

SUNDHED OG TRIVSEL

PÅ ERHVERVSUDDANNELSER 2019

UNG19 - Sundhed og trivsel på erhvervsuddannelser 2019

© Steno Diabetes Center Copenhagen, Hjerteforeningen og Kræftens Bekæmpelse

Udgivelsen, herunder tabeller og figurer, kan frit refereres med tydelig kildeangivelse.

Forfattere:

Lene Winther Ringgaard, Clara Heinze, Nicklas Bunck Sørensen Andersen,
Gro Inge Lemcke Hansen, Anneke Vang Hjort, Charlotte Demant Klinker
Steno Diabetes Center Copenhagen.

Rapporten er udarbejdet af Steno Diabetes Center Copenhagen i samarbejde med projekt 'Røgfri Erhvervsskoler' v. Hjerteforeningen, Kræftens Bekæmpelse og Steno Diabetes Center Copenhagen, som har modtaget støtte fra Sundheds- og Ældreministeriet.

Versionsdato: Februar 2020

Design og layout: Finderup-Jensen Grafisk design

Tryk: Mercoprint

Rapporten kan frit downloades på: www.sdcc.dk
og www.hjerteforeningen.dk/roegfrierhvervsskoler

ISBN elektronisk udgave: 978-87-92759-32-0

ISBN trykt udgave: 978-87-92759-31-3

Forord

UNG19 - Sundhed og trivsel på erhvervsuddannelser 2019 (UNG19 EUD) er en landsdækkende spørgeskemaundersøgelse, der tegner et nuanceret billede af erhvervsskoleelevers sundhedsadfærd, trivsel og helbred.

Undersøgelsen er den første af sin art, da den er repræsentativ på regionsniveau og for erhvervsuddannelsernes fire hovedområder. Desuden inkluderer den både hovedforløbs- og grundforløbs elever samt EUD- og EUX-elever. I alt 6.119 elever har deltaget, og resultaterne i form af data om deres sundhed og trivsel præsenteres i denne rapport.

Det er vores håb, at resultaterne fra UNG19 EUD vil blive brugt til at prioritere, planlægge og målrette sundhedsfremmende indsatser på erhvervsuddannelserne. De erhvervsskoler, der har deltaget i UNG19 EUD, har modtaget en skolerapport med egne tal, der kan sammenlignes med de nationale tal i denne rapport.

UNG19 EUD er gennemført af Sundhedsfremme, Steno Diabetes Center Copenhagen (SDCC). Undersøgelsen er udført som en del af projekt Røgfri Erhvervsskoler, som har modtaget støtte fra Sundheds- og Ældreministeriet, og som gennemføres i et samarbejde mellem SDCC, Hjerteforeningen og Kræftens Bekæmpelse.

UNG19 EUD er udført med opbakning fra Erhvervsskolernes ElevOrganisation, Danske Erhvervsskoler- og Gymnasier, Danske SOSU-skoler og Sundheds-

styrelsen samt i samarbejde med Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, der parallelt har gennemført en tilsvarende undersøgelse på de gymnasiale uddannelser - Sundhed og trivsel på gymnasiale uddannelser 2019 (UNG19 GYM).

Vi vil gerne benytte lejligheden til at takke alle, der har bidraget til UNG19 EUD. En stor og velment tak til de 58 erhvervsskoler og over 6.000 erhvervsskoleelever, der har prioriteret og afsat tid til at deltage i undersøgelsen til trods for en tidspresset hverdag, og hvem foruden UNG19 EUD ikke havde været mulig. Derudover skal lyde en tak til Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet og til de andre organisationer, der har bidraget med input til UNG19 EUD-spørgeskemaet: Sundhedsstyrelsen; Forbrugerrådet Tænk; Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, Frederiksberg Hospital; Kræftens Bekæmpelse; Hjerteforeningen og DTU, Fødevareinstituttet.

Endelig vil vi gerne takke lærere og elever fra TEC, Gladsaxe for at hjælpe med at pilotteste UNG19 EUD-spørgeskemaet, og de mange, som har hjulpet med dataindsamlingen.

Vi håber rapporten giver anledning til en masse forebyggelse og sundhedsfremme på erhvervsuddannelserne i Danmark.

God læselyst!

Med venlige hilsner

Morten Hulvej Rod

Sundhedsfremmechef, Ph.d.
Steno Diabetes Center Copenhagen



Charlotte Demant Klinker

Teamleder, Forsker, Ph.d.
Steno Diabetes Center Copenhagen



Indhold

Forord	3
Indhold	4
Forkortelser og definitioner	5
Sammenfatning	6
Om UNG19 – Sundhed og trivsel på erhvervsuddannelser 2019	12
Læsevejledning	12
Erhvervsuddannelsernes struktur	13
Metode	14
Mental sundhed og trivsel	19
Skoleliv	19
Fortrolighed - venner at snakke med	24
Livstilfredshed	26
Selvværd	28
Livsmestring	30
Ensomhed	31
Stress	33
Psyriske symptomer	34
Inspiration til at arbejde med forebyggelse indenfor mental sundhed og trivsel	36
Rygning	37
Rygevaner – almindelige cigaretter	37
Rygning på skolen	47
Holdning til rygning og røgfri skoletid	53
Brug af e-cigaretter, snus og vandpipe	57
Ryger enten cigaretter, e-cigaretter, vandpipe og/eller bruger snus	61
Inspiration til at arbejde med forebyggelse af rygning	63
Øvrige temaer	64
Alkohol	64
Euforiserende stoffer	67
Fysisk aktivitet	70
Kost- og måltidsvaner	74
Søvn og træthed	78
Brug af mobiltelefon	82
Krop og helbred	84
Inspiration til at arbejde med forebyggelse indenfor ovenstående temaer	90
Bilag	93
Litteraturliste	96

Forkortelser og definitioner

ADD:	Attention Deficit Disorder
ADHD:	Attention Deficit Hyperactivity Disorder
BMI:	Body Mass Index (vægt (kg)/højde (m) ²)
EUD:	Erhvervsuddannelse
EUD-alm:	Almindelig EUD (ikke EUV/EUX)
EUV:	EUD, der er rettet mod voksne over 25 år
EUX:	EUD kombineret med en gymnasial uddannelse
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser:	Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser
GF1:	Grundforløb 1
GF2:	Grundforløb 2
Kontor, Handel og Forretningsservice:	Kontor-Handel-Forretningsservice
OCD:	Obsessive Compulsive Disorder
Omsorg, Sundhed og Pædagogik:	Omsorg-Sundhed-Pædagogik
SDCC:	Steno Diabetes Center Copenhagen
Teknologi, Byggeri og Transport:	Teknologi-Byggeri-Transport
UNG19 EUD:	Sundhed og trivsel på erhvervsuddannelser 2019
WHO:	World Health Organisation

I teksten, men ikke i tabeller, skrives erhvervsuddannelsernes hovedområder med forkortelserne: Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser, Kontor-Handel-Forretningsservice, Omsorg-Sundhed-Pædagogik og Teknologi-Byggeri-Transport.

Sammenfatning

Nedenstående er en sammenfatning af rapportens resultater. Hvert afsnit indledes med landsgennemsnittet, og derefter opsummeres større forskelle mellem hovedområder, køn, alder, EUD/EUX og regioner.

Mental sundhed og trivsel

Skoleliv

Langt de fleste elever på erhvervsuddannelserne synes godt om at gå på deres skole (91%). Andelen er størst blandt elever, som går på hovedområderne Teknologi-Byggeri-Transport, Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og Omsorg-Sundhed-Pædagogik, og mindst blandt elever, der går på hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice.

Omkring en femtedel af erhvervsskoleelever har seriøst overvejet at stoppe på deres uddannelse (19%). Dette gælder i højere grad for elever på Kontor-Handel-Forretningsservice sammenlignet med elever fra de øvrige tre hovedområder. En større andel af EUX-elever har overvejet at stoppe, sammenlignet med elever, der tager en almindelig erhvervsuddannelse (EUD).

I alt tre ud af fire erhvervsskoleelever føler, at de ofte kan få hjælp og støtte fra lærere eller andre ansatte på skolen, når de har brug for det (75%). Opdelt på hovedområder, ses den mindste andel blandt elever på Kontor-Handel-Forretningsservice sammenlignet med de øvrige tre hovedområder. Andelen der føler, at de kan få hjælp og støtte fra lærere eller andre ansatte, er stigende med alderen, og er størst blandt elever, der går på EUD sammenlignet med EUX-elever. På regionsniveau ses de højeste forekomster af elever, der føler, at de ofte kan få hjælp og støtte fra lærere eller andre ansatte på skolen, når de har brug for det, blandt elever i Region Nordjylland og Region Syd-danmark, mens de laveste forekomster er i Region Hovedstaden og Region Midtjylland.

Fortrolighed – nogen at snakke med

I alt fire ud af fem erhvervsskoleelever har nemt ved at tale med deres venner om noget, der virkelig plager dem (80%).

Livstilfredshed

Cirka tre ud af fire erhvervsskoleelever har høj livstilfredshed (73%). De højeste forekomster er blandt elever på hovedområderne Teknologi-Byggeri-Transport, Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og Omsorg-Sundhed-Pædagogik, mens den laveste forekomst er blandt elever på Kontor-Handel-Forretningsservice. Der er en større andel blandt de mandlige elever sammenlignet med de kvindelige elever som har høj livstilfredshed.

Selv værd

Omkring tre ud af fire erhvervsskoleelever har et højt selvværd, idet de synes, de er gode nok, som de er (72%). Opdelt på hovedområde ses den største andel med højt selvværd på Teknologi-Byggeri-Transport, mens de mindste andele ses på Kontor-Handel-Forretningsservice og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser. Andelen med højt selvværd er størst blandt mandlige elever sammenlignet med kvindelige elever. Hver tiende kvinde på erhvervsuddannelserne synes ikke, hun er god nok, som hun er.

Livsmestring

Flere end fire ud af fem erhvervsskoleelever mestrer livet godt, målt ved spørgsmålet om de kan klare det, de sætter sig for (83%). Hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice adskiller sig ved at have den mindste andel, der mestrer livet godt sammenlignet med de tre øvrige hovedområder. En større andel af mandlige elever mener, at de kan klare det, de sætter sig for, set i forhold til kvindelige elever.

Ensomhed

I alt hver tiende erhvervsskoleelev føler sig ofte eller meget ofte ensomme (10%), mens over halvdelen ikke føler sig ensomme (59%).

Stress

Omkring hver tredje erhvervsskoleelev er dagligt eller ugentligt stressede (34%). Andelen er størst blandt elever på hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice og mindst på Teknologi-Byggeri-Transport og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser. Andelen, der dagligt eller ugentligt er stressede, er større blandt kvindelige end mandlige elever. Forekomsten af elever, der dagligt eller ugentligt er stressede er højest blandt elever i Region Hovedstaden og lavest i Region Nordjylland.

Psykiske symptomer

Omkring hver ottende erhvervsskoleelev er næsten hver dag enten kede af det, irritable eller nervøse (12%). Det hyppigst fremkommende symptom er irritabilitet. For alle symptomerne er der en højere andel blandt kvinder end mænd med et symptom. Opdelt på hovedområde og køn ses den største andel, som oplever minimum ét af symptomerne næsten hver dag blandt kvinder på Teknologi-Byggeri-Transport.

Rygning

Rygevaner – cigaretter

I alt ryger 29% af erhvervsskoleelever dagligt og 9% ryger lejlighedsvist. De største andele, som ryger dagligt, er på hovedområderne Teknologi-Byggeri-Transport og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og den mindste andel på Kontor-Handel-Forretnings-service. Region Hovedstaden adskiller sig fra de øvrige regioner ved at have den højeste forekomst af dagligrygere. Andelen af dagligrygere er størst blandt EUD-elever sammenlignet med EUX-elever. Opdelt på hovedområder og køn, ses den største andel af dagligrygere blandt kvinder på Teknologi-Byggeri-Transport.

Omkring hver fjerde af de elever, der ryger dagligt, er storrygere (>15 cigaretter/dag) (26%). De største andele af storrygere ses på hovedområderne Teknologi-Byggeri-Transport og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser, mens de mindste andele er på Kontor-Handel-Forretnings-service og Omsorg-Sundhed-Pædagogik. Der er en større andel af mandlige end kvindelige elever, der er storrygere. På regionsniveau er forekomsterne af storrygere højest i Region Sjælland og i Region Hovedstaden, hvorimod de laveste forekomster er i Region Midtjylland og i Region Syddanmark.

Lidt over halvdelen af dem, der ryger dagligt, er afhængige af deres cigaretter målt ved, at de ryger dagens første cigaret inden for 30 minutter efter at være vågnet (57%). Opdelt på hovedområder ses de største andele på Teknologi-Byggeri-Transport og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser, mens den mindste andel er på Kontor-Handel-Forretnings-service. Andelene, der er afhængige af deres cigaretter, er større blandt de mandlige end kvindelige dagligrygere.

Blandt erhvervsskoleelever, der har prøvet at ryge, røg seks ud af ti deres første cigaret, da de var 15 år eller yngre (64%) og ni ud af ti var under 18 år (91%). Opdelt på hovedområde og køn, ses den største andel, der røg deres første cigaret, inden de var 12 år, blandt kvinder på Teknologi-Byggeri-Transport. Den højeste forekomst af elever, som røg deres første cigaret, da de var 15 år eller yngre, er i Region Hovedstaden, hvorimod de laveste forekomster er i Region Nordjylland og Region Syddanmark.

Blandt erhvervsskoleelever, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, ønsker omkring tre ud af fire at holde op med at ryge (69%) – men langt størstedelen har ingen konkrete planer for, at det skal ske, inden for de næste seks måneder. På regionsniveau er den største andel af elever, som gerne vil holde op med at ryge på et tidspunkt, i Region Hovedstaden, mens den mindste andel er i Region Nordjylland.

Rygning på skolen

Stort set alle erhvervsskoleelever, som ryger dagligt, ryger minimum én cigaret i løbet af skoledagen (97%), og ni ud af ti ryger 3 cigaretter eller flere (92%). I gennemsnit ryger dagligrygerne 6,3 cigaretter i løbet af skoledagen. Opdelt på hovedområder adskiller Omsorg-Sundhed-Pædagogik sig ved, at være det hovedområde, hvor dagligrygerne i gennemsnit ryger færrest cigaretter i løbet af skoledagen. Der ses en tendens til, at det gennemsnitlige cigaretforbrug, i løbet af skoledagen, falder, jo ældre eleverne er.

Hver tredje erhvervsskoleelev, som ryger, ryger sammen med ansatte fra erhvervsskolen (33%). Dette er i langt højere grad gældende blandt elever på hovedområderne Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og Teknologi-Byggeri-Transport sammenlignet med Omsorg-Sundhed-Pædagogik og Kontor-Handel-Forretnings-service. Andelene, der ryger sammen med de ansatte, er større blandt EUD-elever end EUX-elever og større blandt mandlige end kvindelige elever. Der ses markante forskelle på regionsniveau, hvor de største andele af erhvervsskoleelever, der ryger med ansatte, ses i Region Sjælland og i Region Midtjylland, mens den mindste andel ses i Region Nordjylland.

Mere end halvdelen af alle erhvervsskoleelever, ser *ansatte* på skolen ryge cigaretter (55%). Dette gælder for en markant mindre andel blandt elever på Omsorg-Sundhed-Pædagogik sammenlignet med de tre andre hovedområder. Region Nordjylland adskiller sig fra Region Midtjylland, Region Sjælland og Region Hovedstaden ved at have en markant lavere forekomst af elever, der ser ansatte på skolen ryge cigaretter.

Stort set alle erhvervsskoleelever ser andre *elever* ryge cigaretter i løbet af skoledagen (96%).

Holdning til rygning og røgfri skoletid

Hver tredje erhvervsskoleelev synes, at skolen enten bør have indført røgfri skoletid eller være i gang med at indføre røgfri skoletid om to år (34%) og en tredjedel ved ikke, hvad de synes (31%). Under en tredjedel synes ikke, at skolen skal være i gang med at indføre røgfri skoletid inden for to år (31%). Røgfri skoletid er defineret som: *"Hverken elever eller lærere må ryge på eller uden for skolens område i løbet af skoledagen – heller ikke i pauser eller frikvarterer"*.

Omkring hver tredje erhvervsskoleelev synes ikke, at det er rart at være i nærheden af nogen, der ryger (30%). Hver femte mener, at elever, der ryger, har nemmere ved at passe ind i fællesskabet på skolen (22%) og, at elever, der ryger, har lettere ved at få venner (19%).

E-cigaretter

I alt 14% erhvervsskoleelever bruger e-cigaretter hver dag eller engang imellem. Der ses forskelle mellem hovedområderne, hvor den største andel er blandt elever på hovedområdet Teknologi-Byggeri-Transport sammenlignet med de øvrige tre hovedområder. Der er en større andel mandlige elever end kvindelige elever, der bruger e-cigaretter. Andelen, der dagligt eller engang imellem bruger e-cigaretter, falder med stigende alder.

Blandt dem der dagligt bruger e-cigaretter, er der over en tredjedel, som også dagligt ryger cigaretter (39%).

Snus, skrå eller tyggetobak

Samlet set bruger 12% af erhvervsskoleelever snus, skrå eller tyggetobak hver dag eller engang imellem. Der er markante forskelle mellem hovedområderne, hvor brugen er langt mere udbredt på Kontor-Handel-Forretningsservice og Teknologi-Byggeri-Transport, i forhold til blandt elever på Omsorg-Sundhed-

Pædagogik, hvor stort set ingen bruger snus, skrå eller tyggetobak. Der er en langt større andel af mandlige end kvindelige elever, der bruger snus, skrå eller tyggetobak. Brugen af snus, skrå eller tyggetobak falder markant, jo ældre eleverne er.

Blandt dem, der dagligt tager snus, skrå eller tyggetobak, er der en fjerdedel, som også dagligt ryger cigaretter (27%).

Vandpibe

I alt 16% af erhvervsskoleelever ryger vandpibe hver dag (1%) eller engang imellem (15%). De største andele, der ryger vandpibe, er blandt elever på Teknologi-Byggeri-Transport og Kontor-Handel-Forretningsservice, mens de mindste andele er på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og Omsorg-Sundhed-Pædagogik. Der er en langt større andel af mandlige end kvindelige elever, som ryger vandpibe, og der er en markant større andel af de yngre elever (18-25-årige) sammenlignet med de ældre elever (26+ -årige), der ryger vandpibe. Region Hovedstaden og Region Midtjylland adskiller sig fra de øvrige regioner ved at have de største andele af elever, der ryger vandpibe.

Ryger enten cigaretter, e-cigaretter, vandpibe og/eller tager snus dagligt

I alt 38% af erhvervsskoleelever ryger enten cigaretter, e-cigaretter, vandpibe og/eller tager snus hver dag. Den største andel elever, som bruger et eller flere af produkterne hver dag, er fra hovedområdet Teknologi-Byggeri-Transport, mens de mindste andele er fra Omsorg-Sundhed-Pædagogik og Kontor-Handel-Forretningsservice. Der er en betydelig større andel EUD-elever sammenlignet med EUX-elever, der enten ryger cigaretter, e-cigaretter, vandpibe og/eller tager snus dagligt. Der er en større andel mandlige end kvindelige elever, som ryger cigaretter, e-cigaretter, vandpibe og/eller snus hver dag, og andelen er markant større blandt de 19-25-årige end blandt de 15-18-årige. Der ses også regionsforskelle, hvor Region Hovedstaden adskiller sig fra de øvrige regioner ved at have den højeste forekomst af erhvervsskoleelever, der bruger eller tager minimum et af produkterne hver dag.

Øvrige temaer

Alkohol

I alt 30% af erhvervsskoleelever overskrider Sundhedsstyrelsens lavrisikogrænse for alkoholindtag og 19% overskrider højrisikogrænsen. Der er markant større andele af elever, der overskrider risikogrænserne på hovedområderne Teknologi-Byggeri-Transport, Kontor-Handel-Forretningservice og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser, sammenlignet med andelen på Omsorg-Sundhed-Pædagogik. En større andel mandlige end kvindelige elever overskrider risikogrænserne for alkohol. Andelen, der overskrider grænserne, er markant faldende med stigende alder. På landsplan er forekomsten af elever, som overskrider højrisikogrænsen for alkoholindtag, højest i Region Nordjylland og lavest i Region Sjælland samt i Region Hovedstaden.

Omkring hver ottende erhvervsskoleelev drikker aldrig alkohol (13%). Dette gælder for en betydelig større andel blandt elever på hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik set i forhold til de tre øvrige hovedområder. En større andel kvindelige end mandlige elever drikker aldrig alkohol, og andelen er stigende med stigende alder. Region Hovedstaden adskiller sig fra de øvrige regioner ved at have den højeste forekomst af erhvervsskoleelever, der aldrig drikker alkohol.

Erhvervsskoleelever, som drikker alkohol, drikker i gennemsnit 13 genstande om ugen. Omkring seks ud af ti erhvervsskoleelever, var under 16 år første gang, de var fulde (61%).

Blandt de erhvervsskoleelever, der drikker alkohol, er der 9%, som gerne vil drikke mindre alkohol. Kun få erhvervsskoleelever oplever, at alkohol fylder for meget på deres skole (8%), dette gælder dog for en større andel EUX-elever sammenlignet med EUD-elever.

Euforiserende stoffer

I alt 44% af erhvervsskoleelever har på et tidspunkt i deres liv prøvet at ryge eller tage hash, marihuana, pot eller skunk. I alt 13-19% har på et tidspunkt prøvet et af følgende stoffer; lattergas, amfetamin, kokain, MDMA eller Ecstasy. Den største andel af elever, som har prøvet euforiserende stoffer, er fra hovedområdet Teknologi-Byggeri-Transport, herefter kommer Kontor-Handel-Forretningservice og Fødevarer-

Jordbrug-Oplevelser. De mindste andele er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik. For samtlige euforiserende stoffer gælder, at der er en større andel af mandlige end kvindelige elever, som har prøvet dem.

I alt 11% erhvervsskoleelever har inden for de seneste 30 dage røget eller taget hash. Hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik adskiller sig fra de øvrige hovedområder ved at have den mindste andel af elever, der har røget eller taget hash inden for de seneste 30 dage. Der er markante forskelle mellem regionerne, hvor Region Hovedstaden adskiller sig ved at have den højeste forekomst af elever, der har røget hash inden for de seneste 30 dage og Region Nordjylland ved at have den laveste forekomst.

Blandt de elever, der har røget hash inden for de seneste 30 dage, har i alt 42%, røget det ti eller flere gange inden for den seneste måned. Dette gælder i særlig grad for EUD-elever sammenlignet med EUX-elever. De største andele er på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og Byggeri-Teknologi-Transport, mens de mindste andele ses på Kontor-Handel-Forretningservice og Omsorg-Sundhed-Pædagogik.

Fire ud af ti erhvervsskoleelever, der har prøvet at ryge hash, røg det første gang, da de var under 16 år (41%). Den største andel er i Region Hovedstaden, mens den mindste andel er i Region Nordjylland.

I alt 5% erhvervsskoleelever har inden for de seneste 30 dage taget minimum ét euforiserende stof udover hash.

Fysisk aktivitet

Samlet set lever 30% erhvervsskoleelever ikke op til WHO's minimumsanbefalinger for fysisk aktivitet, og 48% lever ikke op til de udvidede anbefalinger. På landsplan ses den største andel af elever, som ikke lever op til WHO's minimumsanbefalinger for fysisk aktivitet i Region Nordjylland sammenlignet med de øvrige regioner.

Omkring hver fjerde erhvervsskoleelev, som går på grundforløbet, dyrker motion én eller flere gange om ugen, som en del af undervisningen (24%), mens knap hver ottende gør det som en del af pauserne (12%). Dette gælder i langt højere grad blandt elever på Omsorg-Sundhed-Pædagogik sammenlignet med de tre øvrige hovedområder – og i højere grad blandt EUD-elever sammenlignet med EUX-elever.

Halvdelen af alle erhvervsskoleelever er motiverede for at være fysisk aktive som en del af skoletiden, hvis ikke det øger den tid, de skal gå i skole (52%). Hvis det derimod øger tiden, de skal være i skole, er det kun hver sjette (18%).

Blandt erhvervsskoleelever dyrker omkring hver fjerde motion i en forening eller klub (27%), mens lidt over en tredjedel gør det i et fitnesscenter (38%). I alt 38% dyrker motion uden for en forening eller fitnesscenter. Der er en større andel af mandlige elever, der dyrker motion i en forening, klub eller fitnesscenter, sammenlignet med kvindelige elever, og andelen er faldende med stigende alder. Den mindste andel af elever, som dyrker motion i et fitnesscenter, ses i Region Nordjylland sammenlignet med de fire øvrige regioner. To ud af tre erhvervsskoleelever vil gerne være mere fysisk aktive (66%). Dette gælder i langt højere grad for elever på Omsorg-Sundhed-Pædagogik sammenlignet med eleverne på Teknologi-Byggeri-Transport. En større andel EUX-elever end EUD-elever vil gerne være mere fysisk aktive.

Kost og måltider

I alt 24% erhvervsskoleelever spiser dagligt frugt og 29% spiser dagligt grøntsager. De største andele ses på hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik sammenlignet med de tre øvrige hovedområder. Der er en højere forekomst af kvindelige elever, der dagligt spiser frugt og grønt sammenlignet med mandlige elever. Der er betydeligt større andele, som dagligt spiser frugt eller grønt, blandt de ældre elever (26+-årige) sammenlignet med de yngre elever (18-25-årige).

Omkring hver tiende erhvervsskoleelev spiser dagligt slik, chokolade eller kage (9%), og hver femte drikker sodavand dagligt (20%).

Cirka én ud af fire erhvervsskoleelever drikker energidrikke mindst 2-4 gange om ugen (28%) og én ud af seks drikker proteindrikke mindst 2-4 gange om ugen (17%). Det gør sig særligt gældende blandt elever på Teknologi-Byggeri-Transport og Kontor-Handel-Forretningsservice sammenlignet med de to øvrige hovedområder – og i langt højere grad blandt mandlige end kvindelige elever. Andelen, der drikker proteindrikke mindst 2-4 gange om ugen, er faldende med stigende alder.

Hver fjerde erhvervsskoleelev spiser sjældent eller aldrig morgenmad på hverdage (26%).

I alt seks ud af ti erhvervsskoleelever vil gerne spise sundere (61%). Dette gælder særligt blandt elever på Omsorg-Sundhed-Pædagogik og Kontor-Handel-Forretningsservice sammenlignet med de øvrige to hovedområder.

Søvn og træthed

Hver fjerde erhvervsskoleelev sover mindre end syv timer, når de skal op i skole næste dag (27%). Dette gælder for en større andel af mandlige elever sammenlignet med kvindelige elever, hvilket er særligt udtalt på hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice, hvor fire ud af ti mandlige elever sover mindre end syv timer, når de skal op i skole (39%). På regionniveau ses de største andele af elever, der sover mindre end syv timer, i Region Hovedstaden og i Region Sjælland, hvorimod de mindste andele er i Region Nordjylland og Region Midtjylland.

Hver fjerde erhvervsskoleelev har, inden for de seneste 14 dage, været meget generet af træthed (24%). Dette gælder særligt for elever på hovedområderne Kontor-Handel-Forretningsservice og Omsorg-Sundhed-Pædagogik sammenlignet med elever på Teknologi-Byggeri-Transport og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser. Der er en betydeligt større andel kvindelige end mandlige elever, som er generet af træthed.

Brug af mobiltelefon

Hver tredje erhvervsskoleelev tjekker deres mobiltelefon hver nat eller næsten hver nat, efter de har lagt sig til at sove (32%). Opdelt på hovedområder og køn gælder dette i særlig grad blandt mænd på Kontor-Handel-Forretningsservice sammenlignet med de øvrige tre hovedområder. Andelen, der tjekker deres mobiltelefon hver nat eller næsten hver nat, falder, jo ældre eleverne er. På landsplan, er den største andel af elever, der tjekker deres mobiltelefon hver nat eller næsten hver nat i Region Hovedstaden sammenlignet med de øvrige regioner. Det er særligt sociale medier og alarm, der bliver tjekket om natten.

Krop og helbred

I alt 13% erhvervsskoleelever synes, at deres helbred er mindre godt eller dårligt.

Næsten hver dag igennem de seneste seks måneder har i alt 8% erhvervsskoleelever haft hovedpine, 4% har haft mavepine og 16% haft andre smerter, som fx ondt i nakke eller ryg. Dette gælder i betydelig højere grad blandt kvindelige elever sammenlignet med mandlige.

Hver fjerde erhvervsskoleelev er testet positiv for ordblindhed (24%).

I alt 39% erhvervsskoleelever er overvægtige (BMI $\geq$ 25), heraf er 14% svært overvægtige (BMI $\geq$ 30). Den største andel af elever, der er overvægtige, er på hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik, mens den mindste andel er på Kontor-Handel-Forretningsservice. Andelene, som er overvægtige, er betydeligt stigende med alderen, og

der er en højere forekomst blandt EUD-elever sammenlignet med EUX-elever. På landsplan er de største andele af elever, der er overvægtige i Region Sjælland og i Region Nordjylland set i forhold til de øvrige tre regioner.

Halvdelen af alle erhvervsskoleelever synes, at de er for tykke (50%). Dette gælder i særlig grad for elever på hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik sammenlignet med de øvrige tre hovedområder.

I alt 6% erhvervsskoleelever er diagnosticeret med ADHD eller ADD, 6% med angst og 6% med depression, mens 2% eller færre er blevet diagnosticeret med OCD, autisme, aspergers eller stress. En markant større andel af kvindelige elever er diagnosticeret med angst og depression sammenlignet med mandlige elever. Forekomsten af angst og depression er stigende med alderen, hvilket er særligt udtalt på hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice.

Om UNG19 – Sundhed og trivsel på erhvervsuddannelser 2019

UNG19 - Sundhed og trivsel på erhvervsuddannelser 2019 (UNG19 EUD) er en landsdækkende spørge-skemaundersøgelse, som tegner et nuanceret billede af erhvervsskoleelevers sundhedsadfærd, trivsel og helbred.

I alt har 58 erhvervsskolematrikler og 6.119 erhvervsskoleelever deltaget i undersøgelsen, som er gennemført i foråret 2019. Skolerne, som har deltaget, er fordelt på de fem regioner og på erhvervsuddannelsernes fire hovedområder, og resultaterne i rapporten er repræsentative for danske erhvervsskoleelever, som er tilstede på erhvervsskolerne henover foråret.

UNG19 EUD er den første landsdækkende undersøgelse, som afdækker erhvervsskoleelevers sundhed og trivsel ved en stikprøve, hvor både almindelig erhvervsuddannelse, erhvervsuddannelse med EUX, grundforløbs- og hovedforløbselever deltager.

Hovedfokus i UNG19 EUD er på mental sundhed, trivsel og rygning, men temaerne alkohol, euforiserende stoffer, fysisk aktivitet, kost- og måltidsvaner, søvn og digitaladfærd, krop og helbred behandles også.

Sundhed og trivsel blandt erhvervsskoleelever er tidligere belyst i lignende undersøgelser, nemlig Ungdomsprofilen [1] og Ungeprofilsundersøgelserne [2]. Resultaterne herfra er ikke direkte sammenlignelige med resultaterne i denne rapport, da populationerne er lidt forskellige.

Formålet med denne rapport er at give et solidt nationalt datagrundlag, der kan bruges til at planlægge og målrette sundhedsfremmende tiltag på erhvervsskoler. Vi afreporterer her de rå randfordelinger. Data skal derudover også anvendes til forskning. Håbet er tillige at få mulighed for at udgive temarapporter, hvor mønstre, forskelle og sammenhænge kan belyses nærmere.

Resultaterne fra denne undersøgelse viser, at det på en række områder går godt med elevernes sundhed og trivsel men også, at der er en række områder med uheldsmæssig sundhed og trivsel. Der er derfor et stort forebyggelsespotentiale ved at arbejde med sundhedsfremme på erhvervsskoler, idet der er potentiale for at nå ud til over 100.000 elever, hvoraf omkring to tredjedele er unge under 25 år [3].

Rapporten er henvendt til alle aktører på og omkring erhvervsskoler i Danmark, som kan og vil gøre en forskel for elevernes sundhed og trivsel, herunder erhvervsskolerne selv, erhvervsskoleorganisationer, kommuner, interesseorganisationer, forskningsinstitutioner, Styrelser og Ministerier.

Læsevejledning

Rapporten er opbygget med et afsnit om erhvervsuddannelsernes struktur efterfulgt af et metodekapitel, som beskriver stikprøven og undersøgelsesmetode. Resultaterne fra alle undersøgelsens temaer er afreporteret i kapitlerne: Mental sundhed og trivsel, Rygning og Øvrige temaer. Hvert kapitel indledes med et afsnit, der opsummerer viden på området, herefter kommer resultaterne. Tilslut i hvert kapitel er listet en række links til, hvor der kan hentes viden og inspiration til at arbejde med forebyggelse inden for de forskellige områder.

De fleste resultater afreporteres i tabeller, hvor de procentvise fordelinger præsenteres for alle og opdelt på køn, alder og inden for hvert af de fire hovedområder. Ved enkelte spørgsmål er resultaterne udover andele desuden præsenteret som gennemsnit. Ved de fleste spørgsmål fremgår den præcise spørgsmålsformulering, ligesom alle svarkategorier som udgangspunkt er afreporteret. Andele med fem eller færre respondenter er slettet af hensyn til anonymitet, og er angivet ved '-' i tabellerne.

GF1'erne er i analyserne inkluderet under det hovedområde, som de planlægger at starte på (n=136). I tabellerne er de andele, som bliver belyst i teksten, fremhævet med fed. Der er ved de fleste temaer redegjort for regionale resultater og disse er grafisk illustreret på et Danmarkskort, ligesom de fleste resultater er opgjort fordelt på EUX-elever og EUD-elever (EUD-alm og EUV beskrives samlet som EUD).

Nogle resultater er ikke afreporteret i tabeller, men er alene beskrevet i teksten. Her bliver præsenteret fordelinger for udvalgte variable; hovedområde, region, uddannelsesspor, alder og/eller køn.

Der er ikke lavet statistiske tests for forskelle. Når der i teksten nævnes forskelle, beror det alene på observerede forskelle mellem andelenes.

Alle resultater, der ikke er opdelt på de fire hovedområder, er vægtede for at tage højde for en skæv fordeling af elever mellem hovedområderne (se bilag 1).

Erhvervsuddannelsernes struktur

I det følgende gennemgås erhvervsuddannelsernes struktur og opbygning ud fra informationer, som er hentet fra Børne- og Undervisningsministeriets website [4].

En erhvervsuddannelse (EUD) er en praktisk uddannelse, der retter sig mod et erhverv. Uddannelserne veksler mellem undervisning på en erhvervsskole og perioder i praktik hos en virksomhed. Erhvervsuddannelserne er inddelt i tre spor i forhold til elevernes baggrunde og ambitioner med uddannelsen:

- EUD-alm: En almindelig EUD henvendt til alle, der har afsluttet grundskolen.
- EUV: En EUD, der er rettet mod voksne over 25 år. Uddannelsens indhold og omfang er tilrettelagt ud fra elevernes tidligere arbejds- og uddannelseserfaring.
- EUX: En EUD kombineret med en gymnasial uddannelse. Uddannelsen giver mulighed for at få job inden for sit fag, samtidig med, at den er adgangsgivende til videregående uddannelser. Uddannelsen er mere boglig og tager som regel lidt længere tid at gennemføre end den almindelige erhvervsuddannelse.

Samlet set er der mere end 100 forskellige uddannelser på EUD, og knap halvdelen udbydes også som EUX. Alle uddannelserne er samlet under fire hovedområder. De fire hovedområder er:

- Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser
- Kontor, Handel og Forretningsservice
- Omsorg, Sundhed og Pædagogik
- Teknologi, Byggeri og Transport

For eksempel kan man blive kok, landmand eller frisør under hovedområdet Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser. Under Kontor-Handel-Forretningsservice, kan man fx blive kontorassistent, eventkoordinator eller uddannet til detailhandel. Tager man en uddannelse under Omsorg-Sundhed-Pædagogik kan man fx blive social- og sundhedsassistent eller pædagogisk assistent, mens man under Teknologi-Byggeri-Transport fx kan blive uddannet som mediegrafiker, elektriker, personvognsmekaniker eller tømrer.

Unge, der starter på en EUD direkte efter 9. eller 10. klasse, starter på et 20 uger langt alment Grundforløb 1 (GF1). Som en del af GF1, vælger eleverne deres erhvervsfaglige uddannelse, og fortsætter på et 20 uger langt Grundforløb 2 (GF2), hvor undervisningen er målrettet de erhvervsfag, som er under det hovedområde, eleverne har valgt. Elever, der ikke kommer direkte fra grundskolen, starter direkte på GF2. Typisk starter skolerne GF1 hold op i efteråret (efter sommerferien), mens GF2 hold starter op i foråret (efter juleferien).

Efter GF2 fortsætter eleverne på hovedforløbet, som typisk varer 3 år, men som kan have store variationer (1-4½ år). Hovedforløbet veksler mellem praktikforløb og skoleophold. Praktikken udgør størstedelen af hovedforløbet (gælder ikke EUX).

Erhvervsskoler i Danmark

Der er cirka 75 erhvervsskoler/erhvervsuddannelsesinstitutioner i Danmark. Disse institutioner fordeler sig på cirka 200 matrikler (dvs. forskellige fysiske adresser) [5]. Mange erhvervsskoler udbyder uddannelser indenfor flere hovedområder. Skolerne er ofte organiseret sådan, at uddannelser indenfor ét hovedområde, er samlet på den samme matrikel. Skolerne varierer meget i størrelse og fysisk spredning. I alt er der 107.000 erhvervsskoleelever i Danmark [3]¹.

Metode

Udtræk af stikprøven og deltagelsesprocenter

Stikprøven til UNG19 EUD er udtrukket på matrikelniveau. I hver region blev matriklerne tilfældigt udtrukket til at deltage i UNG19 EUD ved lodtrækning. Målet for stikprøven var at inkludere minimum to matrikler fra hvert hovedområde i hver region og 5% af eleverne fra hver region og fra hvert hovedområde.

Hver matrikel blev udtrukket til at deltage med elever fra ét hovedområde. I tilfælde, hvor en matrikel udbød flere hovedområder, indgik matriklen alene med det hovedområde, som matriklen blev udtrukket til at deltage med. Herefter kunne matriklen ikke udtrækkes igen.

Alle elever, fra det udtrukne hovedområde, blev inviteret til at deltage. Det vil sige, at der i den endelige stikprøve både indgår elever fra grundforløb, hovedforløb, EUD-alm, EUV og EUX samt elever i alle aldersgrupper.

Rekrutteringen til UNG19 EUD skete i flere trin. Først modtog alle udtrukne matrikler en invitation med information om spørgeskemaundersøgelsen. Dernæst blev alle matrikelledere ringet personligt op, hvor de modtog mere information om undersøgelsen, og tog stilling til, om deres matrikel skulle deltage i undersøgelsen. Hvis en inviteret matrikel ikke ønskede at deltage, blev der tilfældigt udtrukket en ny matrikel indenfor samme hovedområde. Dette blev gentaget, indtil den ønskede stikprøvestørrelse var opnået.

I tabel 1 ses antallet af inviterede og deltagende matrikler i UNG19 EUD. I alt 58 ud af 85 inviterede matrikler deltog i UNG19 EUD, hvilket giver en deltagelsesprocent på matrikelniveau på 68%.

Den største deltagelsesprocent ses blandt matrikler fra hovedområdet Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (81%), mens den mindste ses blandt matrikler fra hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice (56%). Blandt regionerne ses den største deltagelsesprocent i Region Midtjylland (80%) og den mindste i Region Sjælland (58%).

¹ Alle tal i denne rapport vedrørende antal erhvervsskoleelever og -matrikler er opgjort 30. september 2017 (Databanken, uddannelsesstatistik).

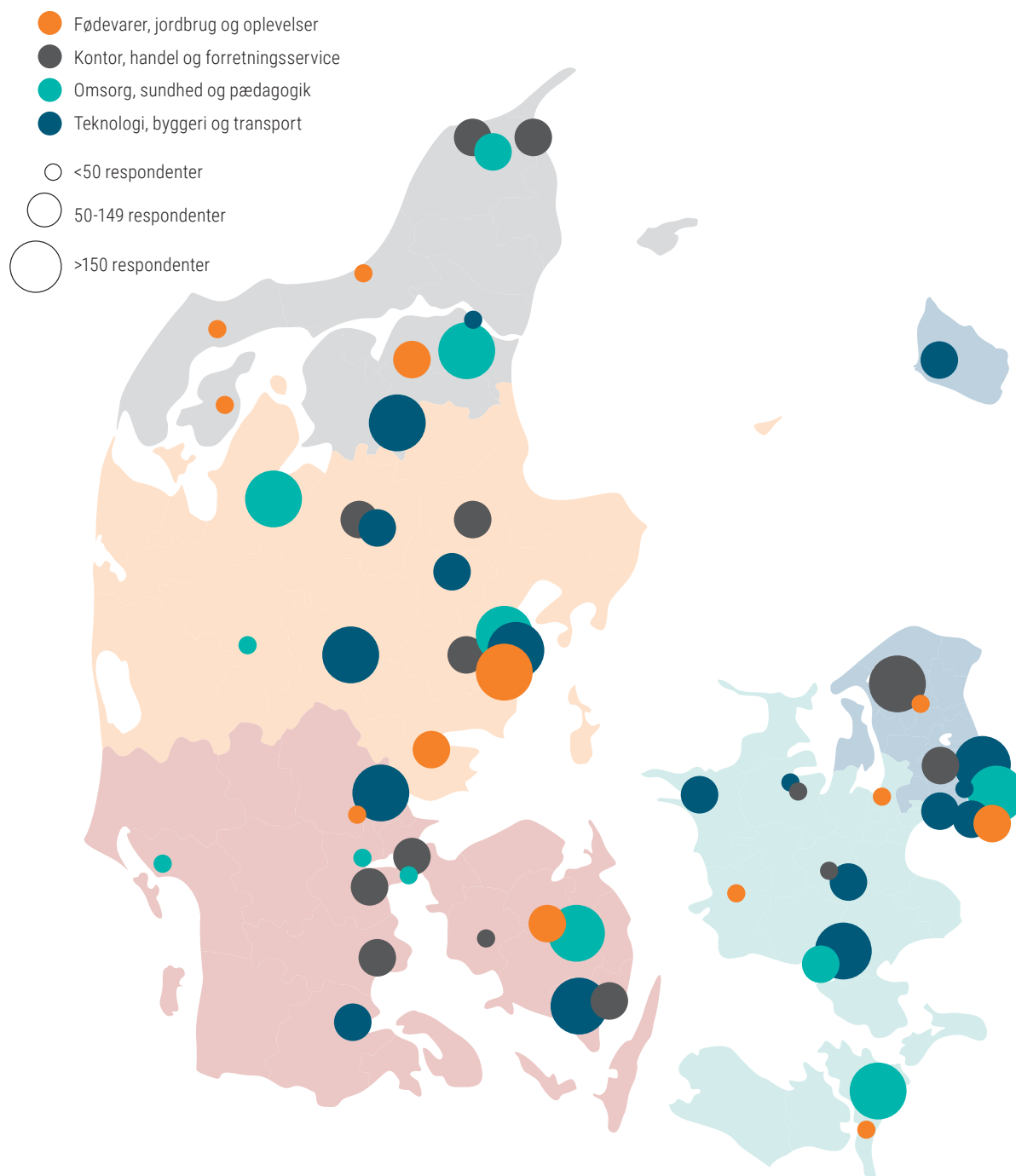
Tabel 1. Inviterede og deltagende UNG19 EUD-matrikler, opdelt på hovedområde og region.

	Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	Kontor, Handel og Forretnings- service	Omsorg, Sundhed og Pædagogik	Teknologi, Byggeri og Transport	Total
ALLE					
Inviterede	16	25	17	27	85
Deltaget	13	14	13	18	58
Ikke deltaget	3	11	4	9	27
Deltagelsesprocent	81%	56%	76%	67%	68%
REGION					
Midtjylland					
Inviterede	3	4	3	5	15
Deltaget	2	3	3	4	12
Ikke deltaget	1	1	0	1	3
Deltagelsesprocent	67%	75%	100%	80%	80%
Syddanmark					
Inviterede	2	6	4	7	19
Deltaget	2	5	4	3	14
Ikke deltaget	0	1	0	4	5
Deltagelsesprocent	100%	83%	100%	43%	74%
Hovedstaden					
Inviterede	3	4	3	7	17
Deltaget	2	2	2	5	11
Ikke deltaget	1	2	1	2	6
Deltagelsesprocent	67%	50%	67%	71%	65%
Sjælland					
Inviterede	4	7	2	6	19
Deltaget	3	2	2	4	11
Ikke deltaget	1	5	0	2	8
Deltagelsesprocent	75%	29%	100%	67%	58%
Nordjylland					
Inviterede	4	4	5	2	15
Deltaget	4	2	2	2	10
Ikke deltaget	0	2	3	0	5
Deltagelsesprocent	100%	50%	40%	100%	67%

Det skønnes, at deltagelsesprocenten var på minimum 95% blandt de elever, som var tilstede i de klasser/hold, der deltog i UNG19 EUD (se mere om dataindsamlingen i afsnittet Dataindsamling). Den præcise deltagerprocent på elevniveau kan ikke beregnes, da det ikke har været muligt at få opdaterede holdlister med angivelse af midlertidigt og permanent fravær blandt holdets elever, ligesom det ikke har været

muligt at få oplyst, hvor stor en andel af matriklens elever, der var i praktik, og som derfor ikke havde mulighed for at deltage i undersøgelsen. Danmarkskortet (figur 1) viser de matrikler, der har deltaget i UNG19 EUD - inddelt efter hovedområde og stikprøvestørrelse. Det fremgår, at der er en stor geografisk spredning, både med hensyn til de fire hovedområder og matrikelstørrelse.

Figur 1. Deltagende erhvervsskolematrikler i UNG19 EUD.



Beskrivelse af stikprøven

UNG19 EUD-stikprøven er på 6.119 elevbesvarelser, svarende til en stikprøvestørrelse på 5,9% af alle erhvervsskoleelever i Danmark (tabel 2). Af tabel 2 ses fordelingen af de 6.119 deltagende elever på de fire hovedområder og fem regioner sammenlignet med fordelingen i hele landet baseret på Undervisningsministeriets nationale opgørelse over fordeling af elever [3]. Af tabellen fremgår det, at andelen i UNG19 EUD svarer præcist til andelen, der

gik på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser ifølge de nationale opgørelser, mens andelen på Kontor-Handel-Forretningsservice og Teknologi-Byggeri-Transport er lidt lavere, og andelen, der indgår fra Omsorg-Sundhed-Pædagogik er en del større. Fordelingen af de 6.119 elever på regioner svarer stort set til den nationale fordeling af alle erhvervsskoleelever på regioner, ifølge opgørelser fra Undervisningsministeriet [3].

Tabel 2. Fordeling af elever i UNG19 EUD-stikprøven (n) på hovedområde og region sammenholdt med fordelingen af elever på landsplan (N).

	UNG19 EUD % (n)	Hele landet % (N)	Stikprøve (n/N) %
ALLE	6.119	103.275¹	5,9%
HOVEDOMRÅDE			
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	14% (842)	14% (14.206)	5,9%
Kontor, Handel og Forretningsservice	17% (1.045)	22% (22.856)	4,6%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	29% (1.763)	18% (18.146)	9,7%
Teknologi, Byggeri og Transport	40% (2.469)	47% (48.067)	5,1%
REGION			
Midtjylland	26% (1.572)	27% (27.407)	5,7%
Syddanmark	25% (1.508)	24% (24.305)	6,2%
Hovedstaden	19% (1.193)	22% (22.887)	5,2%
Sjælland	16% (1.007)	16% (16.641)	6,1%
Nordjylland	14% (839)	12% (12.035)	7,0 %

¹ Antal erhvervsskoleelever i hele landet er hentet fra Undervisningsministeriets databank og er elevbestanden per 30. september 2017 (se bilag 1) [3].

Alle elever, som var tilknyttet det udtrukne hovedområde, og som var tilstede på matriklen på dataindsamlingsdagen, blev inviteret til at deltage i UNG19 EUD. I alt var cirka 31.000 elever tilknyttet de udtrukne UNG19 EUD-hovedområder og matrikler [3], hvoraf i alt 6.119 (20%) har deltaget i UNG19 EUD. Manglende deltagelse af hold/klasser på de udtrukne matrikler skyldes primært, at holdene var i praktik, optaget af svendeprøver og/eller eksaminer, deltog i SkillsDenmark eller var på ekskursioner.

I bilag 1 kan ses en detaljeret deltagerkarakteristik af UNG19 EUD-respondenterne henholdsvis fordelt på de fire hovedområder og sammenholdt med den totale erhvervsskolepopulation.

Repræsentativitet

Formålet med denne undersøgelse har været at få et nuanceret og detaljeret billede af sundhed og trivsel på EUD. For at opnå dette, er der anvendt et design med tilfældig lodtrækning i udvælgelsen af matrikler inden for regioner, hvilket har sikret en geografisk spredning og en repræsentation af både store og små matrikler. Derudover var den tilfældige udvælgelse stratificeret på hovedområde, hvilket sikrer, at alle hovedområder er repræsenteret.

Generelt ser vi, at stikprøven er på 5,9% af alle erhvervsskoleelever (6.119 respondenter) og repræsenterer alle fire hovedområder og fem regioner med minimum 5% af alle erhvervsskoleelever inden for

hvert hovedområde og region (Kontor-Handel-Forretningsservice deltager dog kun med 4,6%, se tabel 2). Deltagerprocenten for de inviterede matrikler og elever, vurderes at være høj; 68% for matrikler og cirka 95% blandt de elever der fik tilbud om at deltage. Cirka 20% af eleverne inden for de deltagende matrikler har deltaget. Hvor dette kan synes lavt, dækker det over en virkelighed, hvor langt størstedelen af de elever, der står registreret på en matrikel, var i praktik. En stor del af eleverne har ikke været tilstede eller tilgængelige for undersøgelsen, og der vurderes ikke at være et systematisk frafald bag dette tal.

Hvor undersøgelsen er kommet godt i mål med at indsamle repræsentativt på regionsniveau, er hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik overrepræsenteret, hvorimod Teknologi-Byggeri-Transport og Kontor-Handel-Forretningsservice er underrepræsenterede. Vi har derfor valgt at vægte resultater, der ikke er stratificeret på hovedområde, med en vægtning svarende til landsfordelingen på hovedområde blandt alle erhvervsskoleelever.

Dataindsamlingen fandt sted om foråret, hvor der primært er GF2 elever tilstede på skolerne da GF1 hold primært gennemføres om efteråret. Hovedforløbs-elever er underrepræsenterede i UNG19 EUD, når der sammenlignes med den totale andel af hovedforløbs-elever, som er indskrevet på en erhvervsuddannelse. Dette skyldes, at elever, som var i praktik på dataindsamlingsdagen, ikke blev inviteret til at deltage i

UNG19 EUD. Den lave andel af hovedforløbs elever medfører, at aldersfordelingen i stikprøven er yngre end landsgennemsnittet, da hovedforløbs elever generelt er ældre [3]. Kønsfordelingen i stikprøven er sammenlignelig med landsfordelingen (se detaljeret deltagerkarakteristik, bilag 1).

Ud fra ovenstående vurderes det, at resultaterne i UNG19 EUD er repræsentative for danske erhvervsskoleelever, som er tilstede på erhvervsskolerne henover foråret.

Dataindsamling

Dataindsamlingen fandt sted i perioden 25. februar til 18. juni 2019. Data blev indsamlet som en bemandet dataindsamling, som Steno Diabetes Center Copenhagen (SDCC) var ansvarlig for, med hjælp fra Hjerteforeningen og Kræftens Bekæmpelse. Bemandet dataindsamling blev valgt som metode for at sikre, at dataindsamlingen blev gennemført med høj kvalitet og gennemførelsesprocent. Derudover gav det mulighed for, at eleverne kunne stille spørgsmål til undersøgelsen og til forståelsen af spørgsmål, hvis der var behov for dette. For at sikre diskretion og anonymitet, holdt dataindsamlerne sig i baggrunden, når eleverne udfyldte spørgeskemaet.

Medarbejdere fra Københavns Kommune har varetaget dataindsamlingen på de erhvervsskoler, som har deltaget fra Københavns Kommune.

Data blev indsamlet i en lektion i skoletiden (45 minutter). Indledningsvist fortalte dataindsamlerne om undersøgelsens formål og behandling af personoplysninger i overensstemmelse med persondataforordningen. Disse informationer blev også uddelt på skrift. Elever under 15 år måtte ikke deltage i undersøgelsen, og elever over 15 år, men under 18, blev bedt om at vise informationsbrevet til deres forældre. I både den mundtlige og skriftlige information blev det understreget, at deltagelse var frivillig, og at eleverne eller forældrene til enhver tid kunne trække samtykke om deltagelse tilbage (se mere i bilag 1).

Spørgeskemaet blev udfyldt elektronisk via elevernes mobiltelefon, tablets eller PC. Dataindsamlerne havde derudover tablets med, som eleverne kunne låne efter behov. Der var mulighed for, at den enkelte elev kunne tilvælge elektronisk oplæsning af spørgsmålene, hvis der var behov for dette.

Spørgeskemaet

UNG19 EUD-spørgeskemaet afdækker erhvervsskoleelevers sundhed og trivsel bredt. Hovedfokus er på trivsel og rygning, men inkluderer også indikatorspørgsmål inden for temaerne; alkohol, euforiserende stoffer, fysisk aktivitet, kost og måltider, søvn og digitaladfærd samt krop og helbred.

Spørgeskemaet blev primært udformet med udgangspunkt i spørgsmål, der tidligere har været anvendt i lignende spørgeskemaundersøgelser², og hvor det har været muligt, er der anvendt validerede spørgsmål.

Udvælgelsen af spørgsmål inden for de forskellige temaer foregik i tæt samarbejde med faglige eksperter inden for de givne temaer, herunder forskere for Statens Institut for Folkesundhed, for at sikre sammenlignelighed med den tidsmæssigt sideløbende UNG19 på gymnasier, og tidligere undersøgelser blandt unge. Spørgeskemaet blev opsat i SurveyXact og blev besvaret online.

Indledningsvis blev skemaet pilottestet blandt eksperter og målgruppen, og efterfølgende tilpasset. Det tog i gennemsnit 30 minutter for målgruppen at udfylde skemaet, men med store individuelle variationer.

² Ungdomsprofilen 2014 [1], Ungeprofilundersøgelsen [2], Den nationale sundhedsprofil 2017 [6], Røgfri Fremtids Ungeundersøgelse 2017 [7], MULD-undersøgelserne [8], Gymnasie- og HF-elevers sundhedsvaner og livsstil 1996/97 [9].

Mental sundhed og trivsel

Der findes mange definitioner af mental sundhed. Vi definerer i denne rapport mental sundhed på samme måde som Sundhedsstyrelsen, der tager udgangspunkt i WHO's definition af mental sundhed som; 'en tilstand af velbefindende, hvor individet kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og stress samt indgå i fællesskaber med andre mennesker [10, 11]'.

Mental sundhed berører herved både, hvordan man oplever, at man har det, og hvordan man fungerer i hverdagen. Det vil sige, om man er glad og tilfreds med livet, kan klare dagligdagens gøremål, som fx at gå i skole, indgå i sociale relationer og kan håndtere dagligdagens udfordringer.

I Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakke om Mental sundhed bliver begreberne trivsel og mental sundhed anvendt synonymt [10]. Det har vi også valgt at gøre i UNG19 EUD. Dårlig mental sundhed og dårlig trivsel dækker over, når man fx oplever ikke at være overvejende glad, ikke kan gennemføre dagligdagens gøremål eller indgå i sociale relationer [10].

Både nationalt og internationalt er mental sundhed højt på dagsordenen [10–13]. Mental sundhed er en af de største udfordringer i Danmark, såvel som i Europa, når der ses på den stigende forekomst af dårlig mental sundhed og sygdomsbyrden herved [13, 14]. Personer med langvarig dårlig mental sundhed har en højere risiko for at udvikle en række sygdomme, herunder særligt hjerte-kar-sygdomme, angst og depression – og for tidlig død [10, 14, 15].

Unge med god mental sundhed har en bedre indlæring og mindre risikoadfærd i ungdommen, set i forhold til unge med dårligere mental sundhed [10, 15, 16]. Personlige og psykiske problemer er blevet vurderet som den primære årsag til, at unge dropper deres erhvervsuddannelse [17].

Tidligere danske undersøgelser peger på, at en del unge i Danmark mistrives og har problemer med deres mentale sundhed [6, 18–20]. I Skolebørnsundersøgelsen (HBSC) fra 2018 ses, at de 11-15-årige har et godt mentalt helbred, men at gruppen, der føler sig ked af det, irritable og nervøse, er steget siden 2006 [21]. Data fra Ungdomsprofilen 2014 viser, at 27% af pigerne og 11% af drengene på en ungdomsuddannelse (15-25-årige) har dårlig mental sundhed [18]. Den nationale sundhedsprofil 2017 har tilsvarende vist, at

blandt voksne over 16 år er andelen med dårlig mental sundhed 16% blandt kvinder og 11% blandt mænd. Andelen med dårlig mental sundhed er for begge køn højest blandt de 16-34-årige [6].

I en temarapport om unges mentale sundhed, baseret på data fra Ungdomsprofilen 2014, skitseres forskelle mellem unge med henholdsvis høj og lav mental sundhed. Her ses, at unge med høj mental sundhed generelt har et bedre helbred end unge med lav mental sundhed. Rapporten peger på, at det er vigtigt at have blik for, at der findes en stor forskel i mental sundhed imellem forskellige ungegrupper [18]. De nationale trivselsundersøgelser på erhvervsskoler viser i forlængelse heraf, at elever på erhvervsskoler generelt trives godt, men at der er store forskelle mellem forskellige elevgrupper [22].

I dette kapitel belyses erhvervsskoleelevers trivsel og mentale sundhed bredt ved hjælp af variable om skoleliv, støtte og hjælp, fortrolighed, livstilfredshed, selvværd, livsmestring, ensomhed, stress og psykiske symptomer.

Skoleliv

Skolen udgør en ramme for sociale relationer med klassekammerater og lærere, og skolelivet er en af dagligdagens væsentligste gøremål for elever. Elevers oplevelse af at gå i skole kan hermed have stor betydning for deres mentale sundhed.

I dette afsnit belyses erhvervsskoleelevers oplevelse af at gå i skole, herunder hvad de overordnet synes om skolen, om de overvejer at droppe ud af uddannelsen og i hvor høj grad, de føler, at de kan få hjælp og støtte fra deres lærere eller andre ansatte på skolen.

Tilfredshed med at gå i skole

Eleverne er blevet spurgt om, hvad de synes om at gå på deres skole for øjeblikket.

Det fremgår af tabel 3, at 91% erhvervsskoleelever synes meget godt eller godt om at gå på deres skole for øjeblikket.

De største andele af elever, som synes godt eller meget godt om at gå på skolen, ses blandt elever på Teknologi-Byggeri-Transport (93%), Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (92%) og Omsorg-Sundhed-Pædagogik (90%), mens den mindste andel er blandt Kontor-Handel-Forretningsservice (85%). Ses der

alene på andelene, som synes 'meget godt' om at gå på deres skole, gælder det for 22% elever på Kontor-Handel-Forretningsservice, hvorimod de tilsvarende andele er 36-40% på de øvrige tre hovedområder.

Samlet set har 89% kvindelige elever svaret, at de

synes godt eller meget godt om at gå på skolen, mens det tilsvarende tal for mandlige elever er 92%.

Blandt de forskellige aldersgrupper er andelene, der synes godt eller meget godt om at gå på skolen, stort set ens – 90-91% på tværs af de tre aldersgrupper.

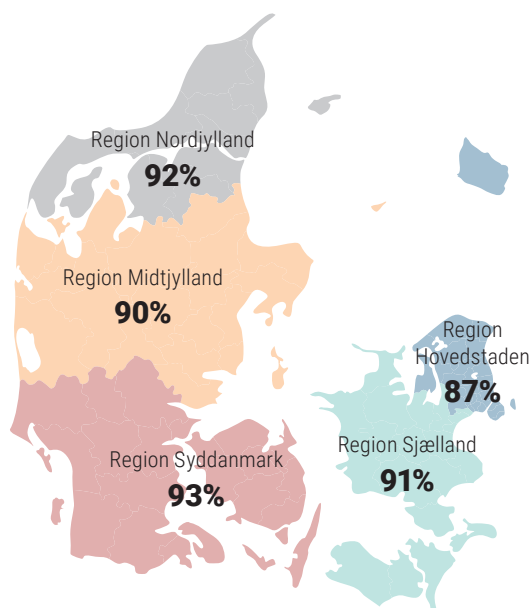
Tabel 3. Tilfredshed med at gå i skole, opdelt på køn, alder og hovedområder.

Hvad synes du om at gå på din skole for øjeblikket?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2645)	(n=3444)	(n=2340)	(n=2045)	(n=1605)	(n=6110)
Meget godt	32%	35%	32%	34%	38%	34%
Godt	57%	57%	59%	57%	52%	57%
Mindre godt/dårligt	11%	9%	9%	10%	9%	10%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=357)	(n=474)	(n=332)	(n=313)	(n=151)	(n=841)
Meget godt	41%	40%	41%	38%	48%	40%
Godt	52%	53%	52%	54%	46%	52%
Mindre godt/dårligt	7%	8%	7%	8%	6%	8%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=582)	(n=462)	(n=641)	(n=261)	(n=140)	(n=1044)
Meget godt	22%	21%	20%	25%	24%	22%
Godt	63%	64%	65%	60%	63%	63%
Mindre godt/dårligt	15%	15%	15%	15%	14%	15%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1505)	(n=255)	(n=309)	(n=544)	(n=894)	(n=1761)
Meget godt	35%	41%	34%	30%	40%	36%
Godt	55%	50%	56%	59%	50%	54%
Mindre godt/dårligt	10%	9%	10%	11%	9%	10%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=201)	(n=2253)	(n=1058)	(n=927)	(n=420)	(n=2464)
Meget godt	42%	36%	36%	36%	39%	37%
Godt	49%	56%	58%	56%	52%	56%
Mindre godt/dårligt	10%	7%	6%	8%	9%	8%

Opdelt på uddannelsesspor, er der 87% EUX-elever, som synes meget godt eller godt om at gå på skolen, mens det tilsvarende tal for EUD-elever er 92%.

Figur 2 viser andelen, der synes meget godt eller godt om at gå på skolen for øjeblikket opdelt på regioner. Kortet viser, at den mindste andel af elever, 87%, som synes meget godt eller godt om at gå på skolen i øjeblikket, er i Region Hovedstaden, mens den største andel er i Region Syddanmark (93%).

Figur 2. Andel, der synes meget godt eller godt om at gå på skolen i øjeblikket, opdelt på regioner.



Overvejelser om at stoppe på uddannelsen

Eleverne er blevet spurgt ind til, hvorvidt de inden for de seneste tre måneder seriøst har overvejet at stoppe på deres uddannelse.

Det fremgår af tabel 4, at i alt 19% har overvejet at stoppe deres uddannelse, mens 8% svarer ved ikke. De resterende 73% elever har ikke overvejet at stoppe på deres uddannelse.

Den største andel af elever, som har overvejet at stoppe deres uddannelse, er fra hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice. Her svarer 29% af eleverne, at de har overvejet at stoppe, mens den næststørste andel er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik med 19%. Den mindste andel af elever, der har overvejet at stoppe, er på Teknologi-Byggeri-Transport (14%).

Samlet set har en større andel af de kvindelige elever overvejet at stoppe (22%) sammenlignet med de mandlige elever (17%). Den modsatte tendens ses dog på hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice, hvor en større andel mandlige (30%) end kvindelige elever (28%) har overvejet at stoppe.

Der er generelt en større andel af de yngre end de ældre elever, der har overvejet et uddannelsesstop. I alt har 22% af alle elever i aldersgruppen 15-18-årige overvejet at stoppet, mens 15-17% blandt de to ældre aldersgrupper har overvejet det samme.

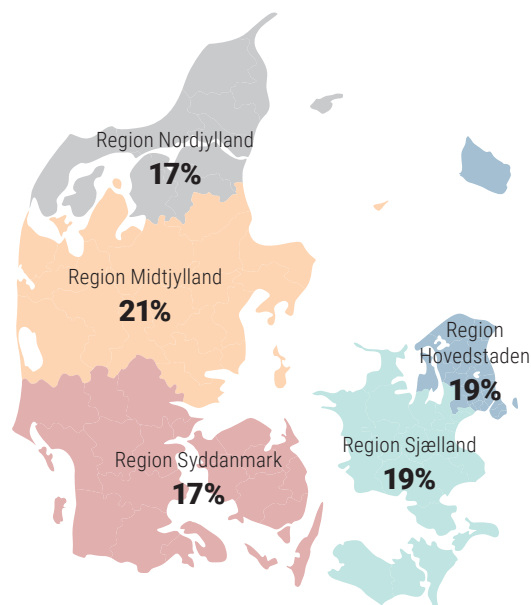
Tabel 4. Overvejelse om at stoppe på uddannelsen, opdelt på køn, alder og hovedområder.

Har du inden for de seneste tre måneder seriøst overvejet at stoppe din uddannelse?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2644)	(n=3439)	(n=2337)	(n=2042)	(n=1605)	(n=6104)
Ja	22%	17%	22%	15%	17%	19%
Nej	70%	75%	67%	78%	78%	73%
Ved ikke	8%	8%	10%	7%	5%	8%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=357)	(n=474)	(n=332)	(n=313)	(n=151)	(n=841)
Ja	18%	14%	21%	12%	13%	16%
Nej	76%	79%	72%	81%	83%	77%
Ved ikke	6%	8%	8%	7%	5%	7%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=581)	(n=461)	(n=639)	(n=261)	(n=140)	(n=1042)
Ja	28%	30%	32%	23%	29%	29%
Nej	60%	59%	55%	69%	66%	60%
Ved ikke	12%	11%	14%	9%	5%	11%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1505)	(n=255)	(n=309)	(n=544)	(n=894)	(n=1761)
Ja	20%	18%	21%	21%	18%	19%
Nej	75%	74%	69%	73%	78%	74%
Ved ikke	6%	8%	10%	6%	5%	6%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=201)	(n=2249)	(n=1057)	(n=924)	(n=420)	(n=2460)
Ja	20%	14%	16%	11%	14%	14%
Nej	74%	78%	75%	82%	80%	78%
Ved ikke	6%	8%	9%	7%	6%	8%

I alt 26% EUX-elever har seriøst overvejet at stoppe på uddannelsen. Dette gælder for en mindre andel EUD-elever – nemlig 16%.

Der ses kun mindre geografiske forskelle i andelen, som seriøst har overvejet at stoppe deres uddannelse. Den største andel ses i Region Midtjylland (21%), mens de mindste andele er i Region Nordjylland og Region Syddanmark (17%) (figur 3).

Figur 3. Andel, der inden for de seneste tre måneder seriøst har overvejet at stoppe uddannelsen, opdelt på regioner.



Støtte og hjælp fra lærere og ansatte

Eleverne er blevet spurgt om, hvor ofte de føler, at de kan få hjælp og støtte fra lærere eller andre ansatte på skolen, når de har brug for det.

I alt 75% af erhvervsskoleelever svarer, at de enten ofte eller meget ofte føler, at de kan få den hjælp og støtte, de har brug for. Blot 4% svarer, at de næsten aldrig eller aldrig kan det (tabel 5).

Opdelt på hovedområder er de største andele, som ofte eller meget ofte føler, at de kan få hjælp og støtte fra lærere eller andre ansatte på skolen, når de har brug for det, blandt elever på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (81%), Omsorg-Sundhed-Pædagogik (80%) og Teknologi-Byggeri-Transport (77%), mens den

mindste andel ses på Kontor-Handel-Forretnings-service (67%).

Der ses ingen væsentlige kønsforskelle i forhold til, hvor ofte elever føler, at de kan få hjælp og støtte fra lærere eller andre ansatte på skolen, når de har brug for det.

Andelen som føler, at de ofte eller meget ofte kan få hjælp og støtte fra lærere eller andre ansatte på skolen, når de har brug for det, er lavest blandt de yngste elever (72%) set i forhold til de to ældre aldersgrupper (76-81%). Dette er særligt udtalt blandt de 15-18-årige på Kontor-Handel-Forretnings-service, hvor kun 62% oplever dette mod 77-80% af de 15-18-årige blandt de øvrige tre hovedområder.

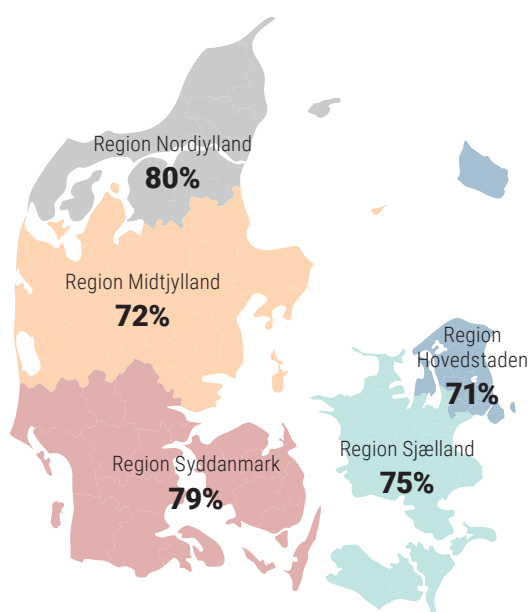
Tabel 5. Støtte og hjælp fra lærere og ansatte, opdelt på køn, alder og hovedområder.

Hvor ofte føler du, at du kan få hjælp og støtte fra lærere eller andre ansatte på skolen, når du har brug for det?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2645)	(n=3443)	(n=2340)	(n=2044)	(n=1605)	(n=6109)
Meget ofte	27%	25%	22%	27%	32%	26%
Ofte	48%	50%	50%	49%	49%	49%
Engang imellem	22%	20%	23%	21%	17%	21%
Næsten aldrig/aldrig	4%	4%	5%	4%	3%	4%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=357)	(n=474)	(n=332)	(n=313)	(n=151)	(n=841)
Meget ofte	37%	29%	31%	32%	41%	32%
Ofte	44%	53%	49%	50%	45%	49%
Engang imellem	17%	14%	16%	14%	13%	15%
Næsten aldrig/aldrig	3%	4%	4%	4%	-	4%
Kontor, Handel og Forretnings-service	(n=582)	(n=462)	(n=641)	(n=261)	(n=140)	(n=1044)
Meget ofte	16%	16%	12%	21%	24%	16%
Ofte	49%	52%	50%	52%	51%	51%
Engang imellem	30%	25%	32%	23%	19%	28%
Næsten aldrig/aldrig	6%	7%	7%	5%	6%	6%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1505)	(n=255)	(n=309)	(n=544)	(n=894)	(n=1761)
Meget ofte	31%	38%	31%	28%	34%	32%
Ofte	48%	46%	49%	47%	48%	48%
Engang imellem	19%	13%	18%	21%	16%	18%
Næsten aldrig/aldrig	2%	4%	2%	4%	2%	2%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=201)	(n=2252)	(n=1058)	(n=926)	(n=420)	(n=2463)
Meget ofte	34%	26%	26%	26%	30%	27%
Ofte	48%	50%	51%	48%	50%	50%
Engang imellem	15%	20%	20%	22%	18%	20%
Næsten aldrig/aldrig	3%	4%	4%	4%	3%	4%

I alt svarer 68% EUX-elever, at de ofte eller meget ofte kan få hjælp og støtte fra lærere eller andre ansatte, når de har brug for det. Dette gælder for 77% EUD-elever.

Af figur 4 fremgår det, at de mindste andele elever, som føler, at de meget ofte eller ofte kan få hjælp og støtte fra lærere eller ansatte, når de har brug for det, er i Region Hovedstaden (71%) og Region Midtjylland (72%). De største andele er i Region Nordjylland (80%) og i Region Syddanmark (79%).

Figur 4. Andel, der føler, at de meget ofte eller ofte kan få hjælp og støtte fra lærere eller ansatte, når de har brug for det, opdelt på regioner.



Fortrolighed - venner at snakke med

Som et udtryk for elevers fortrolighed og nære bånd til andre, er eleverne blevet spurgt, hvor nemt de har ved at tale med deres venner om noget, der virkelig plager dem.

Det fremgår af tabel 6, at i alt 80% svarer, at det enten er meget nemt eller nemt at tale med venner om noget, der virkelig plager dem. I alt 18% oplever, at det er svært eller meget svært, mens 2% elever ikke har eller ser venner.

Den største andel af elever, som oplever at have meget nemt eller nemt ved at tale med venner om noget, der virkelig plager dem, går på hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik (80%), mens den mindste andel er fra Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (76%).

Der ses mindre køns- og aldersforskelle i forhold til at have meget nemt eller nemt ved at tale med venner om noget, der virkelig plager (78-80%).

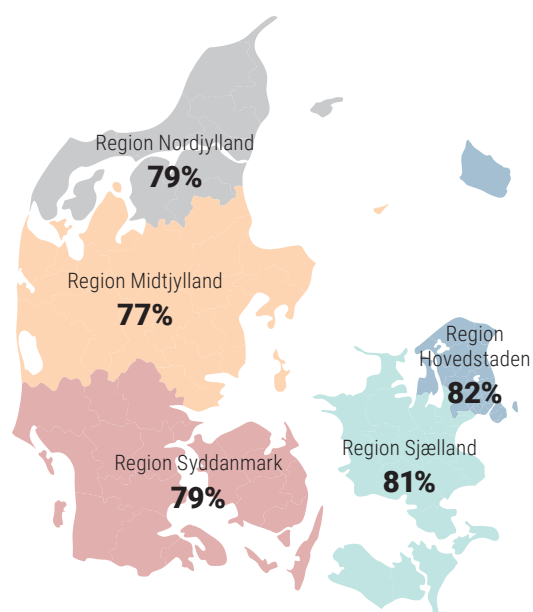
Tabel 6. Fortrolighed med venner, opdelt på køn, alder og hovedområder.

Hvor nemt er det at tale med dine venner om noget, der virkelig plager dig?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2642)	(n=3432)	(n=2333)	(n=2041)	(n=1602)	(n=6095)
Meget nemt	35%	36%	35%	37%	35%	36%
Nemt	44%	43%	45%	41%	45%	44%
Svært	15%	14%	14%	16%	13%	14%
Meget svært	4%	5%	4%	4%	4%	4%
Har ikke/ser ikke	2%	2%	2%	2%	3%	2%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=357)	(n=473)	(n=331)	(n=313)	(n=151)	(n=840)
Meget nemt	32%	33%	32%	34%	33%	32%
Nemt	43%	45%	45%	42%	47%	44%
Svært	18%	15%	18%	19%	10%	16%
Meget svært	6%	5%	4%	4%	7%	5%
Har ikke/ser ikke	2%	3%	-	2%	3%	2%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=580)	(n=460)	(n=638)	(n=261)	(n=139)	(n=1040)
Meget nemt	35%	40%	36%	42%	35%	37%
Nemt	44%	40%	44%	39%	42%	42%
Svært	15%	15%	15%	14%	17%	15%
Meget svært	4%	4%	4%	3%	6%	4%
Har ikke/ser ikke	2%	2%	2%	2%	-	2%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1504)	(n=254)	(n=308)	(n=544)	(n=893)	(n=1759)
Meget nemt	37%	38%	39%	37%	36%	37%
Nemt	43%	42%	40%	40%	46%	43%
Svært	14%	12%	17%	16%	11%	14%
Meget svært	4%	4%	3%	5%	3%	4%
Har ikke/ser ikke	3%	4%	-	2%	4%	3%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=201)	(n=2245)	(n=1056)	(n=923)	(n=419)	(n=2456)
Meget nemt	29%	36%	35%	36%	35%	35%
Nemt	49%	44%	46%	42%	43%	44%
Svært	15%	14%	13%	16%	14%	14%
Meget svært	4%	5%	5%	5%	4%	5%
Har ikke/ser ikke	3%	2%	2%	2%	4%	2%

I alt svarer 81% af EUX-eleverne, at det er nemt eller meget nemt at tale med venner om noget, der virkelig plager dem. Mens den tilsvarende andel blandt EUD-elever er 79%.

Der er mindre regionale forskelle i andelen af elever, som oplever, at det er nemt eller meget nemt at tale med deres venner om noget, der virkelig plager - fra 77% i Region Midtjylland til 82% i Region Hovedstaden (figur 5).

Figur 5. Andel, der synes, det er meget nemt eller nemt at tale med venner om noget, der virkelig plager, opdelt på regioner.



Livstilfredshed

Livstilfredshed er et centralt aspekt af unges mentale velbefindende [23] og anvendes ofte om indikator for mental sundhed. Cantril ladder [24] er i denne undersøgelse anvendt til at måle elevernes tilfredshed med livet. Eleverne er på en skala fra 0-10 blevet bedt om at vurdere, hvor de selv synes, at de er for tiden, hvor 0 er det værst mulige liv, og 10 er det bedst mulige liv. En score på mellem 7-10 svarer til en høj eller meget høj livstilfredshed, mens en score på 0-4 svarer til en lav eller meget lav livstilfredshed.

I alt 73% elever har en høj eller meget høj livstilfredshed, mens 7% elever har en lav eller meget lav livstilfredshed (tabel 7).

Fordelt på hovedområder ses de største andele af elever, der har en høj eller meget høj livstilfredshed på Teknologi-Byggeri-Transport (76%), Omsorg-Sundhed-Pædagogik (74%) og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (72%), mens den mindste andel er på Kontor-Handel-Forretningsservice (67%).

I alt 75% af de mandlige elever har en høj eller meget høj livstilfredshed, mens det tilsvarende tal for de kvindelige elever er 67%.

Der ses mindre forskelle i andelen med høj og meget høj livstilfredshed blandt de tre aldersgrupper: 15-18-årige (73%), 19-25-årige (72%) og 26+-årige (75%).

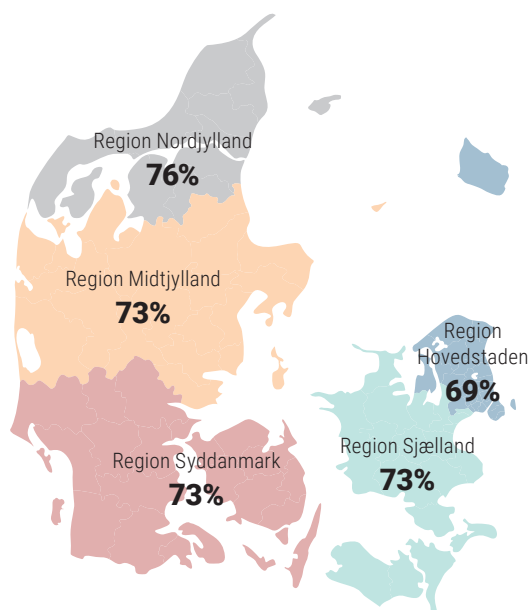
Tabel 7. Livstilfredshed, opdelt på køn, alder og hovedområder.

På en skala fra 1-10, hvor 0 er 'det værst mulige liv', og 10 'det bedst mulige liv', hvor synes du selv, du er for tiden.	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2635)	(n=3418)	(n=2323)	(n=2036)	(n=1600)	(n=6074)
Meget lav (0-2)	1%	1%	1%	1%	1%	1%
Lav (3-4)	7%	5%	6%	7%	4%	6%
Middel (5-6)	26%	18%	21%	21%	23%	21%
Høj (7-8)	49%	50%	51%	50%	50%	50%
Meget høj (9-10)	18%	25%	22%	22%	25%	23%
Gennemsnit	7,0	7,4	7,2	7,2	7,4	7,3
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=356)	(n=471)	(n=332)	(n=313)	(n=150)	(n=837)
Meget lav (0-2)	-	-	0%	-	-	1%
Lav (3-4)	8%	6%	6%	8%	4%	7%
Middel (5-6)	25%	17%	22%	21%	17%	20%
Høj (7-8)	49%	48%	49%	47%	53%	49%
Meget høj (9-10)	17%	28%	24%	24%	24%	23%
Gennemsnit						7,2
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=579)	(n=453)	(n=630)	(n=260)	(n=140)	(n=1032)
Meget lav (0-2)	1%	1%	1%	2%	-	1%
Lav (3-4)	9%	7%	6%	10%	10%	8%
Middel (5-6)	29%	19%	26%	24%	23%	25%
Høj (7-8)	48%	55%	54%	43%	51%	51%
Meget høj (9-10)	14%	18%	14%	21%	15%	16%
Gennemsnit						6,9
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1501)	(n=254)	(n=308)	(n=542)	(n=892)	(n=1756)
Meget lav (0-2)	0%	0%	-	-	-	0%
Lav (3-4)	4%	4%	8%	5%	2%	4%
Middel (5-6)	22%	20%	24%	23%	21%	22%
Høj (7-8)	50%	53%	51%	54%	49%	51%
Meget høj (9-10)	23%	23%	16%	17%	28%	23%
Gennemsnit						7,3
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=199)	(n=2240)	(n=1053)	(n=921)	(n=418)	(n=2449)
Meget lav (0-2)	-	1%	1%	1%	-	1%
Lav (3-4)	7%	5%	5%	5%	5%	5%
Middel (5-6)	28%	18%	17%	20%	20%	19%
Høj (7-8)	49%	50%	50%	51%	49%	50%
Meget høj (9-10)	16%	27%	28%	23%	25%	26%
Gennemsnit						7,4

I alt har 69% EUX-elever høj eller meget høj livstilfredshed. Den tilsvarende andel blandt EUD-elever er 73%.

Den største andel af elever, som har høj eller meget høj livstilfredshed, er i Region Nordjylland (76%), mens den mindste andel er i Region Hovedstaden (69%) (figur 6).

Figur 6. Andel, der har høj eller meget høj livstilfredshed, opdelt på regioner.



Selvværd

Selvværd hænger tæt sammen med mental sundhed, og et højt selvværd er et centralt element for en god mental sundhed [25, 26]. Selvværd er målt ved at spørge eleverne, om de synes, at de er gode nok, som de er.

Samlet set er 72% elever enten enige eller helt enige i, at de er gode nok, som de er, mens 7% er uenige eller helt uenige (tabel 8).

Opdelt på hovedområde ses de mindste andele, som er enige eller helt enige i udsagnet, på Kontor-Handel-Forretningsservice (67%) og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (69%), mens den største andel er på Teknologi-Byggeri-Transport (77%).

I alt 78% mandlige elever er enige eller helt enige i, at de er gode nok, som de er, mens tallet for kvindelige elever er 64%. Denne tendens gælder for samtlige hovedområder opdelt på køn. Modsat ses, at hver tiende kvinde (10%) er helt uenig eller uenig i, at hun er god nok, som hun er.

Andelene blandt de tre aldersgrupper 15-18-årige, 19-25-årige og 26+-årige er nærmest identiske (73-74%).

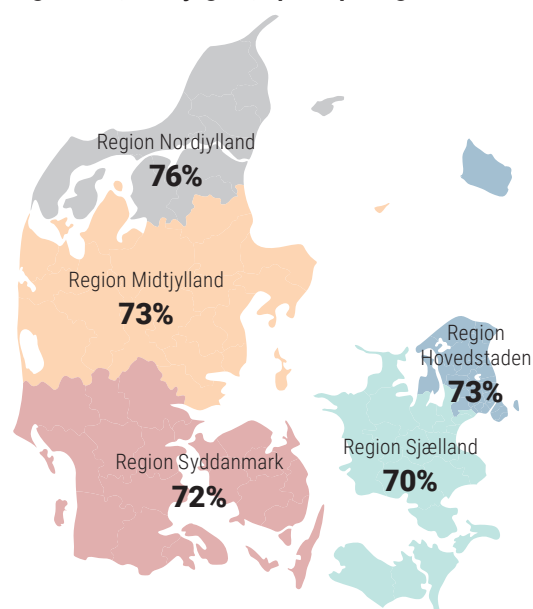
Tabel 8. Selvværd, opdelt på køn, alder og hovedområder.

Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn: 'Jeg er god nok, som jeg er'?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2641)	(n=3428)	(n=2332)	(n=2039)	(n=1600)	(n=6090)
Helt enig	26%	40%	35%	36%	36%	35%
Enig	38%	38%	38%	37%	38%	37%
Hverken enig eller uenig	26%	17%	21%	21%	19%	20%
Helt uenig/uenig	10%	5%	7%	7%	8%	7%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=357)	(n=470)	(n=330)	(n=311)	(n=151)	(n=837)
Helt enig	25%	43%	37%	32%	39%	35%
Enig	33%	34%	33%	36%	29%	34%
Hverken enig eller uenig	30%	17%	23%	24%	23%	23%
Helt uenig/uenig	11%	6%	8%	7%	10%	8%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=580)	(n=460)	(n=638)	(n=261)	(n=139)	(n=1040)
Helt enig	21%	37%	28%	29%	25%	28%
Enig	38%	39%	39%	38%	38%	39%
Hverken enig eller uenig	27%	18%	24%	22%	24%	23%
Helt uenig/uenig	14%	6%	9%	12%	13%	10%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1503)	(n=254)	(n=308)	(n=544)	(n=892)	(n=1758)
Helt enig	31%	39%	26%	29%	35%	32%
Enig	39%	40%	38%	35%	43%	40%
Hverken enig eller uenig	23%	17%	28%	27%	17%	22%
Helt uenig/uenig	7%	4%	9%	8%	5%	6%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=201)	(n=2244)	(n=1056)	(n=923)	(n=418)	(n=2455)
Helt enig	28%	41%	40%	41%	39%	40%
Enig	34%	38%	39%	37%	35%	37%
Hverken enig eller uenig	26%	17%	17%	18%	18%	18%
Helt uenig/uenig	12%	5%	5%	5%	9%	5%

I alt svarer 69% EUX-elever, at de er enige eller helt enige i udsagnet 'jeg er god nok, som jeg er', mens det gælder for 74% EUD-elever.

Den højeste forekomst af elever, som er enige eller helt enige i, at de er gode nok, som de er, er i Region Nordjylland (76%). Den laveste forekomst er i Region Sjælland (70%) (figur 7).

Figur 7. Andel, der er enig eller helt enig i udsagnet 'jeg er god nok, som jeg er', opdelt på regioner.



Livsmestring

Et aspekt af mental sundhed er at kunne håndtere dagligdags udfordringer. Som et mål for dette er eleverne blevet spurgt om, hvor ofte de føler, at de kan klare det, de sætter sig for.

Det ses af tabel 9, at i alt 83% af erhvervsskoleelever svarer, at de ofte eller meget ofte kan klare det, de sætter sig for.

Opdelt på hovedområder ses de største andele af elever, som ofte eller meget ofte kan klare det, de

sætter sig for, på Teknologi-Byggeri-Transport (87%), Omsorg-Sundhed-Pædagogik (84%) og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (82%). Den mindste andel er på Kontor-Handel-Forretningsservice (75%).

Der er en højere forekomst af mandlige (86%) end kvindelige elever (78%), der ofte eller meget ofte kan klare det, de sætter sig for.

Andelene, der i alt svarer ofte eller meget ofte, er ens for alle aldersgrupper (83%).

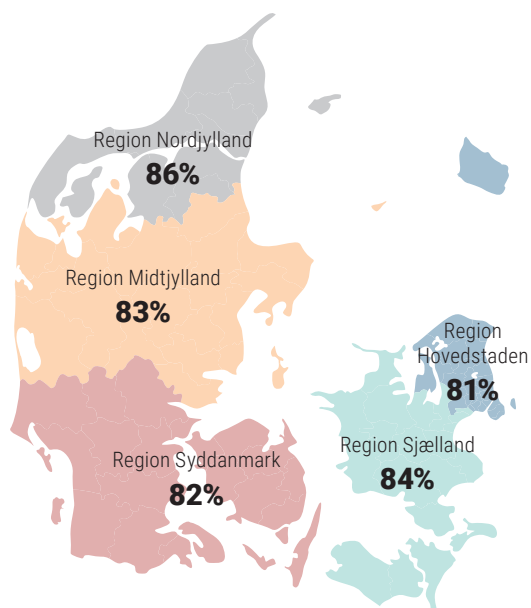
Tabel 9. Livsmestring, opdelt på køn, alder og hovedområder.

Hvor ofte kan du klare det, du sætter dig for?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2641)	(n=3428)	(n=2332)	(n=2039)	(n=1600)	(n=6090)
Meget ofte	22%	30%	24%	29%	29%	27%
Ofte	56%	56%	59%	54%	54%	56%
Engang imellem	20%	13%	15%	16%	15%	15%
Næsten aldrig/aldrig	2%	2%	2%	2%	1%	2%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=357)	(n=470)	(n=330)	(n=311)	(n=151)	(n=837)
Meget ofte	23%	29%	25%	28%	28%	27%
Ofte	53%	56%	58%	54%	50%	55%
Engang imellem	21%	14%	16%	16%	19%	17%
Næsten aldrig/aldrig	3%	1%	-	2%	3%	2%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=580)	(n=460)	(n=638)	(n=261)	(n=139)	(n=1040)
Meget ofte	18%	23%	19%	20%	24%	20%
Ofte	54%	57%	59%	50%	53%	55%
Engang imellem	26%	17%	20%	26%	22%	22%
Næsten aldrig/aldrig	2%	3%	2%	4%	2%	3%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1503)	(n=254)	(n=308)	(n=544)	(n=892)	(n=1758)
Meget ofte	25%	30%	20%	22%	30%	26%
Ofte	58%	59%	59%	58%	58%	58%
Engang imellem	17%	10%	20%	19%	12%	16%
Næsten aldrig/aldrig	1%	-	-	1%	1%	1%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=201)	(n=2244)	(n=1056)	(n=923)	(n=418)	(n=2455)
Meget ofte	25%	32%	28%	35%	32%	31%
Ofte	58%	56%	59%	53%	53%	56%
Engang imellem	16%	12%	11%	12%	14%	12%
Næsten aldrig/aldrig	-	1%	2%	1%	1%	1%

Opdelt på uddannelsesspor svarer 80% EUX-elever, at de ofte eller meget ofte kan klare det, de sætter sig for. Det samme gør sig gældende for 84% EUD-elever.

På landsplan, er den største andel, som ofte eller meget ofte kan klare det, de sætter sig for, i Region Nordjylland (86%), mens den mindste andel er i Region Hovedstaden (81%) (figur 8).

Figur 8. Andel, der ofte eller meget ofte kan klare det, de sætter sig for, opdelt på regioner.



Ensomhed

Mental sundhed er defineret som en tilstand, hvor individet indgår i fællesskaber. Ensomhed er et tegn på, at individet ikke indgår i fællesskaber og sociale relationer. Eleverne er blevet spurgt, om de føler sig ensomme.

Det ses af tabel 10, at i alt 10% svarer, at de ofte eller meget ofte føler sig ensomme.

Opdelt på hovedområder ses der mindre forskelle i andelen, som ofte eller meget ofte føler sig ensomme. Andelen er størst blandt elever, på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og Omsorg-Sundhed-Pædagogik (11%) og mindst på Teknologi-Byggeri-Transport (9%).

Der er en større andel blandt kvindelige (12%) end mandlige elever (9%), som ofte eller meget ofte føler sig ensomme.

Der ses en stigning med alderen i andel, der ofte eller meget ofte føler sig ensomme: 15-18-årige (8%), 19-25-årige (11%) og 26+-årige (13%).

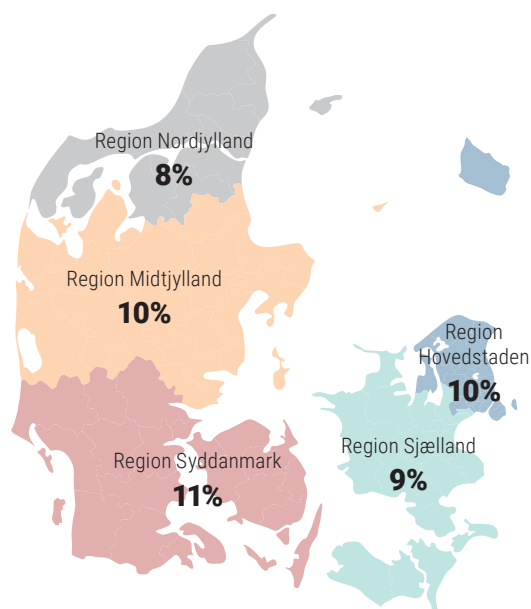
Tabel 10. Ensomhed, opdelt på køn, alder og hovedområder.

Føler du dig ensom?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2642)	(n=3432)	(n=2333)	(n=2041)	(n=1602)	(n=6095)
Ja, meget ofte	4%	3%	3%	3%	4%	3%
Ofte	8%	6%	5%	8%	9%	7%
Ja, af og til	39%	26%	30%	33%	31%	31%
Nej	50%	65%	63%	57%	56%	59%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=357)	(n=473)	(n=331)	(n=313)	(n=151)	(n=840)
Ja, meget ofte	3%	2%	2%	2%	3%	3%
Ofte	9%	7%	5%	11%	12%	8%
Ja, af og til	42%	30%	33%	36%	36%	35%
Nej	46%	61%	60%	51%	48%	55%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=580)	(n=460)	(n=638)	(n=261)	(n=139)	(n=1040)
Ja, meget ofte	4%	4%	4%	3%	5%	4%
Ofte	7%	5%	5%	7%	9%	6%
Ja, af og til	41%	25%	31%	38%	39%	34%
Nej	48%	66%	60%	52%	48%	56%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1504)	(n=254)	(n=308)	(n=544)	(n=893)	(n=1759)
Ja, meget ofte	3%	3%	3%	4%	3%	3%
Ofte	8%	7%	6%	9%	8%	8%
Ja, af og til	36%	29%	37%	40%	31%	35%
Nej	53%	62%	54%	48%	58%	54%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=201)	(n=2245)	(n=1056)	(n=923)	(n=419)	(n=2456)
Ja, meget ofte	4%	3%	2%	3%	4%	3%
Ofte	10%	6%	4%	7%	9%	6%
Ja, af og til	41%	26%	27%	28%	27%	27%
Nej	45%	66%	67%	63%	60%	64%

Samlet set svarer 8% EUX-elever, at de enten ofte eller meget ofte føler sig ensomme, hvilket gælder for 10% blandt EUD-elever.

Figur 9 viser, at den største andel af elever, som ofte eller meget ofte føler sig ensomme, er i Region Syddanmark (11%), mens den mindste andel er i Region Nordjylland (8%).

Figur 9. Andel, der ofte eller meget ofte føler sig ensomme, opdelt på regioner.



Stress

Stress kan opdeles i at være diagnosticeret af en sundhedsfaglig person eller som selvoplevet stress. Her afrapporteres elevernes selvoplevede stress målt ved et spørgsmål om, hvor ofte, at de er stressede, mens stress, diagnosticeret af en sundhedsfaglig person, afrapporteres i tabel 43.

I alt 34% af alle erhvervsskoleelever er enten dagligt eller ugentligt stressede.

Der er store forskelle mellem hovedområderne på andelen, der er stressede. Den største andel ses på Kontor-Handel-Forretningsservice (45%) og de

mindste på Teknologi-Byggeri-Transport (29%), Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (32%) og Omsorg-Sundhed-Pædagogik (38%).

Samlet set er kvindelige elever (44%) oftere stressede end mandlige elever (29%). Opdelt på hovedområder er forskellen endnu tydeligere: For eksempel er 51% kvinder på Kontor-Handel-Forretningsservice stressede sammenlignet med 24% mænd på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser.

Der ses en tendens til, at andelen, der er stressede, stiger med alderen: 15-18 år (32%), 19-25 år (35%) og 26+ år (38%).

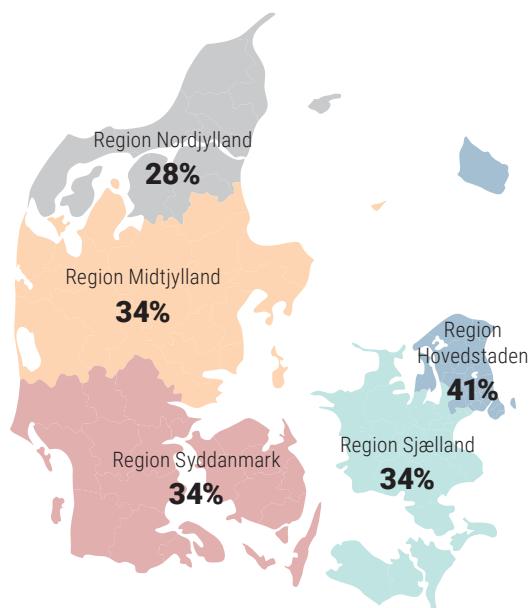
Tabel 11. Stress, opdelt på køn, alder og hovedområder.

Hvor ofte er du stresset?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2643)	(n=3436)	(n=2334)	(n=2042)	(n=1604)	(n=6100)
Dagligt	13%	8%	8%	11%	13%	10%
Ugentligt	31%	21%	24%	24%	25%	24%
Månedligt	33%	27%	29%	29%	31%	29%
Aldrig/næsten aldrig	23%	44%	39%	36%	32%	36%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=357)	(n=474)	(n=332)	(n=313)	(n=151)	(n=841)
Dagligt	12%	6%	6%	8%	11%	8%
Ugentligt	32%	18%	24%	25%	23%	24%
Månedligt	32%	26%	27%	29%	31%	28%
Aldrig/næsten aldrig	25%	50%	43%	38%	34%	39%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=581)	(n=460)	(n=638)	(n=261)	(n=140)	(n=1041)
Dagligt	16%	11%	11%	17%	16%	14%
Ugentligt	35%	25%	31%	29%	34%	31%
Månedligt	32%	34%	33%	30%	36%	33%
Aldrig/næsten aldrig	18%	30%	25%	24%	14%	23%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1504)	(n=255)	(n=308)	(n=544)	(n=894)	(n=1760)
Dagligt	11%	8%	8%	11%	11%	11%
Ugentligt	28%	26%	31%	29%	26%	27%
Månedligt	34%	26%	32%	34%	32%	33%
Aldrig/næsten aldrig	27%	41%	30%	26%	31%	29%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=201)	(n=2247)	(n=1056)	(n=924)	(n=419)	(n=2458)
Dagligt	13%	8%	7%	9%	13%	9%
Ugentligt	28%	20%	19%	22%	22%	20%
Månedligt	35%	26%	27%	27%	27%	27%
Aldrig/næsten aldrig	23%	46%	48%	43%	39%	44%

En større andel af elever fra EUX sammenholdt med EUD-elever er dagligt eller ugentligt stressede – nemlig 40% EUX-elever mod 33% EUD-elever.

Den højeste forekomst af elever, der dagligt eller ugentligt er stressede, er i Region Hovedstaden med 41%. Omvendt er den laveste forekomst i Region Nordjylland med 28% (figur 10).

Figur 10. Andel, der dagligt eller ugentligt er stresset, opdelt på regioner.



Psykiske symptomer

Dårlig mental sundhed kan komme til udtryk ved forskellige psykiske symptomer. I denne rapport er udvalgt tre psykiske symptomer, som et billede på elevernes mentale sundhed.

Erhvervsskoleeleverne er blevet spurgt, hvor tit de inden for de sidste 6 måneder har været kede af det, irritable/i dårligt humør eller nervøse, med fem svarkategorier: 'Næsten hver dag', 'Mere end en gang om ugen', 'Næsten hver uge', 'Næsten hver måned' og 'Sjældent eller aldrig'.

Nedenstående tabel 12 viser andelen af elever, som næsten hver dag har oplevet symptomerne de seneste seks måneder. I tabellen vises desuden andelen af elever, der næsten hver dag har haft mindst ét af symptomerne de seneste seks måneder.

I alt har 12% af erhvervsskoleelever næsten hver dag, gennem de seneste seks måneder, haft mindst ét af symptomerne. Det hyppigst fremkommende symptom er irriteret/i dårligt humør (8%).

Opdelt på hovedområder ses den største andel af elever, som næsten hver dag gennem de seneste seks måneder, har haft mindst ét af symptomerne, på Kontor-Handel-Forretningsservice (15%), mens den mindste andel ses på Teknologi-Byggeri-Transport (10%). Dette dækker dog over en meget høj forekomst af kvinder på Teknologi-Byggeri-Transport, som næsten hver dag har mindst ét af symptomerne (23%).

I alt har en større andel kvindelige (16%) end mandlige elever (9%) haft mindst ét af symptomerne næsten dagligt gennem de seneste seks måneder.

Der ses mindre forskelle i andelen, som næsten dagligt har haft mindst et af symptomerne gennem de seneste seks måneder, blandt de tre aldersgrupper: 15-18 år (12%), 19-25 år (12%) og 26+ år (10%). På hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik ses dog større forskelle blandt aldersgrupperne, idet 17% af de 15-18-årige og 19-25-årige næsten hver dag har haft mindst ét af symptomerne sammenlignet med 9% blandt de 26+ -årige.

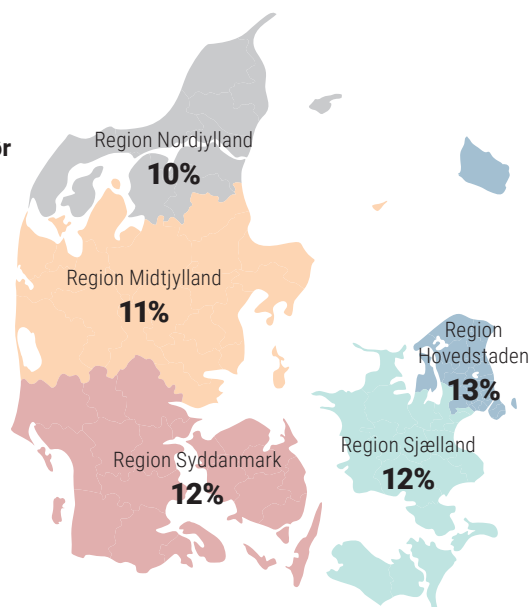
Tabel 12. Psykiske symptomer næsten hver dag inden for de seneste 6 måneder, opdelt på køn, alder og hovedområder.

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2576)	(n=3334)	(n=2265)	(n=1990)	(n=1559)	(n=5931)
Ked af det	9%	3%	5%	6%	4%	5%
Irritabel/i dårligt humør	11%	6%	9%	8%	6%	8%
Nervøs	9%	5%	5%	7%	7%	6%
Mindst ét af de ovenstående	16%	9%	12%	12%	10%	12%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=349)	(n=459)	(n=321)	(n=306)	(n=148)	(n=818)
Ked af det	10%	2%	5%	6%	4%	6%
Irritabel/i dårligt humør	10%	4%	8%	7%	5%	7%
Nervøs	10%	3%	6%	6%	5%	6%
Mindst ét af de ovenstående	18%	6%	12%	11%	10%	11%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=567)	(n=444)	(n=618)	(n=253)	(n=138)	(n=1011)
Ked af det	10%	6%	8%	9%	7%	8%
Irritabel/i dårligt humør	13%	10%	12%	12%	9%	12%
Nervøs	9%	7%	6%	12%	11%	8%
Mindst ét af de ovenstående	17%	13%	14%	19%	13%	15%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1467)	(n=247)	(n=300)	(n=530)	(n=871)	(n=1715)
Ked af det	7%	3%	7%	10%	4%	6%
Irritabel/i dårligt humør	8%	7%	11%	12%	5%	8%
Nervøs	8%	4%	9%	10%	5%	7%
Mindst ét af de ovenstående	13%	9%	17%	17%	9%	13%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=193)	(n=2184)	(n=1026)	(n=901)	(n=402)	(n=2387)
Ked af det	11%	3%	3%	3%	4%	3%
Irritabel/i dårligt humør	11%	6%	7%	6%	6%	6%
Nervøs	12%	4%	4%	4%	8%	5%
Mindst ét af de ovenstående	23%	8%	9%	9%	11%	10%

I alt svarer 12% af EUX-eleverne, at de næsten dagligt inden for de seneste seks måneder har oplevet mindst ét af symptomerne; ked af det, irritabel/i dårligt humør eller nervøs, mens det samme gælder for 11% af EUD-eleverne.

På landsplan ses den højeste forekomst af elever, der næsten hver dag har haft mindst ét af symptomerne gennem de seneste seks måneder, i Region Hovedstaden (13%), mens den laveste forekomst er i Region Nordjylland (10%) (figur 11).

Figur 11. Andel, der inden for de seneste seks måneder næsten hver dag har haft mindst ét af symptomerne; ked af det, irriteret/i dårligt humør eller nervøs, opdelt på regioner.



Inspiration til at arbejde med forebyggelse indenfor mental sundhed og trivsel

Herunder har vi listet en række henvisninger til hjemmesider, rapporter og projekter, hvor det er muligt at finde redskaber og hente inspiration til at arbejde

med forebyggelse inden for mental sundhed og trivsel på erhvervsuddannelserne.

Websites:

- www.psykiatrifonden.dk/boern-unge/til-undervisere/trivsel-smiley.aspx
- www.psykiatrifonden.dk/boern-unge/sig-det-hoejt.aspx
- www.sst.dk/da/Viden/Mental-sundhed
- www.sund-by-net.dk/sundhedsemner/mental-sundhed/
- www.emu.dk/eud/forskning-og-viden/trivsel-og-inkluderende-laeringsmiljoer

Rapporter/inspirationskataloger:

- Forebyggelsespakke – Mental sundhed:
www.sst.dk/da/udgivelser/2018/forebyggelsespakke-mental-sundhed
- Trivsel, Fællesskab & Faglighed på erhvervsskoler:
www.sdu.dk/da/sif/rapporter/2017/trivsel_faellesskab_faglighed_paa_erhvervsskoler
- Metodehåndbog – 19 veje til bedre trivsel på ungdomsuddannelserne:
www.dcum.dk/vaerktoej-og-inspiration/19-veje-til-bedre-trivsel-paa-ungdomsuddannelserne
- Forebyggende indsatser til unge i psykisk mistrivsel:
www.vive.dk/da/udgivelser/forebyggende-indsatser-til-unge-i-psykisk-mistrivsel-10315/
- Indsatser der fremmer mental sundhed hos børn og unge:
www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2016/Indsatser-der-fremmer-mental-sundhed-hos-b%C3%B8rn-og-unge.ashx?la=da&hash=C2287694B0A29EAF5FD02FE9B4740E68DB51ED9

Rygning

Tobaksrygning er den forebyggelige faktor, der er skyld i flest dødsfald og mest sygdom i Danmark. Hver dag dør i gennemsnit 37 danskere af rygning [14], og hver dag starter 40 børn og unge med at ryge [27].

I 2017 røg 17% af de 16-24-årige mænd og 14% af kvinderne i samme aldersgruppe dagligt [6], hertil kommer 13%, der røg lejlighedsvist [28]. Ses der på alle voksne over 15 år, var der i 2018 23%, som røg dagligt eller lejlighedsvist - heraf var 17% dagligrygere [29]. Desværre viser de nyeste tal, at tendensen går den forkerte vej i Danmark, modsat mange andre europæiske lande [30], da andelen af rygere er steget – også blandt de unge [6, 29, 31].

Ses der alene på erhvervsskoleelever, viste Ungdomsprofilen fra 2014, at 37% af erhvervsskoleelever røg dagligt og 20% lejlighedsvist.

De sundhedsmæssige konsekvenser af rygning er størst i teenageårene, hvor kroppen endnu ikke er fuldt udviklet [32–34], og jo tidligere, man starter med at ryge, des sværere er det at stoppe senere i livet [33, 35]. Særligt blandt unge er rygning forbundet med et socialt fællesskab – og rygning kan fx ved skolestart ses som indgangsbilletten til et fællesskab og en måde at komme i kontakt med nye venner [33].

En undersøgelse fra 2017 viser, at der ses en udpræget rygekultur på flere erhvervsskoler. Fx ryger de ansatte og eleverne ofte sammen, og rygning bliver betragtet som et socialt samlingssted for eleverne [36]. Rygning i skoletiden har vist sig at fremme og fastholde rygning blandt unge, hvilket blandt andet skyldes, at rygning på denne måde i højere grad bliver opfattet som socialt acceptabelt [37].

I alt 81% af dem, der ryger eller har røget, startede med at ryge, inden de var fyldt 18 år [31]. Blandt de 16-24-årige dagligrygere ønsker fire ud af fem at stoppe med at ryge [6], og omkring tre ud af fire rygere eller eksrygere ville aldrig have startet med at ryge, hvis de kunne leve deres liv om [29].

I Danmark er cigaretter den mest almindelige tobaksform, men i de seneste år er alternative tobaks- og nikotinprodukter, såsom e-cigaretter, snus og vandpibe, kommet til at fylde mere - særligt blandt unge [1,7]. Verdenssundhedsorganisationen WHO vurderer,

at alle former for alternative tobaks- og nikotinprodukter er skadelige, og Sundhedsstyrelsen anbefaler, at man ikke bruger disse produkter [38].

UNG19 EUD belyser primært rygning af cigaretter, og hvis andet ikke er nævnt, menes der rygning af cigaretter. I dette kapitel belyses erhvervsskoleelevers rygning ved hjælp af spørgsmål om rygevaner, rygning på skolen, holdning til rygning og til sidst belyses brug af e-cigaretter, snus og vandpibe.

Rygevaner – almindelige cigaretter

I dette afsnit belyses elevernes rygevaner, hvor meget de ryger, alder for rygestart, hvor afhængige de er af cigaretter samt hvor stor en andel, som ønsker at stoppe med at ryge.

Andel rygere

Elevernes rygevaner er belyst ved et spørgsmål, om hvorvidt de ryger cigaretter. Rygerne er inddelt i daglig- og lejlighedsrygere, hvor lejlighedsrygere er dem, der har svaret, at de ryger hver uge eller sjældnere end hver uge. Denne inddeling svarer til Sundhedsstyrelsens definition på rygere [38].

Det fremgår af tabel 13, at 29% af erhvervsskoleelever ryger dagligt og 9% ryger lejlighedsvist.

Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og Teknologi-Byggeri-Transport er de hovedområder, hvor de største andele af elever ryger - her er 31% dagligrygere, mens de mindste andele ses på Omsorg-Sundhed-Pædagogik og Kontor-Handel-Forretningsservice, hvor henholdsvis 28% og 24% ryger dagligt.

Der er ingen forskel på andelen blandt kvindelige og mandlige elever, der dagligt ryger (29%) – men opdelt på hovedområder ses det, at der på Teknologi-Byggeri-Transport er væsentligt flere dagligrygere blandt kvindelige (43%) end mandlige elever (30%).

Den mindste andel af dagligrygere ses blandt de yngste elever, hvor 22% blandt de 15-18-årige ryger dagligt. Dette gælder for 35% i aldersgruppen 19-25-årige og 31% blandt de 26+-årige.

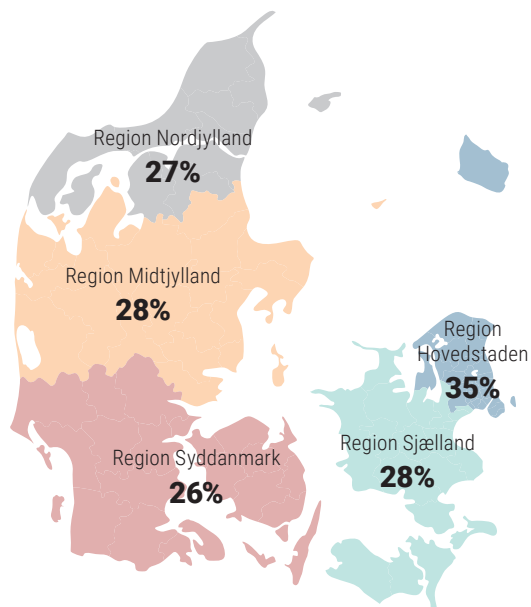
Tabel 13. Andel rygere (almindelige cigaretter), opdelt på køn, alder og hovedområder.

Ryger du cigaretter (ikke e-cigaretter)?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n= 2635)	(n=3419)	(n=2330)	(n=2034)	(n=1592)	(n=6075)
Ja, hver dag	29%	29%	22%	35%	31%	29%
Ja, lejlighedsvist	7%	10%	12%	9%	6%	9%
Nej, jeg er holdt op	13%	12%	8%	11%	22%	12%
Nej, jeg har prøvet enkelte gange	23%	25%	28%	22%	19%	24%
Nej, aldrig	28%	24%	29%	23%	22%	26%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=356)	(n=470)	(n=330)	(n=311)	(n=150)	(n=836)
Ja, hver dag	32%	30%	22%	38%	32%	31%
Ja, lejlighedsvist	5%	8%	6%	8%	4%	6%
Nej, jeg er holdt op	10%	8%	7%	10%	15%	9%
Nej, jeg har prøvet enkelte gange	23%	27%	27%	24%	25%	26%
Nej, aldrig	31%	27%	38%	21%	25%	29%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=577)	(n=459)	(n=636)	(n=260)	(n=138)	(n=1036)
Ja, hver dag	25%	22%	19%	30%	35%	24%
Ja, lejlighedsvist	10%	14%	12%	12%	5%	12%
Nej, jeg er holdt op	12%	12%	9%	10%	29%	12%
Nej, jeg har prøvet enkelte gange	27%	27%	30%	25%	18%	27%
Nej, aldrig	27%	25%	30%	23%	13%	26%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1502)	(n=253)	(n=308)	(n=544)	(n=890)	(n=1756)
Ja, hver dag	27%	30%	20%	35%	25%	28%
Ja, lejlighedsvist	6%	8%	9%	7%	5%	6%
Nej, jeg er holdt op	16%	25%	10%	13%	22%	17%
Nej, jeg har prøvet enkelte gange	22%	17%	26%	21%	19%	21%
Nej, aldrig	29%	21%	35%	23%	28%	28%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=200)	(n=2237)	(n=1056)	(n=919)	(n=414)	(n=2447)
Ja, hver dag	43%	30%	25%	36%	36%	31%
Ja, lejlighedsvist	8%	10%	13%	9%	7%	10%
Nej, jeg er holdt op	13%	12%	8%	12%	22%	12%
Nej, jeg har prøvet enkelte gange	13%	25%	28%	21%	19%	24%
Nej, aldrig	24%	23%	26%	23%	18%	23%

I alt 19% EUX-elever er dagligrygere, mens det samme gælder for 32% EUD-elever.

Den højeste forekomst af dagligrygere er i Region Hovedstaden (35%) set i forhold til de fire øvrige regioner (26-28%) (figur 12).

Figur 12. Andel dagligrygere blandt erhvervsskoleelever, opdelt på regioner.



Cigaretforbrug

Dagligrygerne er blevet spurgt om, hvor mange cigaretter de ryger dagligt. En storryger defineres ved at ryge mere end 15 cigaretter om dagen [38].

Det ses af tabel 14, at 26% af dem, der ryger dagligt, er storrygere. I alt er det gennemsnitlige forbrug af cigaretter blandt dagligrygere 12,4 cigaretter om dagen.

Hovedområderne med de største andele af storrygere er Teknologi-Byggeri-Transport (30%) og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (27%), mens de mindste andele er på Kontor-Handel-Forretningsservice og Omsorg-Sundhed-Pædagogik (20%).

Der er en større andel af mandlige storrygere (30%) end kvindelige (21%).

Samlet set er der større andele af storrygere blandt de 19-25-årige (29%) og 26+-årige (26%) end blandt de yngre (23%). Opdelt på hovedområder og alder er der markant større andele af storrygere på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (31%) og Teknologi-Byggeri-Transport (26%) blandt de helt unge 15-18-årige end på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (13%) og Kontor-Handel-Forretningsservice (17%).

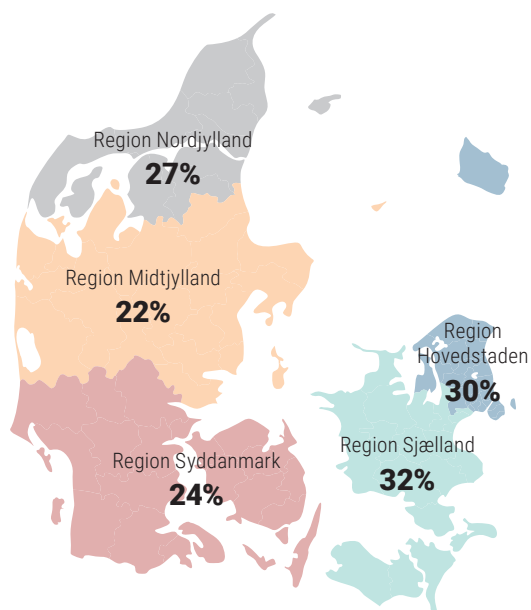
Tabel 14. Dagligt cigaretforbrug, opdelt på køn, alder og hovedområder (dagligrygere).

Hvor mange cigaretter ryger du dagligt?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=750)	(n=981)	(n=510)	(n=712)	(n=469)	(n=1738)
<5 cigaretter	6%	7%	9%	7%	5%	7%
5-15 cigaretter	73%	63%	69%	65%	69%	67%
>15 cigaretter (storryger)	21%	30%	23%	29%	26%	26%
Gennemsnitlig antal cigaretter/dag	11,5	12,8	11,7	12,7	12,6	12,4
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=111)	(n=136)	(n=68)	(n=119)	(n=48)	(n=250)
<5 cigaretter	9%	6%	7%	8%	-	7%
5-15 cigaretter	69%	63%	62%	65%	75%	66%
>15 cigaretter (storryger)	23%	31%	31%	27%	21%	27%
Gennemsnitlig antal cigaretter/dag						12,3
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=145)	(n=100)	(n=119)	(n=78)	(n=48)	(n=245)
<5 cigaretter	4%	10%	8%	6%	-	7%
5-15 cigaretter	76%	69%	75%	72%	71%	73%
>15 cigaretter (storryger)	20%	21%	17%	22%	27%	20%
Gennemsnitlig antal cigaretter/dag						11,5
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=408)	(n=75)	(n=61)	(n=191)	(n=225)	(n=483)
<5 cigaretter	7%	11%	8%	8%	7%	7%
5-15 cigaretter	74%	69%	79%	74%	71%	73%
>15 cigaretter (storryger)	20%	20%	13%	18%	23%	20%
Gennemsnitlig antal cigaretter/dag						11,5
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=86)	(n=670)	(n=262)	(n=324)	(n=148)	(n=760)
<5 cigaretter	-	7%	9%	6%	5%	7%
5-15 cigaretter	73%	62%	66%	60%	64%	63%
>15 cigaretter (storryger)	22%	31%	26%	34%	30%	30%
Gennemsnitlig antal cigaretter/dag						13,0

I alt 21% EUX-elever er storrygere. Det samme gælder for 27% EUD-elever.

De største andele af storrygere (>15 cigaretter/dag) ses i Region Sjælland (32%) og Region Hovedstaden (30%), hvorimod de mindste andele ses i Region Midtjylland (22%) og Region Syddanmark (24%) (figur 13).

Figur 13. Andel storrygere (>15 cigaretter/dag), opdelt på regioner.



Afhængighed

Graden af cigaretafhængighed er målt ved spørgsmålet 'Hvor lang tid går der, fra du vågner, til du ryger dagens første cigaret?' Sundhedsstyrelsen definerer en ryger som afhængig af cigaretter, hvis han/hun ryger inden for 30 minutter efter at være vågnet, og svært afhængig, hvis den første cigaret ryges inden for 5 minutter [39].

Det fremgår af tabel 15, at 57% af dem, der ryger dagligt, er afhængige eller svært afhængige af deres cigaretter, da de ryger dagens første cigaret inden for 30 minutter efter at være vågnet.

Opdelt på hovedområder ses de største andele af afhængige og svært afhængige dagligrygere på Teknologi-Byggeri-Transport (61%) og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelse (57%), mens den mindste andel er på Kontor-Handel-Forretningsservice (49%).

Der er en større andel af mandlige dagligrygere (60%), som er afhængige eller svært afhængige af cigaretter, end kvindelige dagligrygere (52%).

Det er stort set ingen aldersforskelle i andelen, der er afhængige eller svært afhængige af cigaretter.

Tabel 15. Afhængighed af cigaretter, opdelt på køn, alder og hovedområder (dagligrygere).

Hvor lang tid går der, fra du vågner, til du ryger dagens første cigaret?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=751)	(n=996)	(n=520)	(n=715)	(n=469)	(n=1754)
Under 5 minutter (svært afhængig)	13%	16%	15%	15%	14%	15%
6-30 minutter (afhængig)	39%	44%	41%	42%	44%	42%
31-60 minutter	25%	23%	24%	25%	23%	24%
Over 60 minutter	23%	17%	20%	17%	20%	19%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=112)	(n=140)	(n=71)	(n=119)	(n=48)	(n=255)
Under 5 minutter (svært afhængig)	12%	23%	21%	14%	17%	18%
6-30 minutter (afhængig)	38%	41%	34%	40%	50%	39%
31-60 minutter	27%	18%	24%	25%	13%	22%
Over 60 minutter	24%	19%	21%	20%	21%	22%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=145)	(n=103)	(n=122)	(n=78)	(n=48)	(n=248)
Under 5 minutter (svært afhængig)	12%	19%	13%	18%	17%	15%
6-30 minutter (afhængig)	36%	30%	37%	23%	42%	34%
31-60 minutter	27%	31%	30%	31%	23%	29%
Over 60 minutter	25%	19%	21%	28%	19%	23%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=408)	(n=75)	(n=61)	(n=191)	(n=225)	(n=483)
Under 5 minutter (svært afhængig)	13%	12%	8%	15%	12%	13%
6-30 minutter (afhængig)	41%	47%	38%	35%	49%	42%
31-60 minutter	25%	25%	38%	27%	21%	25%
Over 60 minutter	21%	16%	16%	23%	19%	20%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=86)	(n=678)	(n=266)	(n=327)	(n=148)	(n=768)
Under 5 minutter (svært afhængig)	17%	15%	15%	15%	14%	15%
6-30 minutter (afhængig)	42%	47%	45%	50%	40%	46%
31-60 minutter	20%	23%	20%	23%	26%	23%
Over 60 minutter	21%	16%	20%	12%	20%	17%

Debutalder

Jo tidligere man starter med at ryge, jo sværere er det at stoppe senere i livet og des større sundhedsmæssige konsekvenser [33, 40]. Blandt andet med begrundelse i dette, er det først lovligt at købe cigaretter, når man er fyldt 18 år.

Alle, der har prøvet at ryge en cigaret, er blevet spurgt om deres alder for, hvornår de røg deres første cigaret.

Tabel 16 viser, at 64% af de elever, der har prøvet at ryge en cigaret, røg deres første cigaret, da de var 15 år eller yngre og 91% var under 18 år.

Den største andel af elever, som røg deres første cigaret i en alder af 15 år eller yngre, er fra hovedområdet Teknologi-Byggeri-Transport (66%), mens den mindste andel er fra Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (59%).

Samlet set er der ingen forskelle på, hvor mange kvindelige og mandlige elever der røg deres første cigaret, da de var 15 år eller yngre (64%) – men ser vi på dem, der var under 12 år, er andelen af kvindelige elever langt større på Teknologi-Byggeri-Transport (17%) end på de øvrige hovedområder (8-9%).

Samlet set ses der ikke nogen væsentlige forskelle mellem de forskellige aldersgrupper.

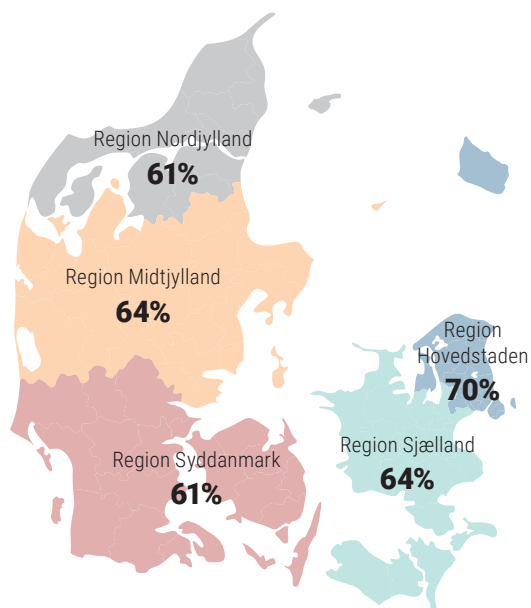
Tabel 16. Debutalder for første cigaret, opdelt på køn, alder og hovedområder (alle der har prøvet at ryge).

Hvor gammel var du, da du røg din første cigaret?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=1886)	(n=2602)	(n=1634)	(n=1570)	(n=1215)	(n=4505)
<12 år	10%	10%	9%	11%	9%	10%
12-15 år	54%	54%	56%	52%	55%	54%
16-17 år	27%	27%	33%	26%	18%	27%
18 år eller ældre	10%	8%	2%	11%	18%	9%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=247)	(n=341)	(n=205)	(n=247)	(n=113)	(n=596)
<12 år	9%	9%	8%	9%	8%	9%
12-15 år	53%	47%	51%	49%	49%	50%
16-17 år	28%	34%	38%	30%	23%	31%
18 år eller ældre	11%	10%	2%	12%	20%	10%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=422)	(n=343)	(n=443)	(n=201)	(n=120)	(n=765)
<12 år	9%	6%	5%	10%	12%	8%
12-15 år	58%	56%	58%	54%	57%	57%
16-17 år	29%	32%	34%	28%	18%	30%
18 år eller ældre	5%	6%	2%	9%	13%	6%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1065)	(n=201)	(n=200)	(n=418)	(n=641)	(n=1267)
<12 år	8%	9%	7%	10%	8%	8%
12-15 år	53%	56%	50%	52%	55%	53%
16-17 år	25%	18%	42%	26%	17%	24%
18 år eller ældre	14%	17%	3%	12%	20%	15%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=152)	(n=1717)	(n=786)	(n=704)	(n=341)	(n=1877)
<12 år	17%	11%	12%	13%	9%	12%
12-15 år	48%	55%	56%	52%	55%	54%
16-17 år	24%	26%	30%	24%	18%	26%
18 år eller ældre	11%	8%	2%	11%	17%	8%

Blandt de EUX-elever, som har prøvet at ryge, røg 60% deres første cigaret, da de var 15 år eller yngre, mens det samme gælder for 65% EUD-elever.

Den højeste forekomst af elever, som røg deres første cigaret, da de var 15 år eller yngre, er i Region Hovedstaden (70%). De laveste forekomster er i Region Nordjylland og Region Syddanmark (61%) (figur 14).

Figur 14. Andel, der røg den første cigaret, da de var 15 år eller yngre, opdelt på regioner.



Ønske om rygestop

Dem, der ryger, kan inddeles i tre stadier i forhold til, hvor parate de er for at indlede et rygestopforløb [41]. De tre stadier er før-overvejelse (vil gerne stoppe, men har ikke planlagt det), overvejselsesfase (planlægger at stoppe inden for seks måneder) og forberedelsesfase (planlægger at stoppe inden for nærmeste fremtid/ 1 måned).

Daglig- og lejlighedsrygerne er blevet spurgt, om de gerne vil holde op med at ryge cigaretter med svar-kategorier, der gør det muligt at inddele dem i de tre stadier.

En stor andel af dem, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, svarer, at de gerne vil holde op med at ryge (69%) – men langt størstedelen er i før-overvejselsesfasen (53%). Det vil sige, de ikke har konkrete planer for, at det skal ske inden for de næste seks måneder. Alene 16% af daglig- og lejlighedsrygere planlægger at stoppe inden for de kommende seks måneder (tabel 17).

Der ses ingen store forskelle blandt de fire hoved-områder, køn og alder i andelen, der planlægger at stoppe med at ryge inden for seks måneder.

Ses der på dem, der slet ikke ønsker at stoppe, er andelen størst på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser, Kontor-Handel-Forretningsservice og Teknologi-Byggeri-Transport (31-33%), og mindst på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (22%).

Der er en lidt større andel af mandlige elever (32%), som slet ikke ønsker at holde op med at ryge cigaretter, end kvindelige elever (27%).

Andelen, som ikke ønsker at stoppe med at ryge, er størst i den yngste aldersgruppe (33%) og mindst i den ældste aldersgruppe (25%).

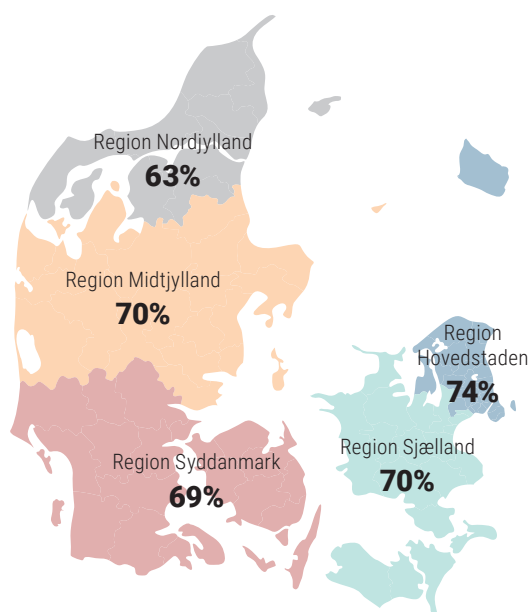
Tabel 17. Ønske om rygestop, opdelt på køn, alder og hovedområder (daglig- og lejlighedsrygere).

Vil du gerne holde op med at ryge cigaretter?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=930)	(n=1344)	(n=782)	(n=890)	(n=555)	(n=2284)
Nej	27%	32%	33%	29%	25%	30%
Ja, men jeg har ikke planlagt hvornår (før-overvejselsesfase)	57%	52%	50%	56%	55%	53%
Ja, jeg planlægger at holde op inden for 6 måneder (overvejselsesfase)	9%	8%	9%	7%	12%	8%
Ja, jeg planlægger at holde op inden for 1 måned (forberedelsesfase)	8%	8%	8%	9%	7%	8%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=128)	(n=175)	(n=92)	(n=143)	(n=54)	(n=308)
Nej	30%	34%	34%	32%	26%	33%
Ja, men jeg har ikke planlagt hvornår	56%	50%	50%	54%	56%	52%
Ja, jeg planlægger at holde op inden for 6 måneder	6%	7%	7%	7%	-	7%
Ja, jeg planlægger at holde op inden for 1 måned	9%	9%	10%	7%	13%	9%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=200)	(n=167)	(n=201)	(n=110)	(n=55)	(n=367)
Nej	28%	34%	33%	27%	27%	31%
Ja, men jeg har ikke planlagt hvornår	59%	47%	49%	59%	56%	53%
Ja, jeg planlægger at holde op inden for 6 måneder	7%	11%	10%	6%	9%	9%
Ja, jeg planlægger at holde op inden for 1 måned	7%	9%	8%	7%	-	8%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=501)	(n=94)	(n=87)	(n=231)	(n=271)	(n=595)
Nej	22%	22%	24%	23%	21%	22%
Ja, men jeg har ikke planlagt hvornår	58%	64%	52%	61%	59%	59%
Ja, jeg planlægger at holde op inden for 6 måneder	12%	7%	15%	7%	14%	11%
Ja, jeg planlægger at holde op inden for 1 måned	8%	6%	9%	9%	7%	8%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=101)	(n=908)	(n=402)	(n=406)	(n=175)	(n=1014)
Nej	32%	32%	34%	30%	29%	32%
Ja, men jeg har ikke planlagt hvornår	51%	52%	51%	54%	52%	52%
Ja, jeg planlægger at holde op inden for 6 måneder	8%	8%	8%	6%	13%	8%
Ja, jeg planlægger at holde op inden for 1 måned	10%	8%	8%	10%	6%	8%

Der ses kun mindre forskelle i andelen af elever på EUX og EUD, der ønsker at stoppe med at ryge på et tidspunkt (67% vs. 70%).

Den største andel af elever, som gerne vil holde op med at ryge på et tidspunkt, er i Region Hovedstaden (74%), mens den mindste andel er i Region Nordjylland (63%) (figur 15).

Figur 15. Andel daglig- og lejlighedsrygere, der gerne vil holde op med at ryge på et tidspunkt, opdelt på regioner.



Rygning på skolen

Et vigtigt tobaksforebyggende tiltag er at skabe røgfri miljøer gennem politikker, der regulerer rygning, så rygning ikke er tilgængeligt eller synligt [42, 43]. Synlig rygning og rygning sammen med ansatte på uddannelsesinstitutioner skaber en uhensigtsmæssig kultur, der fremmer og fastholder børn og unge i rygning [33]. Rygekulturen på erhvervsskolerne er belyst ved spørgsmål om, hvor meget, der bliver røget i løbet af skoledagen, og om eleverne ryger sammen med de ansatte. Desuden er det undersøgt, hvor synlig rygning er for eleverne.

Cigaretforbrug i løbet af skoledagen

Dagligrygere er blevet spurgt om, hvor mange cigaretter de normalt ryger i løbet af en skoledag.

Kun 3% af dagligrygerne ryger IKKE i løbet af skoledagen. Samlet set ryger 92% dagligrygere tre cigaretter eller flere i løbet af en skoledag. I gennemsnit ryger dagligrygere 6,3 cigaretter i løbet af skoledagen (tabel 18).

De største andele af dagligrygere, der ryger tre eller flere cigaretter i løbet af en skoledag, er fra hovedområderne Kontor-Handel-Forretningservice (96%), Teknologi-Byggeri-Transport (94%) og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (94%). Den mindste andel er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (79%). Ligesom der på Omsorg-Sundhed-Pædagogik er en langt mindre andel, som ryger 6+ cigaretter i løbet af en skoledag (22%) sammenlignet med de tre andre hovedområder (40-53%).

Der er en større andel af mandlige elever (94%) sammenlignet med kvindelige elever (88%), som ryger tre eller flere cigaretter i løbet af en skoledag.

Blandt de to yngste aldersgrupper (15-18-årige og 19-25-årige) er der større andele (94%), som ryger tre eller flere cigaretter i løbet af en skoledag sammenlignet med den ældste aldersgruppe (85%).

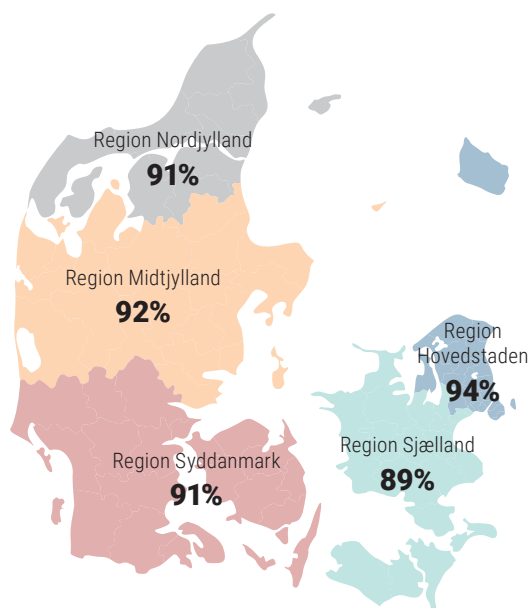
Tabel 18. Cigaretforbrug i løbet af skoledage, opdelt på køn, alder og hovedområder (dagligrygere).

Inden for den seneste uge, hvor mange cigaretter røg du i alt, de dage du var i skole?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=750)	(n=983)	(n=512)	(n=713)	(n=468)	(n=1740)
0 cigaretter	4%	2%	2%	2%	6%	3%
1-2 cigaretter	8%	4%	4%	4%	9%	6%
3-5 cigaretter	53%	43%	46%	47%	48%	47%
6+ cigaretter	35%	51%	48%	47%	37%	45%
Gennemsnitligt antal per dag	5,3	6,9	6,8	6,4	5,3	6,3
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=111)	(n=136)	(n=68)	(n=119)	(n=48)	(n=250)
0 cigaretter	-	-	-	0%	-	-
1-2 cigaretter	11%	-	-	5%	8%	5%
3-5 cigaretter	39%	43%	40%	45%	38%	41%
6+ cigaretter	50%	56%	56%	50%	52%	53%
Gennemsnitligt antal per dag						6,7
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=145)	(n=101)	(n=120)	(n=78)	(n=48)	(n=246)
0 cigaretter	-	4%	-	-	-	-
1-2 cigaretter	3%	-	4%	-	0%	3%
3-5 cigaretter	59%	51%	57%	53%	58%	56%
6+ cigaretter	37%	43%	38%	42%	38%	40%
Gennemsnitligt antal per dag						6,5
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=408)	(n=75)	(n=61)	(n=191)	(n=225)	(n=483)
0 cigaretter	9%	7%	-	6%	12%	8%
1-2 cigaretter	13%	13%	10%	7%	19%	13%
3-5 cigaretter	57%	53%	57%	63%	52%	57%
6+ cigaretter	21%	27%	31%	24%	17%	22%
Gennemsnitligt antal per dag						4,4
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=86)	(n=671)	(n=263)	(n=325)	(n=147)	(n=761)
0 cigaretter	0%	2%	3%	-	-	2%
1-2 cigaretter	-	4%	3%	4%	5%	4%
3-5 cigaretter	44%	41%	40%	42%	45%	42%
6+ cigaretter	52%	52%	53%	54%	48%	52%
Gennemsnitligt antal per dag						6,7

I alt 93% af dagligrygerne på EUX ryger tre cigaretter eller flere i løbet af en skoledag, mens det samme gælder for 91% af dagligrygerne på EUD.

Blandt regioner er den største andel af dagligrygere, der ryger tre eller flere cigaretter i løbet af en skoledag, i Region Hovedstaden (94%), mens den mindste andel er i Region Sjælland (89%) (figur 16).

Figur 16. Andel dagligrygere, der ryger tre eller flere cigaretter i løbet af en skoledag, opdelt på regioner.



Rygning sammen med ansatte fra erhvervsskolen

Ansatte, fx lærere, er forbilleder, særligt for de yngre elever, og det er derfor problematisk, når de ryger sammen med eleverne. Synlig rygning blandt lærere øger sandsynligheden for, at eleverne ryger [44]. Det gælder både, hvis ansatte ryger sammen med elever dagligt, og hvis det 'kun' sker engang imellem. Elever, der ryger, er blevet spurgt, hvor ofte de ryger sammen med ansatte fra skolen og svarkategorierne altid, næsten altid og engang imellem er slået sammen, som et samlet mål for rygning sammen med ansatte.

Det fremgår af tabel 19, at samlet set ryger 33% af dem, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, sammen med ansatte fra erhvervsskolen.

Der er forholdsvis store forskelle på hovedområderne, hvor de største andele af elever, som ryger med ansatte, er fra Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (44%) og Teknologi-Byggeri-Transport (38%) sammenlignet med Omsorg-Sundhed-Pædagogik (20%) og Kontor-Handel-Forretningsservice (22%).

Der er generelt en større andel af mandlige daglig- og lejlighedsrygere (37%), der ryger sammen med ansatte fra erhvervsskolen, end kvindelige daglig- og lejlighedsrygere (24%).

Samlet set, er der 27% af daglig- og lejlighedsrygere i alderen 15-18 år, der ryger med ansatte fra erhvervsskolen. Det gælder for 34-35% i de to andre aldersgrupper.

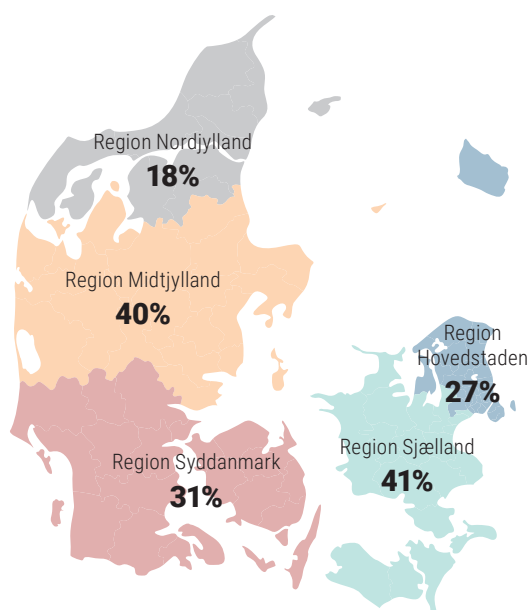
Tabel 19. Rygning sammen med ansatte, opdelt på køn, alder og hovedområder (daglig- og lejlighedsrygere).

Ryger du, når du er sammen med ansatte fra erhvervsskolen?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=930)	(n=1345)	(n=783)	(n=890)	(n=555)	(n=2285)
Ja, altid	12%	16%	11%	15%	17%	15%
Næsten altid	3%	4%	3%	4%	4%	4%
Engang imellem	9%	17%	13%	15%	14%	14%
Sjældent	12%	13%	15%	12%	12%	13%
Aldrig	64%	50%	58%	55%	53%	55%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=128)	(n=175)	(n=92)	(n=143)	(n=54)	(n=308)
Ja, altid	17%	21%	17%	17%	22%	19%
Næsten altid	-	5%	-	5%	-	4%
Engang imellem	12%	25%	22%	19%	13%	21%
Sjældent	17%	15%	24%	13%	17%	16%
Aldrig	52%	33%	35%	47%	44%	41%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=200)	(n=167)	(n=201)	(n=110)	(n=55)	(n=367)
Ja, altid	10%	10%	9%	10%	15%	10%
Næsten altid	-	4%	4%	0%	-	3%
Engang imellem	8%	10%	6%	12%	11%	9%
Sjældent	10%	7%	11%	5%	9%	9%
Aldrig	71%	69%	71%	74%	62%	70%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=501)	(n=95)	(n=88)	(n=231)	(n=271)	(n=596)
Ja, altid	9%	14%	7%	10%	11%	10%
Næsten altid	4%	5%	-	7%	3%	4%
Engang imellem	6%	10%	-	7%	7%	6%
Sjældent	9%	15%	18%	8%	9%	10%
Aldrig	72%	57%	69%	69%	71%	70%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=101)	(n=908)	(n=402)	(n=406)	(n=175)	(n=1014)
Ja, altid	20%	16%	12%	18%	21%	17%
Næsten altid	-	4%	3%	4%	5%	4%
Engang imellem	19%	17%	16%	16%	21%	17%
Sjældent	19%	14%	14%	15%	15%	15%
Aldrig	41%	49%	54%	47%	38%	48%

Samlet set er der 23% af daglig- og lejlighedsrygere blandt EUX-elever, der altid, næsten altid eller engang imellem ryger med ansatte, mens det samme gælder for 35% blandt EUD-elever.

Der ses markante forskelle på landsplan, hvor de største andele, der altid, næsten altid eller engang imellem ryger med ansatte, ses i Region Sjælland (41%) og Region Midtjylland (40%), mens den mindste andel ses i Region Nordjylland (18%) (figur 17).

Figur 17. Andel daglig- og lejlighedsrygere, der altid, næsten altid eller engang imellem ryger sammen med ansatte fra erhvervsskolen, opdelt på regioner.



Synlig rygning på skolen

Alle respondenter er blevet spurgt, hvor ofte de ser ansatte eller elever, der ryger cigaretter i løbet af skoledagen. I det efterfølgende er de tre svarkategorier hver dag/flere gange dagligt, næsten dagligt/et par gange om ugen og cirka en gang om ugen slået sammen til 'ser ansatte ryge' og 'ser elever ryge'.

Da synlig rygning primært hænger sammen med strukturelle forhold og regler på de enkelte matrikler, har vi valgt ikke at opdele i køn og alder, da disse forhold må forventes at være uafhængige af køn og alder.

Af tabel 20 ses, at i alt 55% af erhvervsskoleelever ser ansatte på skolen ryge cigaretter.

Der er en betydelig mindre andel elever på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (31%), der ser ansatte ryge, sammenlignet med de tre andre hovedområder (60-64%).

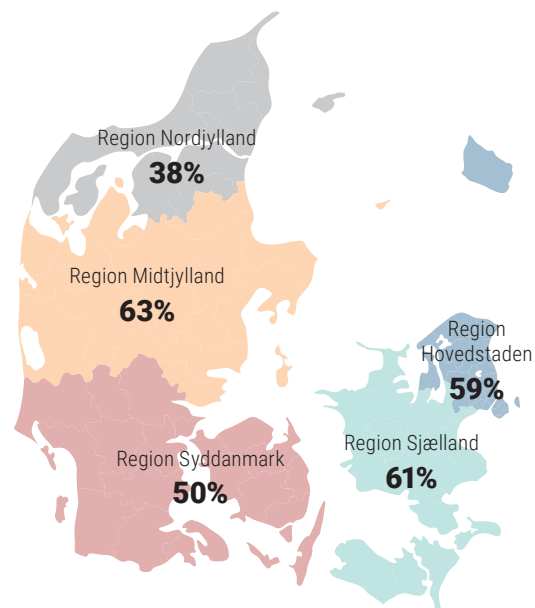
Tabel 20. Synlig rygning på skolen - de ansatte, opdelt på hovedområder.

Hvor ofte ser du ansatte på skolen, der ryger cigaretter i løbet af skoledagen?	Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	Kontor, Handel og Forretnings-service	Omsorg, Sundhed og Pædagogik	Teknologi, Byggeri og Transport	ALLE
Alle	(n=836)	(n=1034)	(n=1752)	(n=2436)	(n=6058)
Hver dag/flere gange dagligt	27%	32%	14%	31%	28%
Næsten hver dag/ et par gange om ugen	22%	23%	10%	19%	18%
Ca. en gang om ugen	11%	9%	7%	10%	9%
Mindre end hver uge/ et par gange om måneden	6%	4%	5%	4%	5%
Sjældnere	18%	11%	15%	16%	15%
Aldrig	17%	20%	49%	22%	25%

De højeste forekomster af elever, der ser ansatte på skolen ryge cigaretter, er i Region Midtjylland (63%), Region Sjælland (61%) og Region Hovedstaden (59%), mens den laveste forekomst er i Region Nordjylland (38%) (figur 18).

I alt 96% af erhvervsskoleelever ser andre elever ryge cigaretter i løbet af skoledagen, hvilket dækker over flere gange dagligt til cirka en gang om ugen. Der er kun mindre forskelle på køn, alder, på hovedområderne og uddannelsesspor.

Figur 18. Andel, der ser ansatte på erhvervsskolen ryge cigaretter, opdelt på regioner.



Holdning til rygning og røgfri skoletid

I dette afsnit afdækkes elevernes holdning til røgfri skoletid og til rygning generelt. Røgfri skoletid er en politik, der indebærer, at hverken elever eller ansatte må ryge i skoletiden/arbejdstiden – hverken på eller uden for skolens matrikel.

Røgfri skoletid om to år

Holdningen til røgfri skoletid er belyst ved et spørgsmål om, hvor eleverne synes, at skolen bør være om to år i forhold til røgfri skoletid. Røgfri skoletid blev defineret således i spørgeskemaet: *"Røgfri skoletid betyder, at elever og lærere hverken må ryge på eller uden for skolens område i løbet af skoledagen – heller ikke i pauser eller frikvarterer"*.

I alt 34% af erhvervsskoleelever synes, at skolen enten bør have indført røgfri skoletid eller være i gang med at indføre røgfri skoletid om to år, og 31% ved ikke, hvad de synes. Under en tredjedel synes ikke, at

skolen skal være i gang med at indføre røgfri skoletid om to år (31%) (tabel 21).

Tallene dækker over store forskelle på hovedområderne. Det er primært elever på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (50%), som synes, at deres skole bør være røgfri om to år, mens opbakningen er væsentligt lavere blandt de tre andre hovedområder (28-33%).

Der er en større andel af kvindelige (41%) end mandlige elever (31%), som synes, at skolen bør have indført eller være i gang med at indføre røgfri skoletid om to år.

Generelt er der en højere forekomst af de ældre elever på 26+ år (41%), der synes, at skolen bør have indført eller være i gang med at indføre røgfri skoletid om to år end blandt de yngre elever (32-33%).

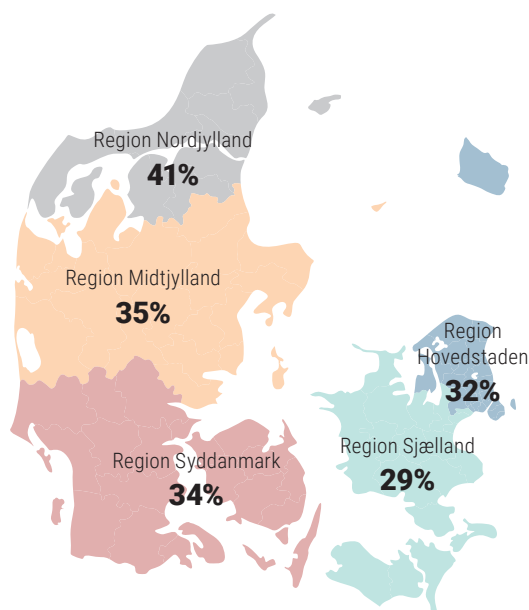
Tabel 21. Holdning til røgfri skoletid, opdelt på køn, alder og hovedområder.

Hvor synes du, at skolen bør være om to år i forhold til røgfri skoletid?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2620)	(n=3325)	(n=2276)	(n=2002)	(n=1569)	(n=5966)
Vi har indført røgfri skoletid	30%	20%	20%	22%	32%	23%
Vi er i gang med at indføre røgfri skoletid	11%	11%	12%	11%	9%	11%
Vi er ikke i gang med at indføre røgfri skoletid	25%	35%	32%	34%	23%	31%
Ved ikke	35%	35%	36%	34%	36%	35%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=356)	(n=470)	(n=330)	(n=311)	(n=150)	(n=836)
Vi har indført røgfri skoletid	20%	16%	18%	16%	22%	18%
Vi er i gang med at indføre røgfri skoletid	10%	10%	12%	9%	10%	10%
Vi er ikke i gang med at indføre røgfri skoletid	32%	39%	34%	39%	31%	36%
Ved ikke	38%	35%	36%	36%	37%	36%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=575)	(n=456)	(n=632)	(n=259)	(n=138)	(n=1031)
Vi har indført røgfri skoletid	24%	18%	20%	22%	24%	21%
Vi er i gang med at indføre røgfri skoletid	11%	13%	13%	11%	9%	12%
Vi er ikke i gang med at indføre røgfri skoletid	27%	32%	31%	29%	23%	29%
Ved ikke	39%	37%	36%	39%	44%	38%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1499)	(n=252)	(n=307)	(n=544)	(n=887)	(n=1752)
Vi har indført røgfri skoletid	40%	36%	39%	33%	43%	39%
Vi er i gang med at indføre røgfri skoletid	11%	10%	9%	13%	10%	11%
Vi er ikke i gang med at indføre røgfri skoletid	17%	23%	17%	23%	15%	18%
Ved ikke	33%	31%	35%	31%	33%	33%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=190)	(n=2147)	(n=1007)	(n=888)	(n=394)	(n=2357)
Vi har indført røgfri skoletid	21%	20%	18%	20%	27%	20%
Vi er i gang med at indføre røgfri skoletid	11%	11%	12%	11%	7%	11%
Vi er ikke i gang med at indføre røgfri skoletid	38%	35%	34%	37%	30%	35%
Ved ikke	31%	35%	36%	33%	36%	35%

I alt 38% EUX-elever synes, at skolen bør have eller være i gang med at indføre røgfri skoletid om to år, mens det samme gælder for 33% EUD-elever.

På regionsniveau ses den højeste forekomst af elever, som synes skolen bør have eller være i gang med at indføre røgfri skoletid om to år i Region Nordjylland (41%), mens den laveste forekomst ses i Region Sjælland (29%) (figur 19).

Figur 19. Andel, der synes, at skolen bør have eller være i gang med at indføre røgfri skoletid om to år, opdelt på regioner.



Holdning til forskellige udsagn om rygere

Alle respondenter er blevet spurgt om, hvor enige eller uenige de er i forskellige udsagn om rygning på deres skole.

Af tabel 22 ses, at 5% af samtlige elever er enige eller helt enige i, at dem, der ryger, ser seje ud. Der ses en tendens til, at der er en højere andel mænd end kvinder, der er enige i udsagnet. Der ses ingen større forskelle på hovedområde eller alder.

I alt 30% er enige eller helt enige i, at det ikke er rart at være i nærheden af nogen, der ryger. Den største andel af elever, der er enige eller helt enige i dette, er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (41%). De mindste andele er på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (29%) og Teknologi-Byggeri-Transport (26%). Desuden er der en større andel kvindelige (37%) end mandlige elever (26%), og større andel af ældre elever (26+ år), der er enige eller helt enige i dette (41%) sammenlignet med de to yngre aldersgrupper (27-28%).

Eleverne er også blevet spurgt, om de mener, at elever, der ryger, har nemmere ved at passe ind i fællesskabet på skolen. Dette er 22% af eleverne enige eller helt enige i. Der ses ingen større forskelle på hverken hovedområde, alder eller køn.

Der er samlet set 24% elever, som er enige eller helt enige i, at de fleste ikke synes, de skal ryge. Den største andel af elever, der er enige eller helt enige i dette, er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (31%), mens den mindste andel er på Teknologi-Byggeri-Transport (20%). En lidt større andel af kvindelige elever (28%) end mandlige elever (22%) er enige eller helt enige.

Slutteligt er der spurgt til, om elever, der ryger, har lettere ved at få venner – her svarer 19%, at det er de enige eller helt enige i. Den mindste andel af elever, der er enige eller helt enige i dette, er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (16%), mens andelen for de tre resterende hovedområder er større (20-21%). Overordnet set er der ingen større forskelle på hverken køn eller alder, men opdelt på køn og hovedområde, er der en større andel kvinder på Teknologi-Byggeri-Transport (29%) sammenlignet med kvinder på de øvrige hovedområder (16-21%), der er enige i, at elever, der ryger, har lettere ved at få venner.

Tabel 22. Andel, der er enige eller helt enige i forskellige udsagn om rygning, opdelt på køn, alder og hovedområde.

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2633)	(n=3409)	(n=2325)	(n=2029)	(n=1590)	(n=6063)
Elever, der ryger, ser seje ud	3%	6%	5%	4%	5%	5%
Det er ikke rart at være i nærheden af nogen, der ryger	37%	26%	27%	28%	41%	30%
Elever, der ryger, har lettere ved at passe ind i fællesskabet på skolen	22%	23%	23%	22%	21%	22%
De fleste synes ikke, at jeg skal ryge	28%	22%	25%	21%	25%	24%
Elever, der ryger, har lettere ved at få venner	20%	19%	19%	20%	18%	19%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=356)	(n=470)	(n=330)	(n=311)	(n=150)	(n=836)
Elever, der ryger, ser seje ud	2%	6%	6%	2%	4%	4%
Det er ikke rart at være i nærheden af nogen, der ryger	30%	29%	29%	27%	35%	29%
Elever, der ryger, har lettere ved at passe ind i fællesskabet på skolen	20%	23%	21%	23%	21%	22%
De fleste synes ikke, at jeg skal ryge	25%	26%	29%	22%	27%	26%
Elever, der ryger, har lettere ved at få venner	20%	19%	17%	23%	19%	20%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=576)	(n=458)	(n=635)	(n=259)	(n=138)	(n=1034)
Elever, der ryger, ser seje ud	3%	9%	5%	6%	6%	5%
Det er ikke rart at være i nærheden af nogen, der ryger	36%	28%	33%	28%	41%	33%
Elever, der ryger, har lettere ved at passe ind i fællesskabet på skolen	23%	25%	24%	24%	25%	24%
De fleste synes ikke, at jeg skal ryge	28%	23%	29%	20%	21%	26%
Elever, der ryger, har lettere ved at få venner	21%	21%	20%	24%	21%	21%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1501)	(n=252)	(n=307)	(n=544)	(n=889)	(n=1754)
Elever, der ryger, ser seje ud	3%	8%	3%	2%	5%	4%
Det er ikke rart at være i nærheden af nogen, der ryger	42%	32%	41%	32%	46%	41%
Elever, der ryger, har lettere ved at passe ind i fællesskabet på skolen	20%	15%	21%	24%	16%	20%
De fleste synes ikke, at jeg skal ryge	31%	30%	37%	26%	32%	31%
Elever, der ryger, har lettere ved at få venner	16%	17%	14%	21%	14%	16%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=200)	(n=2229)	(n=1053)	(n=915)	(n=413)	(n=2439)
Elever, der ryger, ser seje ud	5%	5%	4%	5%	6%	5%
Det er ikke rart at være i nærheden af nogen, der ryger	33%	25%	21%	26%	36%	26%
Elever, der ryger, har lettere ved at passe ind i fællesskabet på skolen	28%	22%	23%	21%	24%	23%
De fleste synes ikke, at jeg skal ryge	17%	20%	20%	20%	19%	20%
Elever, der ryger, har lettere ved at få venner	29%	19%	20%	18%	22%	20%

Brug af e-cigaretter, snus og vandpipe

Brugen af alternative tobaksprodukter er belyst ved spørgsmål om brug af e-cigaretter, snus og vandpipe med fem svarmuligheder; 'ja, hver dag', 'ja, men ikke hver dag', 'nej, men jeg har tidligere brugt jævnligt', 'nej, men har prøvet' og 'nej'. I nedenstående tabel 23, 24 og 25 er de tre nej-kategorier slået sammen.

e-cigaretter

Til spørgsmålet om eleverne bruger e-cigaretter har i alt 14% svaret, at de bruger e-cigaretter hver dag eller engang imellem.

Den største andel af elever, som bruger e-cigaretter, er på hovedområdet Teknologi-Byggeri-Transport (19%), mens de mindste andele er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (9%), Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (11%) og Kontor-Handel-Forretningsservice (11%) (tabel 23).

Der er generelt en højere forekomst af mandlige elever (17%) end kvindelige (9%), som bruger e-cigaretter.

De yngste elever bruger i højere grad e-cigaretterne end de ældre. I alt 16% blandt de 15-18-årige, 14% blandt de 19-25-årige og 9% blandt de 26+-årige bruger e-cigaretter.

Tabel 23. Brug af e-cigaretter, opdelt på køn og alder for alle og hovedområder.

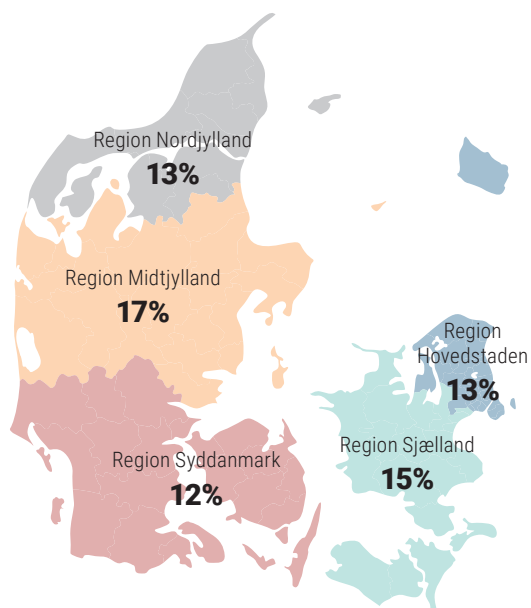
Bruger du e-cigaretter?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2635)	(n=3419)	(n=2330)	(n=2034)	(n=1592)	(n=6075)
Ja, hver dag	4%	9%	7%	7%	6%	7%
Ja, men ikke hver dag	5%	8%	9%	7%	3%	7%
Nej	91%	83%	84%	86%	91%	86%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=356)	(n=470)	(n=330)	(n=311)	(n=150)	(n=836)
Ja, hver dag	4%	4%	5%	3%	3%	4%
Ja, men ikke hver dag	5%	7%	9%	6%	-	7%
Nej	91%	89%	86%	91%	95%	89%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=577)	(n=459)	(n=323)	(n=131)	(n=138)	(n=1036)
Ja, hver dag	3%	7%	5%	4%	6%	5%
Ja, men ikke hver dag	5%	7%	6%	5%	7%	6%
Nej	92%	86%	89%	91%	87%	89%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1502)	(n=253)	(n=308)	(n=544)	(n=890)	(n=1756)
Ja, hver dag	5%	6%	3%	6%	5%	5%
Ja, men ikke hver dag	3%	5%	7%	5%	2%	4%
Nej	92%	89%	90%	90%	93%	92%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=200)	(n=2237)	(n=1056)	(n=919)	(n=414)	(n=2447)
Ja, hver dag	4%	10%	10%	10%	8%	10%
Ja, men ikke hver dag	9%	9%	12%	7%	4%	9%
Nej	87%	81%	78%	83%	89%	82%

I alt 11% EUX-elever bruger e-cigaretter hver dag eller engang imellem, mens tallet for EUD-elever er 15%.

Den største andel af elever, der bruger e-cigaretter hver dag eller engang imellem, er i Region Midtjylland (17%), mens de mindste andele er i Region Syddanmark (12%), Region Nordjylland (13%) og Region Hovedstaden (13%) (figur 20).

Blandt dem der dagligt bruger e-cigaretter, er der 39%, som også dagligt ryger cigaretter.

Figur 20. Andel, der bruger e-cigaretter hver dag eller engang imellem, opdelt på regioner.



Snus, skrå eller tyggetobak

Samlet set bruger 12% af erhvervsskoleelever snus, skrå eller tyggetobak hver dag eller engang imellem (tabel 24).

Der er meget store forskelle mellem hovedområderne i brug af snus, skrå eller tyggetobak. Således er det 2% elever på hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik, der bruger snus, skrå eller tyggetobak hver dag eller engang imellem, 9% på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser, 15% på Teknologi-Byggeri-Transport og 17% på Kontor-Handel-Forretningsservice.

Der ses også store kønsforskelle i brug af snus, skrå eller tyggetobak. I alt bruger 18% mandlige elever snus, skrå eller tyggetobak, mens tallet for kvindelige elever er 3%. I alt 31% mænd på hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice bruger snus, skrå eller tyggetobak.

Brug af snus, skrå eller tyggetobak er faldende med alderen fra 18% blandt de 15-18-årige til 12% blandt de 19-25-årige, mens andelen er 3% blandt de ældste på 26+ år.

Tabel 24. Brug af snus, skrå eller tyggetobak, opdelt på køn, alder og hovedområder.

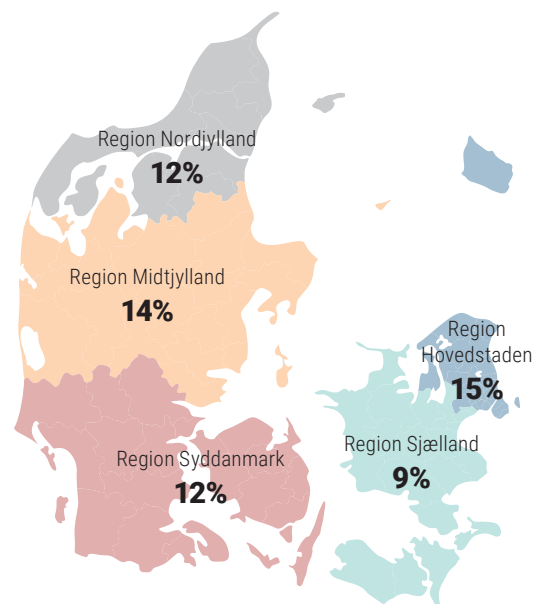
Bruger du snus/skrå/tyggetobak?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2635)	(n=3419)	(n=2330)	(n=2034)	(n=1592)	(n=6075)
Ja, hver dag	1%	9%	9%	6%	1%	6%
Ja, men ikke hver dag	2%	9%	9%	6%	2%	6%
Nej	96%	83%	82%	88%	98%	88%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=356)	(n=470)	(n=330)	(n=311)	(n=150)	(n=836)
Ja, hver dag	3%	6%	4%	6%	-	4%
Ja, men ikke hver dag	-	8%	5%	5%	4%	5%
Nej	96%	86%	91%	90%	95%	91%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=577)	(n=459)	(n=636)	(n=260)	(n=138)	(n=1036)
Ja, hver dag	2%	20%	12%	10%	0%	10%
Ja, men ikke hver dag	4%	11%	9%	5%	-	7%
Nej	94%	70%	79%	85%	98%	83%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1502)	(n=253)	(n=308)	(n=544)	(n=890)	(n=1756)
Ja, hver dag	1%	2%	3%	1%	0%	1%
Ja, men ikke hver dag	1%	4%	3%	1%	0%	1%
Nej	99%	94%	94%	98%	99%	98%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=200)	(n=2237)	(n=1056)	(n=919)	(n=414)	(n=2447)
Ja, hver dag	-	7%	8%	7%	2%	7%
Ja, men ikke hver dag	5%	9%	12%	7%	2%	8%
Nej	95%	84%	80%	86%	96%	85%

Samlet set bruger 18% EUX-elever snus, skrå eller tyggetobak hver dag eller engang imellem. Det samme gælder for 11% EUD-elever.

Forekomsten af elever, der bruger snus, skrå eller tyggetobak hver dag eller engang imellem, er højest i Region Hovedstaden (15%). Omvendt er den laveste forekomst i Region Sjælland (9%) (figur 21).

Blandt dem der dagligt tager snus, er der 27%, som også dagligt ryger cigaretter.

Figur 21. Andel, der bruger snus, skrå eller tyggetobak hver dag eller engang imellem, opdelt på regioner.



Vandpibe

I alt 16% af erhvervsskoleelever ryger vandpibe hver dag eller engang imellem – heraf ryger 15% det engang imellem (tabel 25).

Opdelt på hovedområder er de største andele af elever, som ryger vandpibe dagligt eller engang imellem, fra Teknologi-Byggeri-Transport (19%) og Kontor-Handel-Forretningsservice (18%). De mindste andele er fra Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (10%) og Omsorg-Sundhed-Pædagogik (10%).

Der er en langt større andel af mandlige (21%) end kvindelige elever (10%), som ryger vandpibe dagligt eller engang imellem.

Der ses næsten ingen forskel på aldersgrupperne 15-18 år og 19-25 år (19-20%), men blandt aldersgruppen 26+ år er der en betydeligt mindre andel af elever, der ryger vandpibe dagligt eller engang imellem (4%).

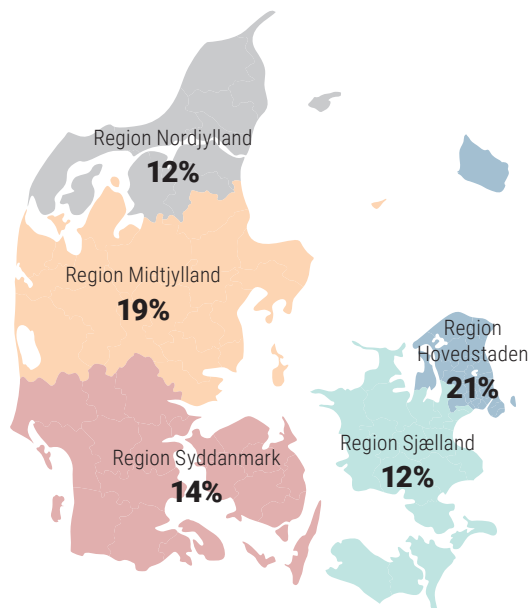
Tabel 25. Vandpiberygning, opdelt på køn, alder og hovedområder.

Ryger du vandpibe?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2635)	(n=3419)	(n=2330)	(n=2034)	(n=1592)	(n=6075)
Ja, hver dag	1%	2%	1%	2%	0%	1%
Ja, men ikke hver dag	9%	19%	19%	17%	4%	15%
Nej	91%	80%	80%	81%	96%	84%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=356)	(n=470)	(n=330)	(n=311)	(n=150)	(n=836)
Ja, hver dag	0%	0%	-	0%	0%	0%
Ja, men ikke hver dag	7%	13%	11%	14%	-	10%
Nej	93%	87%	89%	86%	99%	90%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=577)	(n=459)	(n=636)	(n=260)	(n=138)	(n=1036)
Ja, hver dag	1%	3%	3%	-	-	2%
Ja, men ikke hver dag	10%	24%	18%	16%	7%	16%
Nej	89%	73%	79%	83%	93%	82%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1502)	(n=253)	(n=308)	(n=544)	(n=890)	(n=1756)
Ja, hver dag	1%	2%	-	1%	1%	1%
Ja, men ikke hver dag	8%	15%	15%	17%	3%	9%
Nej	91%	83%	84%	82%	96%	90%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=200)	(n=2237)	(n=1056)	(n=919)	(n=414)	(n=2447)
Ja, hver dag	0%	1%	1%	2%	0%	1%
Ja, men ikke hver dag	11%	19%	23%	19%	4%	18%
Nej	90%	80%	77%	79%	96%	81%

Der er lige mange EUX og EUD-elever, der ryger vandpipe hver dag eller engang imellem (16%).

De største andele af elever, som hver dag eller engang imellem ryger vandpipe, er i Region Hovedstaden (21%) og Region Midtjylland (19%), hvorimod de mindste andele er i Region Sjælland og Region Nordjylland (12%) (figur 22).

Figur 22. Andel, der ryger vandpipe hver dag eller engang imellem, opdelt på regioner.



Ryger enten cigaretter, e-cigaretter, vandpipe og/eller bruger snus

I dette afsnit redegøres for andelen af elever, der ryger enten cigaretter, e-cigaretter, vandpipe og/eller bruger snus hver dag.

I alt 38% af erhvervsskoleelever ryger enten cigaretter, e-cigaretter, vandpipe og/eller bruger snus hver dag (tabel 26).

Den største andel af elever, som bruger et eller flere af produkterne hver dag, er fra hovedområdet Teknologi-Byggeri-Transport (42%), mens de mindste andele er fra Omsorg-Sundhed-Pædagogik (32%) og Kontor-Handel-Forretningsservice (34%).

Der er generelt en højere forekomst af mandlige elever (41%) end kvindelige (33%), der ryger enten cigaretter, e-cigaretter, vandpipe og/eller bruger snus hver dag. Det modsatte mønster ses dog på Teknologi-Byggeri-Transport, hvor der er en lidt større andel blandt de kvindelige (46%) end de mandlige elever (42%), som ryger eller bruger et af produkterne.

Opdelt på aldersgrupper ses det, at den største andel af elever, som ryger enten cigaretter, e-cigaretter, vandpipe og/eller bruger snus hver dag, er mellem 19-25 år (45%), mens den mindste andel er blandt de yngste elever på 15-18 år (32%).

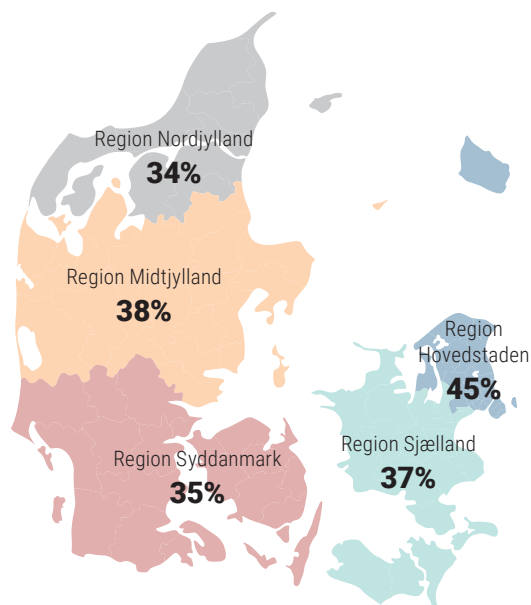
Tabel 26. Andel, der ryger enten cigaretter, e-cigaretter, vandpipe og/eller bruger snus hver dag, opdelt på køn, alder og hovedområder.

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2635)	(n=3419)	(n=2330)	(n=2034)	(n=1592)	(n=6075)
Ja, et eller flere af produkterne hver dag	33%	41%	32%	45%	37%	38%
Nej, ingen af produkterne hver dag	68%	59%	68%	56%	64%	62%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=356)	(n=470)	(n=330)	(n=311)	(n=150)	(n=836)
Ja, et eller flere af produkterne hver dag	34%	36%	27%	44%	35%	36%
Nej, ingen af produkterne hver dag	66%	64%	73%	56%	65%	65%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=577)	(n=459)	(n=636)	(n=260)	(n=138)	(n=1036)
Ja, et eller flere af produkterne hver dag	29%	41%	31%	39%	40%	34%
Nej, ingen af produkterne hver dag	71%	59%	69%	61%	60%	66%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1502)	(n=253)	(n=308)	(n=544)	(n=890)	(n=1756)
Ja, et eller flere af produkterne hver dag	31%	37%	24%	41%	29%	32%
Nej, ingen af produkterne hver dag	69%	63%	76%	59%	71%	68%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=200)	(n=2237)	(n=1056)	(n=919)	(n=414)	(n=2447)
Ja, et eller flere af produkterne hver dag	46%	42%	36%	48%	44%	42%
Nej, ingen af produkterne hver dag	55%	58%	64%	52%	56%	58%

I alt 29% EUX-elever ryger enten cigaretter, e-cigaretter, vandpipe og/eller tager snus dagligt. Det samme gælder for 40% EUD-elever.

Den største andel af elever, der dagligt enten ryger cigaretter, e-cigaretter, vandpipe og/eller tager snus, er i Region Hovedstaden (45%) set i forhold til de øvrige regioner (34-38%) (figur 23).

Figur 23. Andel, der dagligt enten ryger cigaretter, e-cigaretter, vandpipe og/eller tager snus, opdelt på regioner.



Inspiration til at arbejde med forebyggelse af rygning

Herunder har vi listet en række henvisninger til hjemmesider, rapporter og projekter, hvor det er muligt at finde redskaber og hente inspiration til at

arbejde med forebyggelse af rygning på erhvervsuddannelserne.

Websites:

- www.hjerteforeningen.dk/roegfrierhvervsskoler
- www.cancer.dk/roegfriskoletid
- www.lungerpaarbejde.dk
- www.fagbladet3f.dk/artikel/laerlinge-skal-kvitte-smoegerne
- www.sundeborgere.dk
- www.sund-by-net.dk/sundhedsemner/tobak/
- www.sst.dk/da/Viden/Tobak/Forebyggelse-af-rygning

Rapporter/inspirationskataloger:

- Forebyggelsespakke – Tobak:
www.sst.dk/da/udgivelser/2018/forebyggelsespakke-tobak
- Unge og rygning: inspirationskatalog:
www.sst.dk/da/udgivelser/2016/unge-og-rygning-inspirationskatalog
- Danske erhvervsskoler - sundhedsfremmende indsatser og implementeringskapacitet:
www.sdcc.dk/fagfolk/cases-og-rapporter/Documents/Hjerteforeningen_steno_erhvervsskoler_rapport_WEB1.pdf
- Rygning på erhvervsskoler – det skal være federe at være ikkeryger:
www.vidensraad.dk/content/rygning-p%C3%A5-erhvervsskoler-det-skal-v%C3%A6re-federe-v%C3%A6re-ikkeryger-0
- Sunde Erhvervsskoler: inspiration til at skabe sunde rammer og introducere sundhed i undervisningen:
www.alkohologsamfund.dk/sites/alkohologsamfund.dk/files/media/document/Sunde_Erhvervsskoler_SST_2012.pdf

Øvrige temaer

I de følgende afsnit belyses resultater i relation til områderne alkohol, euforiserende stoffer, fysisk aktivitet, kost og måltider, søvn og træthed, brug af mobiltelefon samt krop og helbred.

Alkohol

I dette afsnit belyses elevernes alkoholvaner, forbrug af alkohol og holdninger til alkohol.

Genstandsgrænser

Sundhedsstyrelsens lavrisikogrænser for ugentligt alkoholindtag er højest 7 genstande for kvinder og højest 14 genstande for mænd. Holder man sig inden for disse grænser, har man en lav risiko for at blive syg på grund af alkohol [45]. Sundhedsstyrelsens højrisikogrænser for ugentligt alkoholindtag er højest 14 genstande for kvinder og højest 21 genstande for mænd. Overskrideres højrisikogrænsen, er man i høj risiko for at blive syg på grund af alkohol [45]. Elevernes gennemsnitlige indtag af genstande per uge sammenholdes herunder med Sundhedsstyrelsens genstandsgrænser for, hvornår man er i lav- og i højrisiko for at udvikle sygdom på grund af alkoholindtag.

I alt 30% erhvervsskoleelever overskrider lavrisikogrænsen og 19% overskrider højrisikogrænsen (tabel 27).

De største andele af elever, som overskrider højrisikogrænsen, er på hovedområderne Teknologi-Byggeri-Transport, Kontor-Handel-Forretningsservice og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (21-22%), hvorimod den mindste andel er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (8%).

Der er en større andel af mandlige elever, der overskrider højrisikogrænsen (23%), sammenlignet med kvindelige elever (13%).

Andelen, som overskrider højrisikogrænsen, er størst i de yngste aldersgrupper, og faldende med alderen. Således er det 29% af de 15-18-årige, som overskrider højrisikogrænsen, 17% af de 19-25-årige og 4% af de 26+-årige.

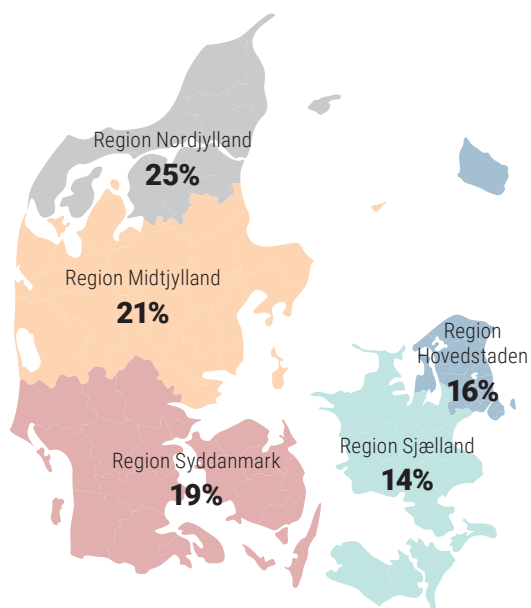
Tabel 27. Andel, der overskrider Sundhedsstyrelsens genstandsgrænser, opdelt på køn, alder og hovedområde.

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2636)	(n=3405)	(n=2321)	(n=2033)	(n=1593)	(n=6044)
Overskrider lavrisikogrænsen	25%	33%	43%	28%	9%	30%
Overskrider højrisikogrænsen	13%	23%	29%	17%	4%	19%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=356)	(n=467)	(n=328)	(n=311)	(n=151)	(n=824)
Overskrider lavrisikogrænsen	30%	38%	44%	35%	14%	34%
Overskrider højrisikogrænsen	16%	26%	27%	22%	7%	21%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=578)	(n=459)	(n=637)	(n=260)	(n=138)	(n=1037)
Overskrider lavrisikogrænsen	33%	40%	45%	30%	6%	37%
Overskrider højrisikogrænsen	18%	26%	28%	15%	-	22%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1502)	(n=253)	(n=308)	(n=544)	(n=890)	(n=1755)
Overskrider lavrisikogrænsen	16%	15%	34%	19%	8%	16%
Overskrider højrisikogrænsen	7%	10%	19%	10%	2%	8%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=200)	(n=2226)	(n=1048)	(n=918)	(n=414)	(n=2428)
Overskrider lavrisikogrænsen	27%	31%	43%	28%	9%	32%
Overskrider højrisikogrænsen	16%	22%	32%	18%	5%	22%

I alt 20% af EUX-elever overskrider højrisikogrænsen, mens det samme gælder for 19% af EUD-elever.

Den største andel af elever, som overskrider højrisikogrænsen for alkoholindtag, ses i Region Nordjylland (25%), mens de mindste andele er i Region Sjælland (14%) og Region Hovedstaden (16%) (figur 24).

Figur 24. Andel, der overskrider Sundhedsstyrelsens højrisikogrænse for alkoholindtag, opdelt på regioner.



Drikker aldrig alkohol

I alt 13% erhvervsskoleelever drikker aldrig alkohol. Den største andel af elever, der aldrig drikker alkohol, er på hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik (24%), mens de mindste andele er på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser, Teknologi-Byggeri-Transport og Kontor-Handel-Forretningsservice (henholdsvis 9%, 11% og 13%).

Der er en større andel kvindelige elever, som aldrig drikker alkohol (19%), sammenlignet med mandlige elever (10%).

Andelen, som aldrig drikker alkohol, er stigende med alderen. I alt drikker 9% af de 15-18-årige aldrig alkohol, hvilket gælder for 14% af de 19-25-årige og 21% af de 26+-årige.

På landsplan er den største andel af erhvervsskoleelever, som aldrig drikker alkohol, i Region Hovedstaden (21%), hvorimod forekomsten er lavere i Region Sjælland (13%), Region Syddanmark (12%), Region Midtjylland (12%) og Region Nordjylland (8%).

Gennemsnitlig antal genstande per uge

Blandt de elever, der drikker alkohol, er det gennemsnitlige antal genstande per uge beregnet. Erhvervsskoleelever, som drikker alkohol, drikker i gennemsnit 13 genstande om ugen.

Opdelt på hovedområde drikker elever på Teknologi-Byggeri-Transport, Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og Kontor-Handel-Forretningsservice det højeste gennemsnitlige antal genstande om ugen (henholdsvis 15, 14 og 13 genstande om ugen), mens Omsorg-Sundhed-Pædagogik har det laveste indtag (seks genstande om ugen).

Mandlige elever, der drikker alkohol, drikker i gennemsnit flere genstande om ugen (16 genstande om ugen) sammenlignet med kvindelige elever (syv genstande om ugen).

Det er særligt de yngste elever, der drikker mange genstande om ugen. Elever i alderen 15-18 år, som drikker alkohol, drikker i gennemsnit 17 genstande om ugen, mens tallet for elever i alderen 19-25 år er 12 genstande. Elever, der er 26 år eller ældre, drikker i gennemsnit fem genstande om ugen.

Debutalder

I Danmark er det forbudt at sælge alkohol til personer under 16 år. I denne rapport belyses, hvor mange erhvervsskoleelever, der var fulde inden de fyldte 16. Samlet set er der 61% erhvervsskoleelever, som var under 16 år, første gang de var fulde.

Opdelt på hovedområder er andelene, som var fulde inden de var fyldt 16 år, 65% på Teknologi-Byggeri-Transport, 62% på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og 63% på Kontor-Handel-Forretningsservice. Den mindste andel er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (48%).

Der er kun mindre forskelle blandt de forskellige regioner og uddannelsessporene EUX og EUD på andelene, der var under 16 år, første gang de var fulde.

Oplevelse af alkohol på skolen

Samlet set oplever 8% blandt alle erhvervsskoleelever, at alkohol fylder lidt for meget eller alt for meget på deres skole.

Andelene, der synes, at alkohol fylder lidt for meget eller alt for meget på deres skole, er dobbelt så store på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (12%) og Kontor-Handel-Forretningsservice (12%) set i forhold til Omsorg-Sundhed-Pædagogik (6%) og Teknologi-Byggeri-Transport (6%).

I alt 12% EUX-elever oplever, at alkohol fylder lidt for meget eller alt for meget på deres skole. Det samme gælder for 7% EUD-elever.

I alt 11% elever i Region Midtjylland oplever, at alkohol fylder lidt for meget eller alt for meget på deres skole, mens de tilsvarende andele er 8% i Region Nordjylland, 7% i Region Syddanmark og 7% i Region Hovedstaden, mens den mindste andel er i Region Sjælland med 5%.

Ønske om at drikke mindre alkohol

Blandt de erhvervsskoleelever, der drikker alkohol, er der 9%, som gerne vil drikke mindre alkohol.

De største andele af elever, der gerne vil drikke mindre alkohol, er på hovedområderne Omsorg-Sundhed-Pædagogik (11%) og Kontor-Handel-Forretningsservice (10%). Omvendt er de mindste andele på Teknologi-Byggeri-Transport (7%) og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (8%).

I alt 9% EUX-elever vil gerne drikke mindre alkohol, og det samme gælder for 8% EUD-elever.

På regionsniveau ses de største andele, som gerne vil drikke mindre alkohol, i Region Hovedstaden (11%), Region Syddanmark (10%) og Region Midtjylland (9%). De mindste andele ses i Region Nordjylland (6%) og Region Sjælland (6%).

Euforiserende stoffer

Eleverne er blevet spurgt om deres brug af euforiserende stoffer. Der er spurgt ind til, om de nogensinde har prøvet stofferne. Det mere aktuelle brug af euforiserende stoffer er belyst ved andelen, som har taget eller røget stoffer inden for de seneste 30 dage.

Euforiserende stoffer – nogensinde prøvet at tage eller ryge

De stoffer, som den største andel af erhvervsskole-elever har prøvet at ryge eller tage, er hash, marihuana, pot og skunk, hvilket 44% af alle erhvervsskoleelever på et tidspunkt har prøvet at ryge eller tage (tabel 28). Der er en større andel af elever, der nogensinde har prøvet lattergas, amfetamin, kokain eller MDMA/Ecstasy (13-19%) sammenlignet med de resterende euforiserende stoffer (hash undtaget) (5-9%).

Blandt hovedområderne er de største andele af elever, som har prøvet euforiserende stoffer, på Teknologi-Byggeri-Transport, herefter kommer Kontor-Handel-Forretningsservice og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser. Den mindste andel er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik.

For samtlige euforiserende stoffer gælder, at der er en større andel af mandlige end kvindelige elever, som har prøvet dem.

Generelt er andelen, der på et tidspunkt har prøvet at ryge eller tage euforiserende stoffer, stigende med alderen. For hash, lattergas og ritalin er der dog en større andel blandt de 19-25-årige sammenholdt med de 26+-årige, der har prøvet at ryge eller tage stofferne.

Tabel 28. Andel, der nogensinde har prøvet at tage eller ryge følgende euforiserende stoffer, opdelt på køn, alder og hovedområde.

Har du nogensinde prøvet at tage eller ryge noget af følgende?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2566)	(n=3323)	(n=2252)	(n=1985)	(n=1557)	(n=5910)
Hash, marihuana, pot eller skunk	36%	48%	38%	51%	45%	44%
Lattergas	9%	17%	12%	18%	11%	14%
Amfetamin	11%	16%	8%	17%	21%	14%
Kokain	13%	23%	14%	24%	23%	19%
MDMA/Ecstasy	9%	16%	9%	17%	16%	13%
Ketamin	4%	9%	4%	9%	9%	7%
Svampe	5%	11%	6%	10%	12%	9%
GHB/Fantasy	3%	6%	3%	6%	6%	5%
Ritalin ¹	4%	9%	6%	9%	7%	7%
LSD	4%	9%	5%	8%	9%	7%
Andre stoffer	1%	4%	2%	3%	4%	3%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=347)	(n=457)	(n=318)	(n=305)	(n=148)	(n=814)
Hash, marihuana, pot eller skunk	36%	43%	30%	48%	48%	40%
Lattergas	10%	14%	10%	16%	9%	12%
Amfetamin	10%	14%	4%	15%	22%	12%
Kokain	14%	20%	10%	21%	26%	18%
MDMA/Ecstasy	10%	13%	6%	13%	20%	12%
Ketamin	3%	7%	3%	7%	8%	6%
Svampe	4%	11%	4%	7%	16%	8%
GHB/Fantasy	-	6%	3%	4%	5%	4%
Ritalin ¹	3%	5%	2%	6%	6%	5%
LSD	4%	10%	5%	7%	12%	7%
Andre stoffer	-	3%	-	2%	4%	2%

Tabellen fortsættes på næste side

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=564)	(n=440)	(n=613)	(n=251)	(n=138)	(n=1004)
Hash, marihuana, pot eller skunk	38%	48%	38%	49%	48%	42%
Lattergas	10%	19%	12%	18%	13%	14%
Amfetamin	10%	11%	7%	14%	22%	11%
Kokain	13%	24%	13%	26%	21%	18%
MDMA/Ecstasy	10%	13%	8%	16%	17%	11%
Ketamin	3%	6%	3%	4%	6%	4%
Svampe	4%	8%	4%	6%	12%	6%
GHB/Fantasy	2%	5%	2%	4%	7%	3%
Ritalin ¹	5%	9%	5%	10%	8%	7%
LSD	4%	7%	5%	5%	8%	5%
Andre stoffer	2%	3%	2%	2%	4%	3%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1462)	(n=247)	(n=298)	(n=529)	(n=869)	(n=1710)
Hash, marihuana, pot eller skunk	31%	52%	27%	44%	31%	34%
Lattergas	8%	17%	8%	13%	7%	9%
Amfetamin	10%	21%	6%	13%	13%	12%
Kokain	12%	25%	9%	18%	13%	14%
MDMA/Ecstasy	8%	17%	5%	11%	9%	9%
Ketamin	4%	9%	3%	6%	5%	5%
Svampe	4%	15%	3%	5%	6%	5%
GHB/Fantasy	3%	7%	-	5%	3%	4%
Ritalin ¹	4%	9%	3%	5%	4%	4%
LSD	4%	11%	4%	6%	5%	5%
Andre stoffer	1%	6%	-	2%	2%	2%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=193)	(n=2179)	(n=1023)	(n=900)	(n=402)	(n=2382)
Hash, marihuana, pot eller skunk	52%	49%	41%	54%	58%	49%
Lattergas	14%	17%	14%	21%	16%	17%
Amfetamin	19%	17%	10%	20%	29%	17%
Kokain	20%	23%	15%	26%	34%	23%
MDMA/Ecstasy	15%	16%	10%	20%	24%	16%
Ketamin	9%	9%	4%	12%	15%	9%
Svampe	8%	11%	7%	13%	18%	11%
GHB/Fantasy	4%	6%	3%	7%	9%	6%
Ritalin ¹	5%	10%	8%	10%	11%	10%
LSD	7%	9%	6%	10%	13%	9%
Andre stoffer	-	4%	2%	4%	5%	3%

¹ Elever, som har svaret, at de er diagnosticeret med ADHD, har ikke fået spørgsmålet vedrørende brug af Ritalin som et euforiserende stof.

Hash inden for de seneste 30 dage

I alt 11% erhvervsskoleelever har inden for de seneste 30 dage røget eller taget hash.

De største andele af elever, der inden for de seneste 30 dage har røget eller taget hash, er på hovedområderne Teknologi-Byggeri-Transport (13%), Kontor-Handel-Forretningservice (11%) og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (10%), mens den mindste andel er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (5%).

Der er lige store andele af EUX- og EUD-elever, der inden for de seneste 30 dage har røget eller taget hash (11%).

Den største andel af elever, der inden for de seneste 30 dage har røget hash, er i Region Hovedstaden (16%), mens den mindste andel er i Region Nordjylland (4%). I de øvrige tre regioner gælder det for 10-11%.

Storforbrug af hash

Samlet set har 42% af de elever, som har røget hash inden for de seneste 30 dage, røget hash 10 eller flere gange inden for de seneste 30 dage.

De største andele af elever, som har røget hash 10 eller flere gange inden for de seneste 30 dage, er på hovedområderne Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (49%) og Teknologi-Byggeri-Transport (45%), hvorimod de mindste andele er på Kontor-Handel-Forretnings-service (32%) og Omsorg-Sundhed-Pædagogik (35%).

Ud af dem, der har røget hash inden for de seneste 30 dage, er der en markant mindre andel EUX-elever (28%), som har røget hash 10 eller flere gange sammenlignet med EUD-elever (46%).

Opdelt på regioner er der en væsentligt mindre andel erhvervsskoleelever i Region Nordjylland (29%), der har røget hash 10 eller flere gange inden for de seneste 30 dage, sammenlignet med Region Sjælland (49%), Region Syddanmark (46%), Region hovedstaden (42%) og Region Midtjylland (36%).

Debutalder - hash

I alt 41% af de erhvervsskoleelever, der har prøvet at ryge hash, røg det første gang, da de var under 16 år.

Den største andel af elever, der røg hash første gang, da de var under 16 år, er fra hovedområdet Teknologi-Byggeri-Transport (43%) efterfulgt af Kontor-Handel-Forretningservice (40%), Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (38%) og Omsorg-Sundhed-Pædagogik (38%).

I alt 39% af de EUX-elever, der har prøvet at ryge hash, røg hash første gang, da de var under 16 år, mens det samme gør sig gældende for 42% EUD-elever.

Opdelt på regioner er den største andel af elever, der røg hash første gang, da de var under 16 år, i Region Hovedstaden (48%), mens den mindste andel er i Region Nordjylland (35%). Der er kun mindre forskelle mellem de tre andre regioner; Region Syddanmark (39%), Region Sjælland (41%) og Region Midtjylland (41%).

Minimum ét euforiserende stof, ud over hash, de seneste 30 dage

I alt 5% erhvervsskoleelever, har inden for de seneste 30 dage taget minimum ét af de euforiserende stoffer, som er angivet i tabel 28, ud over hash.

Den største andel af elever, der inden for de seneste 30 dage, har taget minimum ét euforiserende stof udover hash, er på hovedområdet Teknologi-Byggeri-Transport (7%). På de øvrige hovedområder er de tilsvarende andele på Kontor-Handel-Forretnings-service (5%), på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (4%) og på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (3%).

Der er en mindre andel af EUX-elever (4%), der inden for de seneste 30 dage har taget minimum ét euforiserende stof udover hash, end EUD-elever (6%).

På regionsniveau er andelen af elever, der inden for de seneste 30 dage har taget minimum ét euforiserende stof udover hash som følgende: Region Hovedstaden (7%), Region Sjælland (6%), Region Midtjylland (6%), Region Syddanmark (5%) og Region Nordjylland (3%).

Fysisk aktivitet

I dette afsnit belyses erhvervsskoleelevers holdning til og omfang af fysisk aktivitet - i skoletiden, i fritiden og som samlet fysisk aktivitet sammenholdt med WHO's anbefalinger for fysisk aktivitet.

WHO's anbefalinger for fysisk aktivitet

WHO's anbefalinger for fysisk aktivitet for voksne i alderen 18-64 år er opdelt i en minimumsanbefaling og en udvidet anbefaling [46].

Minimumsanbefalingen er, at voksne skal være fysisk aktive i mindst 150 minutter om ugen ved moderat intensitet eller mindst 75 minutter ved høj intensitet – eller en kombination af de to.

Den udvidede anbefaling er, at voksne skal være fysisk aktive i mindst 300 minutter om ugen ved moderat intensitet eller mindst 150 minutter om ugen ved høj intensitet – eller en kombination af de to.

Af tabel 29 fremgår det, hvor stor en andel der ikke lever op til WHO's to anbefalinger. Elever, som er under 18 år eller over 64 år, indgår i disse resultater, selvom der gælder andre WHO-anbefalinger for disse aldersgrupper.

Samlet set lever 30% erhvervsskoleelever ikke op til WHO's minimumsanbefalinger for fysisk aktivitet, og 48% lever ikke op til de udvidede anbefalinger.

Opdelt på hovedområder ses det, at den største andel af elever, der ikke lever op til WHO's minimumsanbefalinger for fysisk aktivitet, er på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (33%), mens andelen for de tre andre hovedområder er lidt mindre (29%).

En større andel af kvindelige elever lever ikke op til WHO's minimumsanbefalinger for fysisk aktivitet (32%) sammenlignet med mandlige elever (28%).

Opdelt i aldersgrupper er der kun mindre forskelle på, hvem der ikke lever op til WHO's minimumsanbefalinger for fysisk aktivitet.

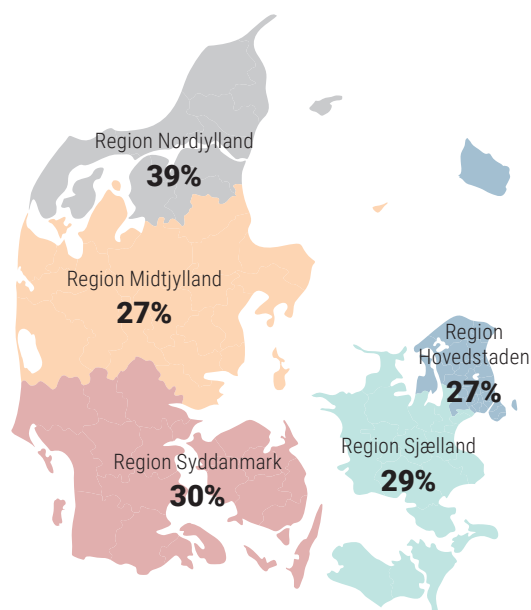
Tabel 29. Andel, der ikke lever op til WHO's anbefalinger for fysisk aktivitet, opdelt på køn, alder og hovedområde.

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2343)	(n=2903)	(n=1992)	(n=1783)	(n=1396)	(n=5263)
Lever ikke op til minimum anbefalinger	32%	28%	27%	31%	30%	30%
Lever ikke op til udvidet anbefalinger	54%	44%	45%	47%	54%	48%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=311)	(n=410)	(n=290)	(n=273)	(n=131)	(n=729)
Lever ikke op til minimum anbefalinger	35%	31%	31%	37%	24%	33%
Lever ikke op til udvidet anbefalinger	57%	50%	53%	52%	49%	53%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=513)	(n=366)	(n=528)	(n=226)	(n=123)	(n=879)
Lever ikke op til minimum anbefalinger	33%	23%	23%	36%	37%	29%
Lever ikke op til udvidet anbefalinger	52%	39%	42%	51%	60%	47%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1336)	(n=216)	(n=266)	(n=496)	(n=781)	(n=1552)
Lever ikke op til minimum anbefalinger	30%	24%	29%	27%	31%	29%
Lever ikke op til udvidet anbefalinger	56%	43%	52%	51%	57%	54%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=183)	(n=1911)	(n=908)	(n=788)	(n=361)	(n=2103)
Lever ikke op til minimum anbefalinger	31%	29%	29%	29%	29%	29%
Lever ikke op til udvidet anbefalinger	53%	45%	45%	44%	49%	45%

I alt 28% EUX-elever lever ikke op til WHO's minimums-anbefalinger for fysisk aktivitet, og det samme gælder for 30% EUD-elever.

Den største andel af elever, som ikke lever op til WHO's minimums-anbefalinger for fysisk aktivitet, er i Region Nordjylland (39%), mens de mindste andele er i Region Hovedstaden (27%) og Region Midtjylland (27%) (figur 25).

Figur 25. Andel, der ikke lever op til WHO's minimums-anbefalinger for fysisk aktivitet, opdelt på regioner.



Motion i skoletiden

I Bekendtgørelsen for erhvervsuddannelser står, at skolen skal tilrettelægge undervisningen på grundforløbet således, at den samlede undervisningstid omfatter motion og bevægelse i gennemsnitligt 45 minutter per undervisningsdag. Skolen kan yderligere tilbyde eleverne aktive pauser eller motionstilbud i forlængelse af skoledagen [47].

Erhvervsskoleeleverne i UNG19 EUD er blevet spurgt ind til motion i skoletiden og deres motivation for at dyrke motion i løbet af skoledagen.

I tabel 30 ses andelen af elever, der dyrker motion i skoletiden opdelt på grund- og hovedforløbs elever, hovedområder og alle. Da motion i skoletiden forventes overvejende at hænge sammen med strukturelle forhold på de enkelte matrikler, har vi valgt ikke at belyse køns- og aldersforskelle, da strukturelle forhold må forventes at være uafhængige af køn og alder.

Samlet set er der 24% grundforløbs elever, som dyrker motion én eller flere gange om ugen som en del af undervisningen, mens 12% gør det som en del af pauserne (tabel 30). De tilsvarende tal er 14% og 8% for hovedforløbs eleverne.

Det er særligt hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik, der har motion på skoleskemaet – 56% af grundforløbs elever på dette hovedområde dyrker motion én eller flere gange om ugen som en del af undervisningen, hvilket gælder for 7-25% blandt grundforløbs elever på de tre øvrige hovedområder. Der ses et tilsvarende mønster for motion, som en del af pauserne, hvor en andel på 19% blandt grundforløbs elever på Omsorg-Sundhed-Pædagogik får motion i pauserne, hvilket for de tre andre hovedområder er på 7-12%.

Tabel 30. Motion i skoletiden – én eller flere gange om ugen, opdelt på hovedområder og alle.

	Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	Kontor, Handel og Forretnings- service	Omsorg, Sundhed og Pædagogik	Teknologi, Byggeri og Transport	ALLE
	(n=832)	(n=1027)	(n=1745)	(n=2421)	(n=6025)
Grundforløbs elever					
Motion som en del af undervisningen	25%	7%	56%	13%	24%
Motion som en del af pauserne	10%	7%	19%	12%	12%
Hovedforløbs elever					
Motion som en del af undervisningen	7%	3%	29%	5%	14%
Motion som en del af pauserne	7%	5%	12%	6%	8%

I alt 10% EUX-elever dyrker motion én eller flere gange om ugen som en del af undervisningen, mens det samme gælder for 19% EUD-elever. Et tilsvarende mønster ses for motion som en del af pauserne, hvor dette gør sig gældende for 7% EUX-elever og 11% EUD-elever.

Der er ikke større regionale forskelle i andelen, der én eller flere gange om ugen dyrker motion som en del af undervisningen eller en del af pauserne.

Elevernes motivation for fysisk aktivitet i skoletiden

Der er blevet spurgt ind til elevernes motivation for at være fysisk aktive i løbet af skoledagen. Overordnet set er 52% erhvervsskoleelever motiverede for at være fysisk aktive som en del af skoletiden, hvis ikke det øger den tid, de skal gå i skole. Hvis det derimod øger tiden, de skal være i skole, er det kun 18%, der er motiverede.

I alt 49% erhvervsskoleelever er motiverede for fysisk aktivitet som afbræk i normale undervisningstimer og 43% elever er motiverede, hvis det er som idrætstimer. I alt 20% er motiverede for fysisk aktivitet i løbet af pauserne på skolerne.

Typer fysisk aktivitet i fritiden

For at tegne et billede af, hvilke typer af fysisk aktivitet, erhvervsskoleelever dyrker i fritiden, er eleverne blevet

spurgt, om de dyrker motion i henholdsvis forening, klub, fitnesscenter eller uden for forening eller fitnesscenter. I det efterfølgende er andelen, som har svaret, at de minimum én gang om ugen dyrker motion disse steder, præsenteret.

I alt 27% erhvervsskoleelever dyrker motion i en forening eller klub, mens 38% gør det i et fitnesscenter. I alt 38% dyrker motion uden for en forening eller fitnesscenter (tabel 31).

Blandt elever på hovedområderne Kontor-Handel-Forretningsservice og Teknologi-Byggeri-Transport ses de største andele, der dyrker motion i en forening, klub eller fitnesscenter, sammenlignet med Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og Omsorg-Sundhed-Pædagogik. Andelen, der dyrker motion uden for en forening eller fitnesscenter, er stort set ens blandt de fire hovedområder.

Der er en større andel af mandlige elever, der dyrker motion i en forening, klub eller fitnesscenter, sammenlignet med kvindelige elever. Andelen, der dyrker motion uden for en forening eller fitnesscenter, er stort set ens blandt mænd og kvinder på erhvervsuddannelserne.

Andelen af erhvervsskoleelever, som dyrker motion enten i en forening, klub eller fitnesscenter er faldende med stigende alder.

Tabel 31. Andel, der én eller flere gange om ugen dyrker motion i forening, klub, fitnesscenter eller uden for forening eller fitnesscenter, opdelt på køn, alder og hovedområde.

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2616)	(n=3388)	(n=2309)	(n=2019)	(n=1579)	(n=6025)
I en forening/klub	21%	31%	31%	25%	22%	27%
Fitnesscenter	31%	43%	43%	39%	30%	38%
Motion uden for forening/fitness	37%	39%	41%	36%	36%	38%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=356)	(n=466)	(n=329)	(n=309)	(n=150)	(n=832)
I en forening/klub	25%	25%	26%	24%	27%	25%
Fitnesscenter	24%	32%	31%	29%	27%	28%
Motion uden for forening/fitness	39%	34%	39%	36%	35%	36%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=573)	(n=454)	(n=629)	(n=258)	(n=138)	(n=1027)
I en forening/klub	22%	40%	34%	26%	18%	30%
Fitnesscenter	35%	51%	47%	41%	22%	42%
Motion uden for forening/fitness	36%	44%	42%	38%	34%	40%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1492)	(n=252)	(n=307)	(n=541)	(n=883)	(n=1745)
I en forening/klub	19%	31%	26%	18%	20%	21%
Fitnesscenter	31%	45%	38%	38%	29%	33%
Motion uden for forening/fitness	36%	40%	42%	33%	37%	37%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=195)	(n=2216)	(n=1044)	(n=911)	(n=408)	(n=2421)
I en forening/klub	19%	29%	31%	28%	25%	29%
Fitnesscenter	30%	42%	45%	41%	35%	41%
Motion uden for forening/fitness	35%	39%	41%	36%	37%	38%

Der ses ingen store regionale forskelle i andele af elever, som dyrker motion i en forening eller klub.

Den mindste andel af elever, som dyrker motion i et fitnesscenter, er i Region Nordjylland (27%). I de øvrige regioner er andelen; Region Syddanmark (37%), Sjælland (38%), Hovedstaden (42%) og Midtjylland (43%).

Andelen af elever, som dyrker motion uden for foreninger og fitnesscentre, er i Region Syddanmark på 40%, i Region Sjælland på 39%, i Region Midtjylland på 38%, i Region Hovedstaden på 38% og den mindste andel er i Region Nordjylland med 32%.

Ønske om at være mere fysisk aktiv

I alt 66% erhvervsskoleelever vil gerne være mere fysisk aktive.

Der ses en stor spredning på hovedområderne i andele af elever, der gerne vil være mere fysisk aktive, hvor dette gælder for 79% på Omsorg-Sundhed-Pædagogik, 71% på Kontor-Handel-Forretningsservice, 67% på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og 58% på Teknologi-Byggeri-Transport.

I alt 72% EUX-elever vil gerne være mere fysisk aktive, hvilket gælder for 64% EUD-elever.

Der ses mindre regionale forskelle i andele af elever, der gerne vil være mere fysisk aktive.

Kost- og måltidsvaner

I dette afsnit er erhvervsskoleelevers kost- og måltidsvaner belyst ved spørgsmål om hyppigt indtag af forskellige føde- og drikkevarerne samt, hvor ofte eleverne spiser morgenmad, og om de ønsker at spise sundere.

Frugt eller grønt mindst én gang dagligt

Ifølge Fødevarestyrelsens officielle kostråd [48] anbefales det, at voksne spiser seks stykker frugt og grønt om dagen, hvoraf mindst halvdelen skal være grøntsager.

I alt 24% erhvervsskoleelever spiser dagligt frugt og 29% spiser dagligt grøntsager (tabel 32).

Der er en større andel af elever på hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik, der dagligt spiser frugt (34%), sammenlignet med de tre andre hovedområder (21-23%). Og det samme gælder for grønt, hvor en større andel af elever på Omsorg-Sundhed-Pædagogik dagligt spiser grønt (39%), sammenlignet med de øvrige hovedområder (25-31%).

Der er en højere forekomst af kvindelige elever, der spiser frugt dagligt (30%), sammenlignet med mandlige elever (20%), og et tilsvarende mønster ses for grønt. I alt 37% kvindelige erhvervsskoleelever spiser dagligt grønt mod 24% mandlige elever.

Opdelt på aldersgrupper er den største andel af elever, der dagligt spiser frugt og/eller grønt blandt de ældste elever på 26 år eller derover.

Tabel 32. Andel, der spiser frugt og grønt mindst en gang dagligt, opdelt på køn, alder og hovedområder.

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2604)	(n=3371)	(n=2300)	(n=2006)	(n=1572)	(n=5996)
Frugt mindst én gang dagligt	30%	20%	20%	21%	37%	24%
Grønt mindst én gang dagligt	37%	24%	24%	25%	44%	29%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=353)	(n=464)	(n=327)	(n=306)	(n=150)	(n=827)
Frugt mindst én gang dagligt	28%	18%	21%	21%	30%	22%
Grønt mindst én gang dagligt	41%	24%	28%	30%	44%	31%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=572)	(n=450)	(n=627)	(n=255)	(n=138)	(n=1022)
Frugt mindst én gang dagligt	25%	21%	20%	23%	39%	23%
Grønt mindst én gang dagligt	30%	24%	25%	24%	46%	28%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1485)	(n=249)	(n=304)	(n=538)	(n=879)	(n=1735)
Frugt mindst én gang dagligt	35%	30%	24%	23%	44%	34%
Grønt mindst én gang dagligt	40%	31%	27%	30%	48%	39%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=194)	(n=2208)	(n=1042)	(n=907)	(n=405)	(n=2412)
Frugt mindst én gang dagligt	27%	20%	18%	20%	29%	21%
Grønt mindst én gang dagligt	40%	23%	21%	23%	38%	25%

Slik, chokolade, kage eller sodavand mindst én gang dagligt

I forhold til sukker, anbefaler Fødevarestyrelsen, at maksimum 10% af madens samlede energi bør komme fra sukker. Fødevarestyrelsen henviser til, at fire ud af ti voksne i Danmark får for meget sukker, og over 80% af sukkeret får vi fra slik, sodavand, is og kager. Der anbefales, at voksne maksimum drikker en halv liter sodavand, saft eller energidrik om ugen [48].

I alt 9% erhvervsskoleelever spiser dagligt slik, chokolade eller kage, og 20% drikker dagligt sodavand (tabel 33).

Opdelt på hovedområder, ses der kun mindre forskelle i andelen, der dagligt spiser slik, chokolade eller kage (8-10%).

De største andele af elever, der dagligt drikker sodavand, er på hovedområderne Omsorg-Sundhed-Pædagogik (21%) og Teknologi-Byggeri-Transport (21%), mens den mindste andel er på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (16%).

Opdelt på køn og alder er der ikke store forskelle i andele, der dagligt spiser slik, chokolade eller kage og drikker sodavand dagligt.

Tabel 33. Andel, der spiser slik, chokolade, kage eller drikker sodavand mindst en gang dagligt, opdelt på køn, alder og hovedområder.

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2604)	(n=3371)	(n=2300)	(n=2006)	(n=1572)	(n=5996)
Slik, chokolade og kage mindst én gang dagligt	10%	8%	9%	8%	11%	9%
Sodavand mindst én gang dagligt	19%	20%	18%	22%	21%	20%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=353)	(n=464)	(n=327)	(n=306)	(n=150)	(n=827)
Slik, chokolade og kage mindst én gang dagligt	13%	8%	12%	7%	10%	10%
Sodavand mindst én gang dagligt	16%	16%	15%	18%	12%	16%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=572)	(n=450)	(n=627)	(n=255)	(n=138)	(n=1022)
Slik, chokolade og kage mindst én gang dagligt	11%	8%	9%	10%	14%	10%
Sodavand mindst én gang dagligt	19%	20%	18%	19%	26%	19%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1485)	(n=249)	(n=304)	(n=538)	(n=879)	(n=1735)
Slik, chokolade og kage mindst én gang dagligt	10%	13%	9%	10%	11%	10%
Sodavand mindst én gang dagligt	21%	20%	16%	24%	20%	21%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=194)	(n=2208)	(n=1042)	(n=907)	(n=405)	(n=2412)
Slik, chokolade og kage mindst én gang dagligt	8%	8%	8%	8%	9%	8%
Sodavand mindst én gang dagligt	20%	21%	19%	23%	22%	21%

Energidrik, fastfood, energibar eller protein-drikke mindst 2-4 gange om ugen

Voksne bør højst indtage 400 mg koffein per dag, hvilket svarer til to store og en lille dåse energidrik. Fødevarestyrelsen konkluderer, at indtagelse af energidrikke kan være problematisk for børn og unge, idet selv et mindre indtag af koffein kan medføre forbigående adfærdsforandringer som fx forøget uro, irritabilitet, nervøsitet og angst. Der findes ingen klare anbefalinger for fastfood, energibar og proteindrikke [48].

Af tabel 34 ses, at i alt 28% erhvervsskoleelever drikker energidrik mindst 2-4 gange om ugen, 23% spiser henholdsvis fastfood og energibar mindst 2-4 gange om ugen, og 17% drikker proteindrikke mindst 2-4 gange om ugen.

Teknologi-Byggeri-Transport og Kontor-Handel-Forretningsservice er de to hovedområder, der har de største andele af elever, som spiser fastfood eller energibar og drikker energidrikke eller proteindrikke mindst 2-4 gange om ugen.

Det ses, at der er en større andel af mandlige elever, som spiser fastfood og drikker energidrikke eller proteindrikke (23-34%), sammenlignet med kvindelige elever (8-18%).

Opdelt på alder ses det, at der generelt er en højere forekomst af de yngre elever, som spiser fastfood eller energibar og drikker energidrikke eller proteindrikke mindst 2-4 gange om ugen, set i forhold til de ældre elever.

Tabel 34. Andel, der drikker energidrikke, proteindrikke eller spiser fastfood, energibar/myslibar mindst 2-4 gange om ugen, opdelt på køn, alder og hovedområde.

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2604)	(n=3371)	(n=2300)	(n=2006)	(n=1572)	(n=5996)
Energidrik mindst 2-4 gange om ugen	18%	34%	33%	30%	15%	28%
Proteindrikke mindst 2-4 gange om ugen	8%	23%	19%	19%	12%	17%
Fastfood mindst 2-4 gange om ugen	17%	27%	27%	25%	12%	23%
Energibar/myslibar mindst 2-4 gange om ugen	23%	23%	27%	23%	17%	23%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=353)	(n=464)	(n=327)	(n=306)	(n=150)	(n=827)
Energidrik mindst 2-4 gange om ugen	13%	24%	22%	21%	10%	19%
Proteindrikke mindst 2-4 gange om ugen	6%	14%	11%	11%	11%	11%
Fastfood mindst 2-4 gange om ugen	16%	26%	28%	19%	13%	22%
Energibar/myslibar mindst 2-4 gange om ugen	18%	16%	18%	17%	13%	17%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=572)	(n=450)	(n=627)	(n=255)	(n=138)	(n=1022)
Energidrik mindst 2-4 gange om ugen	21%	35%	31%	25%	17%	28%
Proteindrikke mindst 2-4 gange om ugen	8%	29%	19%	19%	9%	17%
Fastfood mindst 2-4 gange om ugen	20%	37%	30%	29%	11%	27%
Energibar/myslibar mindst 2-4 gange om ugen	26%	30%	31%	25%	20%	28%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1485)	(n=249)	(n=304)	(n=538)	(n=879)	(n=1735)
Energidrik mindst 2-4 gange om ugen	15%	21%	23%	21%	9%	16%
Proteindrikke mindst 2-4 gange om ugen	9%	21%	11%	14%	9%	11%
Fastfood mindst 2-4 gange om ugen	14%	22%	20%	23%	9%	15%
Energibar/myslibar mindst 2-4 gange om ugen	22%	22%	35%	24%	16%	22%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=194)	(n=2208)	(n=1042)	(n=907)	(n=405)	(n=2412)
Energidrik mindst 2-4 gange om ugen	24%	37%	39%	36%	24%	35%
Proteindrikke mindst 2-4 gange om ugen	7%	23%	22%	23%	18%	22%
Fastfood mindst 2-4 gange om ugen	16%	25%	26%	27%	15%	24%
Energibar/myslibar mindst 2-4 gange om ugen	23%	23%	26%	24%	17%	23%

I tabel 35 kan ses hyppigt indtag af forskellige føde- og drikkevarer, opdelt på regioner.

Der ses, at den største andel af elever, der spiser frugt og grønt mindst en gang om dagen, er i Region Sjælland, mens den mindste andel er i Region Nordjylland.

De største andele, der spiser slik, chokolade og kage

eller drikker sodavand dagligt er i Region Nordjylland og Region Hovedstaden, hvorimod de mindste andele er i Region Midtjylland.

Region Hovedstaden ligger systematisk højt på forekomsten af elever, der enten spiser fastfood eller energibarer og drikker energidrikke eller proteindrikke, mens der ikke er noget systematik i de andre regioner i forhold til den højeste eller laveste forekomst.

Tabel 35. Andel, der har hyppigt indtag af forskellige føde- og drikkevarer, opdelt på regioner.

	Nordjylland	Midtjylland	Syddanmark	Sjælland	Hovedstaden
	(n=825)	(n=1545)	(n=1483)	(n=997)	(n=1146)
Frugt mindst én gang dagligt	19%	23%	25%	27%	24%
Grønt mindst én gang dagligt	21%	27%	31%	33%	30%
Slik, chokolade og kage mindst én gang dagligt	11%	8%	9%	9%	11%
Sodavand mindst én gang dagligt	23%	17%	20%	21%	22%
Energidrik mindst 2-4 gange om ugen	29%	29%	25%	29%	29%
Proteindrikke mindst 2-4 gange om ugen	13%	20%	17%	16%	19%
Fastfood mindst 2-4 gange om ugen	29%	22%	20%	17%	30%
Energibar/myslibar mindst 2-4 gange om ugen	19%	22%	26%	21%	26%

Indtag af morgenmad

Eleverne er blevet spurgt, hvor tit de spiser morgenmad i hverdagen. Samlet set spiser 26% erhvervs-skoleelever sjældent eller aldrig morgenmad på hverdage.

Den største andel af elever, der sjældent eller aldrig spiser morgenmad, er på hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice (30%), herefter kommer Teknologi-Byggeri-Transport (27%), Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (24%) og Omsorg-Sundhed-Pædagogik (23%).

I alt 27% EUX-elever spiser aldrig eller sjældent morgenmad, mens det samme gælder for 25% EUD-elever.

De største andele af erhvervsskoleelever, der sjældent eller aldrig spiser morgenmad, er i Region Nordjylland (30%), Region Hovedstaden (28%) og Region Sjælland (28%), mens de mindste andele er i Region Midtjylland (25%) og Region Syddanmark (24%).

Ønske om at spise sundere

Samlet set svarer 61% af eleverne, at de gerne vil spise sundere.

De største andele af elever, der gerne vil spise sundere, er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (77%) og Kontor-Handel-Forretningsservice (69%), hvorimod de mindste andele er på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (59%) og Teknologi-Byggeri-Transport (52%).

I alt 67% EUX-elever vil gerne spise sundere, mens det samme gælder for 60% EUD-elever.

På regionsniveau er den største andel af elever, der gerne vil spise sundere i Region Hovedstaden (65%), mens den mindste andel er i Region Nordjylland (57%). I Region Midtjylland og Region Sjælland gælder det for 61% og i Region Syddanmark for 62%.

Søvn og træthed

I dette afsnit belyses, hvor længe erhvervsskoleelever sover per nat, og om de oplever at være trætte eller at have søvnproblemer.

Søvn

Af tabel 36 ses, at i alt 27% erhvervsskoleelever sover mindre end syv timer, når de skal op i skole næste dag. Eleverne sover i gennemsnit 7,3 timer per nat.

Opdelt på hovedområde er den største andel af elever, der sover mindre end syv timer, når de skal op i skole næste dag, på Kontor-Handel-Forretningsservice

(30%), mens den mindste andel er på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (23%).

En større andel af mandlige elever sover mindre end syv timer (30%), når de skal op i skole næste dag, end kvindelige elever (22%). Dette mønster er særligt udtalt på hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice, hvor 39% mandlige og 23% kvindelige elever sover mindre end syv timer.

Andelene, der sover mindre end syv timer, når de skal op i skole, er faldende med stigende alder, fra 29% blandt de 15-18-årige til 24% blandt de 26+-årige.

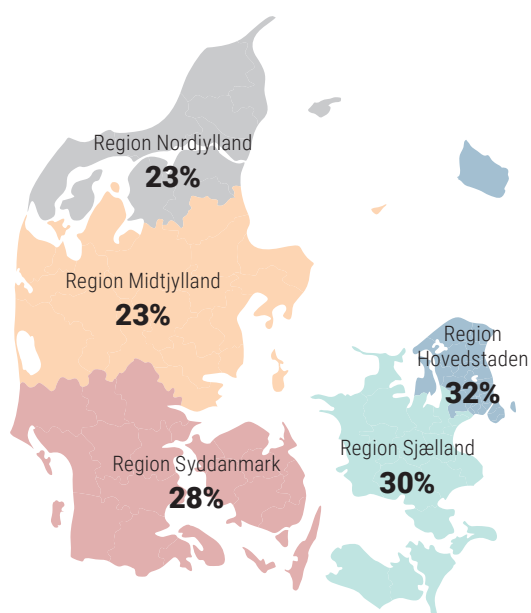
Tabel 36. Søvn, opdelt på køn, alder og hovedområde.

Hvor mange timer sover du, når du skal op i skole næste dag?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2597)	(n=3353)	(n=2287)	(n=1998)	(n=1569)	(n=5971)
Mindre end 7 timer	22%	30%	29%	27%	24%	27%
7- <9 timer	71%	64%	66%	66%	70%	67%
9 timer eller mere	6%	7%	5%	8%	6%	6%
Gennemsnitlig timers søvn per nat	7,4	7,2	7,2	7,3	7,4	7,3
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=352)	(n=460)	(n=323)	(n=306)	(n=150)	(n=822)
Mindre end 7 timer	26%	25%	26%	26%	23%	26%
7- <9 timer	67%	68%	69%	65%	73%	68%
9 timer eller mere	7%	7%	5%	10%	5%	7%
Gennemsnitlig timers søvn per nat						7,4
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=570)	(n=447)	(n=624)	(n=253)	(n=138)	(n=1017)
Mindre end 7 timer	23%	39%	32%	26%	30%	30%
7- <9 timer	71%	57%	64%	67%	64%	65%
9 timer eller mere	6%	4%	4%	8%	7%	5%
Gennemsnitlig timers søvn per nat						7,2
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1481)	(n=248)	(n=302)	(n=537)	(n=877)	(n=1730)
Mindre end 7 timer	21%	31%	27%	24%	21%	23%
7- <9 timer	71%	63%	68%	67%	73%	70%
9 timer eller mere	8%	6%	6%	9%	7%	7%
Gennemsnitlig timers søvn per nat						7,4
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=194)	(n=2198)	(n=1038)	(n=902)	(n=404)	(n=2402)
Mindre end 7 timer	17%	29%	27%	28%	27%	28%
7- <9 timer	77%	65%	67%	65%	68%	66%
9 timer eller mere	7%	6%	6%	7%	5%	6%
Gennemsnitlig timers søvn per nat						7,3

Både blandt EUX- og EUD-elever er andelen, der sover mindre end syv timer, når de skal op og i skole næste dag, på 27%.

Den største andel af elever, der sover mindre end syv timer, når de skal op i skole næste dag, er i Region Hovedstaden (32%). Omvendt er de mindste andele i Region Nordjylland og Region Midtjylland (23%) (figur 26).

Figur 26. Andel, der sover mindre end syv timer, når de skal op i skole næste dag, opdelt på regioner.



Træthed

I alt 24% erhvervsskoleelever har inden for de seneste 14 dage, været meget generet af træthed (tabel 37).

De største andele af elever, der inden for de seneste 14 dage har været meget generet af træthed, er på hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice (35%) og Omsorg-Sundhed-Pædagogik (31%), mens de mindste andele er på Teknologi-Byggeri-Transport (17%) og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (20%).

Andelen af kvindelige elever, som har været meget generet af træthed (34%), er næsten dobbelt så stor sammenlignet med mandlige elever (18%).

Overordnet set er der næsten ingen aldersforskelle i andelen, der har været meget generet af træthed inden for de seneste 14 dage (23-25%). Opdelt på alder og hovedområde, ses de største andele, som er meget generet af træthed blandt de 26+-årige på Kontor-Handel-Forretningsservice (42%) og blandt de 15-18-årige på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (40%).

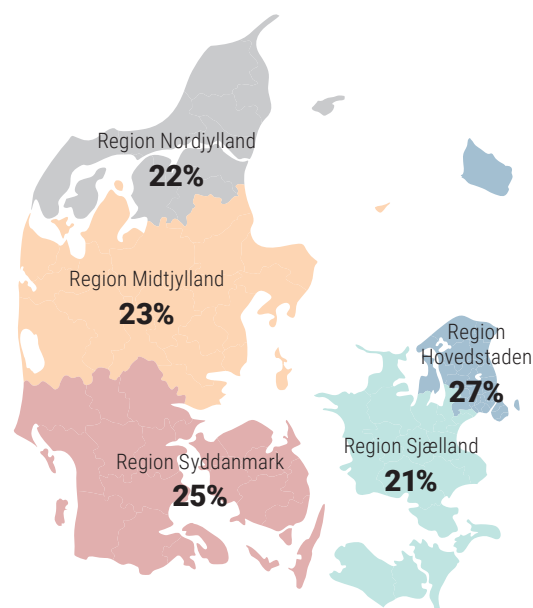
Tabel 37. Træthed, opdelt på køn, alder og hovedområde.

Har du inden for de seneste 14 dage været generet af træthed?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2596)	(n=3353)	(n=2287)	(n=1997)	(n=1569)	(n=5970)
Ja, meget generet	34%	18%	25%	23%	24%	24%
Ja, lidt generet	53%	53%	53%	52%	54%	53%
Nej	13%	30%	23%	25%	22%	24%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=352)	(n=460)	(n=323)	(n=306)	(n=150)	(n=822)
Ja, meget generet	28%	15%	20%	20%	20%	20%
Ja, lidt generet	57%	52%	55%	56%	55%	54%
Nej	15%	33%	25%	24%	25%	25%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=570)	(n=447)	(n=624)	(n=253)	(n=138)	(n=1017)
Ja, meget generet	39%	30%	35%	34%	42%	35%
Ja, lidt generet	50%	51%	52%	47%	53%	51%
Nej	11%	19%	14%	20%	5%	14%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1480)	(n=248)	(n=302)	(n=536)	(n=877)	(n=1729)
Ja, meget generet	33%	21%	40%	35%	26%	31%
Ja, lidt generet	53%	51%	49%	51%	55%	53%
Nej	14%	29%	12%	15%	19%	16%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=194)	(n=2198)	(n=1038)	(n=902)	(n=404)	(n=2402)
Ja, meget generet	33%	15%	17%	16%	17%	17%
Ja, lidt generet	55%	53%	54%	53%	52%	53%
Nej	12%	32%	30%	31%	31%	30%

I alt 29% EUX-elever har inden for de seneste 14 dage været meget generet af træthed, mens det samme gør sig gældende for 22% EUD-elever.

Den største andel af elever, der inden for de seneste 14 dage har været meget generet af træthed, er i Region Hovedstaden (27%), mens den mindste andel er i Region Sjælland (21%) (figur 27).

Figur 27. Andel, der inden for de seneste 14 dage har været meget generet af træthed, opdelt på regioner.



Søvnproblemer

Eleverne er blevet spurgt om, hvor tit de inden for de sidste seks måneder, har haft søvnproblemer.

Samlet set er der 24% erhvervsskoleelever, der har søvnproblemer mere end én gang om ugen.

Opdelt på hovedområder er de største andele af elever, der har søvnproblemer mere end en gang om ugen på Kontor-Handel-Forretningsservice (33%) og Omsorg-Sundhed-Pædagogik (27%), mens de mindste andele er på Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (22%) og Teknologi-Byggeri-Transport (20%).

I alt 28% EUX-elever har søvnproblemer mere end en gang om ugen, mens det samme gør sig gældende for 23% EUD-elever.

Der ses kun mindre regionale forskelle i andelene, der har søvnproblemer mere end en gang om ugen.

Brug af mobiltelefon

Eleverne er blevet spurgt om, hvor ofte de bruger deres mobiltelefon i løbet af natten, efter de har lagt sig til at sove og, hvilke platforme de typisk bruger. Der er kun spurgt ind til mobiltelefoner, og ikke andre medier som fx brug af tablets og computere. Eleverne er blevet bedt om at tænke tilbage på de sidste tre måneder.

I alt 32% erhvervsskoleelever tjekker deres mobiltelefon næsten hver nat eller hver nat, efter de har lagt sig til at sove (tabel 38).

Ses der på hovedområderne, er den største andel af elever, der tjekker deres mobiltelefon næsten hver nat eller hver nat, på Kontor-Handel-Forretningsservice (37%).

Samlet set tjekker 31% af de kvindelige elever deres mobiltelefon næsten hver nat eller hver nat. Det samme gælder for 33% af de mandlige elever. Blandt mænd på Kontor-Handel-Forretningsservice gælder det for 44%.

Andelene, der tjekker deres mobiltelefon næsten hver nat eller hver nat, er faldende med stigende alder fra 38% af de 15-18-årige til 21% af 26+-årige.

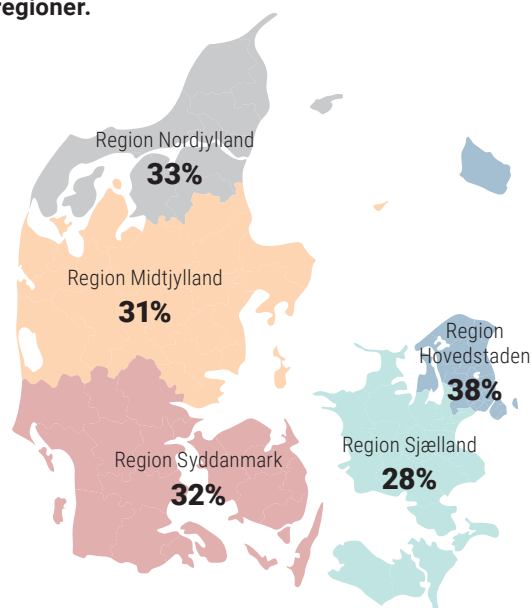
Tabel 38. Brug af mobiltelefon i løbet af natten, opdelt på køn, alder og hovedområde.

Tænk på de sidste tre måneder – hvor ofte har du tjekket din mobiltelefon efter du har lagt dig til at sove?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2593)	(n=3351)	(n=2284)	(n=1996)	(n=1568)	(n=5965)
Hver nat eller næsten hver nat	31%	33%	38%	32%	21%	32%
Nogle gange om ugen	28%	28%	30%	29%	24%	28%
Nogle gange om måneden eller sjældnere	22%	20%	18%	21%	25%	21%
Aldrig	19%	19%	13%	18%	30%	19%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=351)	(n=460)	(n=323)	(n=306)	(n=149)	(n=821)
Hver nat eller næsten hver nat	34%	30%	36%	35%	15%	32%
Nogle gange om ugen	29%	32%	33%	30%	28%	30%
Nogle gange om måneden eller sjældnere	21%	20%	18%	19%	28%	20%
Aldrig	17%	18%	12%	16%	30%	18%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=569)	(n=446)	(n=622)	(n=253)	(n=138)	(n=1015)
Hver nat eller næsten hver nat	32%	44%	40%	38%	22%	37%
Nogle gange om ugen	31%	28%	31%	27%	28%	30%
Nogle gange om måneden eller sjældnere	22%	17%	18%	21%	25%	20%
Aldrig	16%	11%	11%	14%	25%	13%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1479)	(n=248)	(n=302)	(n=535)	(n=877)	(n=1728)
Hver nat eller næsten hver nat	30%	27%	39%	36%	23%	30%
Nogle gange om ugen	27%	27%	32%	26%	26%	27%
Nogle gange om måneden eller sjældnere	21%	22%	18%	23%	21%	21%
Aldrig	21%	24%	11%	14%	30%	22%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=194)	(n=2197)	(n=1037)	(n=902)	(n=404)	(n=2401)
Hver nat eller næsten hver nat	27%	31%	37%	28%	20%	31%
Nogle gange om ugen	24%	28%	29%	30%	19%	28%
Nogle gange om måneden eller sjældnere	26%	20%	19%	20%	28%	21%
Aldrig	23%	21%	15%	22%	33%	21%

I alt 35% EUX-elever tjekker deres mobiltelefon næsten hver nat eller hver nat, efter de har lagt sig til at sove. Det samme gælder for 32% EUD-elever.

På landsplan er den største andel af elever, der tjekker deres mobiltelefon næsten hver nat eller hver nat, efter de har lagt sig til at sove, i Region Hovedstaden (38%). Omvendt er den mindste andel i Region Sjælland (28%) (figur 28).

Figur 28. Andel, der inden for de sidste tre måneder har tjekket deres mobiltelefon næsten hver nat eller hver nat, efter de har lagt sig til at sove, opdelt på regioner.



Platforme

De platforme, som erhvervsskoleelever oftest tjekker på deres mobiltelefoner om natten, er sociale medier (56%), ur eller alarm (44%) og Snapchat (40%) (tabel 39).

Tabel 39. Andel, som tjekker forskellige digitale platforme om natten, opdelt på hovedområde.

Hvilke platforme har du tjekket på din mobil om natten?	Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	Kontor, Handel og Forretnings-service	Omsorg, Sundhed og Pædagogik	Teknologi, Byggeri og Transport	ALLE
	(n=821)	(n=1015)	(n=1728)	(n=2401)	(n=5965)
Streamingtjenester	23%	29%	16%	24%	24%
Sociale medier	56%	69%	52%	52%	56%
Musik, podcast eller lydbøger	21%	27%	15%	19%	20%
Nyheder	11%	11%	15%	12%	12%
Online shopping	10%	17%	13%	9%	11%
Sport	9%	14%	5%	13%	11%
Spil	16%	22%	16%	18%	18%
E-bøger eller blogs	2%	3%	5%	2%	3%
Mail eller kalender	18%	20%	23%	16%	18%
Opkald eller SMS	31%	30%	37%	27%	30%
Ur eller alarm	48%	48%	50%	39%	44%
Snapchat ¹	46%	44%	27%	40%	40%
Youtube	26%	27%	16%	30%	26%
Andet	2%	2%	2%	2%	1%

¹ Snapchat er kategoriseret som en selvstændig kategori, selvom det kan ses som et socialt medie. Dette skyldes, at pilottesten viste, at mange i målgruppen ikke betragtede Snapchat som et socialt medie.

Krop og helbred

Forhold vedrørende erhvervsskoleelevers krop og helbred belyst ved spørgsmål om selvvurderet helbred, fysiske lidelser, ordblindhed, BMI, opfattelse af egen krop og diagnoser.

Selvvurderet helbred

I alt 13% af eleverne synes, at deres helbred er mindre godt eller dårligt (tabel 40).

Den største andel af elever, der synes, at deres helbred er mindre godt eller dårligt, er på hovedområdet

Kontor-Handel-Forretningsservice (17%), mens den mindste andel er på Teknologi-Byggeri-Transport (11%).

Der er en større andel af kvindelige elever, der synes, at deres helbred er mindre godt eller dårligt (17%) sammenlignet med mandlige elever (12%).

Forekomsten af erhvervsskoleelever, der synes deres helbred er mindre godt eller dårligt, er stigende med alderen fra 12% blandt de 15-18-årige til 17% blandt de 26+-årige. Opdelt på alder og hovedområde ses den største andel blandt 26+-årige på Kontor-Handel-Forretningsservice (27%).

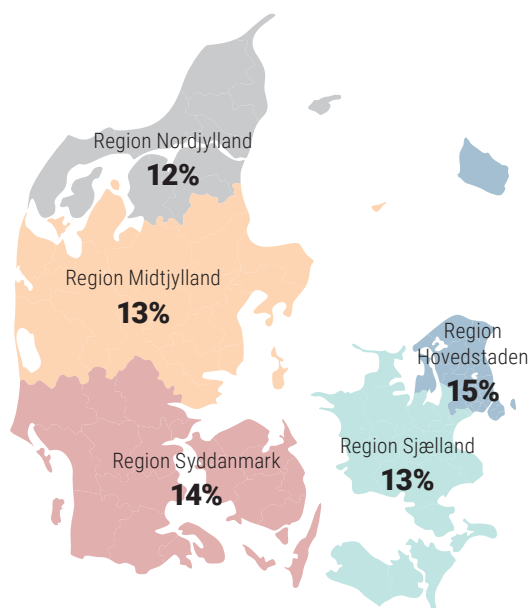
Tabel 40. Selvvurderet helbred, opdelt på køn, alder og hovedområde.

Hvordan synes du, dit helbred er alt i alt?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2582)	(n=3336)	(n=2270)	(n=1993)	(n=1559)	(n=5939)
Fremragende	7%	15%	14%	12%	8%	12%
Vældig godt	28%	35%	35%	33%	27%	32%
Godt	49%	38%	40%	41%	48%	42%
Mindre godt	15%	10%	10%	11%	15%	11%
Dårligt	2%	2%	2%	2%	2%	2%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=350)	(n=459)	(n=322)	(n=306)	(n=148)	(n=819)
Fremragende	6%	15%	14%	9%	7%	11%
Vældig godt	31%	38%	36%	37%	31%	35%
Godt	47%	37%	40%	40%	47%	41%
Mindre godt	13%	9%	9%	11%	14%	11%
Dårligt	3%	1%	-	3%	-	2%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=569)	(n=444)	(n=620)	(n=253)	(n=138)	(n=1013)
Fremragende	8%	12%	11%	10%	6%	10%
Vældig godt	29%	40%	37%	34%	17%	33%
Godt	45%	34%	40%	36%	49%	40%
Mindre godt	17%	12%	11%	17%	27%	15%
Dårligt	2%	3%	2%	3%	-	2%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1470)	(n=247)	(n=301)	(n=532)	(n=871)	(n=1718)
Fremragende	6%	12%	7%	7%	7%	7%
Vældig godt	26%	35%	29%	27%	26%	27%
Godt	52%	43%	52%	49%	52%	51%
Mindre godt	14%	9%	10%	15%	14%	13%
Dårligt	2%	-	-	2%	2%	2%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=193)	(n=2186)	(n=1027)	(n=902)	(n=402)	(n=2389)
Fremragende	7%	16%	17%	15%	10%	15%
Vældig godt	30%	34%	34%	34%	31%	33%
Godt	51%	39%	39%	41%	45%	40%
Mindre godt	10%	9%	9%	9%	12%	9%
Dårligt	3%	2%	2%	2%	3%	2%

I alt 14% EUX-elever synes, deres helbred er mindre godt eller dårligt, mens det samme gør sig gældende for 13% EUD-elever.

Den største andel af elever, der synes, at deres helbred er mindre godt eller dårligt, er i Region Hovedstaden (15%), mens den mindste andel er i Region Nordjylland (12%) (figur 29).

Figur 29. Andel, der synes, deres helbred er mindre godt eller dårligt, opdelt på regioner.



Fysiske lidelser

Erhvervsskoleeleverne er blevet spurgt om, hvor ofte de inden for de seneste seks måneder har oplevet forskellige fysiske lidelser, med fem svarkategorier: 'Næsten hver dag', 'Mere end en gang om ugen', 'Næsten hver uge', 'Næsten hver måned' og 'Sjældent eller aldrig'.

I alt 8% erhvervsskoleelever har næsten hver dag hovedpine, 4% har mavepine og 16% har næsten hver dag andre smerter, som fx ondt i nakke eller ryg (tabel 41).

De største andele af elever, der næsten hver dag oplever 'andre smerter' som fx ondt i nakke eller ryg, er på hovedområderne Kontor-Handel-Forretnings-service (21%) og Omsorg-Sundhed-Pædagogik (20%), mens de mindste andele er på Teknologi-Byggeri-Transport (13%) og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (15%). Et tilsvarende mønster ses for hovedpine og mavepine, som er mest udbredt blandt elever på Kontor-Handel-Forretnings-service og Omsorg-Sundhed-Pædagogik, sammenlignet med elever på Teknologi-Byggeri-Transport og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser.

Der er en væsentligt større andel af kvindelige elever, der næsten dagligt oplever hovedpine, mavepine og/eller andre smerter som fx ondt i nakke eller ryg, sammenlignet med mandlige elever.

Der er en tendens til, at andelen, der har andre smerter, stiger med stigende alder. Denne tendens genfindes ikke for andelen, der har hovedpine eller mavepine, hvor der stort set ingen aldersforskelle er i forekomsten.

Tabel 41. Fysiske lidelser næsten hver dag inden for de seneste 6 måneder, opdelt på køn, alder og hovedområde.

Hvor tit har du haft følgende smerter næsten hver dag?	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2576)	(n=3334)	(n=2265)	(n=1990)	(n=1559)	(n=5931)
Hovedpine	14%	4%	8%	7%	8%	8%
Mavepine	5%	3%	4%	4%	3%	4%
Andre smerter, fx ondt i nakke/ryg	23%	12%	15%	16%	19%	16%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=349)	(n=459)	(n=321)	(n=306)	(n=148)	(n=818)
Hovedpine	12%	3%	8%	5%	5%	7%
Mavepine	5%	2%	3%	4%	-	3%
Andre smerter, fx ondt i nakke/ryg	20%	11%	14%	15%	15%	15%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=567)	(n=444)	(n=618)	(n=253)	(n=138)	(n=1011)
Hovedpine	16%	7%	13%	12%	10%	12%
Mavepine	6%	4%	5%	5%	7%	5%
Andre smerter, fx ondt i nakke/ryg	26%	14%	18%	21%	32%	21%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1467)	(n=247)	(n=300)	(n=530)	(n=871)	(n=1715)
Hovedpine	13%	6%	15%	14%	9%	12%
Mavepine	5%	3%	6%	7%	3%	5%
Andre smerter, fx ondt i nakke/ryg	22%	12%	23%	23%	18%	20%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=193)	(n=2184)	(n=1026)	(n=901)	(n=402)	(n=2387)
Hovedpine	10%	4%	4%	4%	6%	5%
Mavepine	5%	2%	2%	2%	3%	2%
Andre smerter, fx ondt i nakke/ryg	24%	12%	13%	12%	16%	13%

Ordblindhed

I alt 24% af erhvervsskoleeleverne har svaret, at de er testet positive for ordblindhed.

Den største andel af elever, der er testet positiv for ordblindhed, er på hovedområdet Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser (28%), hvorimod den mindste andel er på Kontor-Handel-Forretningsservice (21%). På henholdsvis Omsorg-Sundhed-Pædagogik og

Teknologi-Byggeri-Transport er andelen med ordblindhed 24%.

I alt 19% EUX-elever er testet positiv for ordblindhed, mens det samme gælder for 25% EUD-elever. Den største andel af elever, der er testet positiv for ordblindhed, er i Region Nordjylland (28%), efterfulgt af Region Sjælland (25%), Region Hovedstaden (23%), Syddanmark (23%) og Region Midtjylland (22%).

BMI

BMI er beregnet ud fra elevernes selvrapporterede vægt og højde, og WHO's grænseværdier for BMI er anvendt til klassificering af undervægt (<18,5), normalvægt (18,5-24,9), moderat overvægt (25-29,9) og svær overvægtig (>=30) [49]. Elever, som er under 18 år, indgår i disse resultater, selvom der også findes andre metoder til udregning af BMI for denne aldersgruppe.

Af tabel 42 ses, at der samlet set er 39% erhvervsskoleelever, som er moderat eller svært overvægtige. Den største andel af elever, der er overvægtige, er på

hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik (49%), mens den mindste andel er på Kontor-Handel-Forretningservice (31%).

En større andel af kvindelige erhvervsskoleelever er overvægtige (40%) sammenlignet med mandlige elever (36%).

Andelene, som er overvægtige, er markant stigende med alderen, hvor andelen af moderat til svær overvægt er 26% blandt de 15-18-årige, er andelen henholdsvis 41% og 57% blandt de 19-25-årige og 26+-årige.

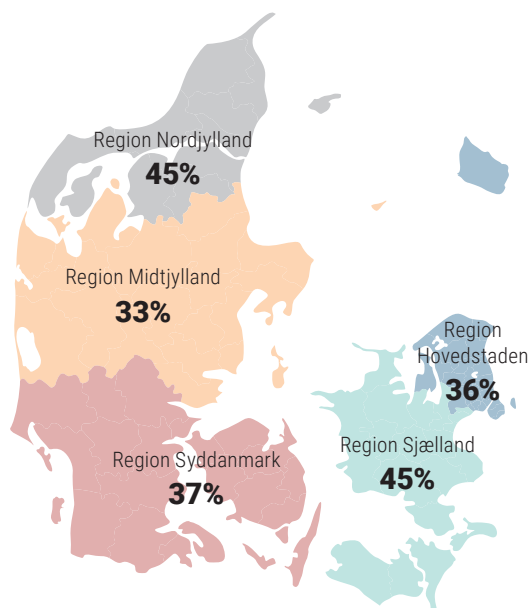
Tabel 42. BMI, opdelt på køn, alder og hovedområde.

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2564)	(n=3315)	(n=2248)	(n=1982)	(n=1982)	(n=5900)
Undervægt (BMI<18,5)	8%	6%	9%	6%	3%	7%
Normalvægt (BMI 18,5-24,9)	52%	57%	65%	54%	40%	55%
Moderat overvægt (BMI 25-29,9)	23%	25%	18%	26%	35%	25%
Svær overvægt (BMI >=30)	17%	11%	8%	15%	22%	14%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=347)	(n=455)	(n=316)	(n=305)	(n=148)	(n=812)
Undervægt (BMI<18,5)	10%	5%	9%	6%	5%	7%
Normalvægt (BMI 18,5-24,9)	55%	57%	61%	55%	47%	56%
Moderat overvægt (BMI 25-29,9)	18%	28%	22%	24%	30%	24%
Svær overvægt (BMI >=30)	17%	10%	9%	15%	18%	13%
Kontor, Handel og Forretningservice	(n=564)	(n=439)	(n=612)	(n=251)	(n=138)	(n=1003)
Undervægt (BMI<18,5)	10%	10%	12%	8%	4%	10%
Normalvægt (BMI 18,5-24,9)	56%	66%	69%	53%	36%	60%
Moderat overvægt (BMI 25-29,9)	21%	16%	14%	24%	31%	19%
Svær overvægt (BMI >=30)	14%	9%	6%	16%	29%	12%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1461)	(n=246)	(n=298)	(n=528)	(n=868)	(n=1708)
Undervægt (BMI<18,5)	6%	4%	9%	8%	3%	6%
Normalvægt (BMI 18,5-24,9)	46%	46%	57%	49%	40%	46%
Moderat overvægt (BMI 25-29,9)	27%	30%	22%	23%	32%	27%
Svær overvægt (BMI >=30)	22%	21%	12%	21%	25%	22%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=192)	(n=2175)	(n=1022)	(n=898)	(n=400)	(n=2377)
Undervægt (BMI<18,5)	5%	6%	8%	5%	-	6%
Normalvægt (BMI 18,5-24,9)	55%	56%	64%	55%	40%	56%
Moderat overvægt (BMI 25-29,9)	25%	27%	20%	28%	42%	27%
Svær overvægt (BMI >=30)	15%	12%	9%	12%	18%	12%

I alt 28% EUX-elever er overvægtige eller svært overvægtige, mens det samme gælder for 41% EUD-elever.

De største andele af elever, der er overvægtige eller svært overvægtige, er i Region Sjælland og Region Nordjylland (45%). Den mindste andel er i Region Midtjylland (33%) (figur 30).

Figur 30. Andel, der er overvægtige eller svært overvægtige (BMI>25), opdelt på regioner.



Opfattelse af egen krop

Samlet set synes 50% erhvervsskoleelever, at de er lidt eller alt for tykke.

Den største andel af elever, der synes, de er lidt eller alt for tykke, er på hovedområdet Omsorg-Sundhed-Pædagogik (64%), mens den mindste andel er på Teknologi-Byggeri-Transport (42%). På både Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og Kontor-Handel-Forretningsservice gælder det for 53%.

I alt 49% EUX-elever synes, de er lidt eller alt for tykke, hvilket gælder for 50% EUD-elever.

De største andele af elever, der synes, de er lidt eller alt for tykke, er i Region Sjælland og Region Nordjylland (54%), mens de mindste andele er i Region Hovedstaden og Region Midtjylland (47%). I Region Syddanmark gælder det for 50%.

Diagnoser

Eleverne er blevet spurgt, om en læge eller anden sundhedsfaglig person har givet dem en eller flere diagnoser. Hvis ja, er de efterfølgende blevet bedt om at krydse af hvilke diagnoser.

I alt 6% af erhvervsskoleelever er diagnosticeret med ADHD/ADD, 6 % med angst og 6% med depression, mens 2% eller færre har OCD, autisme/aspergers eller stress (tabel 43).

De største andele af elever, der har diagnoser, er overordnet set på hovedområderne Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser og Kontor-Handel-Forretningsservice, mens Teknologi-Byggeri-Transport har den mindste andel med diagnoser.

En markant større andel af kvindelige elever er diagnosticeret med angst (11%) og depression (9%) sammenlignet med mandlige elever (3-4%), mens der ikke er større kønsforskelle for de andre diagnoser.

Forekomsten af angst og depression er stigende med alderen, hvilket i særdeleshed er udtalt på hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice. Her er andelen med angst og depression på 5% blandt de 15-18-årige, men på 18% og 22% blandt de 26+-årige.

Tabel 43. Forskellige diagnoser, opdelt på køn, alder og hovedområde.

	KØN		ALDER			ALLE
	Kvinder	Mænd	15-18 år	19-25 år	26+ år	
Alle	(n=2573)	(n=3330)	(n=2262)	(n=1987)	(n=1559)	(n=5924)
ADHD/ADD	6%	7%	7%	8%	4%	6%
OCD	3%	2%	2%	2%	2%	2%
Autisme/aspergers	1%	2%	2%	3%	1%	2%
Angst	11%	3%	4%	7%	8%	6%
Depression	9%	4%	3%	6%	9%	6%
Stress	1%	-	1%	1%	1%	1%
Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	(n=349)	(n=459)	(n=321)	(n=306)	(n=148)	(n=818)
ADHD/ADD	7%	9%	8%	10%	5%	8%
OCD	3%	2%	2%	2%	-	2%
Autisme/aspergers	2%	3%	2%	3%	-	2%
Angst	12%	4%	6%	8%	8%	7%
Depression	8%	4%	4%	7%	8%	6%
Stress	1%	-	-	-	-	1%
Kontor, Handel og Forretningsservice	(n=565)	(n=442)	(n=616)	(n=251)	(n=138)	(n=1007)
ADHD/ADD	4%	7%	6%	6%	4%	6%
OCD	3%	3%	3%	-	5%	3%
Autisme/aspergers	-	3%	2%	2%	-	2%
Angst	11%	4%	5%	9%	18%	8%
Depression	10%	5%	5%	9%	22%	8%
Stress	2%	-	1%	-	-	1%
Omsorg, Sundhed og Pædagogik	(n=1466)	(n=247)	(n=299)	(n=530)	(n=871)	(n=1714)
ADHD/ADD	5%	5%	7%	8%	2%	5%
OCD	2%	-	2%	2%	1%	2%
Autisme/aspergers	1%	-	-	2%	-	1%
Angst	8%	5%	7%	10%	6%	8%
Depression	7%	5%	6%	8%	7%	7%
Stress	1%	-	-	-	1%	1%
Teknologi, Byggeri og Transport	(n=193)	(n=2182)	(n=1026)	(n=900)	(n=422)	(n=2385)
ADHD/ADD	14%	6%	7%	8%	5%	7%
OCD	3%	1%	1%	1%	2%	1%
Autisme/aspergers	3%	2%	2%	3%	2%	2%
Angst	16%	3%	3%	5%	7%	4%
Depression	12%	3%	2%	5%	6%	4%
Stress	3%	-	-	1%	-	1%

Inspiration til at arbejde med forebyggelse indenfor ovenstående temaer

Herunder har vi listet en række henvisninger til hjemmesider, rapporter og projekter, hvor det er muligt at finde redskaber og hente inspiration til at arbejde med forebyggelse på erhvervsuddannelserne inden for

temaerne; alkohol, euforiserende stoffer, fysisk aktivitet, kost og måltidsvaner, søvn, brug af digitale medier og overvægt.

Alkohol

Websites:

- www.sst.dk/da/Viden/Alkohol
- www.cancer.dk/forebyg/drik-mindre-alkohol/aktiviteter/
- www.alkohologsamfund.dk/alkopedia/forebyggelse/boern-og-unge?page=1
- www.sund-by-net.dk/sundhedsemner/alkohol/

Rapporter/inspirationskataloger:

- Forebyggelsespakke – alkohol:
www.sst.dk/da/udgivelser/2018/forebyggelsespakke-alkohol
- Alkohol blandt gymnasie- og erhvervsskoleelever - Alkoholvaner, alkoholkultur og trivsel:
www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2018/Alkohol-blandt-gymnasie--og-erhvervsskole.ashx
- Unges alkoholkultur:
www.vidensraad.dk/content/unges-alkoholkultur-et-bidrag-til-debatten
- Sunde Erhvervsskoler: inspiration til at skabe sunde rammer og introducere sundhed i undervisningen:
www.alkohologsamfund.dk/sites/alkohologsamfund.dk/files/media/document/Sunde_Erhvervsskoler_SST_2012.pdf

Euforiserende stoffer

Websites:

- www.sst.dk/da/Viden/Stoffer/Forebyggelse-af-stofbrug/Indsatser-paa-skoler-og-ungdomsuddannelser
- www.altomstoffer.dk/rusmidler-i-undervisningen
- www.snakomhash.dk
- www.snakomlattergas.dk

Rapporter/inspirationskataloger:

- Forebyggelsespakker – Stoffer:
www.sst.dk/da/udgivelser/2018/forebyggelsespakke-stoffer
- Rusmiddelforebyggende undervisning på erhvervsskoler:
www.projektpas.dk

Fysisk aktivitet

Websites:

- www.sst.dk/da/Viden/Fysisk-aktivitet
- www.firmaidraet.dk/ungdomsuddannelser/
- www.sund-by-net.dk/sundhedsemner/fysisk-aktivitet/

Rapporter/inspirationskataloger:

- Forebyggelsespakke – Fysisk aktivitet:
www.sst.dk/da/udgivelser/2018/forebyggelsespakke-fysisk-aktivitet
- Inspirationskatalog – 7 timers idræt og motion om ugen for børn og unge:
www.kum.dk/uploads/tx_templavoila/Inspirationskatalog_idraet.pdf
- Sundere erhvervsskoler - Erfaringer og anbefalinger på baggrund af et pilotprojekt i Holstebro Kommune:
www.hjerteforeningen.dk/wp-content/uploads/2016/11/evalueringsrapport.ucu-projekt-master.pdf

Kost og måltidsvaner

Websites:

- www.sst.dk/da/Viden/Ernaering
- www.maaltidspartnerskabet.dk/projekt/sundere-erhvervsskoler/
- www.sund-by-net.dk/sundhedsemner/kost/

Rapporter/inspirationskataloger:

- Forebyggelsespakke – Mad og måltider:
www.sst.dk/da/udgivelser/2018/forebyggelsespakke-mad-og-maaltider
- Fremme af sunde mad- og måltidsvaner blandt børn og unge:
www.vidensraad.dk/sites/default/files/vidensraad_maaltidsvaner_indhold_digi_0.pdf

Søvn

Websites:

- www.vidensraad.dk/sites/default/files/faktaark_soevn_og_sundhed.pdf

Rapporter/inspirationskataloger:

- Søvn og sundhed:
www.vidensraad.dk/sites/default/files/vidensraad_soevn-og-sundhed_digital.pdf

Brug af digitale medier

Websites:

- www.medieradet.dk/medieradet/digitaldannelse
- www.eva.dk/ungdomsuddannelse/it-digitalisering-eud

Overvægt

Websites:

- www.sst.dk/da/viden/overvaegt

Rapporter/inspirationskataloger:

- Forebyggelsespakke – Overvægt:
www.sst.dk/da/udgivelser/2018/forebyggelsespakke-overvaegt

BILAG 1

Uddybet om udtræk af stikprøven

Data fra Undervisningsministeriets databank er anvendt ved udtræk af matrikler til UNG19 EUD [3]. Alle udtræk blev udført med data fra 30. september 2017.

Ved udvælgelse af stikprøven blev der taget udgangspunkt i Databankens samlede oversigt over matrikler, der udbyder en eller flere erhvervsuddannelser. Følgende uddannelsesretninger og matrikler blev ekskluderet fra den samlede oversigt:

- Erhvervsgrunduddannelse (EGU) (n=2.266)
- Erhvervsfaglig åben uddannelse (n=9)
- Øvrige erhvervsfaglige uddannelser (n=1.397) (fx. Kosmetologskolen, Politiskolen)
- Matrikler med færre end 50 elever (n=890)
- Ukendt region (n=849)

Efter eksklusion af ovenstående matrikler var der 169 matrikler med i alt 103.275 erhvervsskoleelever, som indgik i lodtrækning til UNG19 EUD-stikprøven.

Dataanmeldelse, persondataforordningen og samtykke

UNG19 EUD er godkendt af Region Hovedstaden (Dataanmeldelse: VD-2018-485) og opfylder alle krav under persondataforordningen.

Alle respondenter blev mundtligt og skriftligt informeret om og gav samtykke til følgende:

- At jeg har forstået, at det er frivilligt at deltage og at underskrive dette samtykke
- At jeg ved, at jeg altid kan trække mit samtykke tilbage, og at jeg har fået kontaktoplysninger på dataansvarlig oplyst
- At jeg er informeret om undersøgelsen og dens formål via det omdelte informationsbrev
- At mine oplysninger kun vil blive anvendt til forskning og statistik

Spørgeskemaet blev tilgået digitalt via en to-faktor godkendelse. Den første personlige kode var elevernes cpr-nummer, som var indhentet via klasselister fra de deltagende matrikler forud for dataindsamlingen'. Den anden personlige kode blev tilfældigt generet og koblet til elevernes cpr-nummer i SurveyXact. Den tilfældigt generede kode blev uddelt til eleverne på dataindsamlingsdagen. Når eleverne tilgik spørgeskemaet, skulle de først indtaste den udleverede kode, og derefter deres cpr-nummer. I fald kode og cpr-nummer matchede, fik eleverne adgang til spørgeskemaet.

Deltagerkarakteristik

Tabel 44 viser fordelingen blandt de deltagende erhvervsskoleelever (UNG19 EUD) opdelt på hovedområder, køn, alder og uddannelsesspor. Blandt de fire hovedområder ses den største andel kvinder på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (86%) og den største andel mænd ses på Teknologi-Byggeri-Transport (92%).

Opdelt i aldersgrupper ses den største andel af 15-18-årige på Kontor-Handel-Forretningsservice (62%) og den største andel af 26+-årige på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (51%).

Det er blandt eleverne på Kontor-Handel-Forretningsservice den største andel af EUX-elever ses (72%), mens den største andel af EUV-elever ses blandt eleverne på Omsorg-Sundhed-Pædagogik (32%).

Tabel 44. UNG19 EUD-stikprøven opdelt på hovedområde, køn, alder og uddannelsesspor (n).

	Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser	Kontor, Handel og Forretnings- service	Omsorg, Sundhed og Pædagogik	Teknologi, Byggeri og Transport
KØN (n=6096)				
Kvinder	43% (357)	56% (582)	86% (1506)	8% (202)
Mænd	57% (475)	44% (463)	15% (256)	92% (2255)
ALDER (15-64 år) (n=5996)				
15-18-årige	42% (332)	62% (641)	18% (309)	44% (1058)
19-25-årige	39% (313)	25% (262)	31% (544)	39% (929)
26+-årige	19% (151)	13% (140)	51% (896)	18% (421)
UDDANNELSESSPOR (n=6119)				
EUD-alm ¹	82% (692)	20% (212)	64% (1123)	78% (1916)
EUX	8% (67)	72% (756)	5% (84)	11% (267)
EUV ¹	10% (83)	7% (77)	32% (556)	12% (286)

¹ EUD-alm og EUV er i rapporten slået sammen og benævnes EUD-elever.

Tabel 45 viser fordelingen blandt de deltagende erhvervsskoleelever (UNG19 EUD) overfor alle erhvervsskoleelever (hele landet) opdelt på køn, alder, uddannelsesforløb og uddannelsesspor.

Deltagerkarakteristikken viser, at UNG19 EUD er sammenlignelig med landstal i forhold til køn, mens der er en skæv fordeling for alder og uddannelsesforløb sammenlignet med alle erhvervsskoleelever (hele landet).

Den skæve fordeling på alder og uddannelsesforløb skyldes, at der i stikprøven er en overrepræsentation

af grundforløbselever, som er yngre, i forhold til hovedforløbselever [3]. Årsagen til en underrepræsentation af hovedforløbselever skyldes, at de ikke har været tilstede på skolerne under dataindsamlingen pga. praktikophold, som udgør hovedparten af hovedforløbet.

Alt i alt vurderes det, at fordelingen i UNG19 EUD-stikprøven er sammenlignelig med elevgruppen, som er tilstede på erhvervsskolematrikler henover foråret i forhold til køn, alder og uddannelsesforløb.

Tabel 45. UNG19 EUD-stikprøven (n) sammenholdt med total antal erhvervsskoleelever (N), opdelt på køn, alder, uddannelsesforløb og -spor¹

	UNG19 EUD % (n)	Hele landet % (N)	Stikprøve (n/N) %
KØN			
Kvinder	43% (2647)	41% (42.587)	6,2%
Mænd	57% (3449)	59% (62.320)	5,5%
ALDERSFORDELING			
15-18-årige	39% (2340)	23% (23.996)	9,8%
19-25-årige	34% (2048)	48% (50.029)	4,1%
26+-årige	27% (1608)	29% (30.605)	5,3%
UDDANNELSESFORLØB			
Grundforløb 1	2,2% (136)	11% (11.271)	1,2%
Grundforløb 2	63% (3864)	19% (19.801)	20%
Hovedforløb	35% (2115)	70% (71.315)	3,0%
UDDANNELSESSPOR²			
EUD-alm ³	64% (3943)	-	-
EUX	19% (1174)	-	-
EUV ³	16% (1002)	-	-

¹ Total antal erhvervsskoleelever er hentet fra Undervisningsministeriets databank og er for elevbestanden per 30. september 2017 [3].

² Det har ikke været muligt at få landstal for antallet af EUX- og EUV-elever.

³ EUD-alm og EUV er i rapporten slået sammen og benævnes som EUD-elever.

Vægtning af data

Da stikprøven har en skæv fordeling på de fire hovedområder (se tabel 2), er data vægtet således, at data fra de fire hovedområder indgår med en fordeling svarende til landsfordelingen blandt alle erhvervsskoleelever.

Vægten for hovedområderne er:

Fødevarer, Jordbrug og Oplevelser:	1,0
Kontor, Handel og Forretningsservice:	1,3
Omsorg, Sundhed og Pædagogik:	0,6
Teknologi, Byggeri og Transport:	1,2

Alle resultater er vægtet med ovenstående vægtning, undtaget resultater, der er stratificeret på hovedområde.

Ekstreme observationer (outliers)

Der er ved cigaretforbrug, alkoholindtag og varighed af fysisk aktivitet slettet ekstreme værdier, som er vurderet til at være usandsynligt høje. De maksimale grænser som er anvendt i analyserne er:

Maksimum antal cigaretter per dag:	50 cigaretter
Maksimum alkoholindtag per uge:	210 genstande
Maksimum moderat fysisk aktivitet per uge:	35 timer
Maksimum hård fysisk aktivitet per uge:	21 timer

Grænseværdierne for fysisk aktivitet er hentet fra rapporten; 'Validering af spørgsmål om fysisk aktivitet og sidde-tid' udarbejdet af Statens Institut for Folkesundhed [50], mens de andre grænseværdier er baseret på et skøn.

Litteraturliste

- [1] Bendtsen P, Schou Mikkelsen S, Tolstrup JS, et al. Ungdomsprofilen 2014: sundhedsadfærd, helbred og trivsel blandt elever på ungdomsuddannelser. Statens Institut for Folkesundhed, 2015.
- [2] Partnerskabet bag Ungeprofilundersøgelsen. Ungeprofilundersøgelsen 2015. Pilotrapport om danske unges sundhed og trivsel, sociale kapital, brug af rusmidler samt kriminalitet og risikoadfærd. Komiteen for Sundhedsoplysning, 2016.
- [3] Børne- og Undervisningsministeriet. Databank, Uddannelsesstatistik: <https://www.uddannelsesstatistik.dk/Pages/Topics/23.aspx>. 2017 (set 12. september 2018).
- [4] Børne- og Undervisningsministeriet. Uddannelse/ Erhvervsuddannelser: Uddannelse, <https://www.uvm.dk/erhvervsuddannelser/uddannelser> (set 10. oktober 2019).
- [5] Bentsen EF, Büchler JM, Lindorf M, et al. DEA for NordeaFonden. Erhvervsuddannelserne: Status, styring og reformer, http://dea.nu/sites/dea.nu/files/erhvervsuddannelser_nordea_0.pdf. Nordea-Fonden, 2018.
- [6] Jensen, HAR, Davidsen, M, Ekholm, O, et al. Danskernes sundhed, Den nationale sundhedsprofil 2017. Sundhedsstyrelsen. København, 2018.
- [7] Brink A-L, Stage M. Røgfri Fremtids Ungeundersøgelse 2017. Kræftens Bekæmpelse og Trygfonden, 2018.
- [8] Ringgaard L, Broholm K, Sindballe A-M, et al. Unges livsstil og dagligdag 2000 - forbrug af tobak, alkohol og stoffer. Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen. København, 2002.
- [9] Nielsen G. Gymnasie- og HF-elevs sundhedsvaner og livsstil 1996/97. København: DIKE, 1998.
- [10] Sundhedsstyrelsen. Forebyggelsespakke: Mental sundhed. Sundhedsstyrelsen, 2018.
- [11] WHO (ed). Mental health: new understanding, new hope. repr. Geneva: World Health Organization, 2002.
- [12] Prince M, Patel V, Saxena S, et al. No health without mental health. The Lancet 2007; 370: 859–877.
- [13] WHO | Mental health action plan 2013 - 2020. WHO, http://www.who.int/entity/mental_health/publications/action_plan/en/index.html (set 21. august 2019).
- [14] Eriksen L, Davidsen M, Jensen HAR, Ryd JT, Strøbæk L, White ED, Sørensen J, Juel K. Sygdomsbyrden i Danmark, risikofaktorer. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet for Sundhedsstyrelsen, 2016.
- [15] Christensen, AI, Davidsen, M, Koushede, V, et al. Betydning af dårlig mental sundhed for helbred og socialt liv – En analyse af Registerdata fra "Sundhedsprofilen 2010". Sundhedsstyrelsen, 2017.
- [16] Hoyt LT, Chase-Lansdale PL, McDade TW, et al. Positive Youth, Healthy Adults: Does Positive Well-being in Adolescence Predict Better Perceived Health and Fewer Risky Health Behaviors in Young Adulthood? J Adolesc Health 2012; 50: 66–73.
- [17] Psykiatrifonden. Psykiske problemer er den primære årsag til frafald på erhvervsuddannelserne. Psykiatrifonden, 2011.
- [18] Christensen, AE, Pisinger, V, Larsen, CVL, et al. Mental sundhed blandt unge. Resultater fra Ungdomsprofilen 2014. Statens Institut for Folkesundhed, 2017.
- [19] Lau CJ, Lykke MB, Bekker-Jeppesen M, Buhelt LP, Andreasen AH, Johansen NB: Sundhedsprofil for Region Hovedstaden og kommuner 2017 – Sundhedsadfærd og risikofaktorer. Region Hovedstaden: Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital, 2018.
- [20] Nielsen JC, Sørensen NU, Osmec MN, et al. Når det er svært at være ung i DK: unges trivsel og mistrivsel i tal. Kbh.: CEFU, Center for ungdomsforskning, 2010.

- [21] Skolebørnsundersøgelsen 2018: helbred, trivsel og sundhedsadfærd blandt 11-, 13- og 15-årige skoleelever i Danmark. Statens Institut for Folkesundhed, 2019.
- [22] Elevtrivselsmålinger på erhvervsuddannelserne, <https://www.uvm.dk:443/erhvervsuddannelser/skoleudvikling/klare-maal/elevtrivselsmaalinger-paa-erhvervsuddannelserne> (set 15. august 2019).
- [23] Huebner ES. Research on Assessment of Life Satisfaction of Children and Adolescents. Soc Indic Res 2004; 66: 3–33.
- [24] Cantril H. The pattern of Human Concerns. New Brunswick: NJ: Rutgers University Press, 1965.
- [25] Mann M. Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. Health Educ Res 2004; 19: 357–372.
- [26] Zhu J, Wang X, Liu Z, et al. The Relationship between Self-Concept and Mental Health among Chinese College Students: The Mediating Effect of Social Adjusting. Open J Soc Sci 2016; 04: 118–125.
- [27] Statens Institut for Folkesund. Hver dag begynder 40 unge at ryge. Ugens tal for folkesundhed., https://www.sdu.dk/da/sif/ugens_tal/36_2016. 2016 (Set 23. oktober 2019).
- [28] Statens Institut for Folkesund, Kræftens Bekæmpelse. Unges rygevaner. Den Nationale Sundhedsprofil 2017. Særkørsel af 16-24-åriges rygevaner., <https://www.cancer.dk/forebyg/undga-roeg-og-rygning/fakta-om-rygning/unges-rygevaner/> (set 23. oktober 2019).
- [29] Hjerteforeningen, Sundhedsstyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, et al. Danskernes Rygevaner 2018, <https://www.sst.dk/da/udgivelser/2019/danskernes-rygevaner-2018>. 2019 (set 9. oktober 2019).
- [30] Marcon A, Pesce G, Calciano L, et al. Trends in smoking initiation in Europe over 40 years: A retro-spective cohort study. PLOS ONE 2018; 13: e0201881.
- [31] Epinion for Kræftens bekæmpelse. Flere unge ryger, <https://www.cancer.dk/nyheder/flere-unge-ryger/>. 2017 (set 23. oktober 2019).
- [32] Vestbo J, Pisinger C, Bast LS, et al. Forebyggelse af rygning blandt børn og unge. Hvad virker? København: Vidensråd for Forebyggelse, 2018.
- [33] U.S. Department of Health and Human Services. Preventing Tobacco Use Among Youth and Young Adults: A Report of the Surgeon General. Atlanta, GA.: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2012.
- [34] Hymowitz N. Cigarette Smoking and Lung Cancer: Pediatric Roots. Lung Cancer Int 2012; 2012: 1–7.
- [35] Pisinger C, Vestbo J, Borchjohnsen K, et al. Smoking cessation intervention in a large randomised population-based study. The Inter99 study. Prev Med 2005; 40: 285–292.
- [36] Hansen AV, Klinker CD. Danske erhvervsskoler - sundhedsfremmende indsatser og implementeringskapacitet. Denmark: Hjerteforeningen og Steno Diabetes Center Copenhagen, 2017.
- [37] Andersen S, Riis N, Nygart V, et al. Rygning på erhvervsskoler: det skal være federe at være ikkeryger. Kbh.: Vidensråd for Forebyggelse, 2018.
- [38] Sundhedsstyrelsen. Forebyggelsespakke: Tobak. Kbh.: Sundhedsstyrelsen, 2018.
- [39] Pisinger C, Danmark, Sundhedsstyrelsen. Behandling af tobaksafhængighed: anbefalinger til en styrket klinisk praksis. Sundhedsstyrelsen. København, 2011.
- [40] U.S. Department of Health and Human Services. Let's make the next generation tobacco free: Your guide to the 50th Anniversary Surgeon General's Report on Smoking and Health. 2015.

- [41] DiClemente CC, Prochaska JO, Fairhurst SK, et al. The process of smoking cessation: an analysis of precontemplation, contemplation, and preparation stages of change. *J Consult Clin Psychol* 1991; 59: 295–304.
- [42] Yamato H, Jiang Y, Ohta M. WHO Framework Convention on Tobacco Control (FCTC) Article 8: Protection from Exposure to Tobacco Smoke. *Nippon Eiseigaku Zasshi* 2015; 70: 3–14.
- [43] WHO Regional Office for Europe. Capacity Assessment on the Implementation of Effective Tobacco Control Policies in Denmark. Denmark: WHO, January 2018.
- [44] Poulsen LH. Exposure to teachers smoking and adolescent smoking behaviour: analysis of cross sectional data from Denmark. *Tob Control* 2002; 11: 246–251.
- [45] Sundhedsstyrelsen. Forebyggelsespakke: Alkohol. Kbh.: Sundhedsstyrelsen, 2018.
- [46] Global recommendations on physical activity for health. Genève: WHO, 2010.
- [47] Undervisningsministeriet. Bekendtgørelse om erhvervsuddannelser: <https://www.retsinformation.dk/forms/r0710.aspx?id=208956> (set 18. oktober 2019).
- [48] Fødevarestyrelsen MF. Alt om kost. De Officielle Kostråd, <https://altomkost.dk/raad-og-anbefalinger/de-officielle-kostraad/> 2019 (set 12. november 2019).
- [49] World Health Organization (ed). Obesity: preventing and managing the global epidemic: report of a WHO consultation. Geneva: World Health Organization, 2000.
- [50] Validering af spørgsmål om fysisk aktivitet og sidde tid: til brug for national monitorering. Statens Institut for Folkesundhed, 2017.

