

NATIONAL SUNDHEDSPROFIL UNGE

2011

## National Sundhedsprofil Unge 2011

© Sundhedsstyrelsen 2011. Publikationen kan frit refereres med tydelig kildeangivelse.

Sundhedsstyrelsen  
Islands Brygge 67  
2300 København S

URL: <http://www.sst.dk>

### *Udarbejdet for Sundhedsstyrelsen af:*

Seniorrådgiver Ola Ekholm og forskningsleder Knud Juel fra Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

### *Redaktion:*

Line Raahauge Hvass og Anne-Marie Sindballe, Sundhedsstyrelsen

### *Emneord:*

Kommunal sundhedsplanlægning; Evidens og Metode; Regioner og Forebyggelse; Overvægt; Tobak; Ernæring; Fysisk aktivitet; Alkohol; Stress og Mental Sundhed;

### *Kategori:*

Faglig rådgivning

Udgivet af Sundhedsstyrelsen, november 2011

*Version:* 1.0

*Versionsdato:* 28. november 2011

*Oplag:* 1000

*Grafisk tilrettelæggelse og tryk:* Rosendahls-Schultz Grafisk

*Publikationen kan bestilles hos (pris: 0,- kr. – dog ekspeditionsgebyr):*

Sundhedsstyrelsens publikationer, Rosendahls-Schultz Distribution

Mail: [sundhed@rosendahls-schultzgrafisk.dk](mailto:sundhed@rosendahls-schultzgrafisk.dk)

Telefon 70 26 26 36

ISBN: 978-87-7104-269-6 (Elektronisk)

ISBN: 978-87-7104-270-2 (Trykt)

# Indhold

Forord	3
Resumé	4
Materiale og metode	7
Alkohol	11
Rygning	27
Illegale stoffer	37
Fysisk aktivitet	47
Kost	53
Vægt	57
Mental sundhed	63
Sociale relationer	67
Sammenhæng mellem risikofaktorer	73
Bilag 1	85
Bilag 2	94



## Forord

Når det drejer sig om sundhedsfremme og forebyggelse er der særlig grund til at fokusere på børn og unges livsstil. Der sker mange omvæltninger i teenageårene, hvor der udover den naturlige biologiske udvikling, sker store psykiske og sociale forandringer. Vi ved, at de usunde vaner, der grundlægges tidligt i livet, både er mere skadelige for kroppen, idet den ikke er fuldt udviklet, men også har tendens til at blive fastholdt i voksenlivet.

Sundhedsstyrelsen har derfor i denne rapport sat fokus på de unges livsstil. Hvordan trives de? Hvor meget ryger og drikker de? Hvordan ser det ud med sammenhængen mellem de enkelte risikofaktorer? Det er nogle af de spørgsmål der bliver besvaret i denne rapport. Data kommer fra besvarelser fra ca. 12.000 unge i alderen 16-20 år, som har deltaget i den landsdækkende undersøgelse 'Den nationale Sundhedsprofil – hvordan har du det? 2010'. Læs mere om denne her: [www.sundhedsprofil2010.dk](http://www.sundhedsprofil2010.dk).

Rapporten er tænkt som et opslagsværk med hovedvægt på sundhedsvaner på områderne rygning, alkohol, fysisk aktivitet, illegale stoffer og mental sundhed. Det er håbet, at regioner og kommuner kan bruge disse data i deres planlægning og prioriteringen af deres sundhedsindsatser.

En særlig tak til de unge, som har prioriteret at besvare spørgeskemaet.

Undersøgelsen skal gennemføres igen i 2013 og herefter hvert 4. år. Det bliver derfor spændende at følge udviklingen over tid.



Enhedschef Annemarie Knigge  
Enhed for Sunde Rammer

## Resumé

De 16-20-årige er ikke genstand for mange undersøgelser, men er en vigtig aldersgruppe at undersøge, da deres liv er præget af store forandringer, som påvirker livsstilen markant.

I 2010 gennemførtes Den Nationale Sundhedsprofil 2010, der er en tværsnitsundersøgelse, som er gennemført af de fem regioner, Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet og Sundhedsstyrelsen. Denne undersøgelse skaffede et langt større datagrundlag end tidligere befolkningsundersøgelser om sundhed og livsstil. Denne rapport indeholder særlige analyser af data for de 16-20-årige.

### Alkohol

Mere end ni ud af ti (92,0 %) af de 16-20-årige angiver, at de har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder. Andelen er markant mindre blandt unge med ikke-vestlig baggrund (53,4 % blandt drenge og 36,0 % blandt piger) end blandt unge med dansk baggrund (henholdsvis 95,1 % for drenge og 95,5 % piger). I alt 22,3 % af de unge – svarende til ca. 77.000 unge i Danmark – overskrider Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse for alkoholindtagelse (21 genstande pr. uge for voksne mænd og 14 genstande pr. uge for voksne kvinder) i en typisk uge. Det gælder en lidt større andel blandt drenge (23,5 %) end blandt piger (21,1 %). Men blandt de 16-årige er andelen størst blandt piger. Desuden er der en større andel blandt piger (46,9 %) end blandt drenge (39,0 %), der overskrider lavrisikogrænsen (14 genstande pr. uge for voksne mænd og 7 genstande pr. uge for voksne kvinder). Andelen, der ugentligt drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed (såkaldt binge drinking), er væsentlig større blandt drenge (37,5 %) end blandt piger (25,6 %). I alt 8,2 % af de unge, der overskrider Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse, vil gerne nedsætte deres alkoholforbrug – 7,6 % blandt drenge og 8,8 % blandt piger.

### Rygning

I alt 16,2 % af de unge ryger dagligt og 9,6 % ryger indimellem. Således ryger en ud af fire – svarende til ca. 89.000 – af de 16-20-årige i Danmark. Blandt drenge er det 17,4 % og blandt piger er det 14,8 %, der ryger dagligt. Blandt drenge ses en tydelig sammenhæng mellem alder og dagligrygning, således at andelen stiger markant med stigende alder. Stigningen ses også blandt piger, men mindre markant. Der ses ingen store regionale forskelle med hensyn til andelen, der ryger dagligt. Dog ses der en relativt høj forekomst af dagligrygere blandt piger i Region Sjælland (18,2 %). En mindre andel blandt piger med ikke-vestlig baggrund (8,8 %) ryger dagligt end blandt piger med dansk baggrund (15,1 %). Andelen af storrygere (dvs. dem, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen) er større blandt drenge (7,6 %) end blandt piger (5,0 %), og den største andel ses blandt 20-årige drenge (13,1 %). I alt 80,8 % af dagligrygerne ønsker at holde op med at ryge – 78,7 % af drengene og 83,3 % af pigerne. Blandt ikke-dagligrygere udsættes 25,0 % – svarende til ca. 72.000 unge i Danmark – mindst ½ time om dagen for passiv rygning. Endvidere udsættes 8,7 % af ikke-dagligrygere mindst 4 timer om dagen for passiv rygning.

### Illegale stoffer

Hash er langt det mest brugte stof blandt unge. I alt 37,5 % af drengene og 27,8 % af pigerne har nogensinde prøvet hash. Endvidere har 19,0 % af de 16-20-årige – svarende til ca. 66.000 unge på landsplan – brugt hash inden for det seneste år. Forekomsten af unge, der nogensinde har prøvet hash, er højest i Region Hovedstaden. En stor andel er meget unge, når de prøver hash for første gang. Således har 10,1 % prøvet hash, inden de fyldte 16 år. En større andel blandt drenge (8,6 %) end blandt piger (6,6 %) har nogensinde prøvet andre illegale stoffer end hash ('hårde stoffer'). Blandt hårde stoffer er amfetamin og

kokain de mest benyttede. Totalt har 3,7 % – svarende til ca. 13.000 unge i Danmark – brugt hårde stoffer inden for det seneste år.

### **Fysisk aktivitet**

Halvdelen (49,5 %) af de 16-20-årige dyrker konkurrence- eller motionsidræt mindst fire timer om ugen. Andelen er markant større blandt drenge (59,9 %) end blandt piger (38,7 %), og forskellen slår igennem i alle aldre. Totalt har 12,1 % – eller 42.000 unge i Danmark – stillesiddende fysisk aktivitet i fritiden (dvs. læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse). Der ses ingen forskel i andelen mellem drenge og piger. Dog er andelen meget stor blandt piger med ikke-vestlig baggrund (28,2 %). Andelen, der gerne vil være mere fysisk aktiv i fritiden, er større blandt piger (82,2 %) end blandt drenge (65,5 %).

### **Kost**

I alt 16,8 % af de unge har et usundt kostmønster (dvs. et lavt indtag af frugt, grønt og fisk samt et højt indtag af mættet fedt). I alle aldre er andelen større blandt drenge end blandt piger. Andelen er størst blandt drenge i Region Nordjylland (24,0 %), Region Midtjylland (23,0 %) og Region Sjælland (22,9 %) og mindst blandt piger i Region Hovedstaden (9,9 %), Region Syddanmark (12,1 %) og Region Midtjylland (12,3 %). Der ses en relativt lav forekomst blandt drenge med ikke-vestlig baggrund (11,4 %).

### **Vægt**

Forekomsten af svært overvægtige er lige stor blandt drenge (4,2 %) og piger (4,0 %). Der dog en lidt større andel af drengene (20,1 %) end af pigerne (16,9 %), der er moderat eller svært overvægtige. Andelen af moderat eller svært overvægtige er mindre i Region Hovedstaden end i de øvrige regioner. Forekomsten af undervægt er højere blandt piger (10,9 %) i forhold til drenge (6,7 %). I gruppen af undervægtige er der en markant større andel blandt drenge (79,7 %) end blandt piger (33,5 %), der vurderer deres vægt som lidt eller alt for lav. Desuden er der en markant større andel blandt normalvægtige piger (50,4 %) end blandt normalvægtige drenge (13,8 %), der vurderer deres vægt som lidt eller alt for høj. Blandt moderat eller svært overvægtige ønsker en markant større andel af pigerne (67,6 %) end af drengene (31,0 %) i høj grad at tabe sig.

### **Mental sundhed**

Andelen med dårlig mental sundhed er større blandt piger (14,9 %) end blandt drenge (7,6 %). Andelen er størst i Region Sjælland og mindst i Region Midtjylland. Dette gælder både for drenge og piger. Andelen er desuden forholdsvis stor blandt drenge med ikke-vestlig baggrund (11,3 %).

### **Sociale relationer**

I alt 1,6 % af de unge – svarende til ca. 5.500 16-20-årige i Danmark – er sjældent eller aldrig i kontakt med venner. Der ses en høj forekomst blandt piger med ikke-vestlig baggrund (5,2 %). Totalt 7,1 % af de unge er ofte alene, selvom de mest har lyst til at være sammen med andre, og 3,1 % har aldrig eller næsten aldrig nogen at tale med, hvis de har problemer eller brug for støtte. Andelen, der aldrig eller næsten aldrig har nogen at tale med, hvis de har problemer eller har brug for støtte, er større blandt unge med ikke-vestlig baggrund (6,6 %) end blandt unge med dansk baggrund (2,8 %).

### **Sammenhæng mellem risikofaktorer**

Det antalsmæssigt store datamateriale har gjort det muligt at undersøge sammenhængen mellem indikatorerne for de 16-20-åriges livsstil og sundhedsvaner. Dog er det vigtigt at være opmærksom på, at Den Nationale Sundhedsprofil 2010 er en tværsnitsundersøgelse, der som sådan kun kan påvise sammenhænge, men ikke fastslå årsagsrelationer. Resultaterne viser, at der er en klar sammenhæng mellem unges rygevaner, alkoholvaner og brug af illegale stoffer. Hvis unge har en usund livsstil på ét område, så er der også stor sandsynlighed for, at de har det på andre områder. Endvidere viser resultaterne, at andelen med dårlig mental sundhed er større blandt unge, der har usunde vaner sammenlignet med unge, der har sundere vaner. Det ses desuden, at der er en meget høj andel af både drenge og piger, der ofte er uønsket alene, som også har dårlig mental sundhed



# Materiale og metode

## Baggrund

Med analyser af data fra Den Nationale Sundhedsprofil 2010 sætter denne rapport særligt fokus på livsstil og sundhedsvaner blandt de 16-20-årige. De 16-20-årige er en vigtig aldersgruppe midt mellem barn og voksen. Deres liv er præget af store fysiske, psykiske og sociale forandringer, som påvirker hele livsstilen, herunder sundhedsadfærden. Bl.a. er det i denne aldersgruppe, den enkelte unge må forholde sig til rygning, brug af alkohol og illegale rusmidler. Men også sundhedsvaner mht. kost og fysisk aktivitet ændres typisk i teenageårene.

Sundhedsstyrelsen og Kræftens Bekæmpelse har i perioden 2000-2008 gennemført undersøgelser til monitorering af de 16-20-åriges livsstil og sundhedsadfærd (MULD-undersøgelserne). Fra 2000 til 2004 blev der foretaget en tværsnitsundersøgelse hvert år, herefter hvert andet år indtil 2008. I 2000-2006 fik en tilfældig stikprøve af 16-20-årige tilsendt et spørgeskema, mens undersøgelsen i 2008 var internetbaseret og svarpersonerne var rekrutteret via Userneeds Danmarkspanel (1). Efter 2008 er der ikke gennemført MULD-undersøgelser.

Data til den foreliggende rapport er indsamlet i Den Nationale Sundhedsprofil 2010, der er gennemført af Region Hovedstaden, Region Sjælland, Region Syddanmark, Region Midtjylland, Region Nordjylland, Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet (SIF) og Sundhedsstyrelsen (2). Undersøgelsen blev finansieret af de fem regioner, Indenrigs- og Sundhedsministeriet og SIF. De overordnede formål med undersøgelsen i 2010 var at beskrive forekomsten og fordelingen af sundhed og sygelighed i den voksne befolkning (16 år eller derover) i Danmark samt at tilvejebringe datamateriale til brug for sundhedsplanlægning og til brug for analyser af regionale og kommunale forskelle.

## Den nationale Sundhedsprofil

I 2010 blev der udtrukket en stikprøve fra hver region og en ekstra national stikprøve, der omfattede hele Danmark, fra det Det Centrale Personregister (CPR). Stikprøverne var gensidigt udelukkende. Hver udtrukket person fik tilsendt et introduktionsbrev samt et spørgeskema (se bilag 1). I de fleste regioner var det desuden muligt at besvare spørgeskemaet på internettet. I alt blev der i 2010 udsendt spørgeskemaer til 298.550 borgere på 16 år eller derover med bopæl i Danmark. Grundprincippet var, at der i hver kommune i de regionale stikprøver blev inviteret mindst 2.000 borgere, dog højst halvdelen af de relevante borgere i kommunen. I den nationale stikprøve blev der udsendt 25.000 spørgeskemaer, i Region Hovedstaden 95.150, i Region Sjælland 34.000, i Region Syddanmark 56.300, i Region Midtjylland 52.400 og i Region Nordjylland 35.700. Alle spørgeskemaer indeholdt 52 fælles kernespørgsmål. De fælles spørgsmål er udarbejdet af en gruppe bestående af repræsentanter fra COWI A/S, Sundhedsstyrelsen, Dansk Regioner, KL, de fem regioner, kommunerne og SIF. Den Nationale Sundhedsprofil 2010 indeholder data fra både den nationale stikprøve og de regionale stikprøver.

## Deltagelse af 16-20-årige

Af den samlede stikprøve var 23.353 personer i aldersgruppen 16-20 år. Af disse har 12.173 personer besvaret spørgeskemaet, hvilket svarer til en samlet svarprocent på 52,1 %. Antal inviterede, antal svarpersoner og svarprocent fordelt på køn, alder og region fremgår af tabel 1. Svarprocenten er markant lavere blandt drenge (45,6 %) end blandt piger (59,0 %). Desuden ses der en lav svarprocent (46,1 %) blandt de 20-årige. Der ses endvidere, at svarprocenten er lav i Region Sjælland (42,4 %) og Region Hovedstaden (44,5 %).

**Tabel 1. Antal inviterede, antal svarpersoner og svarprocent fordelt på køn, alder og region**

	Antal inviterede	Svarpersoner	Svarprocent
I alt	23.353	12.173	52,1
Køn			
Drenge	11.983	5.466	45,6
Piger	11.370	6.707	59,0
Alder			
16 år	4.778	2.680	56,1
17 år	4.807	2.733	56,9
18 år	4.791	2.443	51,0
19 år	4.673	2.332	49,9
20 år	4.304	1.985	46,1
Region			
Hovedstaden	7.497	3.334	44,5
Sjælland	2.886	1.223	42,4
Syddanmark	4.956	2.850	57,5
Midtjylland	4.899	2.887	58,9
Nordjylland	3.115	1.879	60,3

Spørgsmålene om brug af illegale stoffer og passiv rygning er kun stillet i den nationale stikprøve (se bilag 2). I alt blev 2.018 personer i aldersgruppen 16-20 år inviteret til denne stikprøve. Heraf har 1.049 personer besvaret spørgeskemaet (52,0 %). Også i denne stikprøve ses der en relativt lav svarprocent blandt drenge og blandt unge i 18-20 års alderen. Dog er de regionale forskelle i svarprocent relativt små.

### Vægtning

For at sikre nationalt og regionalt repræsentative resultater er der foretaget en vægtning. Begrundelsen er, at undersøgelsens design ikke umiddelbart producerer data, der er repræsentative for hele landet. De store kommuner fylder for lidt i stikprøven, mens de små fylder for meget. Vægten sørger således også for, at de enkelte kommuner bidrager i forhold til deres størrelse i Danmark eller regionen. Endvidere er det i undersøgelser som denne af stor betydning for resultaterne, at svarpersonerne med hensyn til køn, alder og andre socio-demografiske karakteristika ligner den øvrige befolkning så meget som muligt. En afvigelse fra dette svækker undersøgelsens konklusioner. Af tabel 1 og 2 ses, at befolkningssammensætningen i den stikprøve, der har besvaret spørgeskemaet, afviger på en række områder fra befolkningssammensætningen i hele landet. I denne rapport er dette problem søgt løst ved en opregning, en såkaldt vægtning for non-response. Det betyder, at besvarelsen fra den enkelte person desuden er givet en vægt i forhold til, hvor sandsynligt det er at få en besvarelse fra en person med samme køn, alder og bopælskommune. Formålet er at imødegå de udfordringer, der er i forbindelse med bortfaldet.

### Repræsentativitet

Svarpersonernes repræsentativitet i forhold til befolkningen pr. den 1. januar 2010 med hensyn til køn, alder og region fremgår af tabel 2. Af tabellen ses, at der er en overrepræsentation af piger, og at der er en overrepræsentation af 16-17-årige og en underrepræsentation af 20-årige. Tabellen viser endvidere fordelingen på de forskellige sociodemografiske karakteristika efter den foretagne vægtning. Som det ses af tabellen, svarer fordelingen pænt til fordelingen blandt alle 16-20-årige danskere. Det samme mønster gør sig gældende i den nationale stikprøve.

**Tabel 2. Den relative fordeling på køn, alder og region i hele landet pr. den 1. januar 2010 og blandt svarpersoner. Procent**

	Befolkning	Svarpersoner	Svarpersoner (vægtet)
Køn			
Drenge	51,3	44,9	51,3
Piger	48,7	55,1	48,7
I alt	100,0	100,0	100,0
Alder			
16 år	20,4	22,0	20,4
17 år	20,6	22,5	20,6
18 år	19,7	20,1	19,7
19 år	19,8	19,2	19,8
20 år	19,5	16,3	19,5
I alt	100,0	100,0	100,0
Region			
Hovedstaden	27,5	27,4	27,5
Sjælland	14,7	10,1	14,7
Syddanmark	22,8	23,4	22,8
Midtjylland	23,8	23,7	23,8
Nordjylland	11,1	15,4	11,1
I alt	100,0	100,0	100,0

### Klassifikation af udvalgte variable

Oplysninger om køn, alder og bopælskommune stammer fra Det Centrale Personregister (CPR). Personernes alder er beregnet pr. 1. januar 2010.

Etnicitet er kodet på basis af oplysninger fra CPR om svarpersonens statsborgerskab og fødeland samt oplysning om forældrenes fødeland. Der er kodet efter følgende principper; hvis der findes oplysninger om begge forældres fødeland, benyttes moderens fødeland, dog undtaget tilfældet hvor faderen er født i Danmark og moderen et andet sted, og man selv er dansk statsborger – her anses man for dansk. Hvis der kun er oplysning for én forælder benyttes denne oplysning. Hvis der ikke er oplysninger om forældrenes fødeland benyttes oplysninger om eget fødeland. Hvis dette også mangler, benyttes oplysning om eget statsborgerskab. Principperne er udarbejdet med udgangspunkt i Danmarks Statistiks kodning af registervariablen 'oprindelsesland'. I nærværende undersøgelse anvendes en opdeling i tre etniske grupper:

- Dansk baggrund
- Anden vestlig baggrund. Vestlige lande er defineret som EU-medlemslande (27 lande), Andorra, Island, Liechtenstein, Monaco, Norge, San Marino, Schweiz, Vatikanstaten, Canada, USA, Australien og New Zealand
- Ikke-vestlig baggrund. Alle øvrige lande

### Referencer

1. Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen. Unges livsstil og dagligdag 2008. MULDRapport nr. 7. København: Sundhedsstyrelsen, 2009.
2. Sundhedsstyrelsen. Den Nationale Sundhedsprofil 2010 – Hvordan har du det? København: Sundhedsstyrelsen, 2011.



# Alkohol

## Resumé

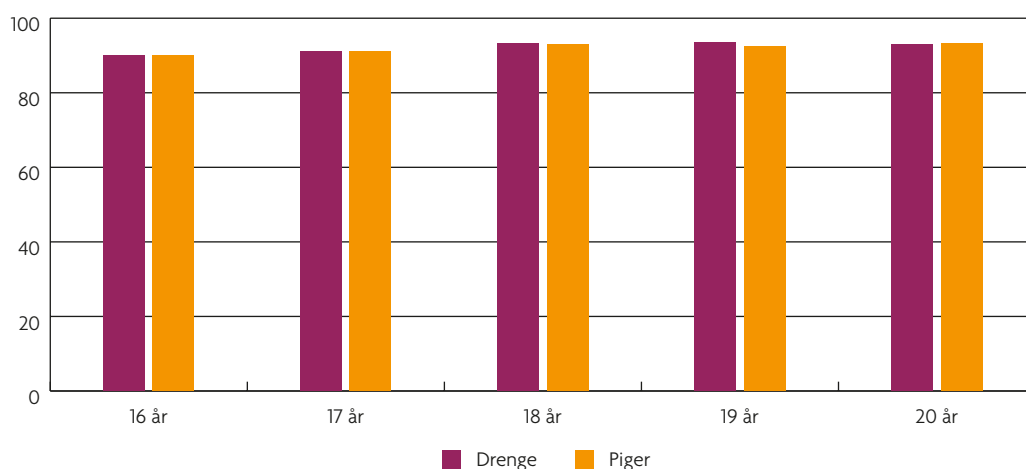
- 92,0 % af de 16-20-årige har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder
- Andelen, der har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder, er markant mindre blandt unge med ikke-vestlig baggrund (53,4 % blandt drenge og 36,0 % blandt piger) end blandt unge med dansk baggrund (95,1 % blandt drenge og 95,5 % blandt piger)
- 22,3 % af de unge overskrider Sundhedsstyrelsens højriskgrænse for alkoholindtagelse (21 genstande pr. uge for voksne mænd og 14 genstande pr. uge for voksne kvinder) – 23,5 % blandt drenge og 21,1 % blandt piger
- 42,9 % af de 16-20-årige overskrider Sundhedsstyrelsens lavriskgrænse for alkoholindtagelse (14 genstande pr. uge for voksne mænd og 7 genstande pr. uge for voksne kvinder) – 39,0 % blandt drenge og 46,9 % blandt piger
- 37,5 % af drengene og 25,6 % af pigerne angiver, at de ugentligt drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed (såkaldt binge drinking)
- 8,2 % af de unge, der overskrider Sundhedsstyrelsens højriskgrænse i forbindelse med alkoholindtagelse, vil gerne nedsætte deres alkoholforbrug – 7,6 % blandt drenge og 8,8 % blandt piger

Danske unge er de unge i EU og Norden, der drikker mest, og desuden har danskere den laveste debutalder for indtagelse af alkohol (1). Den danske alkoholpolitik er præget af få restriktioner på reklame, salg og udskænkning sammenholdt med de øvrige nordiske lande og en række andre EU-lande (2). Desuden er alkohol let tilgængeligt, hvilket antages have betydning for det høje forbrug. Den liberale alkohol kultur kan for nogle føre til et højt forbrug og derved medvirke til udvikling af alkoholmisbrug og afhængighed med de kendte helbredsmæssige, psykiske og sociale følger. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at unge mellem 16 og 18 år drikker mindst muligt, og stopper før fem genstande ved samme lejlighed.

## Alkoholindtag inden for det seneste år

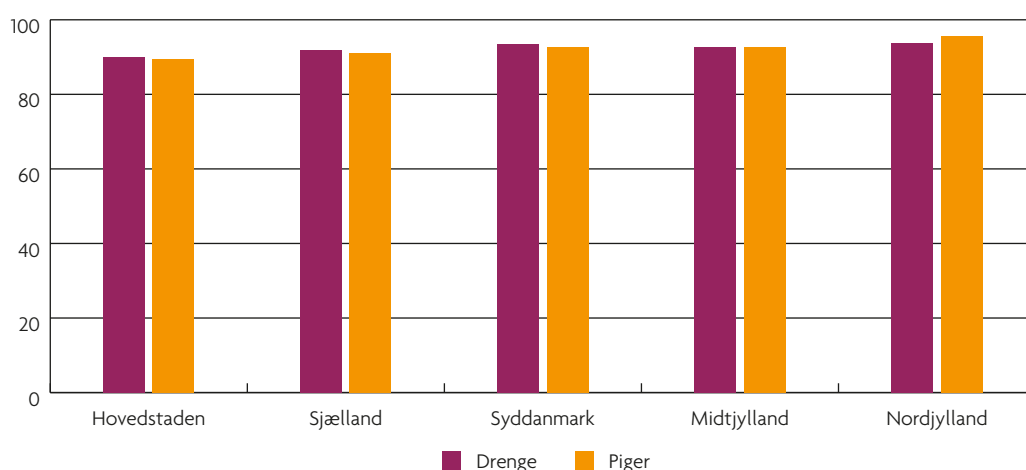
I alt 92,0 % af de unge oplyser, at de har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder. Der ses ingen kønsforskel, idet det gælder for 92,1 % af alle drenge og 91,9 % af alle piger. En lidt større andel blandt 18-20-årige end blandt 16-17-årige angiver, at de har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder (figur 1).

**Figur 1. Andel, der har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder, blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**



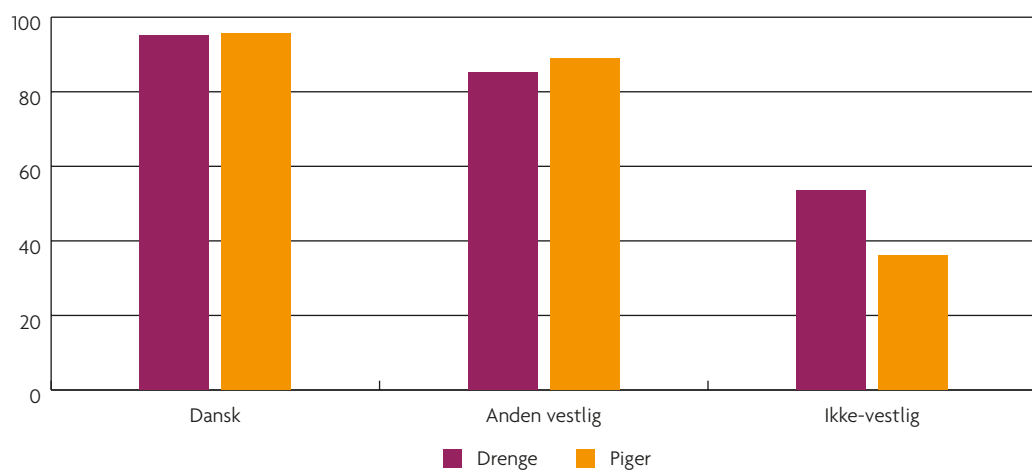
Figur 2 viser andelen, der har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder, blandt drenge og piger i de fem regioner. For begge køns vedkommende, er andelen, der har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder, mindre i Region Hovedstaden end i de øvrige regioner. De største andele ses blandt drenge og piger i Region Nordjylland. De regionale forskelle kan forklares ved, at andelen af unge med ikke-vestlig baggrund er relativt stor i Region Hovedstaden og relativt lille i Region Nordjylland. Således ses der ingen systematiske forskelle mellem regionerne blandt unge med dansk baggrund.

**Figur 2. Andel, der har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder, blandt drenge og piger i de fem regioner i 2010. Procent**



I figur 3 vises andelen, der har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder opdelt på køn og etnisk baggrund. Andelen, der har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder, er markant mindre blandt unge med ikke-vestlig baggrund end blandt unge med dansk eller anden vestlig baggrund. Der ses en væsentlig kønsforskel blandt unge med ikke-vestlig baggrund, idet 53,4 % af drengene og 36,0 % af pigerne har drukket inden for de seneste 12 måneder.

**Figur 3. Andel, der har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder, blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**



### Ugentligt alkoholforbrug

I nærværende undersøgelse er der spurgt til alkoholforbruget i løbet af en typisk uge. Svarpersonerne blev bedt om at angive, hvor mange genstande han eller hun typisk drikker på hver af ugens dage for hver af kategorierne øl, vin/hedvin og spiritus. De største andele af unge, der ikke drikker alkohol i en typisk uge, ses blandt drenge (29,8 %) og piger (26,5 %) i 16-års alderen (tabel 1). Tabellen viser endvidere, at 14,0 % af drengene drikker mindst 30 genstande i en typisk uge.

**Tabel 1. Ugentligt alkoholforbrug blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	10,4	9,1	6,9	6,7	7,1	8,0
0 genstande	19,4	13,4	11,6	9,1	8,7	12,5
1-7 genstande	24,5	19,8	19,8	19,8	21,1	21,0
8-14 genstande	18,6	18,3	20,1	19,5	21,0	19,5
15-21 genstande	14,1	15,6	15,1	18,1	14,8	15,5
22-29 genstande	5,1	8,7	11,2	11,1	11,5	9,5
≥30 genstande	8,1	15,1	15,2	15,7	15,8	14,0
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.178	1.250	1.033	974	870	5.305

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	10,2	9,2	7,1	7,7	6,7	8,2
0 genstande	16,3	12,1	10,4	12,2	14,3	13,1
1-7 genstande	32,6	30,3	32,7	31,2	32,3	31,8
8-14 genstande	21,3	25,3	27,8	28,0	27,1	25,9
15-21 genstande	11,7	13,6	13,3	12,9	11,0	12,5
22-29 genstande	4,8	4,0	4,7	4,4	5,3	4,6
≥30 genstande	3,2	5,5	4,0	3,6	3,3	3,9
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.406	1.417	1.348	1.312	1.064	6.547

Tabel 2 viser alkoholforbruget i en typisk uge i de fem regioner. Der er ikke systematiske forskelle i alkoholforbruget mellem regionerne. Dog har en forholdsvis stor andel af de unge i Region Hovedstaden et stort alkoholforbrug.



**Tabel 2. Ugentligt alkoholforbrug blandt drenge og piger i de fem regioner i 2010.**  
**Procent**

Drenge	Hoved- staden	Sjælland	Syd- danmark	Midt- jylland	Nord- jylland	Danmark
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	10,1	8,5	6,7	7,5	6,4	8,0
0 genstande	10,9	12,6	14,8	11,1	14,2	12,5
1-7 genstande	17,7	21,4	23,9	21,0	22,7	21,0
8-14 genstande	20,3	18,9	18,2	19,4	21,1	19,5
15-21 genstande	15,5	16,9	15,1	15,2	15,7	15,5
22-29 genstande	10,5	6,1	9,0	12,3	6,7	9,5
≥30 genstande	15,1	15,6	12,4	13,7	13,1	14,0
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.363	497	1.293	1.260	892	5.305

Piger	Hoved- staden	Sjælland	Syd- danmark	Midt- jylland	Nord- jylland	Danmark
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	10,8	9,1	7,3	7,3	4,5	8,2
0 genstande	10,8	15,0	14,6	12,3	14,8	13,1
1-7 genstande	28,3	29,4	35,3	33,5	32,7	31,8
8-14 genstande	25,5	24,2	25,9	26,6	27,5	25,9
15-21 genstande	14,2	13,1	10,9	11,5	12,9	12,5
22-29 genstande	5,7	5,5	3,3	4,8	3,4	4,6
≥30 genstande	4,8	3,8	2,7	4,2	4,1	3,9
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.881	679	1.489	1.553	945	6.547

I tabel 3 ses det ugentlige alkoholforbrug blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund. Det fremgår af tabellen, at der er store forskelle mellem unge med dansk baggrund og unge med ikke-vestlig baggrund. Der er en væsentligt større andel blandt unge med dansk baggrund, der har et stort alkoholforbrug, end blandt unge med ikke-vestlig baggrund. Dette gælder både blandt drenge og piger. Det skal her bemærkes, at der er forholdsvis få svarpersoner med anden vestlig baggrund end dansk, hvorfor resultaterne for denne gruppe bør tolkes med forsigtighed.

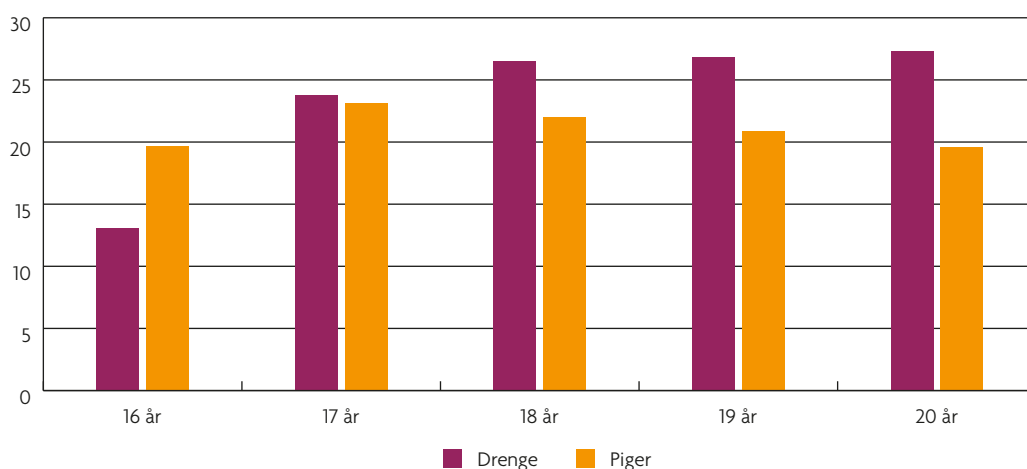
**Tabel 3. Ugentligt alkoholforbrug blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**

Drenge	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	5,0	15,3	49,8
0 genstande	12,7	4,3	11,0
1-7 genstande	21,0	32,2	18,8
8-14 genstande	20,1	19,7	11,3
15-21 genstande	16,4	8,7	4,2
22-29 genstande	10,1	10,8	1,0
≥30 genstande	14,7	9,1	3,9
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	4.948	73	284

Piger	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	4,5	11,0	65,1
0 genstande	13,4	7,8	9,2
1-7 genstande	32,6	38,1	17,7
8-14 genstande	27,3	26,5	3,2
15-21 genstande	13,2	10,5	1,8
22-29 genstande	4,9	3,0	1,3
≥30 genstande	4,1	3,0	1,6
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	6.092	109	346

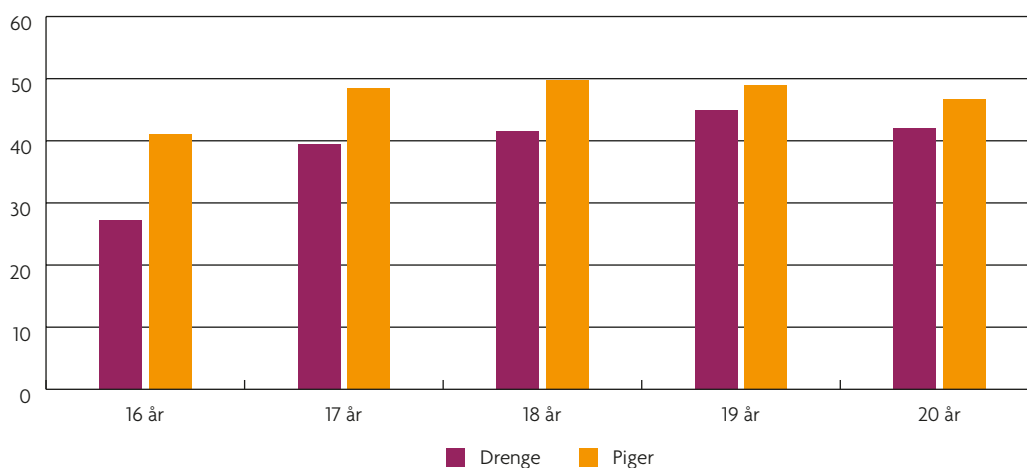
I alt 22,3 % af de 16-20-årige – svarende til ca. 77.000 unge i Danmark – overskrider Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse i en typisk uge – 23,5 % blandt drenge og 21,1 % blandt piger. Højrisikogrænsen er 21 genstande pr. uge for voksne mænd og 14 genstande pr. uge for voksne kvinder. Figur 4 viser, at blandt de 16-årige overskrider en større andel af pigerne (19,7 %) end af drengene (13,1 %) højrisikogrænsen. Blandt de 17-årige ses ingen kønsforskel, mens andelen er større blandt drenge end blandt piger i aldersgruppen 18-20 år.

**Figur 4. Andel, der overskrider Sundhedsstyrelsens højriskogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse i en typisk uge, blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**



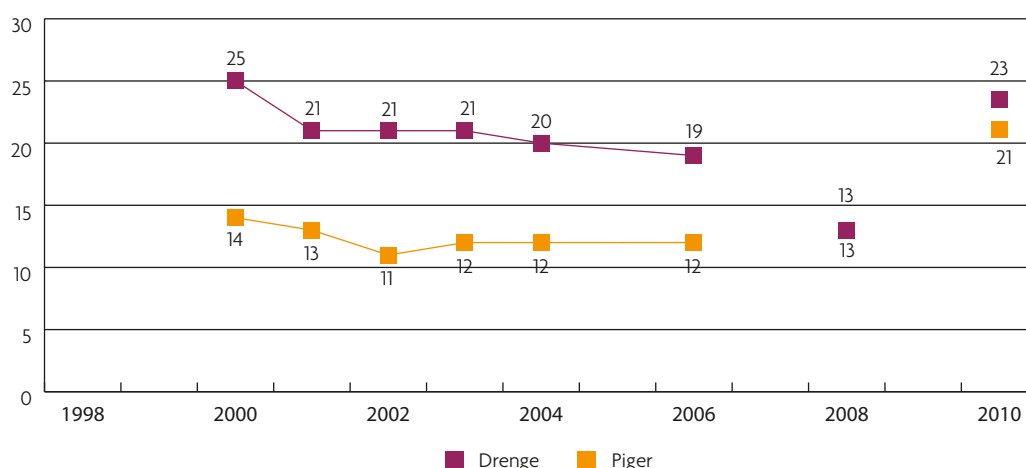
Næsten halvdelen (42,9 %) af de unge – svarende til ca. 148.000 unge på landsplan – overskrider Sundhedsstyrelsens lavrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse i en typisk uge. Lavrisikogrænsen er 14 genstande pr. uge for voksne mænd og 7 genstande pr. uge for voksne kvinder. En større andel blandt piger (46,9 %) end blandt drenge (39,0 %) overskrider lavrisikogrænsen. Figur 5 viser, at andelen er større blandt piger end blandt drenge i alle aldre.

**Figur 5. Andel, der overskrider Sundhedsstyrelsens lavrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse i en typisk uge, blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**



Figur 6 viser andelen blandt drenge og piger, der har overskredet Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse, for årene 2000-2008 samt andelen, der overskrider højrisikogrænsen i en typisk uge, i 2010. På grund af metodeskifte i dataindsamlingen og ændringer i spørgsmålsformuleringen er det kun muligt at se på udviklingen for perioden 2000-2006. Svarpersonerne i 2010 blev bedt om at oplyse, hvor mange genstande han eller hun drikker på hver af dagene i en typisk uge for hver af kategorierne øl, vin/hedvin og spiritus. I de tidligere MULD-undersøgelser skulle svarpersonen kun angive det totale antal genstande, som han eller hun havde drukket på hver af dagene i sidste uge. Det er velkendt, at det selvrapporterede alkoholforbrug øges des mere detaljeret, der udspørges (3). Således er det ikke muligt at vurdere om der er tale om en reel stigning i forbruget i perioden 2006 til 2010. Resultaterne i 2010 indikerer, at mange unge har et stort alkoholforbrug og at kønsforskellen ser ud til at være mindre nu end i tidligere undersøgelser (2000-2006).

**Figur 6. Andel, der overskrider Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse i sidste uge 2000-2008 og i en typisk uge i 2010. Procent**



Tallene fra 2008 er ikke direkte sammenlignelige med tallene fra de øvrige år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode. Ej heller tallene fra 2010 er direkte sammenlignelige med tallene fra de øvrige år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode samt ændringer i spørgsmålsformuleringen.

### Drikkefrekvens

Af tabel 4 fremgår det, at 28,5 % af drengene og 15,8 % af pigerne drikker alkohol mindst 2 dage om ugen. Tabellen viser endvidere, at andelen, der drikker alkohol mindst 3 gange om ugen, er 7,5 % blandt drenge og 2,8 % blandt piger.

**Tabel 4. Drikkefrekvens (dage pr. uge, der drikkes alkohol) blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	10,0	9,0	6,8	6,6	7,1	7,9
0-1 dage	74,7	64,9	61,3	57,5	59,3	63,6
2 dage	12,6	20,2	23,7	26,2	22,4	20,9
3 dage	1,7	3,6	3,9	6,2	6,7	4,4
4 dage	0,5	1,3	2,1	1,2	1,9	1,4
5 dage	0,3	0,5	1,2	1,2	1,1	0,8
6 dage	0,1	0,2	0,6	0,5	0,5	0,4
7 dage	0,2	0,4	0,4	0,7	1,0	0,5
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.202	1.257	1.044	984	879	5.366

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	10,0	9,1	7,0	7,7	6,7	8,1
0-1 dage	77,7	76,1	73,4	76,1	77,0	76,1
2 dage	10,7	12,7	16,9	13,1	12,4	13,2
3 dage	1,0	1,7	2,0	2,7	3,0	2,1
4 dage	0,2	0,2	0,3	0,4	0,7	0,4
5 dage	0,0	0,1	0,1	0,0	0,2	0,1
6 dage	0,0	0,1	0,1	0,0	0,0	0,1
7 dage	0,4	0,0	0,2	0,0	0,1	0,1
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.432	1.434	1.363	1.325	1.073	6.627

### Binge drinking

I alt 31,7 % af de unge – svarende til ca. 110.000 unge i Danmark – oplyser, at de ugentligt drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed (såkaldt binge drinking). Andelen er markant større blandt drenge (37,5 %) end blandt piger (25,6 %). Tabel 5 viser, at både blandt drenge (25,4 %) og piger (19,3 %) ses den mindste andel blandt de 16-årige. Det ses endvidere, at andelen, der ikke har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder eller aldrig binge drikker, er 14,1 % blandt drenge og 15,6 % blandt piger.

**Tabel 5. Binge drinking (mere end fem genstande ved samme lejlighed) blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	10,1	9,0	6,8	6,6	7,0	7,9
Aldrig	9,2	6,7	6,7	4,1	4,0	6,2
Sjældent	24,5	21,6	20,6	21,7	20,7	21,8
Månedligt	30,9	25,3	24,7	25,9	26,1	26,6
Ugentligt	25,0	36,8	40,7	40,7	41,6	36,9
Næsten dagligt eller dagligt	0,4	0,6	0,5	1,0	0,6	0,6
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.202	1.257	1.046	990	880	5.375

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	10,0	9,1	7,1	7,6	6,7	8,1
Aldrig	10,6	6,8	8,2	5,1	6,8	7,5
Sjældent	28,1	25,5	23,3	28,4	30,6	27,2
Månedligt	32,1	32,0	31,8	29,9	32,2	31,6
Ugentligt	19,0	26,6	29,3	28,6	23,5	25,4
Næsten dagligt eller dagligt	0,3	0,0	0,4	0,5	0,3	0,3
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.427	1.432	1.359	1.326	1.077	6.621

Af tabel 6 fremgår det, at andelen af drenge, der ugentligt drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed, er stor i Region Midtjylland (41,9 %) og Region Hovedstaden (40,2 %). Blandt piger ses den største andel i Region Hovedstaden (30,9 %). Desuden viser tabellen, at andelen blandt unge, der ikke har drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder eller aldrig binge drikker, er relativt stor i Region Sjælland og Region Hovedstaden blandt både drenge og piger.

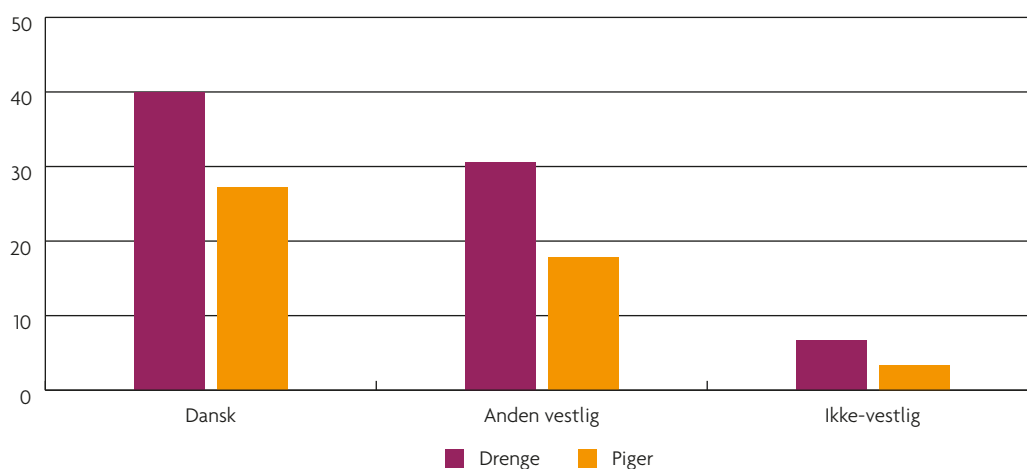
**Tabel 6. Binge drinking (mere end fem genstande ved samme lejlighed) blandt drenge og piger i de fem regioner i 2010. Procent**

Drenge	Hoved- staden	Sjælland	Syd- danmark	Midt- jylland	Nord- jylland	Danmark
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	9,9	8,2	6,7	7,5	6,3	7,9
Aldrig	6,1	9,3	5,4	5,2	5,7	6,2
Sjældent	20,5	24,4	23,3	19,3	24,1	21,8
Månedligt	23,4	25,3	30,9	26,2	28,2	26,6
Ugentligt	39,5	32,3	33,0	41,4	35,2	36,9
Næsten dagligt eller dagligt	0,7	0,6	0,7	0,5	0,6	0,6
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.381	516	1.303	1.266	909	5.375

Piger	Hoved- staden	Sjælland	Syd- danmark	Midt- jylland	Nord- jylland	Danmark
Ikke drukket alkohol inden for de seneste 12 mdr.	10,6	8,8	7,3	7,3	4,5	8,1
Aldrig	7,9	8,4	6,4	8,0	6,1	7,5
Sjældent	23,7	30,6	30,6	24,9	29,1	27,2
Månedligt	26,9	30,9	34,9	33,2	34,2	31,6
Ugentligt	30,6	20,3	20,7	26,5	26,0	25,4
Næsten dagligt eller dagligt	0,3	0,9	0,1	0,1	0,1	0,3
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.912	694	1.511	1.551	953	6.621

Kun en lille andel (5,2 %) blandt de unge med ikke-vestlig baggrund drikker ugentligt mere end fem genstande ved samme lejlighed – 6,7 % blandt drenge og 3,4 % blandt piger (figur 7). Endvidere er andelen mindre blandt unge med anden vestlig baggrund sammenlignet med unge med dansk baggrund.

**Figur 7. Andel, der ugentligt drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed, blandt drenge og piger og opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**



### Vil nedsætte alkoholforbruget

I alt 8,2 % af de 16-20-årige, der overskrider Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse, vil gerne nedsætte deres alkoholforbrug – 7,6 % blandt drenge og 8,8 % blandt piger (tabel 7). Både for drenge og piger ses den mindste andel blandt de 16-årige. De største andele ses blandt drenge i 20-års alderen og blandt piger i 18-20 års alderen.

**Tabel 7. Andel, der gerne vil nedsætte alkoholforbruget, blandt drenge og piger 16-20 år, der overskrider Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse. 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Ja	4,6	6,4	8,3	5,4	11,7	7,6
Nej	83,0	76,2	76,6	77,0	71,9	76,2
Ved ikke	12,4	17,5	15,1	17,6	16,5	16,2
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	167	291	265	253	238	1.214

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Ja	4,9	5,1	12,4	10,8	11,2	8,8
Nej	78,6	79,9	71,2	71,3	70,1	74,3
Ved ikke	16,5	15,0	16,5	17,9	18,7	16,9
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	261	331	289	279	202	1.362

Blandt drenge, der overskrider Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse, ses der en lidt større andel, der gerne vil nedsætte deres alkoholforbrug, i Region Hovedstaden (9,4 %) end i de øvrige regioner (tabel 8). Den mindste andel ses i Region Nordjylland (5,5 %). Blandt piger ses de største andele i Region Midtjylland (10,8 %) og Region Hovedstaden (9,1 %).



**Tabel 8. Andel, der gerne vil nedsætte alkoholforbruget, blandt drenge og piger i de fem regioner, der overskrider Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse. 2010. Procent**

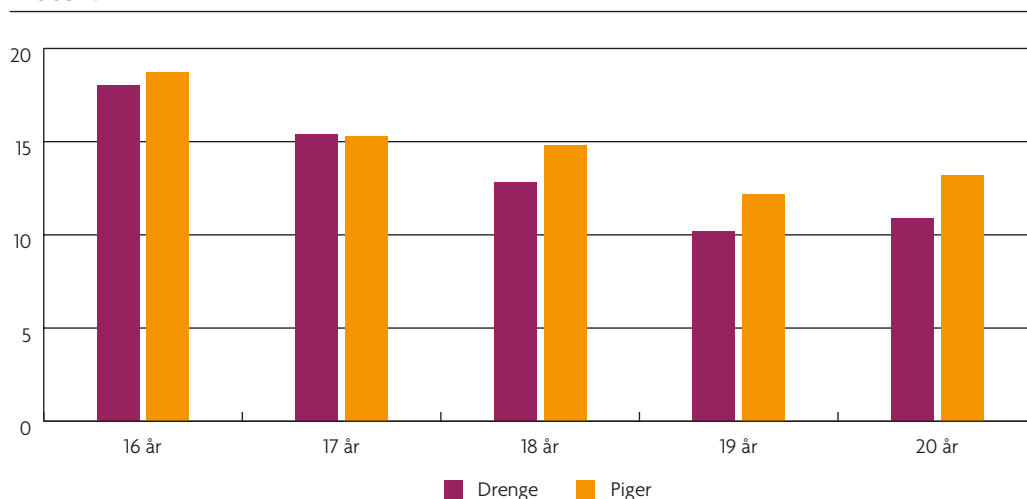
Drenge	Hoved- staden	Sjælland	Syd- danmark	Midt- jylland	Nord- jylland	Danmark
Ja	9,4	7,3	7,3	6,8	5,5	7,6
Nej	74,6	76,8	76,9	77,7	75,1	76,2
Ved ikke	16,1	15,9	15,8	15,6	19,4	16,2
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	329	111	273	317	184	1.214

Piger	Hoved- staden	Sjælland	Syd- danmark	Midt- jylland	Nord- jylland	Danmark
Ja	9,1	7,6	7,1	10,8	8,4	8,8
Nej	71,3	78,3	74,4	74,3	78,0	74,4
Ved ikke	19,6	14,2	18,5	15,0	13,6	16,9
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	447	152	264	311	188	1.362

### Lavrisikoforbrug

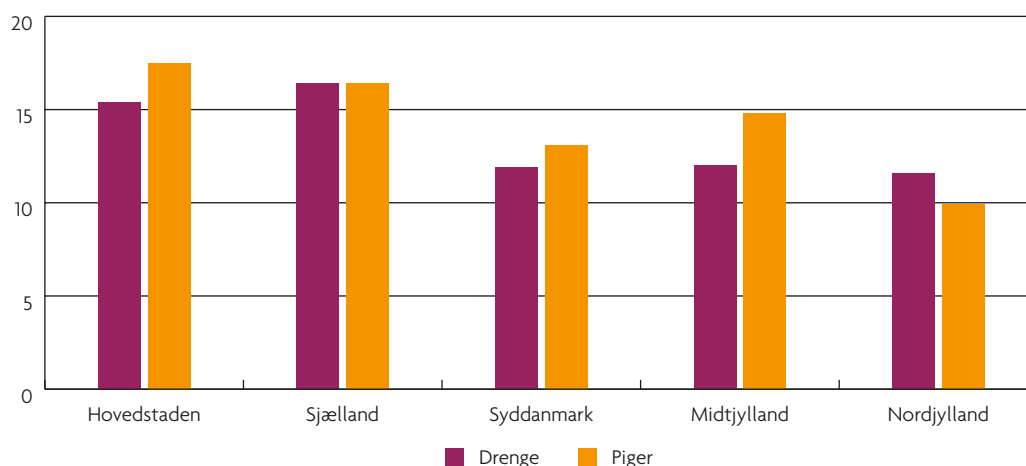
I nærværende undersøgelse defineres et lavrisikoforbrug ved, at man ikke overskrider Sundhedsstyrelsens lavrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse samt, at man aldrig drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed. I alt 14,2 % af de 16-20-årige danskere har et lavrisikoforbrug – 13,5 % blandt drenge og 14,8 % blandt piger. Figur 8 viser, at de største andele ses blandt 16-årige drenge (18,0 %) og piger (18,7 %). For både drenge og piger ses de mindste andele i alderen 19-20 år.

**Figur 8. Andel, der har et lavrisikoforbrug, blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**



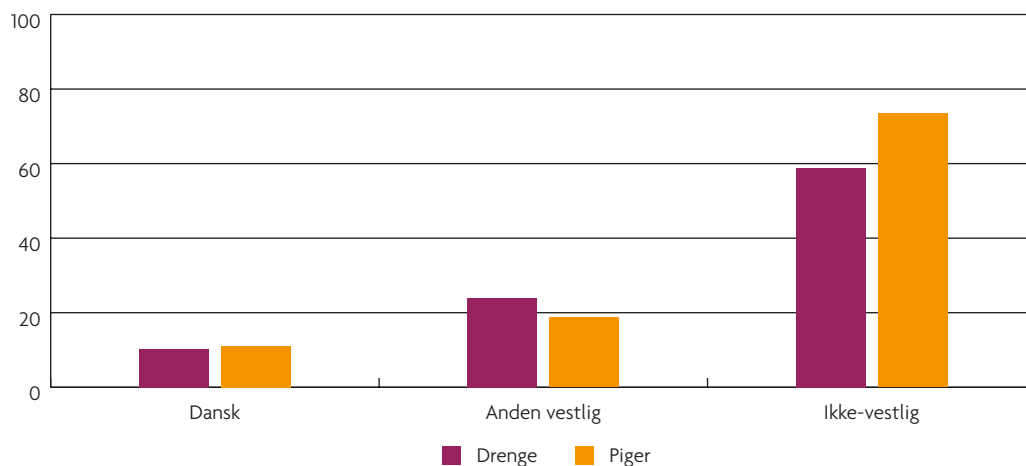
De største andele med et lavrisikoforbrug ses blandt drenge og piger i Region Hovedstaden og Region Nordjylland (figur 9). Den mindste andel ses blandt piger i Region Nordjylland (9,9 %). En del af de regionale forskelle kan forklares ved, at andelen unge med ikke-vestlig baggrund er relativt stor i Region Hovedstaden og relativt lille i Region Nordjylland. Af figur 10 fremgår det, at andelen, der har et lavrisikoforbrug, er markant større blandt unge med ikke-vestlig baggrund end blandt unge med dansk eller anden vestlig baggrund.

**Figur 9. Andel, der har et lavrisikoforbrug, blandt drenge og piger i de fem regioner i 2010. Procent**



Forekomsten af unge, der har et lavrisikoforbrug, er væsentlig højere blandt drenge (58,8 %) og piger (73,5 %) med ikke-vestlig baggrund sammenlignet med drenge (10,2 %) og piger (11,1 %) med dansk baggrund (figur 10). Blandt unge med anden vestlig baggrund er forekomsterne henholdsvis 23,9 % og 18,7 %.

**Figur 10. Andel, der har et lavrisikoforbrug, blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**



## Referencer

1. Grønbæk M. Alkohol. I: Kjølner M, Juel K, Kamper-Jørgensen F (red). Folkesundhedsrapporten Danmark 2007. København: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, 2007.
2. Anderson P, Baumberg B. Alcohol in Europe: A public health perspective – A report for the European Commission. London: Institute of Alcohol Studies, 2006.
3. Ekholm O, Strandberg-Larsen K, Christensen K, Grønbæk M. Comparison of assessment methods for self-reported alcohol consumption in health interview surveys. Eur J Clin Nutr 2008;62:286-291.



# Rygning

## Resumé

- 25,8 % af de unge ryger – 16,2 % ryger dagligt og 9,6 % ryger lejlighedsvis. Dette svarer til at ca. 89.000 af de unge i Danmark ryger
- 17,4 % af drengene og 14,8 % af pigerne ryger dagligt
- 7,6 % af drengene og 5,0 % af pigerne er storrygere – dvs. de ryger 15 eller flere cigaretter om dagen
- For drenge gælder, at andelen, der ryger dagligt, stiger markant med stigende alder. Stigningen ses også blandt piger, men mindre markant
- Der ses ingen store regionale forskelle med hensyn til andelen, der ryger dagligt. Blandt drenge ses de største andele i Region Syddanmark, Region Sjælland og Region Hovedstaden og blandt piger ses den største andel i Region Sjælland
- En mindre andel blandt piger med ikke-vestlig baggrund (8,8 %) ryger dagligt end blandt piger med dansk baggrund (15,1 %). Der er ingen forskel blandt drenge
- 80,8 % af dagligrygerne ønsker at holde op med at ryge – 78,7 % blandt drenge og 83,3 % blandt piger
- 25,0 % af ikke-dagligrygere – svarende til ca. 72.000 unge i Danmark – udsættes mindst ½ time om dagen for passiv rygning

Rygning øger risikoen for en lang række alvorlige sygdomme – først og fremmest lungekræft, hjerte-kar-sygdomme samt kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL). Den største andel af rygere begynder at ryge i teenageårene. Et dansk studie viser, at 85 % af rygere og tidligere rygere, begyndte at ryge når de var 19 år eller yngre (1). Studiet viste endvidere, at 41 % var startet i 14-års alderen eller tidligere. Rygningen får de unge til at føle sig voksne, modne, smarte osv. (1).

## Rygevaner

I alt angiver 16,2 % af de unge, at de ryger dagligt og 9,6 % oplyser, at de ryger indimellem. Således ryger i alt 25,8 % – svarende til ca. 89.000 – af de 16-20-årige i Danmark. Undersøgelsen viser endvidere, at 6,3 % af de 16-20-årige er storrygere – dvs. at de ryger 15 eller flere cigaretter om dagen. Det ses af tabel 1, at der er en større andel blandt drenge (17,4 %) end blandt piger (14,8 %), der ryger dagligt. Der ses en kraftig stigning i dagligrygning blandt drenge fra 16 år til 20 år, fra 10,4 % til 24,6 %. Stigningen ses også blandt piger, men mindre markant, fra 11,5 % til 16,8 %. Af tabellen fremgår det endvidere, at andelen af storrygere er større blandt drenge (7,6 %) end blandt piger (5,0 %), og blandt 20-årige drenge er 13,1 % storrygere. Andelen, der aldrig har røget, falder med stigende alder for både drenge og piger.

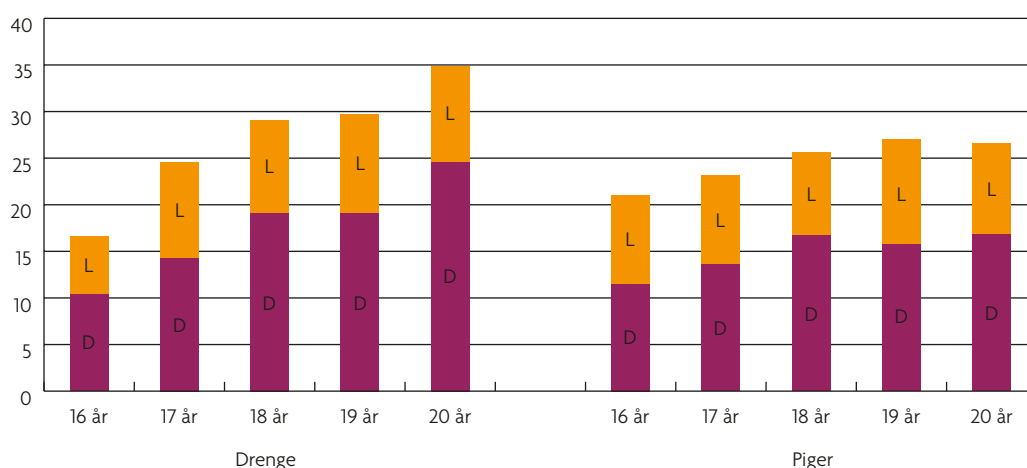
**Tabel 1. Rygevaner blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Dagligrygere	10,4	14,3	19,1	19,1	24,6	17,4
≥15 cigaretter/dag	3,4	5,4	8,7	7,7	13,1	7,6
1-14 cigaretter/dag	7,0	8,9	10,4	11,4	11,5	9,8
Lejlighedsrygere	6,2	10,3	10,0	10,6	10,2	9,5
Eksrygere	7,1	6,5	6,3	6,9	7,6	6,9
Aldrigrygere	76,3	68,9	64,6	63,4	57,6	66,3
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.189	1.254	1.032	981	869	5.325

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Dagligrygere	11,5	13,6	16,7	15,7	16,8	14,8
≥15 cigaretter/dag	4,4	3,6	6,2	5,0	5,9	5,0
1-14 cigaretter/dag	7,1	10,0	10,5	10,7	10,9	9,8
Lejlighedsrygere	9,5	9,6	9,0	11,3	9,8	9,8
Eksrygere	5,5	6,5	7,4	8,8	9,8	7,6
Aldrigrygere	73,5	70,3	66,9	64,2	63,6	67,7
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.417	1.422	1.355	1.307	1.060	6.561

Figur 1 viser, at andelen af drenge, der ryger dagligt eller lejlighedsvis stiger med stigende alder. Således er andelen mindst blandt de 16-årige (16,7 %) og størst blandt de 20-årige (34,9 %). Blandt piger ses der relativt små aldersforskelle. Blandt de 16-årige ses den laveste forekomst (21,1 %) og blandt de 19-årige ses den højeste (27,0 %).

**Figur 1. Andel dagligrygere (D) og lejlighedsrygere (L) blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**



Der ses ingen store regionale forskelle med hensyn til rygevaner (tabel 2). Dog ses der en relativ høj forekomst af dagligrygere blandt piger i Region Sjælland (18,2 %) og relativt lave forekomster af dagligrygere i Region Nordjylland og Region Midtjylland for både drenge og piger.

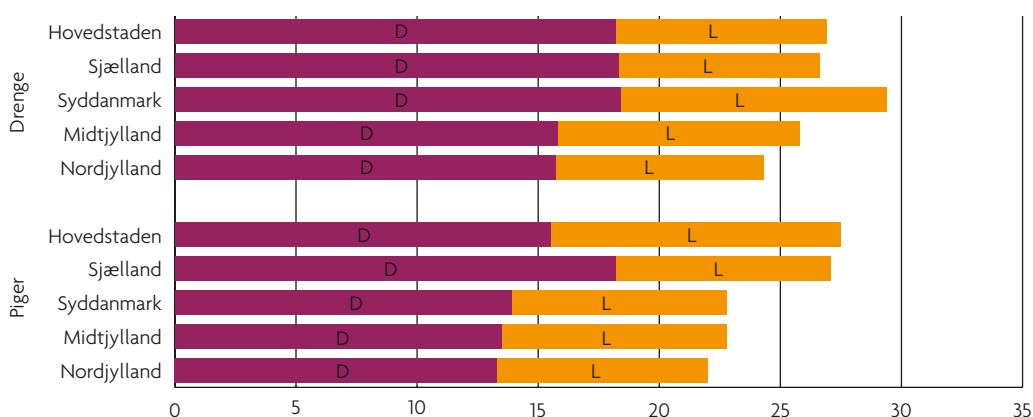
**Tabel 2. Rygevaner blandt drenge og piger i de fem regioner i 2010. Procent**

Drenge	Hoved- staden	Sjælland	Syd- danmark	Midt- jylland	Nord- jylland	Danmark
Dagligrygere	18,2	18,3	18,4	15,8	15,7	17,4
≥15 cigaretter/dag	7,9	7,3	8,1	6,8	7,8	7,6
1-14 cigaretter/dag	10,3	11,0	10,3	9,0	7,9	9,8
Lejlighedsrygere	8,7	8,3	11,0	10,0	8,6	9,5
Eksrygere	7,8	5,0	8,0	5,8	7,1	6,9
Aldrigrygere	65,3	68,4	62,6	68,4	68,7	66,3
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.345	496	1.307	1.269	908	5.325

Piger	Hoved- staden	Sjælland	Syd- danmark	Midt- jylland	Nord- jylland	Danmark
Dagligrygere	15,5	18,2	13,9	13,5	13,3	14,8
≥15 cigaretter/dag	5,9	6,2	4,1	4,2	4,6	5,0
1-14 cigaretter/dag	9,6	12,0	9,8	9,3	8,6	9,8
Lejlighedsrygere	12,0	8,9	8,9	9,3	8,7	9,8
Eksrygere	7,6	6,7	8,1	7,8	7,2	7,6
Aldrigrygere	64,8	66,1	69,2	69,3	70,8	67,7
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.885	679	1.509	1.540	948	6.561

Figur 2 viser, at andelen af unge, der ryger (dagligt eller lejlighedsvis), er mindst i Region Nordjylland blandt både drenge (24,3 %) og piger (22,0 %). Endvidere er andelen relativt lille blandt piger i Region Syddanmark (22,8 %) og Region Midtjylland (22,9 %). I Region Syddanmark, Region Midtjylland og Region Nordjylland er andelen større blandt drenge end blandt piger. Andelen er omtrent lige stor blandt drenge og piger i Region Hovedstaden og Region Sjælland.

**Figur 2. Andel dagligrygere (D) og lejlighedsrygere (L) blandt drenge og piger i de fem regioner i 2010. Procent**



Der ses ingen klar sammenhæng mellem rygevaner og etnisk baggrund blandt drenge (tabel 3). Blandt piger er andelen, der ryger dagligt, markant mindre blandt dem med ikke-vestlig baggrund (8,8 %) end blandt dem med dansk (15,1 %) eller anden vestlig (18,1 %) baggrund. Endvidere viser tabellen, at andelen af storrygere og lejlighedsrygere er væsentlig mindre, blandt piger med ikke-vestlig baggrund end blandt piger med dansk eller anden vestlig baggrund. Det skal dog bemærkes, at der er forholdsvis få svarpersoner med anden vestlig baggrund end dansk, hvorfor resultaterne for denne gruppe bør tolkes med varsomhed.

**Tabel 3. Rygevaner blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**

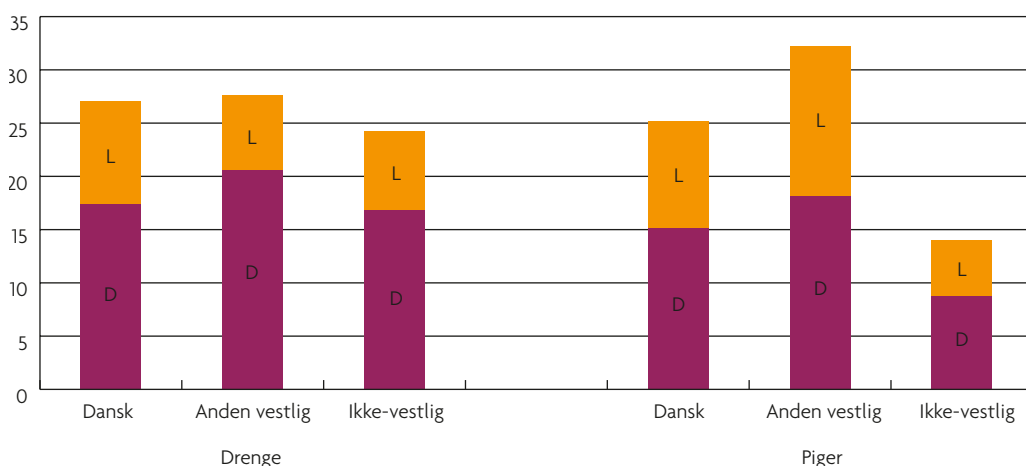
Drenge	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Dagligrygere	17,4	20,6	16,8
≥15 cigaretter/dag	7,7	7,8	5,7
1-14 cigaretter/dag	9,7	12,9	11,1
Lejlighedsrygere	9,6	7,0	7,5
Eksrygere	6,8	14,4	6,0
Aldrigrygere	66,2	58,0	69,7
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	4.958	75	292

Piger	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Dagligrygere	15,1	18,1	8,8
≥15 cigaretter/dag	5,2	4,0	2,2
1-14 cigaretter/dag	9,9	14,1	6,6
Lejlighedsrygere	10,1	14,1	5,2
Eksrygere	7,6	11,5	6,1
Aldrigrygere	67,2	56,4	79,9
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	6.109	109	343

Figur 3 viser andelen, der ryger dagligt eller lejlighedsvis, opdelt på køn og etnisk baggrund. For piger er andelen, der ryger, mindre blandt dem med en ikke-vestlig baggrund (14,0 %) end blandt dem med dansk (25,2 %) eller anden vestlig baggrund (32,1 %). Resultaterne skal tolkes med en vis forsigtighed på grund af det relativt få antal unge med anden vestlig baggrund, der har deltaget i undersøgelsen.

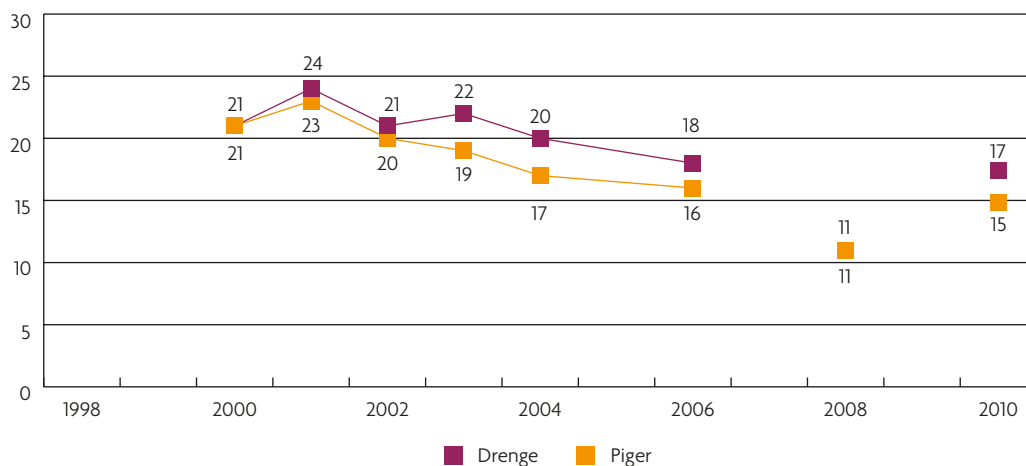


**Figur 3. Andel dagligrygere (D) og lejlighedsrygere (L) blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**



I perioden 2000-2006 er der overordnet set sket et fald i andelen, der ryger dagligt, blandt både drenge og piger (figur 4). Resultaterne fra 2010 er ikke direkte sammenlignelige med resultaterne fra de foregående år, men de indikerer, at andelen, der ryger dagligt, stort set er uændret i perioden 2006 til 2010. De lave forekomster i 2008 kan formentlig tilskrives en ændret dataindsamlingsmetode.

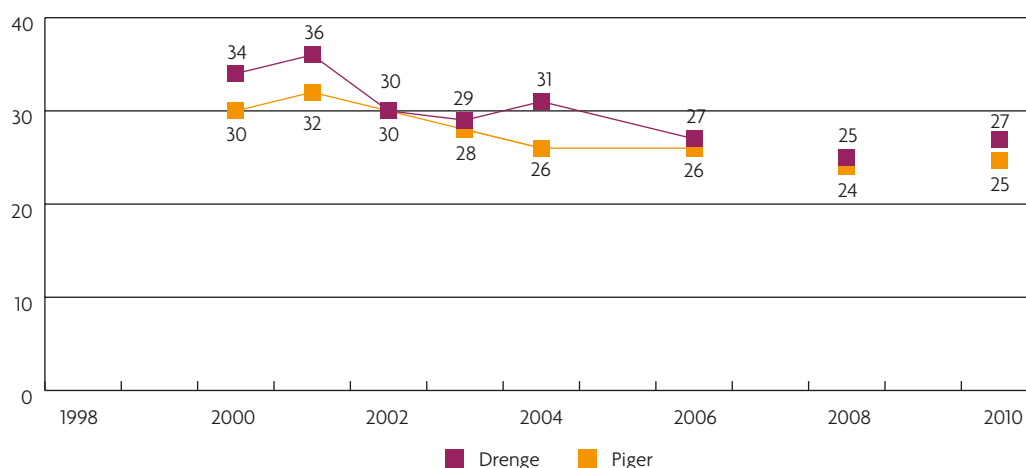
**Figur 4. Andel, der ryger dagligt, blandt drenge og piger. 2000-2010. Procent**



Tallene fra henholdsvis 2008 og 2010 er ikke direkte sammenlignelige med tallene fra de foregående år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode

Figur 5 viser, at der overordnet set er sket et fald i andelen, der ryger (dagligt eller lejlighedsvis) i perioden 2000 til 2006 for både drenge og piger. Figuren indikerer endvidere, at andelen er konstant i perioden 2006 til 2010. Det skal dog bemærkes, at resultaterne fra henholdsvis 2008 og 2010 ikke er direkte sammenlignelige med resultaterne fra de forrige år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode.

**Figur 5. Andel rygere (dagligrygere eller lejlighedsrygere) blandt drenge og piger. 2000-2010. Procent**



Tallene fra henholdsvis 2008 og 2010 er ikke direkte sammenlignelige fra de foregående år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode.

### Ønske om rygeophør

I alt 80,8 % af dagligrygerne ønsker at holde op med at ryge. Tabel 4 viser, at andelen er lidt større blandt piger (83,3 %) end blandt drenge (78,7 %). Andelen af dagligrygere, der planlægger at holde op med at ryge inden for 1 måned er 10,4 %-10,8 % blandt drenge og 9,9 % blandt piger.

**Tabel 4. Ønske om rygeophør blandt drenge og piger 16-20 år, der ryger dagligt. 2010. Procent.**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Vil gerne holde op med at ryge	77,5	73,9	74,9	81,7	82,6	78,7
Planlægger rygeophør inden for 1 md.	11,3	10,3	11,5	7,7	12,8	10,8
Planlægger rygeophør inden for 6 mdr. (men ikke inden for 1 md.)	9,2	6,7	10,2	10,4	12,2	10,1
Ikke planlagt hvornår	57,0	56,9	53,2	63,6	57,7	57,8
Vil ikke holde op med at ryge	22,5	26,1	25,1	18,3	17,4	21,3
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	129	179	201	192	206	907

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Vil gerne holde op med at ryge	84,2	89,0	78,7	83,1	82,5	83,3
Planlægger rygeophør inden for 1 md.	13,9	12,0	9,7	6,8	8,6	9,9
Planlægger rygeophør inden for 6 mdr. (men ikke inden for 1 md.)	8,3	9,7	10,2	10,6	10,0	9,8
Ikke planlagt hvornår	62,1	67,4	58,9	65,8	63,9	63,5
Vil ikke holde op med at ryge	15,8	11,0	21,3	16,9	17,5	16,7
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	155	195	215	205	178	948

En markant mindre andel blandt lejlighedsrygerne (58,9 %) end blandt dem der ryger 1-14 cigaretter (83,7 %) eller 15 eller flere cigaretter (76,2 %) om dagen, ønsker at holde op med at ryge. Det ses af tabel 5, at andelen af lejlighedsrygere, der gerne vil holde op med at ryge, er større blandt piger (62,9 %) end blandt drenge (54,9). Dog er der en større andel blandt piger (45,7 %) end blandt drenge (33,5 %), der ikke har planlagt, hvornår de vil holde op.

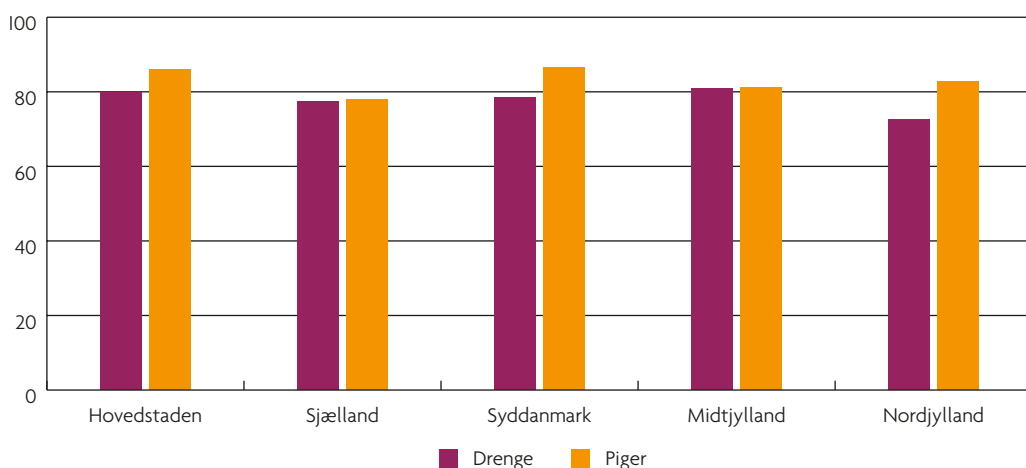
**Tabel 5. Ønske om rygeophør blandt drenge og piger opdelt på rygevaner. 2010. Procent.**

Drenge	≥15 cigaretter/dag	1-14 cigaretter/dag	Lejligheds- rygere
Vil gerne holde op med at ryge	74,0	82,3	54,9
Planlægger rygeophør inden for 1 md.	9,6	11,7	15,0
Planlægger rygeophør inden for 6 mdr. (men ikke inden for 1 md.)	10,5	9,8	6,4
Ikke planlagt hvornår	54,0	60,8	33,5
Vil ikke holde op med at ryge	26,0	17,7	45,1
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	395	512	459

Piger	≥15 cigaretter/dag	1-14 cigaretter/dag	Lejligheds- rygere
Vil gerne holde op med at ryge	79,6	85,2	62,9
Planlægger rygeophør inden for 1 md.	6,9	11,5	11,8
Planlægger rygeophør inden for 6 mdr. (men ikke inden for 1 md.)	8,6	10,5	5,4
Ikke planlagt hvornår	64,2	63,2	45,7
Vil ikke holde op med at ryge	20,4	14,8	37,1
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	324	624	605

Figur 6 viser andelen, der gerne vil holde op med at ryge, blandt dagligrygere opdelt på regioner og køn. Der er kun meget små forskelle. De største andele af dagligrygere, der gerne vil holde op med at ryge, ses blandt piger i Region Syddanmark (86,6 %) og Region Hovedstaden (86,0 %) og den mindste andel ses blandt drenge i Region Nordjylland (72,6 %).

**Figur 6. Andel, der gerne vil holde op med at ryge, blandt drenge og piger i de fem regioner, der ryger dagligt. 2010. Procent**



### Passiv rygning

I den nationale stikprøve er svarpersonerne blevet spurgt om, hvor mange timer de opholder sig dagligt i lokaler, hvor der ryges, eller hvor røg fra andre dele af bygningen har blandet sig med luften. Tabel 6 viser, hvor mange timer om dagen ikke-dagligrygere er udsat for passiv rygning. Blandt de unge udsættes 25,0 % af ikke-dagligrygere – svarende til ca. 72.000 16-20-årige i Danmark – mindst ½ time om dagen for passiv rygning. I alt 8,7 % af ikke-dagligrygere – eller ca. 25.000 unge på landsplan – udsættes mindst 4 timer om dagen for passiv rygning. Endvidere viser tabellen, at der ikke er systematiske forskelle mellem drenge og piger i andelen, der er udsat for passiv rygning.

**Tabel 6. Antal timer pr. dag ikke-dagligrygere er udsat for passiv rygning opdelt på køn og alder i 2010. Procent**

Drenge	16-17 år	18-20 år	Alle
0 timer	54,4	47,2	50,3
Mindre end en ½ time	23,3	24,3	23,8
½ time – mindre end 1 time	9,6	10,7	10,2
1-3 timer	6,4	9,5	8,2
≥4 timer	6,3	8,4	7,5
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	209	191	400

Piger	16-17 år	18-20 år	Alle
0 timer	46,5	52,1	49,9
Mindre end en ½ time	28,2	24,8	26,2
½ time – mindre end 1 time	7,7	9,4	8,7
1-3 timer	5,8	4,9	5,3
≥4 timer	11,8	8,8	10,0
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	205	283	488

Andelen af ikke-dagligrygere, der er udsat for passiv rygning mindst ½ time om dagen, er relativt lille i Region Syddanmark (18,4 %). Der ses relativt store andele i Region Sjælland (30,6 %), Region Nordjylland (29,2 %) og Region Midtjylland (28,8 %).

**Tabel 7. Antal timer pr. dag ikke-dagligrygere er udsat for passiv rygning i de fem regioner i 2010. Procent**

	Hoved- staden	Sjælland	Syd- danmark	Midt- jylland	Nord- jylland	Danmark
0 timer	52,2	46,1	51,7	49,0	49,1	50,1
Mindre end en ½ time	25,4	23,4	29,9	22,2	21,6	25,0
½ time – mindre end 1 time	6,8	9,6	8,9	12,2	11,2	9,5
1-3 timer	6,1	10,4	5,4	6,0	7,9	6,8
≥4 timer	9,5	10,6	4,1	10,6	10,1	8,7
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	206	123	214	229	116	888

## Referencer

1. Kjølner M, Falk J. Rygning. I: Kjølner M, Juel K, Kamper-Jørgensen F (red). Folkesundhedsrapporten Danmark 2007. København: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, 2007.

# Illegale stoffer

## Resumé

- Hash er langt det mest brugte stof blandt unge
- 37,5 % af drengene og 27,8 % af pigerne har prøvet hash
- 19,0 % – svarende til ca. 66.000 unge i Danmark – har brugt hash inden for det seneste år
- Andelen, der har prøvet hash, er større i Region Hovedstaden end i de øvrige regioner
- 8,6 % af drengene og 6,6 % af pigerne har prøvet andre illegale stoffer end hash ('hårde stoffer'). Blandt de hårde stoffer er amfetamin og kokain de mest benyttede
- 3,7 % – eller ca. 13.000 unge i Danmark – har brugt hårde stoffer inden for det seneste år
- 10,1 % har prøvet hash og 1,7 % har prøvet hårde stoffer inden de fyldte 16 år

Mange unge eksperimenterer med deres livsstil herunder illegale stoffer – og ofte i sammenhæng med et stort forbrug af alkohol og tobak. Dog er dette et typisk ungdomsfænomen, og de fleste fortsætter ikke brugen (1).

## Brug af illegale stoffer

Brugen af illegale stoffer er belyst i den nationale stikprøve, hvor en række stoffer var angivet (hash, amfetamin, kokain, psilocybinsvampe, ecstasy, LSD, heroin og andre lignende stoffer) som svarmuligheder. Svarpersonerne blev bedt om at angive, om de nogensinde havde brugt det pågældende stof, og i sådan fald om det var inden for den seneste måned, det seneste år eller tidligere.

Hash er langt det mest brugte stof blandt unge. I alt 19,0 % af de 16-20-årige – svarende til ca. 66.000 unge i Danmark – oplyser, at de har brugt hash inden for det seneste år. Næst efter hash er amfetamin og kokain de mest benyttede stoffer. Andelen, der angiver at de har brugt amfetamin og kokain inden for det seneste år, er henholdsvis 2,4 % og 2,1 %. Totalt har 3,7 % af de unge – eller ca. 13.000 unge i Danmark – brugt andre stoffer end hash ('hårde stoffer') inden for det seneste år. Tabel 1 indikerer, at der er stort set ingen, der har prøvet hårde stoffer, uden at de også har prøvet hash. For alle stoffer gælder det, at en større andel af drenge end af piger, har prøvet det pågældende stof.

**Tabel 1. Andel, der har brugt illegale stoffer, blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

	"Inden for den seneste måned"		"Inden for det seneste år"		Nogensinde	
	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger
Hash	8,3	4,0	22,1	15,8	37,5	27,8
Amfetamin	1,5	0,1	3,7	1,0	6,0	4,8
Kokain	1,4	0,4	3,0	1,2	4,1	3,6
Psilocybinsvampe	0,5	0,0	1,5	0,2	2,8	1,4
Ecstasy	0,8	0,1	1,0	0,4	3,3	3,0
LSD	0,3	0,0	0,8	0,1	1,5	0,5
Heroin	0,6	0,0	1,1	0,0	1,1	0,4
Andre stoffer end ovenstående	1,1	0,1	1,8	0,3	3,1	1,5
Et eller flere hårde stoffer (ikke hash)	2,5	0,7	5,2	2,0	8,6	6,6
Et eller flere stoffer	9,3	4,4	23,1	16,2	37,9	28,4

I tabel 2 ses andelen, der har brugt illegale stoffer inden for det seneste år i de fem regioner. I Region Hovedstaden ses den største andel, der angiver at have brugt illegale stoffer inden for det seneste år (25,2 %). De mindste andele ses i Region Midtjylland (14,4 %) og Region Nordjylland (15,0 %).

**Tabel 2. Andel, der har brugt illegale stoffer inden for det seneste år, i de fem regioner i 2010. Procent**

	Hovedstaden	Sjælland	Syddanmark	Midtjylland	Nordjylland	Danmark
Hash	23,9	16,8	22,4	14,2	13,6	19,0
Amfetamin	3,0	2,5	2,0	1,4	3,3	2,4
Kokain	3,6	2,0	2,7	0,3	1,5	2,1
Psilocybinsvampe	1,9	0,0	1,0	0,0	1,0	0,9
Ecstasy	1,5	0,8	0,0	0,3	1,2	0,7
LSD	1,1	0,0	0,5	0,0	0,6	0,5
Heroin	1,1	0,0	0,5	0,0	1,0	0,5
Andre stoffer end ovenstående	2,6	0,0	0,8	0,3	0,6	1,0
Et eller flere hårde stoffer (ikke hash)	5,3	3,7	3,4	1,4	4,9	3,7
Et eller flere stoffer	25,2	17,6	22,4	14,4	15,0	19,7

### Brug af hash

Tabel 3 viser, at andelen, der har brugt hash inden for det seneste år, er større blandt drenge (22,1 %) end blandt piger (15,8 %). Andelen er størst blandt drenge i aldersgruppen 18-20 år (24,0 %). Både blandt drenge og piger, ses der større andele, der aldrig har prøvet hash, blandt de 16-17 årige sammenlignet med de 18-20 årige.



**Tabel 3. Brug af hash blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16-17 år	18-20 år	Alle
Prøvet hash	26,4	45,1	37,5
<i>Inden for den seneste måned</i>	8,0	8,5	8,3
<i>Inden for det seneste år (men ikke inden for den seneste måned)</i>	11,2	15,5	13,8
<i>Tidligere</i>	7,2	21,0	15,4
Aldrig prøvet hash	73,6	54,9	62,5
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	228	233	461

Piger	16-17 år	18-20 år	Alle
Prøvet hash	23,8	30,5	27,8
<i>Inden for den seneste måned</i>	5,2	3,3	4,0
<i>Inden for det seneste år (men ikke inden for den seneste måned)</i>	9,9	13,0	11,8
<i>Tidligere</i>	8,8	14,2	12,0
Aldrig prøvet hash	76,2	69,5	72,2
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	243	330	573

Andelen af unge, der nogensinde har prøvet hash, er markant større i Region Hovedstaden (39,9 %) end i de øvrige regioner (tabel 4). Den mindste andel ses i Region Nordjylland (24,2 %). Endvidere ses der en stor andel, der har prøvet hash inden for den seneste måned, i Region Hovedstaden (9,9 %).

**Tabel 4. Brug af hash i de fem regioner i 2010. Procent**

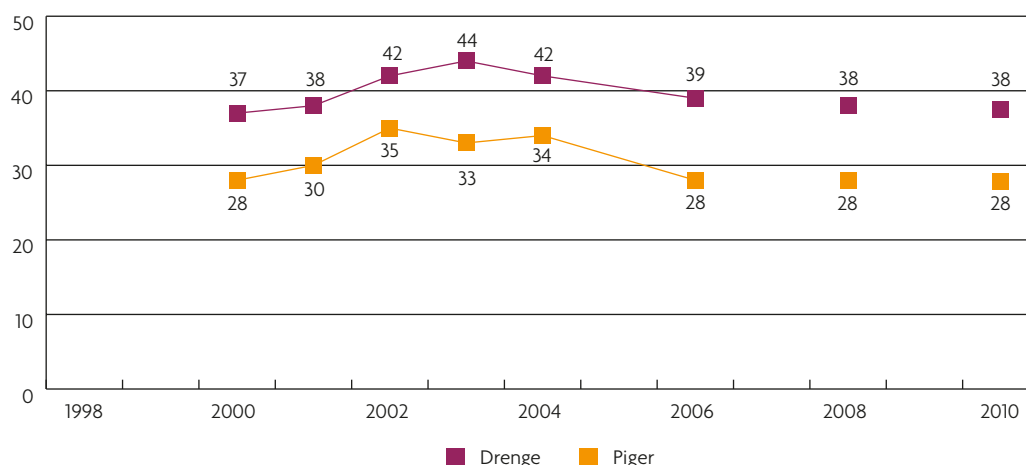
	Hoved- staden	Sjælland	Syd- danmark	Midt- jylland	Nord- jylland	Danmark
Prøvet hash	39,9	31,3	31,9	30,3	24,2	32,7
<i>Inden for den seneste måned</i>	9,9	4,9	5,7	3,8	5,2	6,2
<i>Inden for det seneste år (men ikke inden for den seneste måned)</i>	14,0	11,9	16,7	10,3	8,5	12,8
<i>Tidligere</i>	16,0	14,5	9,5	16,2	10,6	13,7
Aldrig prøvet hash	60,1	68,8	68,1	69,7	75,8	67,3
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	244	146	242	273	129	1.034

En stor andel af både piger og drenge er meget unge, når de prøver hash for første gang. I alt 10,1 % af svarpersonerne – svarende til ca. 35.000 af de 16-20-årige – oplyser at de har prøvet hash, inden de fyldte 16 år. Tabel 5 viser, at andelen er lidt større blandt drenge end blandt piger.

**Tabel 5. Debutalder for hash blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

	Drenge		Piger	
	16-17 år	18-20 år	16-17 år	18-20 år
<14 år	1,9	1,7	0,4	1,3
14-15 år	9,5	8,5	10,0	7,4
16-17 år	11,2	12,3	10,2	9,5
18-20 år	-	12,1	-	6,5
Debutalder uoplyst	3,9	10,5	3,2	5,8
Aldrig prøvet hash	73,6	54,9	76,2	69,5
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	228	233	243	330

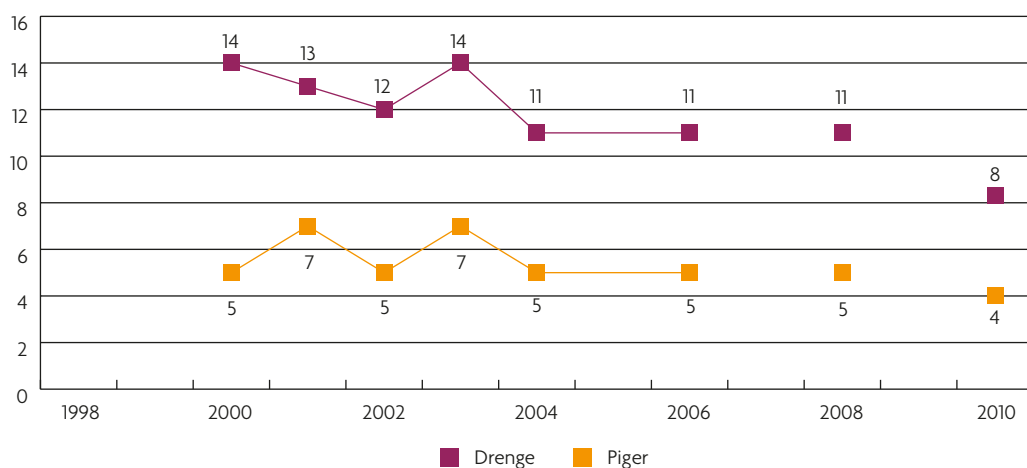
Figur 1 indikerer, at andelen, der angiver at de nogensinde har prøvet hash, har været nogenlunde konstant i perioden 2000 til 2010, med en let stigende tendens i de første år og derefter et let fald. Det skal dog bemærkes, at resultaterne fra henholdsvis 2008 og 2010 ikke er direkte sammenlignelige med resultaterne fra de forrige år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode.

**Figur 1. Andel, der nogensinde har brugt hash, blandt drenge og piger. 2000-2010. Procent**

Tallene fra henholdsvis 2008 og 2010 er ikke direkte sammenlignelige med tallene fra de foregående år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode.

Af figur 2 fremgår det, at andelen, der har brugt hash inden for den seneste måned, er faldet lidt blandt drenge i perioden 2000 til 2006. Figuren indikerer desuden, at faldet er fortsat i årene 2006 til 2010. Blandt piger er andelen konstant i perioden 2000 til 2006. Figuren indikerer endvidere, at andelen er uændret i perioden 2006 til 2010. Det skal dog igen bemærkes, at resultaterne fra henholdsvis 2008 og 2010 ikke er direkte sammenlignelige med resultaterne fra de forrige år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode.

**Figur 2. Andel, der har brugt hash inden for den seneste måned, blandt drenge og piger. 2000-2010. Procent**



Tallene fra henholdsvis 2008 og 2010 er ikke direkte sammenlignelige med tallene fra de foregående år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode.

### Brug af andre illegale stoffer end hash

I tabel 6 ses brugen af andre illegale stoffer end hash ('hårde stoffer') opdelt på køn og alder. Andelen 18-20 årige, der angiver, at de har prøvet andre illegale stoffer end hash inden for den seneste måned, er større blandt drenge (3,5 %) end blandt piger (0,4 %). Dog ses der ingen forskel i andelen blandt 16-17 årige drenge (0,9 %) og piger (1,1 %). I alt 11,9 % af de 18-20 årige drenge har på et eller andet tidspunkt prøvet hårde stoffer.

**Tabel 6. Brug af andre illegale stoffer end hash blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16-17 år	18-20 år	Alle
Prøvet hårde stoffer	3,9	11,9	8,6
<i>Inden for den seneste måned</i>	0,9	3,5	2,5
<i>Inden for det seneste år (men ikke inden for den seneste måned)</i>	1,9	3,4	2,8
<i>Tidligere</i>	1,2	5,0	3,4
Aldrig prøvet hårde stoffer	96,1	88,1	91,4
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	226	226	452

Piger	16-17 år	18-20 år	Alle
Prøvet hårde stoffer	4,2	8,2	6,6
<i>Inden for den seneste måned</i>	1,1	0,4	0,7
<i>Inden for det seneste år (men ikke inden for den seneste måned)</i>	1,3	1,4	1,4
<i>Tidligere</i>	1,8	6,4	4,6
Aldrig prøvet hårde stoffer	95,8	91,8	93,4
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	237	330	567

Der ses kun små regionale forskelle i brugen af hårde stoffer (tabel 7). Den største andel, der på et eller andet tidspunkt har prøvet hårde stoffer, ses i Region Nordjylland (9,6 %) og den mindste ses i Region Syddanmark (6,4 %).

**Tabel 7. Brug af andre illegale stoffer end hash i de fem regioner i 2010. Procent**

	Hoved- staden	Sjælland	Syd- danmark	Midt- jylland	Nord- jylland	Danmark
Prøvet hårde stoffer	7,9	8,7	6,4	6,9	9,6	7,6
<i>Inden for den seneste måned</i>	2,9	0,8	1,5	0,3	2,4	1,6
<i>Inden for det seneste år (men ikke inden for den seneste måned)</i>	2,5	2,8	1,9	1,1	2,5	2,1
<i>Tidligere</i>	2,6	5,1	3,0	5,5	4,7	4,0
Aldrig prøvet hårde stoffer	92,1	91,3	93,6	93,1	90,4	92,4
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	240	144	239	270	126	1.019

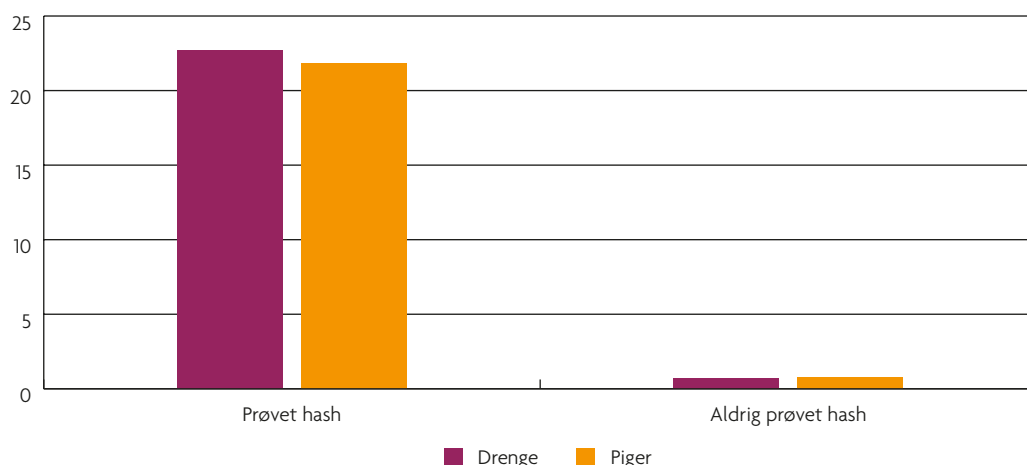
I alt 1,7 % af de unge angiver, at de har prøvet hårde stoffer inden de fyldte 16 år – 1,7 % blandt drenge og 1,8 % blandt piger. Tabel 8 viser, at 7,0 % af de 18-20 årige drenge har prøvet hårde stoffer inden de fyldte 18 år.

**Tabel 8. Debutalder for andre illegale stoffer end hash blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

	Drenge		Piger	
	16-17 år	18-20 år	16-17 år	18-20 år
<14 år	0,0	0,0	0,5	0,7
14-15 år	1,0	2,2	1,4	1,0
16-17 år	2,3	4,8	0,9	2,6
18-20 år	-	3,1	-	2,3
Debutalder uoplyst	0,7	1,9	1,5	1,6
Aldrig prøvet hårde stoffer	96,1	88,1	95,8	91,8
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	226	226	237	330

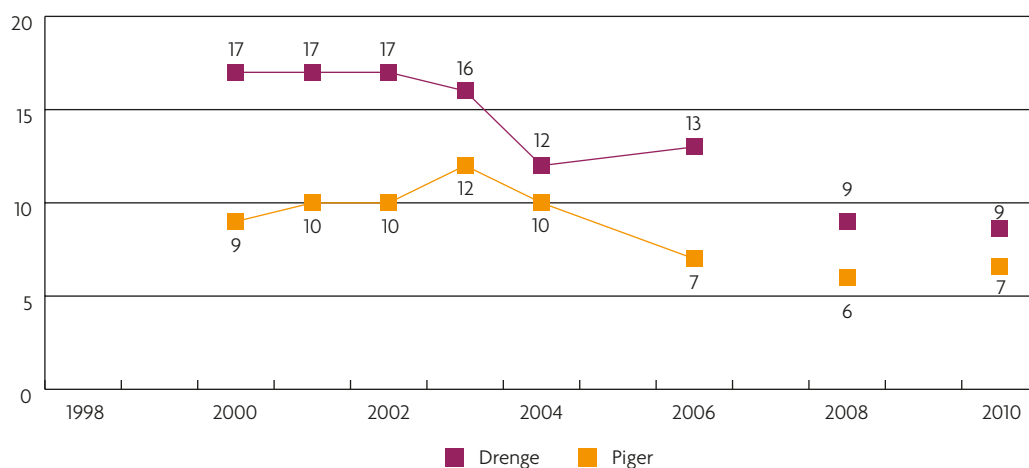
Figur 3 viser, at andelen, der oplyser at de nogensinde har prøvet hårde stoffer, er markant større blandt unge, der nogensinde har prøvet hash end blandt unge, der aldrig har prøvet hash. Blandt unge, der aldrig har prøvet hash, har mindre end en procent prøvet hårde stoffer.

**Figur 3. Andel, der nogensinde har brugt andre illegale stoffer end hash, blandt drenge og piger opdelt på brug af hash. 2010. Procent**



Blandt drenge ses der i perioden 2000 til 2006 et fald i andelen, der nogensinde har prøvet andre illegale stoffer end hash (figur 4). Figuren indikerer desuden, at faldet er fortsat i perioden 2006 til 2010. Blandt piger ses en stigning i årene 2000 til 2003 og derefter et fald. Figuren skal fortolkes med forsigtighed, idet resultaterne fra henholdsvis 2008 og 2010 ikke er direkte sammenlignelige med resultaterne fra de forrige år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode.

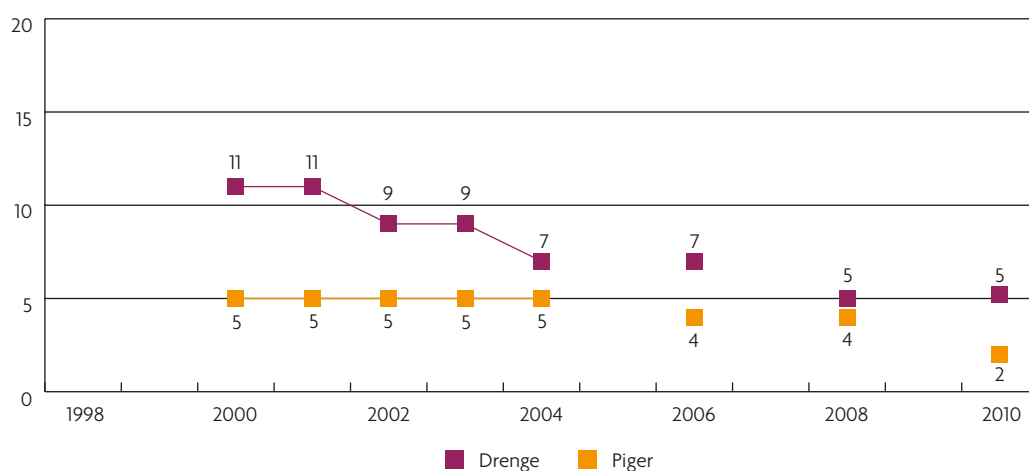
**Figur 4. Andel, der nogensinde har brugt andre illegale stoffer end hash, blandt drenge og piger. 2000-2010. Procent**



Tallene fra henholdsvis 2008 og 2010 er ikke direkte sammenlignelige med tallene fra de foregående år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode.

Figur 5, viser, at der er sket et fald i perioden 2000 til 2010 i andelen, der har brugt hårde stoffer inden for det seneste år, blandt drenge. Blandt piger er andelen konstant i den samme periode. Dog skal figuren fortolkes med varsomhed, da resultaterne fra henholdsvis 2008 og 2010 ikke er direkte sammenlignelige med resultaterne fra 2000 til 2006 på grund af en ændret dataindsamlingsmetode.

**Figur 5. Andel, der har brugt andre illegale stoffer end hash inden for det seneste år, blandt drenge og piger. 2000-2010. Procent**



Tallene fra henholdsvis 2008 og 2010 er ikke direkte sammenlignelige med tallene fra de foregående år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode.

## Referencer

1. Sundhedsstyrelsen. Narkotikasituationen i Danmark 2010. Årsrapport til det europæiske overvågningscenter for narkotika og narkotikamisbrug, EMCDDA. København: Sundhedsstyrelsen, 2010.





# Fysisk aktivitet

## Resumé

- 49,5 % af de 16-20-årige dyrker konkurrence- eller motionsidræt mindst fire timer om ugen. Andelen er markant større blandt drenge (59,9 %) end blandt piger (38,7 %)
- 12,1 % af de unge – svarende til ca. 42.000 unge i Danmark – har stillesiddende fysisk aktivitet i fritiden (dvs. læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse). Der ses ingen forskel i andelen mellem drenge og piger
- Der ses ingen større regionale forskelle i fysisk aktivitetsniveau
- Blandt piger med ikke-vestlig baggrund (28,2 %) er der en markant større andel med stillesiddende fritidsaktivitet sammenlignet med piger med dansk baggrund (11,0 %)
- 18,3 % af de 16-20-årige – svarende til ca. 63.000 unge på landsplan – vurderer egen fysisk form som mindre god eller dårlig. Andelen er større blandt piger (23,8 %) end blandt drenge (13,1 %)
- Der er en større andel blandt piger (82,2 %) end blandt drenge (65,5 %), der gerne vil være mere fysisk aktive

Fysisk aktivitet har mange positive effekter på både det fysiske og psykiske helbred. Ved fysisk aktivitet forstås ethvert muskelarbejde, der øger energiomsætningen. Igennem de seneste generationer er de fysiske krav i dagligdagen aftaget væsentligt. Dels er mængden af fysisk anstrengende arbejde aftaget, og dels transporterer vi os mere og mere i fx bil frem for på cykel eller til fods. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at alle unge under 18 år er fysisk aktive mindst 60 minutter om dagen, og at voksne er moderat fysisk aktive mindst 30 minutter om dagen. Dog er der endnu ikke fundet nogen sikker metode til måling af antallet af personer, der lever op til disse anbefalinger (1).

## Fysisk aktivitet i fritiden

I Den Nationale Sundhedsprofil 2010 er fysisk aktivitet i fritiden belyst gennem spørgsmålet: 'Hvis du ser på det sidste år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af din fysiske aktivitet i fritiden?' med svarkategorierne:

1. Træner hårdt og dyrker konkurrenceidræt regelmæssigt og flere gange om ugen
2. Dyrker motionsidræt eller udfører tungt havearbejde eller lignende mindst 4 timer om ugen
3. Spadserer, cykler eller har anden lettere motion mindst 4 timer om ugen (medregn også søndagsture, lettere havearbejde og cykling/gang til arbejde)
4. Læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse

Et tilsvarende spørgsmål med fire svarkategorier er stillet i de tidligere MULD-undersøgelser. Dog er svarkategorierne formuleret lidt anderledes og referenceperioden er det sidste halve år.

Halvdelen (49,5 %) af de 16-20-årige er moderat eller hårdt fysisk aktive i fritiden (dyrker konkurrence- eller motionsidræt mindst fire timer om ugen). I alt 12,1 % – svarende til ca. 42.000 unge i Danmark – har stillesiddende fritidsaktivitet (dvs. læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse). Det ses af tabel 1, at drenge og pigers fysiske aktivitetsniveau er forskelligt. Der er en markant større andel af drenge (59,9 %) end af piger (38,7 %), der er moderat eller hårdt fysisk aktive i fritiden. Hvad angår andelen, der er stillesiddende, er den totalt set ens for drenge (12,0 %) og piger (12,1 %).

**Tabel 1. Fysisk aktivitet i fritiden blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Konkurrenceidræt	34,5	33,6	29,1	28,4	23,9	30,0
Motionsidræt	27,5	28,0	30,4	29,0	34,8	29,9
Lettere motion	26,8	27,7	27,3	31,3	27,5	28,1
Stillesiddende	11,2	10,7	13,2	11,4	13,8	12,0
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.196	1.253	1.041	991	880	5.361

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Konkurrenceidræt	21,3	15,5	15,2	13,6	11,7	15,5
Motionsidræt	20,9	22,2	22,8	24,4	26,1	23,2
Lettere motion	46,9	50,7	47,9	50,0	50,4	49,2
Stillesiddende	10,9	11,6	14,1	12,0	11,8	12,1
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.427	1.435	1.361	1.324	1.078	6.625

Der ses ingen større regionale forskelle i fysisk aktivitetsniveau (tabel 2). Forekomsten af drenge med stillesiddende fritidsaktivitet er højest i Region Syddanmark (14,9 %) og Region Nordjylland (14,1 %) og lavest i Region Hovedstaden (10,5 %) og Region Sjælland (10,6 %). Blandt piger ses de højeste forekomster i Region Syddanmark (13,3 %) og Region Sjælland (13,2 %) og den laveste i Region Nordjylland (9,1 %).

**Tabel 2. Fysisk aktivitet i fritiden blandt drenge og piger i de fem regioner i 2010. Procent**

Drenge	Hoved-staden	Sjælland	Syd-danmark	Midt-jylland	Nord-jylland	Danmark
Konkurrenceidræt	30,1	30,3	28,1	31,7	29,3	30,0
Motionsidræt	29,6	29,4	28,8	31,7	29,5	29,9
Lettere motion	29,8	29,7	28,2	25,5	27,0	28,1
Stillesiddende	10,5	10,6	14,9	11,0	14,1	12,0
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.386	510	1.304	1.260	901	5.361

Piger	Hoved-staden	Sjælland	Syd-danmark	Midt-jylland	Nord-jylland	Danmark
Konkurrenceidræt	13,8	15,8	15,8	16,5	16,8	15,5
Motionsidræt	21,9	18,8	26,2	23,9	25,0	23,2
Lettere motion	52,3	52,2	44,7	48,0	49,1	49,2
Stillesiddende	12,0	13,2	13,3	11,7	9,1	12,1
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.919	701	1.507	1.547	951	6.625

Tabel 3 viser, at forekomsten af drenge, der er moderat eller hårdt fysisk aktive i fritiden, er højere blandt dem med ikke-vestlig baggrund (65,6 %) end blandt dem med dansk baggrund (59,4 %). Dog er andelen, med stillesiddende fritidsaktivitet, større blandt dem med ikke-vestlig baggrund (16,2 %) end blandt dem med dansk baggrund (11,8 %). Blandt piger er der en markant større andel med stillesiddende fritidsaktivitet blandt dem med ikke-vestlig baggrund (28,2 %) sammenlignet med dem med dansk baggrund (11,0 %).

Desuden er andelen, der er moderat eller hårdt fysisk aktive i fritiden, relativt lille (26,5 %) blandt piger med ikke-vestlig baggrund. Det skal her bemærkes, at der er forholdsvis få svarpersoner, med anden vestlig baggrund end dansk, hvorfor resultaterne for denne gruppe bør tolkes med forsigtighed.

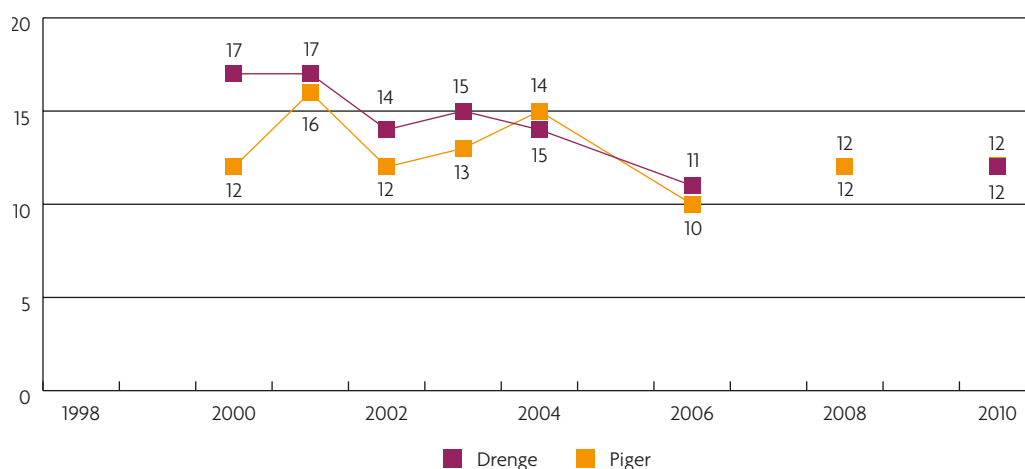
**Tabel 3. Fysisk aktivitet i fritiden blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**

Drenge	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Konkurrenceidræt	29,5	19,8	38,6
Motionsidræt	29,9	42,4	27,0
Lettene motion	28,8	30,1	18,2
Stillesiddende	11,8	7,6	16,2
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	4.992	76	293

Piger	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Konkurrenceidræt	16,0	13,9	8,2
Motionsidræt	23,4	28,5	18,3
Lettene motion	49,6	43,1	45,4
Stillesiddende	11,0	14,5	28,2
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	6.166	110	349

I perioden 2000 til 2006 er der sket et fald i andelen af drenge, der har stillesiddende fritidsaktivitet (figur 1). Blandt piger er der ikke sket systematiske ændringer i den samme periode. Figuren indikerer desuden, at andelen er nogenlunde uændret i perioden 2006 til 2010 blandt både drenge og piger. Det skal dog bemærkes, at resultaterne fra henholdsvis 2008 og 2010 ikke er direkte sammenlignelige med resultaterne fra de forrige år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode. Som tidligere nævnt er spørgsmålsformuleringen desuden lidt anderledes i 2010 end i de tidligere MULD-undersøgelser.

**Figur 1. Andel med stillesiddende fritidsaktivitet. 2000-2010. Procent**



Tallene fra henholdsvis 2008 og 2010 er ikke direkte sammenlignelige med tallene fra de foregående år på grund af en ændret dataindsamlingsmetode.

I alt 18,3 % af de 16-20-årige – svarende til ca. 63.000 unge på landsplan – vurderer egen fysisk form som mindre god eller dårlig. Andelen er større blandt piger (23,8 %) end blandt drenge (13,1 %) (tabel 4). Desuden er andelen, der vurderer egen fysisk form som virkelig god eller god, markant større blandt drenge (54,0 %) end blandt piger (33,9 %).

**Tabel 4. Selvvurderet fysisk form blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Virkelig god	18,0	15,2	11,9	13,0	11,6	14,0
God	42,1	39,2	41,7	37,2	39,7	40,0
Nogenlunde	27,6	32,8	31,9	37,5	34,9	32,9
Mindre god	9,8	10,3	11,5	10,1	11,1	10,5
Dårlig	2,5	2,5	3,1	2,1	2,7	2,6
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.215	1.273	1.055	993	888	5.424

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Virkelig god	5,7	2,9	3,5	2,2	3,1	3,5
God	33,3	30,6	28,8	30,1	29,2	30,4
Nogenlunde	40,1	43,6	43,3	42,8	41,7	42,3
Mindre god	16,3	18,8	18,4	19,2	18,7	18,3
Dårlig	4,6	4,0	6,0	5,7	7,3	5,5
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.441	1.436	1.375	1.326	1.083	6.661

Der ses overordnet ingen regionale forskelle i selvvurderet fysisk form (tabel 5). Blandt piger er andelen, der vurderer egen fysisk form som mindre god eller dårlig, lidt større i Region Hovedstaden (26,3 %) og Region Sjælland (25,5 %) end i de øvrige regioner.

**Tabel 5. Selvvurderet fysisk form blandt drenge og piger i de fem regioner i 2010. Procent**

Drenge	Hovedstaden	Sjælland	Syddanmark	Midtjylland	Nordjylland	Danmark
Virkelig god	13,2	13,5	14,3	14,8	14,0	14,0
God	39,9	37,6	39,3	41,9	40,7	40,0
Nogenlunde	34,1	36,2	31,3	31,7	31,4	32,9
Mindre god	10,1	8,5	12,8	10,0	11,2	10,5
Dårlig	2,7	4,3	2,3	1,6	2,6	2,6
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.398	514	1.312	1.285	915	5.424

Piger	Hovedstaden	Sjælland	Syddanmark	Midtjylland	Nordjylland	Danmark
Virkelig god	3,5	3,1	3,4	4,0	2,9	3,5
God	28,2	29,2	32,7	29,8	34,1	30,4
Nogenlunde	41,9	42,2	42,8	42,7	41,5	42,3
Mindre god	19,9	19,6	15,5	19,1	16,4	18,3
Dårlig	6,4	5,9	5,6	4,4	5,1	5,5
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.924	699	1.516	1.565	957	6.661

Det ses af tabel 6, at andelen der vurderer egen fysisk form som virkelig god eller god, er større blandt unge med ikke-vestlig baggrund end blandt unge med dansk baggrund blandt både drenge og piger. Desuden er andelen relativt stor blandt piger med anden vestlig baggrund. Dog skal det her bemærkes, at der er forholdsvis få svarpersoner, med anden vestlig baggrund, hvorfor resultaterne for denne gruppe bør tolkes med varsomhed.

**Tabel 6. Selvvurderet fysisk form blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**

Drenge	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Virkelig god	13,7	17,6	17,6
God	39,6	30,9	47,9
Nogenlunde	33,4	34,3	25,3
Mindre god	10,7	13,6	7,3
Dårlig	2,6	3,7	1,9
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	5.045	76	303

Piger	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Virkelig god	3,2	6,7	7,1
God	30,4	34,0	29,9
Nogenlunde	42,3	39,8	43,1
Mindre god	18,6	14,4	15,2
Dårlig	5,6	5,1	4,8
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	6.196	111	354

Tabel 7 viser andelen, der gerne vil være mere fysisk aktive, blandt drenge og piger opdelt på fysisk aktivitetsniveau i fritiden. Der er en større andel blandt piger (82,2 %) end blandt drenge (65,5 %), der gerne vil være mere fysisk aktive. Både for drenge og piger ses den største andel blandt unge, der dyrker lettere motion i fritiden, og den mindste andel blandt unge, der dyrker konkurrenceidræt.

**Tabel 7. Andel, der gerne vil være mere fysisk aktive, blandt drenge og piger opdelt på fysisk aktivitet i fritiden. 2010. Procent**

Drenge	Konkurrence- idræt	Motions- idræt	Lettere motion	Stille- siddende	Alle
Ja	49,1	69,3	77,6	68,5	65,5
Nej	39,6	19,1	12,3	18,1	23,2
Ved ikke	11,3	11,6	10,1	13,4	11,3
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.572	1.579	1.525	667	5.343

Piger	Konkurrence- idræt	Motions- idræt	Lettere motion	Stille- siddende	Alle
Ja	56,9	82,0	89,8	84,4	82,2
Nej	33,0	11,9	4,8	4,8	10,8
Ved ikke	10,1	6,2	5,4	10,8	7,0
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.035	1.583	3.183	793	6.594

## Referencer

1. Jørgensen ME, Rosenlund M. National monitorering af den officielle anbefaling om fysisk aktivitet – Et metodestudie. København: Statens Institut for Folkesundhed, 2005.

# Kost

## Resumé

- 16,8 % af de unge har et usundt kostmønster (dvs. et lavt indtag af frugt, grønt og fisk samt et højt indtag af mættet fedt) – 20,8 % blandt drenge og 12,7 % blandt piger
- De største andele af unge, der har et usundt kostmønster, ses blandt drenge i Region Nordjylland (24,0 %), Region Midtjylland (23,0 %) og Region Sjælland (22,9 %). De mindste andele ses blandt piger i Region Hovedstaden (9,9 %), Region Syddanmark (12,1 %) og Region Midtjylland (12,3 %)
- 11,4 % af drengene med ikke-vestlig baggrund har et usundt kostmønster sammenlignet med 21,5 % blandt drenge med dansk baggrund. For piger er de tilsvarende andele 13,4 % og 12,6 %

Kost har betydning for udviklingen af de store folkesygdomme, så som hjerte-kar-sygdomme, type 2-diabetes, kræft samt muskel- og skeletlidelser (herunder knogleskørhed) (1). Det er overordentligt vanskeligt at registrere befolkningens kostindtag. Antallet af forskellige fødevarer synes uendeligt, og det er meget krævende for den enkelte at rapportere den nøjagtige mængde af den kost, man har spist og drukket, og det kræver meget store databaser at omfatte alle de forskellige fødevarer, der findes. I denne undersøgelse har man derfor valgt ikke at registrere de unges kostvaner direkte, men i stedet belyse dem ved hjælp af en kostscore<sup>1</sup>. Det skal bemærkes at sukkerindtag ikke er en del af denne kostscore.

## Kostmønster

Kostvanerne er belyst ved spørgsmål om kostkomponenterne: frugt, grønt, fisk og fedt. Disse kostkomponenter har vist sig at være velvalgte prædiktorer for generelle sunde eller usunde kostvaner. Der er på baggrund af de fire kostkomponenter beregnet en kostscore, der gør det muligt at inddele en persons kostvaner i tre kategorier:

- Sundt kostmønster – generelt sunde kostvaner, herunder et højt indtag af frugt, grønt og fisk samt et lavt indtag af mættet fedt
- Middelsundt kostmønster – et middelhøjt indtag af frugt, grønt, fisk, fedt og mættet fedt
- Usundt kostmønster – generelt usunde kostvaner med et lavt indtag af frugt, grønt, fisk og et højt indtag af fedt og især mættet fedt

Totalt har 16,8 % af de 16-20-årige et usundt kostmønster i forhold til de fire målte kostkomponenter. Som det fremgår af tabel 1, er andelen større blandt drenge (20,8 %) end blandt piger (12,7 %). Der ses ingen sammenhæng mellem kostmønster og alder.

1 Kostscoren er udviklet af forskere på Forskningscenter for Forebyggelse og Sundhed i Region Hovedstaden

**Tabel 1. Kostmønster blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Sundt kostmønster	18,0	20,6	19,7	19,0	17,0	18,9
Middelsundt kostmønster	61,4	60,8	59,6	59,7	60,1	60,3
Usundt kostmønster	20,6	18,6	20,7	21,3	22,9	20,8
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.097	1.164	984	927	831	5.003

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Sundt kostmønster	26,2	26,6	24,9	24,8	25,7	25,6
Middelsundt kostmønster	61,3	60,2	62,1	64,0	61,0	61,7
Usundt kostmønster	12,5	13,2	13,0	11,2	13,3	12,7
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.288	1.358	1.306	1.266	1.056	6.274

Andelen af unge, der har et usundt kostmønster i forhold til de fire målte kostkomponenter, er størst i Region Nordjylland (20,5 %) og Region Sjælland (19,6 %) og mindst i Region Hovedstaden (12,7 %). I Region Midtjylland er andelen 17,8 % og i Region Syddanmark er andelen 17,0 %. Tabel 2 viser, at de største andele ses blandt drenge i Region Nordjylland (24,0 %), Region Midtjylland (23,0 %) og Region Sjælland (22,9 %) og de mindste andele ses blandt piger i Region Hovedstaden (9,9 %), Region Syddanmark (12,1 %) og Region Midtjylland (12,3 %).

**Tabel 2. Kostmønster blandt drenge og piger i de fem regioner i 2010. Procent**

Drenge	Hovedstaden	Sjælland	Syddanmark	Midtjylland	Nordjylland	Danmark
Sundt kostmønster	24,9	20,8	16,2	16,4	11,9	18,9
Middelsundt kostmønster	59,6	56,3	61,9	60,6	64,2	60,3
Usundt kostmønster	15,5	22,9	22,0	23,0	24,0	20,8
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.312	485	1.153	1.196	857	5.003

Piger	Hovedstaden	Sjælland	Syddanmark	Midtjylland	Nordjylland	Danmark
Sundt kostmønster	28,2	23,1	25,1	26,8	21,3	25,6
Middelsundt kostmønster	61,9	61,0	62,8	60,9	61,8	61,7
Usundt kostmønster	9,9	16,0	12,1	12,3	16,9	12,7
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.817	664	1.406	1.467	920	6.274

Det fremgår af tabel 3, at andelen af drenge, der har et usundt kostmønster i forhold til de fire målte kostkomponenter er mindre blandt dem med ikke-vestlig baggrund (11,4 %) end blandt dem med dansk (21,5 %) eller anden vestlig (21,0 %) baggrund. Der ses ingen sammenhæng mellem kostmønster og etnisk baggrund blandt piger. Det skal bemærkes, at der er forholdsvis få svarpersoner (68 drenge og 106 piger) med anden vestlig baggrund end dansk, hvorfor resultaterne for denne gruppe bør tolkes med forsigtighed.



**Tabel 3. Kostmønster blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent.**

<b>Drenge</b>	<b>Dansk</b>	<b>Anden vestlig</b>	<b>Ikke-vestlig</b>
Sundt kostmønster	18,2	23,4	27,6
Middelsundt kostmønster	60,4	55,6	61,0
Usundt kostmønster	21,5	21,0	11,4
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	4.656	68	279

<b>Piger</b>	<b>Dansk</b>	<b>Anden vestlig</b>	<b>Ikke-vestlig</b>
Sundt kostmønster	25,6	25,6	26,5
Middelsundt kostmønster	61,8	63,4	60,1
Usundt kostmønster	12,6	10,9	13,4
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	5.825	106	343

### Referencer

1. Groth MV, Fagt S. Kost. I: Kjølner M, Juel K, Kamper-Jørgensen F (red). Folkesundhedsrapporten Danmark 2007. København: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, 2007.



# Vægt

## Resumé

- Samlet set er 20,1 % af drengene og 16,9 % af pigerne moderat eller svært overvægtige
- 6,7 % af drengene og 10,9 % af pigerne er undervægtige
- 4,0 % af pigerne og 4,2 % af drengene er svært overvægtige
- Andelen af 16-20-årige med moderat eller svær overvægt er mindre i Region Hovedstaden end i øvrige regioner
- 24,5 % af drengene med ikke-vestlig baggrund har moderat eller svær overvægt. Blandt drenge med dansk baggrund er andelen 19,7 %
- Andelen af dem med svær overvægt, der vurderer deres vægt som lidt eller alt for høj, er 90,4 % blandt drenge og 96,0 % blandt piger
- Der er en markant større andel blandt normalvægtige piger (50,4 %) end blandt normalvægtige drenge (13,8 %), der vurderer deres vægt som lidt eller alt for høj
- 79,7 % af de undervægtige drenge vurderer deres vægt som lidt eller alt for lav, mens den tilsvarende andel blandt piger er 33,5 %
- Blandt 16-20-årige med svær overvægt, ønsker en markant større andel af pigerne (80,9 %) end af drengene (54,4 %) i høj grad at tabe sig

Overvægt blandt børn og unge øger risikoen for type 2-diabetes og hjerte-kar-sygdomme senere i livet (1). Hertil kommer at mange overvægtige børn og unge har det svært i deres sociale liv og er udsat for drillerier og mobning. Der er sket en kraftig stigning i andelen moderat eller svært overvægtige børn og voksne gennem de seneste årtier (2,3).

## BMI (Body Mass Index)

BMI beregnes som kropsvægt i kilo divideret med kvadratet på højden målt i meter. WHO definerer moderat overvægt hos voksne (18 år eller derover) som et BMI på 25-29,9 og svær overvægt som et BMI på 30 eller derover (4). Undervægt er defineret som et BMI under 18,5. Undervægt og overvægt hos børn og unge er sværere at vurdere end hos en voksen. Dette skyldes, at der hos børn og unge bør tages højde for alder og pubertetsudvikling. BMI-grænseværdier for unge under 18 år udregnes derfor som personens køns og alders specifikke grænseværdier, som fremgår af tabel 1 (5,6). Fx betegnes en 16-årig dreng med et BMI  $\geq 28,88$  som svært overvægtig.

**Tabel 1. Køns- og aldersspecifikke BMI- grænseværdier**

Undervægt			Moderat overvægt		Svær overvægt	
Alder	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger
16	17,54	17,91	23,90	24,37	28,88	29,43
16,5	17,80	18,09	24,19	24,54	29,14	29,56
17	18,05	18,25	24,46	24,70	29,41	29,69
17,5	18,28	18,38	24,73	24,85	29,70	29,84
18-20	18,50	18,50	25,00	25,00	30,00	30,00

I alt 72,8 % af de 16-20-årige i Danmark er normalvægtige, 8,7 % er undervægtige, 14,4 % er moderat overvægtige og 4,1 % er svært overvægtige. Det svarer til, at ca. 30.000 af de unge er undervægtige og ca. 14.000 er svært overvægtige. Tabel 2 viser BMI-fordelingen blandt drenge og piger i forskellige aldre. Andelen af undervægtige er større blandt piger (10,9 %) end blandt drenge (6,7 %). Blandt drenge falder andelen med stigende

alder, mens den blandt piger først falder efter 18-års alderen. Endvidere viser tabellen at 20,1 % af drengene og 16,9 % af pigerne er moderat eller svært overvægtige.

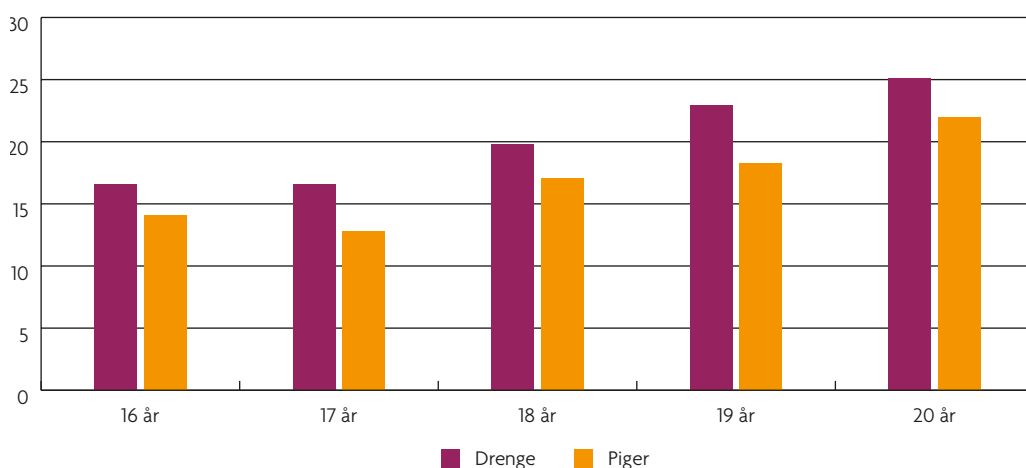
**Tabel 2. BMI blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Undervægt	9,1	8,2	6,3	5,4	4,3	6,7
Normalvægt	74,3	75,2	73,9	71,7	70,7	73,2
Moderat overvægt	13,8	12,6	15,9	17,6	20,1	15,9
Svær overvægt	2,8	4,0	4,0	5,4	5,0	4,2
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.201	1.250	1.033	979	871	5.334

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Undervægt	12,1	12,3	12,6	9,8	7,6	10,9
Normalvægt	73,8	74,9	70,4	71,8	70,4	72,3
Moderat overvægt	11,9	10,3	13,0	13,5	15,7	12,9
Svær overvægt	2,2	2,5	4,1	4,9	6,3	4,0
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.400	1.409	1.346	1.298	1.068	6.521

I figur 1 ses andelen af moderat eller svært overvægtige blandt drenge og piger i forskellige aldre. I alle aldre er andelen større blandt drenge end blandt piger. Andelen er størst blandt de 20-årige drenge (25,1 %). Det ses ligeledes, at den samlede overvægt stiger for både 16-20 årige drenge og piger.

**Figur 1. Andel moderat eller svært overvægtige blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**



Region Hovedstaden har i forhold til øvrige regioner en mindre andel, der er moderat eller svært overvægtige (tabel 3). Dette gælder både drenge og piger. Der ses ingen regionale variationer i forekomsten af undervægt.

**Tabel 3. BMI blandt 16-20-årige drenge og piger i de fem regioner i 2010. Procent**

Drenge	Hoved-staden	Sjælland	Syd-danmark	Midt-jylland	Nord-jylland	Danmark
Undervægt	7,0	7,0	6,5	6,5	6,3	6,7
Normalvægt	75,2	72,9	71,3	74,0	70,8	73,2
Moderat overvægt	14,6	16,4	16,9	15,3	18,0	15,9
Svær overvægt	3,2	3,8	5,3	4,2	4,9	4,2
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.381	510	1.279	1.267	897	5.334

Piger	Hoved-staden	Sjælland	Syd-danmark	Midt-jylland	Nord-jylland	Danmark
Undervægt	11,0	12,0	11,2	10,2	10,3	10,9
Normalvægt	75,7	68,9	70,9	73,1	69,2	72,3
Moderat overvægt	10,3	14,1	13,3	13,1	16,2	12,9
Svær overvægt	3,1	5,0	4,7	3,6	4,3	4,0
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.889	686	1.482	1.537	927	6.521

Det ses af tabel 4, at andelen af moderat eller svært overvægtige er større blandt drenge med anden vestlig baggrund (25,3 %) end blandt drenge med dansk baggrund (19,7 %). Der ses ingen øvrige systematiske forskelle i BMI mellem grupper med forskellig etnisk baggrund. Det skal her bemærkes, at der er forholdsvis få svarpersoner, med anden vestlig baggrund end dansk, hvorfor resultaterne for denne gruppe bør tolkes med forsigtighed.

**Tabel 4. BMI blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**

Drenge	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Undervægt	6,8	3,4	5,9
Normalvægt	73,5	71,3	69,5
Moderat overvægt	15,5	21,6	19,9
Svær overvægt	4,2	3,7	4,6
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	4.965	74	295

Piger	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Undervægt	10,9	13,4	10,5
Normalvægt	72,2	72,0	73,5
Moderat overvægt	12,9	12,0	12,2
Svær overvægt	4,0	2,6	3,8
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	6.071	110	340

### Selv vurderet vægt

De unge er i spørgeskemaet blevet bedt om selv at vurdere deres vægt. I tabel 5 ses, at 79,7 % af de undervægtige drenge vurderer deres vægt som lidt eller alt for lav, mens den tilsvarende andel blandt piger er 33,5 %. Andelen af normalvægtige, der vurderer deres vægt som lidt eller alt for høj, er markant større blandt piger (50,4 %) end blandt drenge (13,8 %). Blandt drengene med normalvægt er der 26,1 % som vurderer deres vægt for lav.

Endvidere viser tabellen, at andelen svært overvægtige, der vurderer deres vægt som lidt eller alt for høj, er 90,4 % blandt drenge og 96,0 % blandt piger.

**Tabel 5. Selvvurderet vægt i forhold til BMI blandt 16-20-årige drenge og piger i 2010. Procent**

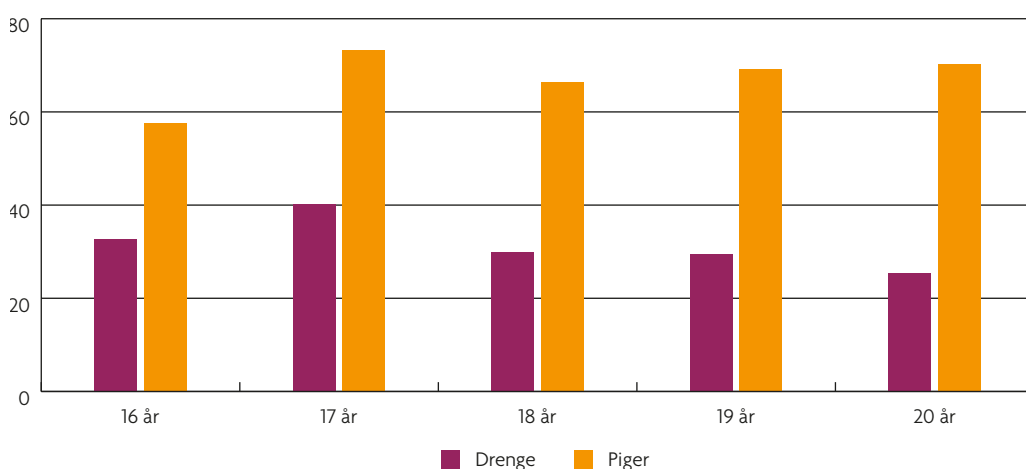
Drenge	Undervægt	Normalvægt	Moderat overvægt	Svær overvægt
Alt eller lidt for lav	79,7	26,1	3,0	2,0
Tilpas	19,7	60,1	24,7	7,6
Lidt eller alt for høj	0,6	13,8	72,3	90,4
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	362	3.861	875	228

Piger	Undervægt	Normalvægt	Moderat overvægt	Svær overvægt
Alt eller lidt for lav	33,5	3,4	0,6	1,6
Tilpas	57,9	46,3	2,8	2,4
Lidt eller alt for høj	8,7	50,4	96,6	96,0
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	706	4.706	830	267

### Ønske om vægttab

Der ses en markant større andel blandt moderat og svært overvægtige piger (67,6 %) end blandt drenge (31,0 %), der i høj grad vil tabe sig. Figur 2 viser andelen, der i høj grad vil tabe sig blandt moderat eller svært overvægtige drenge og piger i forskellige aldre. Af figuren fremgår, at der i alle aldersgrupper er en større andel blandt piger end blandt drenge, der i høj grad vil tabe sig. De største andele ses blandt 17-årige drenge og piger, men der er størst forskel mellem piger og drenge i alderen 20 år, hvor 70,2 % af pigerne ønsker at tabe sig, mens dette kun gælder for 25,5 % af drengene.

**Figur 2. Andel, der i høj grad vil tabe sig, blandt moderat eller svært overvægtige drenge og piger 16-20 år. 2010. Procent**



## Referencer

1. Nielsen A, Nybo-Andersen AM, Bilenberg N, Petersen PE. Børn. I: Kjølner M, Juel K, Kamper-Jørgensen F (red). Folkesundhedsrapporten Danmark 2007. København: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, 2007.
2. Ekholm O, Kjølner M, Davidsen M, Hesse U, Eriksen L, Christensen AI, Grønbæk M. Sundhed og sygelighed i Danmark 2005 & udviklingen siden 1987. København: Statens Institut for Folkesundhed, 2006.
3. Due P, Heitmann BL, Sørensen TIA. Adipositas epidemien i Danmark. Ugeskr Læger 2006;168:129-132.
4. WHO. Obesity: Preventing and managing the global epidemic. Report of the WHO consultation. Geneva: WHO, 2000.
5. 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.
6. Cole TJ, Flegal KM, Nicholls D, Jackson AA. Body mass index cut offs to define thinness in children and adolescents: international survey. BMJ 2007;335:194.





# Mental sundhed

## Resumé

- Andelen med dårlig mental sundhed er væsentlig større blandt piger (14,9 %) end blandt drenge (7,6 %). Både for drenge og piger er andelen mindst blandt de 16-årige
- Forekomsten af dårlig mental sundhed er højest i Region Sjælland og lavest i Region Midtjylland
- Der er en større andel med dårlig mental sundhed blandt drenge med ikke-vestlig baggrund (11,3 %) end blandt drenge med dansk baggrund (7,3 %)

Der er god dokumentation for, at mental sundhed har betydning for udvikling og forløb af en række fysiske og psykiske sygdomme, og at dårlig mental sundhed hænger sammen med risikoadfærd i forhold til rygning, alkoholindtag, misbrug og fysisk inaktivitet (1-4).

I nærværende undersøgelse anvendes spørgsmålsbatteriet SF-12 til at beskrive de unges mentale helbred. SF står for Short Form, idet spørgsmålsbatteriet er udviklet på grundlag af et langt mere omfattende spørgsmålsbatteri.

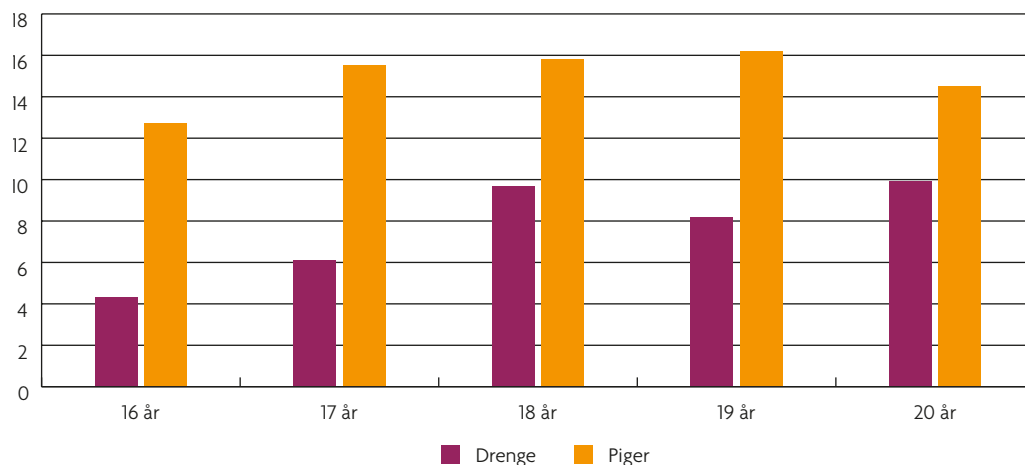
SF-12 indeholder 12 spørgsmål, der belyser en persons helbredstilstand inden for de seneste fire uger. Spørgsmålene omhandler helbredsrelaterede begrænsninger i fysisk funktion, social funktion og psykisk velbefindende. SF-12 er et udbredt og anerkendt mål, og flere studier har dokumenteret høj validitet. SF-12 er et såkaldt generisk helbredsstatusmål, hvilket vil sige, at spørgsmålene anses som relevante for såvel syge som raske. Da generiske spørgeskemaer indeholder spørgsmål af generel helbredsmæssig relevans, kan de anvendes til sammenligninger af livskvalitet mellem forskellige patientgrupper og mellem raske og syge. De generiske skalaer er ligeledes velegnet i forbindelse med befolkningsundersøgelser af den almene helbredstilstand.

Ud fra besvarelserne af de 12 spørgsmål er det muligt at beregne en samlet score for en mental helbredskomponent. Jo højere score desto bedre mental helbredstilstand.

På baggrund af en gennemgang af litteraturen og statistiske analyser er der defineret en standardafgrænsning for den mentale helbredskomponent. Gruppen, der har dårlig mental sundhed, er afgrænset til de 10 % med den laveste score på den mentale helbredskomponent blandt voksne danskere (16 år eller derover) i Den Nationale Sundhedsprofil 2010 (5). Dette svarer til en score på 35,76 eller derunder, og denne grænse er også anvendt her for 16-20-årige drenge og piger. Denne metode er tidligere anvendt i en national undersøgelse om mental sundhed, hvor afgrænsningen på 10 % blev vurderet som relevant på baggrund af fordelingen af fire separate indikatorer for mental sundhed (2).

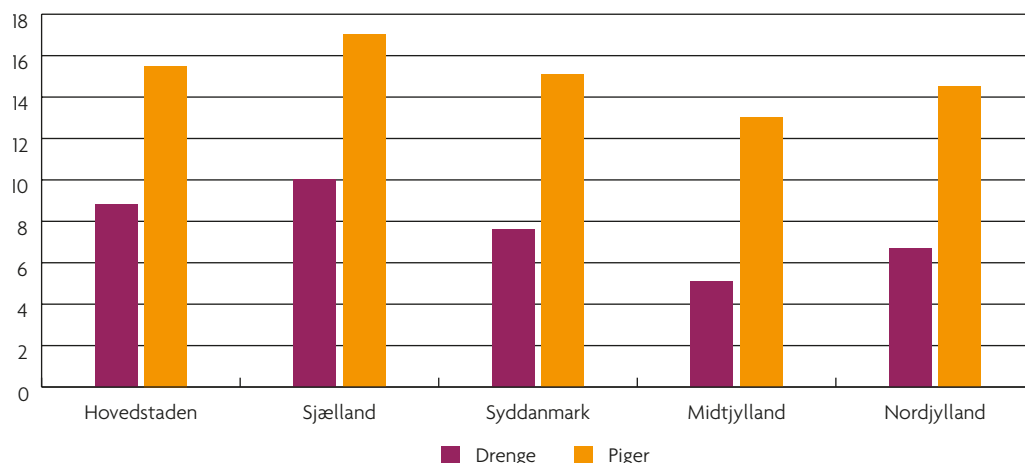
Andelen med dårlig mental sundhed – med den valgte afgrænsning – er væsentlig større blandt piger (14,9 %) end blandt drenge (7,6 %). Både for drenge og piger er andelen mindst blandt de 16-årige (figur 1).

**Figur 1. Andel med dårlig mental sundhed blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**



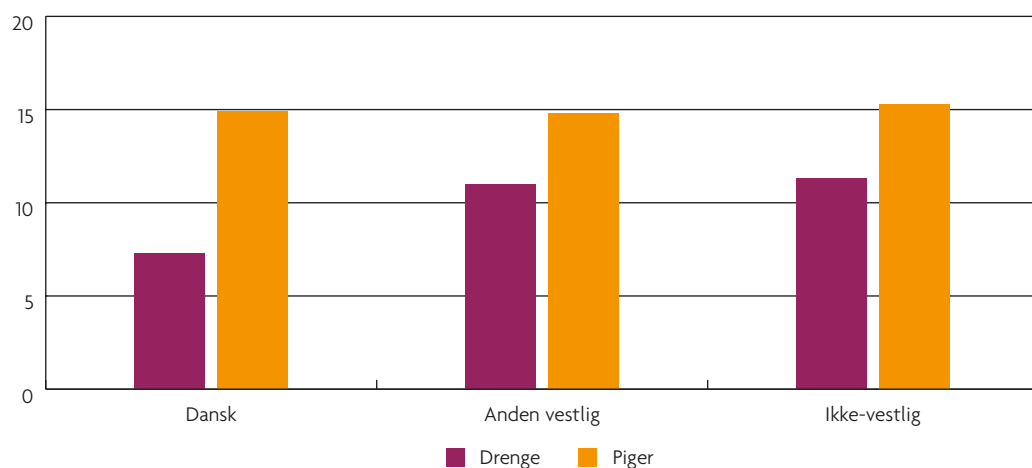
Der ses en relativt lav forekomst af unge med dårlig mental sundhed i Region Midtjylland blandt både drenge (5,1 %) og piger (13,0 %) (figur 2). I Region Sjælland er forekomsten relativt høj blandt både drenge (10,0 %) og piger (17,0 %).

**Figur 2. Andel med dårlig mental sundhed i de fem regioner i 2010. Procent**



Figur 3 viser, at en større andel blandt drenge med anden vestlig (11,0 %) og ikke-vestlig baggrund (11,3 %) har dårlig mental sundhed end blandt drenge med dansk baggrund (7,3 %). Der ses ingen forskelle i forekomsten blandt piger. Dog skal det bemærkes, at der er forholdsvis få svarpersoner med anden vestlig baggrund, hvorfor resultaterne for denne gruppe bør tolkes med forsigtighed.

**Figur 3. Andel med dårlig mental sundhed blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**



I kapitlet om sammenhæng mellem risikofaktorer er det beskrevet, hvordan dårlig mental sundhed hænger sammen med rygevaner, alkoholvaner, brug af illegale stoffer og sociale relationer.

### Referencer

1. Eplov LF, Lauridsen S. Fremme af mental sundhed – baggrund, begreb og determinanter. København: Sundhedsstyrelsen, 2008.
2. Christensen AI, Davidsen M, Kjølner M, Juel K. Mental sundhed blandt voksne danskere. København: Sundhedsstyrelsen, 2010.
3. Holstein BE, Damsgaard MT, Henriksen PW, Kjær C, Meilstrup C, Nelausen MK, Nielsen L, Rayce SB, Due P. Psykisk mistrivsel blandt 11-15-årige. København: Sundhedsstyrelsen, 2011.
4. Dalgard OS, Mathisen KS, Nord E, Ose S, Rognerud M, Aarø LE. Bedre føre var... Psykisk helse: Helsefremmende og forebyggende tiltak og anbefalinger. Oslo: Nasjonalt folkehelseinstitutt, 2011.
5. Sundhedsstyrelsen. Den Nationale Sundhedsprofil 2010 – Hvordan har du det? København: Sundhedsstyrelsen, 2011.



# Sociale relationer

## Resumé

- 1,6 % af de unge – svarende til ca. 5.500 unge i Danmark – er sjældent eller aldrig i kontakt med venner
- En ud af tyve piger (5,2 %) med ikke-vestlig baggrund er sjældent eller aldrig i kontakt med venner
- 7,1 % af de 16-20-årige – svarende til ca. 25.000 unge på landsplan – angiver, at de ofte er alene, selvom de mest har lyst til at være sammen med andre. Andelen er lidt større blandt piger (7,8 %) end blandt drenge (6,5 %)
- 12,9 % af drengene med ikke-vestlig baggrund er ofte uønsket alene sammenlignet med 6,0 % blandt drenge med dansk baggrund. Der ses ingen forskel i andelen blandt piger
- 3,1 % – eller ca. 11.000 unge på landsplan – har aldrig eller næsten aldrig nogen at tale med, hvis de har problemer eller har brug for støtte. Andelen er lidt større blandt drenge (3,9 %) end blandt piger (2,1 %)
- Andelen, der aldrig eller næsten aldrig har nogen at tale med, hvis de har problemer eller har brug for støtte, er større blandt unge med ikke-vestlig baggrund (6,6 %) end blandt unge med dansk baggrund (2,8 %)
- 4,6 % af drengene i Region Hovedstaden og Region Syddanmark har aldrig eller næsten aldrig nogen at tale med, hvis de har problemer eller har brug for støtte

Sociale relationer har en central placering inden for folkesundhedsvidenskaben. Det er dokumenteret, at der er en sammenhæng mellem sociale relationer og sundhed. Personer med stærke sociale relationer har overordnet et bedre helbred, bliver i mindre grad syge og overvinder lettere sygdom end personer med svage sociale relationer (1). Sociale relationer kan beskrives ved henholdsvis en strukturel og en funktionel dimension (2). Det strukturelle aspekt dækker primært over kvantiteten af de formelle og uformelle relationer, dvs. hvor mange og hvilke sociale relationer en person har. Det funktionelle aspekt udgør den form for støtte, en person modtager fra sit netværk, dvs. den kvalitative del af de sociale relationer. I nærværende undersøgelse belyses det strukturelle aspekt ud fra, hvor ofte man er i kontakt med venner. Det funktionelle aspekt belyses ud fra spørgsmålene: om det nogensinde sker, at de er alene, selvom de mest har lyst til at være sammen med andre, og om de har nogen at tale med, hvis de har problemer eller brug for støtte.

## Kontakt med venner

I alt oplyser 1,6 % af de unge, at de sjældent (sjældnere end 1 gang om måneden) eller aldrig er i kontakt med venner (med kontakt menes der, at man er sammen, taler i telefon sammen, skriver til hinanden m.v.). Det svarer til ca. 5.500 unge på landsplan. Der ses ingen forskel i andelen af drenge og piger, der sjældent eller aldrig er i kontakt med venner (tabel 1). Andelen, der dagligt eller næsten dagligt er i kontakt med venner, er større blandt drenge (80,3 %) end blandt piger (76,8 %). Der er en klar sammenhæng mellem alder og andelen, der dagligt eller næsten dagligt er i kontakt med venner. Både blandt drenge og piger falder andelen med stigende alder.

**Tabel 1. Kontakt med venner blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Dagligt eller næsten dagligt	84,6	84,2	83,3	76,5	72,4	80,3
1 eller 2 gange om ugen	11,1	11,3	10,6	18,8	22,2	14,7
1 eller 2 gange om måneden	2,8	2,6	4,7	3,0	3,7	3,3
Sjældnere end 1 gang om måneden	1,0	0,8	1,2	1,1	1,0	1,0
Aldrig	0,5	1,1	0,3	0,6	0,6	0,6
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.015	1.073	888	823	721	4.520

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Dagligt eller næsten dagligt	83,8	83,5	81,6	69,7	64,6	76,8
1 eller 2 gange om ugen	11,2	12,5	13,2	23,6	26,6	17,3
1 eller 2 gange om måneden	3,7	2,5	4,4	4,3	6,6	4,3
Sjældnere end 1 gang om måneden	1,1	0,8	0,6	2,0	1,9	1,2
Aldrig	0,2	0,8	0,2	0,4	0,3	0,4
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.259	1.237	1.172	1.145	935	5.748

Tabel 2 viser, at andelen, der sjældent eller aldrig er i kontakt med venner, er større blandt piger med ikke-vestlig baggrund (5,2 %) end blandt piger med dansk baggrund (1,4 %). Der er ingen forskel i andelen blandt drenge. Det skal bemærkes, at der er forholdsvis få svarpersoner med anden vestlig baggrund end dansk, hvorfor resultaterne for denne gruppe bør tolkes med forsigtighed.

**Tabel 2. Kontakt med venner blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**

Drenge	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Dagligt eller næsten dagligt	80,2	84,5	80,3
1 eller 2 gange om ugen	14,9	11,4	13,0
1 eller 2 gange om måneden	3,3	4,1	4,3
Sjældnere end 1 gang om måneden	1,0	0,0	1,3
Aldrig	0,6	0,0	1,1
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	4.179	65	276

Piger	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Dagligt eller næsten dagligt	77,7	66,8	66,3
1 eller 2 gange om ugen	16,7	24,4	24,1
1 eller 2 gange om måneden	4,2	6,3	4,4
Sjældnere end 1 gang om måneden	1,1	1,9	3,6
Aldrig	0,3	0,7	1,6
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	5.322	99	327

### Uønsket alene

Svarpersonerne er blevet spurgt om det nogensinde sker, at de er alene, selvom de mest har lyst til at være sammen med andre. I alt angiver 7,1 % af svarpersonerne – svarende til ca. 25.000 unge i Danmark, at de ofte er uønsket alene. Tabel 3 viser, at andelen er lidt større blandt piger (7,8 %) end blandt drenge (6,5 %). Der ses ingen sammenhæng mellem alder og andelen, der angiver, at de ofte er uønsket alene.

**Tabel 3. Andel, der er uønsket alene, blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Ofte	6,1	6,9	6,3	6,6	6,6	6,5
En gang imellem	27,2	27,1	28,3	26,8	27,6	27,4
Sjældent	40,2	41,2	34,8	41,4	40,7	39,7
Aldrig	26,5	24,9	30,7	25,2	25,1	26,5
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.206	1.262	1.044	986	883	5.381

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Ofte	7,4	8,0	7,6	7,0	8,9	7,8
En gang imellem	26,1	29,3	31,1	31,1	28,1	29,1
Sjældent	41,5	40,7	39,3	41,3	42,1	41,0
Aldrig	25,0	22,1	22,0	20,6	20,9	22,1
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.433	1.438	1.363	1.319	1.079	6.632

Der ses ingen systematiske forskelle mellem regionerne med hensyn til andelen af unge, der ofte er uønsket alene (tabel 4). Den største andel ses blandt piger i Region Syddanmark (9,5 %), og den mindste andel ses blandt drenge i Region Midtjylland (5,6 %).

**Tabel 4. Andel, der er uønsket alene, blandt drenge og piger i de fem regioner i 2010. Procent**

Drenge	Hoved-staden	Sjælland	Syd-danmark	Midt-jylland	Nord-jylland	Danmark
Ofte	6,7	6,5	7,1	5,6	6,6	6,5
En gang imellem	28,7	27,3	27,3	27,8	23,5	27,4
Sjældent	39,0	38,0	39,0	41,3	41,3	39,7
Aldrig	25,5	28,2	26,6	25,3	28,6	26,5
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.383	507	1.312	1.270	909	5.381

Piger	Hoved-staden	Sjælland	Syd-danmark	Midt-jylland	Nord-jylland	Danmark
Ofte	8,1	7,8	9,5	6,6	6,1	7,8
En gang imellem	26,6	29,4	31,8	30,1	27,1	29,1
Sjældent	42,8	42,3	37,8	40,8	41,6	41,0
Aldrig	22,5	20,5	20,8	22,5	25,2	22,1
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.917	694	1.517	1.552	952	6.632

Tabel 5 viser, at andelen af drenge, der ofte er uønsket alene, er markant større blandt dem med ikke-vestlig baggrund (12,9 %) sammenlignet med dem med dansk baggrund (6,0 %). Blandt piger ses der en relativt stor andel blandt dem med anden vestlig baggrund (11,7 %). Dog skal det her bemærkes, at der er forholdsvis få svarpersoner med anden vestlig baggrund end dansk, hvorfor tallene for denne gruppe bør fortolkes med varsomhed.

**Tabel 5. Andel, der er uønsket alene, blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**

Drenge	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Ofte	6,0	7,2	12,9
En gang imellem	27,4	42,5	24,7
Sjældent	40,4	23,6	32,9
Aldrig	26,2	26,7	29,5
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	5.006	75	300

Piger	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Ofte	7,8	11,7	6,7
En gang imellem	28,8	25,6	35,1
Sjældent	41,6	37,4	33,0
Aldrig	21,9	25,3	25,3
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	6.170	110	352

### **Nogen at tale med, hvis man har problemer eller brug for støtte**

I alt oplyser 3,1 % af de 16-20-årige – svarende til ca. 11.000 unge på landsplan – at de aldrig eller næsten aldrig har nogen at tale med, hvis de har problemer eller har brug for støtte. Der er en større andel blandt drenge (3,9 %) end blandt piger (2,1 %) (tabel 6). Blandt piger ses den største andel blandt de 16-årige (3,1 %) og den mindste andel blandt de 20-årige (1,1 %). Blandt drenge ses ingen systematiske forskelle i andelen.



**Tabel 6. Andel, der har nogen at tale med, hvis man har problemer eller brug for støtte, blandt drenge og piger 16-20 år i 2010. Procent**

Drenge	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Aldrig eller næsten aldrig	3,7	4,6	3,6	4,0	3,7	3,9
Nogen gange	8,0	9,4	9,7	10,1	7,9	9,0
For det meste	24,0	24,4	21,7	24,8	25,0	24,0
Ofte	64,4	61,6	64,9	61,1	63,4	63,1
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.205	1.265	1.047	987	884	5.388

Piger	16 år	17 år	18 år	19 år	20 år	Alle
Aldrig eller næsten aldrig	3,1	2,4	2,6	1,4	1,1	2,1
Nogen gange	8,1	8,3	9,5	8,6	8,8	8,6
For det meste	20,3	20,7	21,4	21,5	21,3	21,1
Ofte	68,5	68,7	66,5	68,4	68,8	68,2
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.435	1.442	1.365	1.321	1.079	6.642

Tabel 7 viser, at forekomsten af drenge, der aldrig eller næsten aldrig har nogen at tale med, hvis de har problemer eller har brug for støtte, er høj i Region Hovedstaden (4,6 %) og Region Syddanmark (4,6 %). Den laveste forekomst ses i Region Sjælland (2,3 %). Blandt piger ses de højeste forekomster i Region Syddanmark (2,9 %) og Region Midtjylland (2,6 %), og de laveste i Region Nordjylland (1,1 %) og Region Sjælland (1,3 %).

**Tabel 7. Andel, der har nogen at tale med, hvis man har problemer eller brug for støtte, blandt drenge og piger i de fem regioner i 2010. Procent**

Drenge	Hovedstaden	Sjælland	Syddanmark	Midtjylland	Nordjylland	Danmark
Aldrig eller næsten aldrig	4,6	2,3	4,6	3,8	3,4	3,9
Nogen gange	9,1	9,1	8,6	9,9	7,7	9,0
For det meste	24,3	23,1	21,6	26,7	23,5	24,0
Ofte	62,0	65,5	65,1	59,6	65,4	63,1
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.385	508	1.311	1.271	913	5.388

Piger	Hovedstaden	Sjælland	Syddanmark	Midtjylland	Nordjylland	Danmark
Aldrig eller næsten aldrig	1,9	1,3	2,9	2,6	1,1	2,1
Nogen gange	8,5	9,9	8,6	8,9	6,9	8,6
For det meste	21,4	19,4	19,7	23,3	20,3	21,1
Ofte	68,1	69,4	68,8	65,2	71,8	68,2
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.920	697	1.516	1.555	954	6.642

Andelen, der aldrig eller næsten aldrig har nogen at tale med, hvis de har problemer eller har brug for støtte, er større blandt unge med ikke-vestlig baggrund (6,6 %) eller anden vestlig baggrund (5,4 %) end blandt unge med dansk baggrund (2,8 %). Dette gælder både for drenge og piger (tabel 8). Det skal dog bemærkes, at der er forholdsvis få svarper-

soner med anden vestlig baggrund, hvorfor resultaterne for denne gruppe bør tolkes med forsigtighed.

**Tabel 8. Andel, der har nogen at tale med, hvis man har problemer eller brug for støtte, blandt drenge og piger opdelt på etnisk baggrund i 2010. Procent**

Drenge	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Aldrig eller næsten aldrig	3,6	7,4	8,4
Nogen gange	8,4	7,7	17,8
For det meste	23,7	26,8	27,5
Ofte	64,4	58,1	46,4
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	5.013	76	299

Piger	Dansk	Anden vestlig	Ikke-vestlig
Aldrig eller næsten aldrig	1,9	3,8	4,4
Nogen gange	8,2	14,5	14,5
For det meste	20,9	18,3	23,6
Ofte	69,0	63,4	57,4
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	6.181	110	351

## Referencer

1. Due P, Holstein BE. Sociale relationer og sundhed. I: Kamper-Jørgensen F, Almind G, Jensen BB (red). Forebyggende sundhedsarbejde. København: Munksgaard, 2009.
2. Lund R, Due P. Sociale relationer og helbred. I: Iversen L, Kristensen TS, Holstein BE, Due P (red). Medicinsk sociologi – samfund, sundhed og sygdom. København: Munksgaard, 2008.

# Sammenhæng mellem risikofaktorer

## Resumé

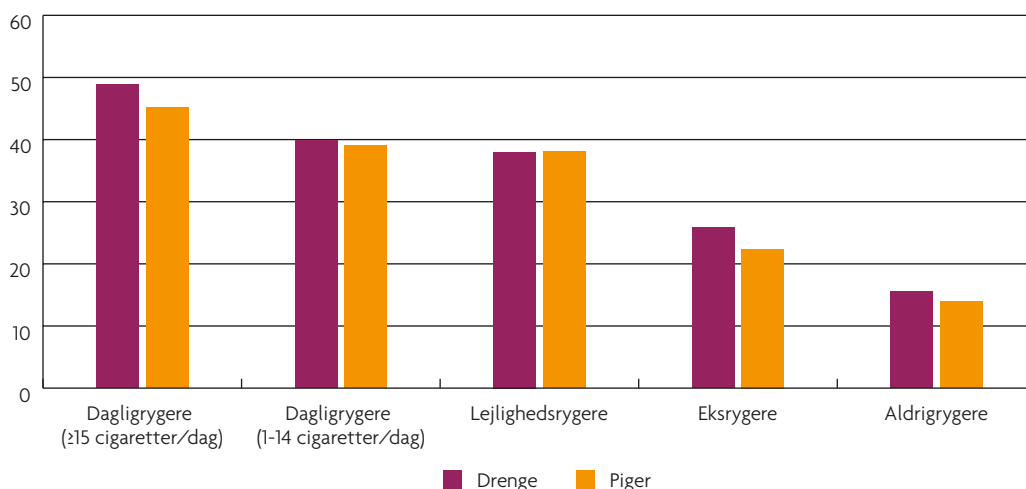
- Der er en klar sammenhæng mellem unges rygevaner, alkoholvaner og brug af illegale stoffer. Hvis unge har en usund livsstil på ét område, så er der også stor sandsynlighed for, at de har det på andre områder
- Der er klar sammenhæng mellem kostmønster og vægtproblemer. I gruppen med usundt kostmønster finder vi den største andel svært overvægtige – og samtidig også den største andel undervægtige
- Tilsvarende er både overvægt og undervægt mest udbredt blandt unge med stillesiddende fritid
- Sundhedsvaner hænger sammen med mental sundhed. Andelen med dårlig mental sundhed er således klart større blandt unge med usunde vaner, sammenlignet med unge med sunde vaner. Dårlig mental sundhed hænger mest markant sammen med rygning, at have prøvet hash og have prøvet andre illegale stoffer
- Endelig er der en markant sammenhæng mellem dårlig mental sundhed og svage sociale relationer (at være uønsket alene og ikke at have nogen at tale med om problemer)

Det er påvist i flere undersøgelser, at usunde vaner/sundhedsproblemer ofte ”følges ad”. Blandt unge dagligrygere er der fx fundet en større andel storforbrugere af alkohol og en klart større andel, der har prøvet hash – end blandt unge, der ikke er dagligrygere (1). Der er tilsvarende påvist sammenhænge mellem trivsel, sundhed og livsstil (2). Dette afsnit præsenterer derfor analyser af samvariation mellem enkelte faktorer i sundhedsprofilen. Det er dog vigtigt at være opmærksom på, at Den Nationale Sundhedsprofil 2010 er en tværsnitsundersøgelse, der som sådan kun kan påvise sammenhænge, men ikke fastslå årsagsrelationer.

## Rygevaner og alkoholvaner

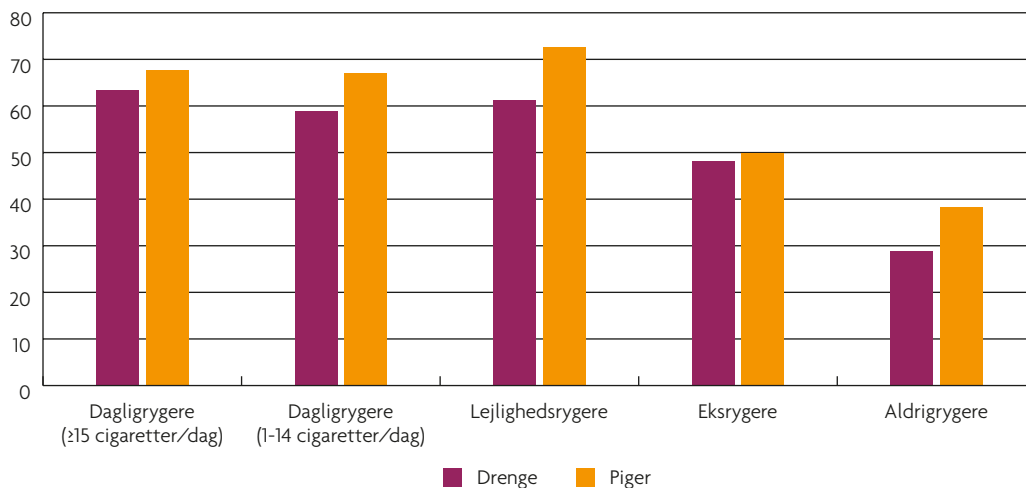
Der er en stærk sammenhæng mellem rygevaner og forbruget af alkohol blandt unge. I alt 47,4 % af storrygerne (dvs. dem, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen) oplyser, at de overskrider Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse i en typisk uge. Højrisikogrænsen er 21 genstande pr. uge for voksne mænd og 14 genstande pr. uge for voksne kvinder. Blandt unge, der aldrig har røget, er den tilsvarende andel 14,7 %. Figur 1 viser, at andelen af storrygere, der overskrider højrisikogrænsen, er lidt større blandt drenge (48,9 %) end blandt piger (45,2 %). Andelen er desuden store blandt dagligrygere (1-14 cigaretter pr. dag) og lejlighedsrygere.

**Figur 1. Andel, der overskrider Sundhedsstyrelsens højriskogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse, blandt drenge og piger opdelt på rygevaner. 2010. Procent**



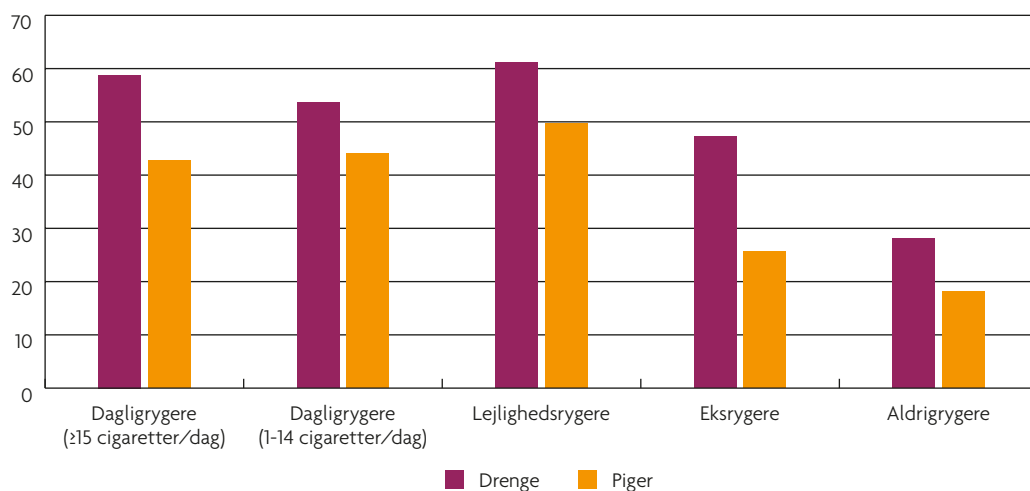
Figur 2 viser andelen, der overskrider Sundhedsstyrelsens lavrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse i en typisk uge, opdelt på køn og rygevaner. Lavrisikogrænsen er 14 genstande pr. uge for voksne mænd og 7 genstande for voksne kvinder. De højeste forekomster ses blandt dagligrygere og lejlighedsrygere. De laveste forekomster ses blandt drenge (28,9 %) og piger (38,3 %), der aldrig har røget.

**Figur 2. Andel, der overskrider Sundhedsstyrelsens lavrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse, blandt drenge og piger opdelt på rygevaner. 2010. Procent**



De højeste forekomster af unge, der oplyser, at de ugentligt drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed (såkaldt binge drinking), ses blandt dagligrygere og lejlighedsrygere (figur 3). Dette gælder både drenge og piger. Forekomsten er også relativt høj blandt drenge, der tidligere har røget (47,3 %). De laveste forekomster ses blandt drenge og piger, der aldrig har røget.

**Figur 3. Andel, der ugentligt drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed, blandt drenge og piger opdelt på rygevaner. 2010. Procent**

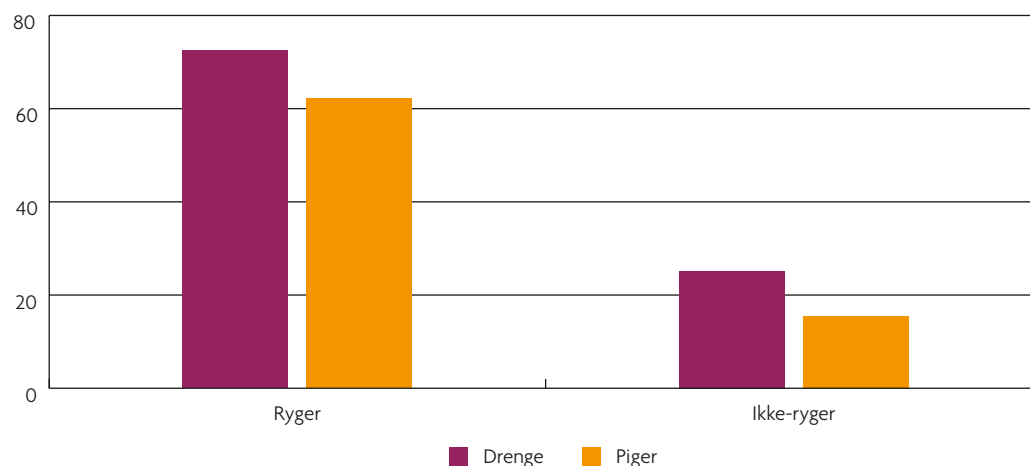


Af figur 1-3 ses, at der er en klar sammenhæng mellem rygevaner og alkoholvaner. Dog indikerer resultaterne, at der overordnet set ikke er forskel i alkoholforbruget mellem stor-rygere og lejlighedsrygere. Det er velkendt at hvis man har en usund livsstil på ét område, så er der også stor sandsynlighed for, at man har det på andre områder (3). Det er også velkendt, at sociale betingelser spiller en central rolle for sammenhængen mellem rygevaner og alkoholvaner. Desuden kan sammenhængen mellem rygevaner og alkoholvaner til dels skyldes en række biologiske mekanismer i hjernen, der giver øget trang til at ryge og drikke mere, når man først bruger det ene rusmiddel (4).

### Rygevaner og brug af illegale stoffer

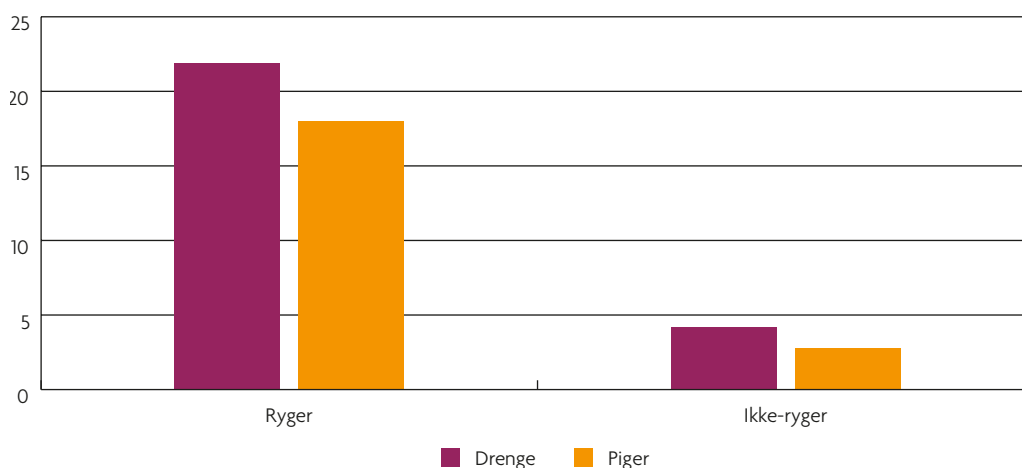
Data, der belyser sammenhængen mellem rygevaner og brug af illegale stoffer stammer fra den nationale stikprøve. Figur 4 viser andelen, der oplyser at de har prøvet hash, blandt drenge og piger opdelt på rygevaner. Både for drenge og piger er andelen markant større blandt rygere (dagligrygere eller lejlighedsrygere) end blandt ikke-rygere (eksrygere eller aldrigrygere). Den største andel findes blandt drenge, der ryger (72,5 %).

**Figur 4. Andel, der nogensinde har brugt hash, blandt drenge og piger opdelt på rygevaner. 2010. Procent**



Andelen, der nogensinde har prøvet et eller flere hårde stoffer (ikke hash), er væsentlig større blandt rygere (dagligrygere eller lejlighedsrygere) end blandt ikke-rygere (eksrygere eller aldrigrygere). I alt 21,9 % af drengene og 18,0 % af pigerne, der ryger, angiver at de har prøvet hårde stoffer (figur 5).

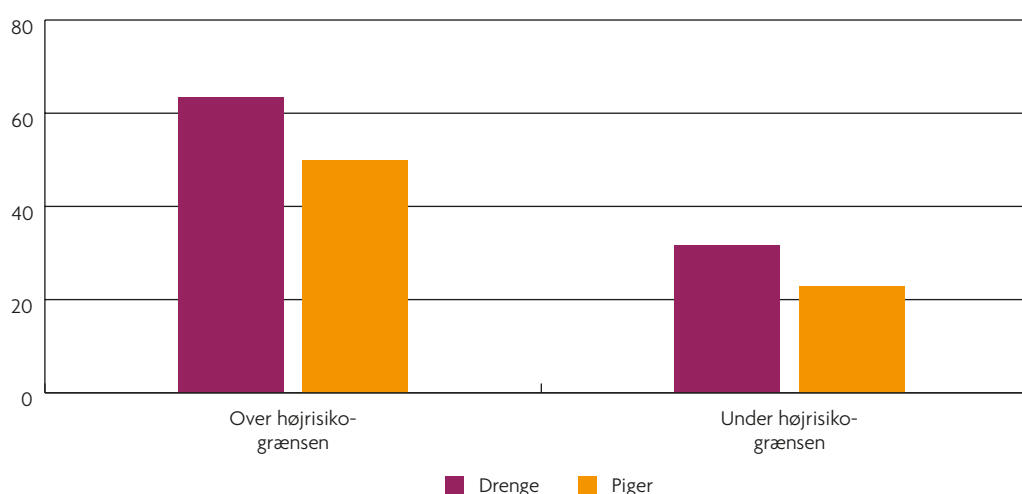
**Figur 5. Andel, der nogensinde har brugt andre illegale stoffer end hash, blandt drenge og piger opdelt på rygevaner. 2010. Procent**



### Alkoholvaner og brug af illegale stoffer

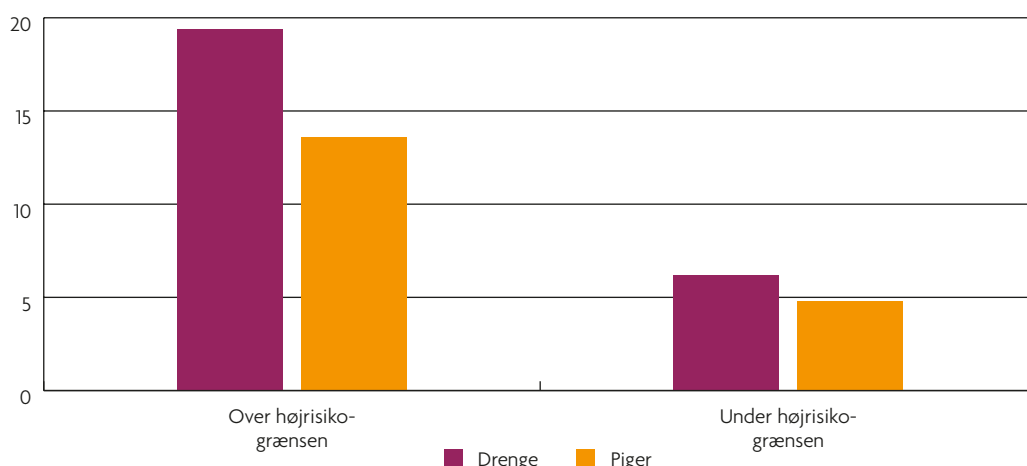
Til at belyse sammenhængen mellem alkoholvaner og brug af illegale stoffer er der anvendt data fra den nationale stikprøve. Figur 6 viser andelen, der oplyser at de har prøvet hash, blandt drenge og piger opdelt på alkoholindtagelse i en typisk uge. Blandt unge, der overskrider Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse, har 63,4 % af drengene og 49,9 % af pigerne nogensinde prøvet hash. Blandt dem, der ikke overskrider højrisikogrænsen, er andelen 31,6 % for drenge og 22,8 % for piger.

**Figur 6. Andel, der nogensinde har brugt hash, blandt drenge og piger opdelt på alkoholindtagelse i en typisk uge. 2010. Procent**



Det fremgår af figur 7, at 19,4 % af drengene og 13,6 % af pigerne, der overskrider Sundhedsstyrelsens højriskogrænse i forbindelse med alkoholindtagelse, også har prøvet hårde stoffer. Blandt unge, der ikke overskrider højriskogrænsen, er de tilsvarende andele henholdsvis 6,2 % og 4,8 %.

**Figur 7. Andel, der nogensinde har brugt andre illegale stoffer end hash, blandt drenge og piger opdelt på alkoholindtagelse i en typisk uge. 2010. Procent**



Nærværende undersøgelse viser, at der er en klar sammenhæng mellem unges rygevaner, alkoholvaner og brug af illegale stoffer. Dette betyder ikke nødvendigvis, at den ene sundhedsadfærd er årsag til den anden, men har man en usund livsstil på ét område, så er der også stor sandsynlighed for, at man har det på andre områder (3).

### Kostmønster og BMI

Tabel 1 viser BMI (Body mass index) blandt drenge og piger opdelt på kostmønster. Der ses en klar sammenhæng mellem kostmønster og andelen af svært overvægtige. For både drenge (5,6 %) og piger (6,7 %) ses den største andel af svært overvægtige i gruppen med et usundt kostmønster (dvs. et lavt indtag af frugt, grønt, fisk og et højt indtag af mættet fedt i kosten). Desuden viser tabellen, at der er en klar sammenhæng mellem kostmønster og andelen af undervægtige, hvor andelen er størst blandt drenge (7,2 %) og piger (14,4 %) med et usundt kostmønster.

**Tabel 1. BMI blandt drenge og piger opdelt på kostmønstre. 2010. Procent**

Drenge	Sundt kostmønster	Middelsundt kostmønster	Usundt kostmønster
Undervægt	4,1	6,8	7,2
Normalvægt	75,9	73,4	70,5
Moderat overvægt	16,8	15,7	16,7
Svær overvægt	3,2	4,2	5,6
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	888	2.975	1.043

Piger	Sundt kostmønster	Middelsundt kostmønster	Usundt kostmønster
Undervægt	8,8	11,0	14,4
Normalvægt	77,9	71,6	63,6
Moderat overvægt	10,4	13,5	15,3
Svær overvægt	2,9	3,9	6,7
I alt	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.555	3.790	771

### Fysisk aktivitet og BMI

Tabel 2 viser, at forekomsten af svært overvægtige er højest blandt unge med stillesiddende fritidsaktivitet (dvs. læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse) – 8,5 % blandt drenge og 8,8 % blandt piger. De laveste forekomster af svært overvægtige ses blandt drenge og piger, der dyrker konkurrenceidræt mindst fire timer om ugen. Endvidere viser tabellen, at der er en klar sammenhæng mellem fysisk aktivitetsniveau og undervægt blandt drenge. Den højeste forekomst af undervægtige ses blandt drenge med stillesiddende fritidsaktivitet (13,1 %) og den laveste ses blandt drenge, der dyrker konkurrenceidræt mindst fire timer om ugen (3,1 %). Blandt piger ses den højeste forekomst af undervægtige i gruppen med stillesiddende fritidsaktivitet (14,8 %) og den laveste i gruppen, der dyrker motionsidræt mindst fire timer om ugen (7,3 %).



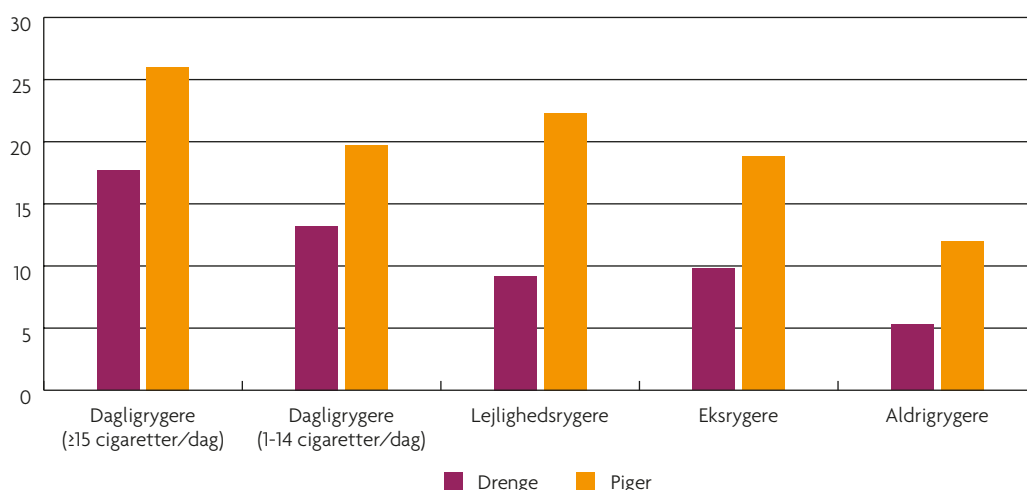
**Tabel 2. BMI blandt drenge og piger opdelt på fysisk aktivitet i fritiden. 2010. Procent**

Drenge	Konkurrence- idræt	Motionsidræt	Lettene motion	Stillesiddende
Undervægt	3,1	4,3	10,2	13,1
Normalvægt	81,8	76,2	66,4	59,5
Moderat overvægt	13,9	15,5	17,7	18,8
Svær overvægt	1,1	4,0	5,8	8,5
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.556	1.554	1.487	655

Piger	Konkurrence- idræt	Motionsidræt	Lettene motion	Stillesiddende
Undervægt	10,0	7,3	12,0	14,8
Normalvægt	81,1	77,8	69,2	63,1
Moderat overvægt	8,1	13,0	14,1	13,3
Svær overvægt	0,8	1,9	4,7	8,8
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	1.016	1.563	3.119	762

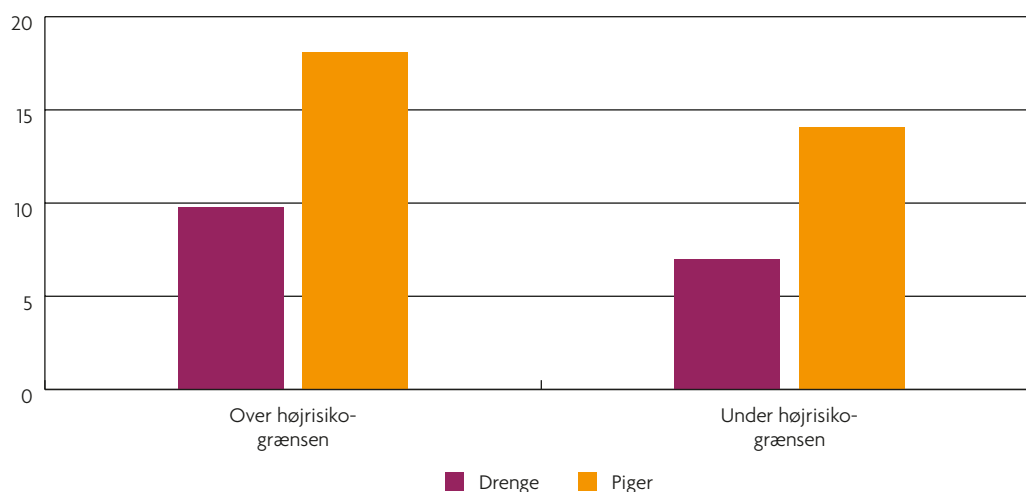
### Sundhedsadfærd og mental sundhed

I figur 8 ses sammenhængen mellem rygevaner og dårlig mental sundhed. Gruppen, der har dårlig mental sundhed, er defineret til at være de 10 % med den laveste score på den mentale helbreds-komponent (SF-12) blandt voksne danskere (16 år eller derover) i Den Nationale Sundhedsprofil 2010 (5). Både blandt drenge og piger er andelen med dårlig mental sundhed størst blandt storrygere (dvs. dem, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen). De mindste andele ses blandt drenge og piger, der aldrig har røget.

**Figur 8. Andel med dårlig mental sundhed blandt drenge og piger opdelt på rygevaner. 2010. Procent**

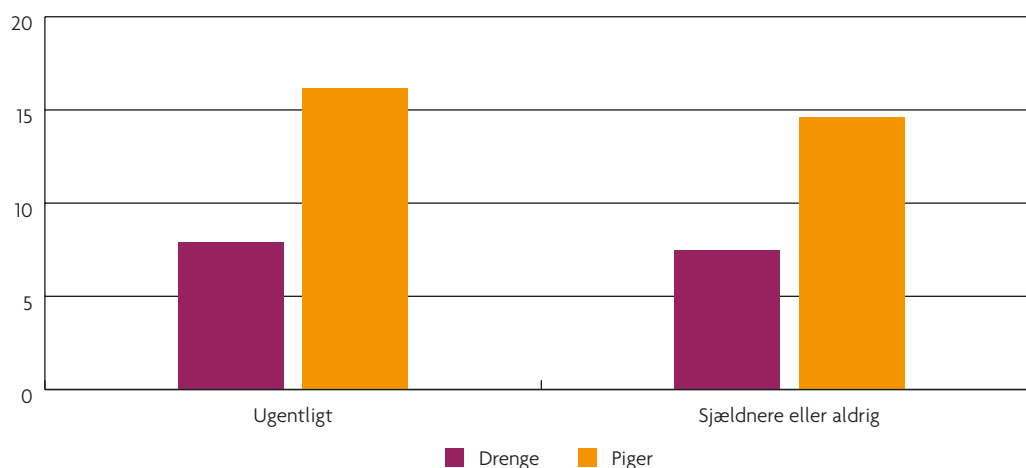
Både blandt drenge og piger er andelen med dårlig mental sundhed lidt større blandt unge, der overskrider højrisikogrænsen i forbindelse med alkoholindtagelse, end blandt dem, der ikke overskrider højrisikogrænsen (figur 9).

**Figur 9. Andel med dårlig mental sundhed blandt drenge og piger opdelt på alkoholindtagelse i en typisk uge. 2010. Procent**



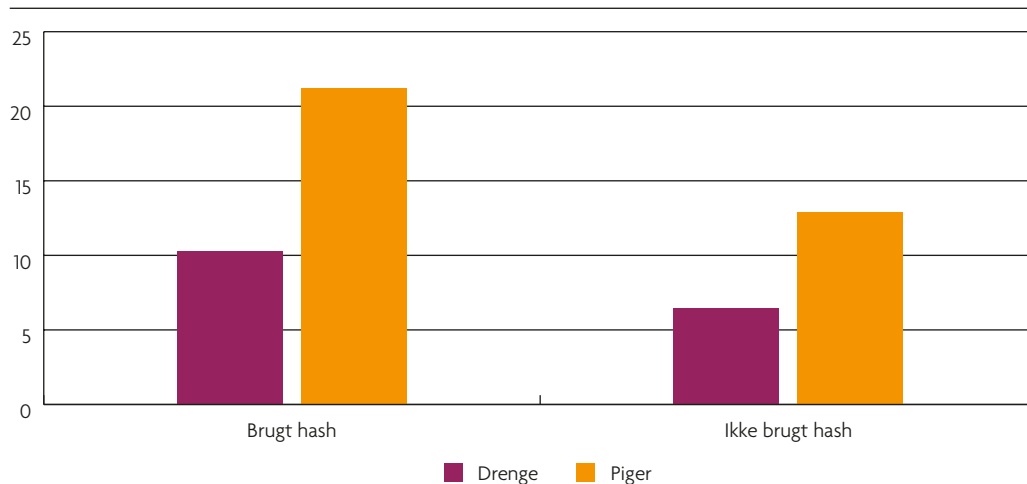
Der ses ingen sammenhæng mellem binge drinking (mere end 5 genstande ved samme lejlighed) og dårlig mental sundhed (figur 10). Henholdsvis 7,9 % af drengene og 16,2 % af pigerne, der ugentligt drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed, har dårlig mental sundhed. Blandt unge, der sjældnere eller aldrig drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed, har 7,5 % af drengene og 14,6 % af pigerne dårlig mental sundhed.

**Figur 10. Andel med dårlig mental sundhed blandt drenge og piger opdelt på binge drinking (mere end 5 genstande ved samme lejlighed). 2010. Procent**



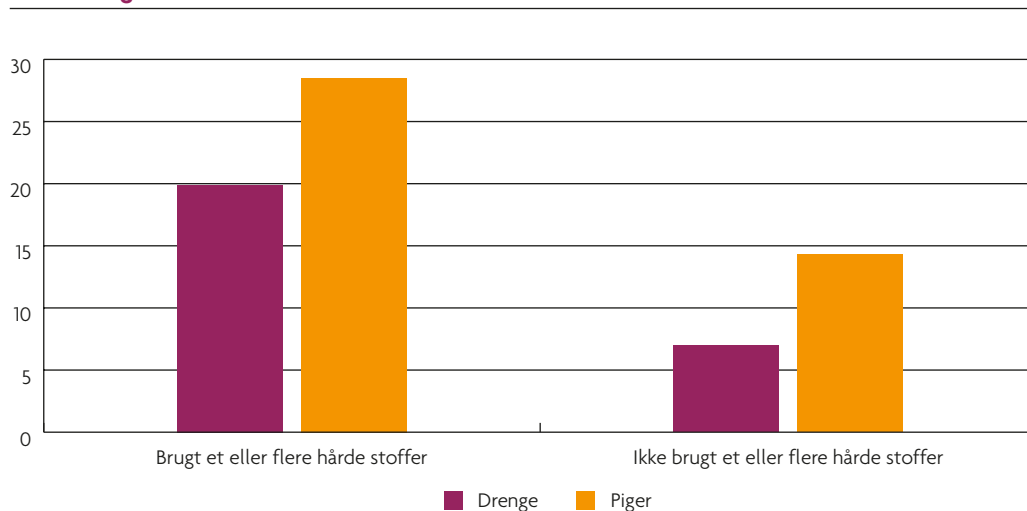
Der er en klar sammenhæng mellem brug af hash og dårlig mental sundhed (figur 11). Således har en større andel blandt 16-20-årige, der nogensinde har prøvet hash, dårlig mental sundhed. Andelen af piger, der har dårlig mental sundhed, er næsten dobbelt så stor blandt dem der har prøvet hash (21,2 %) sammenlignet med dem der aldrig har prøvet hash (12,9 %).

**Figur 11. Andel med dårlig mental sundhed blandt drenge og piger opdelt på brug af hash. 2010. Procent**



Af figur 12 fremgår det, at der er en klar sammenhæng mellem brug af andre illegale stoffer end hash ('hårde stoffer') og dårlig mental sundhed. De højeste forekomster af dårlig mental sundhed ses blandt drenge (19,9 %) og piger (28,5 %), der nogensinde har prøvet et eller flere hårde stoffer, og forekomsten er omtrent dobbelt så høj som hos drenge og piger, der aldrig har prøvet hårde stoffer.

**Figur 12. Andel med dårlig mental sundhed blandt drenge og piger opdelt på brug af andre illegale stoffer end hash. 2010. Procent**



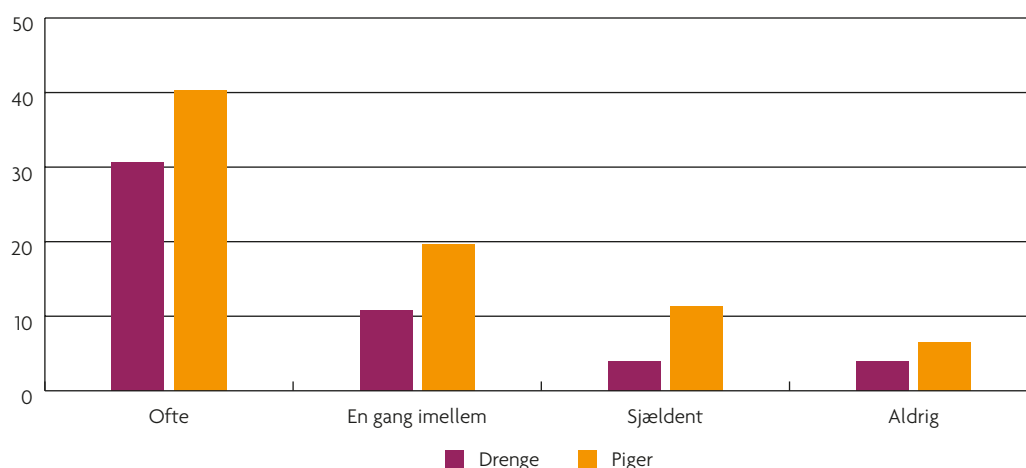
Et nyligt publiceret studie blandt voksne danskere bekræfter, at andelen med dårlig mental sundhed er større blandt personer med usunde vaner sammenlignet med personer med sundere vaner (6). I dette studie er der brugt samme metode til at definere dårlig mental sundhed som i nærværende undersøgelse.

### Sociale relationer og mental sundhed

Forekomsten af dårlig mental sundhed er højest blandt drenge (30,7 %) og piger (40,3 %), der angiver, at de ofte er uønsket alene (figur 13). Der er således tale om mere end en for-

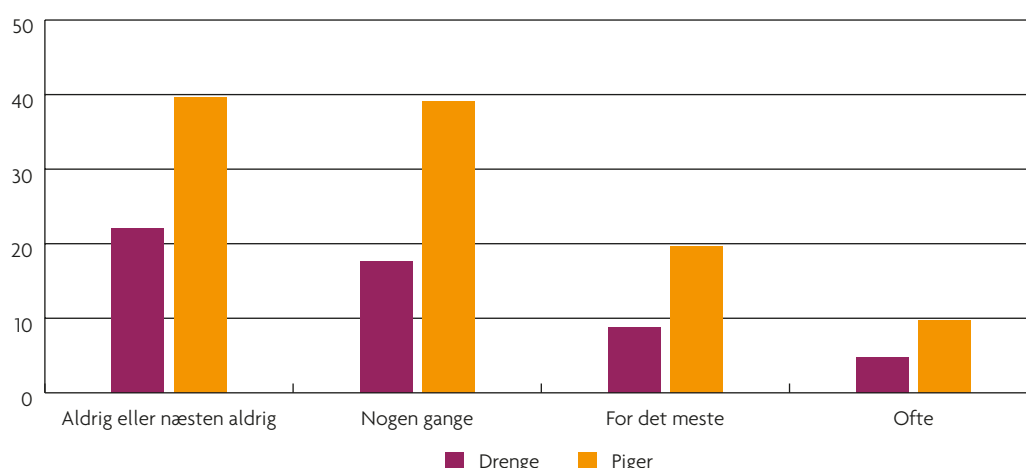
dobling af piger og en firedobling af drenge i andelen med dårlig mental sundhed i forhold til andelen med dårlig mental sundhed i den samlede gruppe af 16-20-årige. Desuden ses der en forholdsvis høj forekomst blandt piger, der oplyser, at de en gang imellem er uønsket alene (19,6 %).

**Figur 13. Andel med dårlig mental sundhed blandt drenge og piger opdelt på om man nogensinde er uønsket alene. 2010. Procent**



Figur 14 viser, at der er en klar sammenhæng mellem, hvorvidt man har nogen at tale med, hvis man har problemer eller brug for støtte og dårlig mental sundhed. De højeste forekomster af dårlig mental sundhed ses blandt piger, der aldrig eller næsten aldrig (39,7 %) eller kun nogen gange (39,1 %), har nogen at tale med, hvis de har problemer eller brug for støtte.

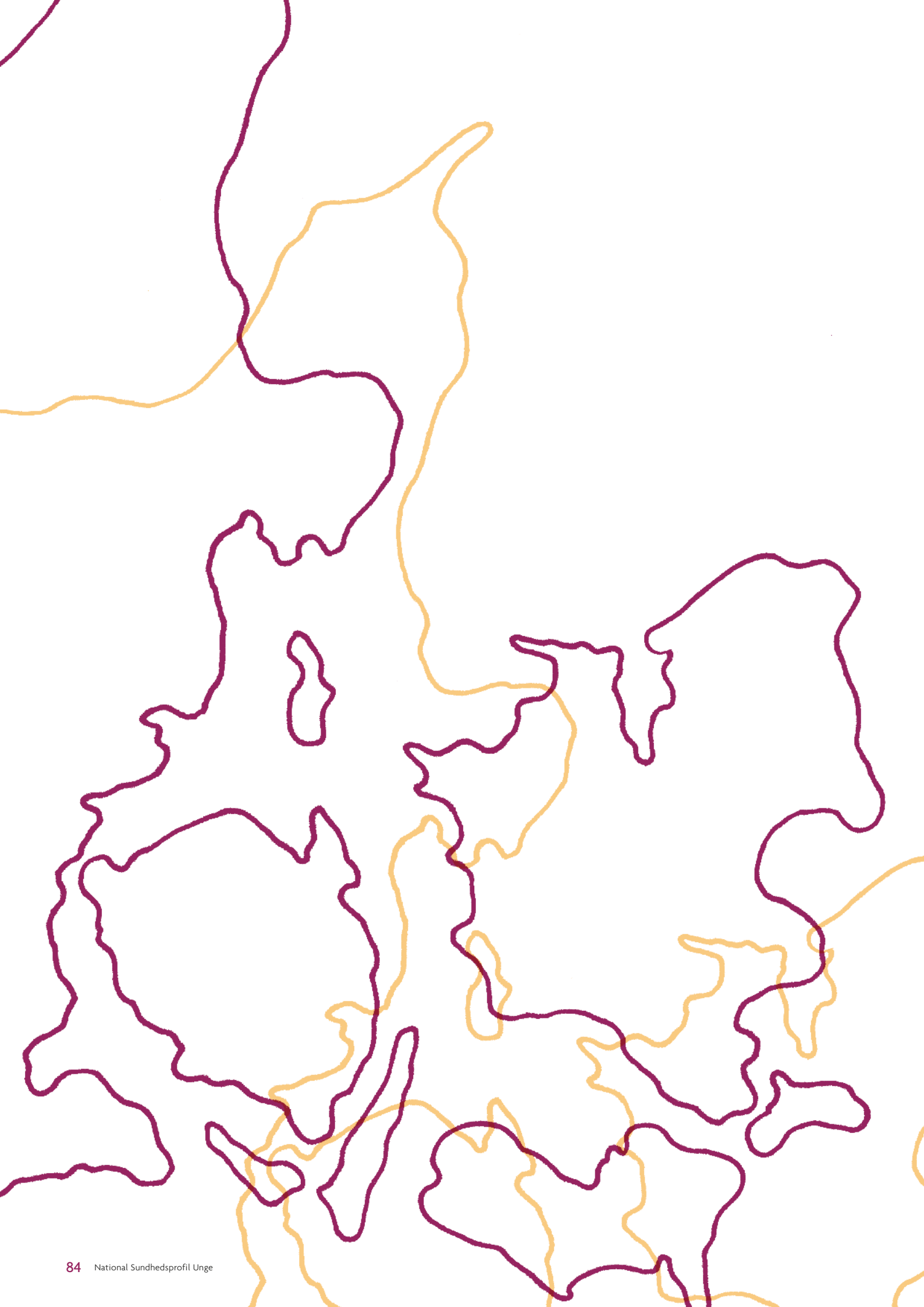
**Figur 14. Andel med dårlig mental sundhed blandt drenge og piger opdelt på om man har nogen at tale med, hvis man har problemer eller brug for støtte. 2010. Procent**



At andelen med dårlig mental sundhed er større blandt personer med svage sociale relationer end blandt personer med stærke sociale relationer, er også vist i en undersøgelse af voksne danskere. Sammenhængen gælder både for mænd og kvinder (6).

## Referencer

1. Nielsen GA, Ringgaard L, Broholm K, Sindballe A-M, Olsen SF. Unges livsstil og dagligdag 2000 – forbrug af tobak, alkohol og stoffer. København: Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen, 2002.
2. Aaen S, Nielsen GA. Trivsel, sundhed og sundhedsvaner blandt 16-20 årige i Danmark. København: Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen, 2006.
3. Kjølner M, Sindballe A-M. Euforiserende stoffer. I: Kjølner M, Juel K, Kamper-Jørgensen F (red). Folkesundhedsrapporten Danmark 2007. København: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, 2007.
4. Jensen MK, Sørensen TI, Andersen AT, Thorsen T, Tolstrup JS, Godtfredsen NS, Grønbæk M. A prospective study of the association between smoking and later alcohol drinking in the general population. *Addiction* 2003;98:355-363.
5. Sundhedsstyrelsen. Den Nationale Sundhedsprofil 2010 – Hvordan har du det? København: Sundhedsstyrelsen, 2011.
6. Christensen AI, Davidsen M, Kjølner M, Juel K. Mental sundhed blandt voksne danskere. Analyser baseret på Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2005. København: Sundhedsstyrelsen, 2010.



# Bilag 1

## Spørgeskemaspørgsmål

Den Nationale Sundhedsprofil 2010

### Alkohol

Har du drukket alkohol inden for de seneste 12 måneder?

(Kun ét X)

Ja	<input type="checkbox"/>	
Nej	<input type="checkbox"/>	→ Gå til spørgsmål 39

Har du inden for de seneste 12 måneder følt, at du burde nedsætte dit alkoholforbrug?

(Kun ét X)

Ja	<input type="checkbox"/>	Nej	<input type="checkbox"/>
----	--------------------------	-----	--------------------------

Er der nogen, inden for de seneste 12 måneder, der har "brokket" sig over, at du drikker for meget?

(Kun ét X)

Ja	<input type="checkbox"/>	Nej	<input type="checkbox"/>
----	--------------------------	-----	--------------------------

Har du inden for de seneste 12 måneder følt dig skidt tilpas eller skamfuld på grund af dine alkoholvaner?

(Kun ét X)

Ja	<input type="checkbox"/>	Nej	<input type="checkbox"/>
----	--------------------------	-----	--------------------------

Har du inden for de seneste 12 måneder jævnligt taget en genstand som det første om morgenen for at "berolige nerverne" eller blive "tømmermændene" kvit?

(Kun ét X)

Ja	<input type="checkbox"/>	Nej	<input type="checkbox"/>
----	--------------------------	-----	--------------------------

Hvor mange dage om ugen drikker du alkohol?

(Kun ét X)

0-1 dag	2 dage	3 dage	4 dage	5 dage	6 dage	7 dage
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Drikker du alkohol uden for måltiderne på hverdage?

(Kun ét X)

Ja	<input type="checkbox"/>	Nej	<input type="checkbox"/>
----	--------------------------	-----	--------------------------

**Hvor mange genstande drikker du typisk på hver af dagene i løbet af ugen?**

Der er mulighed for at svare inden for kategorierne øl, vin/hedvin og spiritus.

Start med mandag og tag en dag ad gangen (udfyld alle felter, også selv om svaret er 0).

	Antal genstande øl	Antal genstande vin/hedvin	Antal genstande spiritus
Mandag	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Tirsdag	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Onsdag	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Torsdag	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Fredag	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Lørdag	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Søndag	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

En genstand vil sige...

1 øl = 1 genstand

1 glas rød-/hvidvin = 1 genstand

1 glas hedvin = 1 genstand

1 snaps = 1 genstand

1 fl. rød-/hvidvin = 6 genstande

1 fl. hedvin 70 cl. = 10 genstande

1 fl. spiritus 70 cl. = 20 genstande

**Hvor tit drikker du mere end 5 genstande ved samme lejlighed?**

	(Kun ét X)
Næsten dagligt eller dagligt	<input type="checkbox"/>
Ugentligt	<input type="checkbox"/>
Månedligt	<input type="checkbox"/>
Sjældent	<input type="checkbox"/>
Aldrig	<input type="checkbox"/>

**Vil du gerne nedsætte dit alkoholforbrug?**

(Kun ét X)

Ja	<input type="checkbox"/>	Nej	<input type="checkbox"/>	Ved ikke	<input type="checkbox"/>
----	--------------------------	-----	--------------------------	----------	--------------------------



## Rygning

Ryger du?

(Kun ét X)

Ja, hver dag	<input type="checkbox"/>	
Ja, mindst én gang om ugen	<input type="checkbox"/>	→ Gå til spørgsmål 24
Ja, sjældnere end hver uge	<input type="checkbox"/>	→ Gå til spørgsmål 24
Nej, jeg er holdt op	<input type="checkbox"/>	→ Gå til spørgsmål 26
Nej, jeg har aldrig røget	<input type="checkbox"/>	→ Gå til spørgsmål 26

Hvor meget ryger du i gennemsnit pr. dag?

(Skriv antal)

Antal cigaretter	<input type="text"/>
Antal cerutter	<input type="text"/>
Antal cigarer	<input type="text"/>
Antal pibestop	<input type="text"/>

Vil du gerne holde op med at ryge?

(Kun ét X)

Nej	<input type="checkbox"/>	→ Gå til spørgsmål 26
Ja, men jeg har ikke planlagt hvornår	<input type="checkbox"/>	
Ja, jeg planlægger rygeophør inden for 6 måneder	<input type="checkbox"/>	
Ja, jeg planlægger rygeophør inden for 1 måned	<input type="checkbox"/>	

## Fysisk aktivitet

Hvis du ser på det seneste år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af din fysiske aktivitet i fritiden?

(Kun ét X)

Træner hårdt og dyrker konkurrenceidræt regelmæssigt og flere gange om ugen	<input type="checkbox"/>
Dyrker motionsidræt eller udfører tungt havearbejde eller lignende mindst 4 timer om ugen	<input type="checkbox"/>
Spadserer, cykler eller har anden lettere motion mindst 4 timer om ugen (medregn også søndagsture, lettere havearbejde og cykling/gang til arbejde)	<input type="checkbox"/>
Læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse	<input type="checkbox"/>

Hvordan vurderer du din fysiske form?

(Kun ét X)

Virkelig god	<input type="checkbox"/>
God	<input type="checkbox"/>
Nogenlunde	<input type="checkbox"/>
Mindre god	<input type="checkbox"/>
Dårlig	<input type="checkbox"/>

Vil du gerne være mere fysisk aktiv?

(Kun ét X)

Ja	<input type="checkbox"/>	Nej	<input type="checkbox"/>	Ved ikke	<input type="checkbox"/>
----	--------------------------	-----	--------------------------	----------	--------------------------

## Kost

Sæt X ved de svar, som passer bedst til dine kostvaner.

### Hvor ofte spiser du brød med følgende slags fedtstof?

(Sæt ét X i hver linje)	Mere end 2 gange om <u>dagen</u>	1-2 gange om <u>dagen</u>	4-6 gange om <u>ugen</u>	1-3 gange om <u>ugen</u>	Sjældnere/ aldrig
Smør, Kærgården eller tilsvarende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Minarine eller plantemargarine	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fedt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spiser brød uden fedtstof	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Hvor ofte spiser du følgende slags pålæg?

(Sæt ét X i hver linje)	Mere end 2 gange om <u>dagen</u>	1-2 gange om <u>dagen</u>	4-6 gange om <u>ugen</u>	1-3 gange om <u>ugen</u>	Sjældnere/ aldrig
Pålæg, kød	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fiskepålæg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Æg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pålægssalater eller mayonnaisesalater	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Hvor ofte spiser du følgende slags varm mad?

(Sæt ét X i hver linje)	Mere end 1 gang om <u>dagen</u>	5-7 gange om <u>ugen</u>	3-4 gange om <u>ugen</u>	1-2 gange om <u>ugen</u>	Sjældnere/ aldrig
Kød (okse, kalv, svin eller lam)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fjerkræ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fisk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Grøntsags- eller vegetarretter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hvor ofte spiser du følgende slags grøntsager?

(Sæt ét X i hver linje)	Mere end 1 gang om <u>dagen</u>	5-7 gange om <u>ugen</u>	3-4 gange om <u>ugen</u>	1-2 gange om <u>ugen</u>	Sjældnere/ aldrig
Blandet salat, råkost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andre rå grønssager	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tilberedte grønssager (kogte, bagte, stegte, sammenkogte eller wokretter)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hvor ofte bruger du eller andre i din husholdning følgende slags fedtstof i madlavningen?

(Sæt ét X i hver linje)	Mere end 1 gang om <u>dagen</u>	5-7 gange om <u>ugen</u>	3-4 gange om <u>ugen</u>	1-2 gange om <u>ugen</u>	Sjældnere/ aldrig
Stegemargarine	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Plantemargarine	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Smør, Kærgården og lignende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fedt/palmin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olivenuolie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Majs-, solsikke- eller vindruer- kerneolie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rapsolie, madolie, salatolie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Laver mad uden fedtstof	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hvor mange portioner frugt plejer du at spise?

1 portion = 1 stk. eller 1 dl. – medregn også frugtgrød og frugtmos

(Kun ét X)

Mere end

6 om <u>dagen</u>	5-6 om <u>dagen</u>	3-4 om <u>dagen</u>	1-2 om <u>dagen</u>	5-6 om <u>ugen</u>	3-4 om <u>ugen</u>	1-2 om <u>ugen</u>	Ingen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Overvægt og undervægt**

Hvor høj er du (uden sko)?

Skriv højde    cm (f.eks. 172 cm)

Hvor meget vejer du i hele kg (uden tøj)?

Skriv vægt    kg

Hvordan vurderer du selv din vægt?

(Kun ét X)

Alt for lav	<input type="checkbox"/>
Lidt for lav	<input type="checkbox"/>
Tilpas	<input type="checkbox"/>
Lidt for høj	<input type="checkbox"/>
Alt for høj	<input type="checkbox"/>

Vil du gerne tabe dig?

(Kun ét X)

Ja, i høj grad	<input type="checkbox"/>
Ja, i nogen grad	<input type="checkbox"/>
Nej	<input type="checkbox"/>
Ved ikke	<input type="checkbox"/>

## Mental sundhed

Hvordan synes du, dit helbred er alt i alt?

(Kun ét X)

Fremragende	<input type="checkbox"/>
Vældig godt	<input type="checkbox"/>
Godt	<input type="checkbox"/>
Mindre godt	<input type="checkbox"/>
Dårligt	<input type="checkbox"/>

Er du på grund af dit helbred begrænset i disse aktiviteter? I så fald, hvor meget?

(Sæt ét X i hver linje)

Ja, meget be-  
grænset

Ja, lidt  
begrænset

Nej, slet ikke  
begrænset

Lettere aktiviteter så som at flytte et bord, støvsuge eller cykle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
At gå flere etager op ad trapper	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Har du inden for de seneste 4 uger haft nogen af følgende problemer med dit arbejde eller andre daglige aktiviteter på grund af dit fysiske helbred?

(Sæt ét X i hver linje)	Hele tiden	Det meste af tiden	Noget af tiden	Lidt af tiden	På intet tidspunkt
Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunnet udføre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Har du inden for de seneste 4 uger haft nogen af følgende problemer med dit arbejde eller andre daglige aktiviteter på grund af følelsesmæssige problemer?

(Sæt ét X i hver linje)	Hele tiden	Det meste af tiden	Noget af tiden	Lidt af tiden	På intet tidspunkt
Jeg har nået mindre, end jeg gerne ville	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg har udført mit arbejde eller andre aktiviteter mindre omhyggeligt, end jeg plejer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Inden for de seneste 4 uger, hvor meget har fysisk smerte vanskeliggjort dit daglige arbejde (både arbejde uden for hjemmet og husarbejde)?

(Kun ét X)
Slet ikke <input type="checkbox"/>
Lidt <input type="checkbox"/>
Noget <input type="checkbox"/>
En hel del <input type="checkbox"/>
Virkelig meget <input type="checkbox"/>

Hvor stor en del af tiden i de seneste 4 uger har du:

(Sæt ét X i hver linje)	Hele tiden	Det meste af tiden	Noget af tiden	Lidt af tiden	På intet tidspunkt
Følt dig rolig og afslappet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Været fuld af energi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Følt dig trist til mode?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Inden for de seneste 4 uger, hvor stor en del af tiden har dit fysiske helbred eller følelsesmæssige problemer gjort det vanskeligt at se andre mennesker (f.eks. besøge venner, familie osv.)?

(Kun ét X)

Hele tiden	<input type="checkbox"/>
Det meste af tiden	<input type="checkbox"/>
Noget af tiden	<input type="checkbox"/>
Lidt af tiden	<input type="checkbox"/>
På intet tidspunkt	<input type="checkbox"/>

## Sociale relationer

Hvor ofte er du i kontakt med venner, bekendte og familie, som du ikke bor sammen med?

(Med kontakt menes der, at I er sammen, taler i telefon sammen, skriver til hinanden m.v.)

	Dagligt eller næsten dagligt	1 eller 2 gange om ugen	1 eller 2 gange om måneden	Sjældnere end 1 gang om måneden	Aldrig
(Sæt ét X i hver linje)					
Familie, som du ikke bor sammen med	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Venner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kolleger eller studiekammerater i fritiden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Naboer el. beboere i dit lokalområde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Personer, du mest kender fra internettet (mail, chatforum og lignende)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Sker det nogensinde, at du er alene, selvom du mest har lyst til at være sammen med andre?

(Kun ét X)

Ja, ofte	<input type="checkbox"/>
Ja, en gang imellem	<input type="checkbox"/>
Ja, men sjældent	<input type="checkbox"/>
Nej	<input type="checkbox"/>

Har du nogen at tale med, hvis du har problemer eller brug for støtte?

(Kun ét X)

Ja, ofte	<input type="checkbox"/>
Ja, for det meste	<input type="checkbox"/>
Ja, nogen gange	<input type="checkbox"/>
Nej, aldrig eller næsten aldrig	<input type="checkbox"/>

## Bilag 2

### Den nationale stikprøve 2010

#### Passiv rygning

Hvor mange timer opholder du dig dagligt i lokaler, hvor der ryges, eller hvor røg fra andre dele af bygningen har blandet sig med luften? Det gælder også, hvis du selv er den eneste, der ryger.

(Kun ét X)

0 timer	<input type="checkbox"/>
Mindre end en ½ time	<input type="checkbox"/>
½ time - mindre end 1 time	<input type="checkbox"/>
1 - 3 timer	<input type="checkbox"/>
4 - 7 timer	<input type="checkbox"/>
8 - 15 timer	<input type="checkbox"/>
16 - 24 timer	<input type="checkbox"/>

#### Illegale stoffer

Har du nogensinde prøvet ét eller flere af følgende stoffer?

Hvis ja, hvor gammel var du, da du prøvede stoffet første gang?

(Sæt ét X i hver linje)	Nej	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)	Hvis ja, hvor gammel var du, da du prøvede stoffet første gang? Skriv alder
Hash	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
Amfetamin (speed)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
Ecstasy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
Kokain	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
LSD	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
Heroin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
Svampe med euforiserende virkning (psilocybinsvampe)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
Andre stoffer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>









[www.sst.dk](http://www.sst.dk)

Sundhedsstyrelsen  
Islands Brygge 67  
2300 København S  
Telefon 72 22 74 00  
[sst@sst.dk](mailto:sst@sst.dk)