



# Självskattad hälsa 2011-2018

## Vilken betydelse har den självskattade hälsan?

Den uppfattning som en person själv har om hur den mår, så kallad självskattad hälsa, har i forskning visat sig stämma överens med den faktiska hälsan. Hur individen skattar sin egen hälsa sägs även kunna förutspå dennes framtida hälsa. Risken att drabbas av sjukdomar i framtiden är större om individen själv upplever att den mår dåligt. Forskning visar att ungdomar som upplever sig ha dålig hälsa i högre utsträckning även rapporterar lägre allmänt välbefinnande, sämre skolprestationer och större svårigheter att få vänner, jämfört med ungdomar som upplever sig ha bra hälsa.\*

## Hur är den självskattade hälsan hos unga i Sverige?

Utifrån den nationella undersökningen *Skolbarns hälsosvanor* från 2013-2014 anser 96 % av 11-åringarna att de har en bra eller mycket bra hälsa. Bland 13- och 15-åringarna börjar det synas en skillnad bland könen, att det är en större andel pojkar som anser att de har en bra eller mycket bra hälsa.\*\*

Från läsåret 2011-2012 till 2016-2017 har det i Norrbotten varit en negativ trend bland flickor i årskurs 7 och år 1 på gymnasiet och hur de upplever sin hälsa\*\*\*. Liknande tendens visar sig i Västernorrland, att det är flickor i de äldre årskurserna som minskar i andel av de som upplever sin hälsa som bra eller mycket bra\*\*\*\*.

## Var kommer siffrorna ifrån?

Skolsköterskorna i Jämtlands län genomför årligen hälsosamtal med elever i förskoleklass, åk 4, åk 7 och år 1 på gymnasiet. Samtalet förs utifrån ett elevhälsoformulär och det registreras i en länsgemensam databas. Genom samverkan med skolhuvudmännen i länet, kan vi sammanställa data som ger en bild av hur hälsan ser ut bland länets skolelever. Läs mer om Region Jämtland Härjedalens arbete med Hälsosamtalet i skolan på [www.regionjh.se/folkhalsa](http://www.regionjh.se/folkhalsa). Där finns också en mer omfattande länsrapport från läsåret 2015-2016.

\*Blaxter, M. (2004). *Health*. Cambridge: Polity Press. , Burström, B. & Fredlund, P. (2001). Self rated health: Is it as good a predictor of subsequent mortality among adults in lower as well as in higher social classes? *J Epidemiol Community Health*, 55; 836-840., DeSalvo, KB., Fan, VS., McDonell, MB., & Fihn, SD. (2005). Predicting mortality and healthcare utilization with a single question. *Health Services Research*, 40(4): 1234-46. och Piko, BF., & Keresztes, N. (2007). Self-perceived health among early adolescents: Role of psychosocial factors. *Pediatrics International*. 2007;49(5), 577-583.

\*\* Folkhälsomyndigheten. (2014). *Skolbarns hälsosvanor i Sverige 2013/14 - Grundrapport*. Folkhälsomyndigheten.

\*\*\* Region Norrbotten, *Sammanfattning av Elevhälsoamtal i Norrbotten 2016-2017*.

\*\*\*\* Gidlund, A. & Wiklund J. *Y-barns hälsa, självskattad hälsa 2006-2016*. Landstinget Västernorrland.

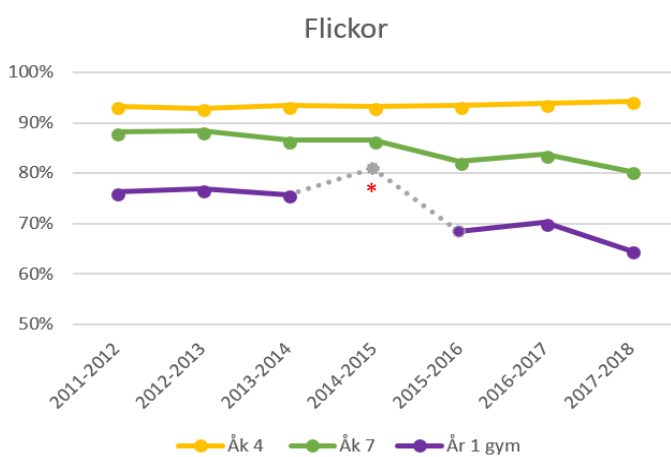
## Hur upplever barn och unga i Jämtland Härjedalen sin hälsa?

Siffrorna som presenteras nedan baseras på drygt 4 300 hälsosamtal per läsår. Resultaten visar att majoriteten av eleverna upplever sin hälsa som god. I förskoleklass har andelen elever med god självskattad hälsa varit på samma nivå ca 95 % från år 2011-2012 till 2015-2016. Från läsår 2016-2017 ligger andelen elever i förskoleklass med god självskattad hälsa på ca 90 % (se definitionsrutan nedan).

I åk 4 och åk 7 har andelen pojkar som uppskattar sin hälsa som god varit ca 95 % under perioden 2011-2018. För flickor i åk 4 har andelen varit på samma nivå och inte tenderat till att varken öka eller minska över tid. Andelen flickor i åk 7 som upplever sin hälsa som god har dock minskat över tid från 88 % under läsåret 2011-2012 till 80 % under läsåret 2017-2018.

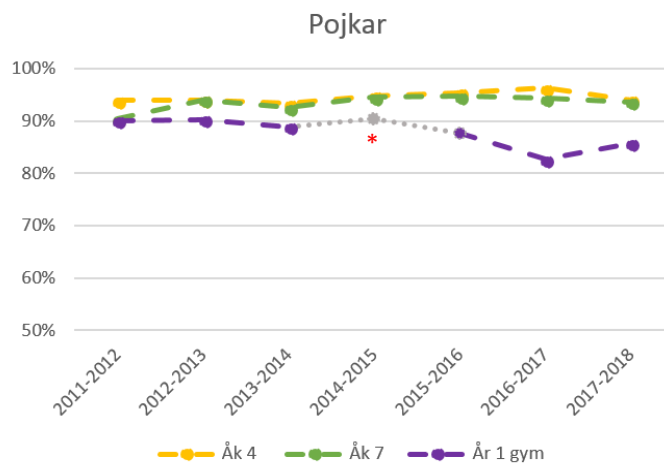
Över tid syns liknande nedåtgående tendens bland flickor år 1 på gymnasiet där andelen minskat med drygt 10 procentenheter till 65 % under läsåret 2017-2018 jämfört med 2011-2012. Under samma tidsperiod har det samtidigt blivit en större andel elever, ca 30 %, som upplever att de mår varken bra eller dåligt under läsåret 2017-2018.

Även bland pojkar som går år 1 på gymnasiet har andelen som upplever att de mår *bra* eller *mycket bra* blivit mindre under läsåret 2017-2018 jämfört med 2011-2012. Minskningen är dock mindre jämfört med flickor under samma period, samtidigt var det en större andel pojkar än flickor skattade sin hälsa som god under läsåret 2011-2012. En antydning till en positiv tendens, att det är en större andel pojkar i åk 7, som uppskattar sin hälsa som god under läsåret 2017-2018 jämfört med läsåret 2011-2012 men den är inte signifikant säkerställd.



**Figur 1. Andel flickor i åk 4, åk 7 och år 1 på gymnasiet med god självskattad hälsa, läsår 2011-2012 till läsår 2017-2018 i Jämtland Härjedalen.**

\* OBS! Endast data från Strömsund, Härjedalen och Åre kommun läsår 2014-2015, totalt ca 70 elever.



**Figur 2. Andel pojkar i åk 4, åk 7 och år 1 på gymnasiet med god självskattad hälsa, läsår 2011-2012 till läsår 2017-2018 i Jämtland Härjedalen.**

\* OBS! Endast data från Strömsund, Härjedalen och Åre kommun läsår 2014-2015, totalt ca 90 elever.

### Hur definierar vi god självskattad hälsa?

Frågan *jag mår* har i elevhälsoformuläret fem svarsalternativ *mycket bra*, *bra*, *varken bra eller dåligt*, *dåligt* och *mycket dåligt*. *Mycket bra* och *bra* räknas som god självskattad hälsa. Inför läsår 2016-2017 reviderades svarsalternativen för förskoleklass till tre stycken *bra*, *okej* och *dåligt*. De som svarat att de mår *bra* har likställts med god självskattad hälsa.