

## **Region Midtjyllands folkesundhedsundersøgelse: Hvordan har du det? 2010**

Hvordan har du det? 2010 er en spørgeskemaundersøgelse af borgernes sundhed, sygelighed og trivsel. I kraft af en stikprøvens størrelse kan man på baggrund af resultaterne både beskrive forskelle i sundhed på kommuneniveau og tegne et regionalt sundhedskort.

### **Stikprøvestørrelse og fordeling**

Stikprøven indeholder i alt 52.400 personer fra 16 år og opefter, der er udtrukket tilfældigt fra Folkeregisteret. Heraf er 7.000 unge i alderen 16-24 år. 3.000 personer har anden etnisk baggrund end dansk.

Fra hver kommune deltager 2.500, dog 8.200 i Århus Kommune og 1.700 borger på Samsø.

### **Nationalt samarbejde**

Spørgeskemaet er lavet i samarbejde med den nationale arbejdsgruppe for sundhedsprofiler. Den nationale arbejdsgruppe består af repræsentanter fra de 5 regioner i Danmark, Statens Institut for Folkesundhed (SIF), Sundhedsstyrelsen og Kommunernes Landsforening.

Der udsendes spørgeskemaer samtidig i alle regioner. Det sker den 4-6. februar 2010.

Den nationale arbejdsgruppe har udarbejdet 52 kernespørgsmål, som går igen i alle skemaer. På baggrund af dem bliver der udarbejdet en national sundhedsprofil.

### **Spørgeskemaer til dels unge, dels voksne**

Ud over de 52 obligatoriske spørgsmål har hver region udarbejdet supplerende spørgsmål.

Region Midtjylland har valgt at udarbejde to spørgeskemaer: Et til unge (16-24 år) og et til voksne (25+ år).

Der er spørgsmål, som udelukkende stilles til de unge, samt spørgsmål, der udelukkende stilles til de voksne. Se kort præsentation af dels fælles emner, dels emner for unge og voksne nedenfor.

### **Offentliggørelse af resultater**

Center for Folkesundhed, Region Midtjylland, afholder Hvordan har du det? konference i december 2010. På konferencen offentliggøres hovedrapporten:

- en sundhedsprofil for de 25-79-årige.

Senere udkommer:

- en sundhedsprofil for de unge mellem 16 og 24 år (foråret 2011)
- en sundhedsprofil af de ældre borgere i aldersgruppen fra 79 år og opefter
- en sundhedsprofil af borgere med anden etnisk baggrund end dansk.

### **Mere info**

Undersøgelsen gennemføres af Region Midtjyllands Center for Folkesundhed. Projektansvarlig er Finn Breinholt, [finn.breinholt@stab.rm.dk](mailto:finn.breinholt@stab.rm.dk), tlf: 8728 4704.

Læs mere på [www.centerforfolkesundhed.dk](http://www.centerforfolkesundhed.dk)

## **Fælles emner i ungeskema (16-24 år) og voksenskema (25+ år)**

### Køn, alder og modersmål

Ud over køn og alder spørges der til svarpersonens modersmål.

### Helbred og trivsel

Vi spørger om, hvordan svarpersonen vurderer sit helbred, om fysisk og psykisk funktionsevne (målt ved hjælp af SF12, der internationalt er et af de mest benyttede funktionelle helbredsmål), og andre spørgsmål, som bruges til at beregne de såkaldte kvalitetsjusterede leveår(SF-6D), der benyttes i sundhedsøkonomiske analyser.

### Ulykker

Vi spørger, om svarpersonen inden for de seneste 12 måneder har været udsat for uheld eller ulykker 1) i fritiden og 2) i arbejdstiden, som var så alvorlige, at de besværliggjorde de daglige gøremål.

### Dagligdagens stress

Vi spørger om svarpersonen har oplevet belastende og stressende situationer inden for den seneste måned. Her benyttes Perceived Stress Scale, der er en internationalt udbredt skala til måling af stress.

### Smerter og ubehag de seneste 14 dage

Har svarpersonen været generet af smerter i bevægeapparatet, hovedpine, søvnbesvær og psykisk ubehag inden for de seneste 14 dage.

### Langvarig sygdom og eftervirkninger

Har svarpersonen en langvarig sygdom, langvarig eftervirkning af skade, handicap eller anden langvarig lidelse.

Vi spørger om 17 langvarige sygdomme. Svarpersonen skal for hver angive, om han/hun har sygdommen/helbredsproblemet nu eller tidligere. Hvis tidligere, spørger vi, om man stadig har eftervirkninger.

Vi spørger desuden om, hvor mange dage svarpersonen er blevet hjemme fra arbejde pga. sygdom, skader eller gener inden for de seneste 14 dage samt inden for det seneste år.

### Søvn

I dette emne spørger vi ind til svarpersonernes sovevaner: hvordan synes man selv man sover, hvor mange timer sover man typisk og får man søvn nok til at føle sig udhvilet?

Derudover stilles der en række spørgsmål, om hvordan svarpersonen har sovet indenfor de seneste 4 uger. Om man har haft svært ved at vågne om morgenen, brugt sovemedicin m.v.

### Rygning

Vi spørger om svarpersonen ryger.

Svarpersoner, der ryger, spørges, hvor ofte de ryger (daglig- eller lejlighedsrygere), hvor meget de ryger, hvornår de begyndte at ryge samt om de ønsker at stoppe, og om de gerne vil have hjælp til at stoppe. Om der ryges indendørs i deres hjem, samt om rygereglene på deres arbejdsplads.

### Alkohol

Vi spørger, om svarpersonen drikker alkohol.

Svarpersoner, der har drukket alkohol indenfor det seneste år, stilles en række spørgsmål om deres alkoholforbrug: størrelsen af det ugentlige forbrug, rusdrikkeri, tegn på afhængighed, og om de gerne vil nedsætte forbruget.

#### Mad

Vi spørger til svarpersonens madvaner – f.eks. hvor ofte svarpersonerne kommer fedtstof på brødet, spiser grøntsager m.v. Vi spørger om, hvordan svarpersonen selv vurderer sine kostvaner, samt om han/hun gerne vil spise mere sundt.

#### Bevægelse i dagligdagen

Vi spørger hvor mange dage om ugen svarpersonen er fysisk aktiv i mindst 30 minutter (jf. Sundhedsstyrelsens anbefalinger), og om han/hun dyrker motion i fritiden. Derudover spørges der, om svarpersonen cykler til og fra sine daglige gøremål.

#### Højde og vægt

Vi spørger om svarpersonernes højde og vægt, så der kan beregnes Body Mass Index (BMI). Om svarpersonen er tilfreds med sin vægt, eller om han/hun eventuelt ønsker at tabe sig eller tage på.

#### Holdninger

Vi spørger om holdninger i forhold til sundhedspolitiske indgreb. Herunder eksempelvis holdningen til rygeregler, afgifter på alkohol, frugt og grønt samt usunde madvarer.

#### Området du bor i

Dette emne sætter fokus på faciliteter i lokalområdet, der fremmer fysisk aktivitet og sunde kostvaner, samt fritidsaktiviteter for børn, unge og ældre. Svarpersonen spørges, om han/hun personligt savner flere grønne områder, legepladser m.m. i lokalområdet.

#### Hos lægen

Vi spørger, om svarpersonen inden for det seneste år er blevet rådet af sin læge til rygeophør, mere motion m.v.

#### Samvær med familie og venner

Vi spørges om, hvor ofte svarpersonen træffer familie og venner, hvor ofte han/hun er uønsket alene, om han/hun har nogen at tale med, hvis der er brug for støtte, samt om svarpersonen inden for det seneste år har følt sig belastet af egen økonomi, boligsituation, arbejdssituation m.v.

#### Børn, parforhold, uddannelse og arbejde

Vi spørger bl.a. om civilstand, børn, uddannelse og erhverv. Vi spørger til de erhvervsaktives fysiske og psykiske arbejdsmiljø. Et særligt tema er balancen mellem arbejde og fritid/familieliv. Alle – uanset om de er i arbejde eller ej - bedes vurdere, om deres arbejdsevne er nedsat.

### **Specielle spørgsmål og emner til voksne (25+ år)**

#### Behov for støtte og hjælp

Vi spørger om svarpersonen har behov for hjælp til de daglige gøremål. I så fald til hvad? Får man hjælp til det, man har behov for, og hvem får man hjælp af?

#### Vold og trusler

Har han/hun inden for det seneste år har været udsat for 1) trusler om vold, der var så alvorlige at vedkommende blev bange, samt 2) fysisk vold. Derudover spørges der om, hvor truslerne eller volden fandt sted (f.eks. på arbejde, i hjemmet, på et offentligt sted).

### Langvarig sygdom og eftervirkninger

Svarpersonerne over 25 år spørges under dette emne yderligere om, de er hæmmet i den daglige udfoldelse pga. sygdom, skader eller eftervirkninger.

### Hos lægen

I voksenskemaet er der supplerende spørgsmål, der handler om, hvad man vil gøre, hvis man eksempelvis har følt sig konstant nedtrykt i fire uger eller haft hold i ryggen (gå til læge, behandle sig selv, søge anden form for hjælp eller undlade at gøre noget).

Derudover spørges der til, om svarpersonen har modtaget genoptræning eller haft brug for genoptræning inden for de seneste tre år.

### Børn, parforhold, uddannelse og arbejde

Der bliver spurgt om, hvordan man oplever sit arbejde: er man tilfreds med sit arbejde, oplever man at arbejdet slider på en fysisk eller psykisk, og oplever man, at man får anerkendelse for ens arbejde? Derudover spørger vi om den fysiske belastning ved svarpersonens arbejde.

Svarpersoner, som ikke er i arbejde, bliver spurgt, om de tidligere har haft beskæftigelse og i givet fald hvilken.

## **Specielle spørgsmål og emner til unge (16-24 år)**

### Livet i folkeskolen

Livet i folkeskolen er et emne, der sætter fokus på den unges oplevelse af at gå i folkeskolen: syntes svarpersonen om at gå i folkeskolen, hvordan klarede de sig og havde de mulighed for at få hjælp til skolearbejdet fra forældre og lærere?

Formålet med spørgsmålene er at afdække, hvordan svarpersonen har oplevet den første kontakt med skolesystemet. Formålet er at kunne analysere betydningen af denne kontakt for svarpersonens trivsel (også senere i livet).

### Vold og trusler

I ungeskemaet spørger vi til, om svarpersonen har været udsat for trusler om vold, vold, og seksuelle overgreb i voksenlivet (efter fyldte 16 år) og barndommen (før fyldte 16 år). Derudover spørger vi, hvem der udsatte svarpersonen for trusler om vold, vold eller seksuelle overgreb.

### Trivsel og livskvalitet

Spørgsmålene drejer sig om oplevelsen af livskvalitet. Vi spørger om, hvor optimistisk svarpersonen ser på livet, om livet er som svarpersonen ønsker det, om livet er for kompliceret til at overskue osv.

Derudover spørger vi, hvordan svarpersonen vurderer sin trivsel og livskvalitet alt i alt.

### Langvarig sygdom og eftervirkninger

I ungeskemaet er der tilføjet et spørgsmål om svarpersonen har (eller har haft) spiseforstyrrelser.

### Mad

Ud over de spørgsmål om madvaner, som også stilles til de voksne, spørger vi de unge om oplevelsen af sult, herunder om de ofte går sulten i seng, spiser selvom de er mætte m.v. Derudover spørger vi til, i hvor høj grad svarpersonen nyder at spise, og om han/hun spiser mere eller mindre, når han/hun spiser sammen med andre.

### Bevægelse i dagligdagen

Der er supplerende spørgsmål under dette emne til de unge. Vi spørger i hvor høj grad svarpersonen nyder at motionere. Og om hvilke grunde han/hun anser for vigtigst for at motionere: er det for at se godt ud, for at komme i form, for at være sammen med andre eller for at tabe sig?

### Højde og vægt

De unge svarpersoner bliver spurgt, om de er tilfredse med deres udseende, om der noget de gerne vil ændre ved egen krop, og i givet fald hvordan han/hun vil foretrække at ændre det: ved brug af slankepiller, steroider, plastikkirurgi m.v., eller ved at ændre motionsvaner?

### Samvær med familie og venner

Under dette emne er der ligeledes yderligere spørgsmål til de unge. Vi spørger om, hvor ofte de er sammen med andre, selvom de har mest lyst til at være alene. Hos hvem (om nogen), de kan hente hjælp i forskellige situationer - f.eks. hvis de har brug for 10.000 kr. til en nødsituation (og ikke kan låne dem af banken).

### Holdninger

Vi spørger om holdninger i forhold til sundhedspolitiske indgreb. Herunder eksempelvis holdningen til rygeregler, afgifter på alkohol, frugt og grønt samt usunde madvarer. I ungeskemaet er der tilføjet yderligere spørgsmål om holdninger til sundhedspolitiske indgreb.