



KRAM-profilen for Faaborg-Midtfyn Kommune kort fortalt

- KRAM-undersøgelsen fandt sted i Faaborg-Midtfyn Kommune fra den 5. til den 30. maj 2008 blandt voksne borgere (18 år og derover)
- Antal besvarelser af internetbaseret spørgeskema: 4.829
- Antal personer som gennemgik helbredsundersøgelse: 1.573

Helbred og sygelighed

- En større andel af de yngste vurderer deres helbred som godt eller virkelig godt sammenlignet med de ældste
- Andelen, som har haft kontakt til praktiserende læge inden for de seneste 3 måneder eller taget receptmedicin inden for de seneste 14 dage er større blandt de ældre end yngre.
- En større andel blandt kvinder end mænd har taget håndkøbsmedicin inden for de seneste 14 dage
- Blandt deltagerne i helbredsundersøgelsen er der en større andel mænd end kvinder, der er svært overvægtige. Ifølge den internetbaserede spørgeskemaundersøgelse er andelen dog den samme blandt mænd og kvinder.
- Andelen af svært overvægtige er lavest blandt svarpersoner med lang uddannelse og højest blandt svarpersoner med kort uddannelse
- Andelen af mænd med forhøjet blodtryk er større end blandt kvinder
- En mindre andel blandt deltagere med en lang uddannelse har et lavt kondital sammenlignet med kortuddannede

Kost

- En større andel kvinder end mænd spiser frugt dagligt og morgenmad hver dag samt undlader smør på brødet
- Personer med længere uddannelse har sundere kostvaner end personer med kort uddannelse
- De sundeste kostvaner findes blandt de mænd og kvinder, der er ældre end 45 år
- Personer med sunde kostvaner har et bedre selv vurderet helbred end personer med usunde kostvaner

Rygning

- Andelen, som ryger dagligt, er størst blandt de 18-44-årige
- Der er en lige stor andel mænd og kvinder, der ryger dagligt, og en lige stor andel er storrygere
- Både andelen, der ryger dagligt, og andelen af storrygere falder med stigende uddannelse

- Andelen, der er udsat for passiv rygning i otte timer eller mere, er størst blandt dem med kortest uddannelse.
- Blandt svarpersoner, som ryger dagligt eller lejlighedsvist, og som gerne vil holde op med at ryge, ønsker mere en hver tredje ingen hjælp.

Alkohol

- En større andel mænd end kvinder overskrider Sundhedsstyrelsens genstandsgrænser i løbet af en typisk uge og drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed
- Den største andel, der overskrider Sundhedsstyrelsens genstandsgrænser, ses for både mænd og kvinder blandt de 18-24-årige
- Kortuddannede kvinder overskrider sjældnere genstandsgrænserne end kvinder med en lang uddannelse
- Personer med tidlig alkoholdebut overskrider oftere genstandsgrænserne og drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed

Motion

- En større andel blandt mænd end kvinder dyrker hård eller moderat fysisk aktivitet i fritiden
- Andelen, som dyrker hård eller moderat fysisk aktivitet i fritiden, stiger med stigende uddannelseslængde
- Særligt de 18-24-årige ønsker at være mere fysisk aktive
- En stor andel af de inaktive mener, at kommunen kan hjælpe ved at skabe flere tilbud om motion, der tager hensyn til dårlig kondition og helbredsproblemer
- Den væsentligste årsag til at være fysisk aktiv er for at være i form eller komme i bedre form
- Kvinder er især fysisk aktive for at være eller komme i form, for at tabe sig eller for udseendets skyld. Mændene er hovedsagligt aktive for at være sammen med andre, for at have det sjovt, for at konkurrere med andre eller for at blive bedre til idræt.

Trivsel

- En større andel af kvinder end mænd føler sig ofte stresset i dagligdagen
- Den største andel, som ofte føler sig stresset i dagligdagen ses blandt de 25-44-årige
- En høj grad af selvoplevet stress er relateret til rygning, usund kost og fysisk inaktivitet
- Personer, som får tilstrækkelig med søvn og har en god søvnkvalitet, har oftere et godt selvvurderet helbred
- Sjældent kontakt til familie eller venner og bekendte er relateret til et mindre godt selvvurderet helbred. Modsat er det at have nogen at tale med relateret til et godt selvvurderet helbred
- En større andel kvinder end mænd føler, at der er nogen fra deres familie eller blandt venner, der kræver for meget af dem

(KRAM-Enheden, Statens Institut for Folkesundhed, SDU – august 2008)