

JP-debat

## Folkesundhed i et bredere perspektiv

af EVA SECHER MATHIASSEN formand Dansk Psykolog Forening

Flere end 8 af 10 danskere mener, at vi har et rigtig godt helbred. Vi ryger og drikker lidt mindre end for tre år siden. Til gengæld står det sløjt til med danskernes mentale helbred.

Sådan lyder et par af konklusionerne i den nye nationale sundhedsprofil, der er baseret på svar fra 160.000 danskere over 16 år og dermed giver os det mest omfattende billede af, hvordan danskerne selv mener, at de har det.

Sundhedsprofilen sætter spot på noget vigtigt i den danske folkesundhed: Den fysiske sundhed er på en række områder i bedring, mens det modsatte er tilfældet med den mentale sundhed.

Mange års fokus på de fysiske sygdomme og på brede sundhedskampagner mod kost, rygning, alkohol og motion har givet resultater - og det skal vi glæde os over. Til gengæld er der for mange, der ikke trives psykisk og socialt. Det er en bekymrende udvikling, der fører en lang række negative konsekvenser med sig.

### Enormt ressourcestab

Siden undersøgelsen sidst blev lavet for tre år siden, er den mentale sundhed endda blevet dårligere i stort set alle aldersgrupper og for begge køn. Mere end hver 10. dansker vurderer, at de har et dårligt mentalt helbred i form af bl. a. søvnbesvær, stress og nedtrykthed. Det er en stigning på 32.000 danskere siden 2010. Og hver femte af os føler stress.

Resultatet er et enormt tab af ressourcer - menneskelige såvel som økonomiske - idet mentale problemer rammer både familie-og arbejdsliv. Det er både den enkelte borgers trivsel såvel som vores fælles sundhedsindsats, der er på spil.

Især de yngre kvinder har det skidt. I aldersgruppen 16-24 år angiver 17,5 pct. af kvinderne, at de har et dårligt mentalt helbred.

Det samme svarer "blot" 8,2 pct. af mændene. I begge tilfælde er det alt for mange.

### Målrettet satsning

Den negative udvikling bør gøre os alle sammen klart, at der er god grund til at satse målrettet på at forebygge og behandle de mentale problemer, som stadig flere danskere mærker på egen krop.

De kommende års store indsatser for folkesundheden bør derfor have danskernes psykiske og sociale trivsel i fokus, så vi om nogle år kan se en folkesundhedsprofil, der viser, at danskernes trivsel på alle områder er i bedring.