

Københavnernes Sundhed 2005



Baggrund for undersøgelsen

I efteråret 2004 udsendte Sundhedsforvaltningen et spørgeskema til 5.092 tilfældigt udtrukne københavnere på mindst 18 år. 2.946 af disse valgte at svare på det udsendte spørgeskema, hvilket giver en svarprocent på 59%.

I spørgeskemaet skulle københavnere vurdere eget helbred, samt besvare en lang række spørgsmål om livsstil, vaner og trivsel. De overordnede resultater præsenteres her og sammenholdes, hvor det er muligt, med resultaterne fra de tidligere undersøgelser.

I denne profil er inddraget tal fra sundhedsprofilerne 1991–2000.

Disse tal er ikke helt identiske med tidligere offentliggjorte tal. Dette skyldes, at tallene i denne udgivelse er vægtede, så de passer med alders- og kønsfordelingen i 2004.

En by i bevægelse

Det er nu fjerde gang, at Sundhedsforvaltningen kan præsentere resultaterne af en undersøgelse af københavnernes sundhed. De tidligere profiler af københavnernes sundhed blev udarbejdet i 1991, 1995 og 1999.

I mit arbejde som sundhedsborgmester har jeg lagt stor vægt på, at vi kan og skal dokumentere, hvad vi laver – og hvorfor vi gør det. Det er vigtigt at have viden at stå på. Og jo mere vi ved, desto større forpligtelser har vi, der arbejder med sundhed og forebyggelse, til at tage hånd om problemerne.

Den foreliggende undersøgelse indeholder både gode og dårlige nyheder. Den viser, at københavnere lytter til gode råd. Vi har ikke længere et sundhedsmæssig efterslæb i forhold til resten af landet. Det lange seje træk begynder at virke med hensyn til rygning og kost. På de områder går det mærkbart fremad.

Men der er – desværre – stadig masser at arbejde med. Man kan sige, at de 'frelste' er blevet mere frelste, mens de 'fortabte' har fået det værre. For eksempel er tallene om københavnernes overvægt skræmmende. Der er registreret nogenlunde samme antal som ved sidste undersøgelse, men gruppen er blevet tungere. Før var mange 'overvægtige', nu er der flere 'svært overvægtige' – med de massive problemer, det medfører.

'Motionen står stille', som det modsætningsfyldt kan udtrykkes. Og at hver femte københavnere er berørt af andres alkoholproblemer bevidner, at vi også på alkoholområdet, trods en lille positiv udvikling, er langt fra tilfredsstillende tilstande. Derfor er det godt og nød-

vendigt, at Sundhedsforvaltningen har taget ansvaret for Københavns Kommunes overordnede alkoholpolitik. Det er i vores regi, at den samlede indsats skal rettelægges og koordineres.

På samme måde er jeg glad for, at jeg og Sundhedsforvaltningen med hele Borgerrepræsentationens opbakning har sat 'Byen i bevægelse'. Det betyder, at det fremover er en fælleskommunal pligt at tænke bevægelse og motion ind i alle aktiviteter. For eksempel skal man ved indretningen af parker og rekreative arealer aktivt overveje, om der kan etableres motionsstier, fysisk krævende legeredskaber og lignende. Ligesom vi skal indrette skoler, daginstitutioner og plejehjem med fysisk aktivitet for øje.

Med hensyn til rygning og kost har mange råbt op gennem mange år. En tilsvarende 'råben og skrigen' er nødvendig for med tiden at få ændret vores uvaner med manglende motion og for megen alkohol. Denne undersøgelse er et velunderbygget opråb.

Jeg håber, at rigtig mange vil få glæde af at læse sundhedsprofilen. Den indeholder nødvendig viden for Folkesundhed Københavns videre arbejde, og den bør inspirere til at sætte forebyggelse og folkesundhed på dagordenen over alt i Københavns Kommune. Så vi 'bevæger os' i den rigtige retning.

København, juni 2005
Inger Marie Bruun-Vierø
Sundhedsborgmester





Resumé

Siden Sundhedsforvaltningen begyndte at udarbejde sundhedsprofiler i 1991, er der på flere områder sket en positiv udvikling i københavnernes livsstil. Denne positive udvikling slår især igennem i forhold til rygning og kostvaner. Der er over de seneste 14 år sket et betydeligt fald i andelen af københavnere, som ryger dagligt, og stadig færre føler sig generet af passiv røg i hjemmet og på arbejdspladsen. Særlig positivt er det, at faldet i andelen af rygere er mest markant blandt de unge.

Også københavnernes kostvaner bevæger sig i gunstig retning. Det efterhånden velkendte kostråd med '6 om dagen' ser langsomt men sikkert ud til at slå igennem, idet der er sket en stigning i andelen, der spiser frugt og grønt flere gang dagligt.

I forhold til arbejdslivet er der sket en stigning i andelen af faglærte og ufaglærte, der oplever at have indflydelse på tilrettelæggelsen af deres arbejde. Det efterslæb som faglærte og ufaglærte har haft, i forhold til indflydelse på eget arbejde, ser nu ud til at mindskes og nærme sig niveauet for funktionærer.

På alkoholområdet synes der også at være grund til forsigtig optimisme. Andelen af københavnere med et problematisk forhold til alkohol er faldene og færre drikker mere end Sundhedsstyrelsens anbefalede genstandsgrænser. Dette til trods er der stadig en stor del, som drikker mere end, hvad der er sundhedsmæssigt forsvarligt, og mange københavnere er berørt af alkoholproblemer blandt familie eller venner.

Optimismen er dog ikke helt den samme, når det gælder forhold som fysisk aktivitet, overvægt og medicinforbrug. Københavnernes motionsmønster er stort set uforandret fra 1991 og frem til i dag, og mens andelen af normalvægtige synes stabiliseret, bliver der stadig flere svært overvægtige blandt københavnere. Tendensen er, at dem der tidligere var overvægtige bliver svært overvægtige. Forbruget af medicin er ligeledes stabilt, om end der ses mindre forskelle i forbruget af forskellige typer medicin.

Når det er sagt, er det væsentligt at fremhæve, at der er store forskelle i livsstil og sundhedsvaner mænd og kvinder imellem. For eksempel er de københavnske mænd langt mindre tilbøjelige til at spise frugt og grønt end kvinderne, og mændene er i langt højere grad plaget af et problematisk forhold til alkohol. Også når det kommer til fedme, er mændene hårdere ramt. Til gengæld spiser kvinderne mere medicin og vurderer generelt deres helbred en smule dårligere end mændene.

Der forekommer ligeledes forskelle i livsstil, sundhedsvaner og helbred, når man sammenligner københavnere i arbejde med dem, som står uden job, og når man sammenligner forskellige grupper af erhvervsaktive. Arbejdsløse er i højere risiko for at have en usund livsstil, og funktionærer på højt niveau har ofte en sundere livsstil og et bedre helbred end ufaglærte og faglærte arbejdere.

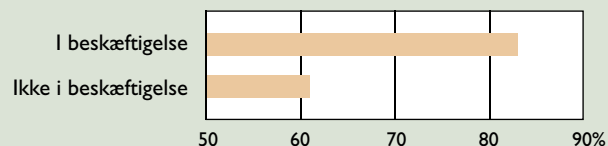
Københavnerne synes, de har et godt helbred

De fleste københavnere synes, at de har et godt helbred. Lige knap tre ud af fire synes, at deres helbred er godt eller virkelig godt. Andelen med godt eller virkelig godt selv vurderet helbred er stort set uforandret siden 1991. Andelen af københavnere med dårligt eller meget dårligt selv vurderet helbred udgør 6–7% – et tal, der heller ikke har forandret sig siden 1991.

Forskel på unge og gamle samt på mænd og kvinder

Opfattelsen af eget helbred hænger sammen med alder. De ældre vurderer ikke i samme grad deres helbred positivt som de yngre. Over 80% af de 18–29 årige oplever, at de har et godt eller virkelig godt helbred mod under halvdelen af de 67+ årige. Lidt flere mænd end kvinder oplever deres helbred positivt, og dette er tilfældet i alle aldersgrupper bortset fra de 30–44 årige. Her er der en lille overvægt af kvinder, der vurderer deres helbred positivt.

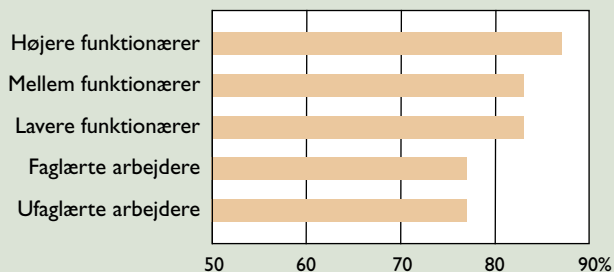
Andel med godt/virkelig godt selv vurderet helbred.
18–66 år. Beskæftigede/ikke beskæftigede 2004.*



Københavnere i arbejde har et bedre helbred

Der er forskel på, hvordan københavnere vurderer deres helbred afhængig af, om de er i arbejde eller ej. 83% af de københavnere, som er i arbejde, oplever at have et godt eller virkelig godt helbred. Blandt de københavnere, der ikke er i arbejde, er andelen med godt selv vurderet helbred på 61%.

Andel med godt/virkelig godt selv vurderet helbred.
18–66 år. Erhvervs mæssig placering. 2004.



*) I *Beskæftigelse* omfatter hel- og deltidsbeskæftigede.
Ikke i *beskæftigelse* omfatter arbejdsløse dagpenge- og kontanthjælpsmodtagere.

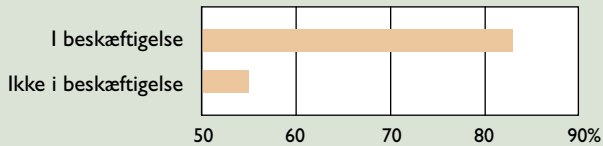


Selvurderet helbred

Selvurderet helbred er en anerkendt målemetode, der kan bruges til at forudsige død blandt raske mennesker. Personer med negativt selvvurderet helbred har kortere levetid end personer med højt selvvurderet helbred. Negativt selvvurderet helbred er også forbundet med højere risiko for udvikling af kræft, forringet funktionsevne, udvikling af hjertesygdomme, medicinforbrug, arbejdsløshed og brug af sundhedsydelse.



Andel, der generelt føler sig friske nok.
18–66 år. Beskæftigede/ikke beskæftigede 2004.



Erhvervsmæssig placering påvirker oplevelsen af eget helbred

Det er ikke uden betydning for helbredet 'hvad man laver', når man går på arbejde. Blandt funktionærer på alle niveauer er der en højere andel med godt/virkelig godt helbred sammenlignet med faglærte og ufaglærte arbejdere. Størst er forskellen i selv vurderet helbred mellem funktionærer på højeste niveau og arbejdere – faglærte såvel som ufaglærte. Blandt arbejderne er andelen med positivt selv vurderet helbred således 10% lavere end blandt funktionærer på højeste niveau.

36% af københavnere lider under langvarig sygdom, langvarig eftervirkning af skade, handicap eller anden langvarig lidelse. Værst står det til for dem, som står uden arbejde. Halvdelen af de københavnere, som ikke er i arbejde, har en langvarig sygdom mod 26% af dem, der er i arbejde.

Mange føler sig friske nok til at gøre det, de har lyst til

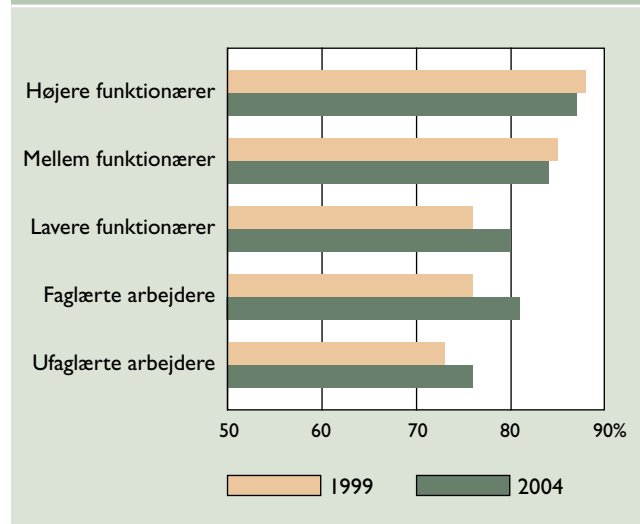
73% af københavnere føler sig som regel friske nok til at gøre det, de har lyst til, og dette billede har ikke ændret sig siden 1991. Andelen, som næsten aldrig føler, at de er friske nok til at gennemføre det, de har lyst til, ligger på 6% – et tal, der ligeledes har været kon-

stant siden 1991. Også her gør det sig gældende, at der er sammenhæng mellem velbefindende og beskæftigelse, og denne sammenhæng falder ud til de beskæftigedes fordel.

Stigning i andelen af faglærte og ufaglærte, som føler sig friske nok

Blandt funktionærer på højt og mellemniveau er andelen, som for det meste føler sig friske nok højest, mens den er lavest blandt faglærte, ufaglærte og funktionærer på laveste niveau. Blandt funktionærer på laveste niveau, faglærte og ufaglærte arbejdere er der dog sket en positiv udvikling siden 1999. Andelen, som føler sig friske nok til at gennemføre det, de har lyst til, ser nemlig ud til at være steget en smule i disse grupper.

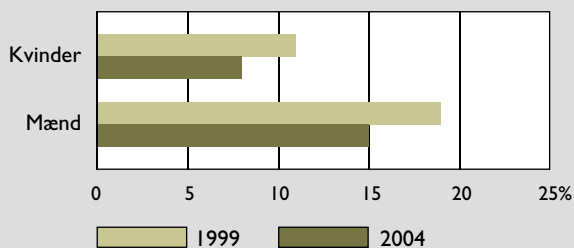
Andel, der for det meste føler sig friske nok til at gennemføre det, de har lyst til.
18–66 år. Erhvervsmæssig placering. 1999 og 2004



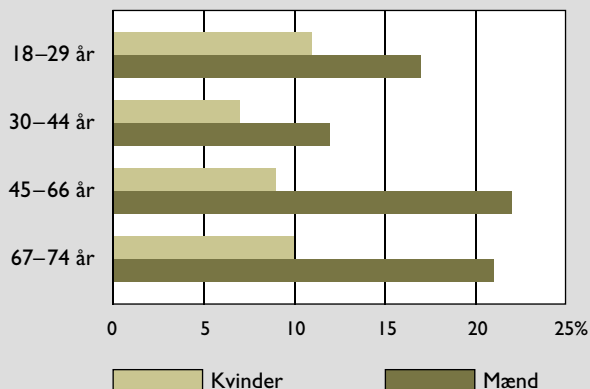
Færre københavnere drikker over genstandsgrænserne

Godt hver 10. københavnere drikker mere end Sundhedsstyrelsens anbefalede genstandsgrænser på henholdsvis 14 og 21 genstande om ugen. 15% af mændene og 8% af kvinderne drikker over genstandsgrænserne. Dermed er andelen af københavnere, der drikker mere end, hvad der er sundhedsmæssigt forsvarligt faldet siden 1999. Her drak 19% af mændene og 11% af kvinderne over genstandsgrænserne. Det er især de midaldrende mænd, men også forholdsvis mange unge, der drikker for meget.

Andel, der drikker over genstandsgrænserne. Fordelt på køn. 1999 og 2004.



Andel, der drikker over genstandsgrænserne. Fordelt på alder. 2004.



Særligt mænd udenfor arbejdsmarkedet drikker for meget

20% af de københavnske mænd, der ikke er i arbejde, drikker over genstandsgrænserne. Til sammenligning drikker 14% af de københavnske mænd i arbejde for meget. For kvinders vedkommende synes der ikke sammenhæng mellem beskæftigelsesstatus og alkoholforbrug.

Færre københavnere drikker alkohol på en tilfældig hverdag

Andelen af københavnere, der har drukket alkohol på en tilfældig hverdag, er faldet i perioden 1991–2004. Samtidig er antallet af genstande drukket på en tilfældig valgt hverdag også faldet. Det er især de midaldrende mænd mellem 45 og 65 år og de ældre mænd over 67 år, der drikker dagligt.

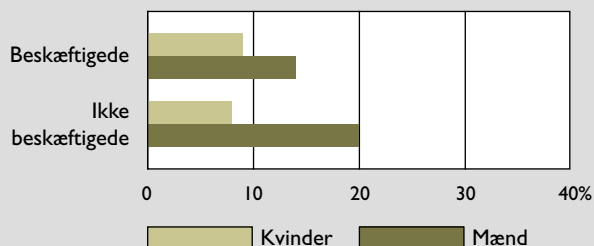


Alkohol

Sundhedsstyrelsen fraråder, at kvinder drikker mere end 14 genstande og mænd mere end 21 genstande pr. uge. Det er usundt at drikke meget på én gang – dvs. 5 genstande eller mere ved samme lejlighed. Ca. 7.500 danskere dør hvert år af alkoholrelaterede lidelser. Danskernes alkoholforbrug koster hvert år samfundet ca. 10 mia. kr.



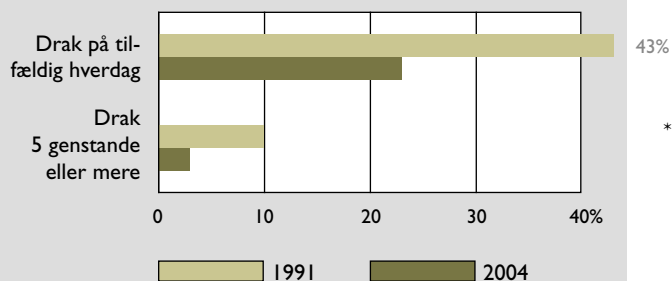
Andel, der drikker over genstandsgrænserne.
Beskæftigede/ikke beskæftigede. 18–66 år. 2004.



Knap en tredjedel af københavnernes drikker alkohol i weekenden

De fleste københavnere drikker alkohol i weekenden, og andelen er uændret siden 1995. Der er en tendens til, at flere drikker mere end 10 genstande i weekenden. Det er især de unge af begge køn og de ældre mænd, der drikker i weekenden. Halvdelen af de unge mænd drikker over 10 genstande i weekenden.

Andel, der drikker til hverdag. 1991 og 2004.



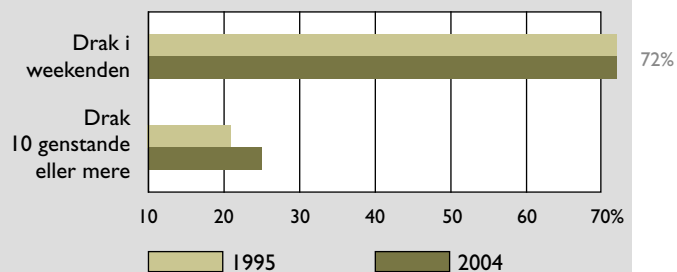
Knap en fjerdedel af de københavnske mænd synes selv, de drikker for meget

23% af de københavnske mænd føler selv, at de drikker for meget. Det tilsvarende tal for kvinder er 13%. Risikoen for at have et problematisk forhold til alkohol er større for mænd end for kvinder. 13% af de københavnske mænd og 6% af de københavnske kvinder har et problematisk alkoholforbrug*.

En femtedel af københavnernes er berørt af andres alkoholproblemer

Alkoholforbrug har en række negative konsekvenser for de mennesker, der er i kontakt med en person, der drikker for meget. 19% af københavnernes mener, at alkoholproblemer i deres familie eller omgangskreds har haft indflydelse på deres liv inden for det seneste år.

Andel, der drikker i weekenden. 1995 og 2004.

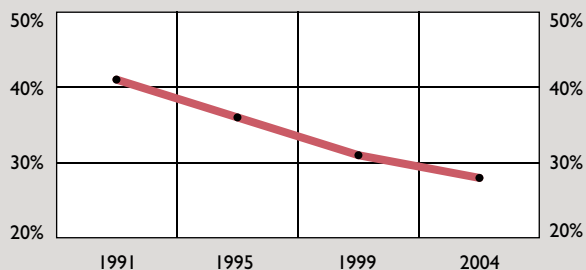


*) Man har et problematisk forhold til alkohol, hvis man har svaret ja til mindst to af disse spørgsmål: 1) Har du nogensinde følt, at du burde nedsætte dit alkoholforbrug? 2) Har nogen (familie og venner) nogensinde generet dig ved at kritisere dine alkoholvaner? 3) Har du nogensinde følt dig slet til mode eller skyldig pga. dine alkoholvaner? 4) Har du nogensinde, som det første om morgenen, taget en genstand for at berolige nerverne eller blive tømmermænd kvit?

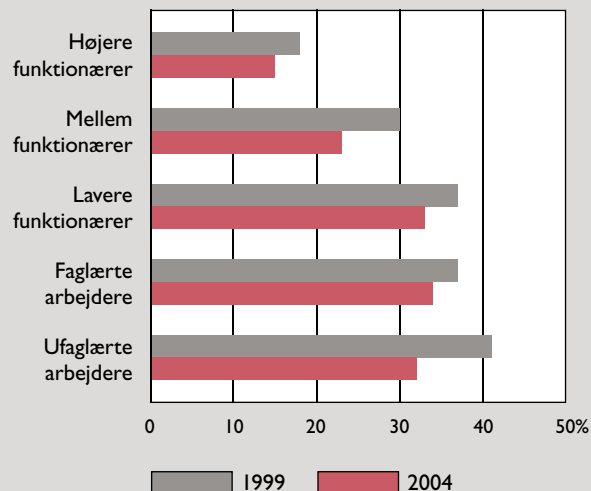
Andelen af rygere falder fortsat

Der bliver stadig færre københavnere, der ryger hver dag. Siden 1991 er andelen af københavnere, der ryger dagligt, faldet med 13 procentpoint svarende til et fald på 31%. I dag ryger 28% af alle københavnere dagligt, og andelen af rygere er dermed den samme i København som på landsplan. Der er ikke den store kønsforskel i andelen af dagligrygere, idet 29% af mændene og 26% af kvinderne ryger hver dag.

Andel københavnere over 18 år, der ryger dagligt 1991–2004



Københavnere, som ryger dagligt.
Erhvervsmæssig placering. 18–66 år. 1999 og 2004



Der er færrest rygere blandt de unge københavnere og flest blandt de midaldrende. Mens kun 18% af de unge mellem 18 og 29 år ryger hver dag, er det samme tilfældet for 41% af de 45–66 årige. Faldet i andelen af rygere er gældende i alle aldersgrupper, men er mest markant blandt de 18–29 årige. At faldet er tydeligst blandt de yngre hænger blandt andet sammen med, at der er en tydelig stigning i gruppen, som aldrig har røget. I 1991 havde 33% af københavnernes aldrig røget et tal, der i dag er steget til 41%.

Lille fald i andelen af storrygere

Indenfor de sidste 10 år ser det ud til, at der er sket et lille fald i andelen af københavnske storrygere, der ryger

mere end 15 cigaretter dagligt. I 1995 var 53% af rygerne storrygere, i dag er andelen af storrygere på 49%.

Kun 15% funktionærer på højeste niveau ryger

Der er tydelig sammenhæng mellem rygning og erhvervs­mæssig placering. Andelen af rygere er således mere end dobbelt så høj blandt faglærte og ufaglærte arbejdere sammenlignet med funktionærer på højeste niveau. Nedgangen i andelen af rygere slår igennem i alle erhvervsgrupper i perioden 1999–2004.

Færre rygere blandt beskæftigede

28% af de københavnere, der er i arbejde, ryger dagligt. Til sammenligning er der 37% dagligrygere blandt de københavnere, der står uden arbejde.

Færre føler sig udsat for passiv rygning hjemme og på arbejde

I perioden fra 1999 og frem til 2004 er der sket et fald i andelen af københavnere, der føler sig generet af passiv rygning i hjemmet eller på arbejdspladsen. Faktisk er andelen, der føler sig generet af passiv rygning i hjemmet halveret og andelen, der er generet af passiv rygning på arbejdspladsen faldet fra 34% til 23%. Til gengæld har hver fjerde københavnere oplevet, at røggener hæmmer deres sociale og kulinariske udfoldelsesmuligheder, og de har således i mindst et tilfælde undladt at bruge bar, café eller restaurant på grund af røg.

Rygning

Tobaksrygning er den enkeltfaktor, som udgør den største sundhedsrisiko i den vestlige verden. Rygning er blandt andet skyld i, at ca. 4.500 danskere årligt dør af kræft.

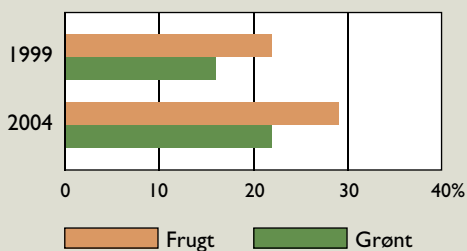
Det er 10 gange flere, end der dør i trafikken.



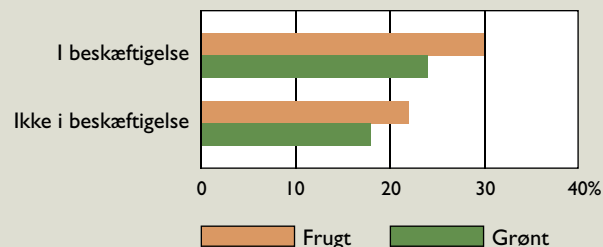
Københavnerne spiser mere frugt og grønt end tidligere

Det ser ud til, at københavnernes har taget anbefalingerne om at spise mere frugt og grønt til sig, idet der er sket en positiv udvikling i det daglige indtag af frugt og grønt. 29% spiser frugt flere gange dagligt – et tal, der i 1999 lå på 22%. Samme tendens ses omkring københavnernes indtag af grøntsager, hvor 22% spiser grøntsager flere gange dagligt. I 1999 spiste 16% grønt flere gange om dagen.

Andel, der spiser frugt og/eller grønt flere gange dagligt. 1999 og 2004.



Andel, der spiser frugt og/eller grønt flere gange dagligt. 18–66 år. Beskæftigede/ikke beskæft. 2004.



Kvinder spiser langt oftere frugt og grønt end mænd

Generelt spiser kvinderne oftere frugt og grønt end mændene. Andelen af kvinder, der spiser frugt flere gange dagligt, er mere end dobbelt så høj sammenlignet med mændene. Hvor 40% af kvinderne spiser frugt flere gange dagligt, er det tilsvarende tal for mændene kun 17%. Også når det kommer til det grønne, er kvinderne mere flittige spisere end mændene. 31% af kvinderne spiser grøntsager flere gange hver dag mod kun 13% af mændene.

Københavnere uden arbejde spiser mindre frugt og grønt

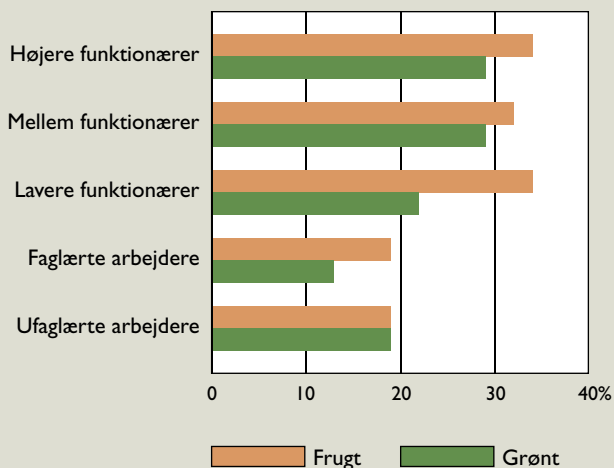
Blandt de københavnere, som er arbejdsløse, er andelen, der spiser frugt og grønt flere gange om dagen, lavere end blandt de københavnere, som er i arbejde. Samtidig er der også forskel på det daglige indtag af frugt og grønt, når københavnere med forskellig erhvervs-mæssig placering sammenlignes. Andelen af borgere, som spiser frugt og grønt flere gange om dagen, er højere

blandt funktionærer i alle grupper sammenlignet med faglærte og ufaglærte arbejdere.

Mænd og kvinder har forskellige drikkevaner

Næsten halvdelen af de københavnske mænd drikker sukkerholdige drikke* hver dag. 42% af mændene drikker sukkerholdige drikke dagligt, mens det samme er gældende for 34% af kvinderne. Samtidig er mændene også mere tilbøjelige end kvinderne til at drikke fede mælkeprodukter og mindre tilbøjelige til at drikke magre mælkeprodukter. Mens 54% af kvinderne drikker magre mælkeprodukter flere gange dagligt, er det tilsvarende tal for mændene 44%. En ud af fire kvinder drikker fede mælkeprodukter flere gange hver dag, mens det samme er tilfældet for en ud af tre mænd.**

Andel, der spiser frugt og/eller grønt flere gange dagligt. 18–66 år. Erhvervsmæssig placering. 2004.



Frugt og grønt

Videnskabelige undersøgelser viser, at frugt og grønt beskytter mod livsstilssygdomme. Hvor godt frugt og grønt beskytter afhænger af mængden, man spiser. Spiser man, som led i en sund kost, '6 om dagen' vil antallet af kræft- og hjertekarsygdomme falde og den gennemsnitlige levetid forlænges.

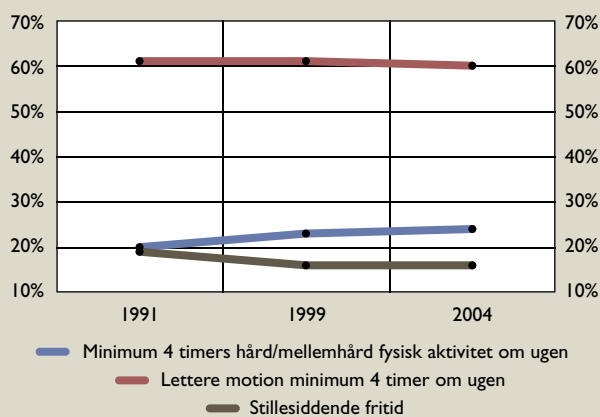
*) Sukkerholdige drikke er her defineret som sodavand, saftvand og kakao.

**) Der er kun spurgt til indtagesfrekvensen og ikke til mængden, der indtages.

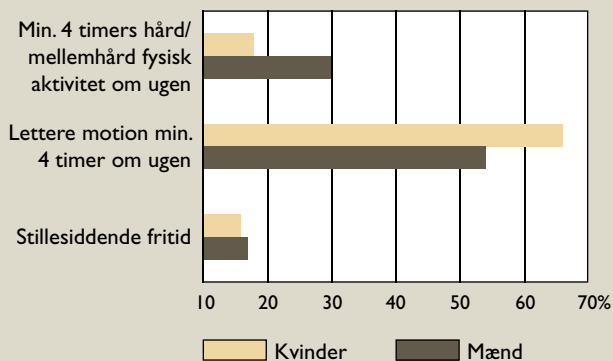
Københavnernes motionsmønster er uforandret

Siden 1991 er der ikke sket væsentlige ændringer i københavnernes motionsmønster. Andelen af fysisk aktive er stort set konstant, og det samme gælder andelen af københavnere, som er stillesiddende i fritiden. 16% af københavnere er primært stillesiddende i deres fritid.

Fysisk aktivitet i fritiden. 1991–2004.



Fysisk aktivitet fordelt på køn. 2004.

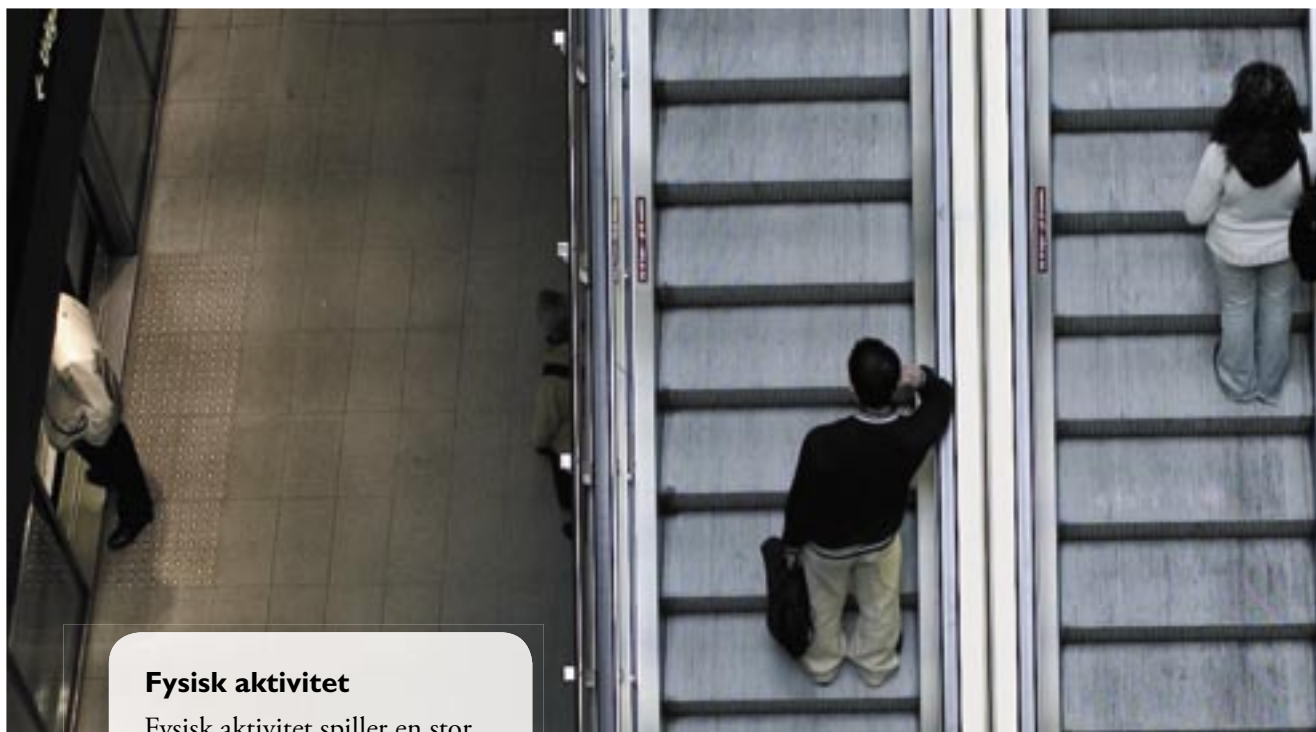


Mænd er mere til hård fysisk aktivitet

De københavnske mænd er mere tilbøjelige til at dyrke hård eller mellemhård fysisk aktivitet sammenlignet med kvinderne. Kvinderne derimod er mere til de lettere former for fysisk udfoldelse. 30% af alle mændene dyrker hård eller mellemhård fysisk aktivitet, mens det samme kun er tilfældet for 18% af kvinderne. Til gengæld er andelen af borgere med stillesiddende fritidsaktiviteter den samme for mænd og kvinder.

Københavnerne i arbejde har højere motionsintensitet

Når man sammenligner københavnere i beskæftigelse med dem, der ikke er i beskæftigelse, tegner der sig et billede, hvor de beskæftigede dyrker både mere motion og mere intens motion end de arbejdsløse. Yderligere er de københavnere, som er i arbejde, også mindre tilbøjelige til at have stillesiddende fritidsaktiviteter. 20% af de arbejdsløse er stillesiddende i fritiden mod 14%

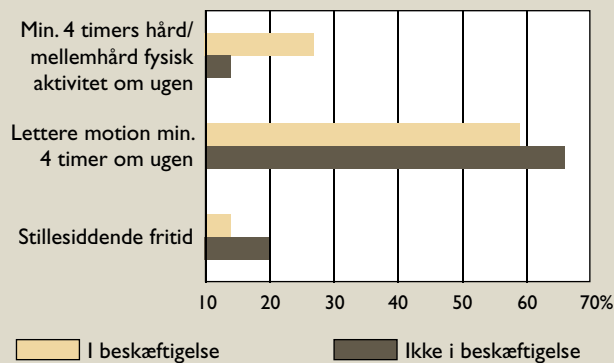


Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet spiller en stor rolle for vores sundhedstilstand. Regelmæssig fysisk aktivitet er med til at holde kroppen sund og rask og forebygge en lang række af de livsstilssygdomme, mange lider af som for eksempel kræft, diabetes type-2 og blodpropper i hjerte og hjerne.

af dem, der er i arbejde. Andelen, der dyrker hård eller mellemhård fysisk aktivitet, er næsten dobbelt så høj blandt de beskæftigede.

Fysisk aktivitet og beskæftigelse. 18–66 år. 2004.



Fortsat stigning i andelen af svært overvægtige

Forekomsten af fedme blandt københavnere er steget jævnt fra 1991 til 2004. Faktisk er andelen af svært overvægtige* steget med en tredjedel fra lige knap 6% i 1991 til 9% i 2004. Tendensen er dermed, at mens hovedparten af københavnere forbliver normalvægtige, bevæger gruppen af overvægtige sig i retning af fedme. Svær overvægt er forbundet med forøget risiko for en lang række sygdomme lige fra diabetes type-2 til slidgigt.

Andelen af normalvægtige er stabil

Andelen af normalvægtige københavnere har været nogenlunde konstant fra 1991 og frem til i dag. 65% af københavnere er normalvægtige, 24% er overvægtige og 9% er som nævnt svært overvægtige. I alt har 33% af københavnere et BMI, som ligger over 25, og dette tal har ikke ændret sig synderligt siden 1999.

Overvægt og fedme er mere udbredt blandt mænd

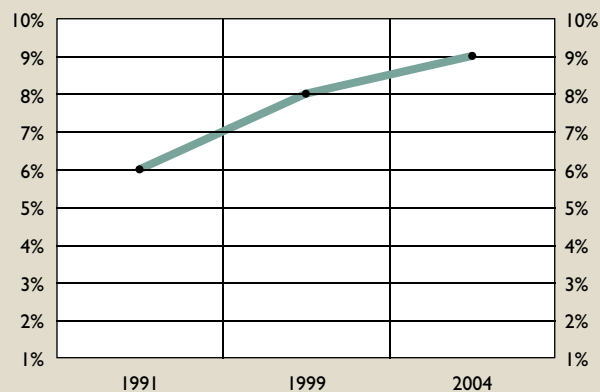
Andelen af overvægtige og svært overvægtige er lidt større blandt de københavnske mænd end blandt kvin-

derne. 10% af mændene er svært overvægtige, mens det samme er tilfældet for 8% af kvinderne. Inddrager man gruppen af overvægtige med et BMI mellem 25 og 30, fremkommer det, at 38% af de københavnske mænd er for tykke mod 26% af kvinderne.

Fedme forekommer 3 gange så ofte blandt ufaglærte

Ser man på københavnernes erhvervs-mæssige placering, ser det ud til, at andelen af svært overvægtige er tre gange så høj blandt ufaglærte arbejdere sammenlignet med funktionærer på højeste niveau. Blandt funktionærer på laveste niveau er andelen af svært overvægtige stort set den samme som blandt faglærte og ufaglærte arbejdere.

Københavnere med BMI** over 30.
1991–2004.



*) Svær overvægt/Fedme = BMI 30+
Overvægt = BMI 25–29,9
Normalvægt = BMI 18,5–24,9

**) BMI = vægt(kg) / højde(m) x højde(m)



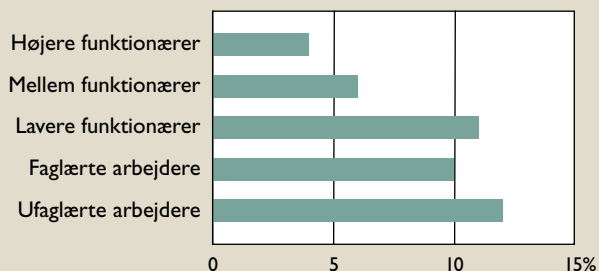
Overvægt og fedme

Mere end 10% af de voksne danskere er fede, og endnu flere er overvægtige. Omfanget af fedme-problemet er nu så stort, at fedme er en af de væsentligste årsager til for tidlig død. Fedme øger blandt andet risikoen for diabetes type-2, hjerte- kar- sygdomme og kræft.

Fedmeforekomsten er 50% højere blandt arbejdsløse

Sammenligner man københavnere i arbejde med ledige københavnere, er andelen af svært overvægtige højere blandt de ledige. 7% af de beskæftigede københavnere er svært overvægtige mod 11% af dem, som ikke er i beskæftigelse.

Fedme og erhvervmæssig placering.
BMI over 30. 18–66 år. 2004.



De fleste har indflydelse på tilrettelæggelsen af eget arbejde

I et moderne samfund oplever mange mennesker, at arbejdet er stressende, at der stilles store krav og at arbejdspresset er stigende. En af de vigtigste dimensioner for stress er indflydelse på tilrettelæggelsen af eget arbejde. 86% af københavnernes oplever, at de har stor eller en vis indflydelse på tilrettelæggelsen af eget arbejde.

Stigning i andelen af arbejdere med indflydelse på eget arbejde

Andelen, som oplever at have stor eller en vis indflydelse på eget arbejde, er størst i gruppen af funktionærer på højeste niveau. Her oplever næsten alle, at de har indflydelse på tilrettelæggelsen af eget arbejde. Til sammenligning oplever tre ud af fire ufaglærte at have god eller en vis indflydelse på eget arbejde. Samlet betragtet er der siden 1999 sket en stigning i andelen af københavnere, der mener, at de har indflydelse på eget arbejde. Denne stigning er tydeligst for faglærte og ufaglærte arbejdere. Andelen, der oplever at have indflydelse på eget arbejde, er nogenlunde den samme for mænd og kvinder.

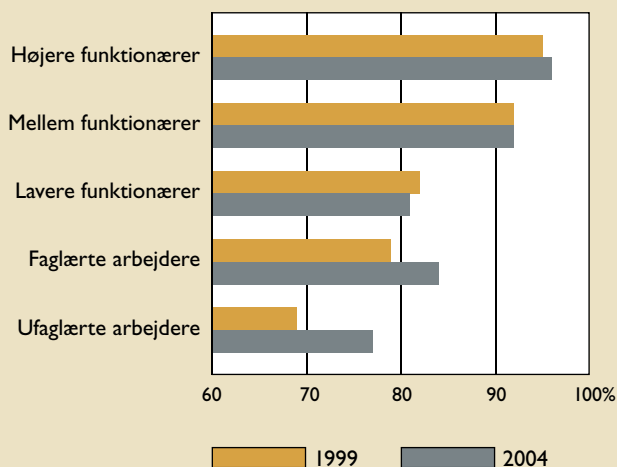
Halvdelen af de erhvervsaktive københavnere oplever, at arbejdspresset er passende

49% af københavnernes mener, at deres arbejdspresset er passende, mens 34 % oplever, at det er lidt for højt. 14% oplever, at arbejdspresset er alt for højt. Kun 3 % føler, at arbejdspresset er for lavt. Flere kvinder end mænd oplever arbejdspresset som værende for højt. Andelen, som mener, at arbejdspresset er lidt eller alt for højt, er størst i grupperne af funktionærer på højt og mellemniveau samt blandt faglærte arbejdere.

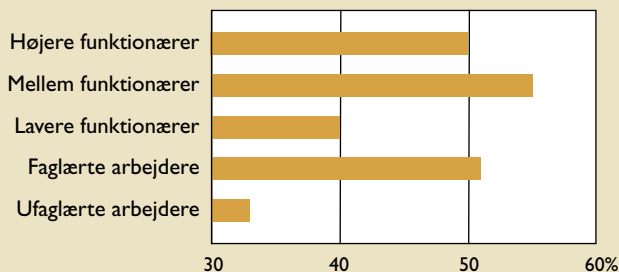
Flere københavnere med stillesiddende arbejde

Over halvdelen af københavnernes har stillesiddende arbejde, og denne andel er stigende. Stillesiddende arbejde er mest udbredt blandt funktionærer på højeste ni-

Andel med stor eller en vis indflydelse på eget arbejde. 18–66 årige. 1999 og 2004.



Andel, der angiver at arbejdspresset er lidt for højt/alt for højt. 18–66 årige. 2004.



veau og mindst udbredt blandt faglærte og ufaglærte arbejdere.

Mere end hver tredje københavnere cykler på arbejde

Når så stor en andel af københavnere har et stillesiddende arbejde, er det positivt, at så mange cykler eller går til og fra jobbet. Næsten halvdelen af københavnere cykler eller går til og fra arbejde. 37 % tager cyklen, og 9% spadserer. Kun 18 % tager bilen. Andelen, der cykler på arbejde, er nogenlunde den samme for mænd og kvinder, og der er en lidt højere andel cyklende blandt faglærte og ufaglærte sammenlignet med funktionærer.

Stress

Stress på arbejdet forøger risikoen for sygdom. Mennesker, der har mere kontrol over deres arbejde, har et bedre helbred.



Københavnernes medicinforbrug er stabilt

Lidt over en tredjedel af københavnere har ikke taget medicin indenfor de seneste 14 dage. Dette tal har ikke ændret sig siden 1991.

Kvinder bruger mere medicin end mænd.

Generelt er der ikke sket væsentlige ændringer i københavnernes medicinforbrug fra 1991 til 2004. Medicinforbruget stiger med alderen, og de københavnske kvinder spiser mere medicin end de københavnske mænd. 53% af mændene og 67% af kvinderne har taget medicin indenfor de seneste 14 dage. For både mænd og kvinder gælder det, at smertestillende medicin er den mest anvendte medicintype. Andelen af københavnere, der tager hjertemedicin og blodtrykssænkende medicin, er steget en smule fra 1991 til 2004, mens forbruget af sovemedicin og nervemedicin er faldet lidt.

Stærk overvægt øger medicinforbruget

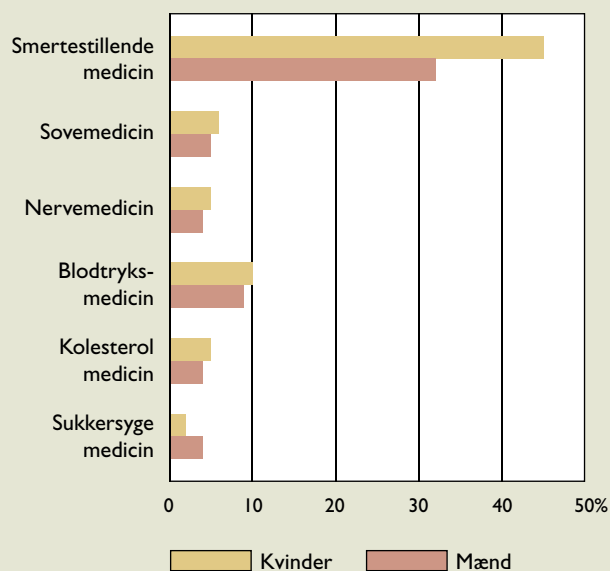
Medicinforbruget indenfor næsten alle medicinske behandlinger stiger i takt med BMI. 44% af de københavnere, der har et BMI over 30, har taget smertestillende medicin indenfor de seneste 14 dage. Til sammenlig-

ning har 37% af alle københavnere, uafhængig af BMI, taget smertestillende medicin indenfor de sidste 14 dage.

Dem, der ikke har taget medicin de seneste 14 dage, har det bedste helbred

Der er tydelig sammenhæng mellem medicinforbrug og selv vurderet helbred. Medicinforbruget er således markant lavere blandt de københavnere, som har et godt eller virkelig godt selv vurderet helbred, sammenlignet med dem, der har et dårligt eller virkelig dårligt selv vurderet helbred. Blandt dem med det bedste helbred har 45% taget medicin indenfor de seneste 14 dage,

Andelen af kvinder og mænd, der har brugt medicin de seneste 14 dage. 2004.





Medicinforbrug

Medicinforbruget er fortsat stigende i den vestlige verden. Flere får medicinsk behandling, og den enkelte borger spiser mere medicin.

mens der blandt dem med dårligst helbred er 98%, der har taget medicin. I gruppen, der vurderer deres helbred som værende nogenlunde, har 83% taget medicin.

Sammenhæng mellem medicinforbrug og arbejdsløshed

I gruppen af københavnere, der er uden arbejde, er andelen, der har taget medicin inden for de sidste 14 dage, højere end i gruppen, som er i arbejde. Hvor 58% af de beskæftigede københavnere har brugt medicin, er det tilsvarende tal for de arbejdsløse 69%.

Københavnernes Sundhed 2005

Udgivet juni 2005 af:
Sundhedsstaben
Sundhedsforvaltningen
Sjællandsgade 40
2200 København

Telefon 35 30 35 68

Redaktion:
Rikke Pedersen Schmidt

Tekst og analyse:
Rikke Pedersen Schmidt
Lisbeth Pedersen
Nina Gath

Statistisk bearbejdning:
Michael Krone

Kilder:
Kræftens Bekæmpelse
Sundhedsstyrelsen
Folkesundhed København

Fotos:
Anne-Li Engstrøm
Alexander Brandel (s. 2, 19, 21)

Grafisk design:
Bjørn Rasmussen Grafik

Repro og tryk:
Rosendahls Bogtrykkeri

ISBN 87-89863-45-3

Uddrag og kopiering er tilladt
mod tydelig kildeangivelse



KØBENHAVNS KOMMUNE

Sundhedsforvaltningen
Sundhedsstaben

Sjællandsgade 40
2200 København N
Telefon 35 30 35 68
Fax 35 30 39 39
www.kk.dk