

Folkhälsobokslut



Vägledning för folkhälsoarbete i
Skaraborg 2021

Varför ett folkhälsobokslut?

Folkhälsoarbete handlar om att identifiera hälsoskillnader i befolkningen och öka jämlikheten mellan oss invånare. Detta bokslut pekar på faktorer som har stor betydelse för folkhälsa och social hållbarhet i Skaraborg. Det är sammanställt med hjälp av statistik och lägesbilder från delregional och lokal nivå. Ambitionen är att dokumentet ska fungera som en vägledning för beslut om uppdrag och insatser som kan leda till ett framgångsrikt folkhälsoarbete 2021 och framåt.

Östra hälso- och sjukvårdsnämnden har i sitt mål- och inriktningsdokument för 2020-2022 slagit fast följande: "För en god och jämlik hälsa i befolkningen, verka för att minska de påverkbara hälsoklyftorna". Folkhälsobokslutet utgör därför en viktig del i arbetet för att kunna påverka och hantera hälsoklyftorna som finns. Ett samhälle mår gott av att ha nöjda invånare, som känner tillit till samhället och har en upplevd god hälsa.

Gunilla Druve Jansson (C)

Östra hälso- och sjukvårdsnämndens ordförande
Västra Götalandsregionen

Bokslutet är framtaget av Skaraborgsenheten, Avdelning social hållbarhet, med statistisk fråga från Data och analys, Västra Götalandsregionen.

Foto på förstasidan: [Jonas Ingman/Westsweden.com](https://www.jonas-ingman.com/)

Innehåll

Inledning – Hur mår skaraborgaren?	4
Framtida utvecklingsområden	5
En god och jämlik hälsa	6
Tvärsektoriellt folkhälsoarbete i Skaraborg	7
Tidiga insatser	8
Fullföljda studier	10
Psykisk hälsa	12
Fysisk aktivitet och matvanor	15
Åldrande med livskvalitet	17
Delaktighet och inflytande	19
Statistikbilaga	21
Källor och vidare läsning	33

Foto: Faramarz/Westsweden.com





Foto: Jesper Anhede/Westsweden.com

Inledning – Hur mår skaraborgaren?

Skaraborgarna lever allt längre. Andelen invånare som är äldre än 80 år förväntas öka kommande decennium. De flesta är nöjda med sin tillvaro, men det finns socioekonomiska skillnader.

Att lyckas med sin utbildning skapar förutsättningar för att ta sig in på arbetsmarknaden och vara en del av ett sammanhang. Fler fullföljer sina studier i Skaraborg än i regionen i övrigt. Samtidigt är utbildningsnivån lägre i flera kommuner än i regionen i stort.

Unga och äldre har en högre andel psykisk ohälsa än den övriga befolkningen.

Jämställdheten förbättras på olika sätt, men det finns fortfarande skillnader mellan könen. Kvinnor upplever oftare än män ett nedsatt psykiskt välbefinnande och är oftare sjukskrivna. Människors förutsättningar påverkar hur de väljer att leva sina liv.

I detta folkhälsobokslut kommer en djupare diskussion att föras kring folkhälsa och skillnader i hälsa i Skaraborg. Folkhälsobokslutet är uppdelat i olika delar. Först görs en sammanfattning av de **framtida utvecklingsområden** som framkommit i bokslutet. Därefter beskrivs **styrdokument och organisering av folkhälsoinsatser** utifrån östra hälso- och sjukvårdsnämndens uppdrag.

I efterföljande kapitel finns en **analys** av de mest prioriterade framtida utvecklingsområdena i Skaraborg. Analysen bygger på kunskapsläget, statistik och dialoger med Skaraborgs 15 kommunchefer. Varje område avslutas med en summering av exempel på pågående delregionala insatser där Skaraborgsenheten ingår. I slutet av dokumentet återfinns den **statistik** som omnämns i analysen.

Framtida utvecklingsområden

Syftet med folkhälsobokslutet är att erbjuda vägledning för dialog och beslut om uppdrag och insatser inom folkhälsoområdet i Skaraborg.

I bokslutet har måldokument, pågående och genomförda insatser samt statistik analyserats. Synpunkter om rådande folkhälsoutmaningar från samtliga kommunchefer i Skaraborg har ingått i analysen. Nedan följer arbetsgruppens summering av möjliga framtida utvecklingsområden, med grund i östra hälso- och sjukvårdsnämndens mål- och inriktningsdokument för 2020-2022: **”För en god och jämlik hälsa i befolkningen, verka för att minska de påverkbara hälsoklyftorna.”**

Tidiga insatser

- Föräldraskapsstöd.
- En jämlik hälsa genom arenan familjecentral.

Fullföljda studier

- Regional samverkan inom fullföljda studier.
- Delaktighet och inflytande för barn och unga.

Psykisk hälsa

- Föräldraskapsstöd för att stärka barns psykiska hälsa.
- Främjande och förebyggande insatser inom psykisk hälsa och suicidprevention.
- Våld i nära relationer.

Fysisk aktivitet och matvanor

- Övervikt och fetma.
- Inaktiva målgrupper.
- Samhällsplanering.

Åldrande med livskvalitet

- Ofrivillig ensamhet.

Delaktighet och inflytande

- Främja invånares delaktighet och inflytande.

En god och jämlik hälsa

Det nationella målet för svensk folkhälsopolitik är att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation.

När samhället påverkas av kriser kan effekterna vara stora på folkhälsan. Utbrottet av coronaviruset (covid-19) förändrade snabbt förutsättningarna på arbetsmarknaden och ökade den sociala isoleringen. Samtidigt som en kris kräver snabba insatser är det viktigt att fortsätta ett långsiktigt arbete för jämlika livsvillkor och att minska skillnaderna mellan grupper i samhället. Skillnaderna i hälsa tenderar inte att bli mindre i en ansträngd omvärld, och kan kopplas till ojämlikhet baserat på de olika diskrimineringsgrunderna och socioekonomi.

I styrdokumentet Agenda 2030 beskrivs hälsoskillnader i befolkningen som en utmaning för en hållbar utveckling och ett effektivt nyttjande av allmänna resurser. Ett samhälles välfärd har direkt samband med folkhälsan och de mänskliga rättigheterna. På regional nivå är riktningen tydlig för ett långsiktigt arbete som ska bygga ett hållbart Västra Götaland genom bättre kompetensförsörjning, stärkt innovationskraft, förbättrad tillgänglighet och ökad inkludering. Främjande och förebyggande insatser ses som en förutsättning för en hållbar samhällsutveckling.

God hälsa och goda livsvillkor ger också förutsättningar för arbete och produktion, vilket främjar samhällets utveckling och tillväxt.

Förutsättningarna för ett gott liv är då jämlikt fördelade och kan sägas gälla alla. Under sådana förhållanden har människor större möjlighet att ta ansvar för sig själva och sina levnadsvanor, och för människor omkring sig – vilket är grunden för ett hållbart samhälle.

När vi når målen inom folkhälsa och social hållbarhet har vi lyckats skapa förutsättningar för invånarna att må bra, känna delaktighet och leva sina liv i en god livsmiljö.

Exempel på styrdokument i folkhälsoarbetet från internationell till lokal nivå

Agenda 2030

Det nationella folkhälsomålet med åtta målområden

Kommande regional utvecklingsstrategi för Västra Götaland 2021-2030

Handlingsplan för psykisk hälsa i Västra Götaland

Östra hälso- och sjukvårdsnämndens mål- och inriktningsdokument

Samverkansavtal avseende lokalt folkhälsoarbete mellan östra hälso- och sjukvårdsnämnden och respektive kommun i Skaraborg

Lokala styrdokument i varje kommun

Tvärsektoriellt folkhälsoarbete i Skaraborg

Skaraborgsenheten

I Skaraborg finns Skaraborgsenheten som tillhör avdelning Social hållbarhet i Västra Götalandsregionen. Enheten består av 15 folkhälsostrateger och en enhetschef. Enhetens arbete bygger på avtal mellan östra hälso- och sjukvårdsnämnden och respektive kommun.

Enhetens arbete utgår från östra hälso- och sjukvårdsnämndens *Mål och inriktning 2020 - 2022 "För en god och jämlik hälsa i befolkningen, verka för att minska de påverkbara hälsoklyftorna"* samt *Uppdragshandling 2020 - 2021 "Uppdragsbeskrivning"*.

Varje folkhälsostrateg arbetar strategiskt med socialt hållbarhets- och folkhälsoarbete i varsin kommun. Arbetet sker i samverkan med en rad parter inom regionen och med kommuner, myndigheter och civilsamhälle. Eftersom strategierna har sin placering på lokal nivå kan folkhälsoarbetet lyftas in i styrning och ledning i kommunerna, vilket är avgörande för att lyckas och få genomslag i det strategiska arbetet. Samverkan med kommunerna är grunden för folkhälsoarbetet i Skaraborg.

Folkhälsostrategens profession innebär att samordna, bedriva och stärka processer tillsammans med andra. Under de senaste åren har en ökad samverkan med akademien medfört en kvalitetshöjning av arbetet. Vidare har det delregionala arbetet utvecklats, vilket inneburit en större samordning kring folkhälsofrågorna i Skaraborg.

Samverkansmodell

År 2016 fastställdes en modell för samverkan mellan Skaraborgs kommunalförbund och

östra hälso- och sjukvårdsnämnden. Tanken med samverkan är att kommuner och regionen tillsammans har stora möjligheter att påverka människors livsvillkor och att kraftsamla inom aktuella frågor. Arbetet ska ske strategiskt, tvärsektoriellt och långsiktigt. Under de första åren har samverkan fokuserats på fyra gemensamt uttagna kraftsamlingsområden: "Fullföljda studier – genom Trygghet och studier", "Psykisk hälsa – Återhämningsförmåga", "Friska barn – Övervikt och fetma bland barn går att förebygga" och "Åldrande med livskvalitet". Kommunerna kan ta del av resultatet inom samtliga områden, men deltar i valda områden utifrån lokala förutsättningar och behov.

Västra Götalands bildningsförbund

Östra hälso- och sjukvårdsnämnden har en pågående samverkan med Västra Götalands bildningsförbund för att lyfta fram det civila samhället som viktiga aktörer i folkhälsoarbetet i Skaraborg. Arbetet har två inriktningar, varav den första sker tillsammans med studieförbund och folkhögskolor i Skaraborg för att genomföra lokala aktiviteter inom området kost och motion. Västra Götalands bildningsförbund genomför även större arrangemang med fokus på lokalproducerad mat i alla kommuner i Skaraborg i syfte att öka kunskapen om närproducerad mat till invånarna.

På grund av covid-19 har bildningsförbundet under hösten 2020 förändrat verksamheten till arbete med inriktningen att motverka ensamhet och därigenom minska ohälsa. Insatserna ska rikta sig till äldre och till andra målgrupper som isolerar sig för att undvika smitta.

Tidiga insatser

En av samhällets viktigaste uppgifter är att skapa förutsättningar för att barn ska få en bra uppväxt. Barnets föräldrar har ansvar för uppfostran och att barnet utvecklar de förmågor som krävs för att leva ett gott liv. Samhället ansvarar för att stödja föräldraskapet, och kan genom föräldraskapsstöd och tidiga samordnade insatser minska ojämlikhet och när det behövs vända en ogynnsam utveckling tillsammans med familjen.

En barndom är kort och varje år räknas. För ett barn är varje år en lång tid i en avgörande period i livet. Att få barn och vara förälder är en stor glädje, men det är inte alltid så lätt. Föräldern har genom sin relation och anknytning till barnet en unik möjlighet att bidra till barnets hälsa och utveckling.

Ett väl fungerande föräldraskap är en skyddsfaktor för barnet genom hela livet. Samtidigt är brister i föräldraskapet och hemmiljön en riskfaktor för ohälsa. Behovet av föräldraskapsstöd kan se olika ut och förändras under barnets uppväxt beroende på händelser eller förändringar i barnets och familjens liv.

En nationell strategi för ett stärkt föräldraskap antogs av regeringen 2018 och innehåller förebyggande och riktat stöd.

Samhället behöver därför, i enlighet med den nationella strategin för ett stärkt föräldraskap, erbjuda olika typer av stöd som kan nå föräldrar med olika bakgrund och som gynnar jämställdhet. Ett jämställt föräldraskap, där

båda föräldrarna deltar och gemensamt utövar omsorgen om barnet, är positivt för så väl barnets som de vuxnas välmående. Barn och unga anser själva att det viktigaste för att må bra är att ha föräldrar som bryr sig, avsätter tid och lyssnar.



Foto: Mattias Nilsson/Tidaholms kommun

Barnfattigdom

Barn lever i ojämlika förhållanden, där socioekonomi kan spela en roll. Enligt barnkonventionen har varje barn rätt till en skälig levnadsstandard (artikel 27), att kunna utvecklas till sin fulla potential (artikel 6) och att inte diskrimineras på grund av sin egen eller sina föräldrars bakgrund (artikel 2).

Men barn i ekonomiskt utsatta familjer är generellt mindre delaktiga i samhället, har sämre betyg i skolan och saknar känslan av att kunna förverkliga sina drömmar. De har sämre förutsättningar att kunna delta i kultur- och fritidsaktiviteter och lever oftare i osäkra boendeförhållanden.

Att växa upp med missbruk, våld eller psykisk ohälsa

I Sverige växer omkring vart femte barn upp i en familj med missbruk eller psykisk ohälsa. Ungefär vart tionde barn har upplevt våld i hemmet, genom att själv vara utsatt eller tvingas bevittna våld. I Västra Götaland uppgav 14 procent av ungdomarna i årskurs 9 och år 2 på gymnasiet att de har upplevt våld eller hot om våld i hemmet.

En otrygg uppväxt behöver inte innebära att barnen får egna problem senare i livet, men risken att drabbas av psykisk eller fysisk ohälsa ökar, och hemförhållandena kan ha en negativ påverkan på barnets skolgång. Faktum är att huvuddelen av den långvariga psykiska ohälsan debuterar under barn- och ungdomsåren. Rätt insatser i rätt tid och god samverkan mellan samhällets olika aktörer kan förhindra vidare psykisk ohälsa och betydande lidande för individen. Därför är tidiga insatser – både tidiga i ålder och i ett tidigt skede – som identifierar orsaker till psykisk ohälsa, ångslan och oro och som stärker föräldraskapet viktiga för att bryta en

negativ trend. Dessa insatser har identifierats i Västra Götalands handlingsplan för psykisk hälsa som bidragande till en mer jämlik hälsa.

Tandhälsa

Friska tänder är en viktig del av barns hälsa, och god tandhälsa skapas ofta genom att goda vanor grundläggs tidigt i livet. Trots att karies går att förebygga finns skillnader mellan kommunerna vad gäller andelen barn med karies. Generellt har andelen kariesfria 6-åringar minskat i Skaraborg de senaste åren även om det finns positiva trender på vissa kliniker. Vissa kliniker når inte upp till WHO:s mål om att 80 procent av barn som är 6 år ska vara kariesfria 2020. Föräldrars socioekonomiska förhållanden har betydelse för om barn och unga kommer (eller inte kommer) till tandvården. Skillnaderna som syns redan under barndomen tenderar att finnas kvar genom livet. Karies är en av de vanligaste folksjukdomarna, eftersom den mer eller mindre drabbar de flesta människor under deras livstid.

Exempel på pågående insatser

- Kraftsamlingsområde "Psykisk hälsa – Återhämtningsförmåga" är en samverkan om föräldraskapsstöd och resiliens mellan mödrahälsovård, barnhälsovård, psykologienheten för mödra-barnhälsovården, familjecentraler och Göteborgs universitet. Genom att stärka föräldraskapet skapas förutsättningar för trygga och lyhörda föräldrar och därigenom resilienta barn med bästa möjliga hälsa och utveckling.
- Partsamverkan barn och unga finns i varje kommun som en del av Vårdsamverkan, och hanterar bland annat processer avseende samverkan i föräldraskapsstöd och tidiga samordnade insatser.
- Familjecentralerna är unika arenor, där flera viktiga professioner samverkar för att stärka barnfamiljer utifrån livsvillkor och levnadsvanor t ex vad gäller tandhälsa, matvanor och rörelsevanor. Samverkan mellan familjecentralen och Folk tandvården i Södra Ryd och det gemensamma arbetet för minskning av karies har studerats i en forskningsstudie med positiva resultat.
- Utökade hembesök genomförs med syfte att stärka föräldrars förtroende till sin egen förmåga och tidigt bygga en förtroende- och tillitsfull relation med mödrahälsovårdens, barnhälsovårdens samt socialtjänstens förebyggande verksamhet och familjecentralerna i Södra Ryd och Töreboda. Samverkan är unik genom att även mödrahälsovården deltar. Resultatet som presenteras vintern 2020-2021 är mycket positivt.
- SAMBU (Samverkan barn och unga), ett arbete inom nära stöd och vård, syftar till att ta fram en arbetsmodell för att jobba tillsammans för barn, unga och deras familjer som behöver stöd och hjälp. I samverkan ingår skola, socialtjänst, primärvård, barnhabilitering, barnmedicin, barn- och ungdomspsykiatri och ungdomsmottagning i Mariestad, Töreboda och Gullspång.

Fullföljda studier

En viktig friskfaktor för varje barn och ungdom är en god skolgång. Att kunna fullfölja sina studier och gå ut gymnasiet med godkända betyg skapar förutsättningar för hälsa och välbefinnande genom livet. Men skolan är också här och nu för varje barn och ungdom. Var och en har rätt till lärande, att känna sig trygg och kunna utvecklas till sin fulla potential i skolan.

Skolan är en plats för lärande och utveckling, men också för socialt samspel. För barn som har en bra samhörighet med jämnåriga i skolan och som upplever socialt stöd från lärare minskar risken för psykisk ohälsa och sämre skolresultat. Skolan är en hälsofrämjande arena med möjlighet att skapa likvärdighet för barn med olika förutsättningar.

Utvecklingen i Västra Götaland har under början av 2000-talet visat en vikande trend där färre har blivit behöriga till gymnasiet och skolavhoppet har ökat. Skillnaderna mellan skolor och kommuner ökade, varför en kraftsamling för fullföljda studier inleddes i Västra Götaland. För några år sedan var Skaraborg också en del av den ogynnsamma utvecklingen, men arbetet för fullföljda studier har gett resultat, och idag avslutar fler sina studier med godkända betyg.

Kraftsamling fullföljda studier är ett samarbete mellan Västra Götalandsregionen och kommunerna med flera aktörer. Inom kraftsamlingen ryms en mängd aktiviteter som syftar till att få elever att gå ut skolan med godkända betyg.

Samtidigt finns stora skillnader mellan kommunerna vad gäller behörigheten till

gymnasiet. Det syns också en nedåtgående trend i Skaraborg vad gäller andelen som avslutar sin gymnasieutbildning inom 4 år. 2019 var det 77,8 procent totalt, och andelen flickor var fler än pojkar. Flickor har i genomsnitt bättre skolresultat än pojkar, men rapporterar samtidigt i högre utsträckning en sämre psykisk hälsa och mer stress över skolarbetet.

När fler lyckas i skolan ökar utbildningsnivån i samhället och möjligheten för fler att ta sig in på arbetsmarknaden.

Trygghet

I skolan vistas barn och unga varje dag, och de flesta mår bra och känner sig delaktiga. Mellan 69 och 86 procent av unga i Skaraborgs kommuner trivs bra i skolan. Samtidigt finns elever som inte vill komma till skolan eller som känner sig otrygga när de är där. Skolmisslyckanden och utebliven skolnärvaro är ett komplext fenomen som samvarierar mellan faktorer på individnivå, skolnivå och systemnivå. På individnivå kan ett skolmisslyckande börja med bristande motivation och engagemang. Redan från förskoleåldern spelar stödet till barnets kognitiva och intellektuella förmågor in. Att lyckas möta varje individs förutsättningar skapar möjligheter för att lyckas i skolan.

På skolnivå kan sammansättningen av elever spela roll för möjligheten till trygghet och arbetsro i skolan. Brister i miljön, t ex mobbning, har stor negativ påverkan på studiesituationen och på elevers mående. Att bli utsatt för kränkningar och mobbning ökar risken för psykisk och fysisk ohälsa, även senare i livet. Mellan 8-21 procent av elever i

årskurs 9 och år 2 på gymnasiet i Skaraborgs kommuner svarar själva att de är utsatta för mobbning.

Levnadsvanor

Det finns stora skillnader i levnadsvanor bland barn och unga. Levnadsvanor kan ha en påverkan på möjligheten att tillgodogöra sig skolgången. Fysisk aktivitet är fundamentalt för barns motoriska utveckling och tillväxt. Forskning visar också att fysisk aktivitet har en positiv effekt på minne, skolprestation, psykisk hälsa och självkänsla, varför flera skolor i Skaraborg arbetar med att införa mer rörelse på schemat. Läs mer under området *Fysisk aktivitet och matvanor*.

En hög alkoholkonsumtion är en riskfaktor för förlorade friska levnadsår. I skolan sker arbete för att förändra attityderna gentemot missbruk eller bruk av alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel (ANDTS), och en nedåtgående trend ses vad gäller bruk av alkohol. I Skaraborg uppger 43 procent av flickorna och 38 procent av pojkarna i årskurs 9 att de har druckit alkohol minst en gång de senaste 12 månaderna. För gymnasiet år 2 är jämförande siffror 75 respektive 71 procent. Jämförelsevis är synen på droganvändning bland ungdomar i Västra Götaland och nationellt mer liberal än i Skaraborg. Sex procent av ungdomarna i årskurs 9 och 16 procent i gymnasiet år 2 uppger att de någon

gång har använt narkotika. Andelen ungdomar med narkotikaerfarenhet är något större bland pojkar än bland jämnåriga flickor. Den siffran har varit relativt konstant sedan 2013.

Barn har rätt att leva i trygghet och i ett hem fritt från missbruk. Vuxnas missbruk påverkar barnets uppväxt, och kan skapa oro och svårigheter att koncentrera sig i skolan. En anledning till skolfrånvaro kan vara faktorer i hemmiljön.

Unga som varken arbetar eller studerar

Skolgången i grundskola och gymnasium ska fungera som en språngbräda till yrkeslivet eller till vidare studier. På det sättet skapar skolan möjlighet för hälsa och sysselsättning genom livet. Men det finns också en grupp unga som efter skolan varken kommer ut i arbete eller i fortsatta studier. Det är en utsatt grupp eftersom de går miste om de kunskaper och färdigheter som krävs för att få ett arbete även i framtiden, vilket har tydliga kopplingar till en ökning av psykisk ohälsa och ekonomiska svårigheter. Unga som varken arbetar eller studerar är nationellt en heterogen grupp, med överrepresentation av utrikesfödda unga kvinnor och unga med en funktionsnedsättning.

Exempel på pågående insatser

- Kraftsamlingsområde "Fullföljda studier – genom Trygghet och studiero" är en samverkan mellan Skaraborgs kommunalförbund, kommunerna och akademien. Arbetet ses som en av de viktiga pusselbitarna för att Skaraborg, som enda delregion i Västra Götaland, lyckats vända den negativa utvecklingen av fullföljda studier.
- Skaraborgsenheten ingår i Länsstyrelsens regionala nätverk för ANDTS-frågor (alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel). Syftet är att få kunskap om statistik, trender inom området, utbildningar och nya lagar och bestämmelser.
- Drogförebyggarna Skaraborg är ett nätverk som diskuterar och analyserar olika teman kring droger. De ordnar varje år en serie utbildningar kring aktuella teman, till exempel cannabis, ungdomars drogvanor eller dopning.
- Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN) är behjälpliga med att ta fram underlag till CAN-enkäten som går ut till alla elever i årskurs 9 och år 2 på gymnasiet i Västra Götaland. Denna statistik tillsammans med kommunens lokala enkätundersökningar i skolorna kring ANDTS-frågor hjälper till att få fram tillförlitliga underlag om ANDTS-bruket hos ungdomar i kommunerna.
- I kommunerna finns lokala brottsförebyggande råd som är en samverkan med polisen med flera lokala aktörer. Bland annat samverkar kommunen med polis och länsstyrelsen för att minska langningen av alkohol till unga, ofta med extra insatser kring skolavslutningar.

Psykisk hälsa

Psykisk hälsa är särskilt viktig för människors välbefinnande. I Sverige är många nöjda med livet och ser det som meningsfullt, men allt går inte i rätt riktning. Bland annat upplever fler unga än förväntat att de inte är nöjda med livet. Den psykiska ohälsan orsakar lidande för de individer som drabbas och stora kostnader för samhället i form av sociala utanförskap. Därför är det viktigt att hos varje individ tidigt bygga resiliens och återhämtningsförmåga mot livets motgångar.

Psykisk ohälsa hos barn och unga har ökat sedan 1980-talet. Den trenden är tydligare i Sverige än i de övriga nordiska länderna, särskilt vad gäller unga kvinnor både för självrapportering av psykiska besvär och för psykisk ohälsa som har föranlett kontakt med hälso- och sjukvården.

Nio av tio elever rapporterar att de mår bra i skolan samtidigt som den psykiska hälsan försämras under skolåren för andra barn och unga, särskilt barn som lever med snäva livsvillkor eller upplever brister i den psykiska arbetsmiljön. Forskning om kopplingen mellan skola, lärande och barns psykiska hälsa understryker vikten av att barn får vistas i förskolor och skolor med hög kvalitet.

De diagnoser som främst ligger bakom ökningen av psykisk ohälsa hos unga i samhället är depressioner, ångestsyndrom och neuropsykiatriska funktionshinder. Ökningen kan inte förklaras av förändrade behandlingsrutiner eller ökad benägenhet bland unga att rapportera psykiska besvär. Andelen vuxna som vårdats för en psykiatrisk diagnos i slutenvård är samtidigt relativt konstant över längre tid. Ur ett folkhälso- och socialt hållbarhetsperspektiv, som beskrivs bland annat i Västra Götalands handlingsplan för psykisk hälsa, främjas psykisk hälsa genom förebyggande arbete, tidig upptäckt och behandling. Vikten av föräldraskapsstöd och

en bra psykosocial arbetsmiljö i skolan ger möjlighet att skapa mer lika förutsättningar för barn och unga från tidiga år. Det handlar också om att generellt öka känslan av social gemenskap, delaktighet och meningsfullhet hos invånarna i syfte att motverka ensamhet och utanförskap i alla åldrar.

Handlingsplan för psykisk hälsa 2018-2020 är ett gemensamt inriktningsdokument för regionen, kommunerna, Västkom och Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa i Göteborg (NSPHiG) med fokusområden för barn, unga och vuxna.

Ett nedsatt psykiskt välbefinnande återfinns i olika grupper i samhället. Minst nöjda med livet är de som samtidigt har en annan ohälsa, som är arbetslösa eller ensamstående. Personer i resurssvaga områden bedömer sina möjligheter att utvecklas och ha ett meningsfullt liv som betydligt sämre än personer som bor resursstarkt. Äldre kvinnor anger i högre grad att de har ett nedsatt psykiskt välbefinnande än män. Depression och ångest är vanligt hos äldre personer och cirka en femtedel av den äldre befolkningen lider av psykisk ohälsa.



Suicidprevention

Suicid har oftast föregåtts av en lång tids psykisk ohälsa, och inför varje fullbordat självmord sker cirka tio allvarliga försök. Det innebär att det finns tid att förebygga suicid, något som kräver samverkan mellan verksamheter som möter invånare. Ändå sker 1500 självmord varje år i Sverige.

Suicidförsök begås främst av kvinnor och yngre personer medan suicid främst begås av män och äldre personer. Dubbelt så många självmord begås av män som av kvinnor, och en fjärdedel begås av personer över 65 år.

Varje år tar cirka 230 personer i Västra Götaland sitt liv vilket är en kontinuerlig minskning sedan 1980-talet. Samma minskning syns dock inte bland unga, snarare finns analyser som tyder på motsatsen. Åtta procent av flickorna och 4 procent av pojkarna har någon gång försökt ta sitt liv. Omräknat till Skaraborgs befolkning rör det uppskattningsvis sig om totalt 30-40 självmord per år, varav 3-4 begås av ungdomar i åldern upp till 24 år.

Regeringen har antagit en **nollvision mot suicid**. I Västra Götaland tas en länsgemensam **Handlingsplan för suicidprevention** fram för att gälla 2020-2025.

I Västra Götaland förtydligas nu arbetet mot suicid genom Handlingsplan för suicidprevention 2020-2025, där målet är att minska antalet suicid med 40 procent till år 2025. För att nå en 40-procentig minskning av suicid och i förlängningen en nollvision i Västra Götaland behövs olika insatser. Det suicidpreventiva arbetet handlar om att långsiktigt höja förståelsen för och kompetensen inom suicidprevention, bland annat genom att tidigt uppmärksamma varningssignaler, ge stöd till grupper i särskilt utsatta situationer och utbilda personal.

Våld i nära relationer

Sverige ses ibland som ett av världens mest jämställda länder. Trots det finns betydande skillnader när det gäller förutsättningar och levnadsförhållanden för kvinnor och män i Västra Götaland idag. Även om jämställdheten har ökat på flera områden de senaste decennierna är mäns våld mot kvinnor ett fortsatt stort folkhälsoproblem som dessutom ofta är dolt för omgivningen. Risken för våld har också visat sig öka till följd av coronakrisen, på grund av ett ökat hemma-varande.

Årligen polisanmäls cirka 30 000 fall av misshandel mot kvinnor och 2 500 fall av grov kvinnofridskränkning i Sverige.

Det uppskattas att 80 procent av det våld som sker i nära relationer aldrig anmäls. Våld i nära relationer får i vissa fall en dödlig utgång. 2019 mördades 25 kvinnor i Sverige, varav 18 av en man de haft en kärleksrelation med.

Barn är särskilt sårbara för kränkningar, trakasserier, hot om våld och våld. Vart tionde barn tvingas bevittna våld och är därför i behov av stöd och skydd. Tusentals kvinnor och barn söker skydd på landets kvinnojourer varje år.

Nationell strategi för att förebygga och bekämpa mäns våld mot kvinnor (2017 – 2026) understryker vikten av förebyggande arbete och mäns delaktighet i arbetet mot våld.

Hedersrelaterat våld och förtryck kännetecknas av att individens rättigheter och intressen underordnas familjens. Under 2015-2019 inkom i Sverige 475 polisanmälningar rörande äktenskapstvång och vilseledande till äktenskapsresa samt 139 polisanmälningar rörande könsstympning av flickor och kvinnor.

Långsiktigt arbete för ett jämställt föräldraskap, tidig upptäckt och förbättrad kunskap är viktigt för att motverka mäns våld mot kvinnor och föräldrars våld mot barn.

Arbetet mot hedersrelaterat våld handlar om ge alla barn rätt till sina grundläggande rättigheter, kroppslig integritet, att få forma sina liv och sin sexualitet.

Exempel på pågående insatser

- Kraftsamlingsområde "Psykisk hälsa – Återhämtningsförmåga" ska främja psykisk hälsa genom att skapa förutsättningar för människor att hantera livets upp- och nedgångar samt utveckla sin förmåga till återhämtning. Arbetet är en samverkan mellan mödrahälsovård, barnhälsovård, psykologenheten för mödra-barnhälsovården, familjecentraler samt Göteborgs Universitet.
- Samverkan utifrån Handlingsplan Psykisk hälsa pågår regelbundet genom arbete i Vårdsamverkan och nätverket LEONA (samverkan mellan Skaraborgs kommunalförbund och samordningsförbunden i Skaraborg).
- I Skaraborg pågår en rad intressanta utvecklingsarbeten inom psykisk hälsa/ohälsa och suicidprevention. Var och en av dessa utvecklingsprocesser ger en pusselbit till förbättrad psykisk hälsa och en minskning av suicid. Flertalet är tillfälliga utvecklingsprojekt och piloter.
- En Skaraborgssamverkan kring våld i nära relation pågår tillsammans med Utväg, Länsstyrelsen, Skaraborgs kommunalförbund, Samordningsförbunden och Equality Development Center West Sweden (EDCS). Utifrån en genomförd kartläggning av behov av utbildning och stöd från verksamheter inom Försäkringskassa, Arbetsförmedling, region och kommun genomförs tillsammans planerade insatser.

Fysisk aktivitet och matvanor

Fysisk aktivitet är en av de viktigaste levnadsvanorna för ett gott och hälsosamt liv. Men faktorer som ålder, kön, funktionsnedsättning och socioekonomi spelar in i hur mycket människor rör sig. Bland barn och unga syns avtagande nivåer av fysisk aktivitet där övergången till tonåren innebär minskad rörelse och ökat stillasittande. Personer som har en funktionsnedsättning kan uppleva ytterligare barriärer till ett varierat fysiskt aktivt liv.

Fysisk aktivitet definieras som den kroppsrörelse som ökar energiförbrukningen utöver viloförbränning. Aktiviteten kan mätas med olika intensitetsnivåer: låg, måttlig och hög. Fysisk aktivitet minskar bland annat risken för hjärt- och kärlsjukdomar så som högt blodtryck, kärlkramp och stroke, metabola sjukdomar så som typ 2 diabetes och fetma, vissa cancerformer, fall, benbrott och psykisk ohälsa så som demens och depression. Ur ett folkhälsoperspektiv kan konstateras att stora delar av sjukdomsburden är sådant som fysisk aktivitet har positiv effekt på, varför det är angeläget att främja fysisk aktivitet på befolkningsnivå.

Men vad innebär det att vara tillräckligt fysisk aktiv för att åtnjuta hälsovinsterna? De officiella rekommendationerna ger olika svar beroende på ålder. De minsta barnen, 0-5 år, ska uppmuntras till fysisk aktivitet genom motoriskt utmanande, lustfyllda och säkra miljöer. För barn och unga 6-17 år rekommenderas 60 minuters daglig fysisk aktivitet på hög eller måttlig intensitet. Dessutom bör aerob fysisk aktivitet och muskel- och skelettstärkande aktiviteter ingå minst tre gånger i veckan. För vuxna 18-65 år är rekommendationen 150 minuters fysisk aktivitet per vecka på minst måttlig nivå. Seniorer som är 65 år eller äldre har samma rekommendationer som andra vuxna men bör också stärka balansen.

Fysisk aktivitet och barnfetma

Fysisk aktivitet är viktig för varje barns utveckling och tillväxt, och spelar stor roll för att tillsammans med goda matvanor förebygga övervikt och fetma hos barn. I Sverige rör sig barn och unga för lite. Forskning visar att bara 44 procent av pojkarna och 22 procent av flickorna når upp till rekommendationen om daglig fysisk aktivitet. Generellt verkar den fysiska aktiviteten visa en nedåtgående trend. Äldre barn rör sig mindre och stillasittandet är högt. Enligt Folkhälsomyndighetens enkätundersökning om skolbarns hälsovanor är det mellan 9–23 procent av 11-, 13- och 15-åringar som når 60 minuters fysisk aktivitet per dag, den lägsta andelen bland flickor i 15-årsåldern och den högsta bland pojkar i 11-årsåldern. Dessutom syns skillnader i fysisk aktivitet mellan grupper. Aktiva föräldrar och föräldrar med god socioekonomi har barn som rör sig mer och som i högre grad deltar i organiserad idrott.

Idag är andelen barn och unga som har en övervikt fler än någonsin i Sverige. I Skaraborg är andelen 4-åringar med övervikt och fetma högre än i övriga Västra Götaland. Övervikt och fetma påverkar både den fysiska och den psykiska hälsan. Barn med fetma har en ökad risk för att utveckla olika livsstilssjukdomar, och fetma är ofta svårt att behandla vilket orsakar personligt lidande.

Fysisk aktivitet för vuxna och äldre

Mellan 53 och 75 procent av de vuxna skaraborgarna (16–84 år) uppger att de når upp till de rekommenderade nivåerna av fysisk aktivitet. För äldre personer bestäms funktionsnivån hos individen av olika samverkande faktorer så som arv, livsstil och sjukdom. Fysisk aktivitet och hur fysisk aktiv

personen har varit tidigare i livet påverkar hälsan, men det är aldrig försent att börja träna och vara fysiskt aktiv för att förebygga åldersrelaterade sjukdomar och bevara kroppens funktion. Individens fysiska aktivitetsnivå påverkas av deltagande i sociala nätverk och stöd från närstående.

Fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning

Enligt Myndigheten för delaktighet uppger 30 procent av personer över 16 år med funktionsnedsättning att de inte motionerar alls eller mer sällan än en gång i veckan. 75 procent svarar att de vill motionera mer än vad de gör idag, men många saknar ork till mer träning, har inte råd att träna mer än vad de gör, har brist på tid eller har inte hittat en träningsform som passar. 15 procent svarar att de inte har tillgång till tillgängliga motionshallar och 14 procent att de har svårt att få det stöd de behöver för att kunna motionera mer, exempelvis ledsagare, boendestödjare, assistent, tolk eller anhörig.

Matvanor

En del av orsakerna till att övervikt och fetma ökar finns att hämta i det samhälle som vi lever i. Ökad tillgänglighet till mat och dryck dygnet runt, större portionsstorlekar och ett större utbud och marknadsföring av ohälsosam mat tros vara några av förklaringarna. I dag har mer än hälften av alla vuxna och vart femte barn en övervikt eller fetma. Fetma är en sjukdom som ökar och som på sikt kan få svåra konsekvenser för individens hälsa. Forskningen har visat att de allra flesta barn med fetma kommer att bibehålla fetman även i vuxen ålder. Ökningen

av antal personer med övervikt eller fetma gäller såväl kvinnor som män, unga som äldre, inrikes som utrikesfödda, liksom både personer boende i storstäder och i övriga delar av landet. Ökningen återfinns oavsett utbildningsgrad och inkomst, även om ökningen är större bland de med kortare utbildning och lägre inkomst.

En del i att förebygga övervikt och fetma är goda matvanor. Tidigt i livet grundläggs de matvanor som ofta följer med långt upp i livet. För barn, precis som för vuxna, är det bra att äta varierat, det vill säga att äta olika sorters mat, enligt Livsmedelsverkets rekommendationer. Kroppen mår bra av att få mat regelbundet – frukost, lunch och middag och 2-3 mellanmål. För ett barn gör regelbundenheten det lättare att lära sig skillnaden mellan att vara hungrig och mätt.

Föräldrar har två viktiga uppgifter när det gäller sina barns mat. Den första är att se till att barnen får bra och näringsriktig mat, så att de kan växa och utvecklas optimalt. Den andra är att ge barnen bra matvanor och matglädje. Livsmedelsverkets undersökning av barns matvanor visar dock att barn äter alldeles för mycket feta, sockerrika men näringsfattiga livsmedel. Nästan en fjärdedel av kalorierna kommer från dessa livsmedel. Den visar också att barn äter mer näringsriktig mat i skolan än hemma. När det kommer till vuxna är vad som är nyttigt att äta ungefär detsamma, men vid 65+ blir vissa näringsämnen viktigare. Behovet av energi kan minska, men inte behovet av näringsämnen. För äldre personer är det främsta målet med hälsosamma matvanor att bevara fysisk funktion i så stor utsträckning som möjligt för att ge möjlighet till självständighet, stärka det friska samt förebygga ohälsa och undernäring.

Exempel på pågående insatser

- Kraftsamlingsområdet "Friska barn i Skaraborg – Övervikt och fetma bland barn går att förebygga" är en samverkan mellan centrala barnhälsovården, barn- och ungdomsmedicinska mottagningen, Skaraborgs läns sjukhus, Högskolan i Skövde, Skaraborgs kommunalförbund, kommunerna med flera. Syftet är att öka hälsofrämjande och förebyggande insatser för att motverka övervikt och fetma hos barn.
- Östra hälso- och sjukvårdsnämnden har en pågående samverkan med Västra Götalands bildningsförbund, studieförbund och folkhögskolor i Skaraborg för att öka aktivitetsnivån kring kost och motion samt lokalproducerad mat i kommunerna.
- Regelbundna möten äger rum med RF-SISU i syfte att utveckla samverkan.
- En kartläggning med syfte att ge en nulägesbild av fysisk aktivitet samt en framåtsyftande analys över möjligheter för vidare arbete med att främja fysisk aktivitet och rörelse i Skaraborg tas fram under 2020.

Åldrande med livskvalitet

Ett hälsosamt åldrande är att kunna ta aktiv del i samhället och njuta av ett självständigt liv med god livskvalitet utan att diskrimineras på grund av ålder. Det förutsätter att samhället skapar möjligheter för fysisk, social och psykisk hälsa i hela befolkningen och med hänsyn till ålder.

Andelen äldre i Västra Götaland kommer att öka under de närmaste decennierna. Befolkningen över 65 år utgör idag omkring 20 procent. I slutet av 2020-talet beräknas andelen vara 27 procent. Även i Skaraborg beräknas var fjärde invånare vara 65 år eller äldre 2030. Andelen 80 år och äldre utgör idag ungefär drygt 6 procent av befolkningen i Skaraborg. I slutet av 2020-talet förväntas samma siffra ha stigit till 9 procent.

Äldres hälsa har i genomsnitt förbättrats och livskvaliteten är högre än hos tidigare generationer. De allra flesta äldre är en resurs i samhället för sina familjer, utifrån sin erfarenhet och för sitt engagemang i föreningsliv och annat ideellt arbete. Hälsan är ett resultat av vad man varit med om under hela livet men påverkas också av aktuella livsvillkor. Social gemenskap, förutsättningar för delaktighet i samhällslivet, fysisk aktivitet och bra kost är viktiga faktorer för ett gott hälsotillstånd.

Samtidigt finns socioekonomiska skillnader i hälsa mellan grupper av äldre. Gruppen äldre med förgymnasial utbildning anger i större utsträckning att de upplever en sämre hälsa än gruppen med eftergymnasial utbildning. Risken för en låg disponibel inkomst är högre för kvinnor samt för gruppen med förgymnasial utbildning. Nästan var tredje äldre kvinna med förgymnasial utbildning har en disponibel inkomst som ligger under EU:s fattigdomsnorm. Skillnaderna mellan utbildningsgrupperna är stora mellan regionens

olika hälso- och sjukvårdsnämndsområden, med en generellt högre andel med låg disponibel inkomst bland annat i Skaraborg.

När frågan ställs till äldre vad ett hälsosamt åldrande är blir svaret självständighet, aktivt engagemang, socialt stöd och känslan av att vara värdefull.



Foto: Monika Manowska/Westsweden.com

Självskattade besvär

I gruppen 65–84 år anger 61 procent av männen och 57 procent av kvinnorna att de har en god eller mycket god hälsa, medan 7 respektive 8 procent av män och kvinnor anger att de har en dålig eller mycket dålig hälsa.

Skillnaderna i hur nöjda invånarna är med sina liv mellan olika delar i Västra Götaland är små. Men det finns socioekonomiska skillnader, personer i resursstarka områden är i snitt betydligt lyckligare än personer i de områden som definieras som resurssvaga.

Tillit till andra är också en central faktor för lycka och välbefinnande och i Västra Götaland litar människor i mycket hög grad på varandra, och äldre har generellt större tillit till andra än yngre.

Ofrivillig ensamhet

Andelen äldre med psykisk ohälsa är svår att ange exakt, eftersom de studier som gjorts har genomförts på olika sätt och därför ger olika svar. Men enighet råder om att depression är så pass vanligt bland seniorer att det är ett folkhälsoproblem.

Psykisk ohälsa bland äldre är särskilt vanligt bland kvinnor, ensamboende och ogifta, personer med låg socioekonomisk position, personer med bristande sociala kontakter samt personer med fysisk ohälsa eller funktionsnedsättningar. Dessa grupper av äldre personer är därför särskilt viktiga att uppmärksamma i arbetet med att förebygga psykisk ohälsa hos äldre.

Socialt deltagande och sociala relationer spelar en stor roll för individens känsla av

delaktighet och påverkar upplevelsen av ensamhet och upplevelsen av bristande socialt stöd. Känslan av ensamhet är relativt ovanlig upp till 75-80 års ålder men bland personer över 76 år upplever mellan 12-15 procent ensamhet.

Kvinnor upplever oftare ensamhet än män. Detta trots att kvinnor ofta har ett större socialt nätverk än män vid pensionering. Män tenderar att reducera sitt sociala sammanhang efter pensionering.

Upplevelsen av ensamhet påverkas av förlust av partner, minskad rörlighet eller avsaknad av kontakter med vänner och bekanta. Dessutom påverkas känslan av personlig säkerhet och ekonomisk trygghet. Upplevelsen av ensamhet påverkar i sin tur livskvalitet, fysisk och psykisk hälsa och ger en ökad risk för förtidig död.

Insatser som främjar det sociala kapitalet påverkar mental hälsa positivt och de som deltar i program för sociala aktiviteter har en mer positiv upplevelse av egen hälsa, sociala funktioner och av välbefinnande. Upplevelsen av delaktighet påverkas av möjligheten till stöd i emotionella eller praktiska frågor. Den absoluta majoriteten av invånarna i Västra Götaland upplever att de har ett starkt socialt stöd men ensamboende äldre har generellt ett sämre socialt stöd. Detta har inte förändrats under det senaste decenniet.

Exempel på pågående insatser

- Kraftsamlingsområde "Åldrande med livskvalitet" syftar till att minska ofrivillig ensamhet hos personer 65+ och motverka ålderism i samhället. Arbetet utvecklas tillsammans med Vårdsamverkans samverkansgrupp för Geriatrik, demens, palliativ vård och stroke samt grupper och individer som möter eller arbetar med frågor rörande personer 65+, exempelvis kommuner, civilsamhället, studieförbund och hälso- och sjukvård. Skarborgsenheten genomför workshops i kommunerna i Skaraborg och omvärldsbevakning inom området.
- Volontärtorg finns i flera kommuner i Skaraborg. De syftar till att bland annat äldre kan ge och få kontakt med mötesplatser och föreningar för ideella uppdrag.

Delaktighet och inflytande

Invånares möjlighet till inflytande och delaktighet i det lokala samhällets utveckling har blivit allt viktigare för kommuner och regioner, dels för att skapa tillit till det demokratiska systemet och dels för att utveckla ett hållbart samhälle. Delaktighet kan få människor att växa, skapa gemenskap och mellanmännisklig tillit. Att vara delaktig i samhället kan innebära allt ifrån att använda sin rösträtt i allmänna val till att delta och känna sig inkluderad i föreningsliv och kulturutbud.

Centrala områden för att uppnå jämlik hälsa är att människor upplever att de har kontroll över sitt eget liv, tillit till andra och inflytande och delaktighet i samhället. Sannolikheten att människor upplever sig ha sämre kontroll och inflytande över sina egna livsvillkor och utvecklingen av samhället i stort samt mindre gemenskap och delaktighet är större bland personer med låg socioekonomisk position. Socialt kapital i form av tillit till andra människor har positiva effekter på hälsan både på individnivå och på samhällsnivå.

Människor i Sverige är i stort tillitsfulla, och uppfattar i mycket hög grad att andra människor "i allmänhet" är att lita på. Forskningen visar att den mellanmänniskliga tilliten i Sverige – det sociala kapitalet – är bland det högsta i hela världen. Betydelsen av ett sådant resultat är svår att överskatta. Mellanmännisklig tillit är ett helt centralt smörjmedel i ett välfungerande samhälle. Tilliten till andra människor i allmänhet ökar med ålder.

Delaktighet handlar om att en person aktivt kan medverka i och vara en del av samhället oavsett kön, könsöverskrivande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller ålder. När samhället utformas

på ett tillgängligt sätt ökar möjligheten för fler personer att bli mer delaktiga. Att uppnå ett tillgängligt samhälle handlar både om att utgå från universell utformning och att åtgärda befintliga brister i tillgängligheten.



Foto: Mattias Nilsson/Tidaholms kommun

Barnrättsarbete

På grund av sin ålder ges barn inte alltid möjligheten att vara med och utforma och känna sig inkluderade i samhället. Ett aktivt barnrättsarbete kan ändra på det. Barnkonventionen blev lag i Sverige 1 januari 2020. I konventionen finns beskrivet varje barns mänskliga rättigheter genom 54 artiklar. Grundprinciperna i barnkonventionen slår fast att alla barn upp till 18 år har samma rättigheter och lika värde, rätt till liv och utveckling, rätt att få sitt bästa beaktat vid alla beslut som rör dem samt rätt att uttrycka sin mening och få den respekterad. Men barn i Sverige har varken tillräcklig kännedom om sina rättigheter eller får dem alltid tillgodosedda. Därför är det viktigt att arbeta för att stärka varje barns rättigheter och delaktighet i samhället.

Medborgardialog

Ett sätt att möta de utmaningar som samhället står inför är genom dialog med invånarna. Stora förändringar som globalisering, migration, individualisering och digitalisering kräver nya sätt att ta sig an komplexa frågor. De som berörs av det arbete som görs i kommuner och regionen, det vill säga invånarna, kan vara med och påverka hur frågorna ska hanteras på ett socialt hållbart sätt.

Medborgardialog är också ett sätt för förtroendevalda och tjänstepersoner att bemöta

komplexa frågor som väcker upprördhet eller starka känslor hos invånare. Det kan till exempel handla om beslut att lägga ner verksamheter eller om social oro.

Konflikter kommer att uppstå i ett komplext samhälle och kanske kan konflikter till och med vara nödvändiga för att samhället ska gå framåt. Genom att engagera människor med olika perspektiv finns möjligheten till djupare analys och bättre lösningar som gynnar hela samhället.

Exempel på pågående insatser

- Temagrupp barn och unga är en samverkan med Skaraborgs kommunalförbund och kommunerna för att öka samarbetet om barn och unga och barnrättsfrågor. Gruppen arbetar tillsammans med Balthazar Science Center på en pilotidé om att genomföra mobila dialoglabbs i flera kommuner i syfte att öka barns delaktighet och samla barns tankar om viktiga frågor.
- I flera av Skaraborgs kommuner finns unga kommunutvecklare och/eller Skaraborgsutvecklare som genom feriepraktik eller anställningar ger ungas perspektiv på viktiga frågor som berör unga.
- Omvärldsanalys och medborgardialog är viktigt för utvecklingen av social hållbarhet. I Skaraborg finns ett nätverk för ökad kunskap och erfarenhetsutbyte kring omvärldsanalys med fokus på medborgardialog och lokal utveckling för kommun och delregion.

Statistikbilaga

Följande statistik från Skaraborg har använts som underlag till bokslutet. Där det finns betydliga skillnader mellan Skaraborgs kommuner visas varje kommuns resultat för sig. I vissa fall visas ett snitt för Skaraborgs kommuner när skillnaden är liten eller där talen är för små i varje kommun. Jämförelse görs återkommande med Västra Götaland som helhet. Västra Götaland har ofta liknande resultat som i riket. All statistik (om inte annat anges) är bearbetad av Samhällsanalys i Västra Götalandsregionen.

Demografi

Befolkningen i Skaraborgs kommuner växer. Den 31 december 2019 bodde 268 462 personer i Skaraborg. De kommuner som 2019 ökade sin befolkning mest var Skövde, Lidköping, Mariestad Falköping och Vara. Den största ökningen skedde i Skövde som har fått 637 fler invånare. Grästorp minskade mest, med 38 personer. Även Essunga, Töreboda, Gullspång, Götene och Karlsborg minskade sin befolkning.

Skaraborgs befolkningsökning har sin grund i ett positivt flyttningsnetto. Det är betydligt fler människor som flyttar till Skaraborg än som flyttar från Skaraborg. Födelseöverskottet visade en ökning på 39 personer, medan flyttningsnettot gav en ökning på 1 050 personer. Det är invandringen och inflyttningen från andra länder som står för en stor del av befolkningsökningen.

Andelen 80 år och äldre förväntas öka från 2019 fram till 2030. Det finns stora skillnader mellan kommunerna i Skaraborg.

Tabell 1. Andel (%) 80 år och äldre 2019 samt 2030 (prognos)

Kommun	2019	2030
Essunga	6,5	8,8
Falköping	6,5	7,8
Grästorp	7,0	9,7
Gullspång	7,3	11,9
Götene	5,9	9,7
Hjo	6,5	10,3
Karlsborg	7,1	13,0
Lidköping	6,0	8,7
Mariestad	7,0	9,7
Skara	5,6	8,5
Skövde	5,3	7,2
Tibro	6,8	9,5
Tidaholm	6,7	9,0
Töreboda	6,1	9,0
Vara	6,1	8,1
Västra Götaland	5,0	7,2

Källa: SCB

Medellivslängd

Medellivslängden är ett mått som ofta används för att beskriva hälsa. Medellivslängden ökar i hela Skaraborg men det finns skillnader mellan kommunerna. I Västra Götaland är medellivslängden 84 år för kvinnor och 80,3 år för män. Det finns också stora skillnader i medellivslängd mellan grupper med olika utbildningsnivå. Ju högre utbildningsnivå desto högre förväntad medellivslängd.

Tabell 2. Förväntad återstående medellivslängd (år) vid födseln 2018

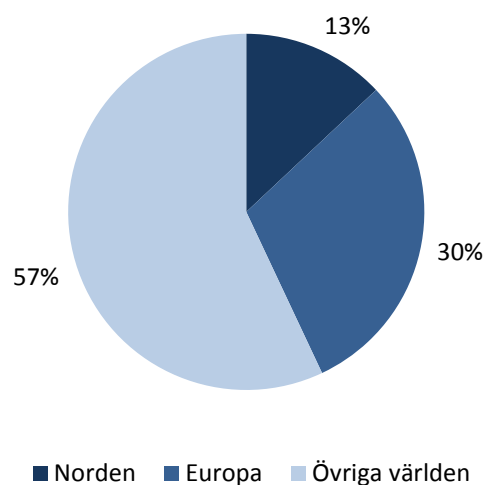
Kommun	Kvinnor	Män
Essunga	83,7	78,2
Falköping	84,2	80,3
Grästorp	84,8	78,0
Gullspång	84,8	77,2
Götene	84,5	80,6
Hjo	83,8	81,7
Karlsborg	84,5	81,0
Lidköping	83,9	81,1
Mariestad	83,8	80,4
Skara	84,4	79,9
Skövde	84,5	81,1
Tibro	83,3	80,7
Tidaholm	84,6	80,0
Töreboda	83,4	79,2
Vara	82,6	79,0
Västra Götaland	84,0	80,3

Källa: SCB (fem års medelvärde 2014-2018)

Utrikesfödda i befolkningen

Tabell 3. Andel (%) utrikesfödda i befolkningen samt fördelning per födelseregion i Skaraborg 2019

Kommun	Andel
Essunga	10
Falköping	15
Grästorp	8
Gullspång	18
Götene	12
Hjo	9
Karlsborg	9
Lidköping	11
Mariestad	12
Skara	16
Skövde	16
Tibro	16
Tidaholm	11
Töreboda	15
Vara	11
Västra Götaland	19



Källa: Hälsa på lika villkor och SCB

Livsvillkor

Utbildningsnivå

Flera kommuner i Skaraborg har en låg utbildningsnivå i jämförelse med Västra Götaland som helhet. Det beror på att några kommuner har en högre andel personer med enbart grundskoleutbildning (förgymnasial utbildning).

I Skaraborg har kvinnor generellt en högre utbildningsnivå jämfört med män. Det är betydligt fler kvinnor än män som har en eftergymnasial utbildning och denna skillnad har ökat. Mönstret är detsamma även på nationell nivå.

Tabell 4. Andel (%) invånare per kommun som har förgymnasial, gymnasial eller eftergymnasial utbildning 2019

Kommun	Förgymnasial	Gymnasial	Eftergymnasial
Essunga	14	59	25
Falköping	14	52	31
Grästorp	12	56	30
Gullspång	20	56	22
Götene	14	55	30
Hjo	11	54	33
Karlsborg	10	55	34
Lidköping	11	50	38
Mariestad	11	55	33
Skara	14	51	33
Skövde	10	46	43
Tibro	15	55	29
Tidaholm	14	58	27
Töreboda	15	56	27
Vara	15	57	26
Västra Götaland	11	42	44

Källa: Kolada

Behörighet till gymnasiet

Gymnasiebehörighet och hur många som går ut gymnasiet varierar mellan kommunerna i Skaraborg. Det är en högre andel flickor än pojkar som är behöriga till gymnasiet. År 2019 varierade andelen behöriga till gymnasiet bland flickor mellan 78 och 97 procent, och bland pojkar mellan 71 och 97 procent.

Tabell 5. Andel (%) elever i årskurs 9 som är behöriga till gymnasiets yrkesprogram 2019

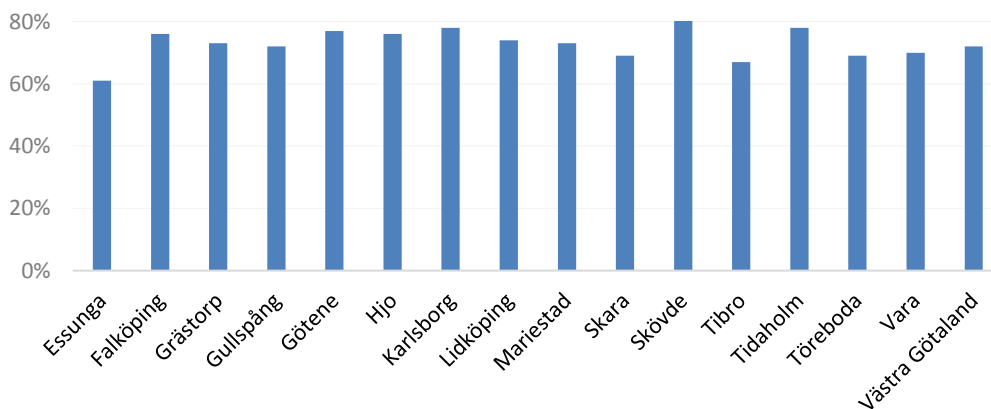
Kommun	Pojkar	Flickor
Essunga	81	87
Falköping	80	78
Grästorp	97	97
Gullspång	79	84
Götene	82	95
Hjo	79	90
Karlsborg	94	91
Lidköping	86	89
Mariestad	87	93
Skara	80	94
Skövde	86	90
Tibro	83	95
Tidaholm	80	93
Töreboda	71	80
Vara	82	85
Västra Götaland	81	86

Källa: Kolada

Fullföljda studier

Andelen elever som avslutar sin gymnasieutbildning inom 4 år skiljer sig mellan Skaraborgs kommuner. År 2019 varierade andelen med gymnasieexamen inom 4 år mellan 61 och 81 procent. Det är en högre andel flickor än pojkar som avslutar gymnasiet inom 4 år.

Diagram 1. Andel (%) gymnasielever med examen inom 4 år 2019



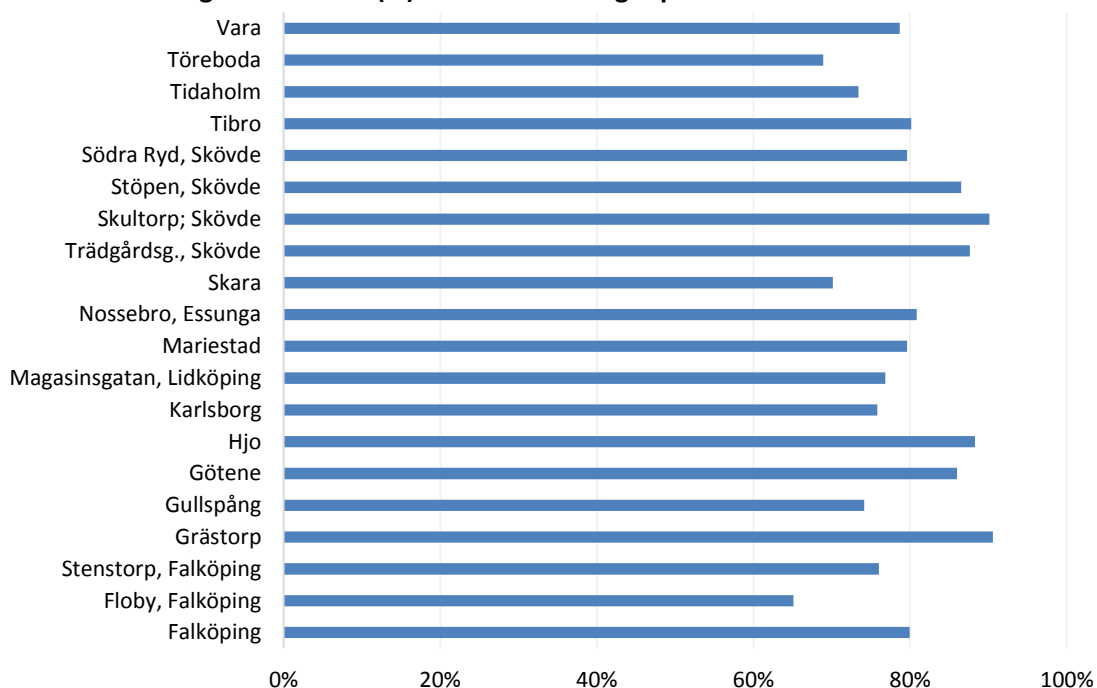
Källa: Kolada

Barn och ungas hälsa

Tandhälsa

Kariesfrihet varierar mellan klinikområdena i Skaraborg. År 2019 varierade andelen kariesfria 6-åringar mellan klinikerna mellan 65 och 91 procent. Andelen kariesfria 6-åringar i Västra Götaland är 78 procent.

Diagram 2. Andel (%) kariesfria 6-åringar på kliniknivå 2019

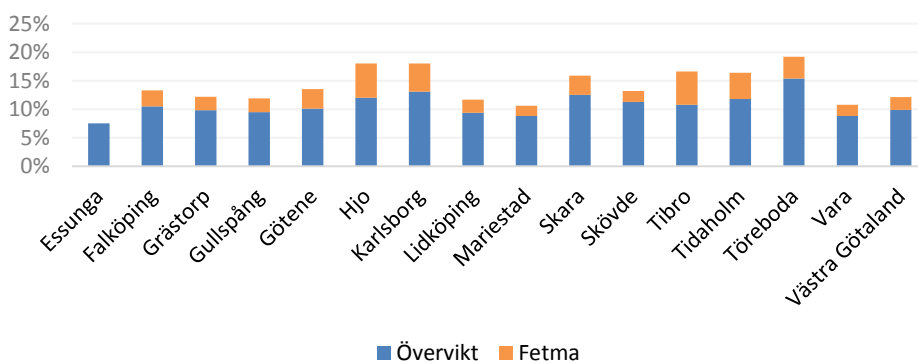


Källa: FTV VGR Öster

Övervikt och fetma

Andelen 4-åringar med övervikt och fetma är högre i Skaraborg jämfört med i Västra Götaland. År 2019 varierade andelen 4-åringar med övervikt mellan kommunerna mellan 8 och 15 procent. Andelen 4-åringar med fetma låg mellan 0 och 6 procent.

Diagram 3. Andel (%) övervikt och fetma hos 4-åringar 2019

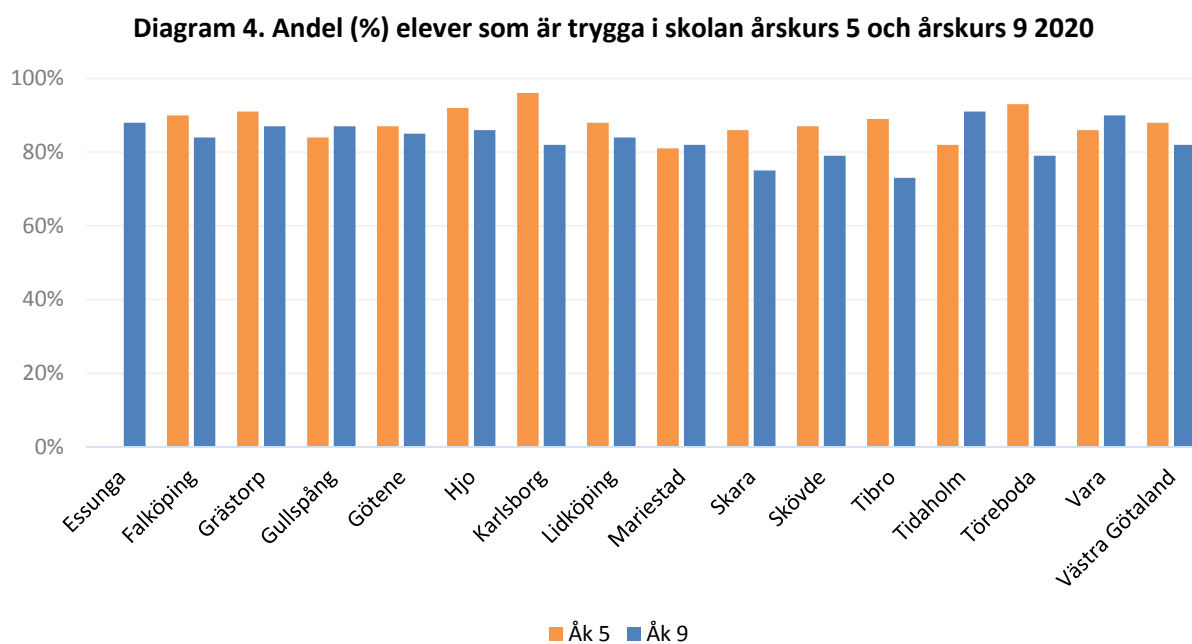


Källa: BHV

Trygghet i skolan

De flesta elever känner sig trygga i skolan. Andelen som känner sig trygga i skolan är generellt lägre i årskurs 9 jämfört med i årskurs 5. Den upplevda tryggheten varierar mellan 73 och 91 procent i kommunerna. I Skaraborg uppger eleverna i årskurs 5 och årskurs 9 generellt en högre grad av trygghet i skolan jämfört med elever i Västra Götaland.

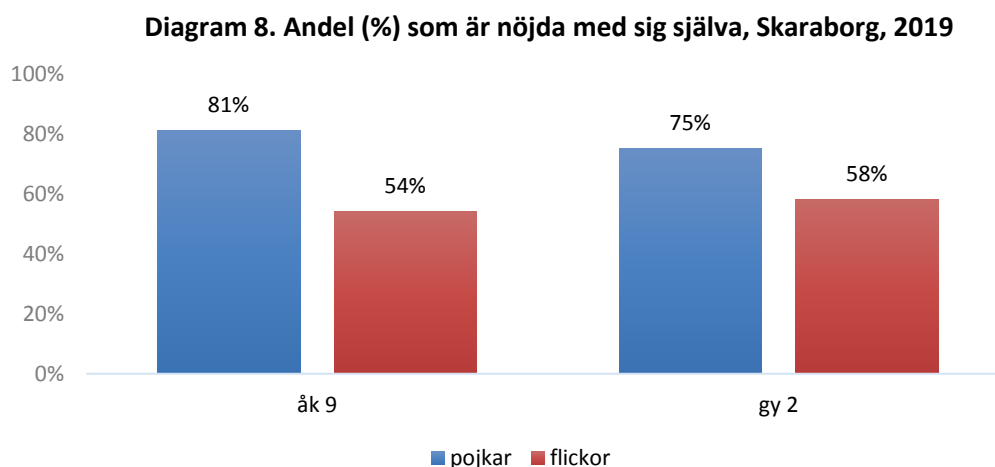
I diagrammet nedan hade Essunga kommun för få svarande elever i årskurs 5 för att resultatet ska kunna visas.



Källa: Kolada

Nöjd med sig själv

Det är fler pojkar än flickor som är nöjda med sig själva. I Västra Götaland uppger 58 procent av flickorna i årskurs 9 samt på år 2 på gymnasiet sammanslaget att de är nöjda eller mycket nöjda med sig själva. Bland pojkarna var det 79 procent som uppgav samma nöjdhet med sig själva.

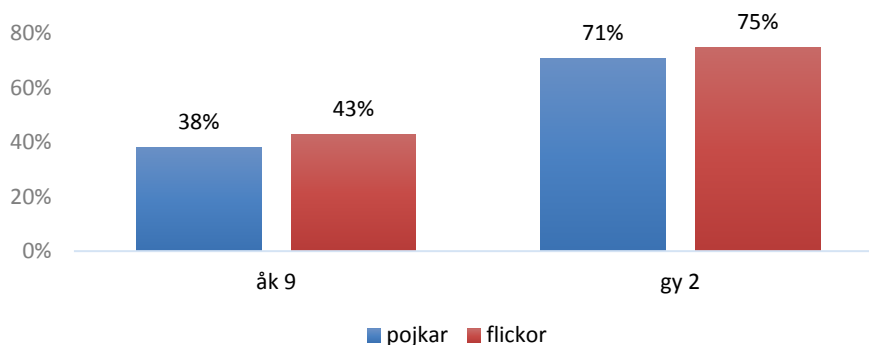


Källa: CAN

Alkoholkonsumtion

Ungdomar i år 2 på gymnasiet uppger att de brukat alkohol i högre grad än ungdomar i årskurs 9. I Skaraborg uppger 43 procent av flickorna och 38 procent av pojkarna i årskurs 9 att de har druckit alkohol minst en gång de senaste 12 månaderna. Jämförande siffror för ungdomar i år 2 på gymnasiet är 75 respektive 71 procent. I Västra Götaland uppger 40 procent av flickorna och 37 procent av pojkarna i årskurs 9 att de brukat alkohol de senaste 12 månaderna. Motsvarande siffror för gymnasiet är 72 procent för flickor och 69 procent för pojkar.

Diagram 5. Andel (%) som brukat alkohol de senaste 12 månaderna, Skaraborg, 2019

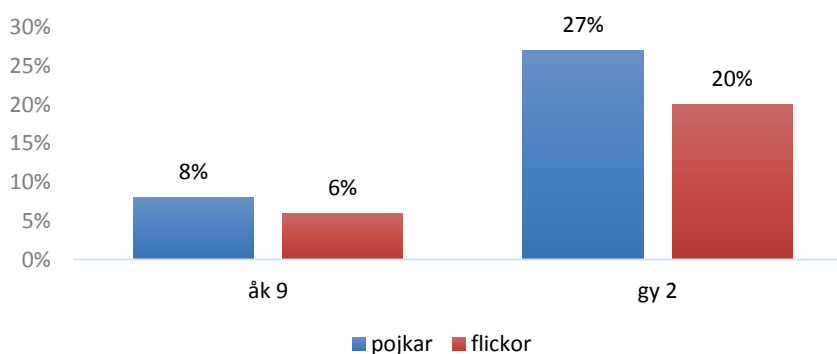


Källa: CAN

Hur stor andel av ungdomar som konsumerar alkohol ger inte hela bilden av ungdomsdrickandet. Det är även viktigt att titta på hur många som dricker på ett riskabelt sätt när de dricker. För att fånga in den grupp som dricker stora mängder alkohol vid enstaka tillfällen används begreppet "intensivkonsumtion". Det definieras som att dricka minst en helflaska vin (eller fyra burkar starköl eller fyra brukar blanddrycker eller sex burkar folköl eller 25 cl sprit) vid ett och samma tillfälle, minst en gång i månaden.

Andelen ungdomar som uppger att de intensivkonsumerar är generellt lägre i årskurs 9 jämfört med år 2 på gymnasiet. Pojkar uppger att de intensivkonsumerar oftare än jämnåriga flickor framför allt på gymnasiet. Likande resultat syns bland ungdomar i Västra Götaland.

Diagram 6. Andel (%) som intensivkonsumerar alkohol, Skaraborg, 2019

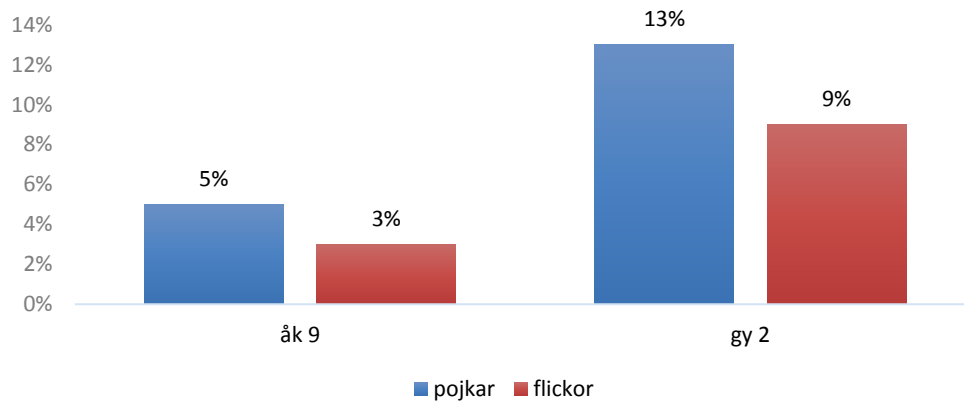


Källa: CAN

Narkotikaerfarenhet

Andelen ungdomar med narkotikaerfarenhet är något större bland pojkar än bland jämnåriga flickor. Gymnasieungdomar uppger att de har narkotikaerfarenhet i högre grad än ungdomar i årskurs 9. I Västra Götaland uppger sex procent av ungdomarna i årskurs 9 och 16 procent i gymnasiets år 2 att de någon gång har använt narkotika. Synen på droganvändning bland ungdomar i Västra Götaland och nationellt är mer liberal än i Skaraborg.

Diagram 7. Andel (%) med narkotikaerfarenhet, Skaraborg, 2019

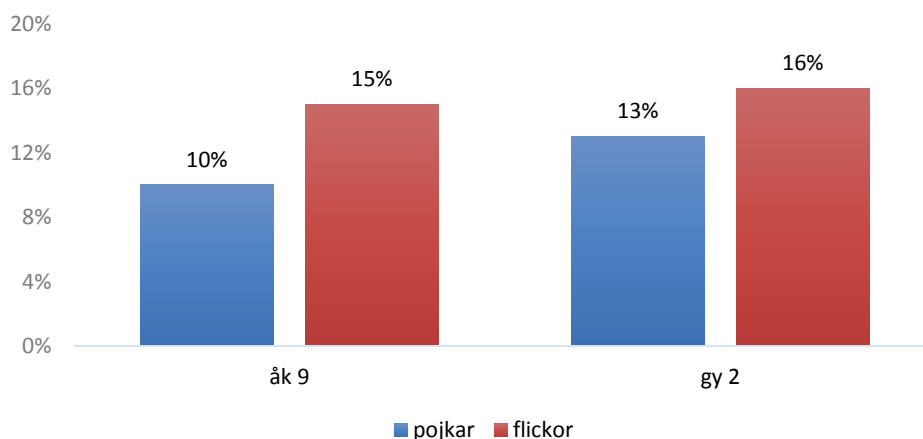


Källa: CAN

Våld och hot om våld i hemmet

Det är fler flickor än pojkar som anger att de har upplevt våld eller hot om våld i hemmet. I Västra Götaland uppger 14 procent av eleverna i årskurs 9 och på år 2 på gymnasiet att de har upplevt våld eller hot om våld i hemmet.

Diagram 9. Andel (%) som upplevt våld eller hot om våld i hemmet, Skaraborg, 2019



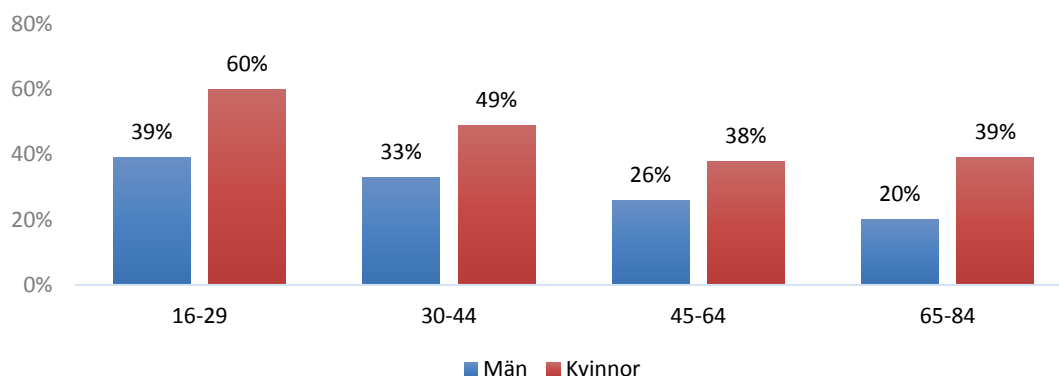
Källa: CAN

Vuxnas hälsa

Psykisk hälsa

Fler kvinnor än män uppger att de har besvär av ängslan, oro eller ångest. Kvinnor i åldersgruppen 16-29 år är de som uppger mest besvär av ängslan, oro eller ångest.

Diagram 10. Andel (%) med besvär av ängslan, oro eller ångest, Skaraborg, 2018

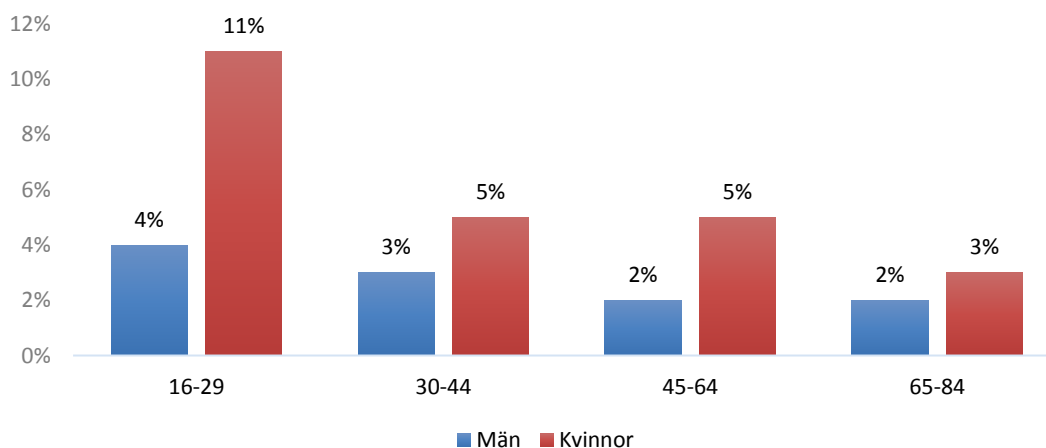


Källa: Hälsa på lika villkor

Suicidförsök och suicid

Suicidförsök begås främst av kvinnor och yngre personer medan suicid främst begås av män och äldre personer. Varje år tar cirka 230 personer i Västra Götaland sitt liv. Omräknat till Skaraborgs befolkning rör det uppskattningsvis sig om totalt 30-40 självmord per år.

Diagram 11. Andel (%) suicidförsök, Skaraborg, 2018

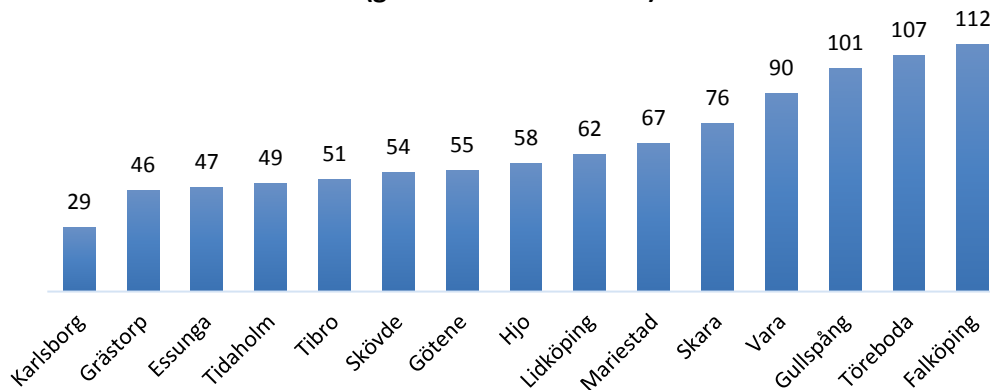


Källa: Hälsa på lika villkor

Våld i nära relation

Enligt BRÅ finns ett stort mörkertal gällande anmälan om brott som begås i nära relation, cirka 80 procent av de brott som begås anmäls inte. Skillnader mellan kommuner kan visa skillnader kring hur man arbetar lokalt med frågan.

Diagram 12. Antalet polisanmälda brott per 100 000. Misshandel, kvinna över 18 år, inomhus av närstående i parrelation (genomsnitt 2017-2019)

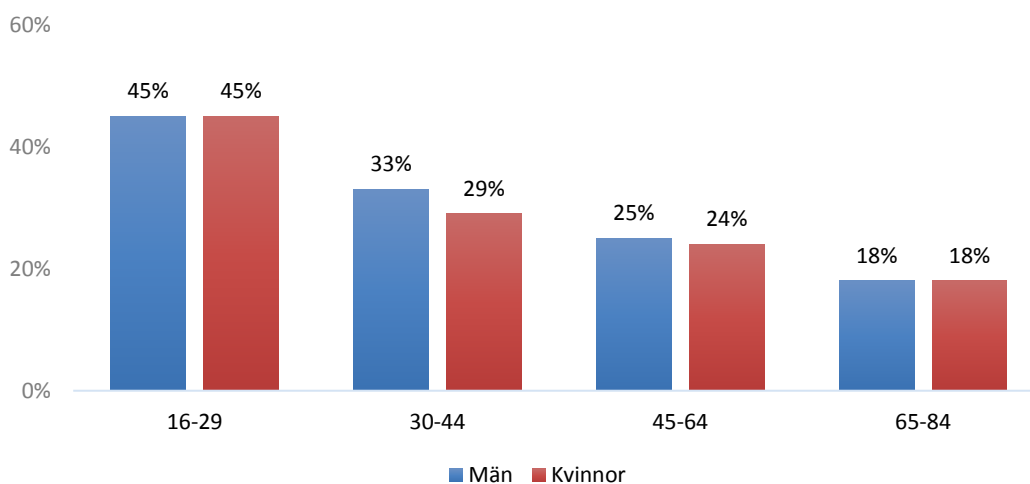


Källa: BRÅ bearbetad av Länsstyrelsen Västra Götaland

Lågt socialt kapital

Socialt kapital definieras här som att man tycker att man i allmänhet kan lita på de flesta människor. Socialt kapital i form av tillit till andra människor har positiva effekter på hälsan både på individ- och samhällsnivå. Åldersgruppen 16-29 år upplever mindre tillit till andra människor än övriga åldersgrupper.

Diagram 13. Andel (%) med lågt socialt kapital, Skaraborg, 2018

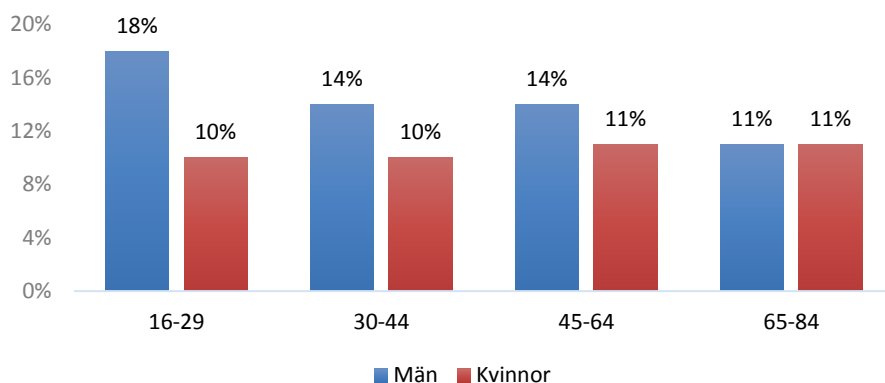


Källa: Hälsa på lika villkor

Avsaknad av emotionellt stöd

Emotionellt stöd redovisas utifrån frågeställningen "Har du någon du kan dela dina innersta känslor med och anförtra dig åt?". Män uppger att de saknar emotionellt stöd i större utsträckning än kvinnor. Männens uppgifter att det emotionella stödet ökar med stigande ålder.

Diagram 14. Andel (%) som saknar emotionellt stöd, Skaraborg, 2018



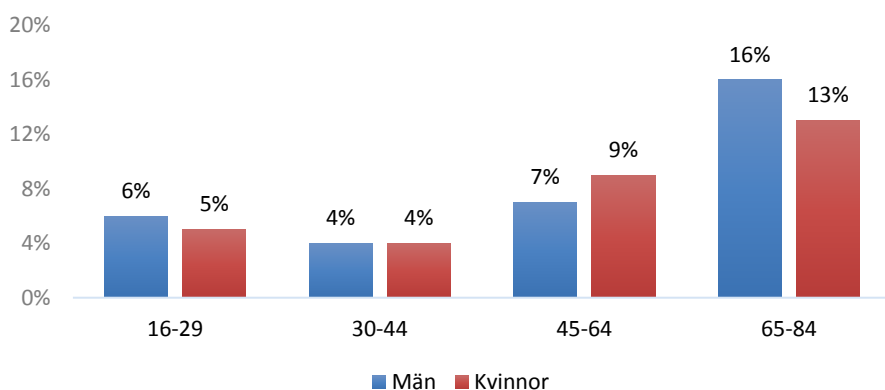
Källa: Hälsa på lika villkor

Social isolering

Relativ social isolering definieras som att en individ inte deltar i aktiviteter så som privata fester, släktsammankomster, sport, andra offentliga tillställningar, religiösa sammankomster, studiecirkel, kurser, föreningsmöten, sociala aktiviteter på internet, besök på teater, bio och konstutställning mm.

Åldersgruppen 65-84 år deltar mer sällan i sociala aktiviteter och bedöms vara mer relativt socialt isolerade i jämförelse med övriga åldersgrupper.

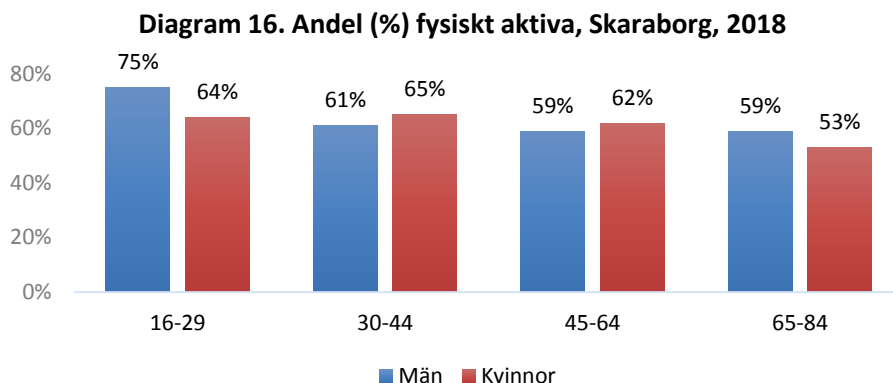
Diagram 15. Andel (%) med relativ social isolering, Skaraborg, 2018



Källa: Hälsa på lika villkor

Fysisk aktivitet

Indikatorn fysisk aktivitet visar hur stor andel av befolkningen som uppger att de uppfyller rekommendationen om 150 minuters fysisk aktivitet per vecka. I åldersgruppen män 16-29 år uppger 75 procent att de uppfyller rekommendationerna om fysisk aktivitet. Med stigande ålder minskar den fysiska aktiviteten för både män och kvinnor.



Källa: Hälsa på lika villkor

Inflytande

I SCB:s medborgarundersökning används det sammanfattande betygsindexet Nöjd-Inflytande-Index (NII) som sammanfattar medborgarnas upplevelse av inflytande i sin kommun. Detta index bygger på fyra frågor om möjligheterna till inflytande i kommunen. Undersökningen har genomförts av SCB sedan 2005 och kommunerna väljer om de önskar delta. Resultatet redovisas som betygsindex 0-100, ju högre värde desto bättre betyg har kommunens medborgare gett sin kommun. Betygsindex under 40 betraktas inte som godkända. Senaste deltagande i undersökningen redovisas i tabellen nedan.

Tabell 6. Nöjd-inflytande-index 2016-2019

Kommun	2019	2018	2017	2016
Essunga				
Falköping				42
Grästorp				53
Gullspång	36			
Götene		42		
Hjo		50		
Karlsborg	43			
Lidköping	47			
Mariestad				
Skara	36			
Skövde	37			
Tibro	41			
Tidaholm	44			
Töreboda		45		
Vara	39			

Källa: Kolada

Källor och vidare läsning

Bokslut

- Folkhälsoguiden, 2020: <https://www.folkhalsoguiden.se/>
- Folkhälsomyndigheten, 2019. *Nationellt handlingsprogram för suicidprevention*: https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/2e7ade7571da420687ce28243ab4fa00/nationellt_handlingsprogram_suicidprevention.pdf
- Folkhälsomyndigheten, 2019. *Skillnader i psykisk ohälsa bland äldre personer*: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/85e04b9f6cde4e8daa2894d389ade1ad/skillnader-psykisk-ohalsa-aldre-personer.pdf>
- Folkhälsomyndigheten, 2020: www.folkhalsomyndigheten.se
- FYSS – Evidensbaserad kunskapsbas, 2020. *Rekommendationer om fysisk aktivitet för äldre*: http://www.fyss.se/wp-content/uploads/2017/09/FYSS-kapitel_FA_aldre_FINAL_2016-12.pdf
- Jämställdhetsmyndigheten, 2020. *Sveriges jämställdhetspolitik*: <https://www.jamstalldhetsmyndigheten.se/>
- Myndigheten för familjerätt och föräldraskapsstöd, 2018. *Nationell strategi för ett stärkt föräldraskapsstöd*: <https://www.mfof.se/foraldraskapsstod/nationell-strategi-for-ett-starkt-foraldraskapsstod.html>
- Regeringen, 2016. *Nationell strategi för att förebygga och bekämpa mäns våld mot kvinnor*: <https://www.regeringen.se/informationsmaterial/2016/11/nationell-strategi-for-att-forebygga-och-bekampa-mans-vald-mot-kvinnor/>
- Regeringen, 2016. *Regeringens proposition 2016/17:188 Nationellt mål och inriktning för funktionshinderspolitiken*: https://www.regeringen.se/49aa12/contentassets/0571a7504d49428292a6ab114e4b0263/nationellt-mal-och-inriktning-for-funktionshinderspolitiken-prop-2016-17_188.pdf
- Regeringen, 2017. *Regeringens proposition 2017/18:249 God och jämlik hälsa – en utvecklad folkhälsopolitik*: <https://www.regeringen.se/rattsliga-dokument/proposition/2018/04/prop.-201718249/>
- Sveriges kommuner och landsting – Uppdrag psykisk hälsa, 2014. *Tidiga listan – börja med barnen*: https://www.uppdragpsykiskhalsa.se/wpcontent/uploads/2015/06/TIDIGA_LISTAN_04nov14.pdf

- Sveriges kommuner och landsting – Uppdrag psykisk hälsa, 2012. *Vänta inte – guide för investeringar i tidiga insatser för barn och unga*:
<https://www.uppdragspsykiskhalsa.se/wp-content/uploads/2015/12/Vanta-inte-tidiga-insatser.pdf>
- Sveriges kommuner och regioner, 2020. *Medborgardialog om komplexa samhällsfrågor. En studie av SKL:s utvecklingsarbete*: <https://webbutik.skr.se/sv/artiklar/medborgardialog-om-komplexa-samhallsfragor.html>
- Unicef, 2020. Barnkonventionen: <https://unicef.se/barnkonventionen/las-texten>
- Unizon, 2020. *Mäns våld mot kvinnor*: <https://unizon.se/mans-vald-mot-kvinnor>
- Uppsala universitet, 2020. *Nationellt centrum för kvinnofrid*: <https://www.nck.uu.se/>
- Vårdsamverkan i Västra Götaland, 2020. *Handlingsplan suicidprevention*:
<https://www.vardsamverkan.se/organisation/pagaende-uppdrag/handlingsplan-suicidprevention/>
- Västkom, 2018. *Handlingsplan för psykisk hälsa 2018-2020*:
<https://www.vastkom.se/download/18.524953f315ee1702b886ec82/1507290927230/Handlingsplan%20psykisk%20h%C3%A4lsa%20i%20V%C3%A4stra%20G%C3%B6taland.pdf>
- Västra Götalandsregionen, 2019. *Indikatoruppföljning Handlingsplan för psykisk hälsa 2018-2019*:
<https://alfresco.vgregion.se/alfresco/service/vgr/storage/node/content/workspace/SpacesStore/94ca9dc8-889e-4afe-b3cb-1eb818098e1f/Indikatoruppfoljning%202019.pdf?a=false&guest=true>
- Västra Götalandsregionen, 2019. *Strategiskt planeringsunderlag för folkhälsa*:
<https://alfresco.vgregion.se/alfresco/service/vgr/storage/node/content/workspace/SpacesStore/47d20cd7-0897-44df-a509-709beb9dee11/Strategiskt%20planeringsunderlag%20för%20folkhälsa%20-%20mars%202019.pdf?a=false&guest=true>
- Västra Götalandsregionen, 2020. *Befolkningsprognos i Västra Götaland 2020-2040*:
<https://app.powerbi.com/view?r=eyJrljoiMGYyZjU2ZGUtZjlmYi00ZGEwLTkwOTQtMjZlZnAxZTdjNjliwidCI6ImZjNjJhMjU1LTQyMjAtNDdINC05YjVhLTQxOGVIZTMxZGE1ZiIsImMiOj9>
- Västra Götalandsregionen, 2020. *Kraftsamling fullföljda studier*:
<https://www.vgregion.se/regional-utveckling/verksamhetsomraden/folkhalsa/kraftsamling-fullfoljda-studier/>

- Västra Götalandsregionen, 2020. *Remiss regional utvecklingsstrategi för Västra Götaland 2021-2030*: <https://www.vgregion.se/regional-utveckling/sa-styrs-regional-utveckling/regional-utvecklingsstrategi/samtal-vastra-gotaland-2030/remissforfarande-for-nasta-regionala-utvecklingsstrategi/>
- Västra Götalandsregionen, 2020. *Var det bättre förr? Regionrapport 2020 – hållbar utveckling i Västra Götaland*:
<https://alfresco.vgregion.se/alfresco/service/vgr/storage/node/content/workspace/SpacesStore/1f2fe529-20da-4a7b-afdb-5532108978cb/Regionrapport%20VGR%202020%20Var%20det%20b%20c%20a4ttre%20f%20c%20b6rr%20VGR-analys%2020-2%20ver.2.pdf?a=false&guest=true>
- Äldre i centrum, 2019. *Aktuell forskning om äldre och åldrande #4/2019, Tema ensamhet*: <https://vibraweb.se/aic/194/>
- Östra hälso- och sjukvårdsnämnden, 2020. *Östra hälso- och sjukvårdsnämndens Mål och riktningar 2020-2022*:
<https://alfresco.vgregion.se/alfresco/service/vgr/storage/node/content/workspace/SpacesStore/04197a08-dcfe-4b85-9251-285146bbdba7/M%20och%20inriktning%20f%20c%20b6r%202018-2020.pdf?a=false&guest=true>

Statistik

All statistik (om inget annat anges i statistikbilagan) är bearbetad av Samhällsanalys i Västra Götalandsregionen och kommer från följande källor.

- Hälsoläget, Västra Götalandsregionen: <https://www.vgregion.se/halsolaget/>
- Kommun- och landstingsdatabasen: www.kolada.se
- Brottförebyggande rådet (BRÅ): <https://www.bra.se/statistik/statistik-utifran-brottstyper/vald-i-nara-relationer.html>