



Bilag 1

Mentale sundhedsudfordringer i København

12. juni 2020

Sagsnummer
2020-0076195

Dokumentnummer
2020-0076195-4

Ifølge regionens sundhedsprofil fra 2017 lever 16% af københavnernes i alderen 16+ år med et dårligt mentalt helbred. Andelen med dårligt mentalt helbred er generelt størst blandt kvinder. Der er samtidig et stigende antal børn, som mistrives. Der er en sammenhæng mellem dårlig mental sundhed og en række psykiske, sociale og helbredsmæssige problemer og tilstande. I det følgende udfoldes de mest udbredte mentale sundhedsudfordringer i den københavnske befolkning.

Stress, angst og depression

Regionens Sundhedsprofil 2017 viser, at 27 % af københavnernes lever med et højt stressniveau. Stressniveauet er højest blandt unge 16-24-årige, hvor 32 % har et højt stressniveau. Andelen af borgere med stress er steget for alle aldersgrupper siden den seneste regionsprofil i 2013.

Der er nogen usikkerhed om, hvor udbredt angsttilstande er i befolkningen. En stor undersøgelse blandt flere europæiske lande konkluderer, at ca. 12 % af den europæiske befolkning har en angsttilstand. Sundhedsstyrelsen skønner, at godt 350.000 danskere lever med angst. Der er mange, der har flere former for angst, eller angst og depression samtidig.

Hver femte dansker vil på et tidspunkt få en depression, og på en tilfældig dag er 150.000 danskere ifølge Sundhedsstyrelsen ramt af en depression. Heraf lider de 50.000 af en lettere depression, 50.000 har en moderat depression, mens 50.000 har en svær depression. I henhold til Danske Patienter er antallet af unge mellem 15-19 år, der får diagnosen "depression" tredoblet siden år 2000.

Ensomhed

Ensomhed øger risikoen for at udvikle stress og psykiske lidelser. I henhold til Regionens Sundhedsprofil 2017 har hver femte københavnernes svage sociale relationer, og 10 % føler sig ensomme. Andelen af borgere, som er ensomme, er størst blandt 16-24-årige og blandt borgere over 80 år.

Center for Sundhed og
Forebyggelse
Center for Mental Sundhed -
Kbh
Mimersgade 41
2200 København N

EAN-nummer
5798009280077

Selvskade

Selvskade er karakteriseret ved, at en person skærer, bider, brænder eller slår sig selv. Lidelsen starter oftest i de tidlige teenageår. Den københavnske ungeprofilundersøgelse fra 2019 viser, at 10 % af de unge har erfaringer med selvskade. Der ses ikke nogen kønsforskel i forekomsten.

Kronisk sygdom og psykisk mistrivsel

Undersøgelser viser, at børn og unge, som vokser op i familier med alvorlig kronisk sygdom og som potentielt mister nære pårørende, er i relativt større risiko for at mistrives og for ikke at få en uddannelse eller et arbejde.

Borgere med en eller flere kroniske sygdomme er også selv i stor risiko for at leve med psykiske følgevirkninger af deres sygdom. Der kan opstå mange følelsesmæssige reaktioner f.eks. bekymring, tristhed, usikkerhed og vrede over sygdommen. Reaktionerne kan være af særlig alvorlig karakter, hvis der er tale om en livstruende sygdom, og de kan udvikle sig til symptomer på stress, angst eller depression. Omkring 40 % af borgere med diabetes oplever sygdomsrelateret stress, 25% med hjertesvigt oplever depression eller angst, 35% med KOL oplever et højt stressniveau og op mod 50% med kræft udvikler angst eller depression.