

23. juni 2022

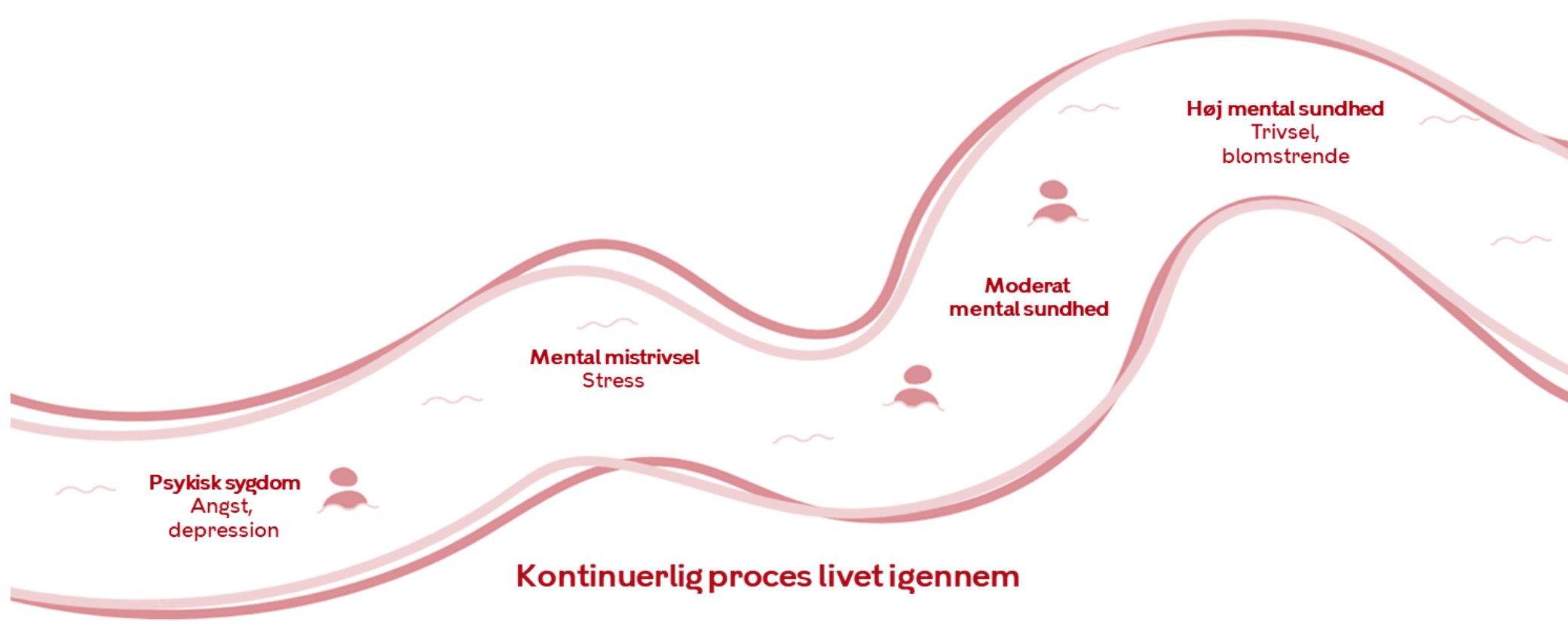
Center for Forebyggelse og Folkesundhed
Sundheds- og Omsorgsforvaltningen

Mental sundhed for alle københavnere

Centerchef Sten Kruse-Blinkenberg



Hvad er mental sundhed?



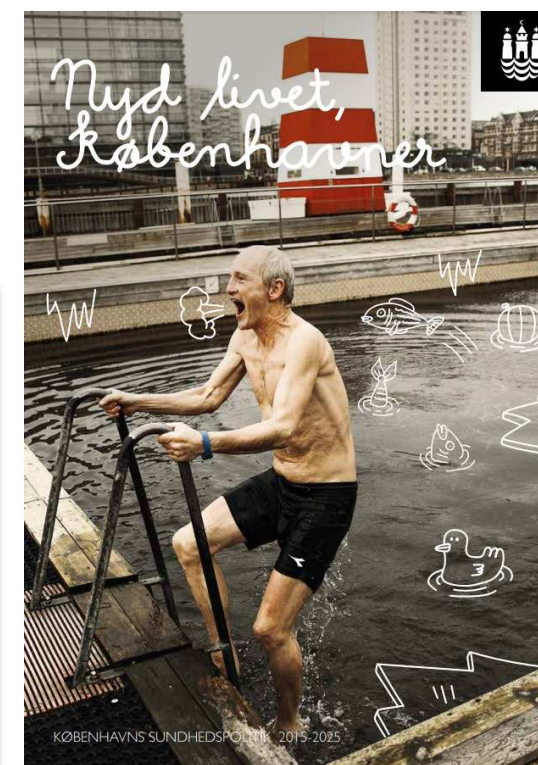
Forebyggelse af mistrivsel og fremme af københavnernes mentale sundhed

Forebyggelse af mistrivsel og fremme af mental sundhed under en overordnet ramme:

- Københavns Kommunes Sundhedspolitik 2015-25
- Handleplan for Bedre Mental Sundhed 2019-2023

Sundhedspolitikens princip om at sidestille fysisk og mental sundhed står centralt i handleplanen:

- Pr. 1. januar 2020 blev Center for Mental Sundhed etableret – varetager individ- og gruppeforløb til borgere med symptomer på stress, angst og depression
- Strukturel forebyggelse til understøttelse af mental sundhed på arbejdspladser og ungdomsuddannelser



Københavnernes mentale helbred er forværret de seneste år

- 33 pct. af voksne københavnere (35-65 år) føler sig stressede (2021). For ældre københavnere (65+ år) er det 25 pct. Det er en stigning på hhv. tre procentpoint og to procentpoint siden 2017.
- Knap 10 pct. af alle københavnere har været generet af angstsymptomer inden for 14 dage (2021). Det er lidt under 50.000 borgere. Det er en stigning på 2 procentpoint siden 2017.
- Cirka 10 pct. af alle københavnere har været generet af depressionssymptomer inde for 14 dage (2021). Det er lidt under 50.000 borgere. Det er en stigning på knap to procentpoint siden 2017.

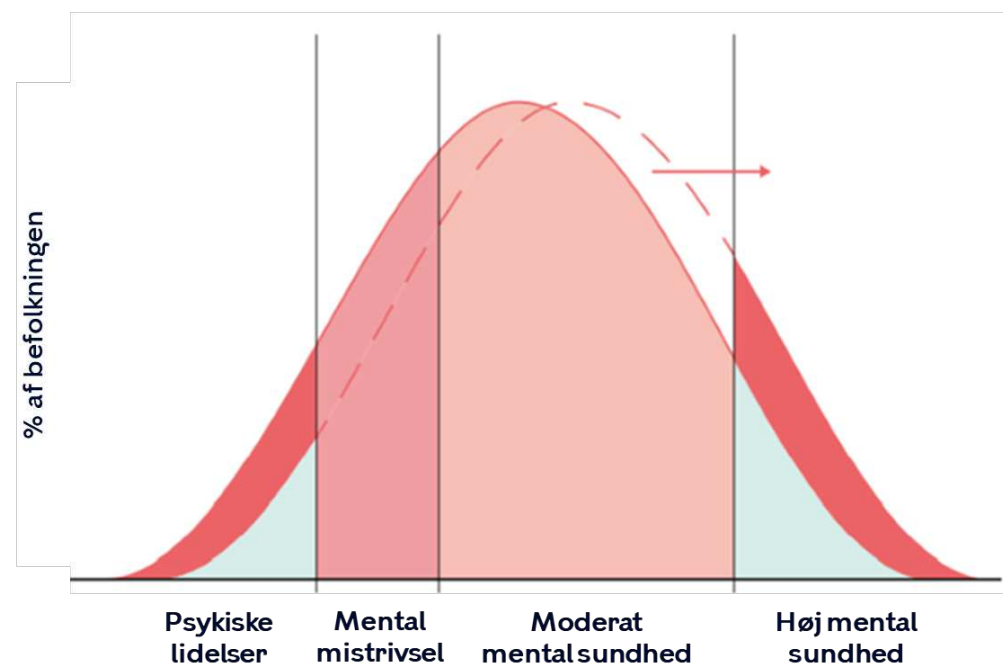
Kilde: Sundhedsprofilen



Det mentale sundhedsspektrum

- Mental sundhed er en kontinuerlig proces – alle har perioder med øget risiko for mistrivsel
- Glidende overgange fx fra mistrivsel til psykiske lidelser – og fra mistrivsel til mental sundhed
- Forskydning af kurven mod højre vil reducere det generelle niveau af mistrivsel og psykiske lidelser.

Forebyggende arbejde med at fremme ressourcer og beskyttende miljøer



Gode rammer for bedre mental sundhed for københavnernes

- Mere samarbejde om forebyggelsesopgaven
- Fremme af gode, beskyttende miljøer
- Orienteret mod fysiske omgivelser, der fremmer mental sundhed fx sundhedsfremmende byrum og mere natur
- Gennem fællesskaber, fritids- og kulturliv
- Orienteret mod uddannelses- og arbejdsliv

