

MEN'S HEALTH 2015 WEEK DK

FAKTAARK

Tema 2015: Unge mænds trivsel og sundhed

Hvorfor tema om unge mænds sundhed?

Fordi unge mænd har en dødelighed der er over dobbelt så stor som unge kvinders. Hver gang der dør 100 kvinder i 15-25 års alderen, dør der over 200 mænd i samme alder. De unge mænds store dødelighed skyldes både en risikoadfærd, der fører til pludselig død. Og en langt større dødelighed end unge kvinder af de alvorligste sygdomme, såsom kræft og hjerte-kar-sygdomme.

Unge mænds kost-, ryge- og alkoholvaner og deres brug af sundhedsvæsenet halter langt bag efter de unge kvinders.

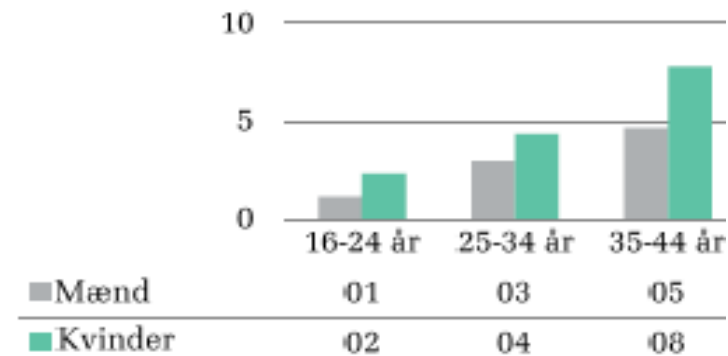
Sundhedsvæsenet og samfundet generelt har ikke været gode til at have øje for de unge mænds særlige reaktionsmønstre - fx på psykiske problemer - eller på deres særlige behov.

Derfor er der god grund til at komme i dialog med unge mænd om deres trivsel og helbred. Om hvordan de har det, hvad de har behov for og hvordan de bedst kunne tænke sig at få sundhedstilbud og -information.

Data om unges sundhed

Hvordan synes de selv det går?

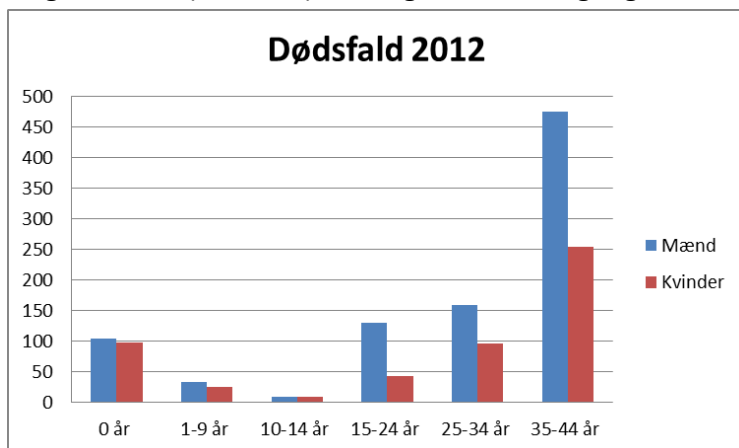
Mellem dobbelt så mange og 33 % så mange unge kvinder synes de har et dårligt helbred.



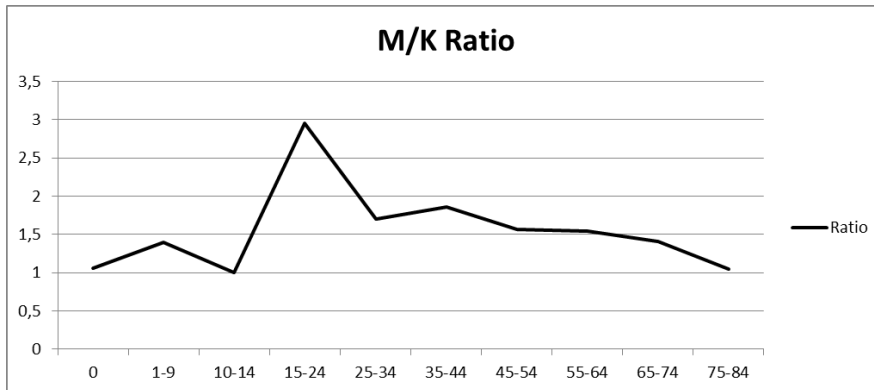
Synes de har et dårligt helbred (%).

Men de unge mænd har en markant højere dødelighed

Unge mænds (15-25 år) dødelighed er ca. 3 gange så stor som kvinders i samme alder.



Mænds overdødelighed er på intet tidspunkt større end i de unge år:

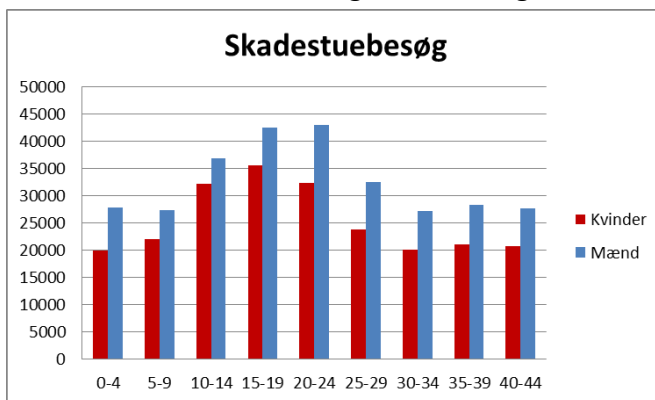


Det betyder, at hver gang der dør 100 kvinder 15-24 års alderen, dør der 300 mænd.

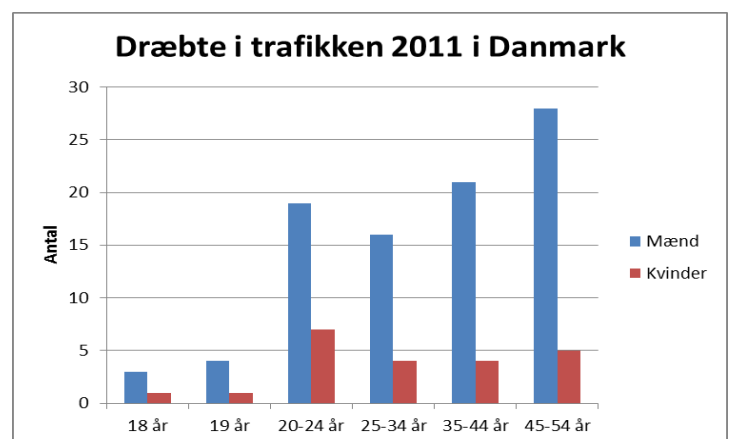
Hvad dør de af?

Unge mænd kommer langt hyppigere galt af sted.

Det ses fx af skadestuebesøg, som de unge mænd har langt flere af.



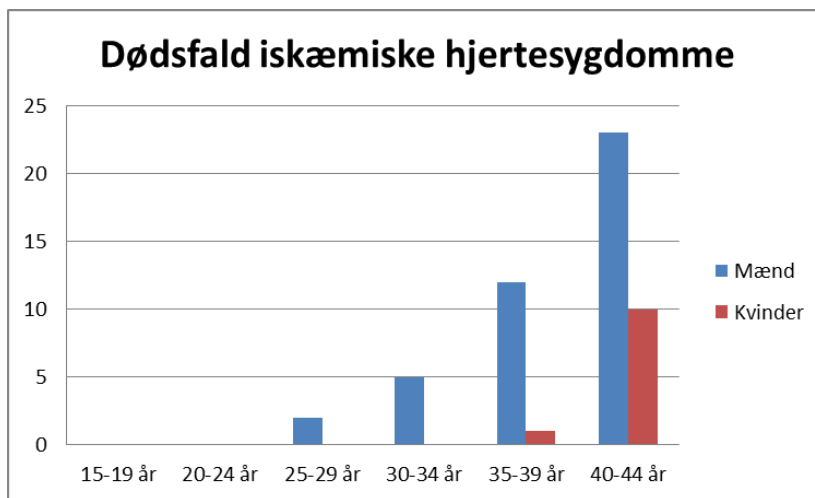
Det gælder ikke mindst trafikulykker, hvor de unge mænd har en næsten seks gange så stor dødelighed.



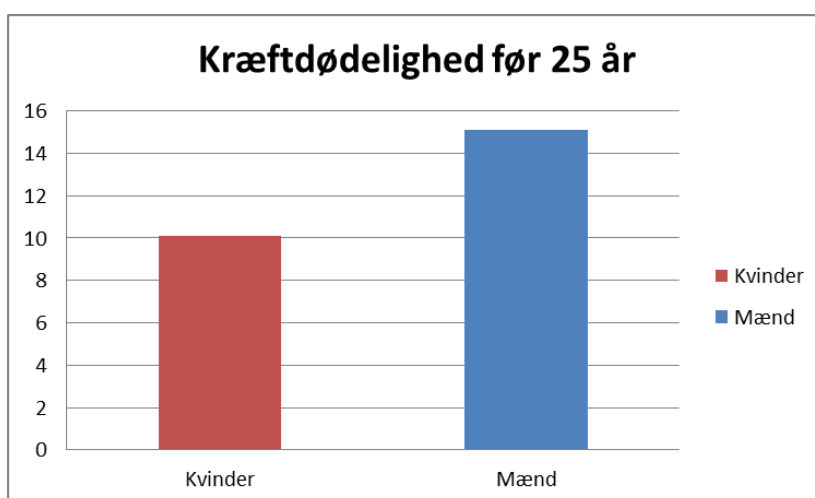
Men de unge mænds større dødelighed skyldes også sygdomme.

Når det gælder de 'store sygdomme', dvs dem, som flest mennesker dør af, så har mænd allerede i de unge år en større dødelighed.

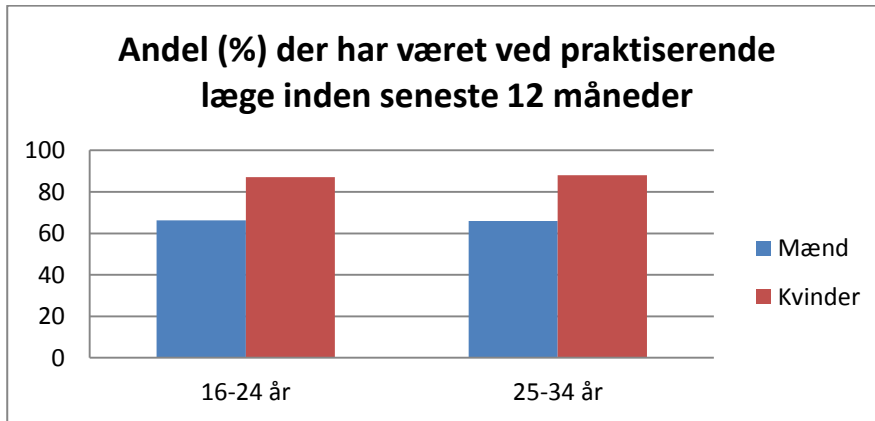
Det gælder hjertekarsygdomme:



Og det gælder kræftsygdomme, som nu er den sygdom, som flest mennesker dør af i vores samfund. Allerede før det 25. år har de unge mænd en overdødelighed i forhold til kvinder i samme alder på 50 pct.



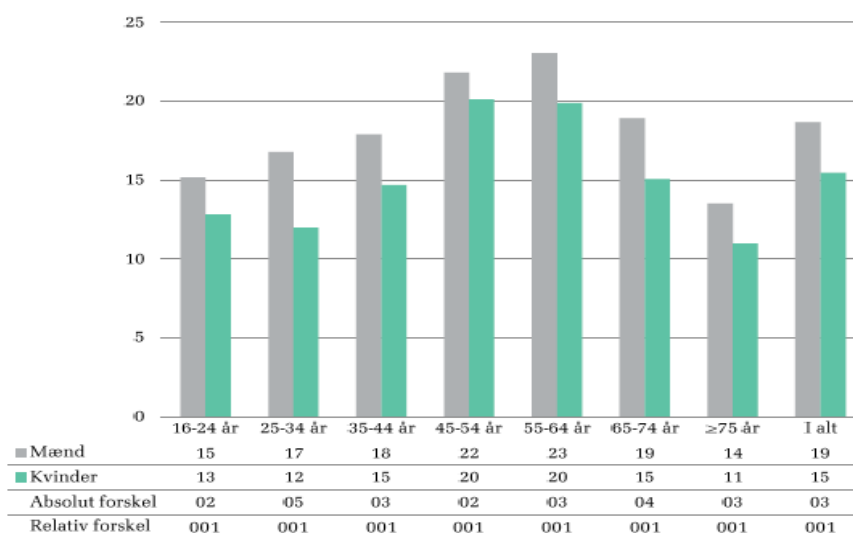
Her kan en væsentlig faktor bag de unge mænds større dødelighed være deres langt mindre brug af praktiserende læge.



Livsstil

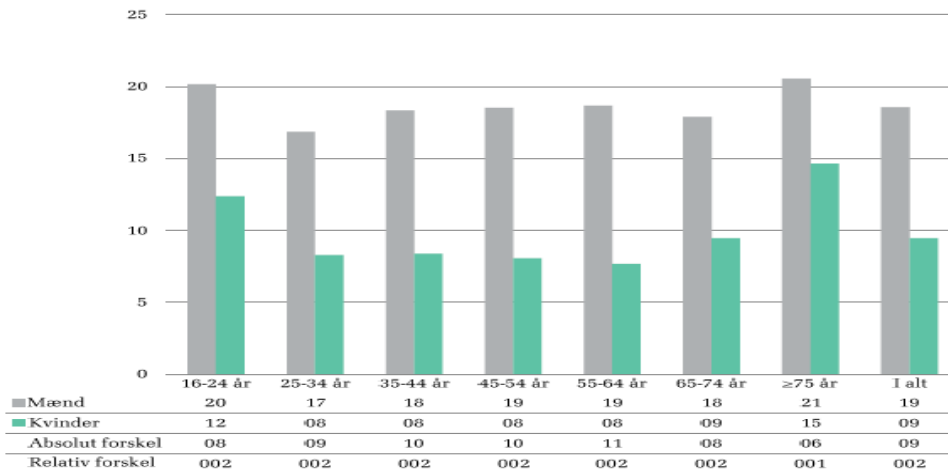
En del af overdødeligheden skyldes større forekomst af sygdomme betinget af dårligere livsstil hos de unge mænd.

Der er flere daglige rygere blandt unge mænd:



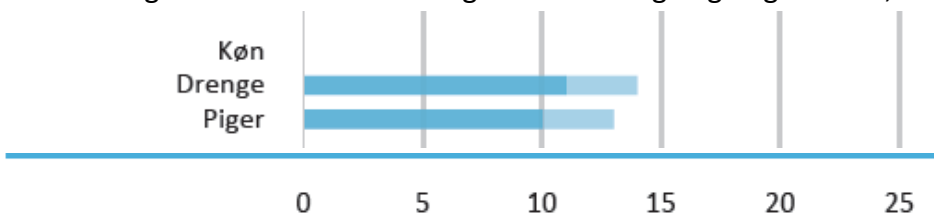
(Kilde SFI)

Langt flere unge mænd har et usundt kostmønster:



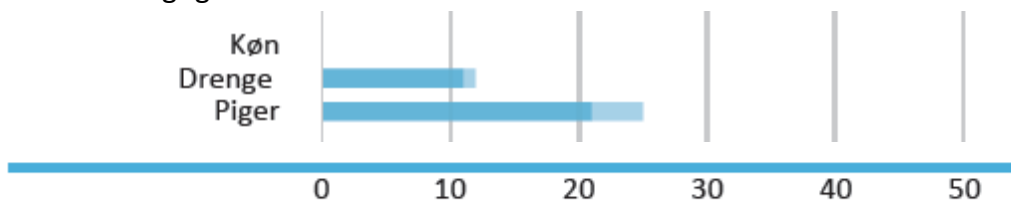
(Kilde SFI)

Det viser sig ikke mindst i hvor mange blandt drenge og unge mænd, der er overvægtige:



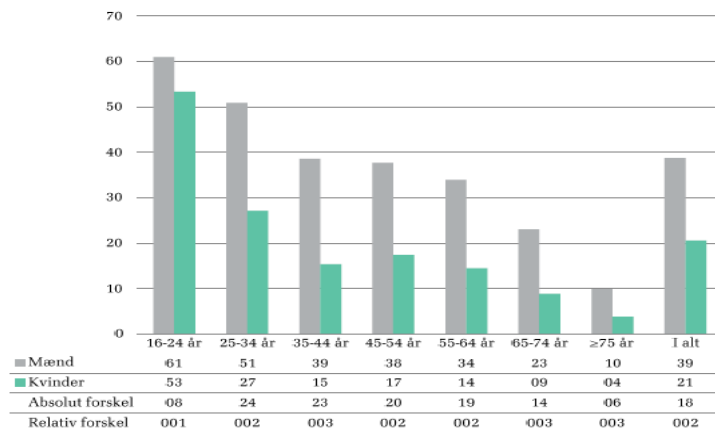
Procent af unge, der er overvægtige. (Kilde SFI)

Men når de selv skal sige det, så er der langt færre unge mænd end kvinder, der selv opfatter sig som overvægtige:



Procent, der opfatter sig som overvægtige. (Kilde SFI)

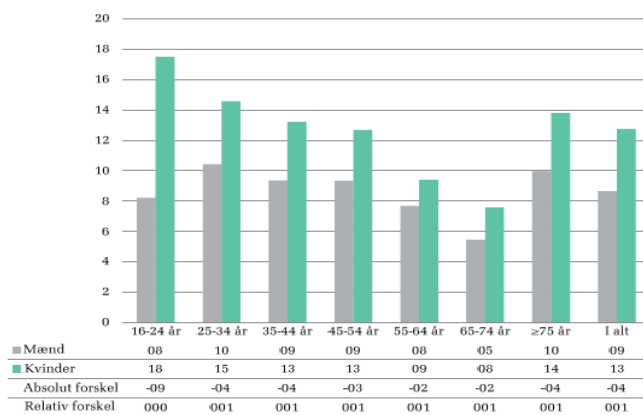
Den problematiske livsstil viser sig også i forhold til alkohol:



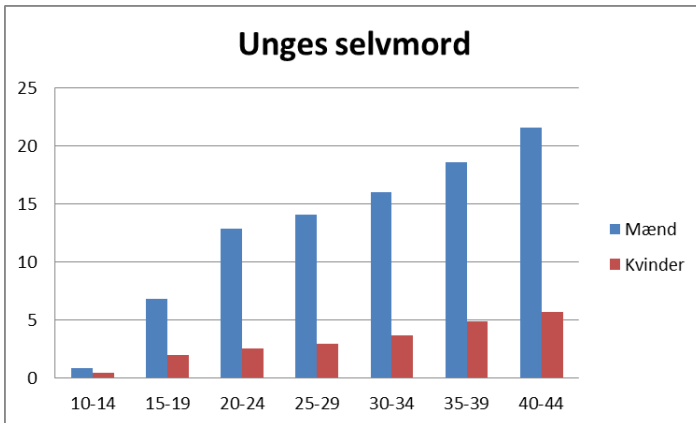
► *Hvor mange procent der drikker flere end 5 genstande om ugen. (Kilde SFI)*

Mental trivsel

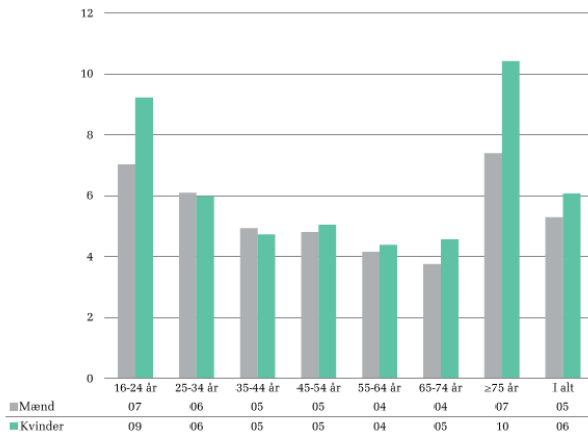
Når det gælder den mentale eller psykiske trivsel, vurderer unge mænd også deres tilstand som meget bedre, end de unge kvinder vurderer deres. Her målt på hvem der vurderer deres egen trivsel som dårlig.



Her giver flere unge kvinder udtryk for at have det dårligt. Men når vi ser på, hvem der begår selvmord, så er det langt flere unge mænd end unge kvinder, der kommer derud.

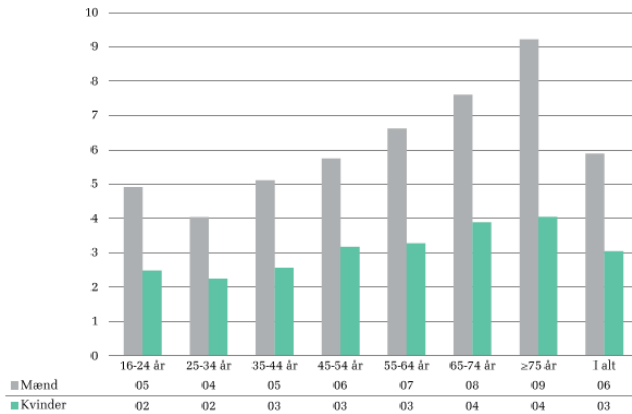


Det samme paradoks ses, når det gælder unge mænds vurdering af deres relationer til andre mennesker. Når man spørger de to køn om, hvem der oplever at være uønsket alene:



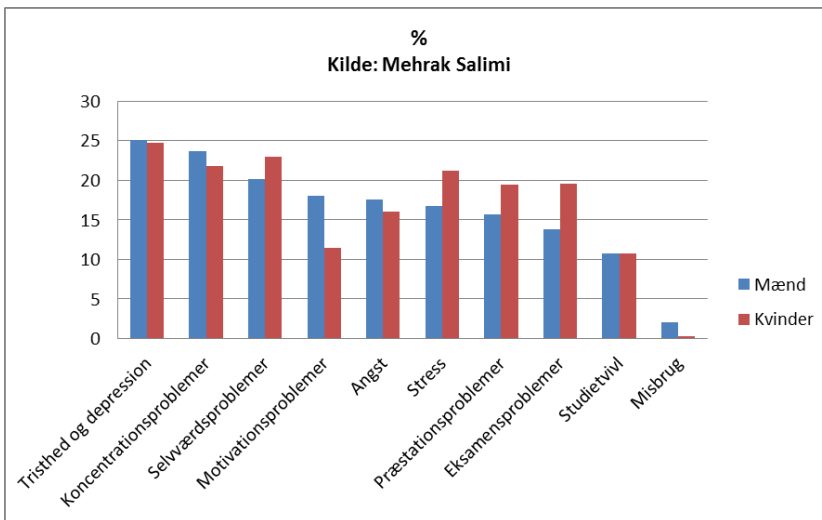
(Kilde SFI)

Her er der ikke den store forskel, men en lille overvægt til kvinderne. Men når man spørger, hvem der aldrig eller næsten aldrig nogen at tale med:



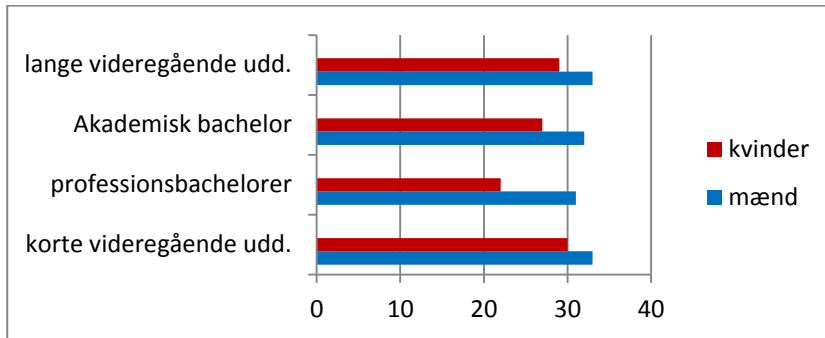
- så er der langt, langt flere unge mænd, der giver udtryk for det.

Når det gælder psykiske problemer, som de viser sig hos studerende, ser vi, at de unge mænds og de unge kvindes problemstillinger er lidt forskellige.



Hvor de unge kvinders problemer hos Studenterrådgivningen hyppigere viser sig i form af stress og præstationsproblemer, viser de unge mænds problemer sig hyppigere som problemer med at tage sig sammen og misbrug.

Dette viser også i form af de unge mænds større frafald på uddannelser



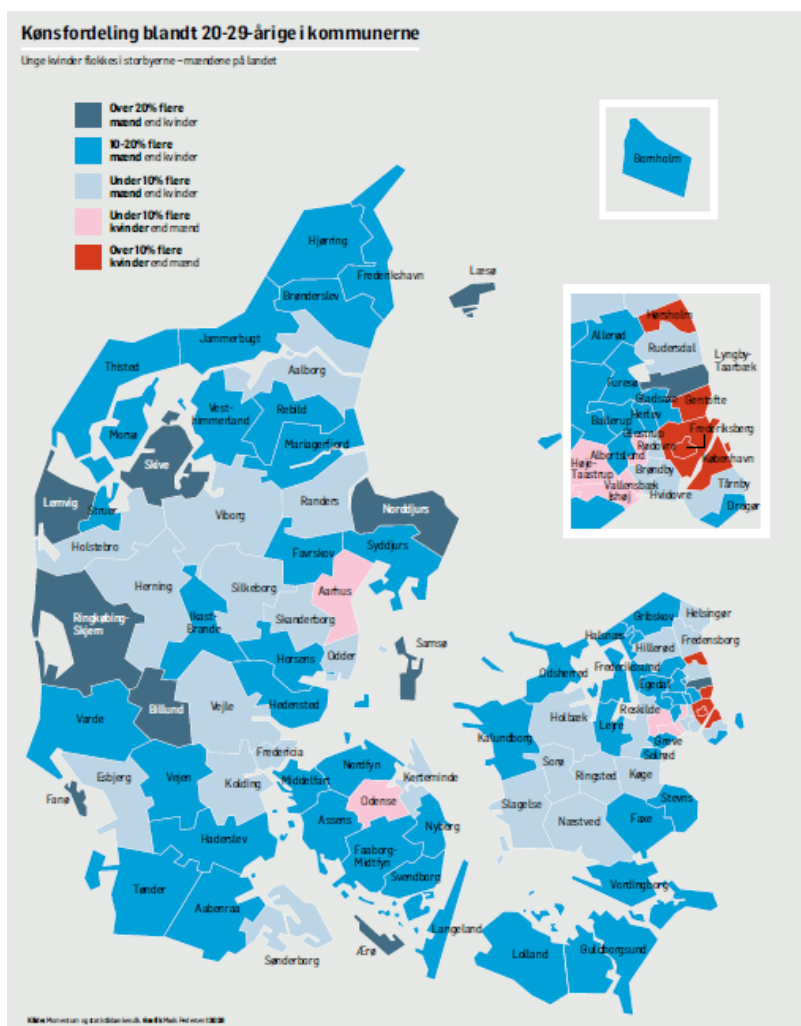
Mænds fødselsdepressioner

Omkring 7 % af alle fædre får en fødselsdepression. Med omkring 60.000 fødsler om året i Danmark er det ca. 4000 fædre årligt der får en fødselsdepression. Nyere international forskning har fundet, at det måske er omkring 10 % af alle fædre, der får en fødselsdepression. Meget få af disse mænd får i dag professionel støtte eller behandling for den lidelse. Det på trods af, at det er vigtigt at opspore og hjælpe de mænd, der i en så betydningsfuld periode i deres – og ikke mindst deres barns – liv har behov for hjælp. De mange uopdagede og u-registrerede fødselsdepressioner hos mænd repræsenterer således også et stort antal depressioner hos mænd, som ikke kan ses af opgørelserne over forekomst af depression hos mænd.

Nye tendenser

I de senere år er der sket markante forandringer blandt de unge mænd og kvinder med hensyn til geografisk fordeling og uddannelse.

Geografisk er der sket det, at mange unge kvinder er flyttet til storbyerne, mens unge mænd i højere grad bliver boende, hvor de er vokset op. Her ses det, hvordan der er kommet en forskudt fordeling af, hvor kvinder og mænd bor:



I de kommuner, der er farvet med mørkeblåt bor der 20 pct. Flere unge mænd end kvinder. I de lyseblå kommuner er det 10 pct.

Hovedbudskaberne i Men's Health Week 2015:

For første gang sættes unge mænds trivsel og sundhed på dagsordenen i mændenes sundhedsuge. På mange måder er vi i sundhedsvæsnet og samfundet generelt ikke særligt velfunderede når det gælder tiltag, der kan afhjælpe de trivsels- og herredsproblemer, som er beskrevet oven for.

Faktisk er de data, som fremlægges her ikke særligt kendte. Derfor må vi i MHW2015 starte meget fra bunden. Derfor er hovedbudskaberne:

- Unge mænds trivsel og sundhed skal belyses i dybden og tages alvorligt
- Unge mænd har en ekstrem overdødelighed af både sygdomme og pludselig død
- Den ekstreme overdødelighed skal nedbringes ved hjælp af systematiske indsatser på tre områder:
 1. Unge mænd skal have helt nye dialog-baserede former for sundhedsinformation, der passer bedre til deres behov
 2. Sundhedsvæsnet skal gå ny veje med helbredstilbud, der passer bedre til unges mænds behov – det gælder ikke mindst i mødet med den primære praksissektor
 3. Der skal udvikles og afprøves måder at mindske unge mænds risikoadfærd, som bygger på en positiv tilgang til de unges lyst til eksperimenter og deres energi og vovemod.

Svend Aage Madsen

April 2015