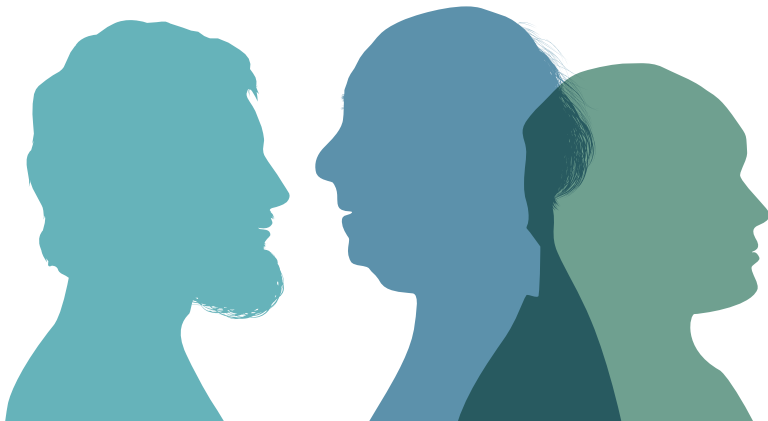


KOMMUNE, KEND DIN MAND

FORUM FOR
**MÆNDS
SUNDHED**



Gør din kommune noget for at forbedre mænds sundhed og trivsel?

Mænd lever alt for kort og har større dødelighed end kvinder. WHO vedtog derfor i 2018 en samlet strategi for at bedre mænds sundhed og trivsel, også kaldet "Strategy on the health and well-being of men". Strategien blev vedtaget med både Regeringens og Sundhedsstyrelsens støtte.

Mænds sundhed er derfor et emne, der ikke blot internationalt, men også i Danmark er vigtigt at sætte fokus på. Det kan du i din kommune gøre noget ved:

1. Sæt fokus på køn i sundhedspolitikker og -strategier for fysisk og mental sundhed og trivsel hos mænd
2. Prioriter at gøre noget ved de forhold, der udsætter mænd for sundhedsrisici og som medfører så stor dødelighed for mænd
3. Indret sundhedstilbud så tjenesterne også passer til mænd i alle aldre

MIDDELLEVETIDEN BLANDT MÆND OG KVINDER I DANMARK

Mænds sundhed og dødelighed halter efter de danske kvinders – trods fremskridt i de seneste årtier lever mænd i gennemsnit fire år kortere end kvinder.



■ Mænd
■ Kvinder

Mænd over 50 år
koster i dag ca.

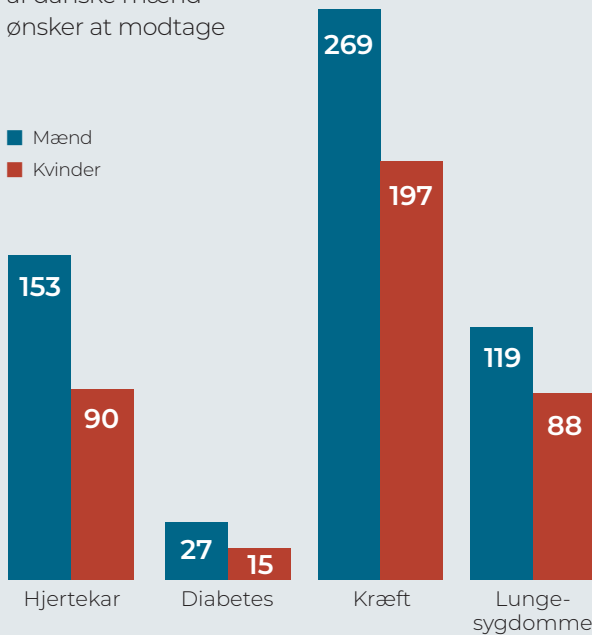
20%

mere i sundhedsudgifter
end kvinder i samme alder

– **31.800 kr. mod
25.400 kr. årligt**

MÆNDS STØRRE DØDELIGHED

Mænd dør oftere end kvinder på tværs af sygdomme. Derfor skal der laves tidlig og målrettet opsporing, fx indkaldelse til helbredstjek, hvilket over 80% af danske mænd ønsker at modtage

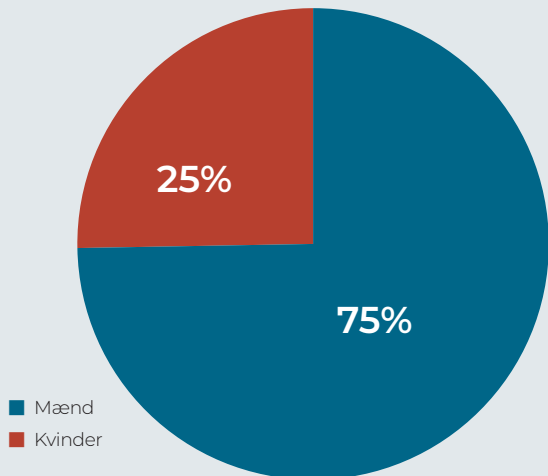


Aldersstandardiserede rater pr. 100.000 indbyggere
Kilde: Sundhedsdatastyrelsen, Dødsårsagsregistret 2018

MÆND OG PSYKISKE LIDELSER

Mænds psykiske lidelser er underopdaget – og mænd får langt fra behandlet deres psykiske problemer i tilstrækkelig grad. En af følgerne er, at mænd begår selvmord tre gange så hyppigt som kvinder.

I 2019 begik 449 mænd og 151 kvinder selvmord



Kilde: Danmarks Statistik

TRIVSEL & REHABILITERING

Hvordan er fordelingen mellem mænd og kvinder på jeres rehabiliteringshold? Generelt deltager mænd mindre i alle kommunale rehabiliterings- og sundhedstilbud. Målrettede aktiviteter, hvor køn er indtænkt, er derfor vigtige veje til at styrke mænds trivsel og mentale sundhed, fx gennem:

- Rehabiliteringsgrupper specifikt for mænd, fx Naturkræfter, et kræftrehabiliteringstilbud specifikt for mænd
- Oprettelse af mandefællesskaber, fx Mænds Mødesteder med mulighed for gruppetilbud såsom vandring, cykel-, fiske- og boldspilsgrupper

FÆDRE & BARSEL

10-14 % af alle kvinder, der har født, får en fødselsdepression. Det samme gælder 7-10 % af de nybagte fædre. Fødselsdepressioner kan være skadeligt for hele familien. Hvad gør din kommune for at hjælpe nybagte fædre?

- Har I særlige tilbud til fædre på barsel i jeres kommune?
- Er jeres kommune klar til de mange fædre der går på barsel ved den kommende øremærkede barsel for mænd?
- Screener I fædre for fødselsdepression – og har I behandlingstilbud specifikt til dem?

Kilde:

<https://www.rigshospitalet.dk/presse-og-nyt/nyheder/nyheder/Sider/2017/november/ny-effektiv-behandlingsmodel-for-faedre-med-foedselsdepression.aspx>

HVAD KAN I GØRE SOM KOMMUNE?

- Læs mere om hvad I som kommune kan gøre i vedhæftede Powerpoint – her finder du mere viden om mænds sundhed i Danmark og hvad der findes af muligheder for at forbedre mænds sundhed
- Kontakt os på 20 30 15 89 – vi sidder klar til at besvare dine spørgsmål om mænds sundhed
- Læs mere på vores hjemmeside www.sundmand.dk