

Unges

LIVSSTIL OG DAGLIGDAG 2003



MULD-rapport Nr. 4



Kræftens Bekæmpelse

Sundhedsstyrelsen

Unges livsstil og dagligdag 2003

Forfattere:

Lene Winther Ringgaard

Stine Birk Nissen

Gert Allan Nielsen

Copyright ©

Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen,

Februar 2005

Layout:

Dorte Ringgaard Jensen

Uddrag, herunder figurer, tabeller og kortere citater er tilladt med kildeangivelse:

Ringgaard LW, Nissen SB & Nielsen GA

Unges livsstil og dagligdag 2003.

Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen 2005

ISBN:

87-91277-42-6 (Kræftens Bekæmpelse)

87-7676-063-4 (Sundhedsstyrelsen)

Forord

Hermed offentliggøres den fjerde MULD-rapport, en afrapportering fra den fjerde landsdækkende spørgeskemaundersøgelse, med data indsamlet fra november 2003 til februar 2004.

MULD, Monitorering af Unges Livsstil og Dagligdag, er et samarbejde mellem Sundhedsstyrelsens Center for Forebyggelse og Kræftens Bekæmpelse. MULD sætter fokus på unge i alderen 16-20 år og deres sundhedsvaner, livsstil og dagligdag. Hvert år udtrækkes en landsdækkende repræsentativ stikprøve på 3000 tilfældigt udvalgte unge mellem 16 og 20 år.

Som i de tidligere undersøgelser er der inddraget spørgsmål om fysisk aktivitet, trivsel, rygning, alkoholvaner og illegale stoffer. Desuden er der i år, ligesom sidste år, inddraget spørgsmål om kostvaner og spørgsmål om passiv rygning.

Udover den nationale stikprøve på 3000 unge deltager Københavns Amt og Århus Amt hver med en stikprøve på 1500.

Med en svarprocent på ca. 60% bliver det samlede deltagerantal godt og vel 3500 unge.

Rapporten er skrevet af Lene Winther Ringgaard, Stine Birk Nissen og Gert Allan Nielsen (projektansvarlig) fra Kræftens Bekæmpelse. En række specialister har hver især inden for deres felt kommenteret på udkast. Fra Sundhedsstyrelsen har Kit Broholm deltaget i arbejdet med alkohol, Stine Flod Olsen i arbejdet med rygning og Anne-Marie Sindballe i arbejdet med illegale stoffer. Morten Strunge Meyer, Kræftens bekæmpelse, har deltaget i arbejdet med kostvaner. Niels Christensen, Kræftens Bekæmpelse, har forestået EDB-kørsler.

En særlig tak til de unge, som har brugt tid på at deltage i undersøgelsen.

København, februar 2005

Gert Allan Nielsen, projektleder.

Sammenfatning

Dette er den fjerde MULD-rapport. Data er indsamlet fra november 2003 til februar 2004. Rapporten behandler emnerne trivsel, fysisk aktivitet, kost, rygning, alkohol og stoffer. Rapporten fokuserer på forskelle og ligheder i adfærden mellem unge henover aldersspændet fra 16 til 20 år.

Trivsel og helbred

Pigerne føler i højere grad end drengene, at de har personlige problemer, der besværliggør daglige gøremål. Således svarer 2,5% af drengene og 6,7% af pigerne i undersøgelsen "ja, meget" på dette spørgsmål, mens henholdsvis 23% og 38% svarer "ja, i nogen grad". Disse problemer skyldes blandt drengene især problemer med økonomien eller kæresten, og blandt pigerne især problemer med skolen, familien, kæresten eller økonomien. Rækkefølgen er prioriteret. 68% af drengene og 88% af pigerne, taler i almindelighed med nogen om deres problemer, hyppigst med venner, forældre eller en kæreste.

Der er flere blandt pigerne, der ofte eller meget ofte føler sig ensomme i hverdagen, end der er blandt drengene. Henholdsvis 11% af drengene og 16% af pigerne føler sig ofte eller meget ofte ensomme i hverdagen.

Langt de fleste unge oplever, at deres helbred er godt. Der er dog 12% af drengene og 15% af pigerne, der oplever, at deres helbred kun er nogenlunde, mens kun meget få blandt begge køn finder det decideret dårligt.

I alt 19% af drengene og 14% af pigerne er overvægtige eller svært overvægtige, dvs. har et body mass index over 25.

Fysisk aktivitet

Drengene er generelt mere fysisk aktive end pigerne. 68% af drengene og 58% af pigerne i undersøgelsen er fysisk aktive mindst 3 timer om ugen alene ved fritidsaktiviteter.

En stor del af de unge anvender ikke transportmidler som cykel, gåben, rulleskøjter og lignende, der giver motion. 42% af drengene og 33% af pigerne siger, at de aldrig udøver fysisk aktivitet i forbindelse med den daglige transport.

Knap en fjerdedel af de unge kan karakteriseres som "stillesiddende". 23% af drengene og 22% af pigerne når aldrig op på et moderat intensitetsniveau hverken ved fritidsaktiviteter, transport eller skoleidræt. Moderat intensitet svarer til rask gang, cykling, dans og lignende, der får pulsen op og giver sved på panden.

Kost

Der er væsentlige køns- og aldersforskelle på hvor meget frugt og grønt, de unge spiser. Drengene i undersøgelsen spiser frugt og grønt 2,4 gange om dagen (svarende til ca. 240 gram), mens pigerne spiser det 3,4 gange om dagen (svarende til ca. 340 gram).

De ældste drenge og piger spiser sjældnere frugt og grønt end de yngre.

Drengene drikker oftere mælk og sodavand og spiser oftere rugbrød, fastfood og kartofler end pigerne.

Alkohol

Alkoholkulturen er udbredt blandt de unge i denne undersøgelse, idet næsten alle svarer, at de drikker alkohol. Dette gælder henholdsvis 93% af drengene og 90% af pigerne. 79% af drengene og 65% af pigerne har drukket alkohol inden for den seneste uge. Alkoholforbruget den seneste uge stiger op gennem aldersgrupperne blandt drengene, mens en sådan sammenhæng ikke er tydelig blandt pigerne.

Henholdsvis 78% af drengene og 74% af pigerne var under 15 år, da de drak alkohol første gang, mens 55% af drengene og 54% af pigerne var under 15 år, da de var fulde første gang.

Det ses i undersøgelsen, at oplevelser med farlige eller strafbare problemer stiger markant med antallet af genstande, man drak, sidst man var fuld.

Over halvdelen af de unge i undersøgelsen går ind for en alkoholpolitik på deres skole/ arbejdsplads.

Rygning

Der er færre dagligrygere blandt de 16-20-årige end i befolkningen generelt. I alt 22% af drengene og 19% af pigerne i undersøgelsen er dagligrygere. Henholdsvis 7,9% af drengene og 4,7% af pigerne er storrygere, dvs. ryger mindst 15 cigaretter dagligt. Andelen af lejlighedsrygere er 7,4% blandt drengene og 9,2% blandt pigerne.

Som i resten af befolkningen ønsker også mange unge at holde op med at ryge. Omkring halvdelen af de unge der ryger angiver, at de ønsker at holde op med at ryge.

En forholdsvis stor del af de 16-20-årige er generet af passiv rygning. Henholdsvis 14% af drengene og 16% af pigerne er generet af passiv røg på deres uddannelsessted.

Af de drenge der kommer på cafeer, føler 27% sig generet af passiv røg. Det samme gælder for 37% af de piger, der kommer på cafeer. For restauranter er de tilsvarende andele 26% og 36%.

Et flertal blandt de unge går ind for restriktioner over for rygning. Blandt drengene mener 85%, at rygning skal være begrænset eller helt forbudt på cafeer, mens 92% har denne holdning i forhold til restauranter. For pigerne er de tilsvarende andele 86% og 93%.

Brug af stoffer

En stor del af de unge har eksperimenteret med stoffer. Hele 46% af drengene og 35% af pigerne i undersøgelsen har prøvet illegale stoffer. Andelen, der har prøvet stoffer, stiger markant med alderen. Hash er langt det mest udbredte stof, og 42% af drengene og 31% af pigerne i undersøgelsen har prøvet hash.

I alt 15% af alle drengene rapporterer nogensinde at have prøvet andre illegale stoffer end hash, og 9% har prøvet inden for det seneste år. For pigerne er de tilsvarende andele 12% og 5,1%.

Bortset fra hash er følgende de mest prøvede illegale stoffer blandt drengene: amfetamin (8,7%), kokain (5,3%) og snifning (af opløsningsmidler eller lighter gas) (4,5%). Blandt pigerne er amfetamin (6,1%), snifning (4,4%), kokain (3,7%) og ecstasy (3,7%) de mest prøvede illegale stoffer.

Der ses en stærk samvariation mellem at have brugt hash og at have brugt et eller flere andre illegale stoffer.

Geografiske forskelle i sundhedsvaner og trivsel

Religiøs baggrund: De to største enkeltgrupper er dem med protestantisk baggrund og dem, der ikke er troende, eller er fra en ikke-troende baggrund. Andelen med protestantisk baggrund er mindst i Københavns amt og størst i Århus Amt. Omvendt er andelen med islamisk baggrund, katolsk baggrund samt andelen af ikke-troende større i Københavns Amt end i Århus Amt.

Uddannelse: Der er færrest i Københavns Amt, der går på erhvervsskole og flest i den nationale stikprøve.

Trivsel: Blandt drengene er der flest fra Københavns Amt og færrest i Århus Amt, der rapporterer at have problemer, der vanskeliggør deres dagligdag. Blandt pigerne er der flest i den nationale stikprøve.

Fysisk aktivitet: Der ses ingen store geografiske forskelle i mængden af samlet ugentlig fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet. Blandt drengene er der lidt flere i Københavns Amt, end Århus Amt og i den nationale stikprøve, der har 3,5 timers fysisk aktivitet af moderat intensitet pr. uge (hvilket er vores nærmeste mål for, om de unge lever op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om fysisk aktivitet, som for voksne er en halv times aktivitet af minimum moderat intensitet om dagen).

Alkohol: Der er generelt flere i Århus Amt end i Københavns Amt, som drikker alkohol.

Rygning: Der er ikke væsentlige geografiske forskelle i forhold til andelen af nuværende rygere.

Stoffer: Her ses nogle store geografiske forskelle. På landsplan har 46% af drengene prøvet hash eller andre stoffer. I Århus Amt gælder det for 51%, mens hele 55% af drengene i Københavns Amt har prøvet hash eller andre stoffer. Blandt pigerne ser vi et lignende mønster med 35% i den nationale stikprøve, 37% i Århus Amt og 43% i Københavns Amt, der nogensinde har prøvet hash eller andre stoffer.

Indhold

Forord	3
Sammenfatning	5
Trivsel og helbred	5
Fysisk aktivitet	5
Kost	5
Alkohol	6
Rygning	6
Brug af stoffer	6
Geografiske forskelle i sundhedsvaner og trivsel	7
Indhold	9
Indledning	11
Trivsel og helbred	13
Indledning	13
Problemer i dagligdagen	14
Ensomhed	16
Fravær fra skole eller arbejde på grund af pjæk	16
Selvvurderet helbred	16
Overvægt	18
Fysisk aktivitet	20
Indledning	20
Fritidsaktiviteter	21
Transport	22
Samlet fysisk aktivitet	22
Grunde til at dyrke idræt	24
Kost	25
Indledning	25
Dagligt indtag af udvalgte fødevarer	25
Alkohol	27
Indledning	27
Alkoholforbrugets omfang	28
De unges drikkemønster	29
Problemer som følge af alkoholforbrug	31
Holdning til alkoholpolitik på skole/arbejde	33
Rygning	34
Indledning	34
Forbrugets omfang	35
Ønske om rygeophør	37
Passiv rygning	38
Holdning til rygerestriktioner	39

Brug af stoffer	40
Indledning	40
Forbrugets omfang	41
Brug af hash	42
Brug af andre stoffer end hash	42
Samvariation mellem brug af hash og andre illegale stoffer	44
Geografiske forskelle i sundhedsvaner og trivsel	45
Indledning	45
Religiøs baggrund	45
Uddannelse	46
Trivsel	46
Fysisk aktivitet	48
Alkohol	48
Rygning	49
Stoffer	49
Litteratur	51
Appendiks	53
Stikprøven	53
MULD - spørgeskema 2003	55

Indledning

Med udgangspunkt i de ca. 1800 indkomne besvarelser fra den landsdækkende spørgeskemaundersøgelse, analyseres unges livsstil og sundhedsvaner.

Der er mange definitioner på begreberne "sundhed", "sygdom" og "livsstil". I MULD-samarbejdet har det ikke været hensigtsmæssigt at anvende en snæver afgrænsning af begreberne, f.eks. "sygdom" som udelukkende værende lægediagnosticeret sygdom. Det er tværtimod det selvrapporterede og subjektivt oplevede, der er i fokus i undersøgelserne, og derfor lægger undersøgelsen sig begrebsmæssigt op af WHO's definition af sundhed: "Sundhed er en tilstand af total fysisk, psykisk og socialt velbefindende og ikke blot et fravær af sygdom og svækkelse" (WHO, 1948).

De unges sundhed vurderes i rapporten ud fra spørgsmål om dels selv vurderet helbred, vægt, højde og fysisk aktivitet, og dels forskellige trivselsparametre, som f.eks. problemer i dagligdagen og oplevelse af ensomhed. Begrebet "livsstil" henviser til helbredsrelaterede livsstilsfaktorer som rygning, alkohol, illegale stoffer, fysisk aktivitet og kostvaner.

I rapporten er der set på forskelle og ligheder i adfærden mellem forskellige aldersgrupper. Fund af aldersrelaterede forskelle i en tværsnitsundersøgelse kan tolkes på forskellige måder. Den mest umiddelbare forklaring er, at de unge ændrer adfærd med alderen, selv over det forholdsvis korte aldersspænd fra 16 til 20 år. En sådan aldersafhængig adfærdsændring kan hænge sammen med de store forandringer, der sker for de unge i aldersgruppen 16-20 år. Især for den enkelte på det personlige plan,

både biologisk og mentalt, men også de nære sociale miljøer, det samfundsmæssige engagement og de lovgivningsmæssige rammer ændres meget fra det 16. til det 20. år. De krav, der stilles i forbindelse med skole/uddannelse og på arbejde, øges, og det forventes i højere grad, at den unge selvstændigt strukturerer sin hverdag. Det er altså mulighedernes, men også præstationsforventningernes periode.

Det er en almindelig udvikling blandt unge, at forskellige rusmidler bliver en del af kulturen til hverdag og måske især til fest. Tobak, alkohol, hash og, for en mindre gruppe, narkotika, er noget de unge på et eller andet plan må forholde sig til. Det er en del af den gruppekultur, der er fremtrædende i aldersgruppen.

God læselyst.

Trivsel og helbred

- 2,5% af drengene og 6,7% af pigerne svarer "ja, meget" på spørgsmålet, om de har personlige problemer, der gør det vanskeligt at klare daglige gøremål, mens 23% og 38% svarer "ja, i nogen grad".
- 68% af drengene og 88% af pigerne i undersøgelsen taler i almindelighed med nogen om deres problemer.
- 11% af drengene og 16% af pigerne oplever, at de ofte eller meget ofte er ensomme.
- Langt størstedelen vurderer deres helbred som godt. Dog er der 12% af drengene og 15% af pigerne, der vurderer det som nogenlunde, mens 1,1% og 2,0% synes, det er dårligt eller meget dårligt.
- 19% af drengene og 14% af pigerne er overvægtige eller svært overvægtige.

Tidligere undersøgelser har vist, at det, at "tale med andre om problemerne" er en hyppigere forekommende "coping-strategi" for pigerne end for drengene, som i højere grad hellere vil "klare problemerne selv". Generelt er der færre drenge end piger, der opfatter deres problemer som noget, der "gør det vanskeligt at klare daglige gøremål". Den generelle hypotese er, at piger fokuserer mere på det sociale samspil og den rolle, dette har for trivslen. Langt de fleste har nogen at tale med om deres problemer, og det er mest venner, familie og kærester, de taler med (Nielsen GA, 1998).

Indledning

Det at have småproblemer i hverdagen, er for de fleste unge en proces, der er med til at udvikle identiteten, og som normalt ikke står i vejen for en tilfredsstillende dagligdag. Konflikter med forældre, lærere eller kærester hører formentlig med til de fleste unges hverdag. Det er dog afgørende, om problemerne griber forstyrrende ind i dagligdagen, og om de unge selv mener, at de har redskaberne til at gøre noget ved problemerne. Den problemstilling er i spørgeskemaet forsøgt belyst ved to simple spørgsmål, der går på, om man har problemer, der gør det vanskeligt at klare daglige gøremål, og om man i almindelighed taler med nogen om problemerne.

Problemer i dagligdagen

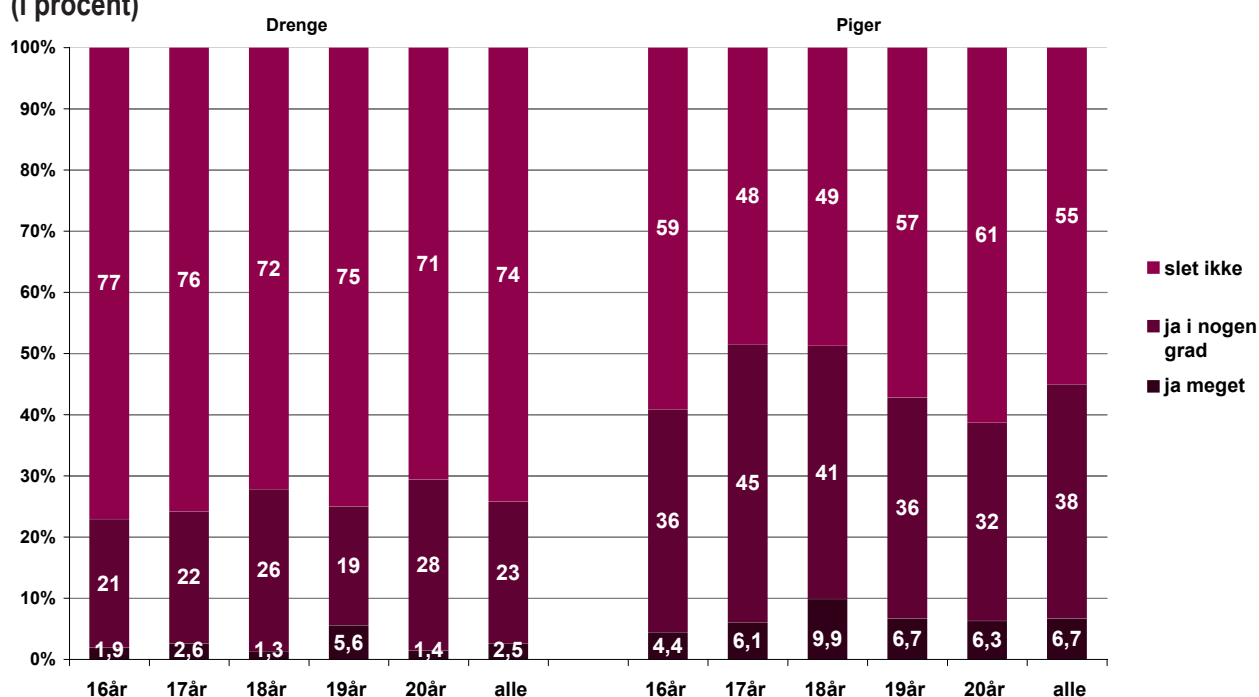
De unge blev spurgt, hvorvidt de generelt har problemer i dagligdagen. Spørgsmålet er formuleret således: "Synes du, at din dagligdag er personligt tilfredsstillende?" og til dette svarer 94% af drengene og 92% af pigerne "som regel" eller "altid" (tal ikke vist). Generelt set opleves dagligdagen således positivt af de unge. Spørgeres der mere konkret til aktuelle problemer, tegner der sig et lidt anderledes billede.

På spørgsmålet "Føler du, at du for øjeblikket har personlige problemer, der gør det vanskeligt for dig at klare daglige gøremål?" svarer 2,5% af drengene og 6,7% af pigerne "ja, meget", mens 23% af drengene og 38% af pigerne svarer "ja, i nogen grad" (figur 1.1). Udfra dette spørgsmål er der således kun 74% af drengene og 55% af pigerne, som "slet ikke" føler, at de for øjeblikket har personlige problemer, der gør det vanskeligt for dem at klare daglige gøremål.

Flere piger end drenge føler altså, at de har problemer, der vanskeliggør deres dagligdag. Blandt pigerne ses endvidere en stigning fra de 16-årige til de 17-årige i andelen, der svarer "ja, meget" og "ja, i nogen grad" på spørgsmålet angående personlige problemer, der vanskeliggør daglige gøremål. Blandt de 19- og 20-årige falder andelen igen (figur 1.1).

Andel, som har personlige problemer, der gør det vanskeligt at klare daglige gøremål (i procent)

Figur 1.1



De, der har svaret "Ja, meget" eller "Ja, i nogen grad" på ovenstående spørgsmål, er endvidere blevet spurgt om, hvad problemerne skyldes. De kunne sætte kryds ud for følgende muligheder: "Skolen", "Familien", "Vennerne/mangel på venner", "Kæresten/kærestesorger", "Økonomien", "Større omvæltninger i livet såsom dødsfald, alvorlig sygdom, opløsning af parforhold mv." eller "Andre". Det var tilladt at sætte flere kryds. Procenterne summerer derfor op til mere end 100%.

Som man ser i tabel 1.1 er de hyppigste årsager til problemerne blandt drengene (i prioriteret rækkefølge) økonomien og kæresten. Pigerne nævner hyppigst skolen, familien, kæresten og økonomien. For både drengene og pigerne, er problemer med vennerne/mangel på venner, den faktor, som færrest angiver som årsag til problemerne.

Ikke overraskende er der flere piger end drenge, der taler med nogen om deres problemer. Henholdsvis 68% af drengene og 88% af pigerne svarer "ja" på spørgsmålet "Taler du i almindelighed med nogen om problemer?". Endvidere svarer 30% af drengene og 11% af pigerne "Nej, jeg klarer det selv" og cirka 1% blandt begge køn svarer "Nej, jeg har ikke nogen at tale med" (Tal ikke vist).

De unge, som taler med nogen om deres problemer, blev spurgt, hvem de så taler mest med. På dette spørgsmål svarer henholdsvis 87% af drengene og 89% af pigerne, at de taler med deres venner. Dernæst taler 58% af drengene og 69% af pigerne med deres forældre, og 39% af drengene og 46% af pigerne taler med kæresten om problemer. Kun en meget lille andel af begge køn angiver at tale med forskellige professionelle såsom en lærer, studievejleder, psykolog eller læge om deres problemer (tabel 1.2)

Hvem taler de unge med om problemer? (i procent ud af dem, som taler om deres problemer)

	Drenge	Piger
Venner	86,6	89,4
Kæresten	38,7	46,4
Lærere	4,8	4,7
Psykolog	2,2	5,5
Studievejleder/kontaktlærer	3,8	4,8
Lægen	0,8	1,8
Forældre	57,5	68,5
Anden familie	21,4	24,8
Andre	6,8	7,9
Antal (N)	501	870

Tabel 1.2

Årsager til problemer (i procent ud af dem, som har problemer)

	Drenge	Piger
Skolen	23,8	33,2
Familien	22,3	33,0
Vennerne/Mangel på venner	15,5	19,3
Kæresten/Kærestesorger	36,3	32,3
Økonomien	40,4	30,8
Større omvæltninger i livet	15,5	21,9
Andet	23,8	26,6
Antal (N)	193	452

Tabel 1.1

Ensomhed

Ungdomsårene er formentlig en periode, hvor venner spiller en stor rolle, og det at have venner er af stor betydning for ens velbefindende. Ensomhed kan være en følge af, at man ingen venner har. På spørgsmålet "Hvor ofte i hverdagen føler du dig ensom" svarer 11% af drengene og 16% af pigerne "meget ofte" eller "ofte". Blandt begge køn ses den mindste andel hos de 16-årige, hvor 5,8% af drengene og 10% af pigerne føler sig ensomme. Blandt de øvrige aldersgrupper gælder dette derimod for mindst 10% af drengene og 15% af pigerne (tabel 1.3).

Fravær fra skole eller arbejde på grund af pjæk

Fravær fra skole eller job på grund af pjæk kan være en indikator for dårlig trivsel på grund af for eksempel manglende tryghed, engagement eller integration.

Af figur 1.2 ses, at 30% af drengene og 29% af pigerne svarer, at de har pjækket mindst én dag fra skole eller arbejde i løbet af den sidste måned. Der er 7,1% af drengene og 5,7% af pigerne, der svarer, at de har pjækket tre eller flere gange i løbet af den sidste måned (figur 1.2).

Selv vurderet helbred

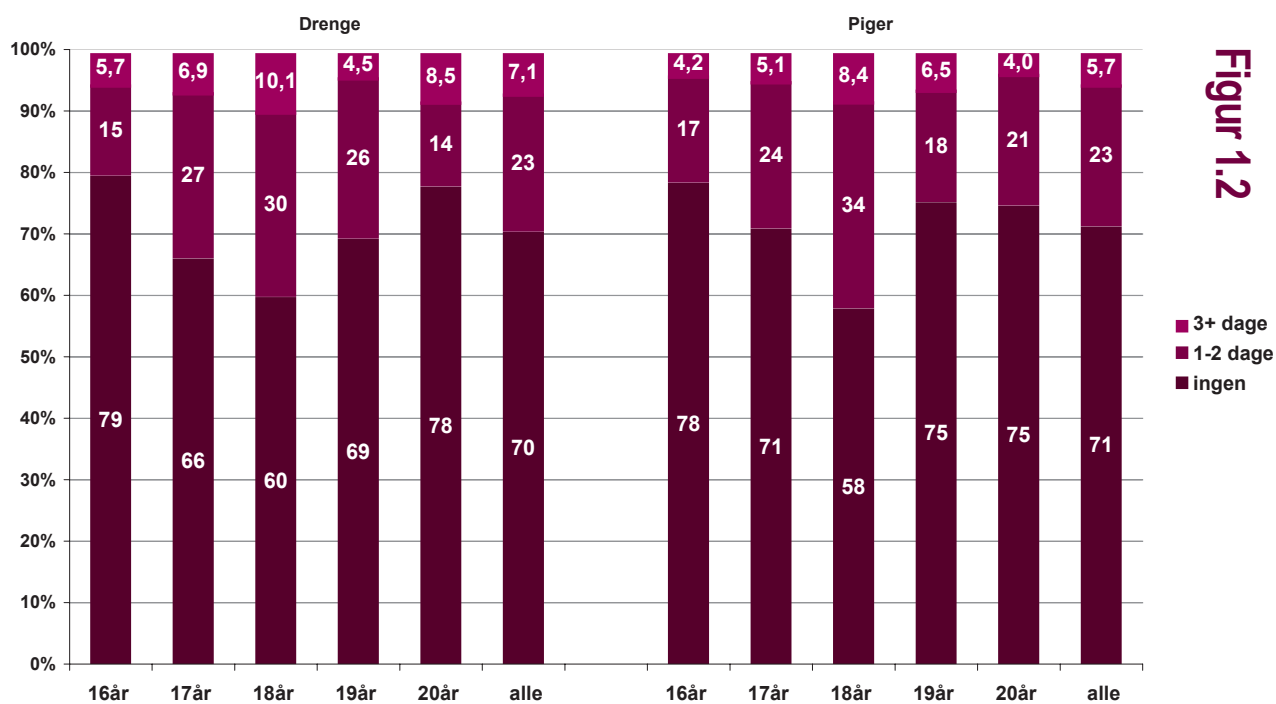
For at få et mål for de unges helbred, er der i undersøgelsen blandt andet blevet anvendt følgende spørgsmål: "Hvordan vil du vurdere dit nuværende helbred?", med fem svar kategorier fra virkelig godt til meget dårligt. Langt de fleste unge vurderer, at deres helbred er godt eller virkelig godt, nemlig 87% af drengene og 83% af pigerne. Kun 12% af drengene og 15% af pigerne vurderer deres helbred som værende nogenlunde, mens 2% eller derunder svarer, at deres helbred er dårligt eller meget dårligt.

Oplevet ensomhed (i procent)

Tabel 1.3

Alder	Dreng						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	Alle	16år	17år	18år	19år	20år	Alle
ofte/meget ofte	5,8	13,1	11,3	10,4	16,9	11,4	10,3	17,1	16,3	14,6	22,7	16,2
sjældent	59,0	52,3	50,7	58,3	58,5	55,7	65,0	60,3	62,6	62,5	61,8	62,5
aldrig	35,3	34,6	38,0	31,3	24,6	32,9	24,6	22,6	21,2	22,9	15,5	21,3
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	156	153	150	144	142	745	203	199	203	192	207	1004
Uoplyst	4	2	2	2	1	11	1	3	2	2	0	8

Andelen som har haft fravær fra skolen eller arbejde pga. pjæk indenfor de sidste 30 dage (i procent)



Selv vurderet helbred (i procent)

Alder	Dreng						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
virkelig godt/godt	88,8	89,0	82,2	86,8	86,7	86,7	81,3	83,1	83,7	87,0	81,1	83,2
nogenlunde	10,0	9,7	17,1	11,8	12,6	12,2	17,7	13,9	13,8	12,4	16,0	14,8
dårligt/meget dårligt	1,3	1,3	0,7	1,4	0,7	1,1	1,0	3,0	2,5	0,5	2,9	2,0
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	160	155	152	144	143	754	198	201	203	193	206	1001
Uoplyst	0	0	0	2	0	2	6	1	2	1	1	11

Tabel 1.4

Overvægt

For at undersøge omfanget af overvægt og undervægt blandt de unge, er der spurgt til de unges højde og vægt, for herudfra at kunne beregne BMI

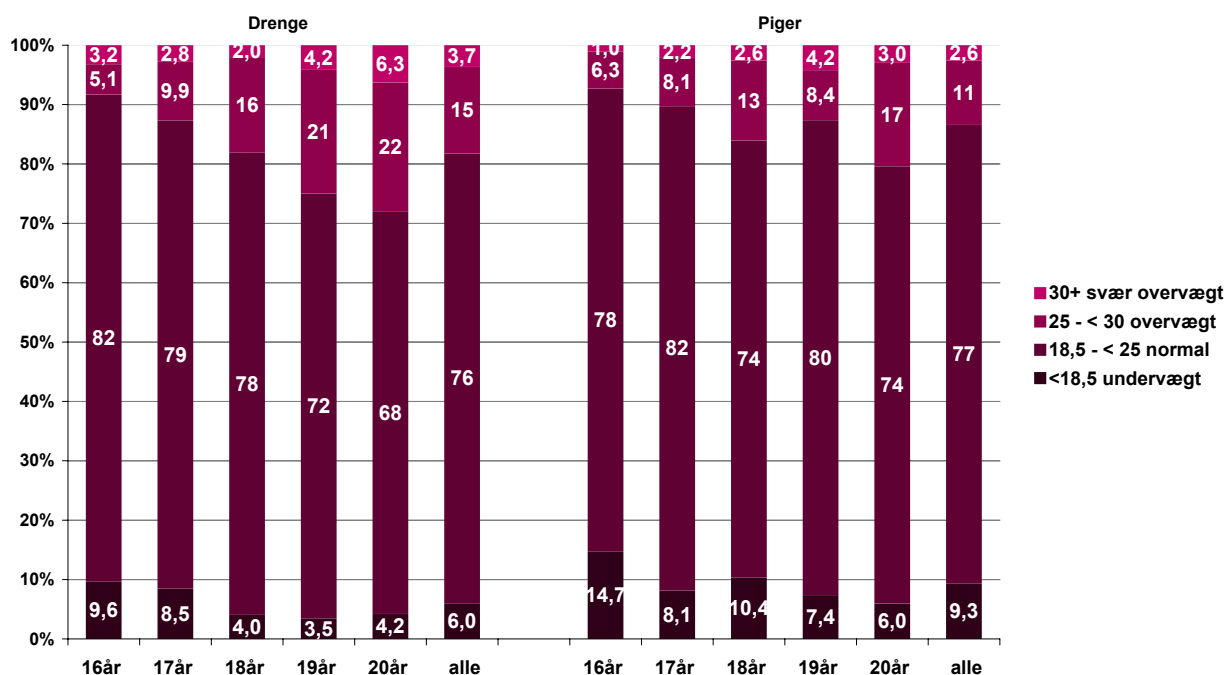
(Body Mass Index = vægt (kg)/højde (m)²). Vi anvender her den samme inddeling af BMI, som anvendes for voksne. Resultaterne skal dog ses med det forbehold, at mange i denne aldersgruppe vokser hurtigt i højden. Disse kan blive bedømt som undervægtige, uden der behøver at være et sundhedsproblem af den grund. Grænserne for det BMI, der betegnes som overvægt, er sammenholdt med voksne lidt lavere for de 16- og 17-årige (Cole et al., 2000; Petersen et al., 2002). Der er derfor en risiko for, at vi vil overvurdere andelen af undervægtige, og undervurdere andelen af overvægtige en smule.

Af figur 1.3 ses, at de fleste unge har et BMI, som ligger indenfor normalområdet,

nemlig 76% af drengene og 77% af pigerne. Lidt færre drenge end piger er undervægtige, nemlig henholdsvis 6,0% og 9,3%. Tilsvarende er lidt flere drenge end piger overvægtige eller svært overvægtige, hvilket gælder for 19% af drengene og 14% af pigerne. Blandt drengene ses et tydeligt fald i gruppen af normalvægtige op gennem aldersgrupperne, nemlig fra 82% blandt de 16-årige til 68% blandt de 20-årige. Endvidere ses et faldt i gruppen af undervægtige fra 9,6% blandt de 16-årige til 4,2% blandt de 20-årige.

Fordeling i forhold til BMI (body mass index) (i procent)

Figur 1.3



Tilsvarende ses en væsentlig stigning i gruppen af overvægtige og svært overvægtige fra 8,3% blandt de 16-årige til 28% blandt de 20-årige drenge. Et tilsvarende mønster ses blandt pigerne, hvor der også ses en faldende andel under- og normalvægtige, mens andelen af overvægtige og svær overvægtige er stigende. Tendensen er dog ikke helt så markant blandt pigerne som blandt drengene (figur 1.3).

Både blandt drengene og pigerne ses den største andel af undervægtige blandt de 16-årige, hvilket formentlig kan tilskrives, at de yngste deltagere med stor sandsynlighed stadig befinder sig i en alder, hvor de vokser, og derfor vokser forholdsmæssigt hurtigt i højden. Som nævnt kan disse forhold føre til en overvurdering af antallet af undervægtige i denne gruppe (figur 1.3).

Fysisk aktivitet

- 68% af drengene og 58% af pigerne i undersøgelsen er fysisk aktive mindst 3 timer om ugen ved fritidsaktiviteter.
- 17% af drengene og 21% af pigerne angiver, at de er aktive mindre end 1 time om ugen ved fritidsaktiviteter.
- 42% af drengene og 33% af pigerne angiver, at de aldrig udøver fysisk aktivitet i forbindelse med den daglige transport.
- 23% af drengene og 22% af pigerne i undersøgelsen udøver ingen fysisk aktivitet, der når op på minimum moderat intensitet, hverken ved fritidsaktiviteter, transport eller skoleidræt.
- Der er forskel på, hvad drenge og piger angiver som værende den væsentligste grund til, at de dyrker idræt: Drengene angiver oftest kammeratskabet, mens pigerne oftest angiver, at sundhed er den væsentligste grund.

Indledning

De senere år har der været stigende fokus på betydningen af at bevæge sig. Det har vist sig, at et stillesiddende liv er forbundet med øget risiko for en række livsstilssygdomme. Det gælder hjerte-karsygdomme, diabetes, knogleskørhed og kræft (Sundhedsstyrelsen, 2001). Folkesundhedsmæssigt er der størst gevinst at hente, hvis man kan få de helt inaktive, og dem der kun er lidt aktive, til at bevæge sig med moderat intensitet blot en halv time om dagen. Det behøver ikke at foregå på én gang, men kan gøres i flere perioder af f.eks. 10 minutters varighed. For den enkelte er der en endnu større sundhedsmæssig gevinst at hente ved at være aktiv ved højere intensitet eller varighed et par gange om ugen. Et eksempel på moderat aktivitet er rask gang, hvor man får pulsen i vejret, men ikke mere, end at man

stadig kan tale sammen (Sundhedsstyrelsen, 2001). Dette skal opfattes som en tommelfingerregel, da det er individuelt, hvor meget aktivitet der skal til, før pulsstigning optræder.

Meget tyder på, at der i aldersgruppen 16-20 år er en tendens til, at mange opgiver det hverdagsliv, de havde i grundskolen, som ofte indeholdt megen fysisk aktivitet. Dette gælder især pigerne, men finder også sted hos drengene (Ringgaard LW og Nielsen GA, 2004).

Der er kommet stadig større fokus på, hvordan de stillesiddende kan motiveres til at være mere aktive i deres hverdag. I dag tænkes der meget i baner af, hvorledes de fysiske omgivelser kan planlægges på en måde, som motiverer til et aktivt liv. Det bør ved byplanlægning, bygning af institutioner, mm medtænkes, at beboere/brugere skal have mulighed for at vælge et aktivt liv og stimuleres hertil (Nabe-Nielsen S et al., 2004; Departementene, 2004)

I MULD-spørgeskemaet er de unges fysiske aktivitetsniveau målt på forskellig vis. Der er spurgt om, hvor ofte og hvor længe de dyrker motion i fritiden. Det gælder alt fra dans og skateboard til organiseret idræt og konkurrencesport. I det efterfølgende omtales disse aktiviteter under ét som fritidsaktiviteter. Der er yderligere spurgt om fysisk aktivitet i forbindelse med transport, og om, hvor mange dage og timer pr. uge de transporterer sig til skole eller arbejde på cykel, rulleskøjter, løbehjul eller til fods. Der er endvidere spørgsmål om antallet af idrætstimer i skolen og om aktivitetsniveauet ved arbejde/fritidsarbejde. Endelig er der spurgt til intensiteten af fysisk aktivitet. På områderne transport, skoleidræt og fritidsaktiviteter er de unge blevet spurgt, om den givne aktivitet typisk er af let, jævn eller anstrengende intensitet.

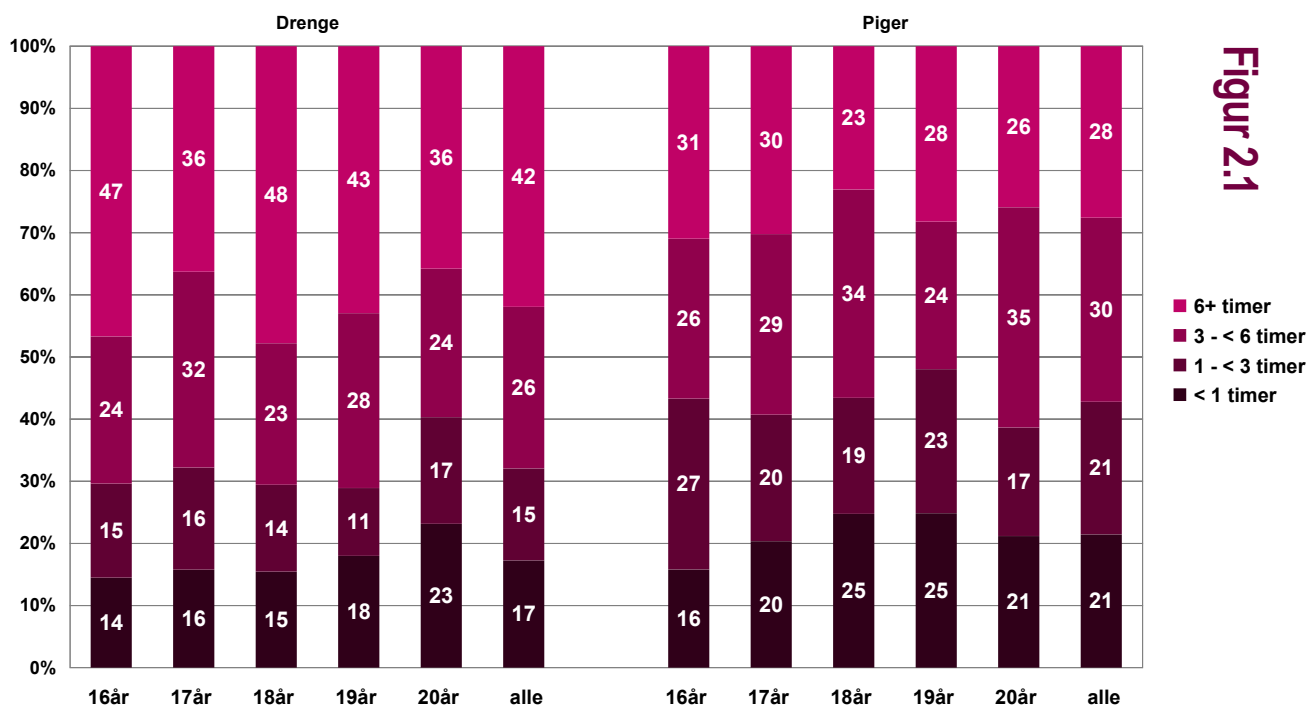
Fritidsaktiviteter

Af figur 2.1 ses, at de fleste unge får motion ved fritidsaktiviteter i minimum 3 timer om ugen. Dette gælder for 68% af drengene og 58% af pigerne. Drengene bruger altså flere timer på motion end pigerne. Denne kønsforskel er endvidere særlig markant, hvis man ser specifikt på gruppen, der er meget aktive, - nemlig dem der får motion ved fritidsaktiviteter i mindst 6 timer om ugen. Dette gælder for 42% af drengene og noget færre piger, nemlig 28%. Tilsvarende er der lidt færre drenge end piger, som er meget lidt aktive – under 1 times motion om ugen – nemlig 17% af drengene mod 21% af pigerne. Blandt de 20-årige får 60% af drengene og 61% af pigerne tre eller flere timers motion om ugen ved fritidsaktiviteter. Der er dog stadig

flere drenge end piger, der er meget aktive, og får seks eller flere timers motion om ugen, hvilket gælder for henholdsvis 36% af de 20-årige drenge mod 26% af de 20-årige piger.

De 20-årige drenge får generelt mindre motion ved fritidsaktiviteter set i forhold til de øvrige aldersgrupper blandt drengene. I alt 23% af de 20-årige drenge får under 1 times motion om ugen, hvilket gælder for omkring 8 procentpoint færre blandt de yngre aldersgrupper. Tilsvarende får færre af de 20-årige drenge meget motion, idet 36% får 6 eller flere timers motion om ugen, hvilket gælder for omkring 8 procentpoint flere blandt de øvrige aldersgrupper.

Fysisk aktivitet i fritiden (i procent)



Figur 2.1

Transport

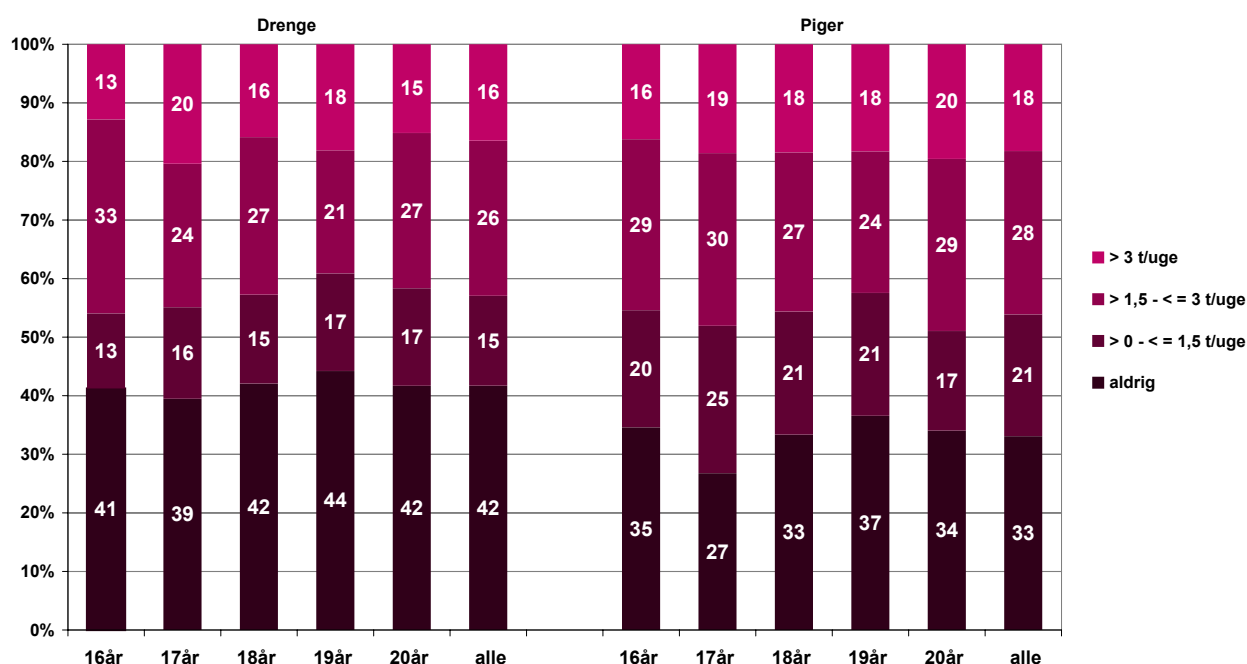
Næsten halvdelen af de unge bruger mere end 1,5 time om ugen på motion ved transport til skole eller arbejde – i alt 42% af drengene og 46% af pigerne (figur 2.2). Mens drengene generelt er lidt mere fysisk aktive i fritiden end pigerne, kan vi til gengæld se af figur 2.2, at pigerne generelt er lidt mere fysisk aktive i forbindelse med transport end drengene. Flere drenge end piger angiver, at de aldrig får motion ved transport, hvilket gælder for 42% af drengene og 33% af pigerne. Der ses ikke nogen tydelige forskelle op gennem aldersgrupperne i andelen, som bruger henholdsvis meget tid eller lidt tid på motion ved transport.

Samlet fysisk aktivitet

Sundhedsstyrelsens anbefalinger for voksne er en halv times aktivitet af minimum moderat intensitet pr. dag. For at kunne lave en tentativ vurdering af hvor mange af de unge, der lever op til disse anbefalinger, er der ud fra spørgeskemaet dannet en samlet variabel for fysisk aktivitet. Denne variabel er dannet ved at summere fysisk aktivitet fra fritidsaktiviteter, transport samt skoleidræt. Ved denne opsummering er der endvidere taget hensyn til intensiteten af den fysiske aktivitet. Kun fysisk aktivitet af jævn eller anstrengende intensitet er regnet med, idet anbefalingerne for fysisk aktivitet kun inkluderer fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet. Spørgeskemaet måler ugentlig aktivitet og

Fysisk aktivitet i forbindelse med transport (i procent)

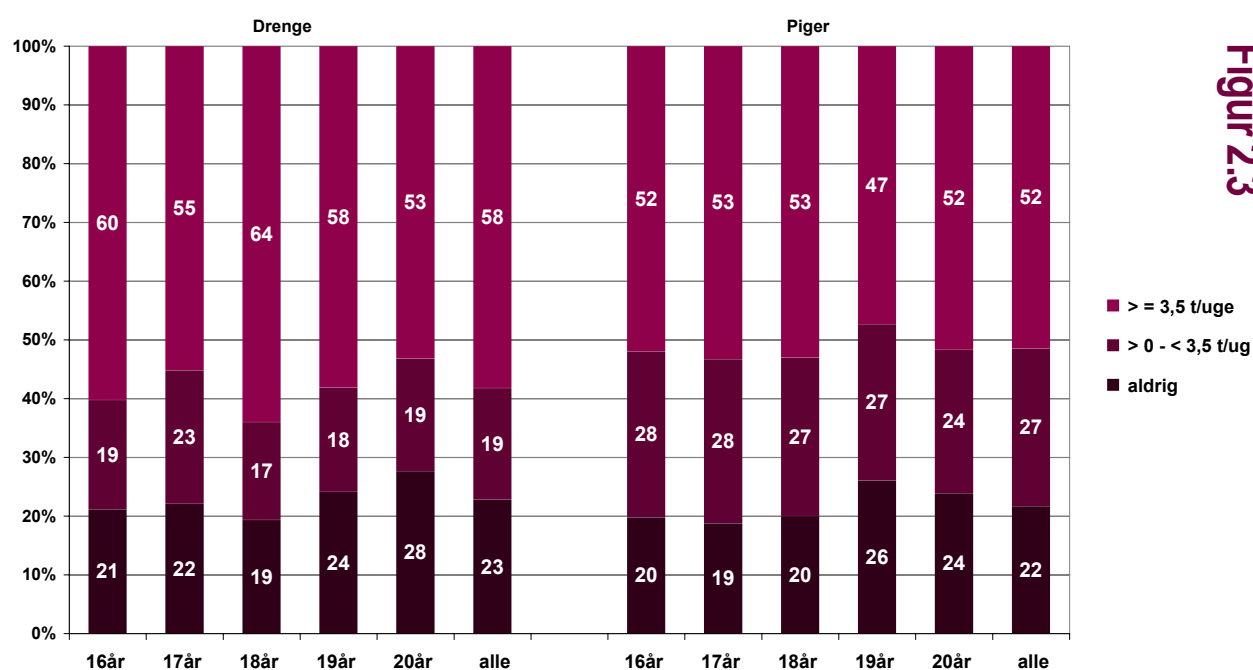
Figur 2.2



ikke daglig aktivitet. En minimumsgrænse på 3,5 timer om ugen (svarende til en halv time pr. dag i gennemsnit) af fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet er således opstillet som kriterium for at leve op til anbefalingerne. Den samlede fysiske aktivitet kan være lidt undervurderet i forhold til de unges reelle mængde fysisk aktivitet, da erhvervsarbejde og aktiviteter som hus- og havearbejde ikke er medtaget, hvilket er tilfældet i anbefalingerne for fysisk aktivitet. Det forekommer dog rimeligt at antage, at for de fleste 16-20-årige er den væsentligste del af deres fysiske aktivitet dækket ved de anvendte spørgsmål.

Figur 2.3 viser fordelingen af den samlede fysiske aktivitet af minimum moderat intensitet belyst ud fra variabelen, som er beskrevet ovenfor. Af figuren fremgår det, at lidt mere end halvdelen af både drengene og pigerne, nemlig henholdsvis 58% og 52%, lever op til Sundhedsstyrelsen anbefalinger for fysisk aktivitet. Det betyder tilsvarende, at andelen, der ikke lever op til anbefalingerne, er forholdsvis stor. Faktisk har 23% af drengene og 22% af pigerne, slet ikke rapporteret nogen fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet. Op gennem aldersgrupperne ses der en lille stigning på omkring 5 procentpoint i andelen, som aldrig får motion af minimum moderat intensitet.

Samlet fysisk aktivitet af minimum moderat intensitet (i procent)



Figur 2.3

Grunde til at dyrke idræt

Med henblik på at fremme fysisk aktivitet blandt unge er det relevant at undersøge, hvad de unge selv mener er de væsentligste grunde til, at de dyrker idræt. I nærværende undersøgelse er de unge blevet spurgt: "Hvad er de væsentligste grunde til, at du dyrker idræt?". De blev bedt om at sætte kryds i op til tre af følgende kategorier (en del unge satte dog flere end tre kryds): "kammeratskabet", "afstresning", "det er dejligt", "det er sundt", "konkurrencen", "for at blive professionel", "det er 'in'", "for at tabe mig", "det styrker selvtilliden" og "andet". Idræt er naturligvis kun en underkategori af fysisk aktivitet, og svarene her er således et udtryk for den slags fysisk aktivitet, som de unge betragter som idræt. Det er fysisk aktivitet, der formentlig udføres primært i en klub eller i en anden social sammenhæng.

De tre væsentligste grunde til, at drengene dyrker idræt er i prioriteret rækkefølge: "kammeratskabet", "det er sundt", "det er dejligt". De tre væsentligste grunde til, at pigerne dyrker idræt er i prioriteret rækkefølge: "det er sundt", "det er dejligt", "for at tabe mig" (tal ikke vist).

Kost

- Pigerne spiser mere frugt og grønt end drengene: 3,4 portioner, (svarende til ca. 340 gram) om dagen, mens drengene spiser 2,4 portioner (svarende til ca. 240 gram) om dagen.
- Drengene drikker oftere mælk/ mælkeprodukter og cola/sodavand end pigerne.
- Med alderen spiser drengene oftere fastfood.
- De ældste drenge og piger spiser sjældnere frugt og grønt end de yngre.

Indledning

Det er veldokumenteret, at et højt indtag af frugt og grønt beskytter mod en lang række sygdomme (Veterinær- og Fødevaredirektoratet, 1998; Fødevaredirektoratet, 2002; IARC, 2003). Således anbefaler en række organisationer og de danske myndigheder, at man spiser "6 om dagen" svarende til 600 gram frugt og

grønt hver dag. I spørgeskemaets kostafsnit undersøges bl.a. de unges indtag af frugt og grønt. Da der kun findes få danske undersøgelser af danske unges kostvaner, har vi suppleret kostafsnittet med en række spørgsmål om andre fødevarer.

Dagligt indtag af udvalgte fødevarer

I spørgeskemaet er de unge blevet spurgt om, hvor tit de spiser eller drikker forskellige fødevarer. Dette forklares med eksemplet: "Spiser du f.eks. 3 skiver brød hver dag til frokost, så får du brød 1 gang om dagen". Der spørges således til frekvensen af indtag, og ikke til, hvor meget der spises af den enkelte fødevare pr. gang.

Tabel 3.1 viser, hvor mange gange de unge pr. dag i gennemsnit angiver at spise de forskellige mad- og drikkevarer. Kogte/ dampede/stegte grøntsager, salat og råkost, rå grøntsager samt frugt og juice er samlet i fællesvariablen "Frugt og grønt". Tallene i

Gennemsnitligt antal gange pr. dag, hvor fødevarerne indtages

Alder	Dreng						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
Rugbrød	1,05	1,02	1,00	0,93	0,97	0,99	0,81	0,73	0,86	0,77	0,75	0,78
Pommes frites/ chips	0,14	0,16	0,17	0,14	0,17	0,16	0,13	0,11	0,15	0,13	0,11	0,12
Mælk/mælkeprodukter	1,77	1,93	1,71	1,68	1,53	1,73	1,43	1,51	1,49	1,41	1,40	1,45
Cola/sodavand	0,62	0,67	0,64	0,65	0,58	0,63	0,37	0,36	0,40	0,41	0,38	0,38
Slik/chokolade	0,38	0,44	0,39	0,39	0,39	0,40	0,45	0,45	0,42	0,40	0,43	0,43
Fast food	0,17	0,18	0,20	0,22	0,22	0,20	0,10	0,11	0,10	0,12	0,11	0,11
Kartofler	0,64	0,59	0,61	0,61	0,50	0,59	0,63	0,51	0,52	0,51	0,44	0,52
Frugt og grønt	2,70	2,54	2,35	2,36	2,09	2,41	3,42	3,51	3,63	3,25	2,91	3,35

Tabel 3.1

tabellen er gennemsnitstal for hver gruppe baseret på den daglige indtagsfrekvens hos de unge. Tabellen skal læses således: De 20-årige drenge spiser i gennemsnit rugbrød 0,97 gange om dagen, mens drengene som helhed i gennemsnit spiser rugbrød 0,99 gange om dagen. Altså lige knap en gang om dagen.

Overordnet spiser drengene oftere end pigerne rugbrød, pommes frites/chips, fast food og kartofler. Drengene drikker oftere mælk/mælkeprodukter og cola/sodavand end pigerne. Pigerne spiser oftere frugt og grønt. Det gør de i gennemsnit lidt oftere end tre gange om dagen mod drengenes godt to gange om dagen, svarende til godt 300 gram mod godt 200 gram. Drengene og pigerne angiver at spise nogenlunde lige meget slik/chokolade, nemlig knap en gang hver anden dag.

Med hensyn til aldersgrupperne ser vi en tendens til, at de ældste drenge og piger på nogle punkter adskiller sig fra de yngre aldersgrupper. De ældste drenge drikker sjældnere mælk/mælkeprodukter og spiser oftere fastfood. Endvidere ses der, at de ældste drenge og piger sjældnere spiser kartofler og frugt og grønt end de yngre aldersgrupper. Disse kostmæssige ændringer op gennem aldersgrupperne kan være en følge af, at de unge flytter hjemmefra. Det er i en tidligere MULD-undersøgelse fundet, at de unge, der er flyttet hjemmefra, oftere drikker cola/sodavand og sjældnere spiser sunde produkter som rugbrød, mælkeprodukter, kartofler samt frugt og grønt, set i forhold til dem, som stadig bor hjemme (Nissen SB & Nielsen GA., 2004).

Alkohol

- 93% af drengene og 90% af pigerne angiver, at de drikker alkohol, og henholdsvis 79% og 65% har gjort det i løbet af den seneste uge.
- 21% af drengene og 13% af pigerne har i løbet af den seneste uge drukket mere alkohol, end genstandsgrænserne for voksne.
- Henholdsvis 78% af drengene og 74% af pigerne var under 15 år, første gang de drak, mens 55% af drengene og 53% af pigerne var under 15 år, da de var fulde første gang.
- Henholdsvis 14% af drengene og 5,0% af pigerne har været fulde mindst 6 gange inden for den seneste måned.
- Antallet af oplevelser med farlige eller strafbare problemer, som følge af alkoholindtag, stiger med antallet af genstande, man drak, sidste gang man var fuld.
- 56% af drengene og 54% af pigerne i undersøgelsen går ind for en alkoholpolitik på deres skole eller arbejdsplads.

Indledning

Den nyeste ESPAD-undersøgelse (2003) af de 15-16-åriges alkoholvaner i 35 europæiske lande viser, at de danske unge stadig på langt de fleste parametre har europarekord i druk. Alligevel viser en sammenligning af data fra 1999 til 2003, at forbruget er faldet blandt de 15-16-årige danske unge på alle de målte parametre. En undersøgelse foretaget

af Sundhedsstyrelsen af de 11-15-åriges alkoholforbrug i 2003 viser også et tydeligt fald i børnenes alkoholforbrug. Aldersgruppen som undersøges i MULD – de 16-20-årige – ser derimod ikke ud til at have modereret deres forbrug eller drikkemønster.

Undersøgelser af hjernens udvikling i teenageårene viser, at frontallapperne, hvor funktioner som impuls kontrol og risikovurdering er placeret, først er færdigudviklet, når de unge er omkring 18-20 år gamle. Det kan formentlig bidrage til forklaringen af, hvorfor de unge har et så ukontrolleret forhold til alkohol, og hvorfor de unge oplever så mange problemer, når de drikker. Hvis den uudviklede hjerne skal bidrage til forklaringen af de unges drikkemønster må vi forvente at finde et fald i alkoholforbruget, når de unge når 18-20-års alderen. Og det er netop, hvad vi finder blandt pigerne i MULD-undersøgelsen, hvor deres forbrug topper, når de er 18 år. Drengenes forbrug topper, derimod ikke ved 18-års-alderen, hvilket er forventeligt, da frontallapperne færdigudvikles et par år senere blandt drengene end pigerne (Trembacz B og Hansen LJ, 2000; Giedd JN, 2004). Der er således formentlig en biologisk faktor, der bidrager til forklaringen af, hvorfor det er forbundet med store problemer at betragte unge som værende i stand til at omgås alkohol på samme måde som voksne.

Alkoholforbrugets omfang

Henholdsvis 93% af drengene og 90% af pigerne i undersøgelsen angiver, at de drikker alkohol (tal ikke vist).

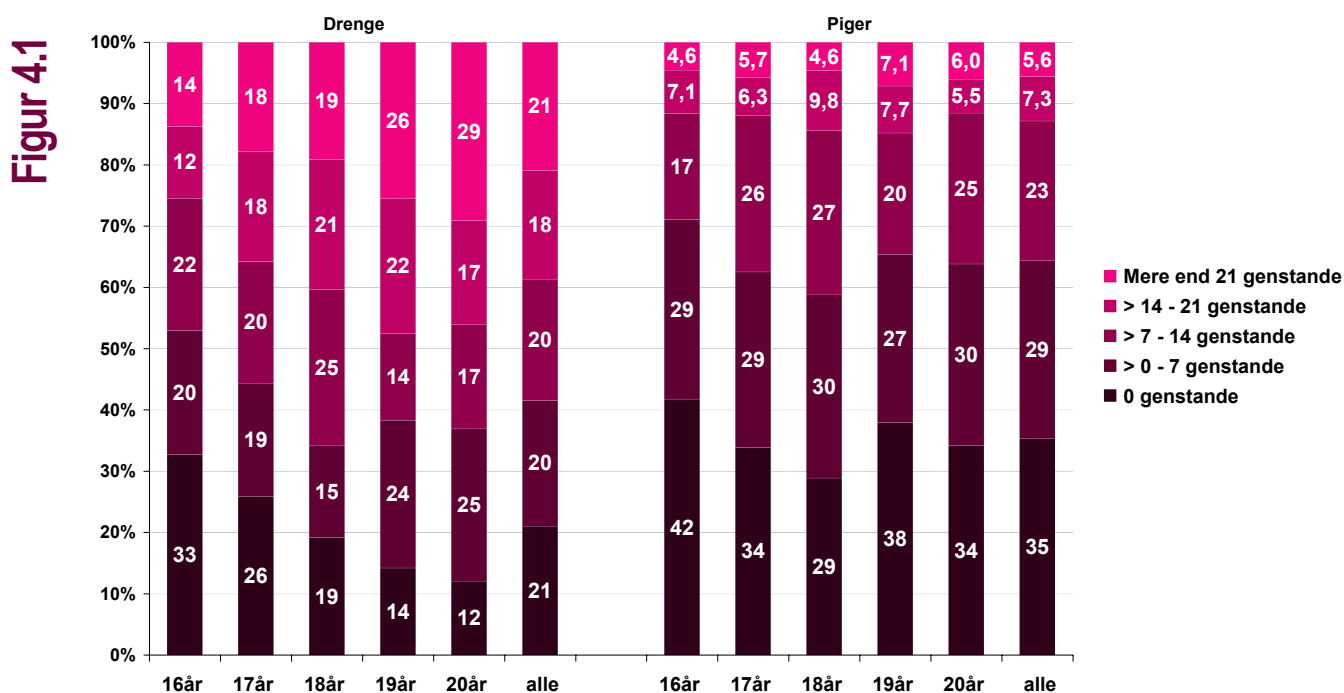
Figur 4.1 viser de unges alkoholforbrug i den sidste uge, inden de besvarede spørgeskemaet opdelt på køn og alder. Henholdsvis 21% af alle drengene og 35% af alle pigerne i undersøgelsen svarer, at de ikke har drukket alkohol inden for den sidste uge.

Sundhedsstyrelsens genstandsgrænser for maksimalt ugentligt alkoholindtag for voksne ligger på 21 genstande om ugen for mænd og 14 genstande om ugen for kvinder. Henholdsvis 21% af drengene svarer, at de har drukket mere end 21 genstande, og 13%

af pigerne angiver at have drukket mere end 14 genstande i løbet af den sidste uge. Blandt drengene ses op gennem aldersgrupperne et fald i andelen, der ikke har drukket alkohol i løbet af sidste uge (33% blandt de 16-årige og 12% blandt de 20-årige) og en stigning i andelen, der har drukket mere end 21 genstande (14% blandt de 16-årige og 29% blandt de 20-årige).

Blandt pigerne ses ikke en tydelig udvikling i alkoholforbruget op gennem aldersgrupperne. Dog ser vi et fald i andelen, der ikke har drukket den sidste uge fra 42% af de 16-årige til 29% af de 18-årige, hvorefter andelen, der ikke har drukket, igen stiger en smule.

Alkoholforbrug den seneste uge (i procent)



De unges drikkemønster

Debutalder

Spørgsmålet "Hvor gammel var du, da du drak en hel øl, et glas vin eller spiritus første gang?" skulle give os et indtryk af, hvor gamle deltagerne var, da de begyndte at drikke alkohol – med undtagelse af de eventuelle situationer, hvor de blot havde smagt en lille mundfuld. Blandt både piger og drenge har en stor andel haft en meget tidlig alkoholdebut.

Henholdsvis 24% af drengene og 17% af pigerne angiver, at de var 12 år eller derunder, mens 78% af drengene og 74% af pigerne angiver at have været under 15 år, første gang de drak. De unge har generelt været lidt ældre, da de var fulde første gang. 8,9% af drengene og 7,3% af pigerne i undersøgelsen var 12 år eller derunder, da de var fulde første gang, mens 55% af drengene og 54% af pigerne var under 15 år (tal ikke vist).

Hvor ofte er de unge fulde?

De unge er blevet bedt om at tænke tilbage på de sidste 30 dage, og svare på spørgsmålet "Ved hvor mange lejligheder (fester, sammenkomster eller lignende) har du været fuld?". På dette spørgsmål svarer 14% af drengene og 5,0% af pigerne, at det har de været seks eller flere gange, svarende til mere end én gang om ugen i gennemsnit (tabel 4.1). Blandt drengene ses en stigning op gennem aldersgrupperne i andelen, som har været fulde seks eller flere gange indenfor de sidste 30 dage, idet dette gælder for 7,7% af de 16-årige mod 16% af de 20-årige. Blandt pigerne ses den største andel blandt de 17-årige, nemlig 8,3%, hvorimod den laveste andel ses blandt de 20-årige, hvor kun 2,5% har været fulde seks eller flere gange indenfor de sidste 30 dage.

Antal gange de unge har været fulde indenfor de seneste 30 dage (i procent)

Tabel 4.1

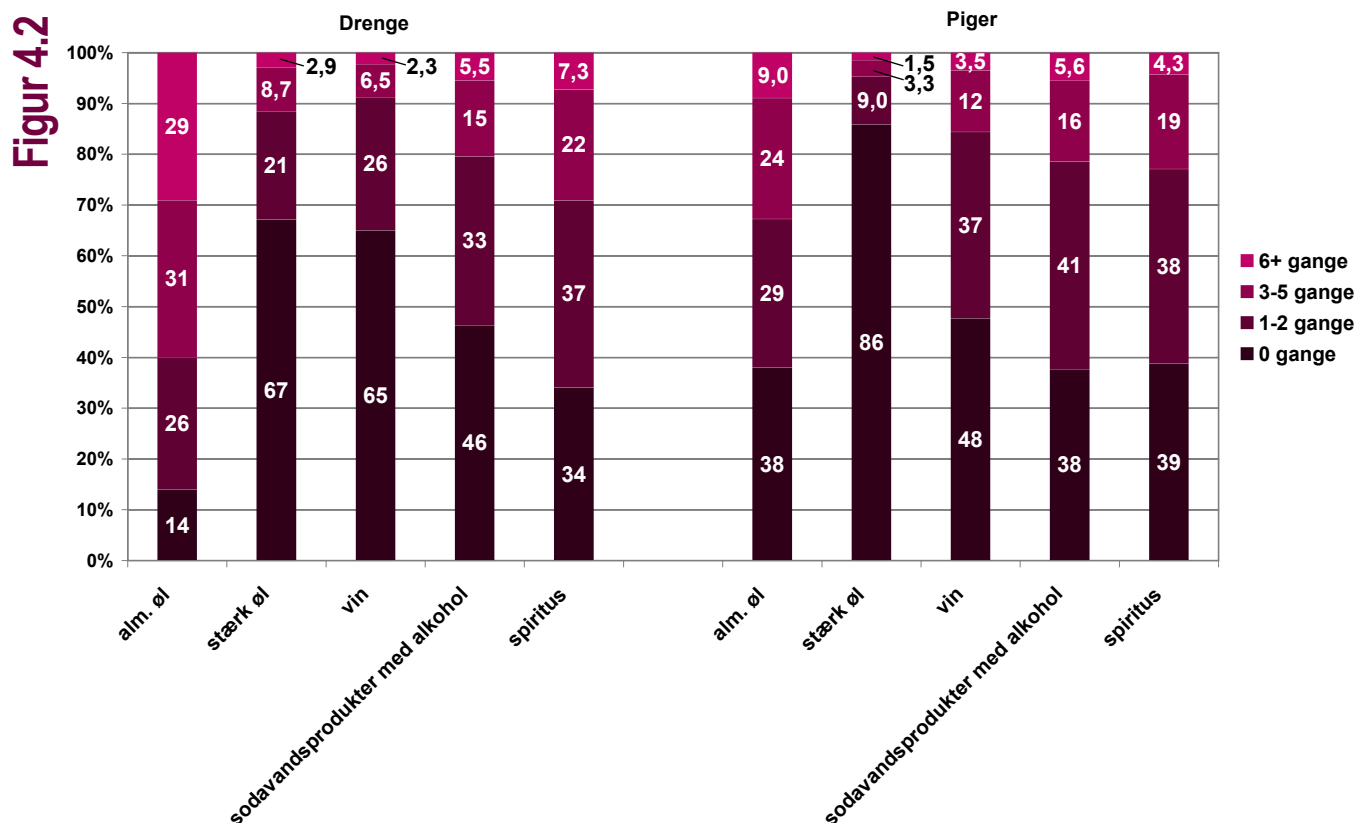
Alder	Drenge						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
0-5 gange sidste 30 dage	92,3	86,9	82,3	85,2	83,9	86,3	96,0	91,7	93,1	96,8	97,5	95,0
6+ gange sidste 30 dage	7,7	13,1	17,7	14,8	16,1	13,7	4,0	8,3	6,9	3,2	2,5	5,0
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	156	153	147	142	137	735	201	192	202	189	202	986
Uoplyst	4	2	5	4	6	21	3	10	3	5	5	26

Hvad drikker de unge?

I spørgeskemaet har vi bedt alle de unge om at tænke tilbage på de seneste 30 dage og angive, ved hvor mange lejligheder de har drukket følgende typer af alkoholprodukter: "almindelig øl", "stærk øl", "vin", "sodavandsprodukter med alkohol" og endelig "spiritus". Svarmulighederne var for hver type: "0 gange", "1-2 gange", "3-5 gange", "6-9 gange" og endelig "10+ gange". Svarfordelingen for henholdsvis drenge og piger er præsenteret i figur 4.2, hvor vi dog har slået de to sidste kategorier sammen i en kategori der hedder "6+ gange".

En stor del, nemlig 86% af alle drengene, angiver, at de har drukket almindelig øl inden for de seneste 30 dage, og 29% har drukket det seks gange eller mere. For pigernes vedkommende angiver 62% af alle pigerne, at de har drukket almindelig øl inden for de seneste 30 dage, og 9,0% har drukket det seks gange eller mere i denne periode. Blandt drengene er de produkter, som flest slet ikke har drukket inden for de seneste 30 dage stærk øl og vin. Blandt pigerne er det stærk øl, som kun 14% har drukket. Et forholdsvist nyt alkoholprodukt er sodavandsprodukter med alkohol. Disse er blevet drukket af 54% af drengene og 62% af pigerne i undersøgelsen.

Antal gange de unge har drukket følgende indenfor de seneste 30 dage (i procent)



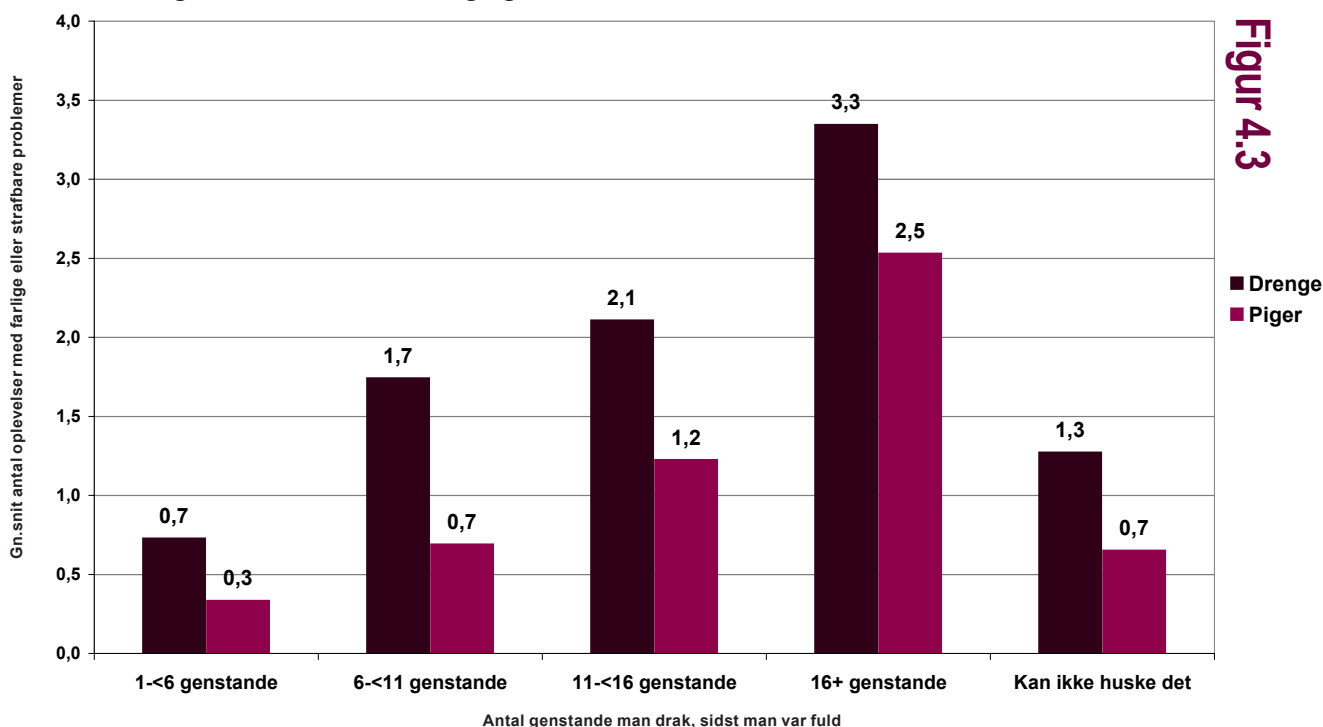
Problemer som følge af alkoholforbrug

Alkoholforbrug kan være relateret til problemer på forskellige niveauer. Dels kan der være langsigtede helbredsmæssige implikationer, og dels kan der i relation til den umiddelbare rus være risiko for problemer af forskellig art. I spørgeskemaet spørges de unge, der drikker alkohol, om de nogensinde har oplevet forskellige problemer som følge af at have indtaget alkohol, og i så fald om de har oplevet det givne problem "1 gang", "2 gange" eller "3 el. flere gange". For at få et overblik over fordelingen af de mere alvorlige problemer er der lavet en samlevariabel: "farlige eller strafbare problemer". Denne variabel opsummerer, hvor mange gange den enkelte unge har oplevet følgende pga. at

have drukket alkohol: at være i slagsmål, at være involveret i en ulykke/et uheld, at have kørt motorcykel eller bil i påvirket tilstand, at have problemer med politiet, at have været på hospitalet eller på skadestuen, og endelig at have taget euforiserende stoffer, som man ikke ville have taget, hvis man ikke havde været beruset.

Figur 4.3 viser det gennemsnitlige antal oplevelser med farlige eller strafbare problemer for drenge og piger sammenholdt med, hvor mange genstande den unge har rapporteret at have drukket, sidst han eller hun var fuld. For både drenge og piger ses det, at antallet af oplevede farlige eller strafbare problemer stiger med antallet af genstande, man drak, sidst man var fuld. Som eksempel har drengene, der har

Gennemsnitligt antal oplevelser med farlige eller strafbare problemer som følge af alkoholindtag i forhold til, hvor mange genstande man drak sidst man var fuld



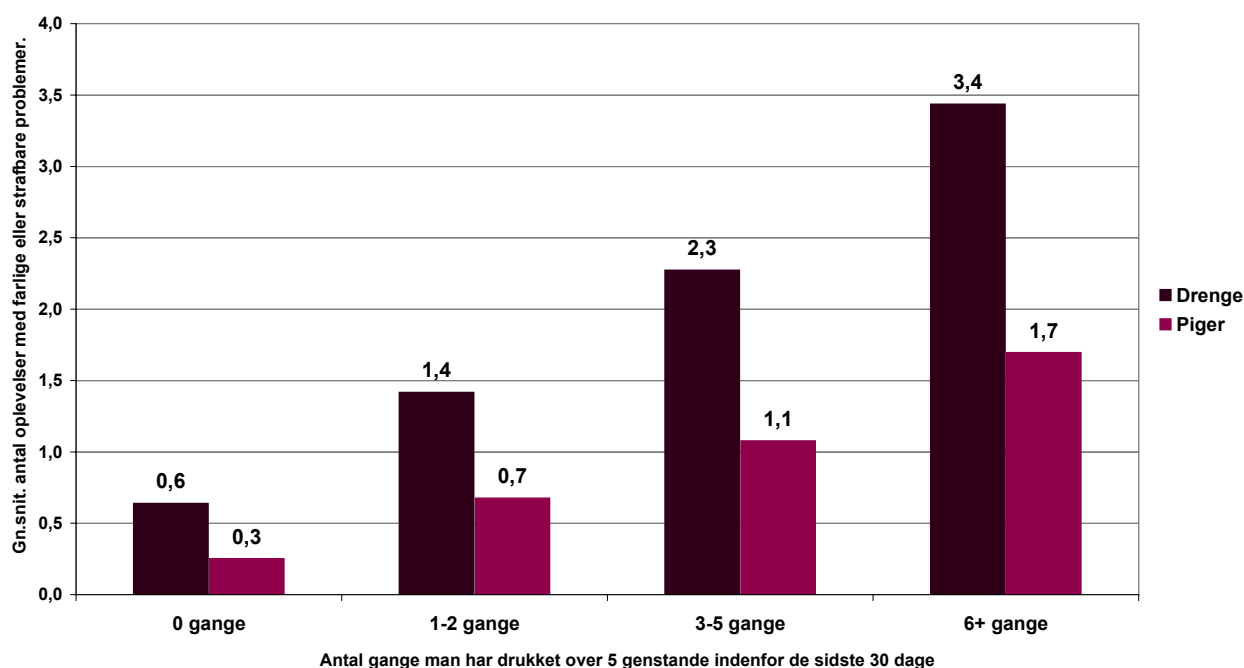
drukket 16 eller flere genstande, sidst de var fulde, i gennemsnit mere end 4 gange så mange oplevelser med farlige eller strafbare situationer som følge af at have drukket set i forhold til dem, der har drukket 1-6 genstande, sidst de var fulde. Dette kan tyde på, at "binge drinking", altså det at drikke store mængder alkohol på en gang, øger risikoen for at opleve disse alvorlige problemer både blandt piger og drenge. Drengene oplever dog generelt flere problemer end pigerne.

Figur 4.4 viser "Gennemsnitlig antal oplevelser med farlige eller strafbare problemer som følge af indtagelse af alkohol" set i forhold til, "hvor mange gange man indenfor de sidste 30 dage har drukket over 5 genstande". Vi ser, at også antallet af gange, hvor der er indtaget mere end 5 genstande ser ud til at hænge sammen med, hvor mange farlige eller strafbare problemer, man nogensinde har oplevet som følge af at have drukket alkohol.

For begge køn ses, at selv en lille øgning i antallet af gange, man har drukket over 5 genstande (fra 0 gange til 1-2 gange), hænger sammen med et øget antal oplevelser med farlige eller strafbare problemer på omkring en fordobling. Der ses endvidere, at de, som har drukket over 5 genstande 6 gange eller mere, i gennemsnit har oplevet mere end 5 gange så mange af disse alvorlige problemer, som de, der har drukket over 5 genstande 0 gange inden for de sidste tredive dage. Ved samme alkoholindtag oplever drengene generelt disse alvorlige problemer omkring dobbelt så ofte som pigerne.

Gennemsnitligt antal oplevelser med farlige eller strafbare problemer som følge af indtagelse af alkohol i forhold til, hvor mange gange indenfor de sidste 30 dage man har drukket over 5 genstande

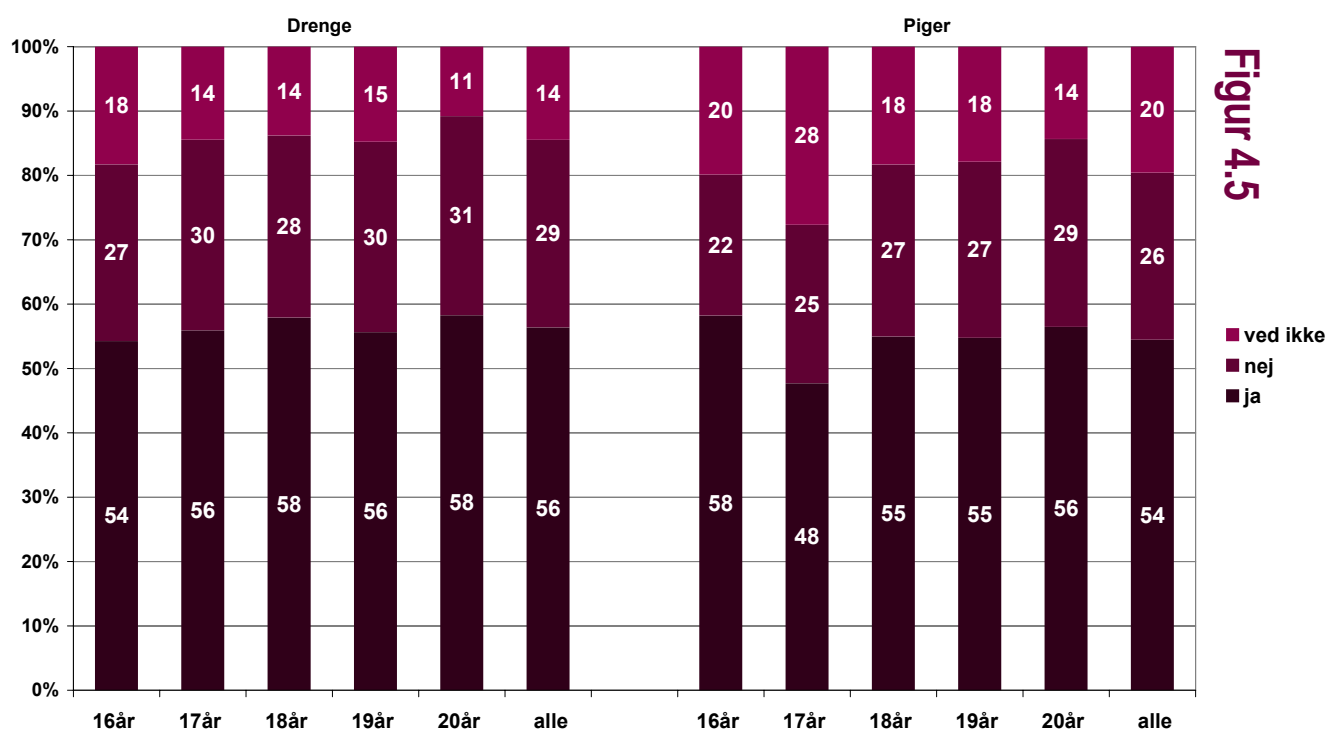
Figur 4.4



Holdning til alkoholpolitik på skole/arbejde

Figur 4.5 viser de unges holdning til, om der skal være en alkoholpolitik på deres skole/arbejdsplads. Taget som en helhed, så mener godt halvdelen af alle de unge i undersøgelsen, at der skal være en alkoholpolitik. Det tyder på, at med alderen har flere og flere en holdning til dette spørgsmål, idet andelen, der svarer "ved ikke" på spørgsmålet, er faldende med alderen.

Ønske om alkoholpolitik på skole/arbejdsplads (i procent)



Figur 4.5

Rygning

- Andelen af dagligrygere er blandt drengene 22% og blandt pigerne 19%.
- Andelen af drenge og piger, der ryger en gang imellem, er henholdsvis 7,4% og 9,2%.
- 7,9% af drengene og 4,7% af pigerne er storrygere, dvs. ryger mindst 15 cigaretter dagligt.
- Omkring halvdelen af de unge, der ryger, ønsker at holde op med at ryge – og omkring 4% af de unge er eks-rygere.
- 14% af drengene føler sig generet af passiv røg på sit uddannelsessted. Dette gælder for 16% af pigerne.
- Af de drenge, der kommer på cafeer og restauranter, er henholdsvis 27% og 26% generet af passiv røg. For pigerne er de tilsvarende andele hele 37% og 36%.
- Blandt drengene mener 85%, at rygning skal være begrænset eller helt forbudt på cafeer, mens 92% har denne holdning i forhold til restauranter. For pigerne er de tilsvarende andele 86% og 93%.
- 95% af drengene og 96% af pigerne mener, at rygning bør være begrænset eller helt forbudt på ungdomsuddannelserne.

Indledning

Der er færre rygere blandt de 16-20-årige end i resten af befolkningen. Blandt den danske befolkning har andelen af dagligrygere i mange år været faldende, og i 2004 lå dagligrygerandelen blandt danskerne på 25 procent, hvilket er det laveste, der nogensinde er målt (PLS Rambøll, 2004). Blandt de

16-20-årige har man tidligere set et fald i dagligrygerandelen, men udviklingen har siden midten af 90'erne været stagnerende. I 2003 var der 22 procent dagligrygere blandt de 16-20-årige drenge og 19 procent dagligrygere blandt pigerne i samme aldersklasse.

Knap halvdelen af de danske rygere (13 år+), nemlig 48 procent, kan nu betegnes som storrygere, idet de ryger 15 eller flere cigaretter dagligt (PLS Rambøll, 2004). Blandt de 16-20-årige er andelen af storrygere lavere, men der sker en fordobling af storrygerne op gennem aldersgrupperne 16-20 år.

På trods af, at det nu er slået fast, at passiv rygning er sundhedsskadeligt (IARC, 2004), er der stadig en stor del af befolkningen, der udsættes for passiv rygning på deres arbejde, uddannelsesinstitution eller andre steder. Opmærksomheden på problemet er da også blevet skærpet de seneste år. Individets rettigheder, i forhold til ikke at blive udsat for passiv rygning på offentlige områder og ikke mindst på arbejdspladsen, uddannelsesinstitutionen mv., er efterhånden kommet mere og mere i fokus, herunder også rettighederne for personale og gæster i restaurationsmiljøet. I udlandet har man mange steder valgt at regulere området med henblik på at yde beskyttelse mod passiv rygning, men i Danmark har man været mere tilbageholdende med at regulere området. Loven om røgfri miljøer blev dog skærpet i forhold til landets grundskoler i 2000, så det blev forbudt for elever at ryge på skolens område og for lærere at ryge, hvor det er synligt for eleverne.

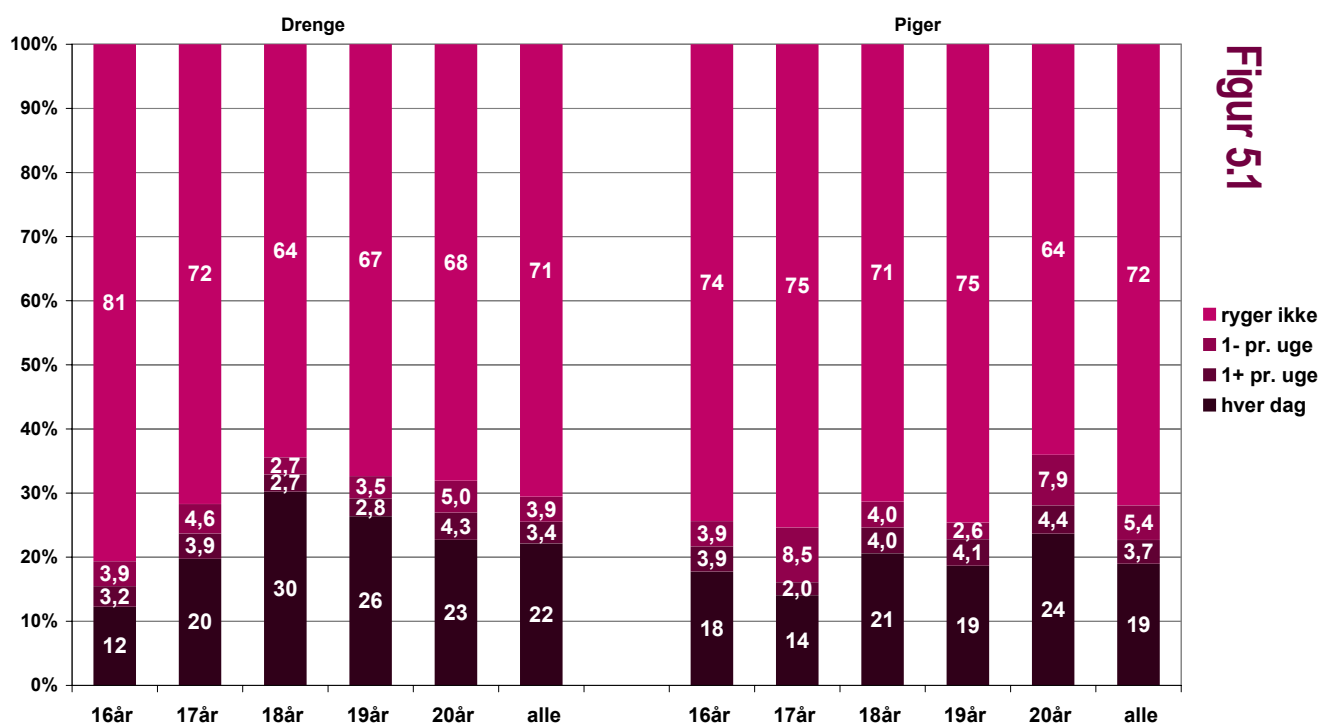
Blandt de 16-20-årige er knapt en femtedel generet af passiv rygning på deres arbejdsplads, men mange er også ufrivilligt generet på deres uddannelsesinstitution og i hjemmet. Cafeer og restauranter er dog stadig de rammer, hvor problemet er mest udtalt. Næsten alle mener, at der bør reguleres på området i form af enten restriktioner eller forbud mod rygning, eksempelvis på ungdomsuddannelser, arbejdspladser og restauranter.

Forbrugets omfang

Figur 5.1 viser deltagernes nuværende rygevaner fordelt på køn. Lidt flere drenge end piger ryger dagligt. I alt 22% af drengene og 19% af pigerne ryger dagligt, mens 71%

af drengene og 72% af pigerne slet ikke ryger. Udviklingen i rygevaner op gennem aldersgrupperne er noget uklar. Blandt drengene ses der dog en tendens til, at andelen af dagligrygere topper blandt de 18-årige, hvor 30% er dagligrygere. Herefter falder andelen af dagligrygere til 23% blandt de 20-årige. Dette fald i andelen af rygere modsvares ikke af en tilsvarende stor stigning i andelen af ikke-rygere, derimod ses en stigning i andelen af drenge, som ryger en gang imellem. Blandt pigerne tyder det ikke umiddelbart på, at andelen af dagligrygere topper blandt de 18-årige, derimod findes den største andel af dagligrygere blandt de 20-årige, hvor 24% af pigerne ryger dagligt. Samtidig findes også den største andel af lejlighedsrygere blandt de 20-årige piger,

Aktuelle rygevaner (i procent)



mens blot 64% af de 20-årige piger er ikke-rygere.

I tabel 5.1 er der foretaget en yderligere opdeling af ikke-rygerne i "aldrig-rygere", "eksrygere" og dem, der har "røget nogle få gange" – og en opdeling af rygerne i "lejlighedsryger", "dagligryger – mindre end 15 cigaretter pr. dag" og "dagligryger – 15 cigaretter pr. dag eller mere". Sidstnævnte svarer til, at man er storryger.

Det fremgår, at 7,9% af drengene og 4,7% af pigerne i undersøgelsen er storrygere, dvs. ryger mindst 15 cigaretter dagligt. Det svarer til, at ca. en tredjedel af de drenge, der ryger

hver dag, er storrygere, mens det er ca. en fjerdedel af de piger, der ryger hver dag, som er storrygere. Andelen af storrygere mere end fordobles op gennem aldersgrupperne for begge køn. I alt 3,3% af de 16-årige drenge og 3,9% af de 16-årige piger er storrygere, hvilket gælder for henholdsvis 10% og 7,9% blandt de 20-årige drenge og piger.

Andelen af lejlighedsrygere ligger for drengene på 7,4% og for pigerne på 9,2%. Der er altså lidt flere lejlighedsrygere blandt pigerne end drengene.

Af tabellen fremgår det endvidere, at ca. 4% af både drengene og pigerne er eksrygere. Dette viser, at der ikke er mange, der holder op med at ryge i ungdomsårene.

Tabel 5.1

Aktuelle og tidligere rygevaner (i procent)

Alder	Drenge						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
Aldrig ryger	66,4	54,7	50,3	50,7	46,8	54,0	58,6	46,4	47,4	52,1	40,4	49,0
Eks-ryger	4,6	3,3	3,4	1,4	5,0	3,5	2,5	3,6	5,6	3,1	6,9	4,3
Lejlighedsryger	7,2	8,7	5,4	6,3	9,4	7,4	7,9	10,7	8,2	6,8	12,3	9,2
Dagligryger <15/dag	9,2	14,7	19,5	16,0	12,2	14,3	13,8	10,7	18,4	12,5	15,8	14,2
Storryger 15+	3,3	5,3	10,7	10,4	10,1	7,9	3,9	3,1	2,6	6,3	7,9	4,7
Røget nogle få gange	9,2	13,3	10,7	15,3	16,5	12,9	13,3	25,5	17,9	19,3	16,7	18,5
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	152	150	149	144	139	734	203	196	196	192	203	990
Uoplyst	8	5	3	2	4	22	1	6	9	2	4	22

Ønske om rygeophør

Samtidig med, at der ikke er mange af de unge, som holder op med at ryge, viser tabel 5.2, at mange unge rent faktisk har et ønske om at holde med at ryge. De deltagere, der ryger, er blevet spurgt, om de gerne vil holde op med at ryge. Generelt ønsker omkring halvdelen af de unge, der ryger, at holde op med at ryge, 20% ønsker ikke at holde op, mens de resterende omkring 30% ikke har taget stilling. Blandt både drengene og pigerne ses en stor andel af rygere, som gerne vil stoppe, blandt de 16-årige.

Ønske om rygeophør (i procent af rygere)

Tabel 5.2

Alder	Drenge						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
Ja	56,4	45,8	50,0	56,0	54,2	52,2	56,1	36,5	56,5	52,6	45,9	49,5
Nej	15,4	20,8	20,3	18,0	25,0	20,1	14,0	25,0	14,5	19,3	27,1	20,4
Ved ikke	28,2	33,3	29,7	26,0	20,8	27,7	29,8	38,5	29,0	28,1	27,1	30,0
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	39	48	64	50	48	249	57	52	62	57	85	313
Uoplyst/ikke-rygere	121	107	88	96	95	507	147	150	143	137	122	699

Passiv rygning

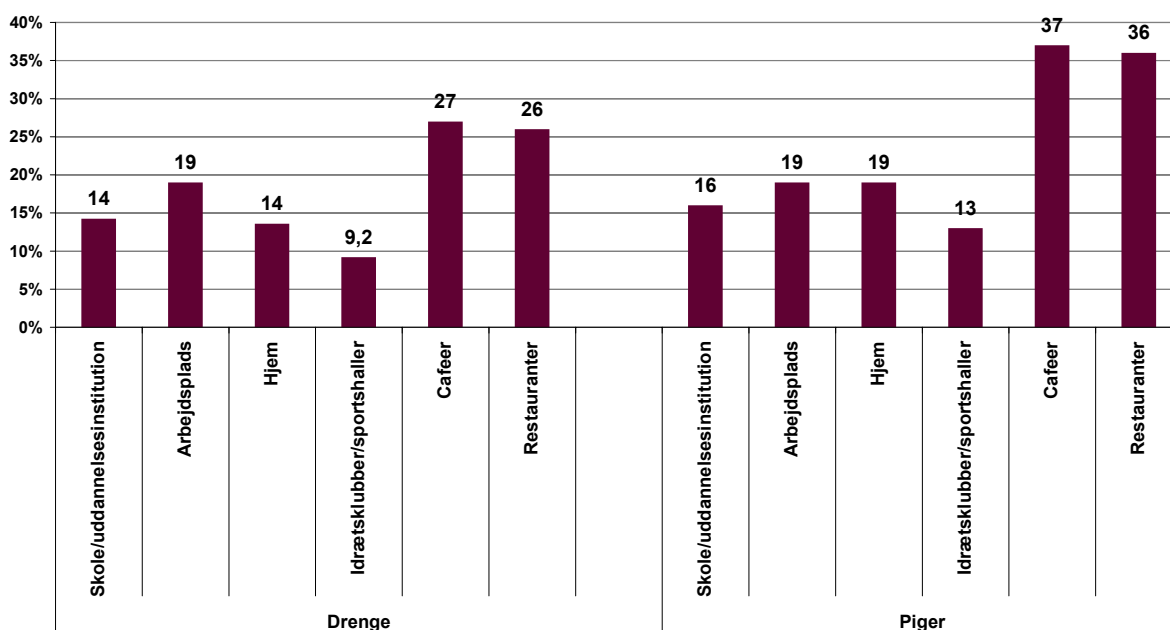
Figur 5.2 viser hvor mange af alle de unge, der føler sig generet af passiv røg på forskellige udvalgte steder. Andelen er opgjort ud af dem, der kommer de pågældende steder.

De steder, hvor den største andel angiver at være generet af passiv røg er på cafeer og restauranter. Af de drenge, der kommer på cafeer og restauranter, føler henholdsvis 27% og 26% sig generet af passiv røg. For pigerne er de tilsvarende andele 37% og 36%.

Lokaliteterne skole/uddannelsesinstitution, arbejdsplads (ikke fritidsarbejde) og den unges hjem adskiller sig fra de andre lokaliteter ved at være steder, hvor den enkelte unge vanskeligt kan fravælge at opholde sig. Henholdsvis 14%, 19% og 14% af de drenge, der kommer på disse lokaliteter, angiver at føle sig generet af passiv røg på hvert af stederne. Blandt pigerne angiver henholdsvis 16%, 19% og 19% af dem, der kommer de tre steder, at de er generet af passiv røg.

Antal af de der kommer det pågældende sted, som føler sig generet af passiv rygning (i procent)

Figur 5.2



Holdning til rygerestriktioner

De unge er endvidere blevet spurgt, hvorvidt de mener, at rygning bør være tilladt, begrænset eller helt forbudt på forskellige offentlige steder. Tabel 5.3 viser fordelingen af svarene på disse spørgsmål. Generelt er der stor enighed blandt de to køn. I forhold til hospitaler, idrætssklubber og børnehaver/vuggestuer har de fleste angivet, at de mener, at rygning bør være forbudt. Blandt pigerne

gælder dette også for folkeskoler. På alle de andre nævnte steder har den største andel af de unge angivet, at der bør være restriktioner, der begrænser rygningen til enkelte områder. Eksempelvis mener 67% af drengene og pigerne, at der bør være rygerestriktioner på caféer. På restauranter mener 67% af drengene og 68% af pigerne, at der bør være restriktioner på rygning.

Holdning til restriktioner i adgang til rygning (i procent)

Tabel 5.3

	Dreng					Piger				
	Tilladt	Restr.	Forbud	Antal	Uopl.	Tilladt	Restr.	Forbud	Antal	Uopl.
Folkeskoler	1,7	49	49	746	10	0,9	44	55	1004	8
Efterskoler	3,1	73	24	743	13	2,6	78	20	1001	11
Ungdomsuddannelser	5,3	80	15	743	13	4,3	85	11	1003	9
Arbejdspladser	9,1	80	11	747	9	3,9	88	8,2	1003	9
Hospitaler	0,4	30	70	746	10	0,2	30	70	1002	10
Tog	1,6	56	42	745	11	1,0	56	43	1003	9
Caféer	15	67	18	746	10	14	67	19	1003	9
Restauranter	8,0	67	25	746	10	6,9	68	25	1002	10
Butikcentre	11	47	42	743	13	8,9	43	48	998	14
Idrætssklubber/Sportshaller	3,0	39	58	742	14	1,0	36	63	1001	11
Børnehaver/vuggestuer	0,1	11	89	742	14	0,2	12	88	1004	8
Netcaféer	20	55	24	738	18	11	70	19	998	14

Brug af stoffer

- 46% af drengene og 35% af pigerne har prøvet illegale stoffer.
- Andelen, der har prøvet stoffer, stiger markant med alderen.
- Hash er klart det mest udbredte stof, som 42% af drengene og 31% af pigerne har prøvet.
- 15% af drengene og 12% af pigerne har prøvet et andet illegalt stof end hash med amfetamin, som det mest udbredte.
- Der er en stærk samvariation mellem at have prøvet hash (især indenfor seneste måned) og have prøvet andre illegale stoffer.

Indledning

Den sundhedsmæssige risiko ved at bruge stoffer varierer meget, da de forskellige stoffer giver forskellige risici. Men generelt set er de alvorligste risici ved at prøve stoffer: risiko for psykiske sammenbrud (psykose), risiko for forgiftning (i værste tilfælde med dødelig udgang) og risiko for at udvikle længerevarende misbrug og afhængighed med alle de alvorlige sociale, psykiske og fysiske følgevirkninger, et misbrug indebærer. Undersøgelser viser, at de unge i vidt omfang er klar over, at det er risikabelt at prøve stoffer. Når en del unge alligevel prøver, begrundes det især med nysgerrighed (Sabroe S & Fonager K, 2004).

Det at prøve stoffer er typisk et ungdomsfænomen, og de fleste, der prøver stoffer, fortsætter ikke brugen. De fleste, der prøver stoffer, har således et eksperimentelt forbrug i en kortere periode i de unge år. Undersøgelser i hele befolkningen viser, at

den eksperimentelle brug af stoffer toppe i aldersgruppen 16-19 år, og i aldersgrupperne over 40 år har kun få procent brugt nogen form for stoffer indenfor det seneste år (Sundhedsstyrelsen, 2002).

Blandt de illegale stoffer har hash en særstatus, idet hash er markant mere udbredt end alle andre stoffer i alle aldersgrupper. En stor andel af dem, der har prøvet illegale stoffer, har således kun prøvet hash. Omvendt er det kun ganske få procent af dem, der har prøvet andre stoffer end hash, der ikke også har prøvet hash. Dette ses i alle befolkningsundersøgelser, således også denne og tidligere MULD-undersøgelser (Sundhedsstyrelsen, 2004; Nissen SB & Nielsen GA, 2004; Nielsen GA et al., 2002). Brug af hash og andre illegale stoffer er meget ofte kombineret med et højt forbrug af alkohol og tobak. Denne samvariation er konstateret i tidligere MULD-undersøgelser og ses også i andre undersøgelser (fx Sabroe S & Fonager K, 2004; Groth MV et al., 2003; Nielsen GA et al., 2002).

Sammenhængen mellem brug af alkohol og stoffer fremgår også af, at en tidlig debut med alkohol både øger risikoen for et stort og hyppigt alkoholforbrug senere og giver en øget risiko for at prøve hash og andre illegale stoffer. En tidlig debut med hash øger også risikoen for at prøve andre illegale stoffer (Sabroe S & Fonager K, 2004).

Fra midten af 1990'erne til begyndelsen af 2000 viste flere befolkningsundersøgelser markante stigninger i forbruget af hash og illegale stoffer blandt yngre danskere. I samme periode blev udbudet og forbruget af illegale stoffer spredt ud over hele landet, så forskellen mellem udbredelsen i hovedstaden og i det øvrige land ikke længere er særlig stor (Sundhedsstyrelsen, 2002; Groth MV et al., 2003).

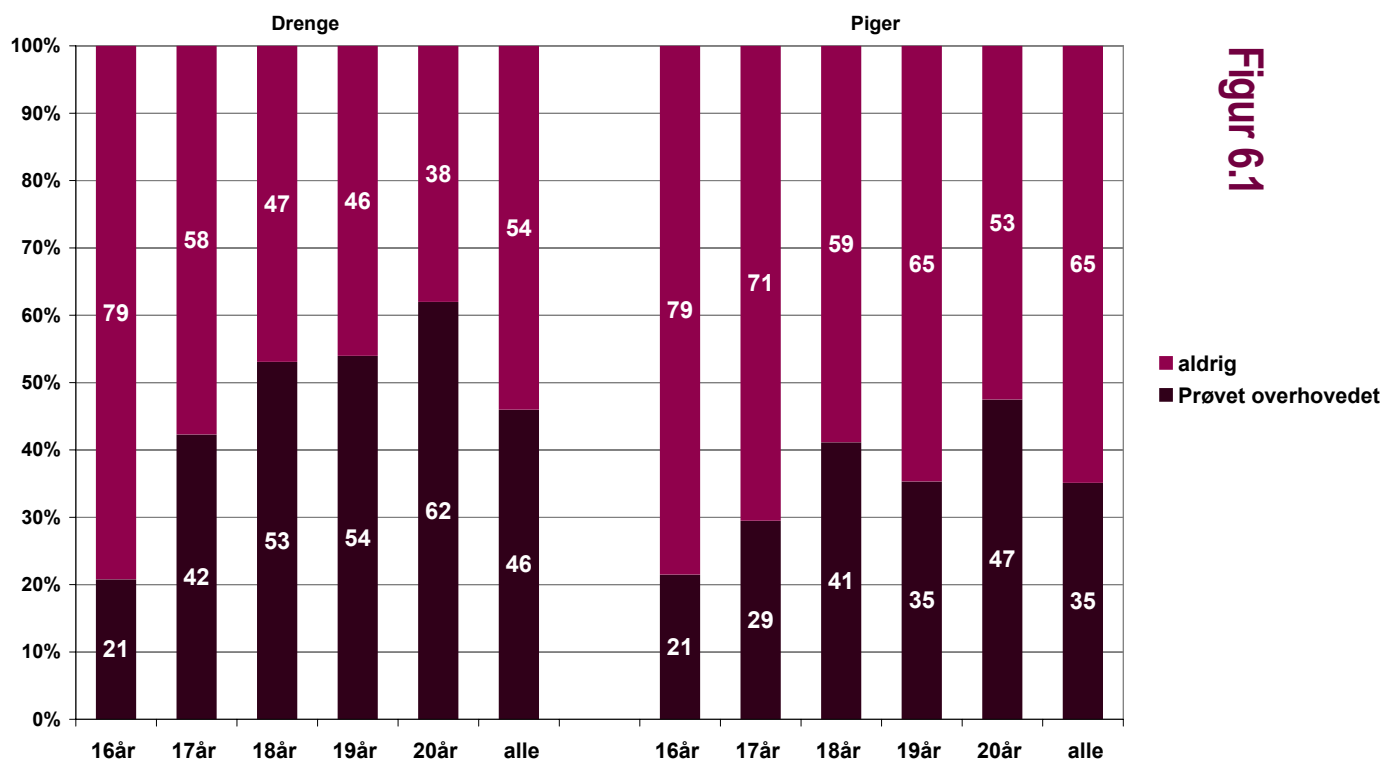
I MULD-undersøgelserne 2000, 2001 og 2002 ligger andelen af unge, der oplyser, at de har prøvet illegale stoffer på et ensartet niveau (Nielsen GA et al., 2002; Groth MV et al., 2003; Nissen SB & Nielsen GA, 2004). MULD-undersøgelserne tyder således på, at det eksperimentelle forbrug af illegale stoffer siden 2000 har stabiliseret sig, om end på et relativt højt niveau. Denne tendens findes også i en ny undersøgelse af de 15-16-åriges brug af stoffer (Sabroe S & Fonager K, 2004). Tendensen til stagnation på et "historisk højt niveau" i brugen af illegale stoffer ses også i en række andre vesteuropæiske lande (Det europæiske overvågningscenter for narkotika og narkotikamisbrug, 2004).

Mens danske unges forbrug af alkohol topper set i det europæiske perspektiv, er de mht. forbrug af stoffer placeret i midten af den europæiske rangliste (Hibell et al., 2004).

Forbrugets omfang

Figur 6.1 viser andelen af drenge og piger, som svarer ja til nogensinde at have prøvet hash eller andre stoffer. Dette gælder for signifikant flere af drengene end pigerne, nemlig 46% af drengene og 35% af pigerne i undersøgelsen. Med alderen sker der en generel stigning i andelen, der nogensinde har prøvet hash eller andre stoffer. For drengene er stigningen fra 21% af de 16-årige til 62% blandt de 20-årige, for pigerne er stigningen fra 21% til 47%.

Andel som har prøvet hash eller andre stoffer (i procent)



Figur 6.1

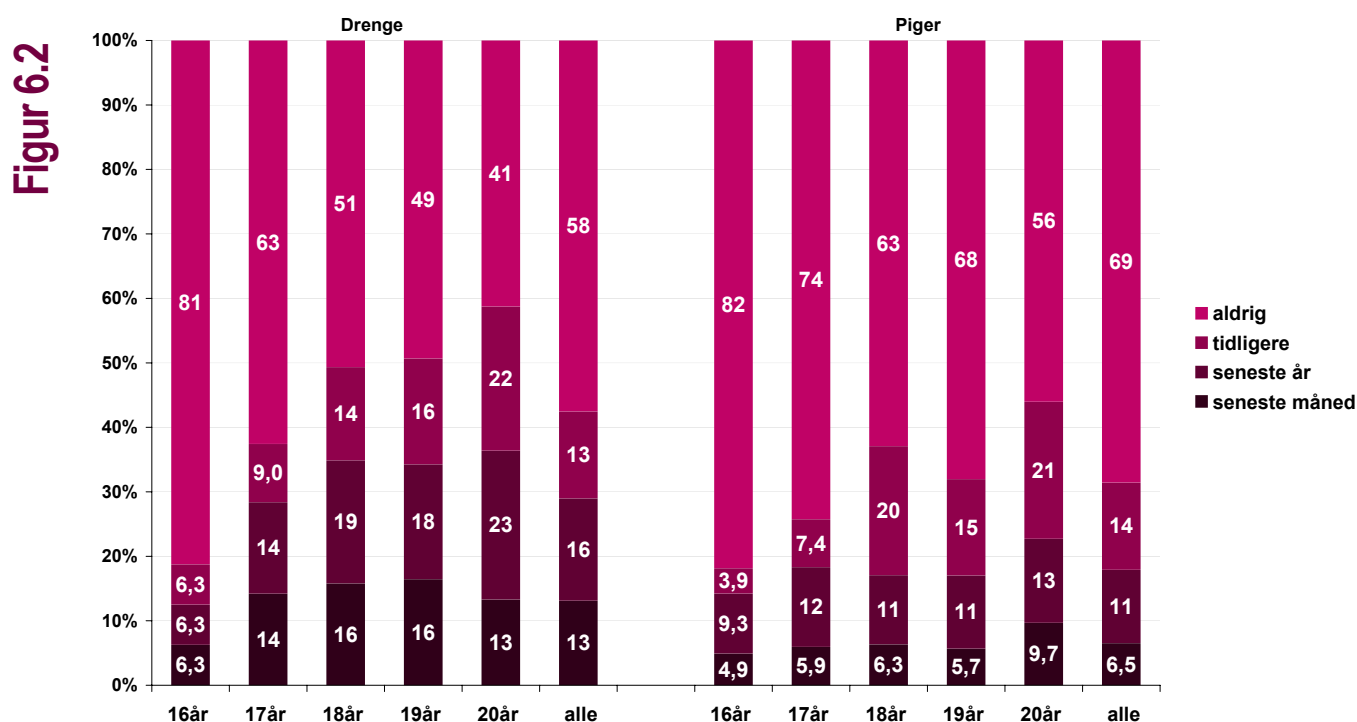
Brug af hash

Det billede, vi ser i figur 6.1, er i høj grad præget af, hvor mange der har prøvet hash, da det er langt det mest udbredte stof. Figur 6.2. viser andelen af drenge og piger, der har prøvet hash opdelt efter, hvor aktuelt forbruget er. Henholdsvis 42% af drengene og 31% af pigerne i undersøgelsen har prøvet hash. Mere specifikt har 13% af drengene og 6,5% af pigerne prøvet hash inden for den seneste måned. Andelen, der har prøvet hash stiger med alderen især fra de 16- til de 18-årige. Dette svarer godt til, at kun en mindre del af, dem som har prøvet hash, nemlig 21% (127 personer), oplyser, at de var under 15 år første gang, de prøvede hash (tal ikke vist).

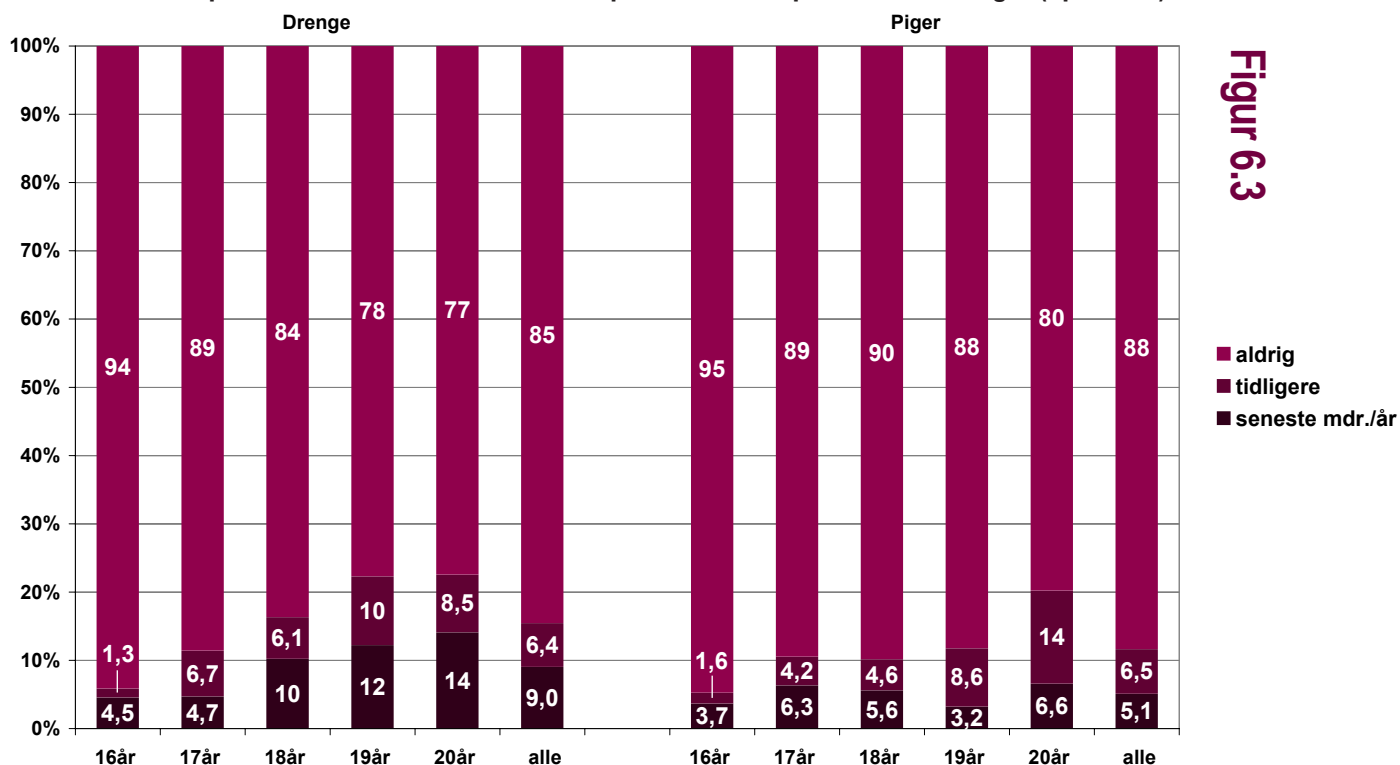
Brug af andre stoffer end hash

Figur 6.3 viser andelen af drenge og piger, der nogensinde har prøvet andre stoffer end hash. Den er opbygget på samme måde som figur 6.2 bortset fra, at de, der har prøvet disse stoffer inden for det seneste år og den seneste måned, her er slået sammen. Figuren viser, at 15% af alle drengene rapporterer nogensinde at have prøvet andre stoffer end hash og 9,0% indenfor det seneste år. For pigerne er de tilsvarende andele henholdsvis 12% og 5,1%. Andelen, som har prøvet andre stoffer end hash, stiger med alderen, - og i alt 11% (18 personer) af dem, der har prøvet andre stoffer, har prøvet dem første gang, før de fyldte 15 år (tal ikke vist).

Andel, som har prøvet hash, opdelt efter hvor aktuelt forbruget er (i procent)



Andel, som har prøvet andre stoffer end hash, opdelt efter tidspunkt for forbruget (i procent)



Tabel 6.1 viser, hvor stor en procentdel af drengene og pigerne i undersøgelsen, der nogensinde har prøvet forskellige typer illegale stoffer. Som tidligere nævnt er hash klart det mest udbredte stof, som 42% af drengene og 31% af pigerne angiver nogensinde at have prøvet (se figur 6.2). De

stoffer, som derudover er mest prøvede, er blandt drengene amfetamin (8,7%), kokain (5,3%) og snifning (af opløsningsmidler eller lighergas) (4,5%) og blandt pigerne amfetamin (6,1%), snifning (4,4%), kokain (3,7%) og ecstasy (3,7%).

Andel, som nogensinde har prøvet forskellige typer illegale stoffer (i procent)

	Drenge						Piger					
	16år	17år	18år	19år	20år	alle	16år	17år	18år	19år	20år	alle
Amfetamin	2,5	3,9	9,9	13,7	14,7	8,7	2,0	4,0	5,9	6,2	12,6	6,1
Ecstasy	2,5	1,9	5,9	3,4	8,4	4,4	1,5	3,0	2,4	4,1	7,2	3,7
Kokain	1,3	1,3	5,9	8,9	9,8	5,3	1,5	2,5	3,4	2,6	8,2	3,7
LSD	0,0	0,0	2,0	1,4	1,4	0,9	0,0	0,5	0,5	0,0	2,9	0,8
Heroin	0,0	0,0	0,7	0,7	0,7	0,4	0,0	0,5	1,0	0,5	1,4	0,7
Rygeheroin	0,6	0,0	2,0	0,0	0,7	0,7	1,5	0,5	0,5	0,5	2,4	1,1
Psilocybin-svampe	1,3	1,3	6,6	8,2	4,2	4,2	0,0	1,0	2,0	2,1	6,3	2,3
Snifning	1,9	4,5	6,6	5,5	4,2	4,5	2,9	4,0	3,4	4,6	7,2	4,4
Andet	1,3	3,2	2,6	2,1	1,4	2,1	0,5	2,0	2,0	1,0	2,4	1,6

Tabel 6.1

Samvariation mellem brug af hash og andre illegale stoffer

I tabel 6.2 er de unge opdelt efter, hvorvidt og hvornår de har brugt hash. I hver af disse grupper har vi så yderligere delt op i forhold til, om de har prøvet andre illegale stoffer. Det viser sig, at der er en signifikant samvariation mellem at have brugt hash (især inden for seneste måned) og at have brugt et eller flere andre illegale stoffer.

Tabellen viser, at ud af de drenge, som angiver at have prøvet hash inden for den seneste måned, har 41% prøvet et eller flere andre stoffer, og 17% har prøvet tre eller flere andre stoffer end hash. Til sammenligning er der blandt de drenge, der angiver aldrig at have prøvet hash kun 3,0%, der har prøvet et eller flere andre stoffer og næsten ingen, der har prøvet tre eller flere andre stoffer.

Hos pigerne ses en lignende, og endnu tydeligere, samvariation. Blandt de piger, der angiver at have prøvet hash inden for den seneste måned, er der 51%, der har prøvet et eller flere andre stoffer, og 24%, der har prøvet tre eller flere andre stoffer end hash. Blandt dem, der aldrig har prøvet hash, er der 2,6%, der har prøvet et eller to andre stoffer, og næsten ingen, der har prøvet tre eller flere andre stoffer.

Samvariation mellem brug af hash og andre illegale stoffer (i procent)

Tabel 6.2

	Drenge				Piger			
	Seneste måned	Seneste år	Tidligere	Aldrig	Seneste måned	Seneste år	Tidligere	Aldrig
Har prøvet hash:								
Andre stoffer:								
Ingen andre stoffer	58,6	72,5	76,5	96,8	48,5	79,1	75,2	97,2
1 stof	14,1	15,8	7,8	2,5	13,6	10,4	12,4	2,3
2 stoffer	10,1	4,2	7,8	0,5	13,6	5,2	6,6	0,3
3 eller flere stoffer	17,2	7,5	7,8	0,2	24,2	5,2	5,8	0,2
Total	100	100	100	100	100	100	100	100
Antal	99	120	102	406	66	115	137	642

Geografiske forskelle i sundhedsvaner og trivsel

Indledning

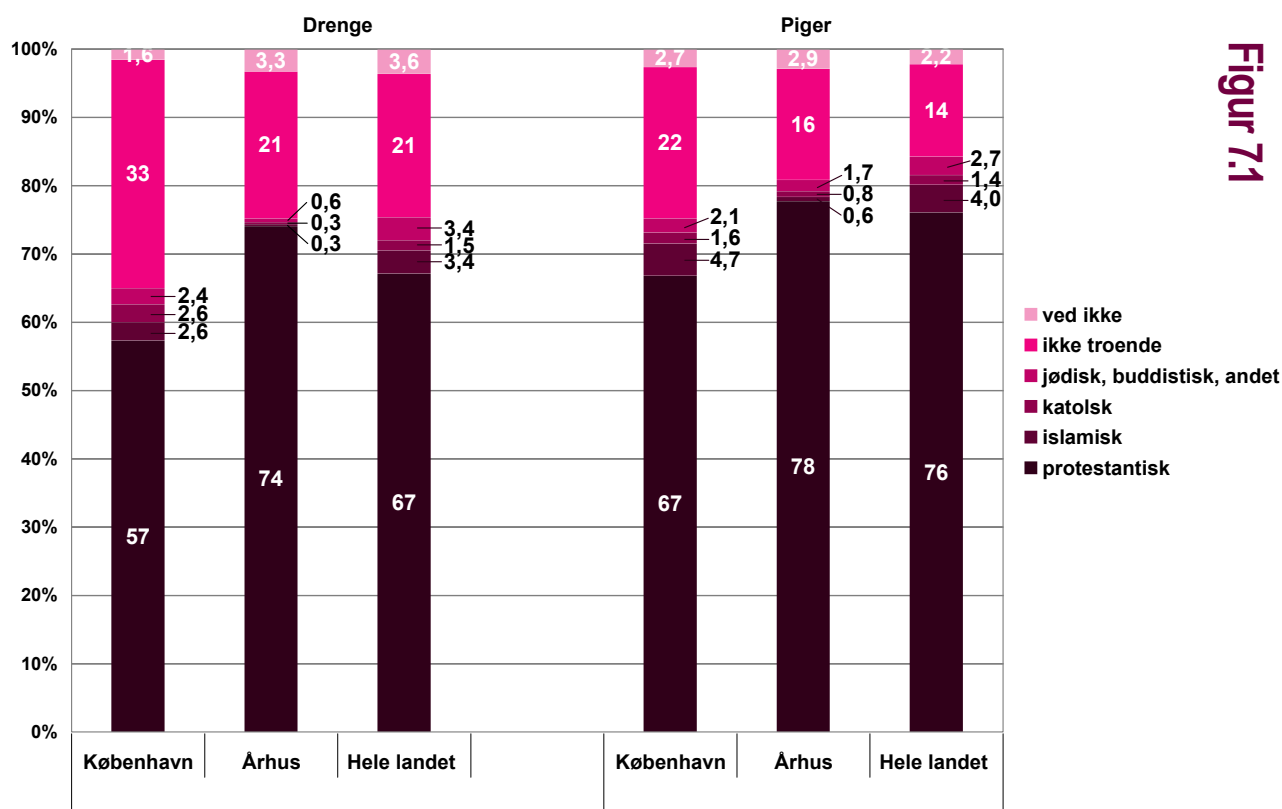
Hvert år inviteres amterne til at deltage i MULD-undersøgelsen med en stikprøve, hvor der via CPR-registret udtrækkes 1500 unge i alderen 16–20 år med bopæl i det pågældende amt. I 2003 har Københavns Amt og Århus Amt deltaget.

I dette kapitel vises udvalgte resultater, hvor vi sammenligner svarfordelingerne fra København og Århus med den nationale stikprøve, som resten af rapporten er baseret på.

Religiøs baggrund

Der er stor geografisk variation i fordelingen af unge med forskellig religiøs baggrund. Figur 7.1 viser, at de to største enkeltgrupper er dem med protestantisk baggrund, og gruppen af dem, der angiver, at de ikke er troende eller er fra en ikketroende baggrund. Blandt både drenge og piger ser vi, at andelen med protestantisk baggrund er mindst i Københavns Amt og størst i Århus Amt. Omvendt er andelen af ikke-troende og andelen af dem med katolsk baggrund størst i Københavns Amt, mens andelen med katolsk, jødisk/buddhistisk/andet og islamisk baggrund mindst i Århus Amt.

Religiøs baggrund (i procent)



Figur 7.1

Uddannelse

Figur 7.2 viser de unges nuværende uddannelsessituation. De forskelle, der springer mest i øjnene, er, at der blandt både drenge og piger er færrest i Københavns Amt, der går på erhvervsskole, og flest i hele landet. Dette hænger sandsynligvis sammen med, at der sker en fraflytning fra provinsen til byområderne af de unge, som ikke vælger en erhvervsuddannelse, men derimod en boglig uddannelse.

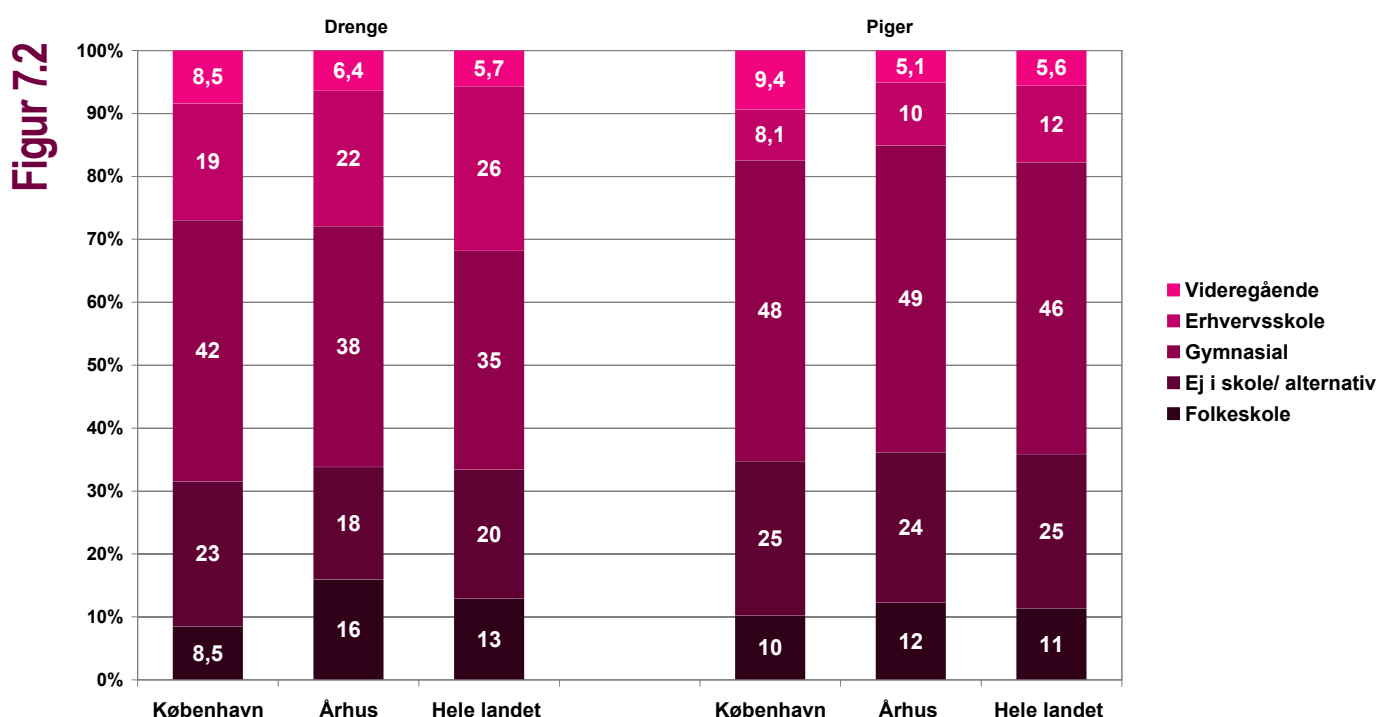
Trivsel

For spørgsmålet "Føler du, at du for øjeblikket har personlige problemer, der gør det vanskeligt for dig at klare daglige gøremål?", ses svarfordelingen i figur 7.3 for de forskellige geografiske områder. For

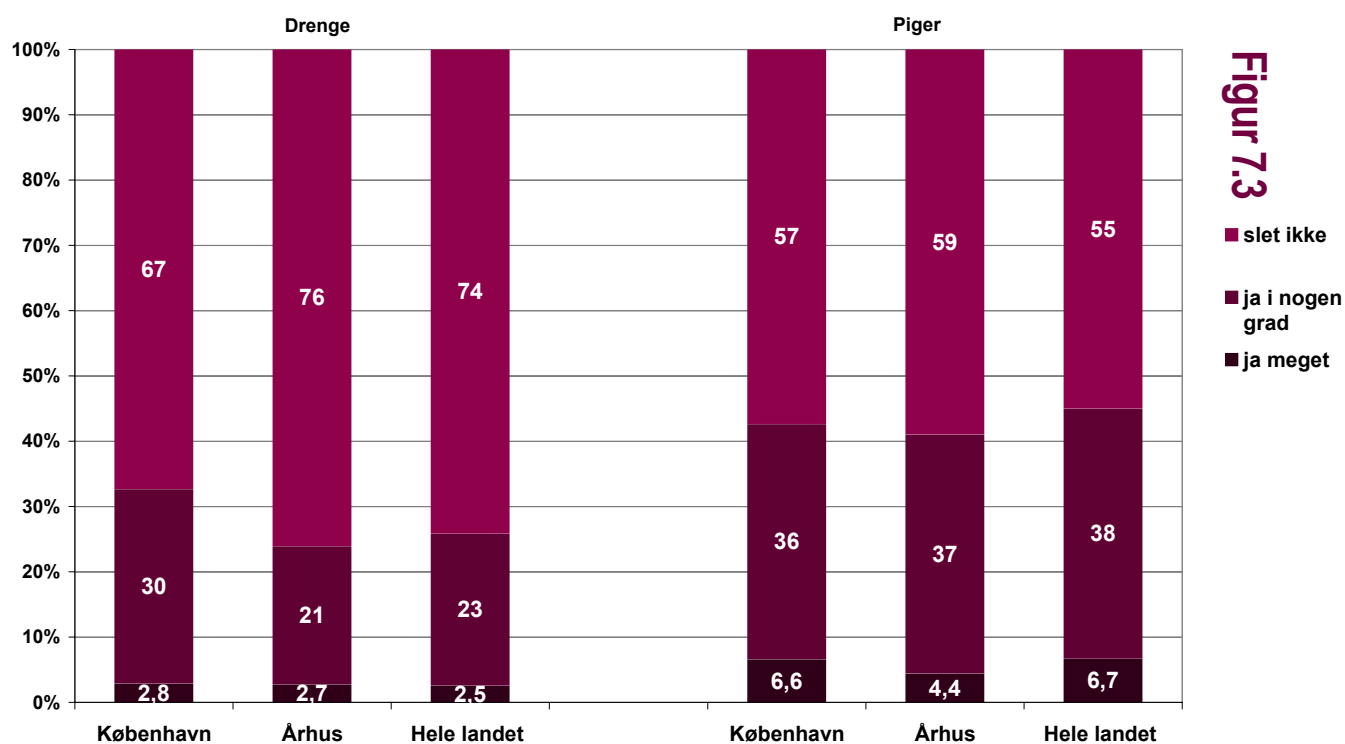
drengene er der flest fra Københavns Amt, der rapporterer at have problemer, der vanskeliggør deres dagligdag, både i nogen grad og i høj grad, hvilket gælder for 33% mod 26% i den nationale stikprøve og 24% i Århus Amt. Blandt pigerne er der flest i den nationale stikprøve, som rapporterer at have problemer, der vanskeliggør dagligdagen (45%). Der er dog ikke stor forskel mellem de geografiske områder i andelen af piger, der føler de har personlige problemer, der vanskeliggør daglige gøremål.

En anden variabel, som kan være en indikator for trivsel, er, hvor ofte de unge føler sig ensomme i dagligdagen. Figur 7.4 viser, at der ikke er store forskelle i udbredelsen af dette fænomen i de forskellige geografiske områder.

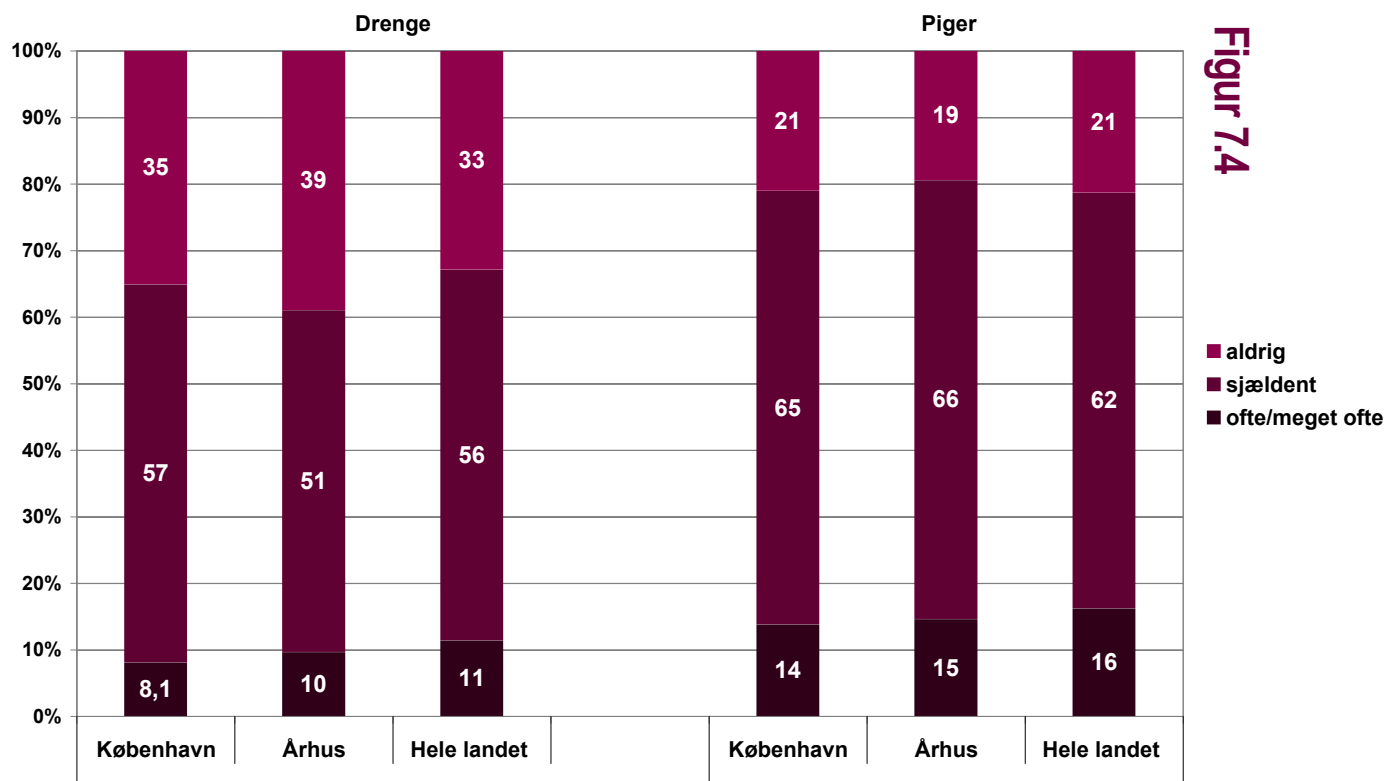
Nuværende uddannelsesituation (i procent)



Personlige problemer der vanskeliggør daglige gøremål (i procent)



Oplevet ensomhed (i procent)



Fysisk aktivitet

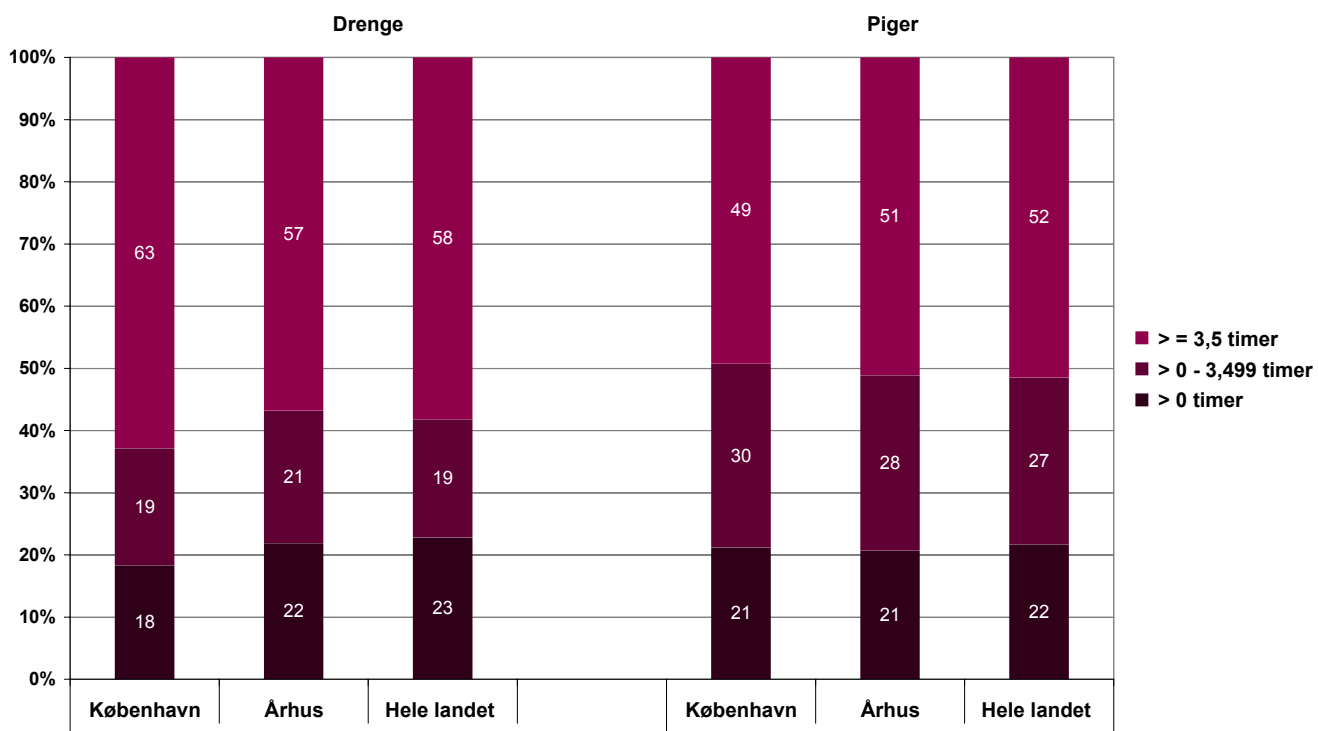
Som mål for, hvor fysisk aktive de unge er, anvendes en samlet opgørelse af, hvor meget de unge samlet set over en uge er fysisk aktive af minimum moderat intensitet (se Kapitel 3 for en nærmere redegørelse for denne variabel). Blandt drengene er der flest i Københavns Amt, der har minimum 3,5 timers fysisk aktivitet af moderat intensitet pr. uge (hvilket er vores nærmeste mål for, om de unge lever op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om fysisk aktivitet.) og færrest i Århus Amt (figur 7.5). Blandt pigerne genfindes der ikke nogen tydelig geografisk forskel.

Alkohol

Der er generelt flere i Århus Amt end i Københavns Amt, som drikker alkohol. Dette ses i figur 7.6, hvor der ses, at henholdsvis 23% af drengene og 33% af pigerne i Københavns Amt ikke har drukket alkohol den seneste uge, dette gælder derimod kun for 17% af drengene og 28% af pigerne i Århus Amt. Dette kan evt. hænge sammen med en større andel af unge med islamisk baggrund omkring København end i Århus Amt.

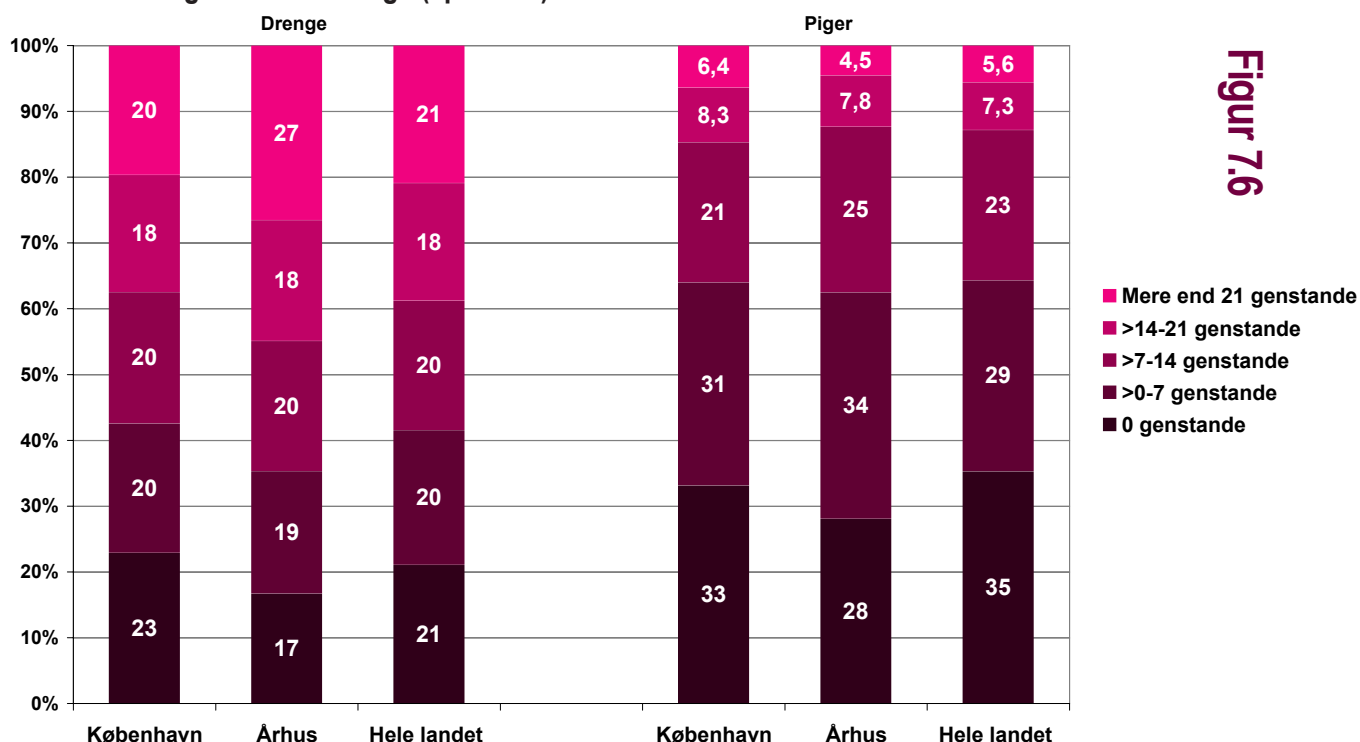
Figur 7.5

Samlet moderat fysisk aktivitet pr. uge (i procent)



Figur 7.6

Alkoholforbrug den seneste uge (i procent)



Rygning

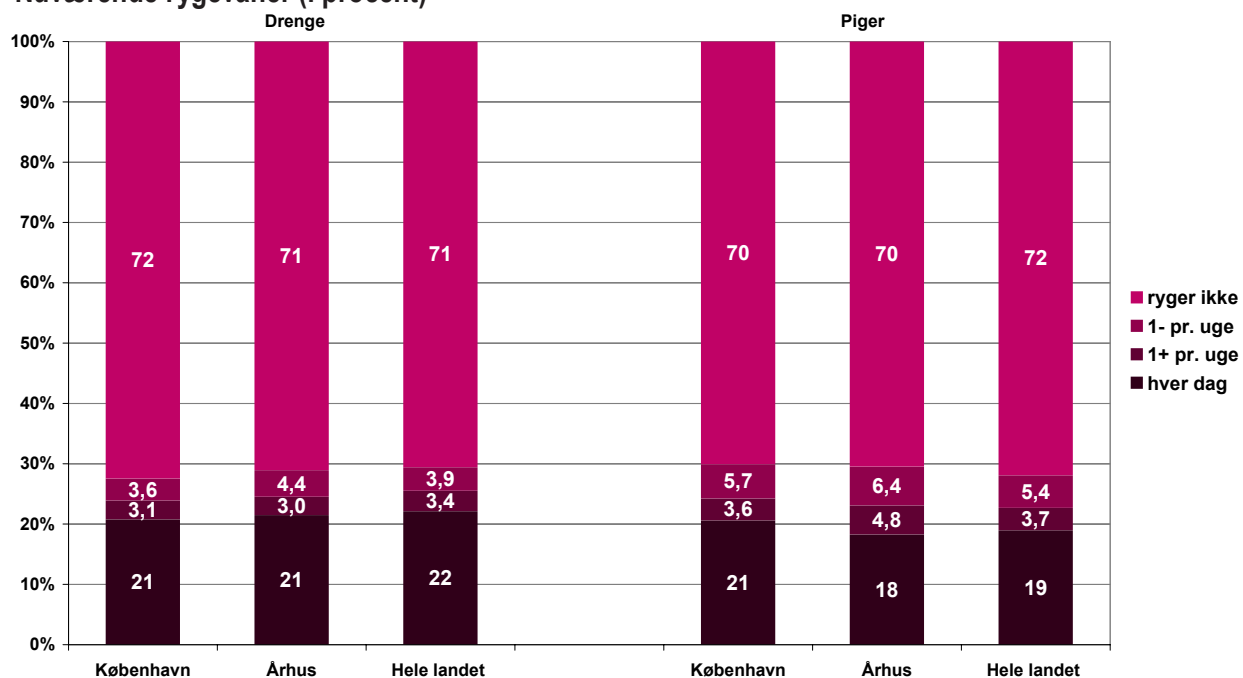
Figur 7.7 viser de unges rygevaner. Der er ikke store geografiske forskelle med hensyn til rygeprævalensen blandt de unge, idet der mellem de forskellige geografiske områder kun er omkring 2% forskel i andelen af dagligrygere/ikke-rygere.

Stoffer

Figur 7.8 viser, hvor stor en andel, der nogensinde har prøvet hash eller andre stoffer. Her ser vi nogle signifikante geografiske forskelle. På landsplan har 46% af drengene prøvet hash eller andre stoffer. I Århus Amt gælder det for 51%, mens hele 55% af drengene i Københavns Amt har prøvet hash eller andre stoffer. Blandt pigerne ser vi et lignende mønster med 35% i den nationale stikprøve, 37% i Århus Amt og 43% i Københavns Amt, der nogensinde har prøvet hash eller andre stoffer. Disse forskelle kan til dels skyldes aldersforskelle i de enkelte områder. Dette kan dog ikke forklare hele forskellen i brug af stoffer mellem Københavns Amt, Århus Amt og hele landet.

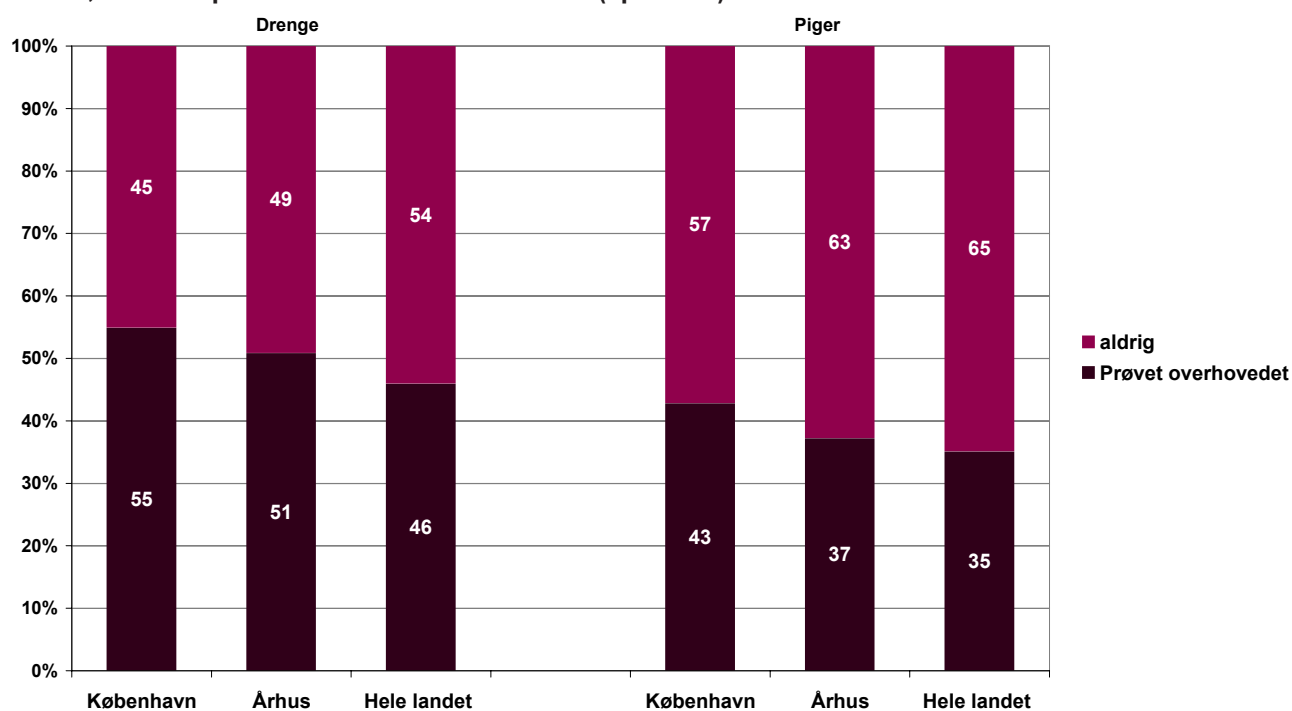
Figur 7.7

Nuværende rygevaner (i procent)



Figur 7.8

Andel, som har prøvet hash eller andre stoffer (i procent)



Litteratur

Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, Dietz WH. Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. BMJ 2000;320: 1240-1243.

Departementene. Handlingsplan for fysisk aktivitet 2005 - 2009: Sammen for fysisk aktivitet. Norge, 2004

Det europæiske overvågningscenter for narkotika og narkotikamisbrug. Narkotikasituationen i den Europæiske Union og Norge. Årsberetning 2004. Luxembourg 2004

Fødevaredirektoratet. Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri. Frugt, grønt og helbred – Opdatering af vidensgrundlaget. Fødevaredirektoratet, 2002.

Giedd JN. Structural Magnetic resonance Imaging of the Adolescent Brain. Annals New York Academy of Sciences 2004.

Groth MV, Ringgaard L, Nielsen GA. Unges livsstil og dagligdag 2001 – geografiske forskelle og ligheder. København: Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, 2003.

Hibell B et al. The ESPAD Report 2003. Alcohol and Other Drug Use Among Students in 35 European Countries. Stockholm 2004.

IARC (Vol 83): Tobacco Smoke and Involuntary Smoking, 2004.

IARC Handbooks of Cancer Prevention. Vol. 8: Fruit and Vegetables. IARC Press, 2003.

Nabe-Nielsen S, Andersen K, Lahn A. Få alle børn i bevægelse - ideer til initiativer. Kræftens Bekæmpelse og Indenrigs- og Sundhedsministeriet. København, 2004

Nielsen GA. Gymnasie- & HF-elevs sundhedsvaner og livsstil. København: Dansk Institut for Klinisk Epidemiologi, 1998.

Nielsen GA, Ringgaard L, Olsen SF, Broholm K, Sindballe AM. Unges livsstil og dagligdag 2000 – forbrug af tobak, alkohol og stoffer. København: Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, 2002.

Nissen SB, Nielsen GA. Unges livsstil og dagligdag 2002 – aldersforskelle i sundhedsvaner og trivsel. København: Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, 2004.

Petersen T, Rasmussen S, Madsen M. Danske skolebørns BMI målt i perioden 1986/87-1996/97 sammenlignet med danske målinger fra 1971/72. Ugeskrift f. Læger, 2002;43: 5006-5010.

PLS Rambøll for Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, Hjerteforeningen og Danmarks Lungeforening. Monitorering af danskernes rygevaner, 2004.

Ringgaard LW, Nielsen, GA. Fysisk aktivitet i dagligdagen blandt 16-20-årige i Danmark. MULD-Temareport om fysisk aktivitet. Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, 2004.

Sabroe S, Fonager K. Unges erfaringer med rusmidler I 2003 og udviklingen siden 1995. FADLS forlag. København 2004

Sundhedsstyrelsen. Fysisk Aktivitet og Sundhed. København. 2001.

Sundhedsstyrelsen. Narkotikasituationen i Danmark 2001. København: Sundhedsstyrelsen, 2002.

Sundhedsstyrelsen. Narkotikasituationen i Danmark 2004. København: Sundhedsstyrelsen 2004.

Trembacz B, Hansen LJ. Alkohol & afhængighed: en psykosocial og neuropsykologisk synsvinkel. Videnscenter om alkohol. Gentofte, 2000.

Veterinær – og Fødevaredirektoratet. Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri. Frugt og grøntsager. Anbefalinger for indtagelse. København. Veterinær- og Fødevaredirektoratet, 1998.

WHO: Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference, New York, 19-22 June, 1946; entered into force on 7 April 1948.

www.danmarksstatistik.dk, se: Statistikbanken, Befolkning og valg, folketal, BEF6

Appendiks

Stikprøven

Der er ved hjælp af CPR-registret udtrukket 3 tilfældige, ikke-vægtede stikprøver blandt unge, der pr. 30/10 2003 var mellem 16 og 20 år. I den nationale stikprøve er der udtrukket 3000 unge, mens der i stikprøverne fra de deltagende amter, København og Århus, er udtrukket 1500 unge fra hvert amt.

106 af de 6000 udsendte skemaer blev returneret ubesvaret på grund af ukendt adresse eller med oplysning fra forældrene om, at den unge ikke kunne besvare spørgeskemaet på grund af f.eks. udlandsophold, stærkt handicap, eller andet.

Herefter varierede svarprocenten mellem 60,1% i den nationale stikprøve, 60,4% i Københavns Amt og 58,9% i Århus Amt. Det gav en samlet svarprocent på 59,9%.

Tabel A.1-A.3 viser antallet af drenge og piger, der indgår i undersøgelsen fra de tre forskellige stikprøver, og aldersfordelingen blandt disse.

Det fremgår af tabellerne, at der i alle tre stikprøver er et større antal piger end drenge, der har svaret på spørgeskemaet. Kønsfordelingen blandt deltagerne i den nationale stikprøve er således 42,8% drenge

Aldersfordelingen blandt respondenter i den nationale stikprøve, opdelt på køn.

	Drenge		Piger	
	N	%	N	%
16 år	160	21,2	204	20,2
17 år	155	20,5	202	20,0
18 år	152	20,1	205	20,3
19 år	146	19,3	194	19,2
20 år	143	18,9	207	20,5
I alt	756	100	1012	100

Tabel A.1

Aldersfordelingen blandt respondenter i stikprøven fra København, opdelt på køn.

	Drenge		Piger	
	N	%	N	%
16 år	79	20,3	108	21,5
17 år	89	22,8	111	22,1
18 år	70	17,9	94	18,7
19 år	72	18,5	82	16,3
20 år	80	20,5	107	21,3
I alt	390	100	502	100

Tabel A.2

Aldersfordelingen blandt respondenter i stikprøven fra Århus, opdelt på køn.

	Drenge		Piger	
	N	%	N	%
16 år	79	21,5	106	21,1
17 år	77	20,9	90	17,9
18 år	61	16,6	103	20,5
19 år	74	20,1	104	20,7
20 år	77	20,9	99	19,7
I alt	368	100	502	100

Tabel A.3

og 57,2% piger. Fra Københavns Amt er der 43,7% drenge og 56,3% piger, mens deltagerne fra Århus Amt fordeler sig med 42,3% drenge og 57,7% piger.

I denne aldersgruppe er der på landsplan i Danmark som helhed 51% drenge og 49% piger (jævnfør www.danmarksstatistik.dk), og der har således været et betydeligt større frafald blandt drenge end blandt piger.

Det fremgår endvidere af tabel A.1-A.3, at der er næsten lige mange deltagere fra hver af de 5 aldersgrupper (ca. 20%).

Der er ikke i denne undersøgelse udført en egentlig frafaldsanalyse. For en analyse af frafaldet blandt piger og drenge i forskellige alders- og uddannelsesgrupper i forbindelse med MULD 2000-spørgeskemaet, se MULD-rapport 2000 (Nielsen GA et al., 2002, side 57)

MULD - spørgeskema 2003

Forest nogle spørgsmål om dig selv og din familie

1. **Køn**
☐ Pige ☐ Dreng

2. **Alder**
☐ 14 år ☐ 17 år ☐ 18 år ☐ 19 år ☐ 20 år

Hvis du ikke går i skole eller er under uddannelse, gå til spørgsmål 4

3. **Hvis du går i skole eller er under uddannelse, hvilken skole eller uddannelse går du på?**

Grundskole (1.-10. klasse)
☐ Alm. folkeskole ☐ Priv. skole ☐ Økonomisk

Gymnasial uddannelse
☐ Alm. gymnasium ☐ HF ☐ Handelsgymnasium (Hv) ☐ Teknisk gymnasium (Hv)

Livsvidenskaber
☐ Grundforløb - i alle fag

(f.eks. teknologi og kommunikation, fra jord til bord eller HJ)

☐ Lærling i skolekøkken - i alle fag

(f.eks. elektriker, murer, dokumentarist, salgsskole eller skolekøkken)

☐ Lærling i skolekøkken

Social og sundhedsuddannelse

☐ Social og sundhedsuddannelse

Videregående uddannelse

☐ Kort videregående uddannelse, under 3 år

(f.eks. laborant, markedsføringskonk, tekniker eller produktionskonk)

☐ Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år

(f.eks. sygeplejerske, diplomingeniør, teknisk tekniker, socialrådgiver eller pædagog)

☐ Lang videregående uddannelse, over 4 år

(f.eks. læge, gymnasiallærer, advokat eller biolog)

☐ Andre: _____

→ Gå til spørgsmål 5

4. **Hvis du ikke går i skole eller er i gang med en uddannelse, hvad laver du?**

(gør du ikke indberetning)

☐ Erhvervsarbejde ☐ Ledet, iværksætter/på kontrakt

☐ Arbejder i underholdning ☐ Under uddannelse eller lignende

☐ Lønmodtager ☐ Andre, f.eks. hobbyarbejde

10. **Hvilken religion har du?**

☐ Protestantisk ☐ Jødisk ☐ Ikke hørde

(den danske folkekirke) ☐ Budhistisk ☐ Ved ikke

☐ Katolsk ☐ Andet, hvilken: _____

11. **Er din far født i Danmark?**

☐ Ja → gå til spg. 12 ☐ Nej → gå til spg. 11a ☐ Ved ikke → gå til spg. 12

- 11a. **I hvilket land er din far født?**

_____ ☐ Ved ikke

12. **Er din mor født i Danmark?**

☐ Ja → gå til spg. 12 ☐ Nej → gå til spg. 12a ☐ Ved ikke → gå til spg. 12

- 12a. **I hvilket land er din mor født?**

_____ ☐ Ved ikke

13. **I hvilket land er du født?**

_____ ☐ Ved ikke

14. **Opfatter du dig selv som dansker?**

☐ Ja ☐ Nej ☐ Ved ikke

15. **Er du dansk statsborger?**

☐ Ja ☐ Nej ☐ Ved ikke

Krop og helbred

16. **Hvad er din højde uden sko?**

Angiv i centimeter (kun hele tal):

17. **Hvad vejer du?**

Angiv i kg (kun hele tal):

- 17a. **Er du tilfreds med, hvad du vejer?**

☐ Ja → gå til spørgsmål 18 ☐ Nej ☐ Ved ikke

- 17b. **Vi du gerne være mindre eller mere?**

☐ 1 kg mindre (kun hele tal) ☐ 1 kg mere (kun hele tal) ☐ Ved ikke

8. **Hvad er den højeste uddannelse, du har opnået?**

(Hvis du f.eks. er kommet fra 10. klasse til HG, vil du typisk have afsluttet 10. klasse)

Grundskole (1.-10. klasse)

☐ Alm. folkeskole ☐ Privatskole ☐ Økonomisk ☐ Social og sundhedsuddannelse

Gymnasial uddannelse

☐ Alm. gymnasium ☐ Handelsgymnasium (Hv) ☐ Videregående uddannelse

☐ HF ☐ Teknisk gymnasium (Hv) ☐ Kort videregående uddannelse, under 3 år, f.eks. laborant

Uddannelse

(f.eks. elektriker, murer, salgsskole, landmand)

☐ Andre: _____

9. **Hvad har du sømmet med?**

(gør du flere ting?)

☐ Mør ☐ Støjer ☐ Andre, f.eks. i køkken, på legeplads, i skole

☐ Støder ☐ Sænkende ☐ Væner

☐ For ☐ Korrektur af tekst ☐ Ingen, jeg kan ikke

7. **Er dine forældre skilt/separeret/flyttet fra hinanden?** Ja ☐ Nej ☐

8. **Hvad laver dine forældre?**

(Hvis du har med kontakt med din forældre, angiv deres uddannelse - kun 1 af forældre)

Mor: _____ Fader: _____

For: _____ Fader: _____

9. **Hvad er din mors og fars højeste uddannelse?**

(Hvis du har med kontakt med din forældre, angiv deres uddannelse - kun 1 af forældre)

Mor: ☐ For: ☐

☐ 7 år eller flere års skolegang ☐ 6-10 års skolegang

☐ Specialarbejder (f.eks. rengøringsass., chauffør, postarbejder, dagplejer)

☐ Lærling/uddannelse eller anden lavlig uddannelse (f.eks. færdiguddannelse, social og sundhedsudd., landbrugsskole)

☐ Gymnasial uddannelse (gymnasium, H, HV)

☐ Kort videregående uddannelse, under 3 år (f.eks. laborant, markedsføringskonk, tekniker eller maskintekniker)

☐ Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år (f.eks. sygeplejerske, teknisk tekniker, socialrådgiver eller pædagog)

☐ Lang videregående uddannelse, over 4 år (f.eks. læge, gymnasiallærer, advokat, ingeniør eller biolog)

☐ Ved ikke

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

☐ Andre: _____

Daglige aktiviteter

21. Hvor lang tid på en normal uge bruger du på...?
(Bemærk: Hver linje svarer til 1 time. Hvis du normalt aldrig bruger tid på den givne aktivitet, angiv kun hele 0)

af surf/ "chatte"/spille på computeren, playstation el. lignende. timer pr. uge

af tv eller video... pr. uge

af slæde og snikke, -fæls, deflemme, hos venner/veninder eller lignende (medregnet også den tid du bruger telefonen)..... pr. uge

Hvis du ikke har arbejde eller fritidsarbejde, gå til spørgsmål 22

22. Hvor lang tid bruger du normalt på... på følgende arbejde?
(Bemærk: Hver linje svarer til 1 time. Hvis du normalt aldrig bruger tid på det givne arbejde, angiv kun hele 0)

meget anstrengende fysisk aktivitet som f.eks. lange løb, bære tunge ting, bygge eller gravearbejde..... pr. uge

Jævn fysisk aktivitet som at løbe eller bære lette ting..... pr. uge

Stillesiddende arbejde f.eks. ved arbejdsbord eller computer..... pr. uge

22a. Hvor mange timer arbejder du i alt i gennemsnit pr. uge?..... pr. uge

Fritidsaktiviteter

23. Hvor lang tid bruger du normalt på... på fysisk aktivitet i fritiden, - af to-ders og skolebørn til løber i en klub og konkurrencesport? (Medregnet ikke den fysisk aktivitet på arbejde, ved transport og lørdag fridag) timer pr. uge (kun hele tal)

☐ bruger normalt aldrig tid på fysisk aktivitet i fritiden → gå til spørgsmål 24

23a. Hvordan opfatter du din fysiske aktivitet, du normalt laver i fritiden?
☐ Anstrengende fysisk aktivitet, som får dig til at blive meget forpustet eller svedig
☐ Jævn fysisk aktivitet, som får dig til at blive lettere forpustet eller en smule svedig
☐ Let fysisk aktivitet, som ikke får dig til at blive særligt forpustet eller svedig

24. Hvor er de væsentligste grunde til, at du dyrker løbsport?
(Jævn max. tre krydser)

☐ Gennemsnitligt ☐ Konkurrence ☐ For at holde mig ☐ Det dyrker selvtiliden ☐ Andet

25. Hvis dine venner kaldte dig for noget af følgende, hvor enig ville du så være?
(0) Kaldt for noget

	Helt enig	Delvis enig	Ikke enig	Delvis enig	Helt enig
Spørte type	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Populær person	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En succesfuld	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bodybuilder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stilte spørgsmål	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Techno freak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Computernut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Religios	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stille	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Dine kostvaner

26. Hvor tit spiser du af spise eller drikke følgende?
(0) Kaldt for noget

	Altid eller mindst en gang om 1 gang om ugen	1 gang om 1 uge	2-4 gange om 1 uge	5-6 gange om 1 uge	1 gang om 1 dag	2-3 gange om 1 dag	3 eller flere gange om 1 dag
høns	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
gammelt kød/chips	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
maskinmaskinprodukter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
okulokulokul	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
strikstrikstrik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
høt kød, f.eks. gæst burger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
kødfælder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
spise/drikke/drikke gennem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
strikstrikstrik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
hø gennem som stik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
hø	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
strik (kun sammen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Transport

24. Hvor mange dage på en normal uge transporterer du dig selv til skole/arbejde på f.eks. cykel, rullestol, skateboard eller til fod? ☐ aldrig eller mindre end én gang om ugen → gå til spørgsmål 25

☐ 1 dag ☐ 2 dage ☐ 3 dage ☐ 4 dage ☐ 5-7 dage

Hvis du går, cykler eller ruller til skole/arbejde, hvor lang tid tager det dig så (kun hele tal)? minutter

24a. Hvordan opfatter du normalt din gå-, cykel- eller rullestol til skole/arbejde?
☐ Anstrengende fysisk aktivitet, som får dig til at blive meget forpustet eller svedig
☐ Jævn fysisk aktivitet, som får dig til at blive lettere forpustet eller en smule svedig
☐ Let fysisk aktivitet, som ikke får dig til at blive særligt forpustet eller svedig

Hvis du ikke går i skole eller er i gang med anden uddannelse, gå til spørgsmål 25

Skole og uddannelse

25. Hvor mange klasse timer har du normalt på... i skolen eller på anden uddannelse? (Helt tal) timer pr. uge (kun hele tal)

25a. Hvordan opfatter du normalt klasse timerne?
☐ Anstrengende fysisk aktivitet, som får dig til at blive meget forpustet eller svedig
☐ Jævn fysisk aktivitet, som får dig til at blive lettere forpustet eller en smule svedig
☐ Let fysisk aktivitet, som ikke får dig til at blive særligt forpustet eller svedig

26. Hvis vi var på det sidste halvår, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af din fysiske aktivitet i fritiden?
☐ Jeg træner hårdt og dyrker konkurrenceidræt regelmæssigt og flere gange om ugen (f.eks. konkurrenceidræt, håndbold/fodbold) på konkurrenceplan
☐ Jeg dyrker motionsidræt eller har haft arbejde mindst 4 timer pr. uge (f.eks. motion, styrketræning, aerobic 1-2 gange ugentligt, tungt byggearbejde eller gravearbejde)
☐ Jeg spidder, cykler eller har anden lettere motion mindst 4 timer pr. uge (transport til og fra arbejde)
☐ Jeg bruger tiden på at læse, se film, spille computer eller anden stillesiddende besættelse

27. Hvor er de væsentligste grunde til, at du dyrker løbsport?
(Jævn max. tre krydser)

☐ Gennemsnitligt ☐ Konkurrence ☐ For at holde mig ☐ Det dyrker selvtiliden ☐ Andet

28. Hvis dine venner kaldte dig for noget af følgende, hvor enig ville du så være?
(0) Kaldt for noget

	Helt enig	Delvis enig	Ikke enig	Delvis enig	Helt enig
Spørte type	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Populær person	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En succesfuld	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bodybuilder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stilte spørgsmål	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Techno freak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Computernut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Religios	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stille	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Rygning

29. Hvor tit spiser du af spise eller drikke følgende?
(0) Kaldt for noget

	Altid eller mindst en gang om 1 gang om ugen	1 gang om 1 uge	2-4 gange om 1 uge	5-6 gange om 1 uge	1 gang om 1 dag	2-3 gange om 1 dag	3 eller flere gange om 1 dag
høns	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
gammelt kød/chips	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
maskinmaskinprodukter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
okulokulokul	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
strikstrikstrik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
høt kød, f.eks. gæst burger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
kødfælder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
spise/drikke/drikke gennem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
strikstrikstrik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
hø gennem som stik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
hø	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
strik (kun sammen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

30. Hvor meget lugt og gæst har du, men har spise hver dag?
(Jævn max. tre krydser)

☐ 1 gram pr. dag ☐ 2 gram pr. dag ☐ 3 gram pr. dag ☐ 4 gram pr. dag ☐ 5 gram pr. dag

31. Hvor meget lugt og gæst har du selv, du spiser i gennemsnit pr. dag?
(Jævn max. tre krydser)

☐ 1 gram pr. dag ☐ 2 gram pr. dag ☐ 3 gram pr. dag ☐ 4 gram pr. dag ☐ 5 gram pr. dag

Hvis du stadig har regel, gør du direkte til spørgsmål 40
Ellers gå du til næste spørgsmål

32. Hvor meget lugt og gæst har du selv, du spiser i gennemsnit pr. dag?
(Jævn max. tre krydser)

☐ 1 gram pr. dag ☐ 2 gram pr. dag ☐ 3 gram pr. dag ☐ 4 gram pr. dag ☐ 5 gram pr. dag

33. Hvor meget lugt og gæst har du selv, du spiser i gennemsnit pr. dag?
(Jævn max. tre krydser)

☐ 1 gram pr. dag ☐ 2 gram pr. dag ☐ 3 gram pr. dag ☐ 4 gram pr. dag ☐ 5 gram pr. dag

34. Hvor mange cigaretter ryger du dagligt?
☐ Ingen/1-4 cigaretter ☐ 5-14 cigaretter ☐ 15-19 cigaretter ☐ 20-24 cigaretter ☐ 25-29 cigaretter ☐ 30-34 cigaretter eller mere

35. Hvor gammel var du, da du begyndte at ryge mindst en gang om ugen?
☐ 1 år ☐ 2 år ☐ 3 år ☐ 4 år ☐ 5 år ☐ 6 år ☐ 7 år ☐ 8 år ☐ 9 år ☐ 10 år ☐ 11 år ☐ 12 år ☐ 13 år ☐ 14 år ☐ 15 år ☐ 16 år ☐ 17 år ☐ 18 år ☐ 19 år ☐ 20 år ☐ 21 år ☐ 22 år ☐ 23 år ☐ 24 år ☐ 25 år ☐ 26 år ☐ 27 år ☐ 28 år ☐ 29 år ☐ 30 år ☐ 31 år ☐ 32 år ☐ 33 år ☐ 34 år ☐ 35 år ☐ 36 år ☐ 37 år ☐ 38 år ☐ 39 år ☐ 40 år ☐ 41 år ☐ 42 år ☐ 43 år ☐ 44 år ☐ 45 år ☐ 46 år ☐ 47 år ☐ 48 år ☐ 49 år ☐ 50 år ☐ 51 år ☐ 52 år ☐ 53 år ☐ 54 år ☐ 55 år ☐ 56 år ☐ 57 år ☐ 58 år ☐ 59 år ☐ 60 år ☐ 61 år ☐ 62 år ☐ 63 år ☐ 64 år ☐ 65 år ☐ 66 år ☐ 67 år ☐ 68 år ☐ 69 år ☐ 70 år ☐ 71 år ☐ 72 år ☐ 73 år ☐ 74 år ☐ 75 år ☐ 76 år ☐ 77 år ☐ 78 år ☐ 79 år ☐ 80 år ☐ 81 år ☐ 82 år ☐ 83 år ☐ 84 år ☐ 85 år ☐ 86 år ☐ 87 år ☐ 88 år ☐ 89 år ☐ 90 år ☐ 91 år ☐ 92 år ☐ 93 år ☐ 94 år ☐ 95 år ☐ 96 år ☐ 97 år ☐ 98 år ☐ 99 år ☐ 100 år

36. Hvor meget lugt og gæst har du selv, du spiser i gennemsnit pr. dag?
(Jævn max. tre krydser)

☐ 1 gram pr. dag ☐ 2 gram pr. dag ☐ 3 gram pr. dag ☐ 4 gram pr. dag ☐ 5 gram pr. dag

Jo Ze Ved Åke

54. Syner dine foretrukne, at du drikker for meget alkohol?

☐ Ja ☐ Nej ☐ Ved ikke

55. Drikker dine foretrukne alkohol på hverdage?

☐ Dagligt
☐ Måsten dagligt
☐ Efterskole dage
☐ Alene

56. Drikker dine foretrukne alkohol i weekenden?

☐ Hver weekend
☐ Måsten hver weekend
☐ Efterskole weekend
☐ Alene

57. Har du nogensinde været ind i et skab med dine foretrukne?

☐ Ja
☐ Nej
☐ Ved ikke

58. Har du nogensinde haft et eller flere af følgende problemer, fordi du har drukket alkohol?
(Ifølge din livstid)

	Altid	1 gang	2 gange	3 eller flere gange
a. Skændelser	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Sorg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Involveret i ulykker/uheld	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Tabte penge eller andre ting af værdi for dig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Høst alvorlig ting eller så	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Problemer med dine foretrukne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Problemer med dine venner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Problemer i forhold til dine lærere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i. Nedsat din præstation i skolen eller på fritidsarbejde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j. Har haft sømpe, selv om du ikke ønskede det	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
k. Har mistet hukommelse under påvirkning af alkohol	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
l. Været udsat for alvorlig eller tyv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
m. Problemer med politik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
n. Været på hospitalet eller skadestue	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
o. Taget autoriserede stoffer du ikke har fået taget, hvis du var uden for hus, ecstasy, heroin etc. lign.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

59. Syner du, at der skal være en alkoholpolitik på din skole/arbejdsplads?

☐ Ja ☐ Nej ☐ Ved ikke

64. Er der nogen i din omgangskreds, der har prøvet at ryge hash?

☐ Nej
☐ En
☐ 2-4
☐ 5 eller flere
☐ Ved ikke

65. Er der nogen i din omgangskreds, der har prøvet et eller flere af andre stoffer end hash, såsom amfetamin, ecstasy, kokain etc.?

☐ Nej
☐ En
☐ 2-4
☐ 5 eller flere
☐ Ved ikke

66. Er der nogen i din nærmeste familie, der har prøvet at ryge hash?

☐ Nej
☐ En
☐ 2-4
☐ 5 eller flere
☐ Ved ikke

67. Er der nogen i din nærmeste familie, der har prøvet et eller flere af andre stoffer end hash, såsom amfetamin, ecstasy, kokain etc.?

☐ Nej
☐ En
☐ 2-4
☐ 5 eller flere
☐ Ved ikke

68. Hvor meget har du, men rækker af skide sig selv (fysik eller på anden måde)?

(Ifølge din livstid)

	Ingen risiko	Lille risiko	Nogen risiko	Stor risiko	Ved ikke
Ruger en eller flere venner cigaretter om dagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Drikker 5 eller flere personer en eller flere gange hver weekend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ruger hash (pot, marihuana) dagligt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prøver kokain eller crack en eller to gange	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prøver ecstasy en eller to gange	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

69. Hvor ofte er du i følgende udsøgt?

(Ifølge din livstid)

	Helt ofte	Delvis ofte	Hverken ofte eller sjældent	Delvis sjældent	Helt sjældent
Har sket have lavet et brugt hash, pot eller marihuana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Har sket have lavet et brugt kokain	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Har sket have lavet 5 eller flere heroin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Stoffer

60. Har du nogensinde prøvet et eller flere af følgende stoffer?
(Ifølge din livstid)

	Ja, inden for den seneste måned	Ja, inden for det seneste år (men ikke inden for den seneste måned)	Ja, tidligere (men ikke inden for det seneste år)	Nej, har aldrig prøvet stoffet
a. Hash (pot, marihuana)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Amfetamin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Crack	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Kokain	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. LSD	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Heroin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Røgkugler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Psykotropiske stoffer (efter skole/undervisning)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i. Slibning af opløsningsmidler eller lignende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j. Andre stoffer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Hvilke:				

61. Hvis du aldrig har prøvet nogen af ovenstående stoffer, gå til spørgsmål 64

62. Hvis du har prøvet hash (pot, marihuana) inden for den seneste måned, hvor mange dage har du så røget det?

☐ Dagligt eller næsten dagligt
☐ Flere gange om ugen
☐ Mindst en gang om ugen
☐ Sjældent end en gang om ugen

63. Hvis du har prøvet et eller flere hash, hvor gammel var du, da du prøvede det første gang?

☐ 1 år

64. Hvis du har prøvet andre stoffer end hash, f.eks. amfetamin, ecstasy eller kokain, hvor gammel var du, da du prøvede det første gang?

☐ 1 år

Spørgsmål om din trivsel

70. Syner du, at din dagligdag er pænt tilfredsstillende?

☐ Altid
☐ Som regel
☐ Sjældent
☐ Aldrig

71. Føler du, at du har alvorlige problemer, der gør det vanskeligt for dig at klare daglige gerninger?

☐ Ja, meget
☐ Ja, i nogen grad
☐ Nej

72. Hvis ja, skyldes det:

☐ Skolen
☐ Familien
☐ Venner/veninder/mangt på venner
☐ Skolearbejde/undervisning
☐ Skolearbejde
☐ Store omvæbninger i livet som skolearbejde, skolearbejde, skolearbejde, skolearbejde af forholdet osv.
☐ Andet

73. Føler du i forbindelse med nogen en problem?

☐ Ja, jeg taler med nogen
☐ Nej, jeg taler det selv
☐ Nej, jeg har ikke nogen at tale med

74. Hvis ja, hvem taler du så med?

☐ Venner
☐ Familien
☐ Lærere
☐ Psykolog
☐ Skolearbejde/undervisning
☐ Lægen
☐ Helsearbejdere
☐ Andet familie
☐ Andet

75. Hvor mange nære venner har du?

☐ Ingen nære venner
☐ En
☐ To
☐ Tre eller flere

76. Har du en kæreste/mand/kæreste?

☐ Ja
☐ Nej

77. Hvor ofte i hverdagen føler du dig ensom?

☐ Meget ofte
☐ Ofte
☐ Sjældent
☐ Aldrig

78. Hvor ofte er du sammen med dine venner i fritiden eller skole-/arbejdsplads?

☐ 4-5 dage om ugen
☐ 2-3 dage om ugen
☐ 1 dag om ugen eller sjældent
☐ Har ingen venner for tiden

79. Hvis ikke du går i skole eller er under anden uddannelse, gå til spørgsmål 79

L

77. Hvis du går i skole eller er under uddannelse, hvad synes du så om tiden om det?

- ☐ Kan meget godt lide det
☐ Synes det er nogenlunde
☐ Høder mig ikke om det
☐ Kan det lide det

78. Hvis du går i skole eller er under uddannelse, hvordan føler du, at du kører dig?

- ☐ Virkelig godt
☐ Godt
☐ Hverken godt eller dårligt
☐ Dårligt
☐ Virkelig dårligt

☞ Gå til spørgsmål 51

79. Hvis du er i arbejde (spørger ikke Måske) eller står i kø, hvad synes du så om din arbejdsplads for tiden?

- ☐ Virkelig godt
☐ Godt
☐ Hverken godt eller dårligt
☐ Dårligt
☐ Virkelig dårligt

80. Hvis du er i arbejde (spørger ikke Måske) eller står i kø, hvordan føler du så, at du klarer dig på din arbejdsplads?

- ☐ Virkelig godt
☐ Godt
☐ Hverken godt eller dårligt
☐ Dårligt
☐ Virkelig dårligt

A

*

M

83. Tag stilling til hver af nedenstående påstande og sæt kryds ved det valg, der passer for dig i størstedelen.

(Hvis du har mere end én valg)

	Passer præcis	Passer ganske godt	Passer nogenlunde	Passer slet	Passer ikke
a. Jeg tror om mig selv, at jeg vil kunne håndtere de fleste situationer, som man kommer ud for i livet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Mit liv har indtjente nu ikke haft nogle klare mål eller formål	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Jeg synes ikke, at jeg kan påvirke min fremtid i store udstrækninger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Der sker ofte ting i mine omgivelser, som jeg ikke forstår	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Jeg ønsker, at jeg kunne få noget mere af livet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Jeg ved, hvad jeg burde gøre i mit liv, men jeg tror ikke på, at jeg er i stand til det	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Jeg har svært ved at se sammenhængen i det liv og fortid, hvordan tegene kommer sammen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Jeg oplever, at det, jeg gør i min hverdag, er meningsfuldt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i. Jeg synes, at jeg forstår det meste af det, der foregår i min hverdag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

84. I hvor høj grad har du følgende følelser, når du tænker på din fremtid?

(Hvis du har mere end én valg)

	I høj grad	I nogen grad	Næsten ikke	Slet ikke	Ved ikke
a. Jeg er fremtidsangst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Jeg tror på mig selv, at jeg kan klare det	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Jeg frygter, at jeg ikke kan leve op til mine egne eller andres forventninger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Jeg er nyfascineret	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Jeg føler mig frastrejet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Andre:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

E

4

L

I

7

*

F

V

Nu følger tre spørgsmål om, hvordan du opfatter forventninger fra forskellige sider:

84. Hvordan opfatter du dine forældre forventninger til dig i forhold til:

(Hvis du har mere end én valg)

	Dens forventninger støtter mig i høj grad	Dens forventninger støtter mig i nogen grad	Dens forventninger støtter eller presser mig i nogen grad	Dens forventninger presser mig i nogen grad	Dens forventninger presser mig i høj grad	De har ingen forventninger på dette område
a. At du skal klare dig godt i skolen eller på dit arbejde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. At du skal klare sundt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. At du skal klare dig ud fra økonomien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. At du skal klare dig i forhold til sociale liv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. At du skal være sød	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. At du skal nå mange ting i din hverdag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. At du skal være en uafhængig voksen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Andre:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

85. Hvordan opfatter du dine venner og klassekammerater forventninger til dig i forhold til:

(Hvis du har mere end én valg)

	Dens forventninger støtter mig i høj grad	Dens forventninger støtter mig i nogen grad	Dens forventninger støtter eller presser mig	Dens forventninger presser mig i nogen grad	Dens forventninger presser mig i høj grad	De har ingen forventninger på dette område
a. At du skal klare dig godt i skolen eller på dit arbejde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. At du skal klare sundt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. At du skal klare dig ud fra økonomien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. At du skal klare dig i forhold til sociale liv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. At du skal være sød	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. At du skal nå mange ting i din hverdag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. At du skal være en uafhængig voksen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Andre:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

86. Hvordan opfatter du dine arbejdsgivere forventninger (budskefter der henvises til medarbejdere) til dig i forhold til:

(Hvis du har mere end én valg)

	Samlende forventninger støtter mig i høj grad	Samlende forventninger støtter mig i nogen grad	Samlende forventninger støtter eller presser mig	Samlende forventninger presser mig i nogen grad	Samlende forventninger presser mig i høj grad	Samlende har ingen forventninger på dette område
a. At du skal klare dig godt i skolen eller på dit arbejde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. At du skal klare sundt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. At du skal klare dig ud fra økonomien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. At du skal klare dig i forhold til sociale liv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. At du skal være sød	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. At du skal nå mange ting i din hverdag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. At du skal være en uafhængig voksen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Andre:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

87. I hvor høj grad har du ambitioner på dine egne vegne om:

(Hvis du har mere end én valg)

	Jeg har i høj grad ambitioner om dette	Jeg har i nogen grad ambitioner om dette	Jeg har ingen ambitioner om dette
a. At du skal klare dig godt i skolen eller på dit arbejde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. At du skal klare sundt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. At du skal klare dig ud fra økonomien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. At du skal klare dig i forhold til sociale liv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. At du skal være sød	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. At du skal nå mange ting i din hverdag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. At du skal være en uafhængig voksen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Andre:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hvilken dato har du afsluttet udfyldningen af spørgeskemaet?

dag måned

Y

2

Y

*