



Vesthimmerlands
Kommune

Sundhedsstrategi 2023 - 2026





Sundhedsstrategi for 2023 – 2026 i Vesthimmerlands Kommune

Både i Danmark og i Vesthimmerlands Kommune oplever vi i disse år store udfordringer på sundhedsområdet. Mange børn, unge, voksne og ældre lever et liv præget af fysiske, psykiske, mentale og sociale sundhedsudfordringer. For mange betyder det, at det er svært at leve det liv, man drømmer om.

Vi ønsker i Vesthimmerlands Kommune at arbejde med Det gode liv som en grundlæggende værdi, og hvor vi skaber de bedste rammer for borgernes trivsel – både i hverdagen og i fritiden¹.

Vi ønsker, at flere skal trives og leve det liv, man drømmer om uden sygdom og mistrivsel, og der skal være flere gode leveår til alle. Vi skal i fællesskab med borgere, virksomheder, interesseorganisationer, lokalområder og regionen skabe rammer, der gør det sunde valg til det lette valg. Sundhed er ikke et mål i sig selv, men skal ses som et middel til at opleve større livskvalitet og være i stand til at nå de mål, vi hver især har.

Vesthimmerlands Kommune har i 2021 sammen med de andre nordjyske kommuner og Region Nordjylland gennemført sundhedsprofilen "Hvordan har du det?" og børnesundhedsprofilen "Sundhedsprofil for børn og unge". Det er med afsæt i disse undersøgelser, at Vesthimmerlands Kommune har udvalgt tre fokusområder for sundhedsstrategien 2023-2026:

1. Vi vil fremme det sunde og aktive liv
2. Vi vil forebygge og nedbringe brugen af tobaks- og nikotinprodukter
3. Vi vil styrke den mentale sundhed

¹ <https://vesthimmerland.dk/politik-og-faellesskab/politik-planer-og-strategier/strategier-og-planer/byraadets-strategi-2022-2026>

Udmøntning og opfølgning

Fundamentet i Vesthimmerlands Kommunes sundhedsindsats er at implementere anbefalingerne på grundniveau i Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakker² om:

- Overvægt
- Mad og måltider
- Fysisk aktivitet
- Tobak
- Mental Sundhed.

Anbefalingerne skal implementeres i alle relevante dele af kommunens virke.



For at komme fra strategi til praksis vil der i forlængelse af sundhedsstrategien blive udarbejdet handleplaner. Disse skal omsætte de tre fokusområder og anbefalingerne i forebyggelsespakkerne til nye eller styrkede indsatser. Handleplanerne vil være gældende for to år ad gangen.

² <https://www.sst.dk/da/viden/forebyggelse/forebyggelsespakker-til-kommunerne>

Vi vil fremme det sunde og aktive liv

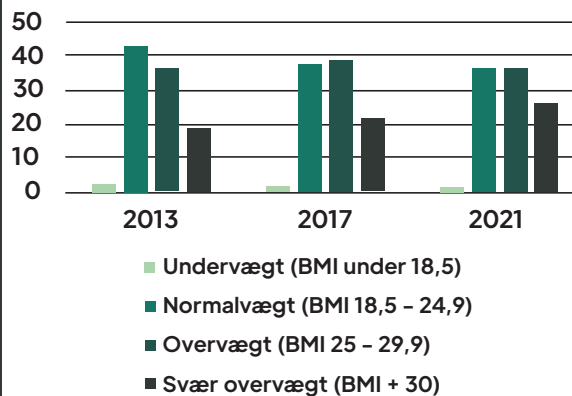
I Vesthimmerlands Kommune ses, at der er sket en negativ udvikling i andelen af svært overvægtige blandt borgere i Vesthimmerlands Kommune. Sammenlignet med tidligere år er andelen af svært overvægtige steget til 25,9 %, hvilket også betyder, at Vesthimmerlands Kommune er den kommune i Region Nordjylland med flest overvægtige borgere. I børnesundhedsprofilen fremgår det ligeledes, at der er stigning i usunde kostvaner blandt børn og unge.

Overvægt og især svær overvægt hos børn har både fysiske og psykiske konsekvenser såsom mobning, lavere selvværd og ringere livskvalitet. For alle gælder dog, at især svær overvægt er associeret med en øget risiko for at udvikle sygdomme som fx type 2-diabetes, hjerte-kar-sygdom, kræft mv.

Børn og unge er en særlig vigtig gruppe at have fokus på, bl.a. fordi en stor del af børnene bærer overvægten med sig ind i voksenlivet.

Vi ønsker at iværksætte en styrket indsats ift. at sikre rammer og tilbud til borgerne i Vesthimmerlands Kommune, således de kan leve et sundere og mere aktivt liv. Idet der er social ulighed i forekomsten af moderat og især svær overvægt, vil en sådan indsats samtidig understøtte, at vi i Vesthimmerlands Kommune arbejder mod at fremme ligheden i sundhed.

BMI blandt borgere i VHK (%)



Kilde: Hvordan har du det? Sundhedsprofil Vesthimmerlands Kommune 2021

Udvikling i andelen af elever i Vesthimmerlands Kommune, der 5-7 dage om ugen spiser og drikker nedenstående. I procent.

	5. klasse		8. klasse	
	2017	2021	2017	2021
Frugt	75	65	65	53
Grøntsager	77	70	71	60
Slik, kage eller chips	8	6	5	8
Sodavand, saft eller kakao	16	26	17	21
Energidrik	-	1	3	3

Kilde: Sundhedsprofil for børn og unge i Vesthimmerlands Kommune 2021



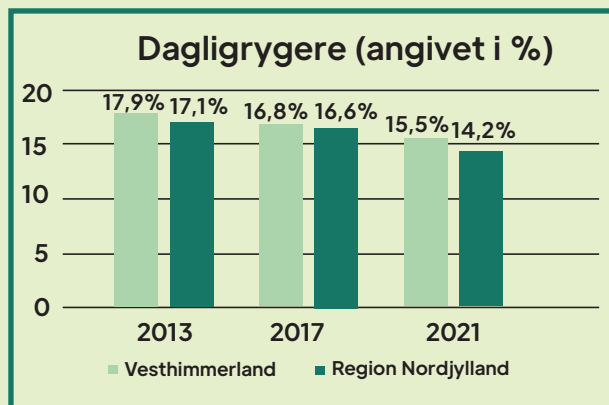
Vi vil forebygge og nedbringe brugen af tobaks- og nikotin-produkter

Tobak- og nikotinprodukter udgør en risiko for den enkelte borgers sundhed, og rygning er den vigtigste forebyggelige årsag til tab af gode leveår. Vesthimmerlands Kommune har i mange år haft fokus på tobaksforebyggelse og har bl.a. indført Røgfri arbejdstid, Røgfri skoletid, og senest er der igangsat etablering af Røgfri legepladser.

De seneste 10-15 år har markedet for nikotinprodukter undergået en voldsom forandring fra tidligere kun cigaretter til i dag en mangfoldig palet af nikotinprodukter at vælge imellem (fx nikotinposer, tyggetobak, snus, e-cigaretter og opvarmet tobak). Og der kommer hele tiden nye produkter til. Nye tal viser, at omkring hver tredje (31 %) af alle børn og unge mellem 15 og 29 år bruger en form for nikotinprodukt enten hver dag eller lejlighedsvist. Hvis man ikke medtager cigaretter, er andelen af børn og unge, der bruger nikotinprodukter 14,7 %³. Nikotin er stærkt afhængighedsskabende, og det er derfor vigtigt, at vi får bremset denne udvikling. Både når det handler om at hjælpe vores børn og unge til ikke at begynde med at bruge produkterne, og når det handler om at hjælpe dem med at stoppe igen.

Den største effekt af det tobaksforebyggende arbejde ses, når der iværksættes indsatser både centralt og lokalt, når de er flerstrengede, dvs. at der arbejdes på tværs af forvaltninger og sektorer, og når indsatserne spiller sammen.

Vi skal derfor fortsætte indsatsen og det gode samarbejde på området, hvorved vi understøtter arbejdet med at realisere den nationale målsætning om, at ingen børn og unge ryger i 2030, og Røgfri Fremtids målsætning om, at kun 5 % af den voksne befolkning ryger i 2030.



³ Nikotinbrug blandt børn og unge. Konsekvenser og forebyggelse | Vidensråd for Forebyggelse (vidensraad.dk)

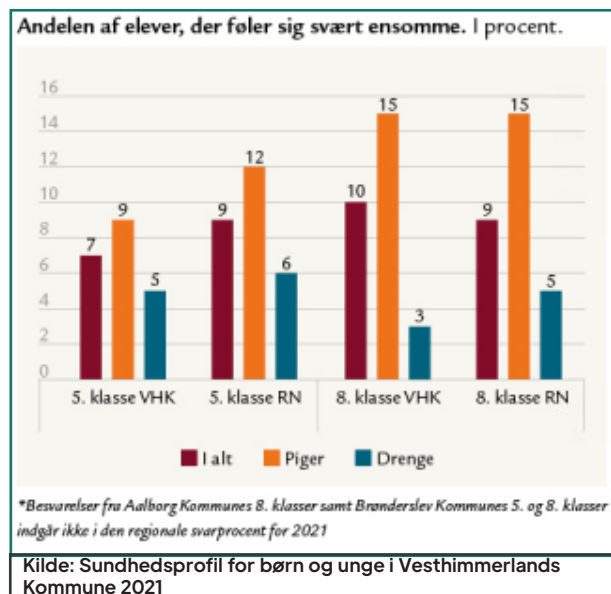
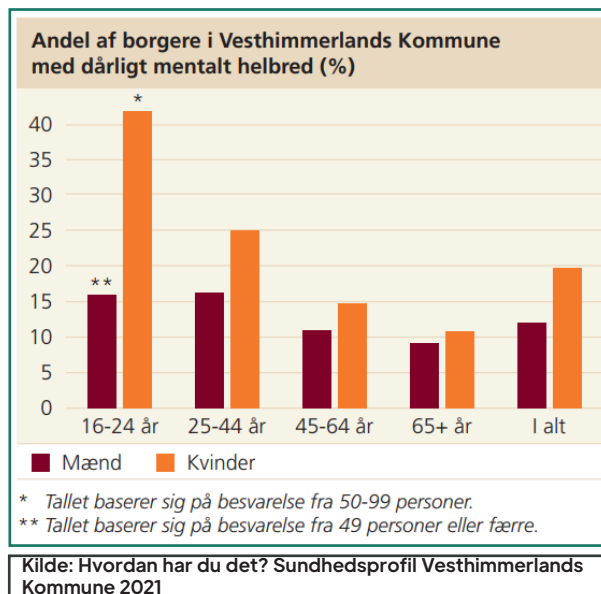
⁴ <https://vesthimmerland.dk/politik-og-faellesskab/politik-planer-og-strategier/strategier-og-planer/byraadets-strategi-2022-2026>

Vi vil styrke den mentale sundhed

Borgere med langvarig dårlig mental sundhed bruger sundhedsydelser mere og har lavere uddannelsesniveau og svagere tilknytning til arbejdsmarkedet. De har en højere risiko for udvikling af sygdom (specielt hjerte-kar-sygdom, depression og angst) og for at dø tidligere end borgere med høj grad af mental sundhed.

Antallet af borgere, der har problemer med den mentale sundhed, er stigende for alle aldersgrupper, og fortsætter dermed den udvikling, der er set gennem mange år. Stress, angst og depression er de hyppigste årsager til, at borgere forlader arbejdsmarkedet i utide og overgår til førtidspension. Stress er også årsag til et stort antal sygemeldinger i både den offentlige og private sektor.

I Vesthimmerlands Kommune ønskes et fokus på at forebygge ufrivillig ensomhed⁴. Der skal sikres en styrket indsats men henblik på at danne bro og netværk på tværs af unge, ældre, lokalsamfund og foreningsliv.



Vi vil derfor på tværs af forvaltningsområderne og i samarbejde med lokalsamfund, foreningslivet, uddannelsesinstitutionerne m.v. iværksætte en styrket indsats såvel ift. det individuelle, sociale og strukturelle niveau med formålet om, at den mentale sundhed fremmes i Vesthimmerlands Kommune.





