

Östersunds kommun

Utifrån resultaten från Hälsa på lika villkor 2022

PRIORITERADE OMRÅDEN



Främja den psykiska hälsan

I kommunen har andelen personer som har psykiska besvär ökat över tid och det är fram för allt kvinnor i kommunen som har haft en negativ utveckling vilket har lett till ännu större ojämlikhet mellan könen. Det är därför av vikt att arbeta främjande för en god psykisk hälsa då det är grundläggande för att människan ska kunna förverkliga sina möjligheter, hantera svårigheter genom livet och bidra till samhället.



Främja sociala relationer

Det är en negativ utveckling i kommunen gällande andelen som har socialt stöd, som är socialt deltagande och som avstått från att gå ut ensam. I kommunen finns geografiska ojämlikheter som är viktiga att beakta. Att vara del i ett socialt sammanhang är en skyddsfaktor för hälsa och är därför fortsatt viktig att prioritera.



Främja goda levnadsvanor för att minska negativa utvecklingen av hälsoutfall

I kommunen är det över tid en ökning i andel personer med negativt hälsoutfall som fetma, högt blodtryck och diabetes. Det är därför av vikt att arbeta främjande för goda levnadsvanor som bland annat fysisk aktivitet och goda matvanor som har påverkan på den typen av negativt hälsoutfall. I kommunen finns geografiska ojämlikheter som är viktiga att beakta.

ÖSTERSUND I JÄMFÖRELSE MED LÄNET OCH RIKET



I Östersunds kommun är det:

- en större andel som är socialt deltagande
- en mindre andel som ofta är stillasittande
- en mindre andel som röker dagligen
- en mindre andel som har riskkonsumtion av alkohol.



I Östersunds kommun är det:

- en mindre andel som har allmänt gott hälsotillstånd
- vanligare att avstå från att gå ut ensam på grund av rädsla
- mindre vanligt att ofta vara utomhus i park-, natur- eller grönområden
- en större andel som daglig snusar tobakssnus
- en mindre andel som klarar av oväntad utgift
- en större andel som avstått söka tandvård på grund av ekonomiska skäl
- en större andel som har besvär av ensamhet eller isolering.

Hur kan vi bibehålla och jobba vidare med det som är bra i vår kommun?

Hur kan vi förbättra det som är mindre bra?

BEFOLKNINGSSAMMANSÄTTNING

Förutsättningar för folkhälsan i en befolkning beror bland annat på åldersfördelning och utbildningsnivå. Befolkningen i Östersunds kommun är sett ur ett åldersperspektiv i jämförelse med riket relativt likt. I Östersunds kommun är det en liknande fördelning som länet och riket när det kommer till utbildningsnivå. Detta kan vara förklaringar till folkhälsoläget i kommunen.

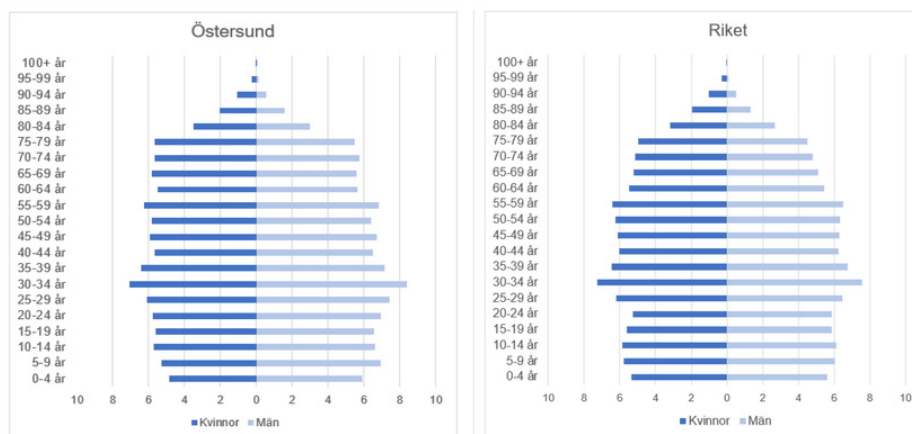
ÅLDERSFÖRDELNING

30-34 år

är den åldersgrupp i Östersunds kommun som var störst 2022

30-34 år

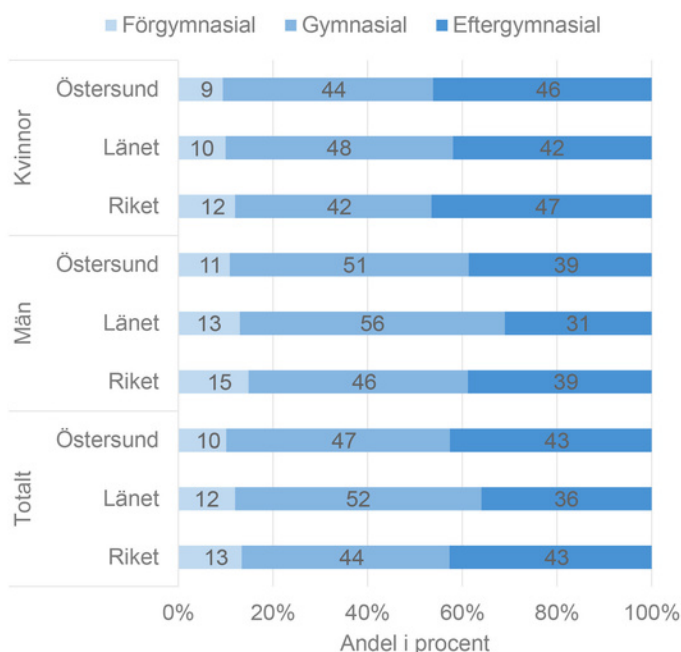
är den åldersgrupp i riket som var störst 2022



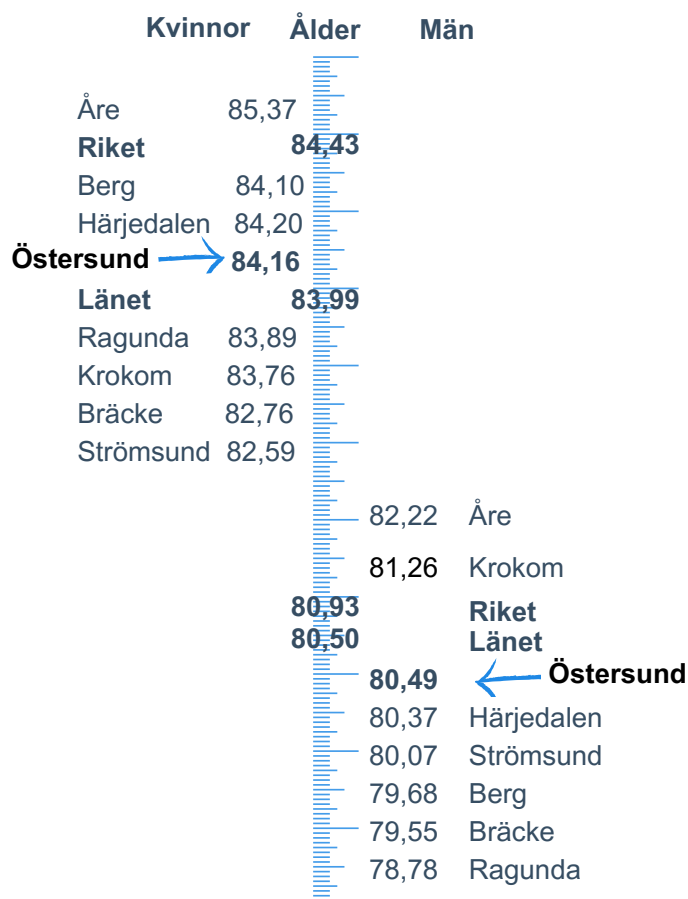
Av befolkningen, andel i procent per 5-års åldersgrupper, fördelat på kön. Data hämtad från SCB.

UTBILDNINGSNIVÅ 25-84 ÅR (2022)

Östersunds kommun ligger närmare i nivå med riket än med länet angående andel som har eftergymnasial utbildning. Likväl som i länet och riket är det även i kommunen en större andel kvinnor än män som har eftergymnasial utbildning.



MEDELLIVSLÄNGD 2017-2021



Källa: Statistikmyndigheten SCB.

RESULTAT HÄLSA PÅ LIKA VILLKOR 2022

LEVNADSVANOR

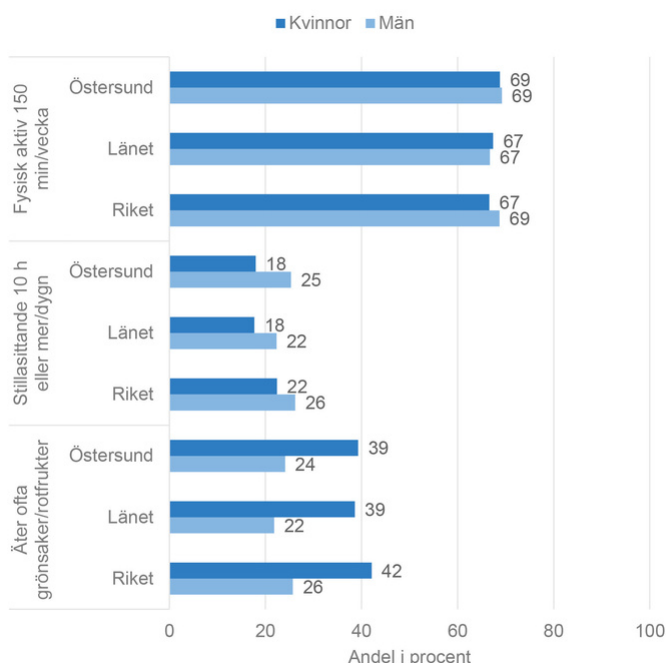
FYSISK AKTIVITET OCH MATVANOR

I Östersund når 7 av 10 mellan 16-84 år rekommendationen om fysisk aktivitet minst 150 minuter per vecka, vilket är på samma nivå som både länet och riket. Det är bara i riket det är en större andel män än kvinnor som är fysiskt aktiva 150 minuter eller mer per vecka.

22 procent är stillasittande 10 timmar eller mer per dygn i Östersunds kommun. I kommunen liksom både i länet och riket, är det en större andel män än kvinnor som ofta är stillasittande.

I Östersunds kommun är det närmare 1 av 3 som äter grönsaker och rotfrukter minst två gånger per dag. Det är vanligare att kvinnor än män ofta äter grönsaker och rotfrukter,

På länsnivå är det en ökning av andelen som är fysiskt aktiva, från 64 procent 2018 till 67 procent 2022. Det är främst i åldersgruppen 65-84 år som andelen har ökat signifikant jämfört med 2018, från 52 till 58 procent. En negativ utveckling är att andelen som ofta dricker sötdryck har ökat från 26 procent 2018 till 30 procent 2022. Det är framför allt hos personer mellan 16-44 år som ökningen har skett.



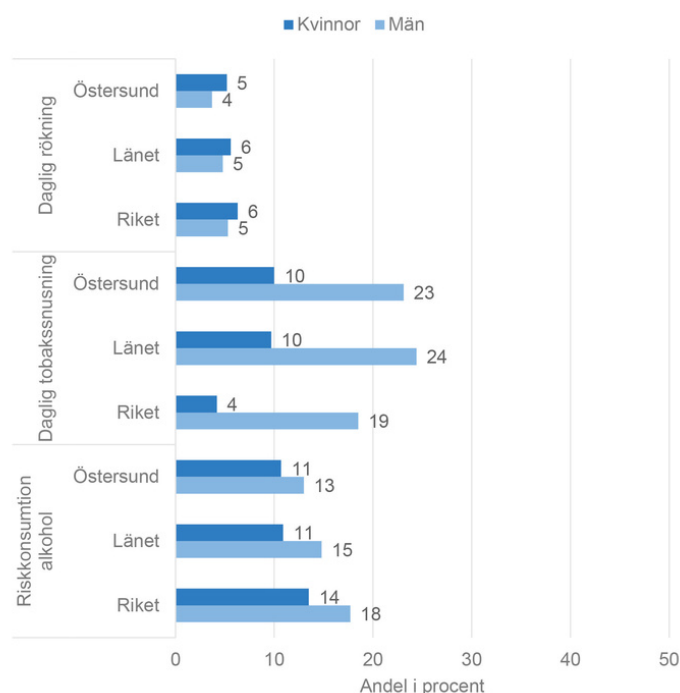
TOBAK, ALKOHOL, NARKOTIKA OCH SPEL

I kommunen har andelen som dagligen röker minskat från 10 procent 2010 till 4 procent 2022, det vilket ligger i nivå med länet men är mindre jämfört med riket.

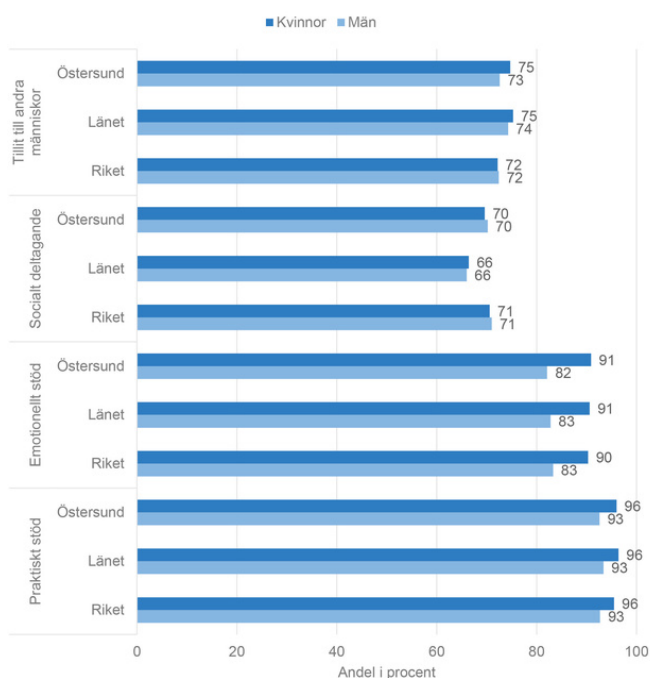
I Östersund är det 16 procent som dagligen snusar tobakssnus vilket är på samma nivå som länet men jämfört med riket (12 procent), är det en större andel.

Andelen som har riskkonsumtion av alkohol är i nivå med länet men lägre än riket, det är främst andelen kvinnor som är lägre i kommunen jämfört med riket. Sedan undersökningen 2018 har det blivit mindre vanligt i kommunen att ha riskkonsumtion av alkohol. Det är främst andelen män i kommunen som har minskat, från 21 procent 2018 till 13 procent 2022.

På länsnivå är det en halvering sedan 2010 av andelen som dagligen röker, en minskning från 10 till 5 procent. Andelen daglig rökare har främst minskat för personer mellan 16-64 år. Gruppen unga vuxna i länet har dessutom en positiv utveckling även gällande daglig tobakssnusning och riskkonsumtion av alkohol.



RESULTAT HÄLSA PÅ LIKA VILLKOR 2022



SOCIALA RELATIONER

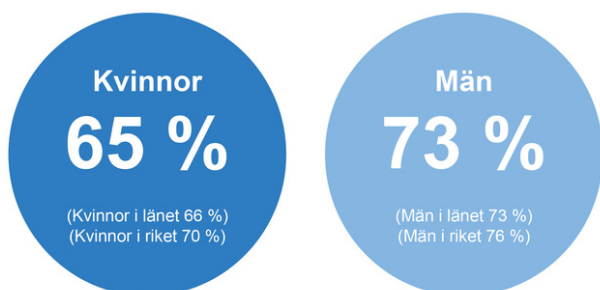
Det är lika vanligt i Östersunds kommun som i länet och riket att ha tillit till andra människor, andelen skiljer sig inte mellan kvinnor och män. Det har blivit mindre vanligt bland kommuninvånarna att uppleva tillit, andel har minskat från 81 procent 2010 till 74 procent 2022, en minskning som skett bland både kvinnor och män i kommunen.

7 av 10 i kommunen är socialt deltagande vilket är en större andel än länet där andelen är 66 procent. Andelen kvinnor och män som är socialt deltagande är på samma nivå. Sedan 2018 har andelen i kommunen som är socialt deltagande minskat från 83 till 70 procent 2022.

Att ha socialt stöd oavsett om det är emotionellt eller praktiskt, är det både på läns- och riksnivå fler kvinnor än män som har. Andelen som har emotionellt respektive praktiskt stöd i kommunen är på samma nivå som både länet och riket.

På länsnivå är det främst gruppen unga vuxna som har haft negativ utveckling över tid, dels gällande tillit till andra människor men också det sociala stödet som minskat och då främst är det färre män mellan 16-29 år som upplever det 2022 jämfört med tidigare undersökningar.

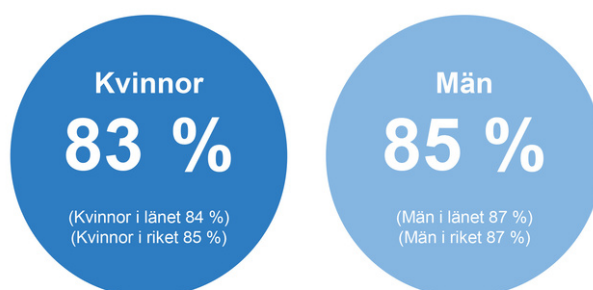
NÄRMARE 7 AV 10 I KOMMUNEN UPPGER ATT DE HAR EN GOD HÄLSA



Andel med allmänt gott hälsotillstånd.

Det är en mindre andel i kommunen (69 procent) jämfört med riket (73 procent) som har en god hälsa och det är främst andelen kvinnor i kommun som är mindre jämfört med riket. Liksom på läns- och riksnivå är det en större andel män än kvinnor i Östersunds kommun som upplever sin hälsa som god.

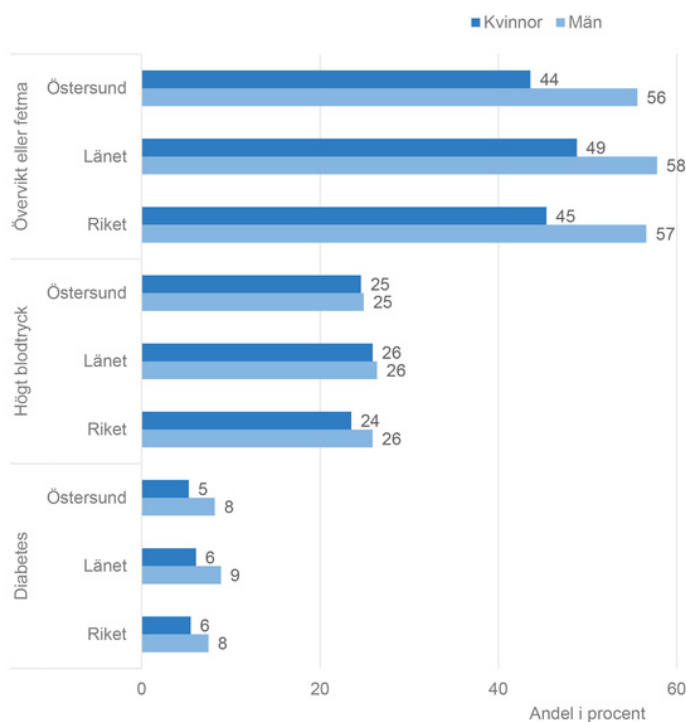
MAJORITETEN I KOMMUNEN HAR GOTT PSYKISKT VÄLBEFINNANDE



Andel med gott psykiskt välbefinnande.

Det är bara på riksnivå som det är det en större andel män än kvinnor som har ett gott psykiskt välbefinnande.

RESULTAT HÄLSA PÅ LIKA VILLKOR 2022



HÄLSOUTFALL

I Östersund har hälften av invånarna mellan 16-84 år övervikt eller fetma, vilket är på samma nivå som länet och riket. Det är en större andel män än kvinnor som har övervikt eller fetma. Andelen i kommunen som har fetma var stabilt 2010-2019 på 13 procent men har ökat till 17 procent 2022, främst är det män i kommunen som ökat i andel.

Andelen i kommunen som har högt blodtryck har ökat från 18 procent 2010 till 25 procent 2022. Det är på samma nivå som länet och riket. I riket är det en större andel män än kvinnor som har högt blodtryck.

Även andelen personer i kommunen som har diabetes har ökat sedan 2010, från 5 till 7 procent 2022, vilket är på samma nivå som i länet och riket. Det är fler män än kvinnor i länet och riket som har diabetes.

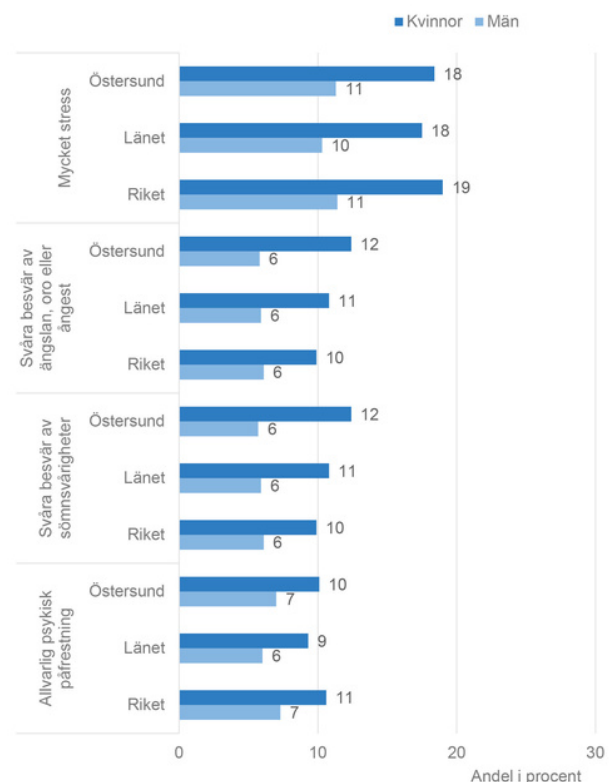
På länsnivå finns signifikant ökning av negativt hälsoutfall. Det gäller dels att det är fler som har fetma och det är framförallt en ökning bland män mellan 45-64 år. I länet är det även en negativ utveckling att det är fler som har högt blodtryck.

PSYKISKA BESVÄR

I kommunen likväl som i länet och riket, är det fler kvinnor än män som upplever mycket stress, svåra besvär av ångslan, oro eller ångest och svåra besvär av sömnsvårigheter. Andelen i kommunen som upplever de tre psykiska besvären är på samma nivå som både länet och riket. Andelen som har svåra besvär av ångslan, oro eller ångest har i kommunen ökat från 4 procent 2010 till 9 procent 2022. Även andelen personer i kommunen som har svåra besvär av sömnsvårigheter har ökat signifikant under samma period, från 6 till 9 procent.

Andelen som har allvarig psykisk påfrestning i Östersund är på samma nivå som länet och riket och det är vanligare bland kvinnor än män att ha allvarig psykisk påfrestning.

Sedan 2010 har det på länsnivå varit en negativ utveckling gällande de tre psykiska besvären, främst för gruppen kvinnor 16-29 år. Samtidigt är det sedan 2010 en minskande andel som har haft suicidtankar och det är främst andelen kvinnor som har minskat på länsnivå.



Om undersökningen Hälsa på lika villkor

Den nationella folkhälsoenkäten, Hälsa på lika villkor, är en undersökning om befolkningens hälsa, levnadsvanor och livsvillkor som genomförs av Folkhälsomyndigheten och Statistikmyndigheten SCB. Ett syfte med undersökningen är att få en bild av hur befolkningen mår och kunna följa förändringar över tid.

Vart fjärde år sedan 2006 har Region Jämtland Härjedalen valt att beställa ett tilläggsurval, det innebär att ett större antal enkäter skickas ut i länet. Våren 2022 skickades 9 600 enkäter ut till länsinvånare 16 år och äldre, av dessa var det drygt 4 000 som besvarade enkäten. Av dessa var det nästan 1 800 personer som var bosatta i Östersunds kommun, vilket innebär en svarsfrekvens på 42 procent för kommunen. SCB beräknar en så kallad kalibreringsvikt som används vid analysen av data för att svaren ska kunna användas för att uttala sig om hela befolkningen och inte bara de som svarat. För att säkerställa statistiska skillnader mellan grupper har ett 95 procent konfidensintervall beräknats. För att kunna göra jämförelser över tid presenteras endast data för personer mellan 16-84 år.

Indikatorer som redovisas från Hälsa på lika villkor 2022

För att följa upp det nationella övergripande folkhälsopolitiska målet ”att skapa samhällliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation” har målet delats upp i åtta målområden samt ett antal generella hälsomått. Utifrån målområdena har sedan ett antal kärnindikatorer tagits fram av Folkhälsomyndigheten för att visa på om målet är på väg att nås. Några av kärnindikatorerna följs upp utifrån data från Hälsa på lika villkor och de som nedan är markerade med en asterix *.

Målområde 4

- Klarar av oväntad utgift *

Målområde 5

- Avstått från att gå ut ensam *
- Störd sömn av trafikbuller *

Målområde 6

- 150 minuter fysisk aktivitet per vecka *
- Stillasittande 10 timmar eller mer per dygn
- Ofta ute i park-, natur- eller grönområden
- Äter grönsaker och rotfrukter ofta *
- Dricker ofta sötad dryck
- Röker dagligen *
- Snusar tobakssnus dagligen
- Riskkonsumtion av alkohol *
- Riskabla spelvanor
- Provat cannabis senaste året

Målområde 7

- Tillit till andra människor *
- Socialt deltagande
- Emotionellt stöd

- Praktiskt stöd
- Besvär av ensamhet eller isolering
- Kränkande bemötande *
- Utsatt för hot och/eller fysiskt våld *

Målområde 8

- Avstått att söka tandläkarvård trots behov på grund av ekonomiska skäl *

Hälsa och hälsobesvär

- Allmänt gott hälsotillstånd
- God tandhälsa
- Övervikt eller fetma
- Fetma
- Högt blodtryck
- Diabetes

Psykisk hälsa och psykiska besvär

- Gott psykiskt välbefinnande
- Mycket stress
- Svåra besvär av ångslan, oro eller ångest
- Svåra besvär av sömnsvårigheter
- Diagnos depression av läkare senaste året
- Allvarlig psykisk påfrestning*
- Suicidtankar

Nyfiken på mer?

I denna kommunsammanställning presenteras en del av resultaten från folkhälsoenkäten Hälsa på lika villkor. På www.regionjh.se/halsapalikavillkor finns två tabellbilagor som inkluderar alla indikatorer som redovisas från undersökningen, dels utifrån respektive kommun men också utifrån kön, ålder och utbildningsnivå och även konfidensintervallen redovisas där. På samma hemsida finns även länsrapporten där det går att läsa mer om länets resultatet utifrån olika grupper så som ekonomiska förhållanden, funktionsförmåga, sexuell identitet, utlandsfödd/Sverigefödd och 85 år och äldre.