



Notat

Udvalgte hovedresultater fra Børnesundhedsprofilen 2025

8. december 2025

Edoc-sagsnummer
2025-0385556

F2 sagsnummer
2025-25141

Børnesundhedsprofilundersøgelsen blev gennemført første gang i København i efteråret 2021, og det er med de nye resultater muligt at følge udviklingen fra 2021, 2023 og 2025. Det er ikke de samme børn, som har besvaret undersøgelsen i 2021, 2023 og 2025.

Hovedresultater

Resultater fra Børnesundhedsprofilen 2025 viser, at børnenes trivsel og sundhed generelt ligger på niveau med resultaterne fra 2023 samtidig med, at der ses fremgang på flere områder. Nedenfor præsenteres udvalgte hovedresultater fra hovedrapporten. Den fulde rapport er vedlagt som bilag 2 og den tilhørende Pixi-udgave som bilag 3.

Størstedelen af de københavnske børn trives fortsat

Børnesundhedsprofilen 2025 - København viser, at størstedelen af børnene i København trives, og andelen af børn, som ikke har det godt, er på samme niveau som i 2023. For børn i 3. klasse ligger trivslen stabilt sammenlignet med 2023 både derhjemme, i skolen og i fritiden. Det samme gør sig gældende for 6. klasse, men der ses dog en positiv udvikling fra 2023 til 2025 i andelen, som rapporterer at have det godt eller rigtig godt i skolen. For 9. klasse ses der også en positiv udvikling i trivslen i 2025 sammenlignet med 2023 både derhjemme, i skolen og i fritiden. For 6. og 9. klasse gælder det, at drengene generelt trives bedre end pigerne derhjemme, i skolen og i fritiden.

Blandt børn i 6. og 9. klasse ses et fald i andelen, som har oplevet at blive forskelsbehandlet (fra hhv. 27 % og 28 % i 2023 til 23 % og 22 % i 2025). Mange børn i 9. klasse oplever fortsat at være pressede. Knap en tredjedel svarer, at de tit eller meget tit har for meget at se til, og tæt på halvdelen føler sig for det meste eller altid presset af tests, eksamener og karakterer. Betydeligt flere piger end drenge i 9. klasse oplever præstationspres. Det gælder både oplevelsen af at have for meget at se til, pres over test og eksamener og utilfredshed med eget udseende. Her ses dog også et fald på to til tre procentpoint siden 2023.

Center for Forebyggelse og
Folkesundhed
Afdeling for Strategisk
Folkesundhed
Borups Allé 41
2200 København N

EAN-nummer
5798009290359

De yngste børn er de mest aktive

Undersøgelsen viser, at mange børn fortsat bevæger sig, så de bliver forpustede, men at det fysiske aktivitetsniveau falder jo ældre børnene er og særligt blandt pigerne. Generelt ses et højt niveau i andelen af børn, der ugentligt går til sport i en forening. For 3. klasse går 81 % til noget i deres fritid og af dem går 86 % til sport i en forening. I 6. og 9. klasse går hhv. 78 % og 53 % til sport i en forening.

Blandt børn i 9. klasse ses en mindre stigning i andelen, som dyrker fitness eller styrketræning flere gange om ugen i et fitnesscenter fra 32 % i 2023 til 34 % i 2025. Drengene er generelt mere aktive i forhold til pigerne.

Blandt børn i 6. klasse er andelen, der går i juniorklub mindst én gang om ugen, steget fra 44 % i 2023 til 48 % i 2025. I 9. klasse er det 10 % af børnene, der mindst én gang om ugen går i ungdomsklub og andelen er stort set uændret fra 2023.

Andelen af børn der går til teater, musik, spejder, rollespil eller lignende i en forening ligger for 3., 6. og 9. klasse på niveau med 2023. Pigerne er betydeligt mere aktive end drengene på kulturområdet.

18 % af pigerne i 6. klasse og 18 % af pigerne i 9. klasse svarer, at de gerne vil gå til mere i deres fritid. Hvis man ser på forhindringerne for alle børn, der gerne vil gå til mere, svarer 28 % i 6. klasse, at de ikke har tid og 19 % at de ikke ved, hvad de har lyst til at gå til. Hvorimod 36 % i 9. klasse siger, at de ikke har tid, og 23 % siger, at de er bekymrede for at starte til noget nyt.

Debut for første mobiltelefon er udskudt

Andelen af børn, der har sin egen mobiltelefon i 3. klasse er faldet betydeligt siden 2023. 46 % af børnene svarer nu, at de har deres egen mobil. Dette tal var 60 % i 2023. Omkring hver femte pige og hver tredje dreng i 3. klasse taler dog ikke med deres forældre om deres digitale liv.

På tværs af 3., 6. og 9. klasse er der et fald på omkring 15 % i andelen af børn, der har modtaget beskeder, billeder eller videoer, som gør dem kede af det, bange eller vrede. Det er et fald fra 2023, hvor andelen var omkring 18 %.

Flere børn får den mængde søvn, som Sundhedsstyrelsen anbefaler

I 6. klasse får 70 % af børnene Sundhedsstyrelsens anbefalede søvn-mængde på mindst 9 timers søvn, og i 9. klasse får 63 % af børnene den anbefalede søvn-mængde på mindst 8 timers søvn. I både 6. klasse og 9. klasse har der siden 2021 været et betydeligt fald i andelen, der oftest bruger skærm lige inden de lægger sig til at sove. Hhv. 28 % og 62 % bruger deres mobil 5-7 dage om ugen inden sengetid sammenlignet med i 2023, hvor det var hhv. 34 % og 67 %. Samtidig oplever 26 % af

børnene i 6. klasse og 39 % af børnene i 9. klasse, at deres søvn er blevet forstyrret af deres telefon, tablet eller computer i den forgange uge.

Varierende viden om seksuel sundhed i 9. klasse

Der er blandt de københavnske børn i 9. klasse stor variation i viden om, hvordan man beskytter sig mod seksuelt overførte sygdomme. 39 % af de københavnske børn i 9. klasse oplever at have meget viden om, hvordan de beskytter sig mod seksuelt overførte sygdomme. Det er lidt lavere end i 2023, hvor det samme gjaldt for 41 %. Omvendt oplever 15 % slet ikke at have viden, hvilket er på niveau med resultaterne i 2023. En større andel drenge end piger oplever slet ikke at have viden.

Færre har prøvet nikotinprodukter, rusdrikke og har prøvet hash

Undersøgelsen viser, at en betydelig mindre andel i 9. klasse har prøvet nikotinprodukter sammenlignet med 2023. For cigaretter er andelen, der ikke har prøvet at ryge steget fra 71 % i 2023 til 80 % i 2025. For e-cigaretter, puff bars, vapes eller lignende er andelen, der ikke har prøvet produkterne steget fra 65 % i 2023 til 75 % i 2025. Andelen der aldrig har prøvet snus, tyggetobak eller nikotinposer, er steget fra 81 % i 2023 til 89 % i 2025.

Der er ligeledes sket et fald i andelen der har prøvet at drikke alkohol. I 2025 angiver 64 % i 9. klasse, at de har prøvet at drikke alkohol, mens det samme gjaldt 71 % i 2023.

I 9. klasse har 6 % prøvet at ryge hash, hvilket er et betydeligt fald sammenlignet med 2023, hvor det gjaldt for 15 % i 9. klasse.

Om Børnesundhedsprofilundersøgelsen

Børnesundhedsprofilundersøgelsen er gennemført i skoletiden blandt børn i 3., 6. og 9. klasse på københavnske skoler. Både kommunale almenskoler, specialskoler og privat- og friskoler har deltaget i undersøgelsen. Flere end 10.000 københavnske børn har besvaret spørgeskemaet. Dette medfører en besvarelsesprocent på 78 %, hvilket er fire procentpoint højere end i 2023.

I den overordnede rapport *Børnesundhedsprofilen 2025 – København* fremgår resultaterne opdelt på klassetrin og udviklingen fra 2021 og 2023 til 2025 vises. Derudover vises svarfordelingen også opdelt på køn. Der er udarbejdet en kort pixiudgave, som giver et visuelt overblik over udvalgte resultater fra 2025.

Børnesundhedsprofilen er siden 2023 indsamlet med CPR-numre tilknyttet til besvarelsene. Dette gør det muligt at udarbejde supplerende analyser, hvor data kan kobles med andre registre.

Ud over den overordnede rapport på kommuneniveau modtager alle deltagende skoler deres egen Børnesundhedsprofil med skolens resultater opdelt på klassetrin. Skolerne modtager også et inspirationskatalog med overblik over mulige initiativer, som skolerne eventuelt kan iværksætte for at styrke trivsel, sundhed og aktivt fritidsliv. Desuden vil skolerne få mulighed for at rekvirere hjælp fra Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, Børne- og Ungdomsforvaltningen samt Kultur- og Fritidsforvaltningen både til uddybning af og opfølgning på resultaterne.

Bilag

- Bilag 2: Børnesundhedsprofilen 2025 – København
- Bilag 3: Pixiudgave til Børnesundhedsprofilen 2025