

SUNDHEDSPOLITIK

VI GÅR PÅ TVÆRS MED SUNDHEDEN
- OG VI GÅR SAMMEN



SUNDHED OG TRIVSEL FOR ALLE I NÆSTVED KOMMUNE

Vores sundhed er afgørende for, at vi kan leve det liv, vi gerne vil. At være sund handler om at have det godt fysisk, psykisk, mentalt og socialt, og at man er i stand til at udfolde sine egne ønsker for det gode liv.

Næstved Kommune ønsker med denne sundhedspolitik at prioritere sundhedsfremme og forebyggelse for alle aldersgrupper og i alle livets faser, så langt flere borgere end i dag får mulighed for flere gode leveår. Det gør vi ved at fokusere på de største udfordringer for folkesundheden, som er tobak, alkohol, fysisk inaktivitet og vores mentale sundhed og trivsel. Dette gør vi i et samarbejde på tværs af fagområder - vi kan ikke gøre det alene.

Sundhedspolitikken er også en invitation til samarbejde med civilsamfundet, eksempelvis gennem partnerskaber med frivillige, uddannelsesinstitutioner, erhvervslivet, patientforeninger, boligforeninger og idrætsforeninger. Vi skal desuden gøre en særlig indsats for, at vores børn og unge får en god start i livet derfor skal vi lytte til de nye generationers egne forslag til et sundere liv.

Sammen kan vi skabe de bedste rammer og løfte sundheden for alle.

Jette Leth Buhl

Formand for omsorgs- og forebyggelsesudvalget



FN' VERDENSMÅL

Ledestjernen for denne sundhedspolitik er FN's verdensmål for bæredygtig udvikling, som omfatter 17 områder, der skal bidrage til at skabe bæredygtig udvikling på globalt plan. 3 ud af de 17 verdensmål, herunder at fremme sundhed og trivsel for alle i alle aldre, reducere ulighed og skabe inddragende lokalsamfund, er direkte overførbare til Næstved Kommunes visioner på sundhedsområdet. Næstved Kommune kobler sig på verdensmålene for at sikre alle borgere og medarbejdere gode og sunde leveår, skabe lige adgang til sundhedstilbud og indgå i partnerskaber på tværs af kommunens centre, foreninger, uddannelsesinstitutioner og civilsamfund.

NÆSTVED KOMMUNES VISION FOR SUNDHEDEN

Byrådets vision for sundheden har gennem en årrække været, at alle borgere i Næstved Kommune skal have mulighed for at leve et længere liv med flere gode leveår. Dette er stadig gældende for nærværende sundhedspolitik. Kommuneplanstrategien er Byrådets strategi for Næstved Kommunes udvikling i perioden 2019-2030 og flere elementer fra strategien især 'Velfærd med omtanke', 'Naturen som aktiv', 'En levende bymidte' 'Kultur', 'Børn og unge' afspejler sig i sundhedspolitikens mål.

Desuden lægger sundhedspolitikken sig op ad KL's udspil om forebyggelse for fremtiden og Regeringens nationale mål om flere sunde leveår.

NÆSTVEDBORGERNES SUNDHED

Sundhed er et resultat af både fysiologiske, sociale, og økonomiske faktorer, og samtidig spiller både lokale og nationale rammer ind på udviklingen af borgernes sundhedstilstand.

Borgerne i Næstved har på nogle områder oplevet en forbedret sundhedstilstand fra 2010 til 2021, men den mentale trivsel er faldet siden 2017. Desuden er forekomsten af langvarig sygdom, multisygdom og de fleste opgjorte enkeltsygdomme

steget, og en stigning ses ligeledes hos andelen af ensomme borgere og andelen svært overvægtige borgere siden 2017.

Andelen af dagligrygere er fortsat med at falde, og det samme ses omkring borgernes alkoholforbrug dog ses en stagnering i andelen af borgere med det højeste og mest problematiske forbrug. Tre ud af fem borgere lever ikke op til WHO's minimumsanbefalinger for fysisk aktivitet, så vi er langt fra i mål med sundheden.

VI LEVER LÆNGERE, MEN ...

Middellevetiden er stigende for både mænd og kvinder. Men at leve længere er ikke et mål i sig selv; kvaliteten af de ekstra leveår skal også være god. På nuværende tidspunkt følger der ikke kun gode leveår med den stigende alder.

Der ses, blandt 16-årige mænd og kvinder, et markant fald i både antallet af gode leveår og andelen af restlevetiden med en høj score på den mentale helbredsskala.

Med et stigende antal ældre og flere leveår præget af sygdom og dårligt helbred har Næstved Kommune en opgave med at arbejde med de primært forebyggende indsatser. Disse indsatser skal sikre, at borgerne ikke bliver syge, og at behovet for sundhedsydelse i videst muligt omfang reduceres fremadrettet.



SUNDHEDSPOLITIKKENS PRINCIPPER

Principperne i sundhedsindsatsen er et udtryk for, hvordan vi vil gribe udfordringerne på sundhedsområdet an.

Vi fokuserer på at øge ligheden i sundhed

Ulighed i sundhed handler ikke kun om en særlig udsat gruppes sundhedstilstand, men om at sundhed og sygdom er ulige fordelt i befolkningen. Forskellen er vokset støt gennem de seneste 25 år. Social ulighed i sundhed kan have betydning allerede i graviditeten og i starten af livet for børns muligheder for at udvikle sig fysisk, mentalt og kognitivt.

Næstved Kommune vil medvirke til at mindske uligheden i sundhed. Det vil vi gøre ved at skabe rammer, som fremmer sundheden for alle – og ikke kun for de få.

Vi vil også have fokus på, at forudsætninger og muligheder for at modtage tilbud om sundhedsfremme og forebyggelse er meget forskellige. For at mindske uligheden i sundhed kræver det derfor, at nogle borgere modtager mere støtte end andre. Det vil vi gøre ved at fastholde og etablere nye indsatser, som er målrettede, let tilgængelige og tilpasset de borgergrupper, som har mange udfordringer; og hvor sygdom ofte kun er én af dem.

Vi prioriterer sundhedsfremme og forebyggelse i alle aldersgrupper

Vi vil have fokus på sundhedsfremme og forebyggelse blandt alle aldersgrupper, og det skal ske gennem indsatser, som på længere sigt vil give borgere i alle livsfaser i Næstved bedre mulighed for at leve et godt, selvstændigt og aktivt liv uden sygdom.

Barndommen er afgørende for, hvordan vi som mennesker lykkes senere i livet. Vi skal derfor som kommune investere i børn og unge. Det kræver en tidlig og forebyggende indsats, som prioriterer alle børn en sund start på livet, og som fremmer

deres trivsel og udvikling. Samtidigt er det vigtigt også at have fokus på en tidlig indsats til børn i sårbare eller udsatte familier, og at det sker i et samarbejde på tværs af fagområder i kommunen.

Det stigende antal ældre medborgere er ligeledes et område, hvor sundhedsfremme og forebyggende tiltag skal indtænkes, så borgere kan leve aktive og meningsfulde liv også i en høj alder.

Vi vil fortsat gøre en særlig indsats for at løfte sundheden og trivslen blandt kommunens medarbejdere.

Vi etablerer rammer, der gør det let og attraktivt at leve sundt

Mange mennesker vil gerne leve sundere, og vi skal gøre det sunde valg til det lette valg for borgere og medarbejdere i Næstved Kommune.

Det vil vi bl.a. gøre ved at arbejde for røgfrihed og sikre mere ansvarlig udskænkning og reduceret tilgængelighed af alkohol til unge. Bevægelse og leg skal tænkes ind, når byens rum skal indrettes og udvikles, og vi skal sikre tilgængelighed til grønne områder for alle grupper i samfundet. Vi vil understøtte det gode ungeliv med sundhedsfremmende miljøer, der hjælper alle unge godt på vej i uddannelse og job, og vi vil skabe gode muligheder for, at alle kan indgå i meningsfulde fællesskaber.

Vi vægter det fælles ansvar og kvalitet i indsatsen

Sundhed er for alle borgere i Næstved Kommune – og derfor er sundhed også et fælles ansvar og forpligtigelse for de mange medarbejdere, der møder borgerne i forskellige sammenhænge. I Næstved Kommune vil vi samarbejde om at understøtte borgernes sundhed dér, hvor vi møder borgerne, og gøre det lettere og mere attraktivt at leve sundt og tage ansvar for egen sundhed.

Sundhedspolitikken er blot et ud af mange redskaber til at nå visionen om sundhed og trivsel for alle borgere og medarbejdere i Næstved Kommune. Sundhedsarbejdet skal også løses gennem kommunens andre fagområder især 'Børn og unge', 'Fritid og kultur', 'Natur og miljø', 'Veje og trafik', 'Byudvikling', 'Ældreomsorg', 'Handicap og psykiatri'. Alle områder yder og kan yde væsentlige bidrag til at løfte folkesundheden i Næstved.

Når vi sætter indsatser i gang, sker det på baggrund af den aktuelt bedste viden om sundhed og forebyggelse. Samtidigt sker der en løbende kvalitetssikring af alle sundhedsindsatser. Det gør vi for at få de bedste løsninger for borgerne og mest sundhed for pengene.

Vi afprøver gerne nye idéer i forhold til, hvad der virker herunder også ny teknologi. Det gør vi, hvis der er mulighed for at få bedre løsninger for borgerne end i dag. Det betyder, at vi systematisk indsamler ny viden og data og løbende evaluerer og kvalitetssikrer vores indsatser. I nogle tilfælde samarbejder vi med forskningsinstitutioner og andre kommuner.



PEJLEMÆRKER FOR SUNDHEDEN I NÆSTVED KOMMUNE

Omsorgs- og Forebyggelsesudvalget har besluttet fem pejlemærker for sundhedspolitikken. Pejlemærkerne er valgt ud fra, hvor Næstved Kommune kan bidrage til at løfte folkesundheden. Konkrete initiativer til de enkelte pejlemærker bliver udfoldet i strategi- og handleplaner.

RØGFRIT LIV

Flere skal have mulighed for at vælge et røgfrit liv, og ingen børn og unge skal begynde at ryge

Hver dag begynder 40 børn og unge under 18 år at ryge. På erhvervsskoler ryger 37 %, mens 12 % på gymnasierne ryger. Antallet af unge som ryger, er stigende.

Rygning er den risikofaktor, der har størst betydning for sygdom og tidlig død. Det har stor betydning for den enkeltes livskvalitet og betyder store udgifter til behandling, pleje og sygefravær.

For en kommune som Næstved er de samlede meromkostninger til dagligrygere sammenlignet med aldrig rygere i alt på ca. 95 mio. årligt.

Det vil vi

Næstved Kommune er indgået som partner i Røgfri Fremtid. Det betyder, at kommunen fremadrettet understøtter, at flere vælger et røgfrit liv, og at ingen børn og unge begynder at ryge. Det skal ske gennem en systematisk og evidensbaseret tobaksforebyggende indsats i forhold til børn og unge bl.a. i form af røgfri skoletid og røgfrie miljøer, hvor børn og unge i øvrigt færdes.

Den 1. januar 2020 indfører kommunen 'Røgfri arbejdsdag' for alle ansatte i Næstved Kommune og vil fortsat tilbyde hjælp til rygestop til alle borgere og medarbejdere, som ønsker at stoppe med at ryge.

SÅDAN SER DET UD I NÆSTVED KOMMUNE BLANDT BORGERE OVER 16 ÅR

Daglig rygning

16,8% - 11.800 PERSONER

Passiv rygning

3,1% - 1.700 PERSONER

Daglig brug af snus, nikotinposer og lign.

0,9% - 600 PERSONER

MINDRE ALKOHOL OG EUFORISERENDE STOFFER

Flere bør drikke mindre, og ingen skal tage euforiserende stoffer

I Danmark skønnes 122.000 børn at vokse op i en familie med alkoholproblemer. Det svarer til, at der i hver klasse fra 0. til 10. klasse, er rundt regnet 3 børn, der lever med en eller flere forældre, der dagligt har et forbrug af alkohol, der kan klassificeres som enten overforbrug eller et decideret misbrug. Danske unge drikker stadig mere end andre unge i Europa, selvom debutalderen er steget. Tidlig alkoholdebut og stort alkoholindtag øger risikoen for brug af euforiserende stoffer. Brug af euforiserende stoffer ses hyppigst i aldersgruppe 16-24-årige. Overforbrug af alkohol og brug af euforiserende stoffer er centrale risikofaktorer for udvikling af en række sygdomme og for tidlig død. Samtidig ses det ofte i relation med psykiske problemer og kan desuden få sociale konsekvenser som tab af arbejde, skilsmisse, førtidspension og kriminalitet, ligesom det øger risikoen for trafikulykker, vold og omsorgssvigt for den enkelte, for pårørende og samfundet generelt.

Det vil vi

I Næstved Kommune har der i flere år været fokus på en forebyggende indsats inden for både alkohol og euforiserende stoffer. Den forebyggende indsats skal fastholdes og udvikles løbende. Vi vil bl.a. være med til at fremme en mere hensigtsmæssig festkultur blandt unge, og understøtte en systematisk og evidensbaseret forebyggende indsats på i skolerne og på ungdomsuddannelser. Og vi vil arbejde med en systematisk tidlig opsporing af, og indsats til, børn og unge i familier med alkohol- og/eller stofrelaterede problemer gennem differentierede og veldokumenterede behandlingstilbud. Andre former for misbrug kan også blive omfattet af de fremtidige indsatser.



SÅDAN SER DET UD I NÆSTVED KOMMUNE BLANDT BORGERE OVER 16 ÅR

Alkoholforbrug over
10 genstande pr. uge

16% - 11.100 PERSONER

Tegn på problematisk
alkoholforbrug

12,6% - 8.900 PERSONER

Rusdrikker ugentligt

- drikker mindst fem genstande ved samme lejlighed

9,2% - 6.400 PERSONER

BEDRE MENTAL SUNDHED

Flere skal have mulighed for at leve et liv med bedre mental sundhed og trivsel

Mental sundhed og trivsel handler om at kunne udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og stress, bidrage til positive sociale fællesskaber samt generelt at være tilfreds med livet. Når mennesker mistrives, går det derfor ud over vores overskud i dagligdagen og vores muligheder for at indgå i og bevare sociale relationer og deltage i fællesskaber.

Dårlig mental sundhed er en betydelig sundhedsudfordring både hos børn og voksne. Stadig flere borgere får mentale sundhedsudfordringer som stress, angst og depression. Der er markant social ulighed i mental sundhed, idet der er en højere forekomst af mistrivsel, stress og psykisk sygdom blandt borgere med kort uddannelse og borgere uden for arbejdsmarkedet.

Ensomhed og mangel på socialt netværk kan have alvorlige konsekvenser for den enkelte og hænger sammen med både lavere selvværd, angst, utryghed, psykiske og fysiske lidelser. Borgere med dårlig mental sundhed har oftest mange lægekontakter og mere kortvarigt sygefravær.

Det vil vi

God mental sundhed er en beskyttelsesfaktor i forhold til at udvikle psykiske lidelser som depression og angst. Mental sundhed har desuden en positiv påvirkning på flere planer, og kan sættes i relation til bl.a. seksuel trivsel. Grundskolens seksualundervisning udvikler f.eks. også børns evner til at respektere og anerkende hinanden, uanset forskelligheder. Derfor foregår der allerede i dag en række indsatser i Næstved, hvis mål bl.a. er at øge trivslen og begrænse ensomhed. Næstved Kommune har sat ekstra fokus på mental sundhed og trivsel gennem partnerskabet ABC for mental sundhed, som i de kommende år vil udvikle endnu flere aktiviteter i samarbejde med civilsamfundet.



SÅDAN SER DET UD I NÆSTVED KOMMUNE BLANDT BORGERE OVER 16 ÅR

Dårligt mentalt helbred

19,3% - 13.500 PERSONER

Føler sig ensomme

14,2% - 10.000 PERSONER

Højt stressniveau

29,3% - 20.400 PERSONER

Meget generet af søvnproblemer

17,1% - 12.000 PERSONER

MERE BEVÆGELSE

Flere skal have mulighed for at bevæge sig mere og gøre brug af udeliv, kultur og foreningsliv

Generelt bevæger vi os mindre fysisk i vores hverdag. Mange har stillesiddende arbejde, og mange gør brug af bil eller offentlig transport til og fra arbejde. Det kan være med til at forklare, at vi er mindre fysisk aktive, og at flere i dag er overvægtige og svært overvægtige end for 10 år siden. Det gælder også børnene.

Fysisk aktivitet forebygger en lang række livsstilssygdomme, fx diabetes, hjertekarsygdomme, overvægt, muskel og skeletlidelser. Samtidig har fysisk aktivitet en god virkning på livsglæde og trivsel. Adgang til og indretning af uderum, fx legepladser og parker, men også cykel og gangstier spiller en stor rolle i forhold til, hvor meget vi bevæger os.

Heldigvis rummer Næstved Kommune mange muligheder for naturoplevelser og fysisk aktivitet bl.a. i byens parker, på legepladser, på grønne områder, ved søer, Susåen og langs de mange kilometer kyststrækninger. Flere initiativer er igangsat til brug i skoletiden og fritiden, fx naturbaser og Fodsporet. Hvis man har et aktivt liv fyldt med fritidsaktiviteter og god kontakt til venner og familie, har man også markant mindre risiko for at udvikle depression og angst. Deltagelse i kunst og kulturaktiviteter har ligeledes positiv indflydelse på mental sundhed og livskvalitet.

Det vil vi

Vi skal som kommune i endnu højere grad medvirke til gode muligheder for at være fysisk aktive i fritiden gennem planlægning af de fysiske omgivelser og uderum, så de indbyder til en aktiv livsstil. Det vil vi gøre ved at tænke fysisk aktivitet ind i fx lokalplaner, så der findes områder tæt på beboelse, som opfordrer til fysisk aktivitet og mulighed for oplevelser i naturen. Vi ønsker også at arbejde for, at de fysiske rammer på skoler og institutioner og byens legepladser fortsat understøtter bevægelse, leg og aktiv læring. Næstved Kommune vil ligeledes gerne samarbejde med kulturlivet, så flere får let adgang til kulturelle oplevelser og aktiviteter samt medvirke til at skabe rammer for flere meningsfulde fællesskaber. Det giver oplagte muligheder for at styrke sundheden – både den fysiske og den mentale.



SÅDAN SER DET UD I NÆSTVED KOMMUNE BLANDT BORGERE OVER 16 ÅR

Fysisk inaktiv i fritiden

23,1% - 16.200 PERSONER

Stillesiddende mere end 8 timer pr. dag

49,4% - 34.600 PERSONER

Moderat overvægtige

34,6% - 24.100 PERSONER

Svært overvægtige

24,5% - 17.100 PERSONER

KRONISK SYGDOM

Færre bør opleve, at kronisk sygdom begrænser muligheden for et selvstændigt og aktivt liv

To ud af tre borgere i Region Sjælland har mindst én langvarig sygdom, og mere end hver tredje har mindst to sygdomme dvs. er multisyge. Disse sygdomme omfatter bl.a. allergi, astma, KOL, kræft og migræne m.fl. Kroniske sygdomme kan påvirke den enkeltes livskvalitet og mulighed for at leve et meningsfuldt, selvstændigt og aktivt liv. Påvirkningsgraden varierer afhængig af sygdom.

Kroniske sygdomme har store samfundsmæssige omkostninger. Kroniske sygdomme som diabetes, KOL, slidgigt og osteoporose samt multisygdom er især relateret til den ældre del af befolkningen. Hos den yngre del af befolkningen er det kroniske sygdomme som astma, allergi og migræne/hyppig hovedpine der fylder. Andel af kronisk sygdom og multisygdom stiger med stigende alder for både mænd og kvinder. Nogle kroniske sygdomme skyldes blandt andet rygning, højt alkoholforbrug, for lidt motion og usund kost.

Det vil vi

Næstved kommune har en vigtig opgave i at forebygge kroniske sygdommes opståen. Ligeledes skal kommunen rehabilitere mennesker, som bliver syge, så sygdom ikke begrænser muligheden for et selvstændigt og aktivt liv. Næstved kommune arbejder allerede for dette, og vil fortsat udvikle patientrettede og rehabiliterende indsatser i alle dele af sygdomsforløbene. Dette handler om tidlig opsporing af borgere med kronisk sygdom, hverdagsrehabilitering og rehabiliterende patientrettet forebyggelse. Samtidig er der fokus på yderligere udbygning af det nære sundhedsvæsen i Næstved Kommune for at tage hånd om det stigende antal borgere, der udskrives hurtigere fra sygehuse end tidligere.



SÅDAN SER DET UD I NÆSTVED KOMMUNE BLANDT BORGERE OVER 16 ÅR

Forekomst af udvalgte langvarige sygdomme

DIABETES: 6,9%

HJERTEKARSYGDOM: 5,5%

KOL: 6%

SLIDGIGT: 27,3%

FRA VISION TIL HANDLING

For at få politikken omsat til virkelighed, vil Omsorgs- og forebyggelsesudvalget hvert andet år beslutte toårige tværgående strategier, som skal fokusere på 1-2 områder. Strategien for de valgte områder udarbejdes og udmøntes i tæt samarbejde med kommunens øvrige fagcentre og ved at inddrage borgere, foreninger, organisationer og medarbejdere. De toårige strategier udmøntes i etårige handleplaner, som skal hjælpe med at sikre koordinering og skabe sammenhæng i tilbud og indsatser til borgerne.

Nogle indsatser bliver prioriteret som en del af en strategi under sundhedspolitikken, mens andre indsatser løftes som en del af det øvrige drifts- og udviklingsarbejde. Næstved Kommune vil fortsætte sit arbejde med at implementere Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakker, forløbsprogrammer for forebyggelsestilbud til borgere med kronisk sygdom og andre nationale anbefalinger. Implementeringen af disse anbefalinger kan siges at udgøre den bund, som de toårige strategier og de etårige handleplaner hviler på, og de bygger med andre ord oven på det, vi allerede gør i forvejen. Ved afslutningen af hver enkelt handleplan vil vi gøre status på indsatserne og handleplanernes bidrag til sundhedspolitikken vision. For at få input til, hvordan vi løser sundhedsudfordringerne bedst muligt, vil vi løbende involvere borgere og andre relevante aktører.



Politikken er gældende fra 2020.
Opdateret juli 2022.



NÆSTVED