skolen eller på dit arbejde	☐	☐	☐	☐	☐	☐
b. At du skal leve sundt	☐	☐	☐	☐	☐	☐
c. At du skal skille dig ud fra mængden	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d. At du skal have råd til en bestemt livsstil	☐	☐	☐	☐	☐	☐
e. At du skal være social	☐	☐	☐	☐	☐	☐
f. At du skal nå mange ting i din hverdag	☐	☐	☐	☐	☐	☐
g. At du skal vide hvilken uddannelse/ hvilket job du gerne vil have	☐	☐	☐	☐	☐	☐
h. Andet: _____	☐	☐	☐	☐	☐	☐

73. Hvordan opfatter du dine venner og bekendtes forventninger til dig i forhold til:

(Et kryds i hver linje)

	Deres forventninger støtter mig i høj grad	Deres forventninger støtter mig i nogen grad	Deres forventninger hverken støtter eller presser mig	Deres forventninger presser mig i nogen grad	Deres forventninger presser mig i høj grad	De har ingen forventninger på dette område
a. At du skal klare dig godt i skolen eller på dit arbejde	☐	☐	☐	☐	☐	☐
b. At du skal leve sundt	☐	☐	☐	☐	☐	☐
c. At du skal skille dig ud fra mængden	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d. At du skal have råd til en bestemt livsstil	☐	☐	☐	☐	☐	☐
e. At du skal være social	☐	☐	☐	☐	☐	☐
f. At du skal nå mange ting i din hverdag	☐	☐	☐	☐	☐	☐
g. At du skal vide hvilken uddannelse/ hvilket job du gerne vil have	☐	☐	☐	☐	☐	☐
h. Andet: _____	☐	☐	☐	☐	☐	☐

74. Hvordan opfatter du samfundets forventninger (holdninger der fremlægges i medierne) til dig i forhold til:

(Et kryds i hver linje)

	Samfundets forventninger støtter mig i høj grad	Samfundets forventninger støtter mig i nogen grad	Samfundets forventninger hverken støtter eller presser mig	Samfundets forventninger presser mig i nogen grad	Samfundets forventninger presser mig i høj grad	Samfundet har ingen forventninger på dette område
a. At du skal klare dig godt i skolen eller på dit arbejde	☐	☐	☐	☐	☐	☐
b. At du skal leve sundt	☐	☐	☐	☐	☐	☐
c. At du skal skille dig ud fra mængden	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d. At du skal have råd til en bestemt livsstil	☐	☐	☐	☐	☐	☐
e. At du skal være social	☐	☐	☐	☐	☐	☐
f. At du skal nå mange ting i din hverdag	☐	☐	☐	☐	☐	☐
g. At du skal vide hvilken uddannelse/ hvilket job du gerne vil have	☐	☐	☐	☐	☐	☐
h. Andet: _____	☐	☐	☐	☐	☐	☐

75. I hvor høj grad har du ambitioner på dine egne vegne om:

(Et kryds i hver linje)

	Jeg har i høj grad ambitioner om dette	Jeg har i nogen grad ambitioner om dette	Jeg har ingen ambitioner om dette
a. At du skal klare dig godt i skolen eller på dit arbejde	☐	☐	☐
b. At du skal leve sundt	☐	☐	☐
c. At du skal skille dig ud fra mængden	☐	☐	☐
d. At du skal have råd til en bestemt livsstil	☐	☐	☐
e. At du skal være social	☐	☐	☐
f. At du skal nå mange ting i din hverdag	☐	☐	☐
g. At du skal vide hvilken uddannelse/ hvilket job du gerne vil have	☐	☐	☐
h. Andet: _____	☐	☐	☐

Måltider og kostvaner

76. Hvor ofte spiser du morgenmad derhjemme?

- ☐ 6-7 dage om ugen
☐ 4-5 dage om ugen
☐ 2-3 dage om ugen
☐ 0-1 dag om ugen

77. Hvor ofte spiser du følgende til frokost på hverdage?

(Et kryds i hver linje)

	5 dage om ugen	4 dage om ugen	3 dage om ugen	2 dage om ugen	1 dag om ugen eller mindre	Aldrig
Madpakke	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Kantinemat	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mad fra grillbar/burgerbar/pizzeria	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mad fra bager/kiosk/supermarked	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mad på café/restaurant	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Spiser mad fra køleskabet derhjemme	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ingenting	☐	☐	☐	☐	☐	☐

78. Hvor ofte plejer du at spise aftensmad: (Et kryds i hver linje)

	6-7 dage om ugen	4-5 dage om ugen	2-3 dage om ugen	1 dag om ugen eller mindre	Aldrig	Har ikke
- sammen med en eller flere fra din familie?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- sammen med en eller flere af dine venner?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- sammen med din kæreste?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- sammen med andre?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- alene?	☐	☐	☐	☐	☐	☐

79. Hvor tit plejer du at spise eller drikke følgende?

(Set et kryds i hver linje)

Spiser du f.eks. 3 skiver brød hver dag til frokost, så får du brød 1 gang om dagen.

	Aldrig eller mindre end 1 gang om ugen	1 gang om ugen	2-4 gange om ugen	5-6 gange om ugen	1 gang om dagen	2 gange om dagen	3 el. flere gange om dagen
rugbrød	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
pommes frites/chips	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
mælk/mælkeprodukter	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
cola/sodavand	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
slik/chokolade	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
fast food, f.eks. pizza/burger	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
kartofler	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
kogte/dampede/stegte grøntsager	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
salat/råkost	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
rå grøntsager som snack	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
frugt	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
juice (ikke saftvand)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐