



Folkehelseoversikt Sel kommune, 2018



**Utfordringer, ressurser
og oppsummering status
side 7-19**

Innholdsfortegnelse

1	BAKGRUNN OG LOVGRUNNLAG	4
2	INFORMASJON OM OVERSIKTEN	5
2.1	Prosesser, kilder og statistikk.....	5
2.2	Oppdatering	6
3	UTFORDRINGER, RESSURSER OG OPPSUMMERING AV STATUS... 7	
3.1	Hovedutfordringer - satsingsområder	7
3.2	Helsefremmende og forebyggende tiltak / ressurser i kommunen.....	8
3.3	Oppsummering helsetilstand og påvirkningsfaktorer.....	12
3.4	Påvirkningsfaktorer og utfordringer gravide, barn, unge og familier i Nord-Gudbrandsdal	19
4	HELSETILSTAND OG PÅVIRKNINGSFAKTORER.....	21
4.1	Befolkningssammensetning	21
4.1.1	Befolkningsendringer	21
4.1.2	Befolkningsframskriving	24
4.1.3	Etnisitet	25
4.1.4	Personer som bor alene	26
4.2	Oppvekst- og levekårsforhold	27
4.2.1	Inntekter og utgifter	27
4.2.2	Mottakere av sosialhjelp	29
4.2.3	Arbeidsledighet	30
4.2.4	Sykefravær	31
4.2.5	Uføretrygd og arbeidsavklaringspenger	32
4.2.6	Grunnskole som høyeste utdanningsnivå	34
4.2.7	Frafall videregående skole	35
4.2.8	Barnevern	36
4.3	Fysisk, biologisk, kjemisk og sosialt miljø.....	37
4.3.1	Tilbud i nærområdet og kvaliteter i kommunen	37
4.3.2	Drikkevannskvalitet	38
4.3.3	Trivsel på skolen og krenkende adferd blant ungdom	39
4.3.4	Sosial støtte	43
4.4	Skader og ulykker	44
4.4.1	Sykehusinnleggelser etter ulykker	44
4.4.2	Trafikkulykker	46
4.4.3	Vold	48
4.5	Helserelatert atferd	49

4.5.1	Deltakelse i aktiviteter	49
4.5.2	Tid brukt på ulike medier	50
4.5.3	Tid brukt på lekser	52
4.5.4	Fysisk aktivitet	54
4.5.5	Kosthold	55
4.5.6	Røyk og snus	56
4.5.7	Alkohol og andre rusmidler	57
4.6	Helsetilstand	59
4.6.1	Opplevelse av helse, subjektiv livskvalitet og selvbilde	59
4.6.2	Forventet levealder	60
4.6.3	Diabetes – type 2	63
4.6.4	Hjerte- og karsykdommer	64
4.6.5	Kronisk obstruktiv lungesykdom (KOLS) og astma	68
4.6.6	Smerter	70
4.6.7	Muskel- skjelettlidelser	71
4.6.8	Søvnproblemer, psykiske plager og lidelser	72
4.6.9	Smittsomme sykdommer	76
4.6.10	Antibiotika	78
4.6.11	Kreft	79
4.6.12	Tannhelse	81
5	VEDLEGG	83
5.1	Utarbeidelse av folkehelseoversikten - prosesser	84
5.2	Ungdataundersøkelse i Nord-Gudbrandsdal	85
5.3	Oppdateringer og endringer	85
5.4	Årshjul - oppdatering	87

Der ikke annet er angitt er foto fra hjemmesidene til Sel kommune, 2014-2017 eller «Sel felles».

Folkehelseoversikten i Sel kommune er utarbeidet av koordinator i samfunnsmedisin, NGLMS, Hege Lorentzen i samarbeid med kommunen. Fortløpende oppdatert av kommuneoverlege Therese Renaa, Sel Kommune.

1 Bakgrunn og lovgrunnlag

Folkehelsearbeid er samfunnets innsats for å påvirke faktorer som

- fremmer befolkningens helse og trivsel
- forebygger sykdom, skade eller lidelse
- gir en jevnere fordeling av faktorer som påvirker helsen

dvs. all innsats som bidrar til å utvikle gode lokalsamfunn!

Kommunen skal – i henhold til folkehelseloven og forskrift om oversikt over folkehelsen – ha nødvendig oversikt over helsetilstanden i befolkningen og de positive og negative faktorer som kan virke inn på denne.

Oversikten – heretter kalt folkehelseoversikten - skal

- være skriftlig
- identifisere folkehelseutfordringer og ressurser
- inneholde faglige vurderinger av årsaksforhold og konsekvenser
- utarbeides som et samlet oversiktsdokument hvert fjerde år
- ligge til grunn for det langsiktige systematiske folkehelsearbeidet
- foreligge ved oppstart av arbeidet med planstrategien
- danne grunnlag for fastsettelse av mål og strategier

I tillegg til å utarbeide en samlet oversikt hvert 4. år, skal kommunen ha løpende oversikt over folkehelsen.

Folkehelseoversikten skal bl.a. baseres på følgende:

- Opplysninger som statlige helsemyndigheter og fylkeskommunen gjør tilgjengelig
- Kunnskap fra de kommunale helse- og omsorgstjenestene
- Kunnskap om faktorer og utviklingstrekk i miljø og lokalsamfunn som kan ha innvirkning på befolkningens helse

Folkehelseoversikten skal omfatte opplysninger om og vurderinger av:

- Befolknings sammensetning
- Oppvekst- og levekårsforhold
- Fysisk, biologisk, kjemisk og sosialt miljø
- Skader og ulykker
- Helserelatert atferd
- Helsetilstand



Kommunen skal være særlig oppmerksom på trekk ved utviklingen som kan skape eller opprettholde sosiale helseforskjeller

Dette dokumentet er den skriftlige folkehelseoversikten for Sel kommune. Det ivaretar både kravet om å ha en løpende oversikt over folkehelseutfordringene og kravet til å ha et samlet oversiktsdokument som skal ligge til grunn for det langsiktige folkehelsearbeidet.

Folkehelseoversikten er tilgjengelig for alle kommunens innbyggere på [«NGLMS.no/Samfunnsmedisin og folkehelse/Statistikk/Folkehelseoversikter»](http://NGLMS.no/Samfunnsmedisin_og_folkehelse/Statistikk/Folkehelseoversikter).

2 Informasjon om oversikten

2.1 Prosesser, kilder og statistikk

Statistikk, tabeller og informasjon er hentet fra - eller basert på - tall fra:

- Folkehelseinstituttets statistiksider – kommunehelse og MSIS
- Utdanningsdirektoratet - skoleporten
- NAV
- SSB og kostra
- Kommunen
- UNGDATA

Kildene er angitt i de enkelte tabellene/diagrammene.

Prosesser i forbindelse med utarbeidelse av folkehelseoversikten – bl.a. gjennomføring av «Oversiktsdag» og «Folkehelseverksted» i kommunen er beskrevet i [vedlegg, 5.1](#).

I 2013 og 2014 ble det gjennomført levekårsundersøkelser i kommunene i Nord-Gudbrandsdal. Data fra disse undersøkelsene var med i folkehelseoversikten t.o.m. utgave «Juni 2017» – som er tilgjengelig på «Region felles/Folkehelseoversikter». Lvekårsundersøkelsene er også tilgjengelige på [«NGLMS.no/samfunnsmedisin og folkehelse»](http://NGLMS.no/samfunnsmedisin_og_folkehelse).

I 2018 ble det gjennomført UNGDATA-undersøkelse i Nord-Gudbrandsdal. Det henvises til [vedlegg 5.2](#) for en kort beskrivelse av denne undersøkelsen.

Statistikk og helseoversikter kan ha stor nytteverdi i folkehelsearbeidet, men det er også knyttet store utfordringer til bruk av statistikken og tolkningen av den. *Statistikken gir ofte et grunnlag for undring og spørsmål – heller enn fasitsvar og løsninger.* Et eksempel som viser utfordringene, er statistikk over økende bruk av kolesterolsenkende medikamenter i samfunnet. Dette kan tolkes på flere måter – det kan være flere personer som har høyt kolesterol enn tidligere, men det kan også være at flere med høyt kolesterol blir oppdaget eller at grensene for igangsetting med medikamentell behandling har blitt endret. Det kan også være en kombinasjon av alle faktorene. Statistikken som viser økning av medikamentell behandling gir oss lite informasjon om årsakene til denne økningen. Konklusjoner om årsaker blir ofte tolkninger.

Små kommuner har større utfordringer enn store når det gjelder utarbeidelse og tolkning av statistikk. Det skyldes bl.a. hensynet til personvernet og for lite datagrunnlag. Tilfeldige variasjoner fra år til år kan gi store utslag. Når variasjonene er store, blir det vanskelig å vurdere trender. Av den grunn brukes ofte glidende gjennomsnitt – en middelvei av målinger over flere år. Da vil det være lettere å se trender – noe som oftest er viktigere enn å se på statistikk isolert for et enkelt år. Samtidig er det viktig å huske at et spesielt høyt eller lavt resultat et år, kan gi store utslag i gjennomsnittsverdiene.

For å sammenligne forskjellige kommuner eller se på utvikling over tid, er det viktig å bruke standardiserte verdier - da er det f.eks. tatt hensyn til forskjeller i alders- og kjønns sammensetning. Der verdiene er standardiserte, er det angitt i diagrammene. Det er også viktig å være oppmerksom på at tallverdien i flere av diagrammene ikke begynner på null. Det tydeliggjør forskjellene mellom kommunene, men kan også skape et bilde av at forskjellene er større enn de faktisk er.



For ytterligere statistikk og oversikter vises det til: [nglms.no/samfunnsmedisin og folkehelse/ statistikk](http://nglms.no/samfunnsmedisin_og_folkehelse/statistikk) og [Folkehelseprofiler](#).

2.2 Oppdatering

- Kommuneoverlegen oppdaterer folkehelseoversikten årlig.



3 Utfordringer, ressurser og oppsummering av status

3.1 Hovedutfordringer - satsingsområder

På folkehelseverkstedet 16. april 2015 – med bakgrunn i data fra folkehelseoversikten og egne erfaringer – vurderte deltakerne følgende til å være hovedutfordringer/-satsingsområder i Sel kommune:

Utdanning og arbeidsplasser

Det er behov for å utvikle nye - og styrke - eksisterende kompetansearbeidsplasser for å hindre fraflytting og sikre bærekraftig vekst i Sel kommune. Det forutsetter et økt samarbeid mellom kommunen og næringslivet. Desentraliserte utdanningstilbud og lærlingplasser er viktige satsingsområder. Å være i arbeid er helsefremmende. Utdanning og arbeid er av stor betydning mht sosiale helseforskjeller. Sel kommune – har som landet for øvrig – en gruppe som faller fra utdanning eller ikke kommer inn i eller faller ut av arbeidslivet i kortere eller lengre perioder. (Eks. tilflyttere/ innvandrere, arbeidsledige, innbyggere på arbeidsavklaringspenger, uføretrygdede.) Tiltak som bidrar til å forhindre frafall og uføretrygd eller som bidrar til at en restarbeidsevne kan brukes, er viktige å prioritere. (Eks. arbeidstreningssgrupper.) Forventet endring i alderssammensetningen i kommunen i fremtiden – flere eldre og færre yngre – forsterker nødvendigheten av å redusere frafall fra arbeidet.

Barns oppvekstvilkår - foreldrerollen

God foreldreutøvelse og voksne som ser barnas behov, styrker barnas psykiske helse. Barn trenger bl.a. trygghet, forutsigbarhet og grenser. I dagens samfunn er det viktig at barn og unge får en god balanse mellom bl.a. «skjermtid», sosial omgang, fysisk aktivitet og søvn. Å være foreldre kan være utfordrende. Å bidra til å styrke foreldrene og gi dem trygghet i deres rolle, vurderes til å være en sentral oppgave for kommunen. Det omfatter bl.a. å øke kompetansen hos foreldre når det gjelder samspill, tilknytning, grensesetting, stimulering og mestring. Veiledning til foreldre som ledd i tidlig innsats er en viktig oppgave. Tverrsektorielt samarbeid er en forutsetning for å lykkes i arbeidet.

Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet er helsefremmende - lite fysisk aktivitet kan på sikt føre til livsstilssykdommer. Det er en stor prosent – også i Sel - som er mindre fysisk aktive enn de nasjonale anbefalingene. Det er mange tiltak som kan bidra til å øke nivået av fysisk aktivitet i befolkningen. Sel kommune har gode turområder og mange oppmerkede stier og løyper, men flere gang- og sykkelveier, gatelys og trygge skoleveier kan bidra til at både barn og voksne blir mer fysisk aktive. En styrking av lavterskeltilbudet (for eksempel økonomiske tilskuddsordninger og «utstyrssentraler») og økt bevisstgjøring når det gjelder betydningen av fysisk aktivitet vurderes også som viktig i kommunen.

Psykiske plager og lidelser

Psykiske plager er utbredt blant befolkningen, noe bl.a. bruken av antidepressiva og beroligende medikamenter viser. Komplikasjoner i svangerskap og fødsel, mishandling og traumer i barndom, mobbing, tapsopplevelser og bruk av rusmidler, kan øke risiko for både utbrudd og tilbakefall av psykiske lidelser. Ensomhet og manglende støtte er risikofaktorer for å utvikle psykisk uhelse. Økende press og belastninger, fokus på prestasjoner og utseende og bruken av sosiale medier i dagens samfunn, kan bidra til å øke plagene blant barn og unge. Tiltak som bidrar til å redusere psykiske lidelser - i alle aldersgrupper - vurderes til å være en prioritert oppgave for kommunen.



3.2 Helsefremmende og forebyggende tiltak / ressurser i kommunen

Et tiltak kan bidra positivt i forhold til flere faktorer, men er primært bare ført ett sted. Listen er ikke uttømmende. Forslag til nye tiltak er fra folkehelseverkstedet i april 2015. Etter møte i samordningsgruppa oktober 2017 ble det foretatt noen endringer.

BEFOLKNINGSSAMMENSETNING

Eksisterende tiltak

- ✓ Bygdeutviklingsmidler(kommunen vurderer søknader før videresending til Innovasjon Norges distriktskontor)
- ✓ Desentralisert tilbud høyere utdanning (OPUS, NAV)
- ✓ Flyktningkonsulent
- ✓ Språkopplæring – særskilt for minoritetsspråklige elever
- ✓ Introduksjonsprogram for nyankomne flyktninger
- ✓ Frivilligsentral – et ressurscenter for frivillig innsats i kommunen

Forslag til nye tiltak

- ✓ Bedring av infrastruktur hytteområdene bl.a. internett
- ✓ Dimensjonering av tjenestetilbudet i forhold til innvandrere (vurdere og sikre)
- ✓ Vurdere og ev. iverksette tiltak som sikrer at eldre kan bo hjemme lengst mulig

OPPVEKST- OG LEVEKÅRSFORHOLD

Eksisterende tiltak

- ✓ TIBIR – tidlig innsats
- ✓ Desentralisert tilbud høyere utdanning (OPUS, NAV)
- ✓ Bibliotek med bøker, media og datatjenester gratis til disposisjon for brukerne
- ✓ Oppfølgingstjenesten i Nord-Gudbrandsdal
- ✓ Planer for å sikre overgang barnehage / skole
- ✓ Prosedyre i skolen som skal sikre at begynnende fravær fanges opp tidlig (samarbeid skole og helsestasjon)
- ✓ Fokus på grunnleggende ferdigheter (lesing og matte) – øker mestring og reduserer risiko for frafall
- ✓ Leksehjelpsordning
- ✓ «Alle med i Sel»
- ✓ Ev. kreativ sommerskole – en uke med gratis aktiviteter og mat

Forslag til nye tiltak

- ✓ Legge til rette for sentrumsnære boliger
- ✓ Sikre oppfølging av prosjektet «Alle med i Sel» med bl.a. utstyrsbank og subsidiering av utstyr til deltakere på idrettsarrangement og treningsavgifter (Sees i sammenheng med rapport fra styringsgruppe.)



FYSISK, KJEMISK, BIOLOGISK OG SOSIALT MILJØ

Eksisterende tiltak

- ✓ Turstier, eks. Formokampen lagt til rette av Reiselivet med støtte fra kommunen
- ✓ Turstier lagt til rette ved Sel fjellstyre, nasjonalparker og Sel kommune
- ✓ Rydding av Pilgrimsleden og andre turstier ved Sel historielag
- ✓ Stirydding ved frivillige og tilskudd til oppkjøring av skiløyper
- ✓ Turmeny
- ✓ Ballbinge, kunstgressbane, skatebane, nærmiljøanlegg
- ✓ Badeplass Selsvatn under planlegging/regulering
- ✓ Treningsområde for hunder
- ✓ Aktivitetshus
- ✓ Musikkbinge
- ✓ Internettkafe
- ✓ Frivilligsentralen som møteplass for innbyggerne
- ✓ Småbarnskafè
- ✓ Alle kulturarenaer er universelt utformet
- ✓ Kulturskole
- ✓ Ungdomsmusikal
- ✓ MOT-kommune, felles møte foreldre /elever /MOT informastør på 9. trinn
- ✓ Handlingsplan mot krenkende oppførsel, fokus på positiv samhandling i skolene
- ✓ Sosiallærer gjennomføre samtaler med alle elever på 8. trinn
- ✓ Barseltreff i regi av helsestasjonen
- ✓ Verktøy for arbeid med miljørettet helsevern er utarbeidet
- ✓ Radonkartlegging gjennomført i ca. 300 boliger
- ✓ Det er et mål å ha folkehelseperspektiv i alt planarbeid
- ✓ Ungdomsmedarbeider: skal bl.a. etablere ungdomsgruppe med ansvar for klubb
- ✓ [Rundt 140 frivillige lag og organisasjoner i kommunen](#)



Forslag til nye tiltak

- ✓ Flere arenaer / sosial møteplasser som motvirker sosial isolasjon og ensomhet
- ✓ Øke fokus på kommunes fortrinn - utnytte lokale naturgitte forhold
- ✓ Øke kollektiv transport tilbudet (lokalruter)

SKADER OG ULYKKER



Eksisterende tiltak

- ✓ Beredskapsplan og handlingsplan for beredskapsarbeid revideres årlig
- ✓ Årlig rullering av trafikksikkerhetsplan
- ✓ Fallforebyggende treningsgruppe for eldre (fysioterapien)
- ✓ Fallforebyggende og brannforebyggende brosjyrer i tillegg til brosjyre som kan brukes ved kriser
- ✓ Fokus på brannforebygging ved hjemmebesøk hos eldre
- ✓ Samtaler hos helsesøster med tema forebygging av ulykker
- ✓ Trygt hjem for en 50-lapp (drosjeordning ungdom)
- ✓ Natteravnsordning



HELSERELATERT ATFERD

Eksisterende tiltak

- ✓ Gågrupper, trillegruppe, seniordans, det lille ridderrenn
- ✓ «Høgt og lågt i Sel», samarbeid mellom fysioterapitjenesten og helsestasjon
- ✓ IA plan for fysisk aktivitet, turer og uteaktiviteter, FYSAK- registrering - Ottabragden barnehage
- ✓ FYSAK, aktivitetsdager, kroppsøving, arbeid med sunne levevaner – Otta ungdomsskole
- ✓ Fysisk aktivitet (som også gir sosial trening) i hverdagen i skolene
- ✓ Sunne alternativ i kiosker ved kommunale arrangementer
- ✓ Ammekyndige helsestasjoner
- ✓ BRA MAT kurs
- ✓ Utkjøring av varm mat til eldre
- ✓ Røykeforbud i kommunen

Forslag til nye tiltak

- ✓ Flere gang- og sykkelveier og gatelys

HELSETILSTAND

Eksisterende tiltak

- ✓ Svangerskapskontroll - jordmor eller lege med bl.a. fokus på psykisk helse
- ✓ Hjemmebesøk - jordmor eller helsesøster
- ✓ Rådgivende samtaler / helseundersøkelser - helsestasjon og skolehelsetjeneste
- ✓ Barselgrupper på indikasjon (støtte foreldreferdigheter) - helsestasjon som trekker inn andre fagpersoner avhengig av tema
- ✓ Gruppesamtaler i grunnskolen - skolehelsetjenesten
- ✓ Helsestasjon for ungdom
- ✓ Skole og barnehage inngått samarbeid med Lions Otta – opplæring gitt i «Det er mitt valg» til barnehageansatte og lærere 1.- 4. trinn
- ✓ Tidlig innsats for barn utsatt for risiko (rus, vold, depresjon) - helsestasjon, fysioterapitjenesten og barnevern
- ✓ KVELLO-metoden – barnehager, helsestasjon, fysioterapitjenesten, barnevern
- ✓ EPDS-kartleggingsamtaler – helsestasjon inkl. jordmor
- ✓ Barnevaksinasjonsprogram - helsestasjon
- ✓ Vaksineringsprogram for utsatte grupper, reisevaksineringsprogram og yrkesvaksineringsprogram - helsestasjon
- ✓ Smittevernarbeid
- ✓ Frisklivssentral som arbeider med «hele mennesket»
- ✓ Prosjekt rettet mot innvandrere og barselgrupper i regi av fysioterapeut
- ✓ Helseuke på voksenopplæringen

Forslag til nye tiltak

- ✓ (Øke) fokus på medikamentbruk og sykeliggjøring



Foto: Anne Kjersti Sørhaugen

3.3 Oppsummering helsetilstand og påvirkningsfaktorer

Det henvises til kapittel 4 for kilder, utfyllende opplysninger, diagrammer/tabeller og ytterligere statistikk.

BEFOLKNINGSSAMMENSETNING

Befolkningsendringer

- Folketall: Gradvis tilbakegang. 708 færre innbyggere i 2018 enn 1986. Pr. 1. jan. 2018: 5872 innbyggere – en nedgang på 44 fra året før.
- Nettoinnflytting: Det flytter flere personer fra kommunen enn til kommunen..
- Fødsler: 51 fødte i 2017.

Befolkningsframskriving 2040 (SSB)

Det forventes en reduksjon av innbyggertallet fra 5935 i 2016 til 5689 i 2040. Befolknings sammensetningen endrer seg ved at det blir færre barn og unge under 20 år, og flere eldre.

Etnisitet

Innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldre: 394 personer i 2018 – dvs. 6,7 % av innbyggerne sistnevnte år. Til sammenligning er 14% av den totale befolkningen i Norge innvandrere eller har to innvandrerforeldre. Innvandrerne til Sel Kommune kommer hovedsakelig fra Eritrea, Somalia, Polen og Litauen.

Personer som bor alene

38 % av husholdningene var alenehusholdninger i 2018. 1013 personer, ca 17% av kommunens befolkning bor alene.



OPPVEKST- OG LEVEKÅRSFORHOLD

Inntekter og utgifter

- Lavinntekthusholdninger: Mindre svingninger, gradvis stigning. 13,4 % - 778 personer - i 2016. I aldersgruppen 0-17 år var den 15,7 % - 180 barn og unge - samme år.
- Ungdata 2018: 2 % av ungdomsskoleelever oppga at familien har hatt dårlig råd hele - eller stort sett hele - tiden

Mottakere av sosialhjelp

Relativt stabil etter 2002. 240 personer (4,1 % av innbyggerne) 18-66 år i 2016.

Arbeidsledighet

77 personer var registrerte som helt arbeidsledige i Sel Kommune november 2017.

Sykefravær (legemeldt)

Det er små variasjoner fra år til år, ligger rundt 5%.

Uføretrygd og arbeidsavklaringspenger

- Uføretrygd: Mindre svingninger i aldersgruppen 18 t.o.m.66 år etter 2002, noe stigning de siste årene. 10,7 % i 2014-2016 (årlig gj.snitt), dvs. 459 personer. 68 av disse var yngre enn 44 år.
- Arbeidsavklaringspenger: Gradvis nedgang de siste årene. 5 % - dvs. 181 av innbyggerne - i 2014-2016 (årlig gjennomsnitt).

Grunnskole som høyeste utdanningsnivå

Gradvis nedgang etter 1996, noe økning siste årene. 22,7 % mellom 30 og 39 år i 2016.

Frafall videregående skole

Relativt stabilt, men med noe nedgang etter 2008. 20 % - ca. 18 elever - i 2014-2016 (årlig gjennomsnitt). Frafallet varl høyest (37 %) for de med foreldre med bare grunnskoleutdanning og lavest (19 %) for de med foreldre med universitets-/høyskoleutdanning - tall fra 2013-2015.

Barnevern

5 års glidende gj.snitt viser en gradvis økning i antall barn som har hatt undersøkelse eller tiltak i barnevernet. I 2001 var det 46 og i 2016 125 barn.



Foto: Ane Holen Lorentzen

FYSISK, KJEMISK, BIOLOGISK OG SOSIALT MILJØ

Tilbud i nærområdet og kvaliteter i kommunen

Ungdata 2018: følgende andel sa det var svært eller nokså bra

- Lokaler der de kan treffe andre unge på fritida: 19 %
- Tilbud til ungdom er når det gjaldt idrettsanlegg: 71 %
- Kollektivtilbudet: 31 %
- Kulturtilbud (kino, konsertscene, bibliotek e.l.) til ungdommen: 62%



Ungdata 2018 - trivsel og trygghet:

- 63 % trivdes godt eller svært godt i nærområdet der de bodde.
- 8 % trivdes dårlig eller svært dårlig der de bodde.
- 90 % opplevde det som trygt å ferdes i nærområdet der de bodde.

Drikkevannskvalitet

100 % tilfredsstillende analyseresultater i 2015. Dette er tall fra de kommunale vannverkene. Det er en del innbyggere i kommunen som får drikkevann fra egen brønn, og vi mangler tall på drikkevannskvaliteten fra private brønner.

Trivsel på skolen og krenkende adferd blant ungdom

Opplevelse av trivsel:

- Score skoleporten 2017/2018: 4,2 på 7. og 3,8 på 10. trinn (Skala 1-5, 5 beste verdi)
- Ungdata 2018: 59 % 8.-10.trinn var helt/ litt enig at de trivdes på skolen.

Krenkende adferd:

- Ungdata 2018: 8.-10.trinn: 10 % utsatt for plaging/trusler/utfrysning minst hver 14. dag på skole eller i fritid. 2 % oppgir å selv plage/tru eller fryse ut andre.
- 7 % har opplevd sårende kommentarer på nett eller mobil.

Sosial støtte

Ungdata 2018:

- 95 % hadde helt sikkert eller trodde de hadde minst en venn som de kunne stole fullstendig på og betro seg til om alt mulig. 5 % trodde ikke de hadde det – eller hadde ingen de ville kalle venner da de svarte på undersøkelsen.
- 17 % hadde vært veldig eller ganske mye plaget med ensomhet i løpet av siste uke.

SKADER OG ULYKKER

Sykehusinnleggelser etter ulykker

- 90 personer innlagt i årlig gj.snitt 2013-2015.
- 19 av innleggelsene skyldtes hoftebrudd og 11 hodeskader.

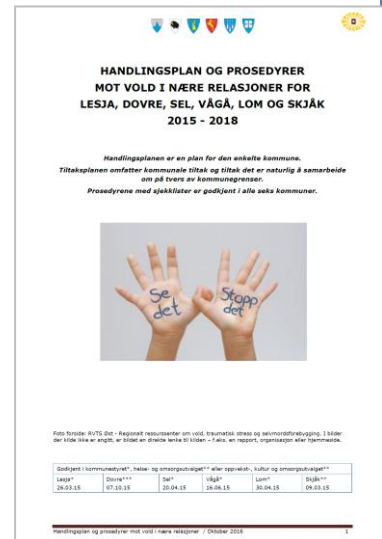
Trafikkulykker

- 13 dødsulykker i Sel kommune 1999-2016
- 301 skadet i samme periode
- 10 skadet i Sel i 2016
- 0 dødsulykker i regionen i 2016
- Juni er den måneden som er mest ulykkesutsatt

Vold

Ungdata 2018, minst en gang siste åretl:

- 7 % utsatt for trusler om vold
- 28 % vært i slåsskamp
- 10 % sår eller skader pga vold uten at de trengte legebehandling
- 17 % slått uten synlige merker



HELSERELATERT ADFERD

Deltakelse i aktiviteter

2018:

- 64 % var med, men 13 % hadde ikke vært med i en organisasjon/klubb/lag/ forening etter de fylte 10 år.
- 41 % hadde vært med på fem eller flere aktiviteter i idrettslag siste måned: 7 % hadde deltatt mer enn fem ganger i kulturskole/musikkskole.
- 19 % hadde vært med på fritids-/ungdomsklubb/-hus en gang eller mer siste måned.
- 9 % hadde drevet med musikk minst to ganger siste uke.

Tid brukt på ulike medier

2018, tid på skjerm (TV, data, nettbrett, mobil) daglig utenom skoletid:

- Mindre enn 1 time: 4 %
- 1-2 timer: 10 %
- 2-3 timer: 19 %
- 3-4 timer: 30 %
- Mer enn 4 timer: 37 %

Det var langt flere jenter enn gutter som brukte mye tid på sosiale medier og omvendt når det gjaldt dataspill.

FORTS. HELSERELATERT ADFERD

Tid brukt på lekser

Ungdata 2018, gjennomsnittlig tid per dag (utenom skoletida):

- Mindre enn ½ time: 20 %
- ½-1 time: 40 %
- 1-2 timer: 28 %
- Mer enn 2 timer: 13 %

43 % av ungdomsskoleelevene følte seg ofte eller svært ofte stresse av skolearbeidet, men bare 41% brukte mer enn en time på lekser.

Fysisk aktivitet

Ungdata 2018: 60 % var fysisk aktive (svette eller andpustne) mer enn 3 ganger i uken, 21 % 3 ganger i måneden eller sjeldnere.

Kosthold

Ungdata 2018:

- 72 % spiser grønnsaker og salater mer enn 2 ganger i uken
- 57% spiser godteri mer enn 1 gang i uken
- 40 % drakk energidrikk minst en gang hver uke og 6 % mer enn 3 ganger i uken.

Røyk og snus

- Røyking blant kvinner ved start av svangerskapet nedgang etter 2003. 12 % i 2015 (5 års glidende gj.snitt).
- Ungdata 2018: 2% av ungdomsskoleelevene røyker daglig/ukentlig, 4% snuser daglig/ukentlig.

Alkohol og andre rusmidler

Ungdata 2018:

- 19 % av ungdomsskoleelevene hadde drukket så mye at de hadde følt seg tydelig beruset en gang det siste året.
- 7 % hadde drukket så mye at de hadde følt seg tydelig beruset mer enn 6 ganger det siste året.

2015*, regionale tall:

- 11 % hadde vært passasjerer hos en sjåfør som hadde drukket alkohol.
- 3 % hadde selv kjørt moped/annet motorisert kjøretøy etter å ha drukket alkohol.
- 1 % hadde brukt hasj minst en gang siste 12 måneder.
- 6 % hadde brukt dopingmidler minst en gang siste 12 måneder (en liten prosent 6 ganger eller mer).

HELSETILSTAND

Opplevelse av helse, livskvalitet og selvbilde

Ungdata 2018:

- 70 % var svært eller litt fornøyd med helsen.
- 62 % var stort sett fornøyd med seg selv.
- 32 % var ofte skuffet over seg selv.

Flere gutter enn jenter var fornøyd med seg selv og helsen.

Forventet levealder

83,7 år for kvinner og 79,6 år for menn i årlig gj.snitt i perioden 2002-2016.

For personer med hhv grunnskole som høyeste utdanning og alle med videregående: 77 år / 79,8 år for menn og 83,2 år / 84,8 år for kvinner (86,4 for kvinner med universitet eller høyskole) i årlig gj.snitt i perioden 2001-2015.

Diabetes (sukkersyke)

Gradvis økning i bruk av legemidler mot diabetes type 2 fra 2007 til 2016, 136 personer (30-74 år), årlig gj.snitt 2014-2016.

Hjerte- og karsykdommer

- Gradvis økning i bruk av medikamenter fra 2007 til 2016. 956 personer (0-74 år), årlig gj.snitt 2014-2016.
- Økning i bruk av kolesterolsenkende medikamenter fra 2007 til 2016. 650 personer (0-74 år), samme periode som over
- 768 personer (0-74 år) hos fastlege / legevakt, årlig gj.snitt 2014-2016.
- 110 dag-/døgnbehandlinger i spesialisthelsetjenesten, årlig gj.snitt 2013-2015.
- Gradvis reduksjon i dødelighet fra 1999 til 2015. Ca. 3 personer i årlig gj.snitt 2006-2015.

Kronisk obstruktiv lungesykdom (KOLS) og astma

- Totalt noe økning i bruk av medikamenter mot kronisk obstruktiv lungesykdom og astma fra 2007 til 2016. 287 personer (45-74år), årlig gj.snitt 2014-2016.
- 11 innleggelser (alder over 45 år) i spesialisthelsetjenesten årlig gj.snitt 2013-2015.

Smerter

- Relativt stabil bruk av smertestillende medikamenter på resept fra 2007 til 2016. 1171 personer (0-74 år), årlig gj.snitt 2014-2016.

Ungdata 2018: 19 % brukte reseptfrie medikamenter minst en gang hver uke, men ikke daglig. 2 % brukte det daglig.

Muskel- skjelettlidelser

1776 personer (0-74 år) var hos fastlege, legevakt, fysioterapeut eller kiropraktor, årlig gj.snitt 2014-2016.



Foto: Vidar Heitkøtter/GD 272-11

FORTS. HELSETILSTAND

Søvnproblemer, psykiske plager og lidelser

- 440 personer (0-74 år) brukte antidepressiva eller antipsykotika, 2014-2016 (årlig gj.snitt)
- 495 personer brukte sovemidler eller beroligende midler, samme periode og aldersgruppe som over
- 770 personer (0-74 år) i kontakt med fastlege/legevakt, årlig gj.snitt 2014-2016.
- Ungdata 2018: 9 % hadde vært «ganske mye plaget» eller «veldig mye plaget» av følgende siste uken: Følt at alt er et slit, hatt søvnproblemer, følt seg ulykkelig, trist eller deprimert, følt håpløshet med tanke på framtida, følt seg stiv eller anspent og bekymret seg for mye om ting. Det var flere jenter enn gutter som var plaget.
- Ungdata 2018: 1 8% hadde vært veldig eller ganske mye plaget med søvnproblemer siste uken.

Smittsomme sykdommer

Vaksinasjonsdekning for barn 2 og 9 år var mellom 90 % 96 %.

Totalt sett få meldinger om smittsomme sykdommer til Folkehelseinstituttet, unntaket er genitale chlamydiainfeksjoner (14-20 tilfeller årlig, men 27 i 2016.)

Antibiotika

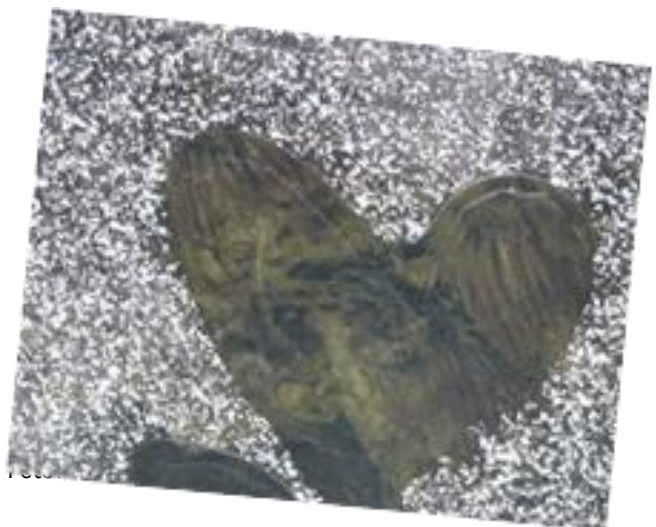
Svingninger fra år til år mht antibiotikaresept, men totalt sett en nedgang fra 2005 til 2016.

Kreft

Gradvis økning i antall nye krefttilfeller, 42 nye tilfeller i årlig gj.snitt 2006-2015. Mindre svingninger i kreftdødelighet fra 1999 til 2015, men obs svært små tall og vanskelig å sammenligne. Ca. 7 i årlig gj.snitt 2006-2015.

Tannhelse

78 % av 5-åringene, 63 % av 12-åringene og 19 % av 18-åringene hadde ikke hatt behov for fyllinger i 2016.



3.4 Påvirkningsfaktorer og utfordringer gravide, barn, unge og familier i Nord-Gudbrandsdal

Dette notatet er utarbeidet av helsesøstre og jordmødre i Lesja, Dovre, Sel, Vågå, Lom og Skjåk i samarbeid med koordinator i samfunnsmedisin i Nord-Gudbrandsdal i oktober 2016. (Andre oppdatering etter 2012)

Helsesøstrenes og jordmødrenes opplevelse er at veldig mange barn og unge har gode oppvekstvilkår i kommunene i Nord-Gudbrandsdal.. En generell utfordring ser ut til å være at det er store sosiale forskjeller i regionen – som ellers i landet. Det er viktig å prioritere helsefremmende og forebyggende tiltak som reduserer – og ikke øker - disse forskjellene. Oppsummeringen i dette notatet er et uttrykk for helsesøstrenes og jordmødrenes opplevelser av utfordringene. Omfanget av utfordringene varierer fra kommune til kommune. Pga små forhold er vanskelig med en oppsummering for hver enkelt kommune.

Graviditet og fødsel

- Lavere toleranse for plager i graviditeten kan medføre hyppigere sykmeldinger. Samtidig er det også gravide som presser seg langt i krevende yrker.
- Psykiske plager som angst, nedstemthet og depresjon ser ut til å være i økning eller det er mer åpenhet om plagene - ev. en kombinasjon. Plagene kan bl.a. være relatert til forventninger om at "alle skal være glade og flinke", konkurranse om å være flinkest i forhold til fødsel og amming, selvbilde og parforhold.
- En tendens til økende vekt hos gravide kan være en utfordring når det gjelder både mor og barnets helse.
- Bruk av internett og sosiale medier gir lett tilgang på mye informasjon – også ukritisk og feil informasjon - som kan oppleves skremmende.
- Mange gravide kan ha lite sosialt nettverk.
- Det oppleves som en stor utfordring å gi god nok omsorg og helsehjelp til flyktninger, asylsøkere og andre fremmedspråklige pga språkbarriere og kulturforskjeller i tillegg til deres ev. tidligere traumer, fysiske og psykiske plager.

Samspill, utvikling og grensesetting

- Mye besøk rett etter fødsel, stor sosial omgang, for mange tilbud til småbarnsforeldre, tidspress i familien, utarbeidende foreldre med stor arbeidsbelastning og støy/uro gjennom TV/pc/sosiale medier er faktorer som kan gi utfordringer i samspill barn/foreldre.
- Økt fokus på sikkerhet kan føre til at foreldre legger begrensninger i barnas livsutfoldelse.
- Når foreldre opplever at det er synd på barna tøytes grensene for barna. Det kan også være kompensasjon for dårlig samvittighet og lite overskudd etter f.eks. samlivsbrudd. For å unngå konflikter kan foreldre lettere gi etter for press fra barna. Bruk av data/pc/tv er et område der grensesetting ser ut til å være utfordrende for foreldre.

Sosiale miljøer og nettverk

- Familier kan være mer sårbare nå enn tidligere på grunn av økt flytting, samlivsbrudd og familiestrukturer som er i stadig endring.
- Det kan være utfordringer i forhold til integrering av tilflyttere som blir større når en av foreldrene er hjemmeværende og barna ikke begynner i barnehagen.
- Stigmatisering av familier i små samfunn kan være en sosial utfordring.
- Noen barn og unge kan ha mindre foreldrekontakt i dag enn tidligere pga mangel på fysisk og/eller psykisk nærvær. Årsaker kan bl.a. være sosiale medier, bruk av mobiltelefon, forhold i arbeidssituasjon, fritidsaktiviteter og endring av samfunnsstruktur.
- Det kan være vanskelig å få avlastning / bistand i hjem der det er behov for det. Det er mangel på besøkshjem, men også gode ordninger på hjelp i hjemmet.

Søvn

- Det er en rekke problemer relatert til søvn – både hos barn og voksne – bl. a. fordi foreldrene har andre forventninger til søvnrutiner nå enn tidligere. Det forventes ofte at spedbarn skal sove hele natten, noe som ikke er i tråd med anbefaling om nattamning.
- Mange foreldre opplever manglende søvn over tid som en hovedutfordring i det å være småbarnsforeldre.
- Etter samlivsbrudd kan endret døgnrytme ved helgesamvær/bytte mellom bosted føre til uregelmessig søvn.
- Økt bruk av pc/tv/sosiale medier kan være utfordrende med tanke på leggerutiner og nok søvn

Psykisk helse inkludert rus

- Det ser ut til å være en tendens til mer stressrelaterte plager hos noen barn/unge som deltar i for mange aktiviteter – «er alltid på farten».
- Uro og konsentrasjonsproblemer sees hos en rekke barn - og settes bl.a. i sammenheng med nettverdenen og mange inntrykk, tap av nære relasjoner, samlivsbrudd og konflikter mellom foreldrene.
- Dårlig trivsel og psykiske plager er en utfordring for en rekke barn og unge. Det kan skyldes mobbing på skolen og på nett, utestengning, ensomhet, tap, vanskelige forhold i familien som rus og vold. Et høyere krav til teoretisk kunnskap i skolen og mindre praksisfag kan også være belastende i tillegg til mer konkurranse i hverdagen (for eksempel i forhold til hvor mange som liker deg og dine innlegg på nett).

Fysisk aktivitet, kosthold og vekt

- Kortere barselopphold kan føre til problemer med å få en god start på og for å lykkes med amming. Det er i tillegg en del feilinformasjon om amming fra nettet, familie og venner. Kulturforskjeller kan også være en årsak til at barn ikke blir ammet.
- Lett tilgang på usunn mat utgjør en generell helserisiko. I kombinasjon med mindre fysisk aktivitet fører det til overvekt. Lange avstander og manglende tilrettelegging med gang/sykkelveg kan være en årsak til at barn ikke går/sykler til og fra skole/aktiviteter.
- Selv om lite fysisk aktivitet er en utfordring for mange barn og unge, ser det også ut til å være mange som trener mye innenfor idretter der det ikke er tilstrekkelig fokus på skadeforebygging og variert trening. Det kan gi økt risiko for overtrening og belastningsskader.
- Det er generelt for mye fokus på kropp og vekt i samfunnet som kan forstyrre kroppsbilde / selvfølelsen.
- Kulturforskjeller i forhold til vektlegging av fysisk aktivitet.



Foto: H. Lorentzen

4 Helsetilstand og påvirkningsfaktorer

Dette kapitlet omfatter helsetilstand og påvirkningsfaktorer (blå rammer) for befolkningen i Sel kommune, med bl.a. begrunnelse for valg av indikator, analyse av årsaker og konsekvenser (grønne rammer). Helsefremmende og forebyggende tiltak i kommunen – som også er påvirkningsfaktorer – er beskrevet i kapittel 3.

4.1 Befolkningssammensetning

4.1.1 Befolkningsendringer

Folketallet i Sel kommune har vært i gradvis tilbakegang i mange år. Etter 1986 har det blitt 662 færre innbyggere i kommunen. Pr. 1. januar 2017 var det 5916 innbyggere i Sel – en nedgang på 19 fra året før.

Det var samtidig totalt 18841 innbyggere i de seks kommunene i Nord-Gudbrandsdal, en nedgang på 2888 personer etter 1986.

Det har stort sett vært liten differanse mellom inn- og utflytting i Sel de siste årene frem til 2016.

Antall levendefødte pr. år de siste 10 årene har vært mellom 38 og 62. Det var 43 i 2016. Årlig gjennomsnitt de siste 10 årene er 53. I Nord-Gudbrandsdal har det vært mellom 141 og 164 levendefødte hvert år de siste fem årene.

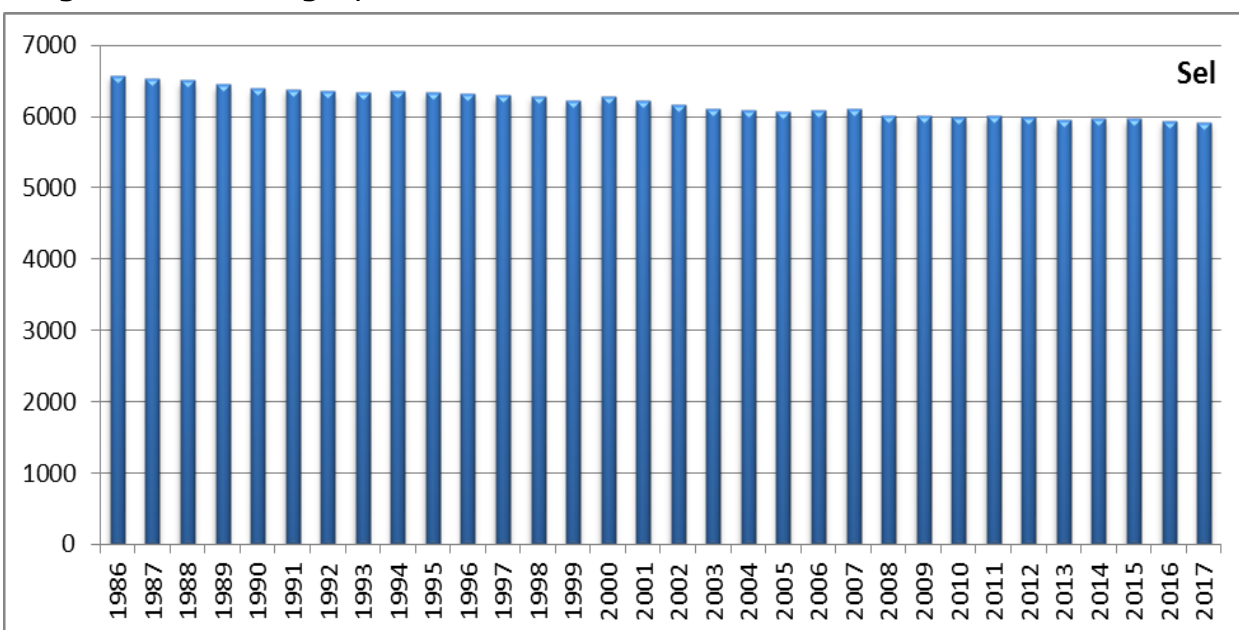
Befolkningsutvikling blir generelt sett vurdert som en viktig indikator for regional utvikling. Ønsket om befolkningsvekst har sammenheng med flere forhold bl.a. kommunens inntektsgrunnlag og tilgang på arbeidskraft.

Utflytting: Utdanning (videregående og høyere utdanning), etablering av familie, pensjonister flytter dit barn/barnebarn etablerer seg, ikke nok arbeidsplasser (for hele familien), høy terskel for å prøve å etablere nye virksomheter, fagmiljø, behov for et større miljø, ønske om å være mindre synlig, lite mangfold i tjenestetilbud i forhold til større steder.

Årsaker til tilflytting: Økt innvandring, tilknytning, gode oppvekstvilkår, natur, friluftsliv.

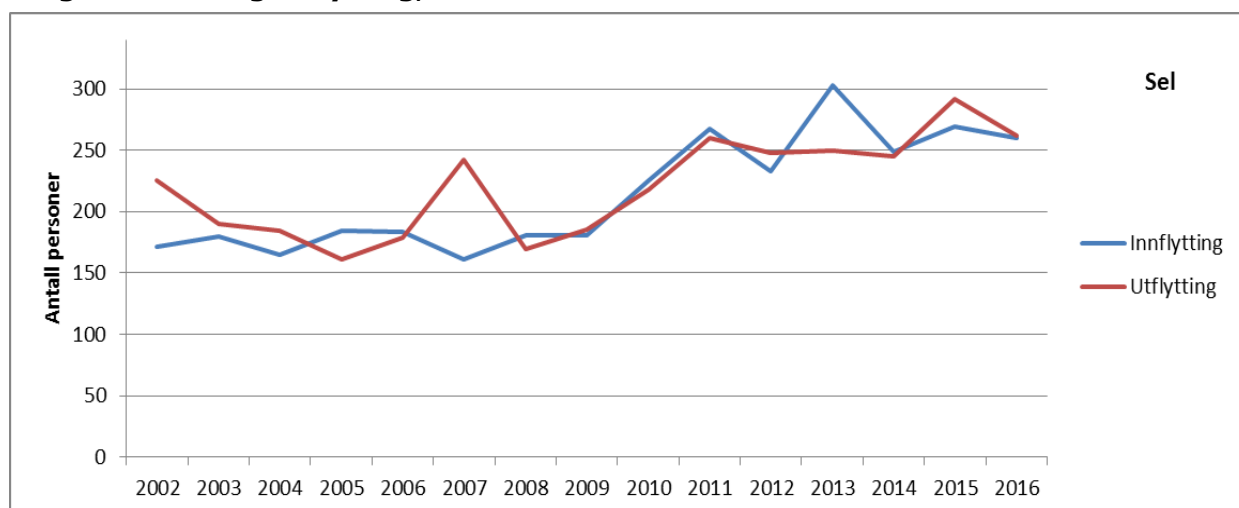
Gradvis reduksjon av innbyggere medfører utfordringer mht arbeidskraft som igjen kan få konsekvenser for omfang og kvalitet av de ulike tjenestene som skal leveres.

Diagram: Folkemengde, 1986-2017



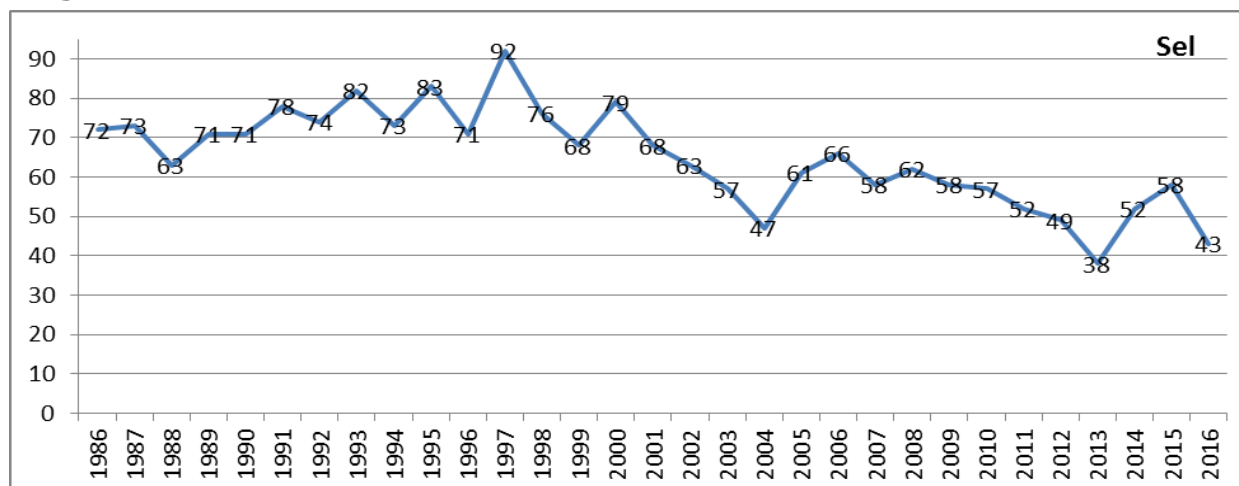
Folkemengde pr. 1. januar. Antall. Kilde: SSB

Diagram: Inn- og utflytting, 2002-2016



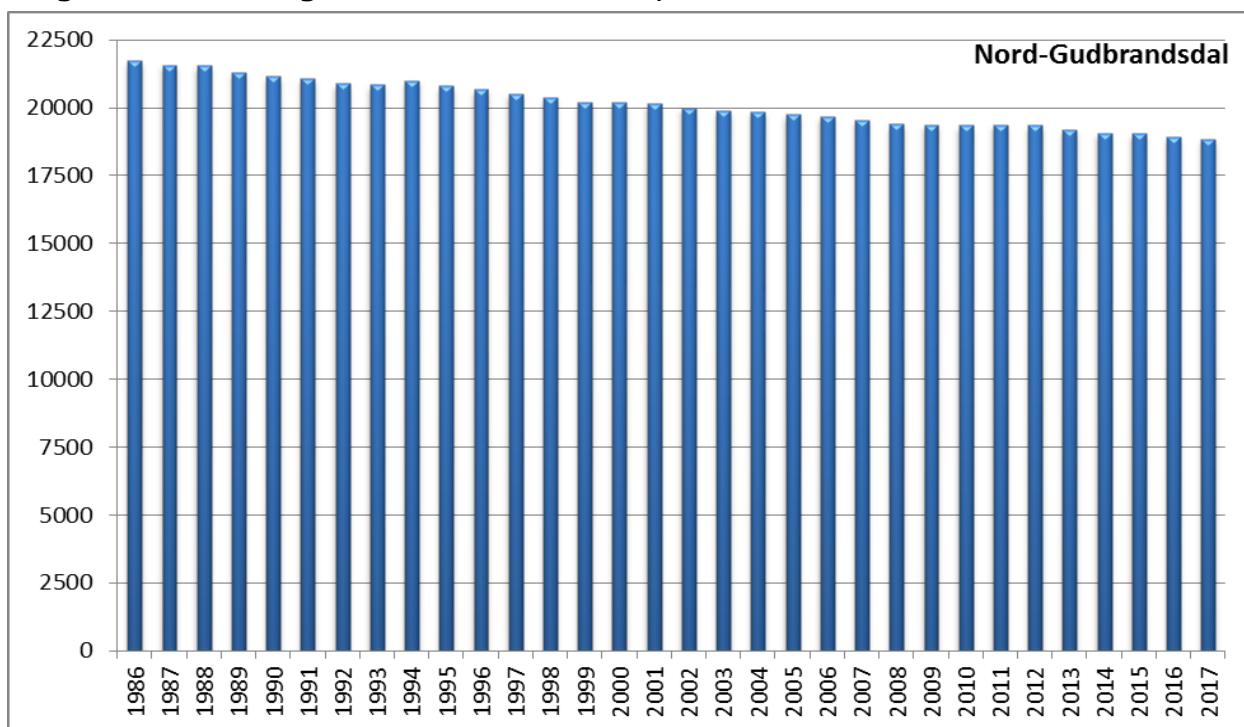
Antall personer som har flyttet inn og ut av kommunen. Kilde: SSB.no

Diagram: Antall levendefødte, 1986-2016



Antall levendefødte i løpet av ett år. Kilde: SSB, statistikkbanken

Diagram: Folkemengde Nord-Gudbrandsdal, 1986-2017



Folkemengde pr. 1. januar. Antall. Kilde: SSB

4.1.2 Befolkningsframskriving

Befolkningsframskriving for Sel kommune basert på utvikling frem til 1.1.16 - og middels vekst - antyder en reduksjon av innbyggertallet fra 5935 i 2016 til 5866 i 2040.

Det forventes en reduksjon på totalt 555 personer i alle aldersgrupper under 66 år.

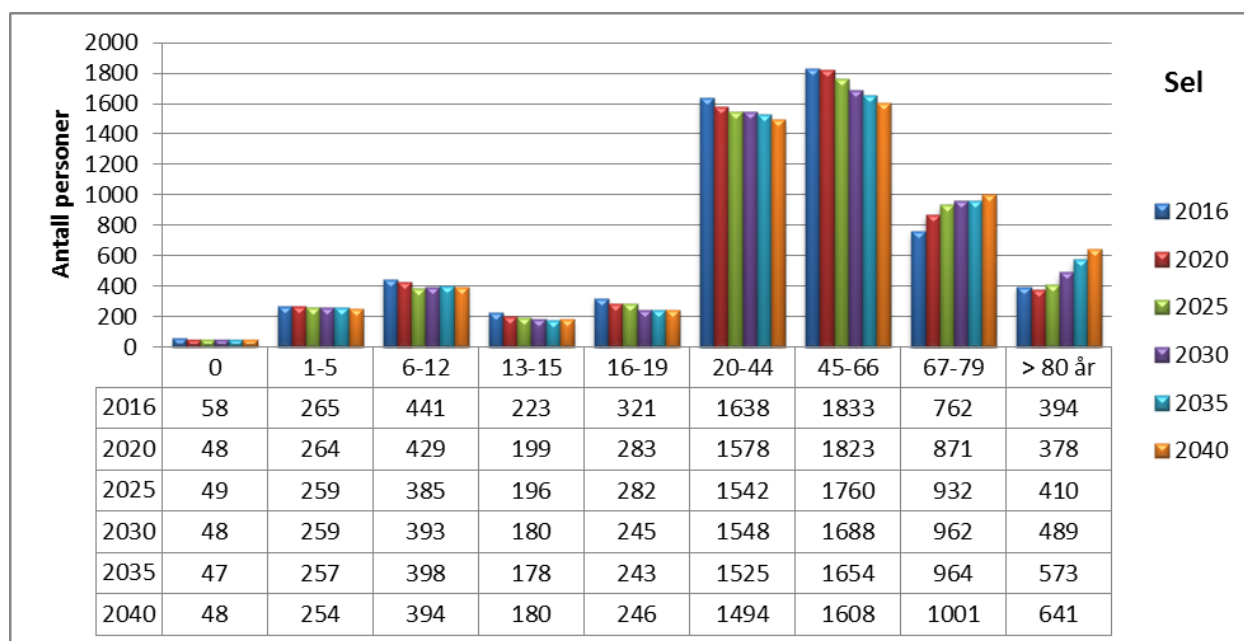
I aldersgruppen 67-79 år forventes det en økning på 239 personer.

I aldersgruppen over 80 år forventes det en økning på 247 personer - fra 394 til 641.

Årsaken til endret sammensetning på sikt er bl.a. lavere dødelighet, lavere fruktbarhet og aldring av store fødselskull.

En stadig voksende gruppe med friske eldre (bl.a. en ressurs som frivillige), men også et sykdomsbilde mer preget av kroniske og sammensatte helseproblemer – inkludert demens. Det vil gi et større press på helse- og omsorgstjenestene. Færre i yrkesaktiv alder kan bli en utfordring mht arbeidskraft i kommunen.

Tabeller: Befolkningsframskriving, 2016–2040



År	2016	2020	2025	2030	2035	2040
Innbyggere totalt	5935	5873	5815	5812	5839	5866

Framskrevet folke mengde for utvalgte år til 2040, med utgangspunkt i folketallet per 1.1.2014. Framskrivningene viser framtidig utvikling ut fra forutsetninger om fruktbarhet, levealder, innenlandsk flytting og innvandring med utgangspunkt i den observerte utviklingen, basert på middels vekst i de nevnte kriteriene. Kilde: SSB.no

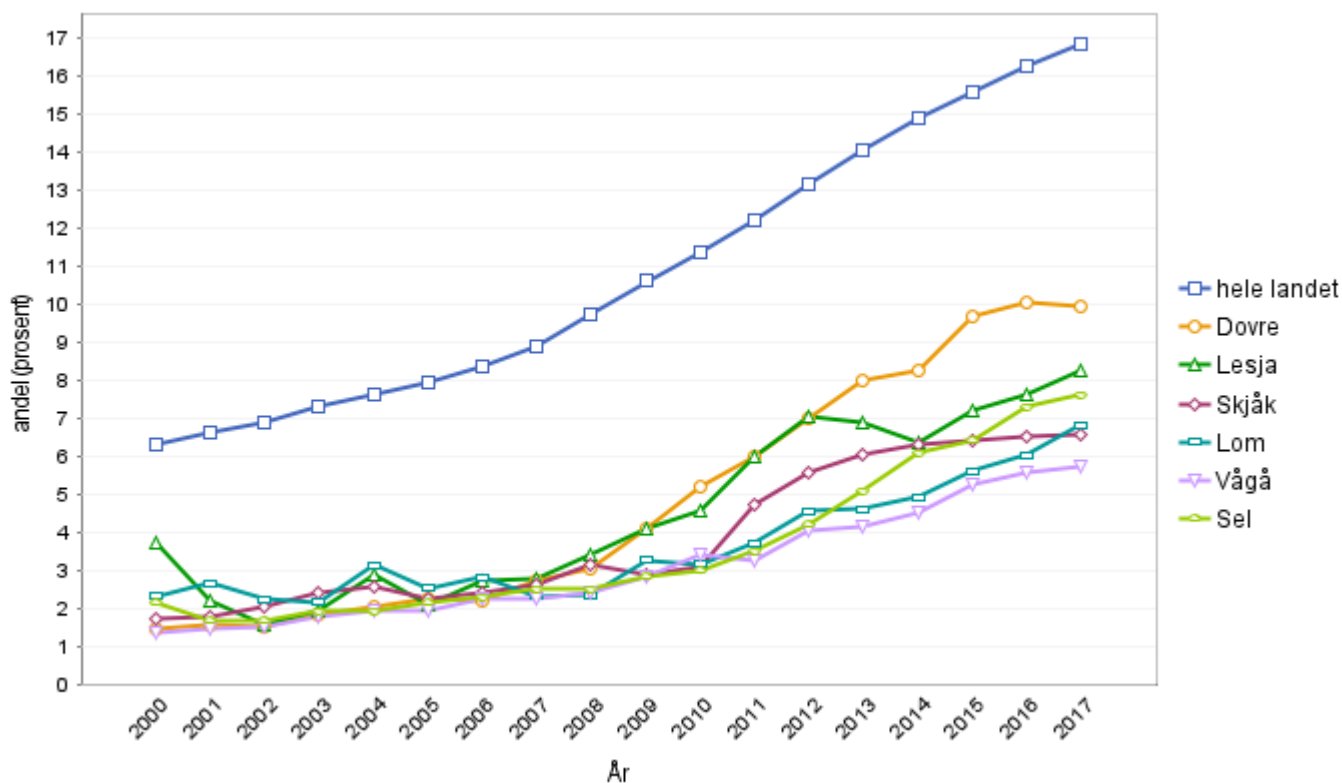
4.1.3 Etnisitet

Det har vært en gradvis økning i andel innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldre i Sel kommune over mange år. Antallet var 103 personer i 2002 og 450 personer i 2017. I 2017 tilsvarte det 7,6 % av innbyggerne.

Det er store helsemessige forskjeller mellom grupper av innvandrere og mellom innvandrere og etnisk norske. Forskjellene omfatter både fysisk og psykisk helse i tillegg til helseatferd. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

Kommunal kompetanse om helse blant flyktninger og innvandrere er en forutsetning for å lykkes med helsefremmende og forebyggende arbeid. Tiltak som reduserer språkproblemer og letter integreringen er viktig i folkehelsearbeid. Konsekvens av manglende integrering og lite sosialt nettverk, kan bl.a. være psykiske plager.

Diagram: Innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldre, 2000-2017



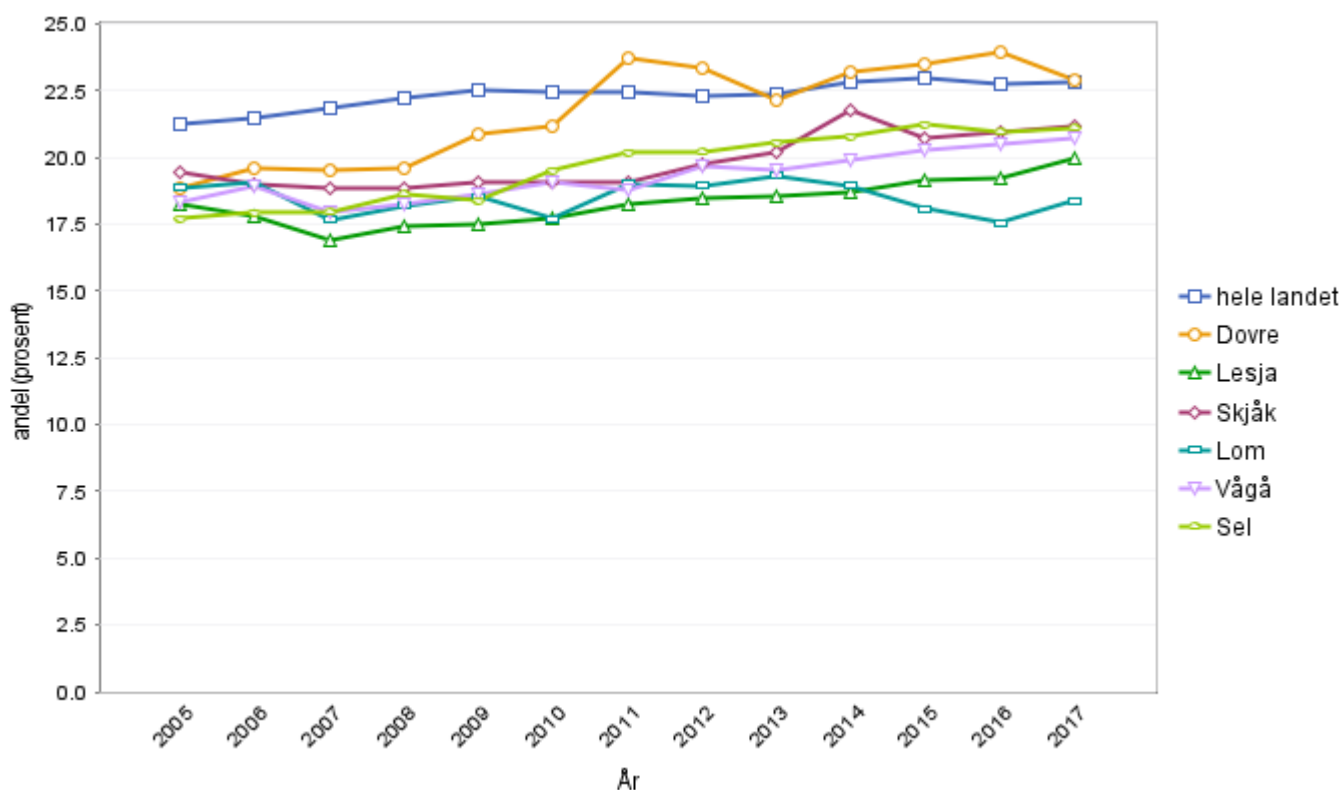
Andel personer med to utenlandskfødte foreldre og fire utenlandskfødte besteforeldre registrert bosatt i Norge per 1. januar hvert år, i prosent av befolkningen. Asylsøkere og personer på korttidsopphold i Norge er ikke med. *Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>*

4.1.4 Personer som bor alene

Andel personer som bor alene i Sel har økt fra 17,7 % i 2005 til 21,1 % i 2017. I landet som helhet var andelen 22,8 % i 2017.

Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator: Aleneboende antas å være en potensielt utsatt gruppe, både økonomisk, helsemessig og sosialt.

Diagram: Personer som bor alene, 2005-2017



Andel personer over 16 år som bor i en-personhusholdninger i prosent av befolkningen per 1. januar.
Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.2 Oppvekst- og levekårsforhold

4.2.1 Inntekter og utgifter

Lavinntekt, EU60: Fra 2006 til 2015 har det vært mindre svingninger i andel personer i Sel kommune i husholdninger med lav inntekt, men med en gradvis stigning de siste årene. I 2015 var den 13,6 % - dvs. 778 personer. I landet som helhet var den 11,9 % samme år.

I aldersgruppen 0-17 år har det i samme periode stort sett vært en stigning i andel personer i husholdninger med lav inntekt. Andelen var 15,9 % - dvs. 180 barn og unge - i 2016. I landet som helhet var den 11,9 % samme år.

I Ungdataundersøkelsen på 8.- 10. trinn i Sel i 2018 anga 2 % at de hadde hatt dårlig råd hele – eller stort sett hele – tiden.

Inntekt og økonomi er grunnleggende påvirkningsfaktorer for helse, og forskning har vist at det er en sammenheng mellom inntektsnivå og helsetilstand. Lav inntekt øker sannsynligheten for dårlig selvpålevd helse, sykdom og for tidlig død. *Kilde:* Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

«Barn og ungdommer i lavinntektsfamilier opplever sin helse som dårligere enn barn og ungdommer flest gjør, og disse forskjellene er enda større når vi spør foreldrene,»
(*Sandbæk og West Pedersen, 2010*)

Lav inntekt i barnefamilier kan også være en risikofaktor i forhold til deltakelse i aktiviteter.

Sesongarbeid med ev. dagpenger deler av året er negativt for total inntekt.

Diagram: Lavinntekt (husholdninger), EU60, alle aldre, 2006-2015

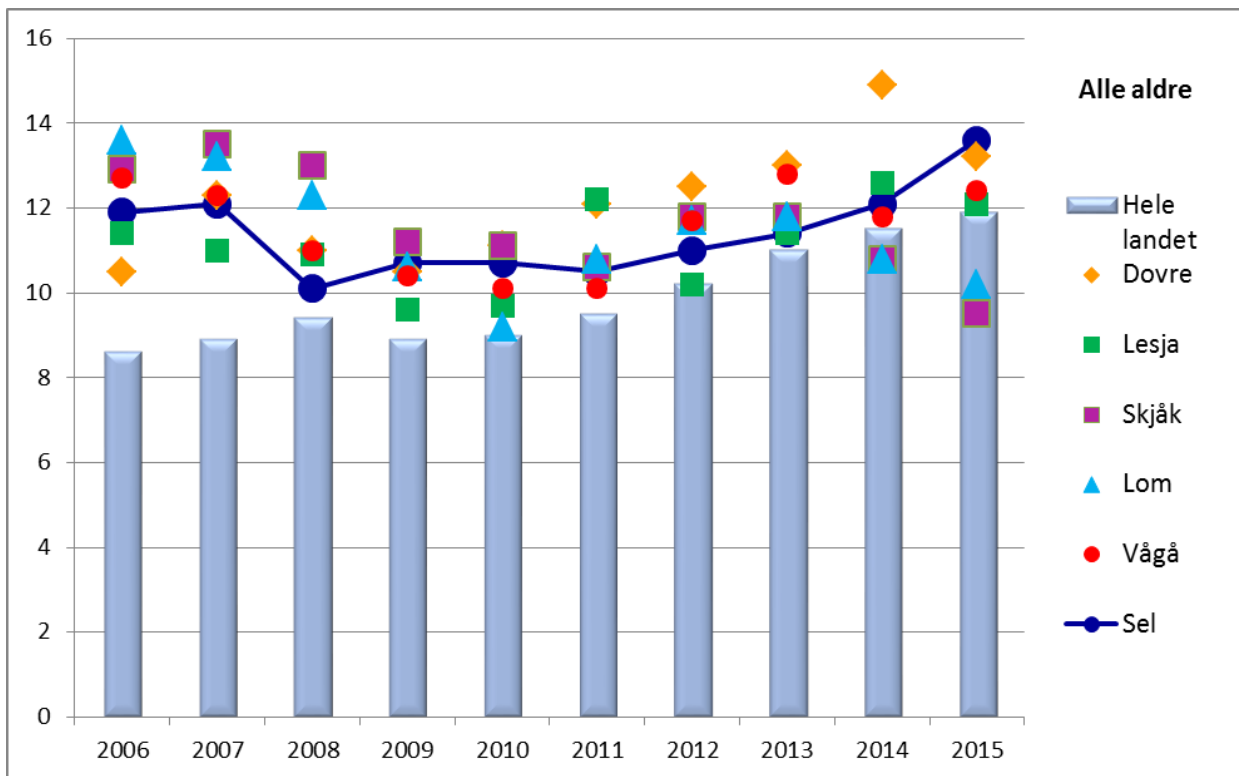
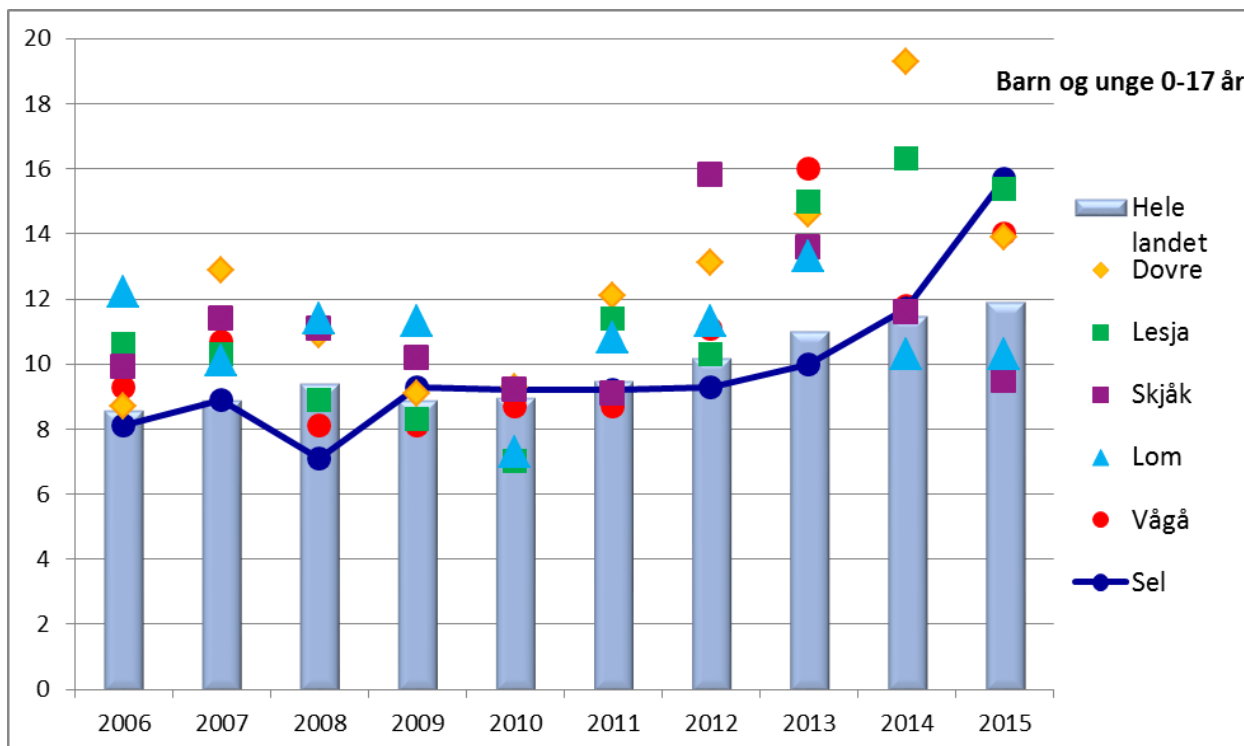


Diagram: Lavinntekt (husholdninger), EU60, 0-17 år, 2006-2015



Forklaring diagrammer denne siden – for alle aldre og alder 0-17 år: Personer i husholdninger med inntekt under 60 % av nasjonal medianinntekt, beregnet etter EU-skala. Årlige tall. EU-skala er en ekvivalensskala som benyttes for å kunne sammenligne husholdninger av forskjellig størrelse og sammensetning. Ulike ekvivalensskalaer vektlegger stordriftsfordeler ulikt. EU-skalaen er mye brukt, og i følge den skalaen må en husholdning på to voksne ha 1,5 ganger inntekten til en enslig for å ha samme økonomiske levekår. Barn øker forbruksvektene med 0,3 slik at en husholdning på to voksne og to barn må ha en inntekt som er (1 + 0,5 + 0,3 + 0,3) ganger så stor som en enslig for å ha det like bra økonomisk i følge EU skalaen. Kilde: SSB.no

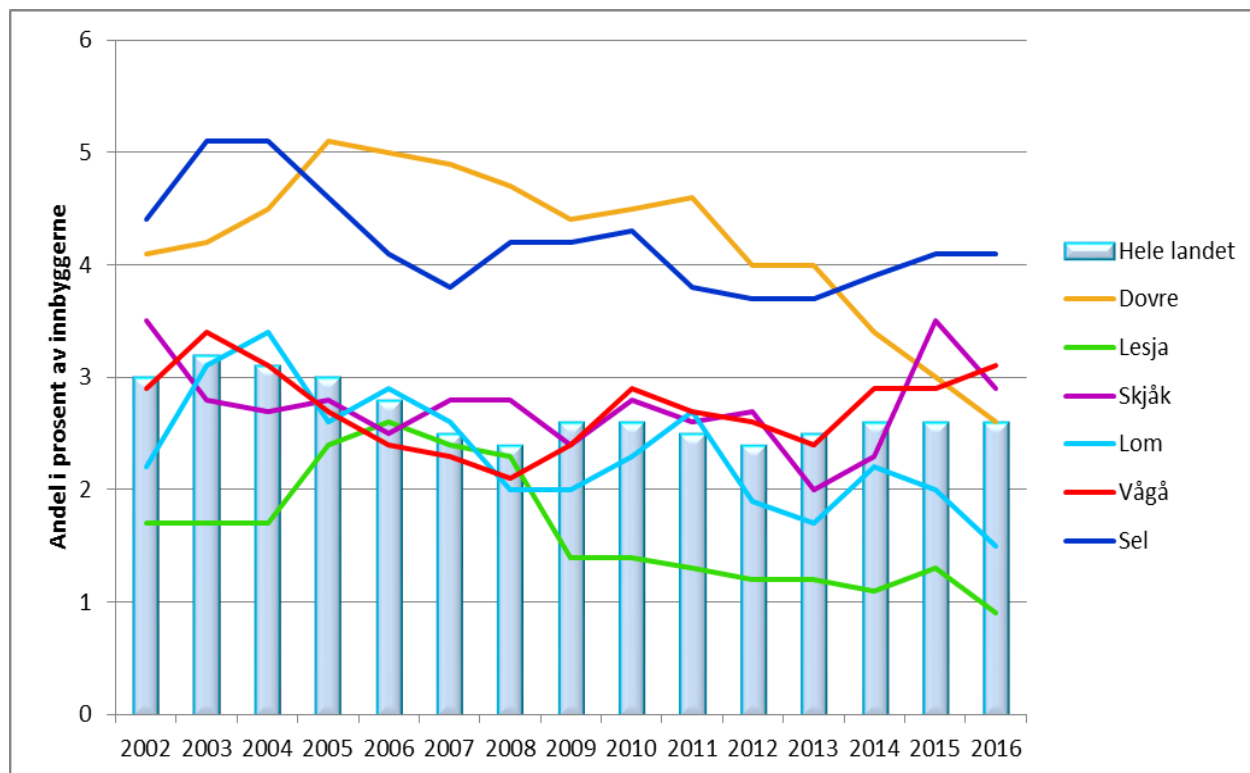
4.2.2 Mottakere av sosialhjelp

Andelen som har mottatt sosialhjelp i Sel kommune etter 2002 har vært relativt stabil – med mindre svingninger. I 2016 var den 4,1 % - dvs 240 personer mottok sosialhjelp i kommunen. Samme år var det 65 sosialhjelpsmottakere med forsørgerplikt for barn under 18 år.

Mottakerne av sosialhjelp er en utsatt gruppe psykososialt og materielt. De har ofte en mer marginal tilknytning til arbeidsmarkedet, kortere utdanning og lavere bostandard enn befolkningen ellers. Det er også vist at det er langt større innslag av helseproblemer blant sosialhjelpsmottakere enn i befolkningen ellers, og særlig er det en stor andel med psykiske plager og lidelser.

Utbredelsen av sosialhjelp i totalbefolkningen er et uttrykk for pågangen på det kommunale hjelpeapparatet fra personer som for kortere eller lengre tid er avhengig av økonomisk støtte til livsopphold. Lang tids avhengighet av sosialhjelp kan bl.a. gjenspeile et lokalt vanskelig arbeidsmarked, men også at sosialtjenesten legger ulik vekt på aktivisering av den enkelte og på tverrfaglig samarbeid. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

Diagram: Mottakere av sosialhjelp, 2002-2016



Andel som har mottatt sosialhjelp i forhold til antall innbyggere. En og samme mottaker kan gå igjen i flere kommuner dersom vedkommende har fått økonomisk sosialhjelp i flere kommuner i løpet av året. Kilde: SSB

4.2.3 Arbeidsledighet

Arbeidsledigheten i Sel i januar måned har stort sett fulgt konjunktorene i landet som helhet etter 2001, men ligget noe høyere. I januar 2015 var den 2,3 %. Arbeidsledigheten i aldersgruppen 15-29 år var 2,5 % samme år. Statistikken viser ikke sesongvariasjonene. *Kilde: kommunehelsa*

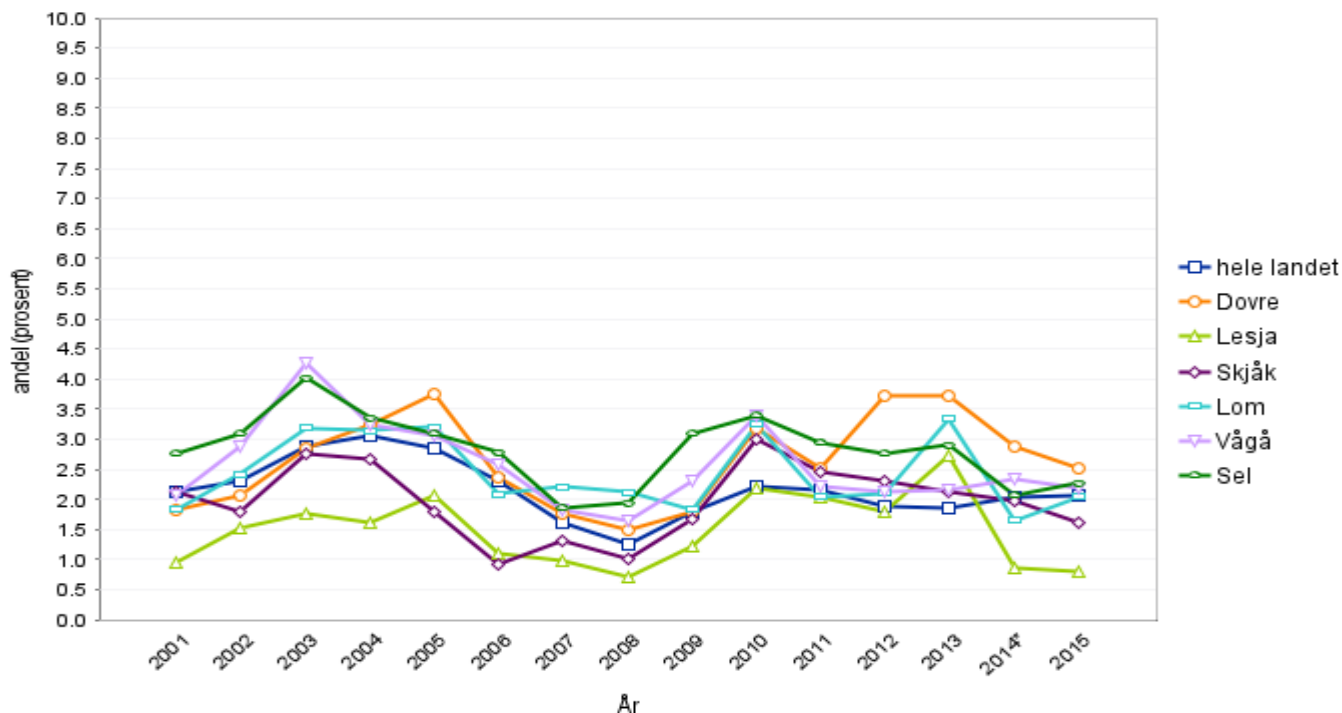
I januar 2017 var 3,9 % av arbeidsstyrken helt arbeidsledige (114 personer). *Kilde: NAV*

Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator: Arbeidsledige antas å være en utsatt gruppe, både psykisk og materielt, og arbeidsledighet antas å kunne virke negativt inn på helsetilstanden.

Å arbeide har en egenverdi for å opprettholde god psykisk helse. Arbeid gir glede, selvfølelse, mening og tilhørighet, og i dagens samfunn er identiteten vår i større grad enn før knyttet opp mot det arbeidet vi gjør. Det gir evne til å forsørge seg selv og andre - og slik en følelse av kontroll over eget liv. *Kilde: Folkehelse rapporten 2014*

Nedleggelse av tradisjonell industri i regionen har i perioder vært en faktor av betydning for arbeidsledigheten. Andel med nedsatt arbeidsevne og uføretrygdede påvirker arbeidsledigheten.

Diagram: Arbeidsledighet, 2001-2015



Registrerte arbeidsledige per januar måned i prosent av befolkningen (15-74 år) Statistikken omfatter alle personer som står registrert i NAVs arbeidssøkerregister enten som helt arbeidsledig eller som deltaker på et arbeidsmarkedstiltak (vanlige arbeidssøkere i ordinære tiltak og yrkeshemmede i tiltak). Dette inkluderer også personer som identifiseres med såkalte D-nr i stedet for fødselsnummer, dvs. utenlandske personer uten oppholdstillatelse som er på korttidsopphold i Norge. Registrerte arbeidsledige omfatter i utgangspunktet alle aldre, men det er svært få under 16 år eller over 66 år. *Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>*

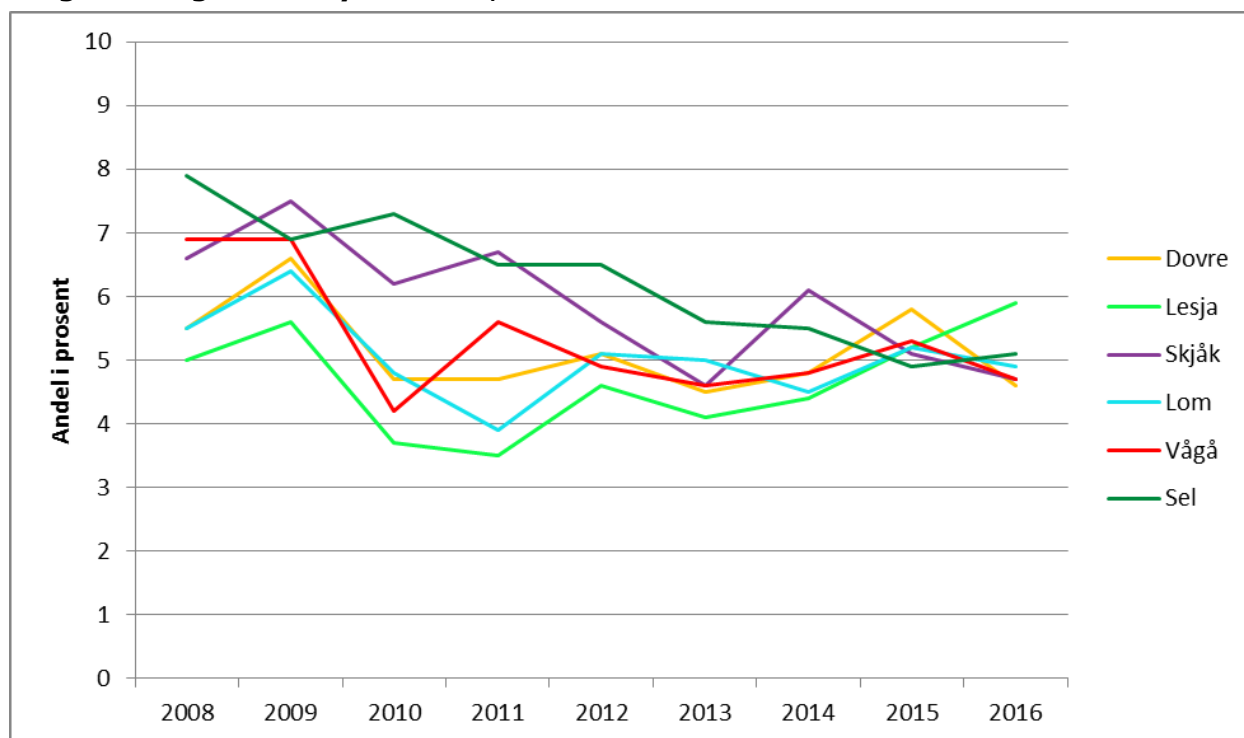
4.2.4 Sykefravær

Det har vært noe svingninger i legemeldt sykefravær (3. kvartal) i Sel, men totalt sett en nedgang fra 7,9 % i 2008 til 5,1 % i 2016.

Muskel- og skjelettlidelser, kroniske smerter og psykiske lidelser er blant de vanligste årsakene til sykefravær i Norge. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

Årsaker til sykefravær – og uføretrygd – er komplekse og sammensatte: Fysisk og psykisk sykdom, belastninger i livssituasjon, livsstilsfaktorer, usikker arbeidssituasjon, utdanningsnivå, holdninger til og praksis i forbindelse med sykmeldinger og uføretrygding, jobbtilbud i området og bortfall av arbeid for innbyggere uten høyere utdanning. Ved langvarig sykefravær øker risikoen for frafall fra arbeidslivet – med de negative konsekvenser det medfører for den enkelte og samfunnet.

Diagram: Legemeldt sykefravær, 3. kvartal 2008-2016



Legemeldt sykefravær for arbeidstakere, 3. kvartal, begge kjønn, 16-69 år. År. Kilde SSB

4.2.5 Uføretrygd og arbeidsavklaringspenger

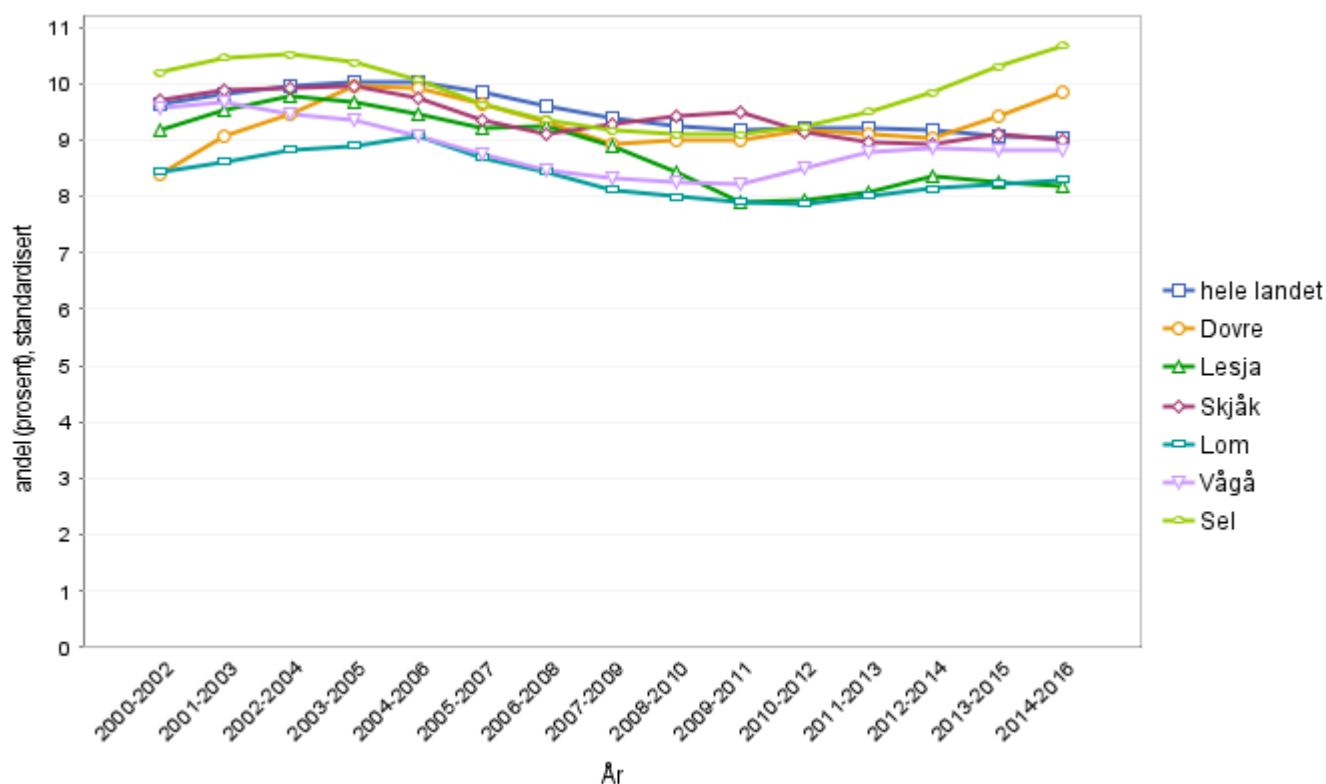
Det har vært mindre svingninger i andel uføretrygdde i prosent av befolkningen fra 18 til 66 år i Sel kommune etter 2002, men med noe stigning de siste årene. I perioden 2000-2002 (årlig gjennomsnitt) var andelen 10,2 % og i 2014-2016 10,7 % i nevnte aldersgruppe. I siste periode tilsvarte det 459 personer i årlig gjennomsnitt. 68 av disse var yngre enn 44 år.

Det har vært en gradvis nedgang i andel som får arbeidsavklaringspenger i kommunen de siste årene. I perioden 2014-2016 (årlig gjennomsnitt) var den 5 % - dvs. 181 av innbyggerne.

Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator: Gruppen uføretrygdde er en utsatt gruppe psykososialt og materielt. Omfanget av uføretrygd er en indikator på helsetilstand (fysisk eller psykisk), men må sees i sammenheng med næringslivet, utdanningsnivå og jobbtilbudet i kommunen.

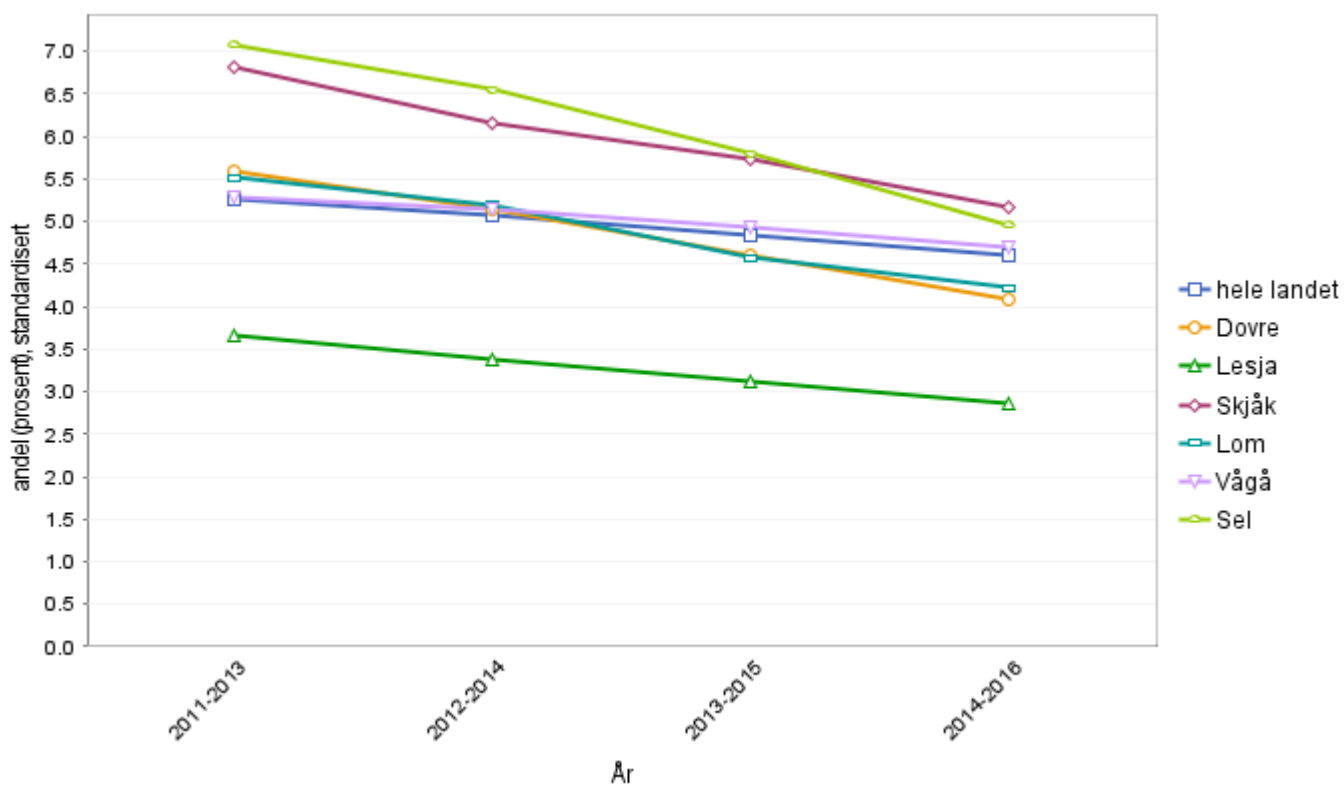
Grupper som står utenfor arbeidsliv og skole har i gjennomsnitt dårligere psykisk helse og mer usunne levevaner enn de som er i arbeid. De siste ti årene har andelen som får sykmelding og uføretrygd vært høyere i Norge enn i andre OECD-land. Økte helseproblemer i befolkningen kan ikke forklare dette. Årsakene til sykefravær og uførepensjon er vanskelige å fastslå. Ofte er de sammensatte, og forhold som usikker arbeidssituasjon, nedbemanning, livsstilsfaktorer og andre sosiale faktorer kan påvirke sykefraværet og andelen som søker uføretrygd.

Diagram: Uføretrygd, 3 års glidende gjennomsnitt, 2002-2016



Andel uføretrygdde i prosent av befolkningen i alderen fra 18 t.o.m. 66 år. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for overlappende 3-årsperioder). Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Arbeidsavklaringspenger, 3 års glidende gj. snitt, 18-66 år, 2013-2016



Andel som får arbeidsavklaringspenger i prosent (standardisert) av befolkningen i alderen fra 18 t.o.m. 66 år. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for overlappende 3-årsperioder). Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.2.6 Grunnskole som høyeste utdanningsnivå

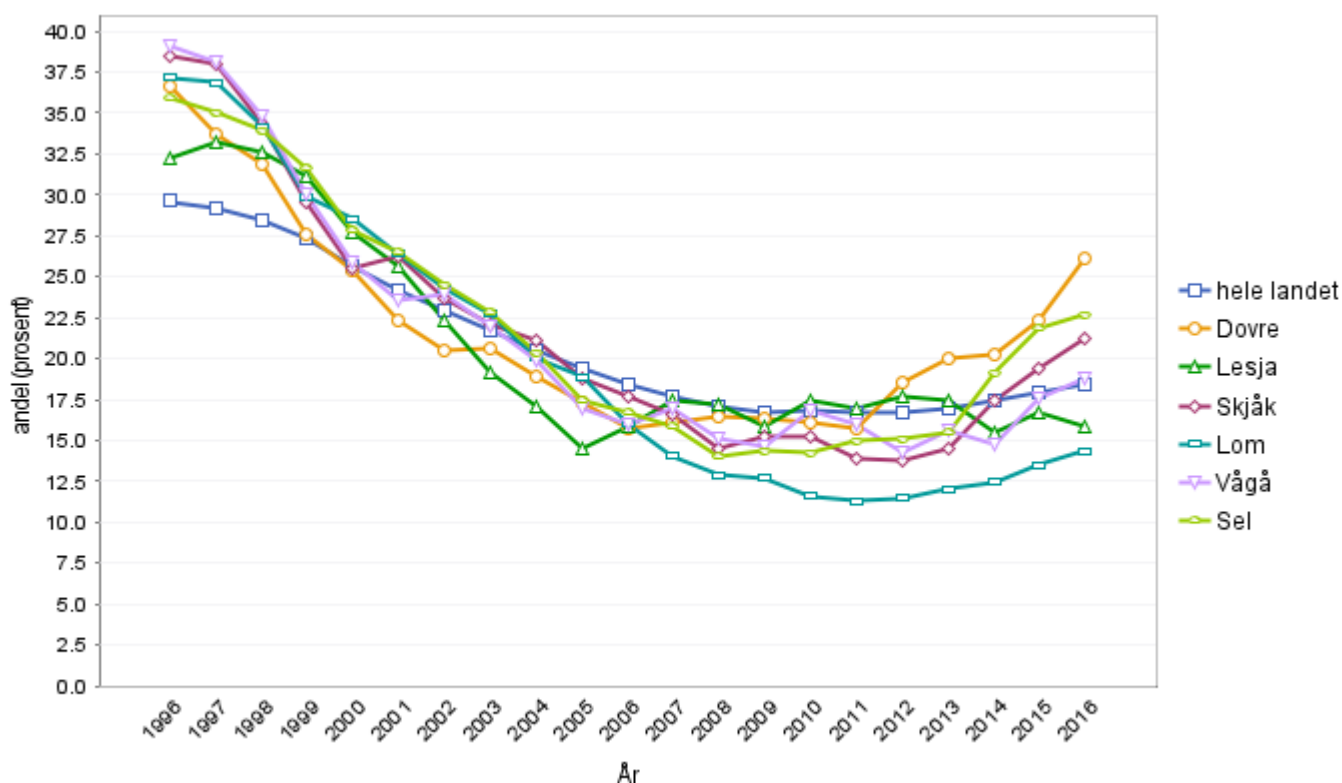
Sel kommune har etter 1996 hatt en gradvis reduksjon i andel personer med grunnskole som høyeste fullførte utdanningsnivå, men med stigning igjen de siste årene. I 2016 var andelen i alderen 30 til 39 år på 22,7 %.

Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator: Sammenhenger mellom utdanningsnivå, materielle levekår og helse er godt dokumentert.

Sammenhengene mellom befolkningens utdanningsnivå og helse er komplekse, men forskere har identifisert to hovedmekanismer. For det første påvirker utdanning de levekår mennesker lever under gjennom livsløpet. For det andre bidrar læring til utvikling av en sterkere psykisk helse, som igjen påvirker menneskers fysiske helse i positiv forstand. Sagt litt enklere: læring gir mestring, mestring gir helse. (Elstad 2008) Tiltak rettet mot å redusere utdanningsforskjeller kan dermed bidra til å redusere ulikheter i folks helse. Fra et helsemessig ståsted er det viktig at utdanningssektoren lykkes med å tilrettelegge opplæringen slik at alle barn og unge kan få like gode muligheter til å lære og oppleve mestring. *Kilde: Helsedirektoratet, 2012*

Foreldrenes utdanning påvirker barna.

Diagram: Grunnskole som høyeste utdanning, 30-39 år, 1996-2016



Andel personer med grunnskolenivå som høyeste fullførte utdanning i prosent av de med oppgitt utdanningsinformasjon. Årlige tall. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommune helsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.2.7 Frafall videregående skole

Frafallet i videregående skole for elever fra Sel kommune har vært relativt stabilt – men ned noe nedgang - etter 2008. I 2014-2016 (årlig gjennomsnitt) var det 20 %. Det tilsvarte ca. 18 elever årlig. I landet som helhet var det 22 % i sistnevnte periode.

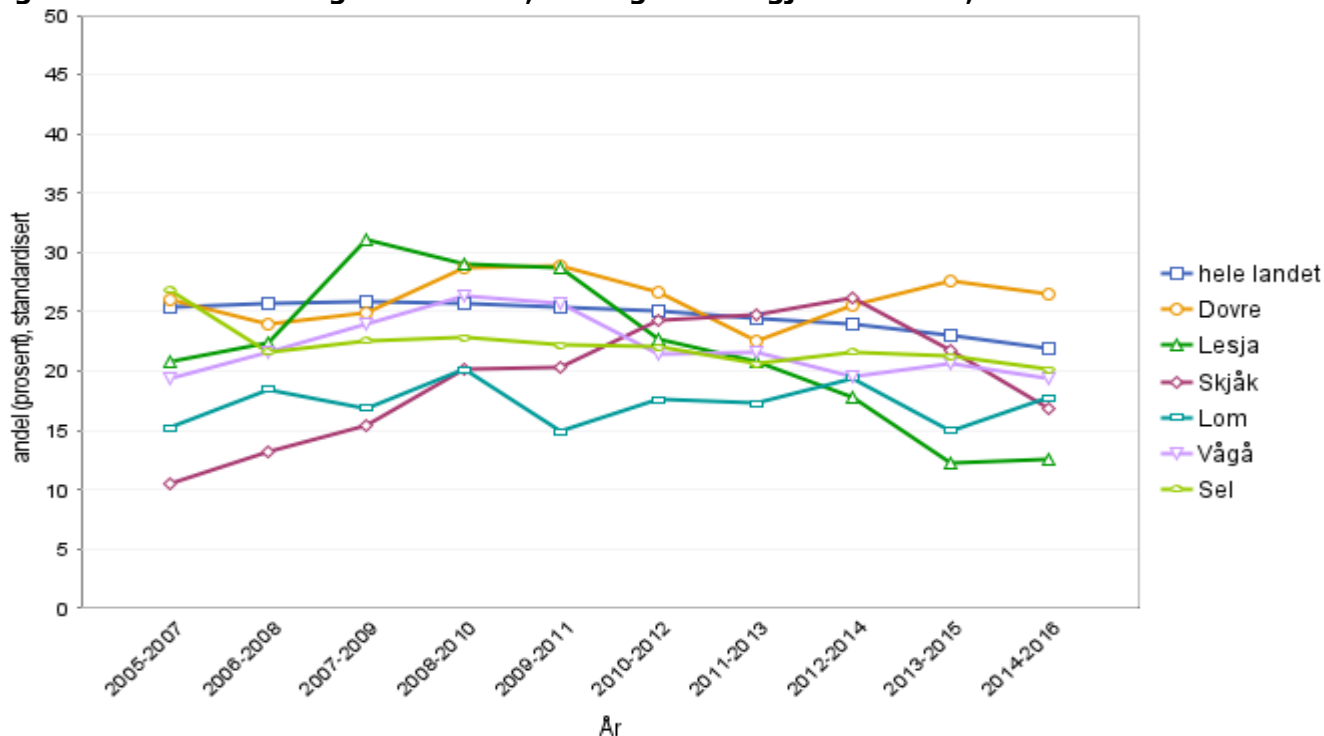
Som i landet som helhet er frafallet i Sel høyest (37 %) for de med foreldre med bare grunnskoleutdanning og lavest (19 %) for de med foreldre med universitets-/høyskoleutdanning – tall fra 2013-2015.

Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator: Det er veldokumenterte sammenhenger mellom utdanningsnivå, materielle levekår og helse. Personer som ikke har fullført videregående utdanning antas å være vel så utsatt for levekårs- og helseproblemer som de som har valgt ikke å ta mer utdanning etter ungdomsskole.

Undersøkelser har vist at det er sosial ulikhet i frafall fra videregående skoler i Norge. Dette vises for eksempel ved at blant ungdom som har foreldre med grunnskole som lengste fullførte utdanning, er andelen som dropper ut større enn blant ungdom som har foreldre med videregående eller lengre utdanning. *Kilde: Helsedirektoratet*

Generelle årsaker til frafall: Psykiske eller psykososiale problemer, manglende motivasjon, dårlige grunnleggende ferdigheter, skoletretthet, feilvalg, fysisk sykdom, vanskelige hjemmeforhold, rusproblemer, graviditet/barn.

Diagram: Frafall i videregående skole, 3 års glidende gjennomsnitt, 2007-2016



Frafallet inkluderer personer som startet på grunnkurs i videregående opplæring for første gang et gitt år og som har gjennomført VKII eller gått opp til fagprøve, men som ikke har bestått ett eller flere fag og derfor ikke har oppnådd studie- eller yrkeskompetanse etter 5 år, samt elever som startet opp dette året, men som sluttet underveis. Andelen blir beregnet ut fra prosent av alle som startet grunnkurs i videregående opplæring det året. Personer som etter 5 år fortsatt er i videregående skole, regnes ikke som frafalt. Det er tatt utgangspunkt i personens bostedskommune det året han eller hun startet på grunnkurs i videregående opplæring. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

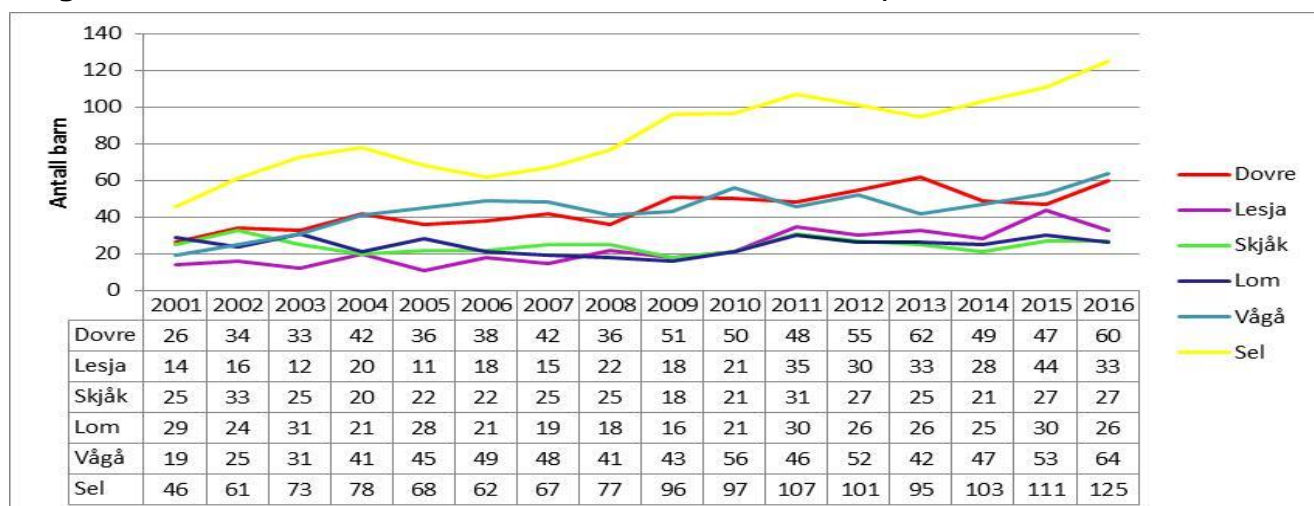
4.2.8 Barnevern

5 års glidende gj.snitt viser en gradvis økning i antall barn som har hatt undersøkelse eller tiltak i barnevernet. I 2001 var det 46 og i 2016 125 barn.

Jo tidligere en klarer å identifisere barn som er utsatt for risikofaktorer og sette i verk tiltak, jo større sannsynlighet er det for at barnet klarer seg bra. Risikofaktorer kan være foreldres psykiske sykdom eller rusmiddelmisbruk, vold i hjemmet, foreldre som er langtidsledige/trygdemottakere, fattigdom i familien osv. En indikasjon på tidlig identifisering kan være at helsestasjon, barnehage, skole eller NAV melder sin bekymring om et barn til barnevernet. *Kilde: Folkehelsepolitisk rapport 2011, Helsedirektoratet*

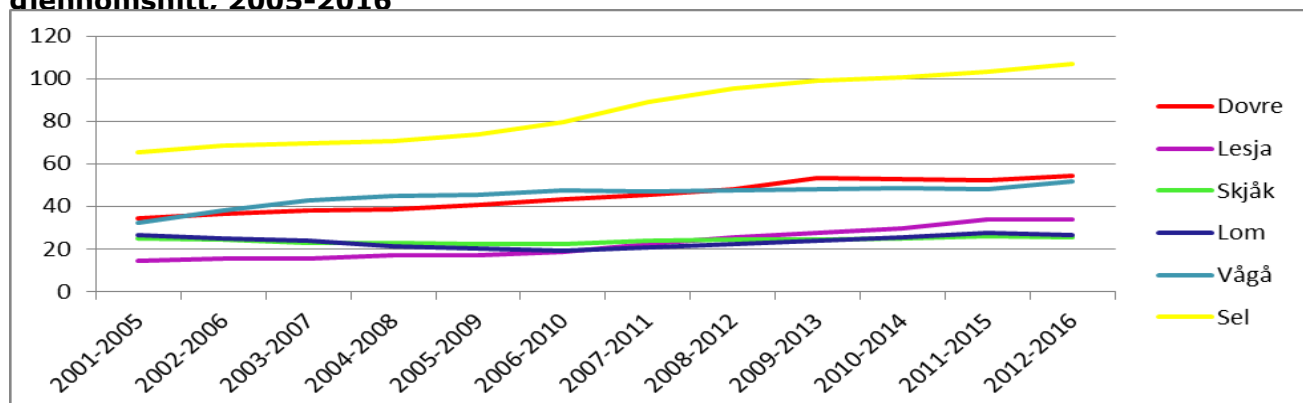
Årsaker til økning i saker: Flere familier med behov for bistand, lavere terskel for kontakt eller melding, barnevern fanger opp flere, ev. en kombinasjon i tillegg til interkommunalt samarbeid som fører til mer ressurser og større avstand (lettere å ta kontakt).

Diagram: Barn med undersøkelse eller tiltak i barnevernet, 2001-2016



Antall barn med undersøkelse eller tiltak i barnevernet. *Fra og med rapporteringsåret 2013 er alle undersøkelser startet og/eller avsluttet i løpet av året innhentet og publisert. Før dette ble kun en undersøkelse per barn innhentet og publisert. Årlige tall. Kilde: SSB / Kostra

Diagram: Barn med undersøkelse eller tiltak i barnevernet, 5 års glidende gjennomsnitt, 2005-2016



Antall barn med undersøkelse eller tiltak i barnevernet. Fem års glidende gjennomsnitt. Utregning er basert på årlige tall i kilde, SSB / Kostra

4.3 Fysisk, biologisk, kjemisk og sosialt miljø

4.3.1 Tilbud i nærområdet og kvaliteter i kommunen

Av de som svarte på Ungdataundersøkelsen på 8. og 10. trinn i Sel syntes følgende andel det var svært bra eller nokså bra i forhold til:

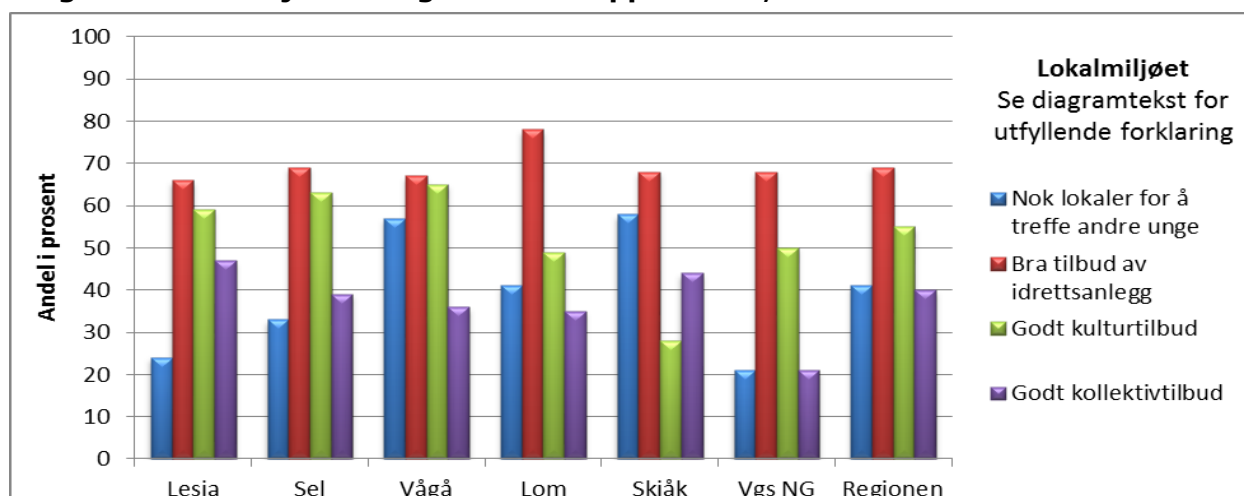
- Lokaler der de kan treffe andre unge på fritida: 19 %
- Tilbud til ungdom er når det gjelder idrettsanlegg: 71 %
- Kulturtilbud (kino, konsertscene, bibliotek e.l.) til ungdommen: 62 %
- Kollektivtilbudet: 31 %

Trivsel og trygghet (Ungdata):

- 63 % trivdes godt eller svært godt i nærområdet der de bodde.
- 17 % trivdes dårlig eller svært dårlig der de bodde.

Nærmiljøene der vi lever og bor kan enten fremme eller hemme mulighetene for god helse. Helsefremmende nærmiljøer legger til rette for deltakelse og sosiale møteplasser, aktivitet og trygghet. Et viktig virkemiddel for å påvirke til sunn helseatferd er gjennom planlegging og tilrettelegging av de fysiske omgivelsene. Det gjelder både tilrettelegging for gange og sykling, men også ved at lokale tjenester og tilbud er tilgjengelig i rimelig nærhet slik at det er mulig å være aktiv i nærmiljøet. Videre er det viktig at en i nærmiljøutvikling legger til rette for fysisk aktivitet gjennom grønne områder, gang- og sykkelveier, lekeplasser ol. *Kilde: Samfunnsutvikling for god folkehelse. Rapport om status og råd for videreutvikling av folkehelsearbeidet i Norge. Helsedirektoratet 2014.*

Diagram: Lokalmiljøet – ungdommens opplevelser, 2015



Andel som har svart «svært bra» eller «nokså bra» på spørsmålene tenk på områdene rundt der du bor – hvordan opplever du at tilbudet til ungdom er når det gjelder lokaler til å treffe andre unge på fritida, idrettsanlegg, kulturtilbudet og kollektivtilbudet. Kilde: Ungdataundersøkelsen i Nord-Gudbrandsdal 2015

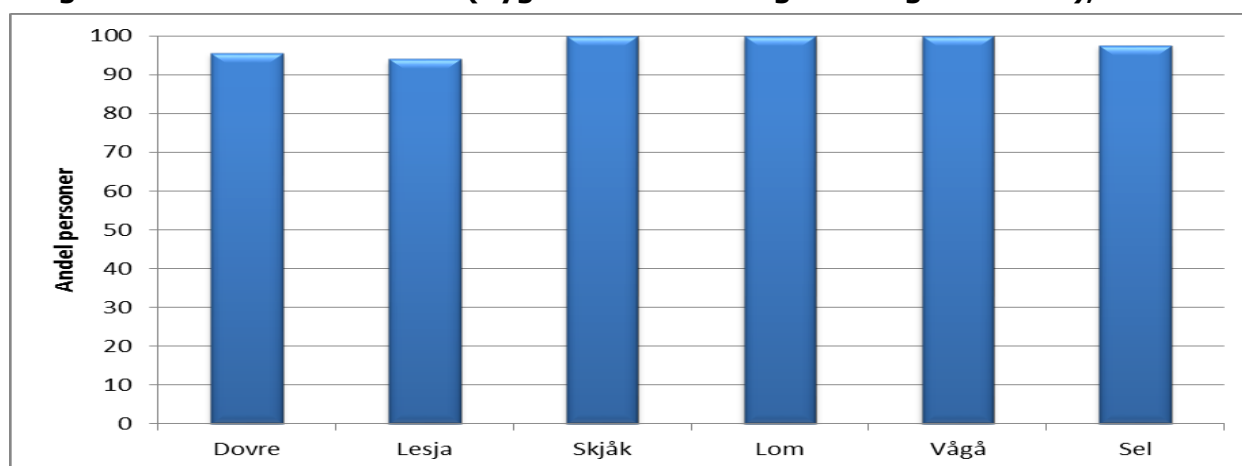
4.3.2 Drikkevannskvalitet

I 2018 var det tilfredsstillende analyseresultater for 100 % av prøvene fra kommunale vannverk.

I 2015 var andel personer av befolkningen som var tilknyttet godkjenningspliktige vannverk (vannverk som forsyner minst 50 fastboende personer) 69 %.

Drikkevann fritt for smittestoffer er en vesentlig forutsetning for folkehelsen, og E.coli er en av de mest sentrale parametre for kontroll. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

Diagram: Drikkevannskvalitet (hygienisk kvalitet og leveringsstabilitet), 2015



Andelen personer tilknyttet vannverk med ulik kvalitet på drikkevannsforsyningen mtp, E. coli/ koliforme bakterier og leveringsstabilitet i prosent av befolkningen tilknyttet rapportpliktige vannverk (vannverk som forsyner minst 50 fastboende personer og/eller 20 husstander). Tallene omfatter både private og kommunale vannverk. Årlige tall.

God drikkevannsforsyning: Tilfredsstillende analyseresultater.

For hygienisk kvalitet mht. E.coli/ koliforme bakterier er kriteriene at minst 12 prøver må være analysert og minst 95 % av disse må være tilfredsstillende.

For leveringsstabilitet er tilfredsstillende her definert som under 30 minutter ikke-planlagte avbrudd i året.

For samlekategorien må begge parameterne, både hygienisk kvalitet og leveringsstabilitet, være tilfredsstillende.

Mindre god drikkevannsforsyning: Ikke tilfredsstillende analyseresultater

For hygienisk kvalitet mht. E.coli/ koliforme bakterier er ikke tilfredsstillende definert som vannverk med avvik i mer enn 5 % av prøvene, med minimum 12 prøver analysert.

For leveringsstabilitet er ikke tilfredsstillende her definert som mer enn 30 minutter ikke-planlagte avbrudd per år.

For samlekategorien er ikke- tilfredsstillende her definert som enten ikke tilfredsstillende hygienisk kvalitet eller ikke tilfredsstillende leveringsstabilitet eller ikke tilfredsstillende på begge parameterne.

Mangelfulle eller usikre data:

Det er mangelfulle data/tatt for få prøver til å kunne si noe sikkert om drikkevannskvaliteten. Minst 12 prøver må være analysert mht. E.coli for å kunne si at resultatene er tilfredsstillende for hygienisk kvalitet. Denne kategorien omfatter også de som mangler data (eller har registrert resultater for sent).

Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.3.3 Trivsel på skolen og krenkende adferd blant ungdom

Ved vurdering av trivsel og mobbing, bør en se på data både fra skoleporten og kommunehelsa i tillegg til Ungdata. Kommunehelsa oppgir 5-års glidende gjennomsnitt og gjør det mulig å vurdere trender over tid. Skoleporten og Ungdata oppgir data for enkelt år.

Opplevelse av trivsel på skolen

- Score på skoleporten i skoleåret 2016/2017 var 4,4 på 7. trinn og 4,3 på 10. trinn. (Skala 1 til 5, der høy verdi antyder god trivsel.)
- I perioden 2012-2017 (årlig gjennomsnitt, kommunehelsa) oppga 91 % på 7. trinn og 85 % på 10. trinn at de trivdes på skolen.
- 88 % sa at de var helt enig eller litt enig i utsagnet: «Jeg trives på skolen» av de som svarte på Ungdataundersøkelsen i 2018, 8.-10. trinn, Sel.

Krenkende adferd

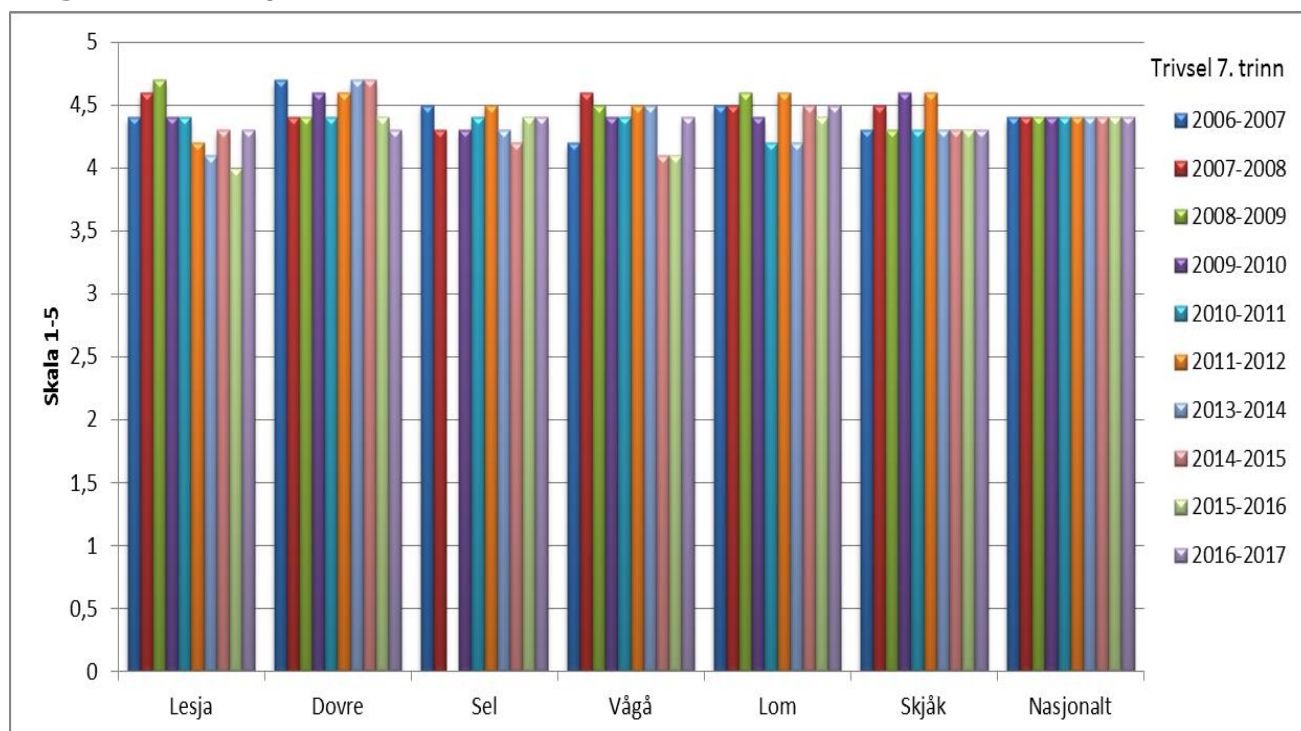
- Score på skoleporten i skoleåret 2016/2017 var 1,3 på 7. trinn og 1,4 på 10. trinn. (Skala 1 til 5, der lav verdi antyder lite mobbing.)
- I perioden 2012-2017 var forholdstall (årlig gjennomsnitt) for opplevelse av mobbing på 10. trinn 98, dvs. at standardisert andel var 2 % lavere enn landsnivået. Tall for 7. trinn er bare oppgitt for store kommuner på kommunehelsa
- 9 % av de som svarte på Ungdataundersøkelsen i 2018 i Sel sa at de ble utsatt for plaging/trusler/utfrysing av andre unge på skolen eller i fritida minst hver 14. dag.

Trivsel på skolen er en av en rekke faktorer som påvirker elevenes motivasjon for å lære, og dermed deres evne til å mestre de utfordringene skolehverdagen gir. Dette kan på lengre sikt ha betydning for frafallet blant elever i den videregående skolen, hvor hull i kunnskapsgrunnlaget fra ungdomsskolen er en viktig medvirkende årsak til frafall. Videre kan skoletrivsel knyttes til livstilfredshet, spesielt for jenter. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

En studie i 2011 blant nærmere 9000 ungdommer og deres foreldre, peker ut problemer med skoleresultater og mobbing på skolen som viktige risikofaktorer for psykiske vansker blant ungdom. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

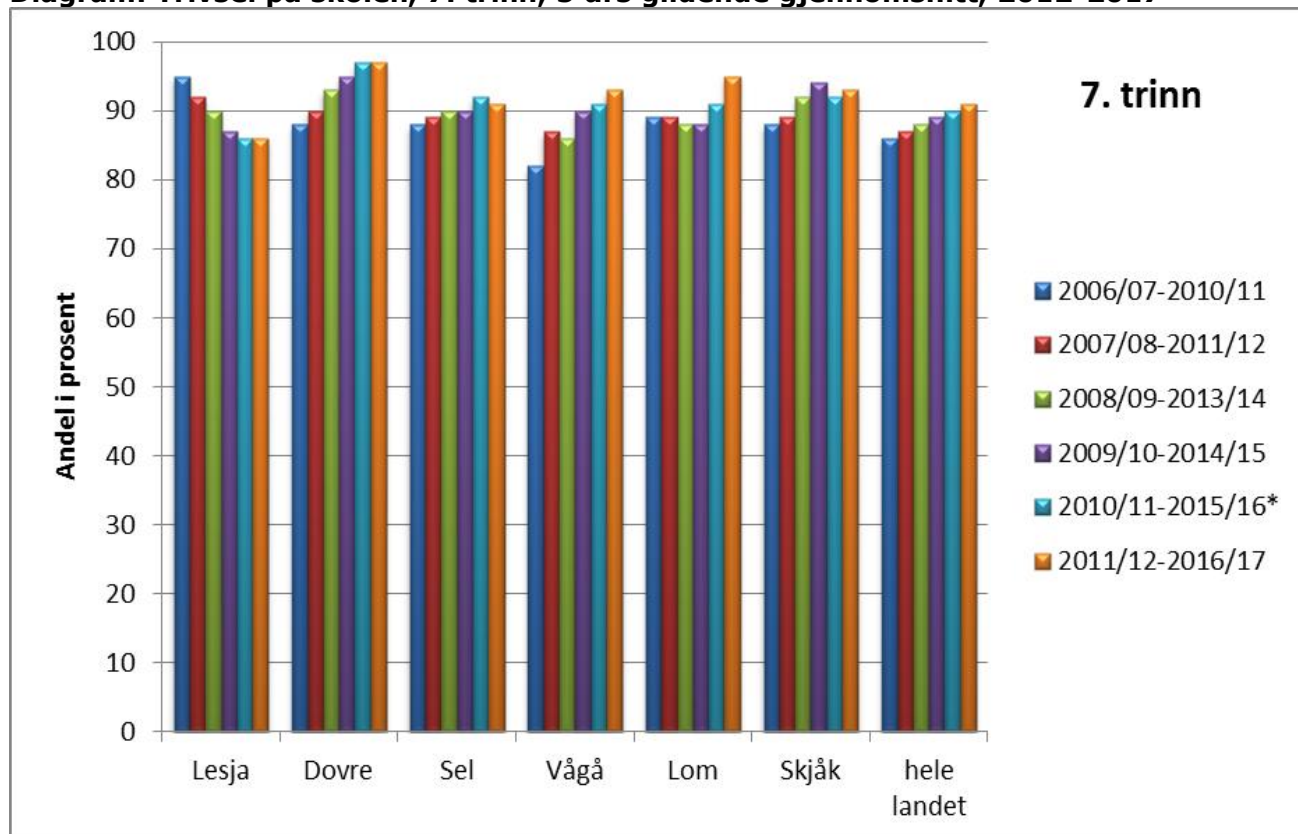
Mobbing har sammensatte og komplekse forklaringer – og er avhengig av skolemiljøet, læringsmiljøet, hjemmemiljøet og individuelle faktorer. Konsekvenser av mobbing kan være fysiske og psykiske plager, reduksjon av funksjonsevne og tap av livskvalitet.

Diagram: Trivsel på skolen, 7. trinn, 2007-2017



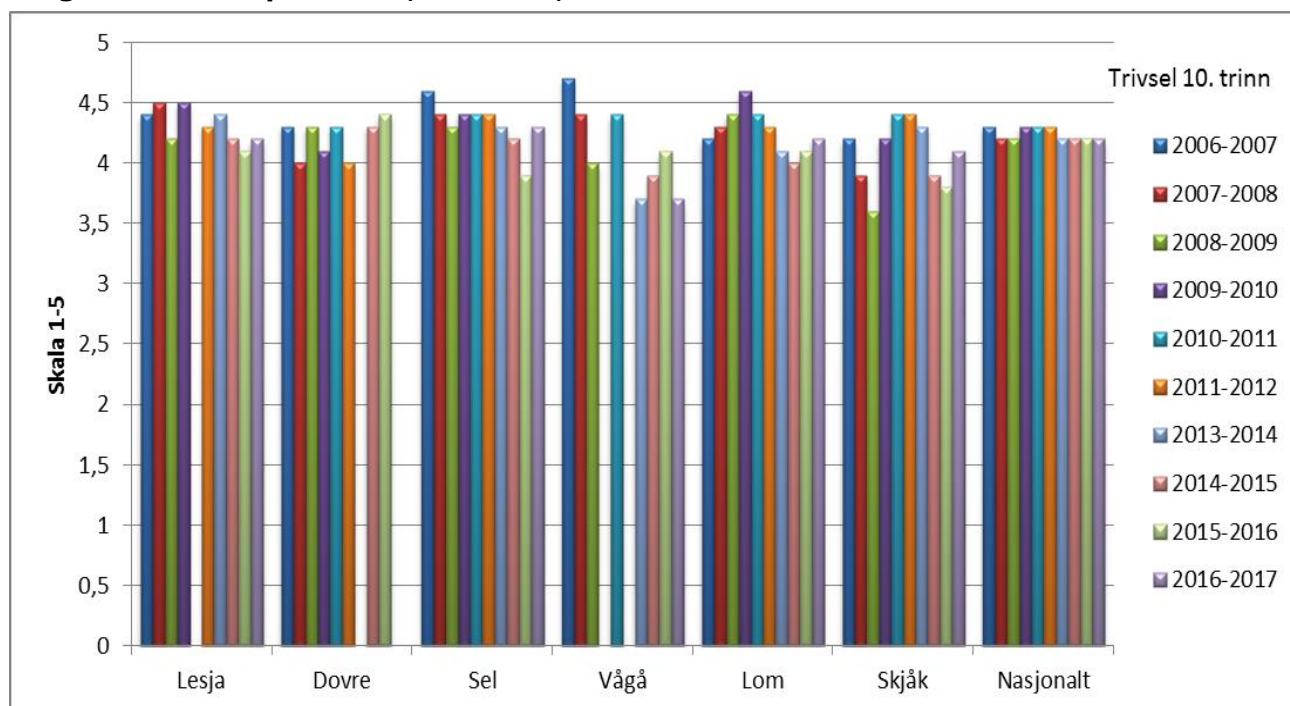
Skala: 1-5. Høy verdi betyr positivt resultat. Kilde: Utdanningsdirektoratet, skoleporten

Diagram: Trivsel på skolen, 7. trinn, 5 års glidende gjennomsnitt, 2012-2017



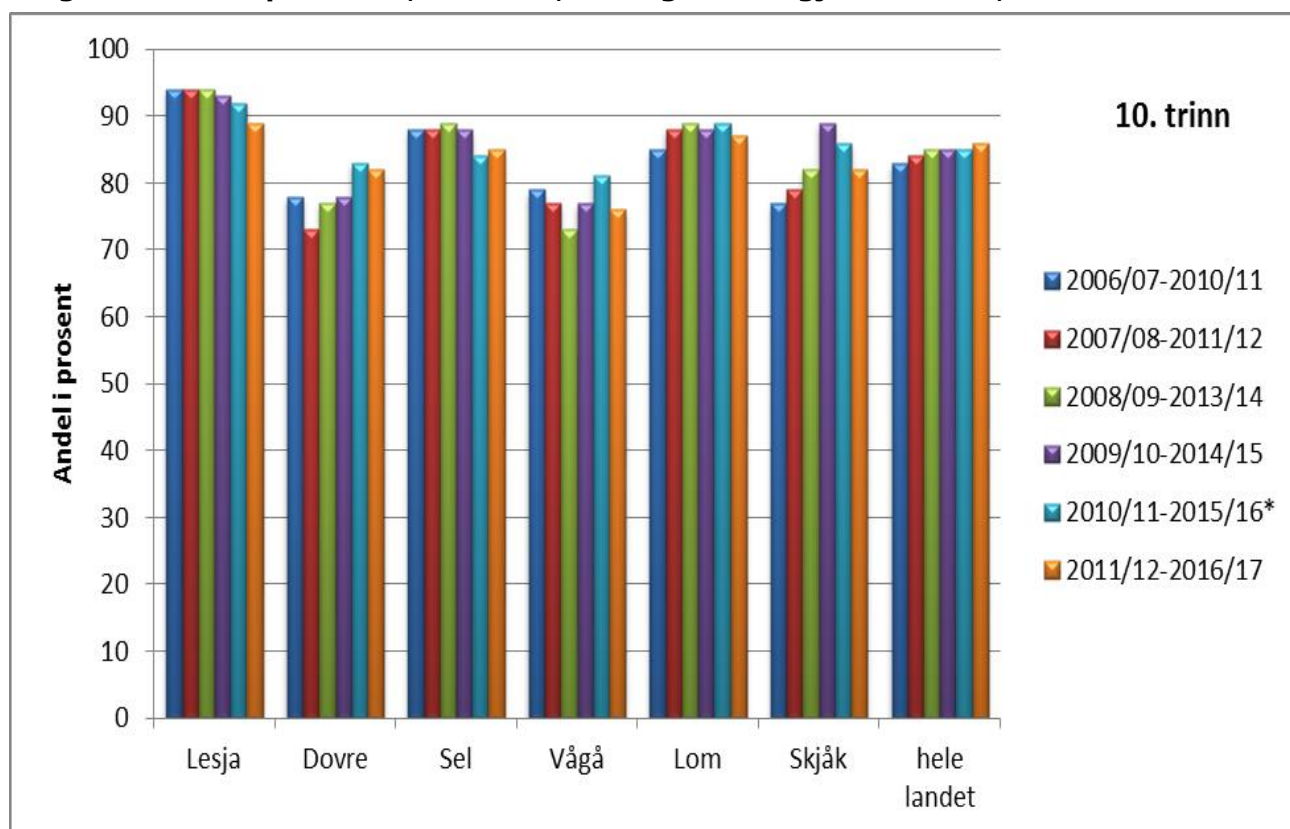
Andel elever på 7. trinn som trives godt på skolen i prosent av alle som svarte på undersøkelsen. Statistikken viser 5 års glidende gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for overlappende 5-årsperioder). De angitte årstallene er siste årstall (våren) i hvert skoleår. Standardiserte tall. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Trivsel på skolen, 10. trinn, 2007-2017



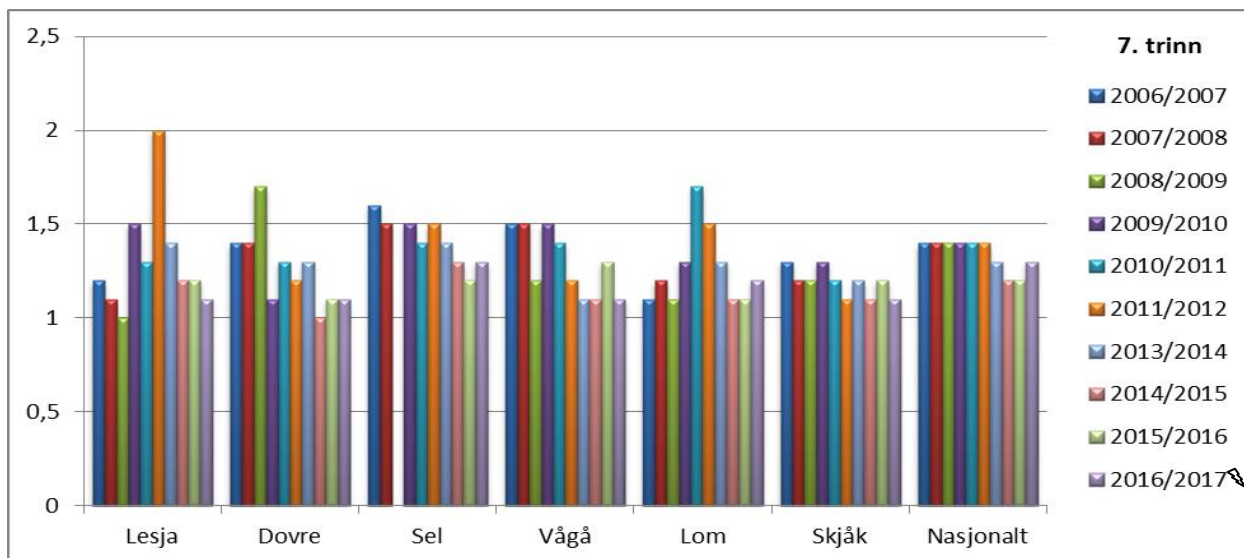
Skala: 1-5. Høy verdi betyr positivt resultat. Kilde: Utdanningsdirektoratet, skoleporten

Diagram: Trivsel på skolen, 10. trinn, 5 års glidende gjennomsnitt, 2012-2017



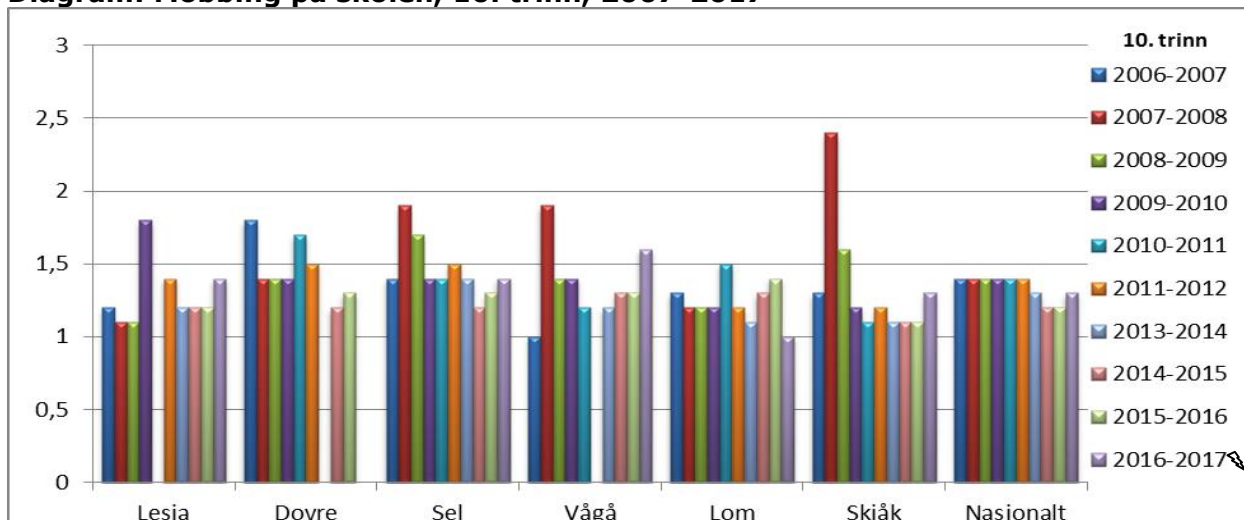
Andel elever på 10. trinnsom trives godt på skolen i prosent av alle som svarte på undersøkelsen. Statistikken viser 5 års glidende gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for overlappende 5-årsperioder). De angitte årstallene er siste årstall (våren) i hvert skoleår. Standardiserte tall. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Mobbing på skolen, 7. trinn, 2007-2017



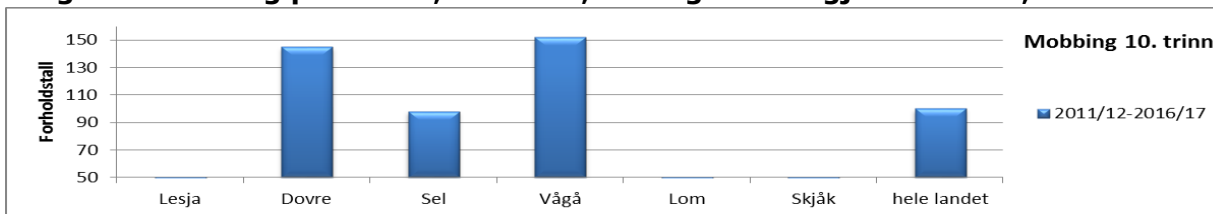
Skala: 1-5. Lav verdi betyr liten forekomst av mobbing. ⚠ Brudd i tidsrekke. Tallene er ikke sammenlignbare med tidligere år. Kilde: Utdanningsdirektoratet, skoleporten

Diagram: Mobbing på skolen, 10. trinn, 2007-2017



Skala: 1-5. Lav verdi betyr liten forekomst av mobbing. ⚠ Brudd i tidsrekke. Tallene er ikke sammenlignbare med tidligere år. Kilde: Utdanningsdirektoratet, skoleporten

Diagram: Mobbing på skolen, 10. trinn, 5 års glidende gjennomsnitt, 2012-2017



Andel elever i 10. som har opplevd mobbing de siste månedene i prosent av alle elever som deltok i undersøkelsen – oppgitt i forholdstall der Norge alltid er 100. Kommunens verdi angir forholdet mellom kommunens standardiserte andel og andelen på landsbasis et gitt år, angitt som gjennomsnitt over 5-årsperioder. Tallet på andelen som oppgir at de mobbes er påvirket av endringer i spørreskjemaet både i 2013 og i 2016. Tallet for andelen er derfor basert på ulike definisjoner og nivået vil derfor ikke være sammenlignbar med annen statistikk på mobbing fra Elevundersøkelsen 2016. Derfor presenteres kun forholdstall i denne tabellen. Eksempler; forholdstall = 130 betyr at kommunens standardiserte andel er 30 % høyere enn landsnivået. Definisjonen som elevene blir presentert for i Elevundersøkelsen er: "Med mobbing mener vi gjentatte negative handlinger fra en eller flere sammen, mot en elev som kan ha vanskelig for å forsvare seg. Mobbing kan være å kalle en annen stygge ting og erte, holde en annen utenfor, baksnakke eller slå, dytte eller holde fast." Tallene inkluderer de som har svart "2 eller 3 ganger i måneden", "omtrent 1 gang i uken" eller "flere ganger i uken" på spørsmålet "Er du blitt mobbet på skolen de siste månedene?".

4.3.4 Sosial støtte

I ungdataundersøkelsen i 2018 8.-10. trinn i oppga 95 % at de helt sikkert hadde eller trodde de hadde minst en venn som de kunne stole fullstendig på og betro seg til om alt mulig. 4 % trodde ikke de hadde det – eller hadde ingen de ville kalle venner da de svarte på undersøkelsen. 1 % i regionen hadde ingen de ville kalle venner da de svarte på undersøkelsen.

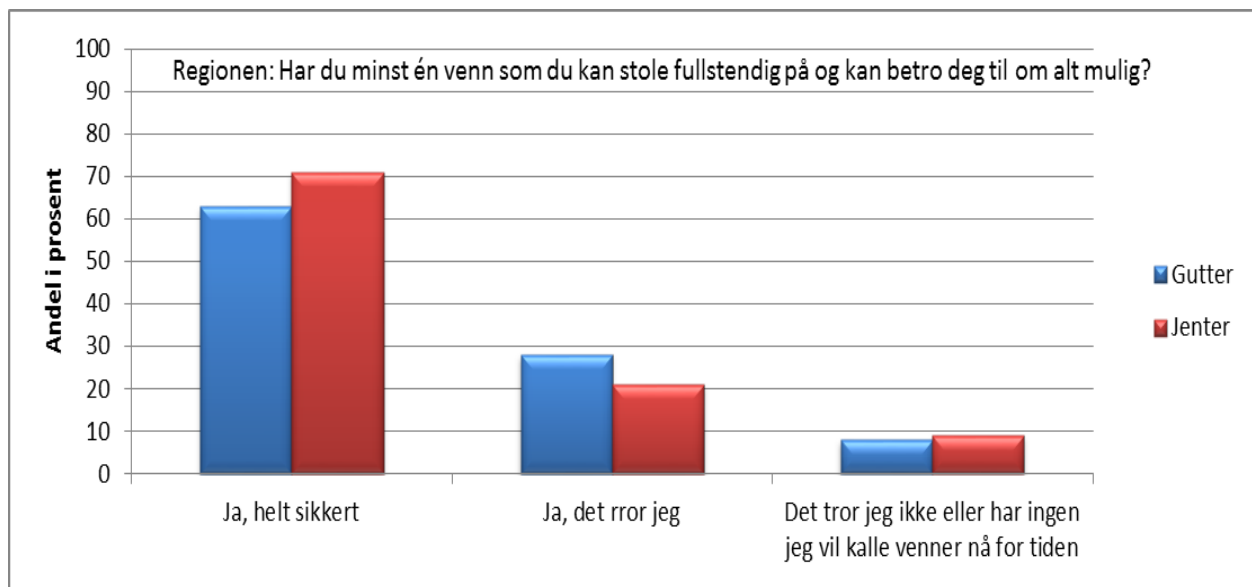
43 % var helt enige og 40 % litt enige i at lærerne på skolen brydde seg om dem. De øvrige var litt eller helt uenige i utsagnet.

God sosial støtte innebærer at en får kjærlighet og omsorg, blir aktet og verdsatt, og at en tilhører et sosialt nettverk og et fellesskap med gjensidige forpliktelser. Det motsatte av god sosial støtte er ensomhet. Sosial støtte er viktig for fysisk og psykisk helse. Sosial støtte påvirker risikoen for både hjerte- og kar sykdommer, infeksjonssykdommer og depresjon. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

Flytting, samlivsbrudd, familiestruktur i endring, lange avstander og lite kollektiv transport kan alle ha betydning for utfordringer mht sosial inkludering.

Diagram: Jevnaldrende – fortrolige, 2015

Andeler jenter og gutter som har - eller ikke har - venner som de kan stole fullstendig på og kan betro



seg til om alt mulig. Kilde: Ungdataundersøkelse 8.- 10. trinn i Nord-Gudbrandsdal, 2015

4.4 Skader og ulykker

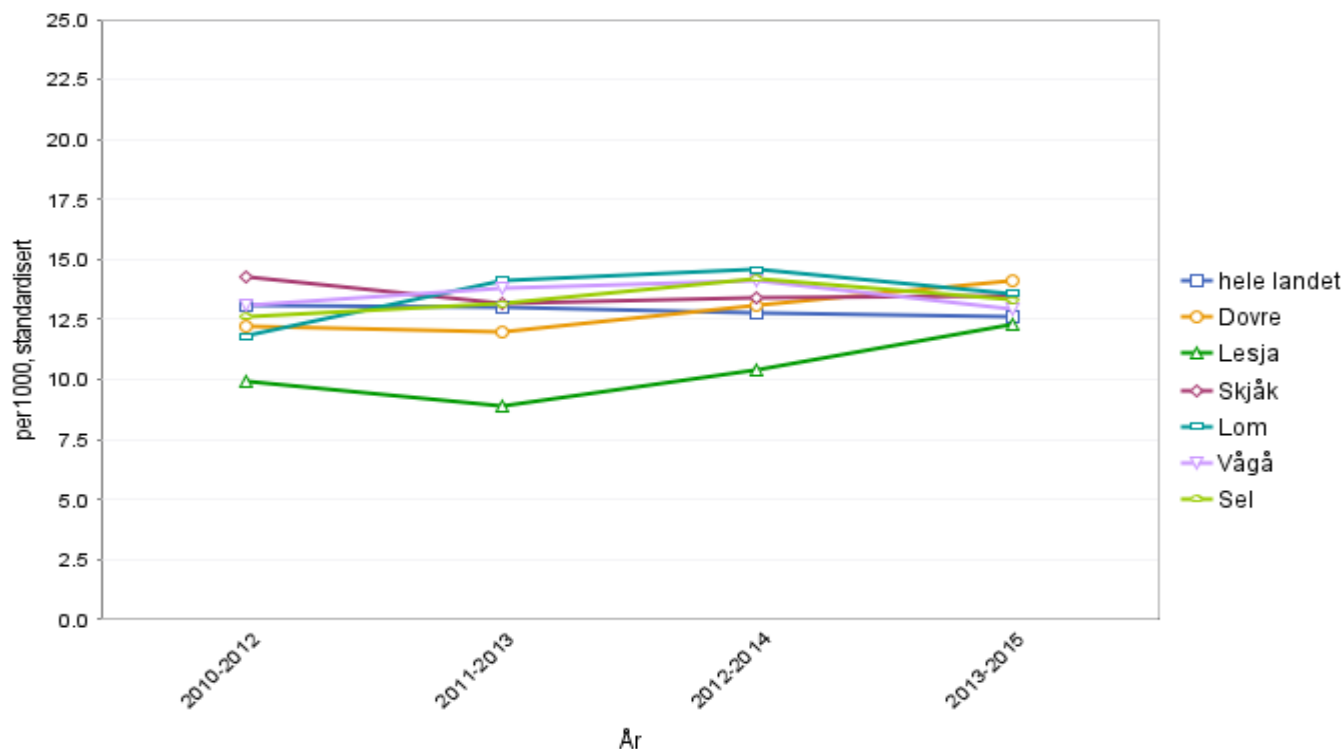
4.4.1 Sykehusinnleggelser etter ulykker

Det har vært små svingninger mht totalt antall (per 1000) innleggelser på sykehuset pga personskader fra 2012 til 2015 (3 års glidende gjennomsnitt). I perioden 2013-2015 ble det lagt inn 90 personer fra Sel på sykehus etter ulykker (i årlig gjennomsnitt). 19 av innleggelsene skyldtes hoftebrudd og 11 hodeskader.

Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator: Selv om dødeligheten av skader og ulykker har gått nedover siden 1950-tallet er ulykkesskader fortsatt et helseproblem, spesielt blant barn, unge og eldre. Blant eldre er hoftebrudd spesielt alvorlig fordi det kan medføre redusert funksjonsevne og behov for hjelp, og dermed redusert livskvalitet. Blant ungdom og unge menn forårsaker trafikkulykker både redusert helse og tapte liv. Det er et betydelig potensial for forebygging av ulykker. Sykehusbehandlede personskader viser kun omfanget av de alvorligste ulykkesskadene.

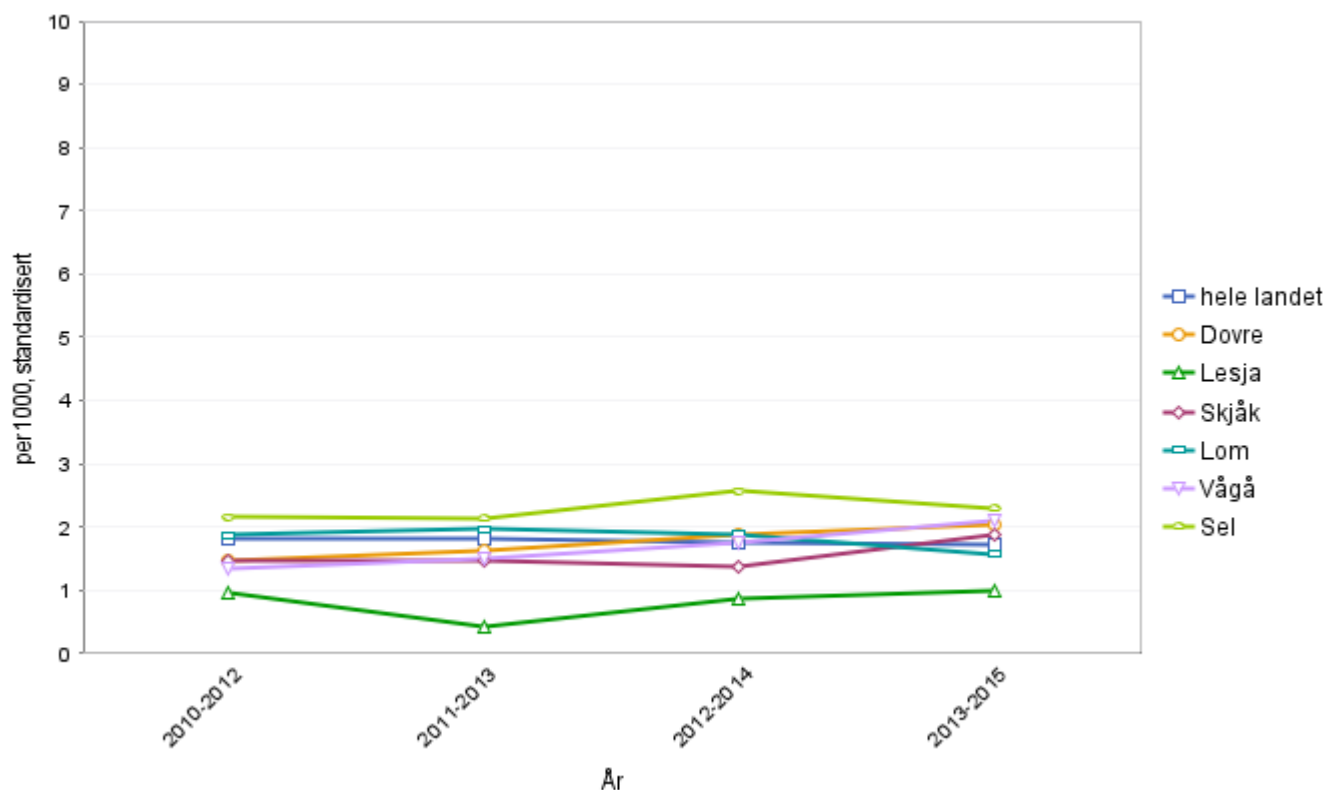
Årsaker til hoftebrudd er sammensatte: Indre faktorer som tidligere fall, medisinbruk, sykdommer, svekket gange og balanse, stillesittende liv, frykt for fall, mangelfull ernæring, svekkede kognitive funksjoner og syn. Ytre faktorer som omgivelsesfaktorer (dårlig lys, glatte eller ujevne underlag, dårlig strøing om vinteren m.m.), dårlige sko og klær. (Et hoftebrudd koster mellom 300.000 og en million kroner det første året.)

Diagram: Sykehusinnleggelser skader, 3 års glidende gj.snitt, 2012-2015



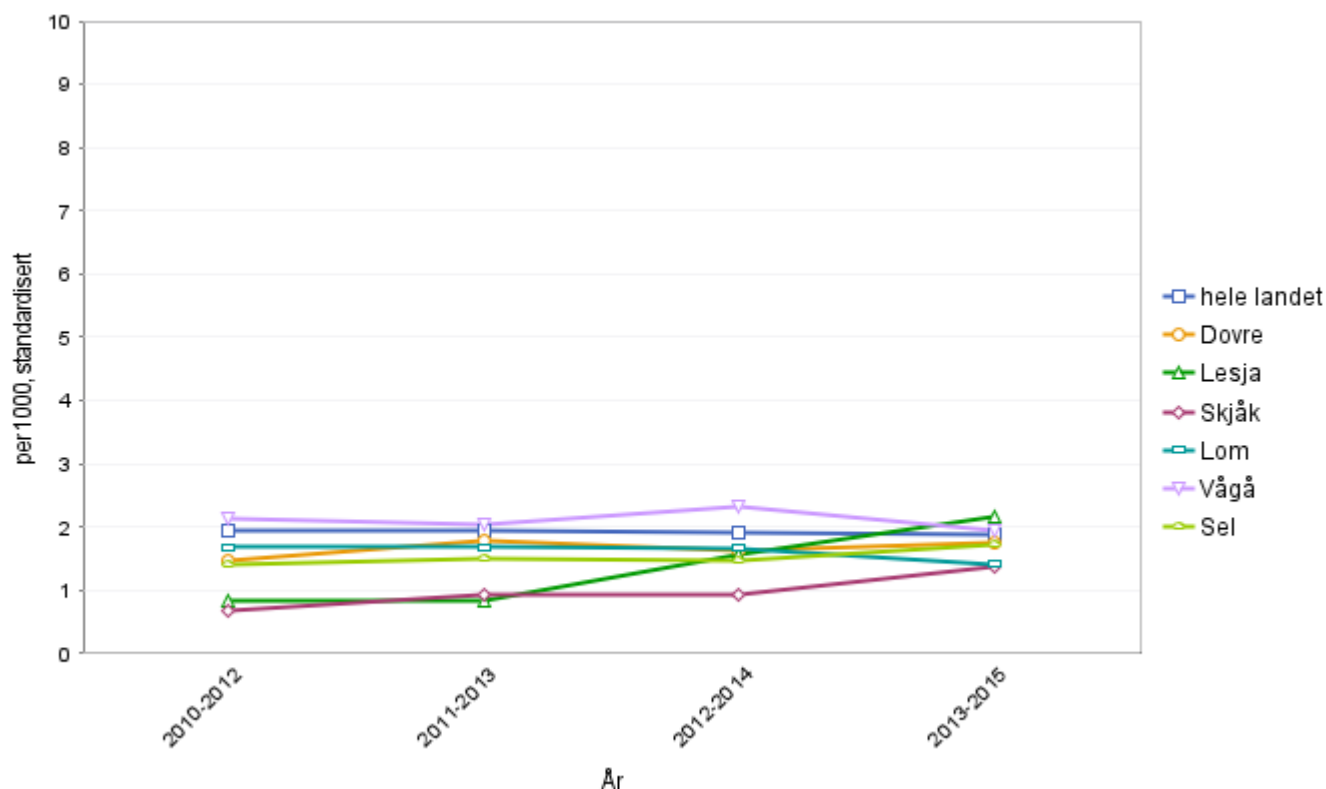
Antall pasienter innlagt (dag- og døgnopphold) i somatiske sykehus med skader per 1000 innbyggere per år, standardiserte tall. Statistikken viser 3 års gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommune helsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Sykehusinnleggelser hoftebrudd, 3 års glidende gj.snitt, 2012-2015



Antall pasienter innlagt (dag- og døgnopphold) i somatiske sykehus med hoftebrudd per 1000 innbyggere per år, standardiserte tall. 3 års gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Sykehusinnleggelser hodeskader, 3 års glidende gj.snitt, 2012-2015



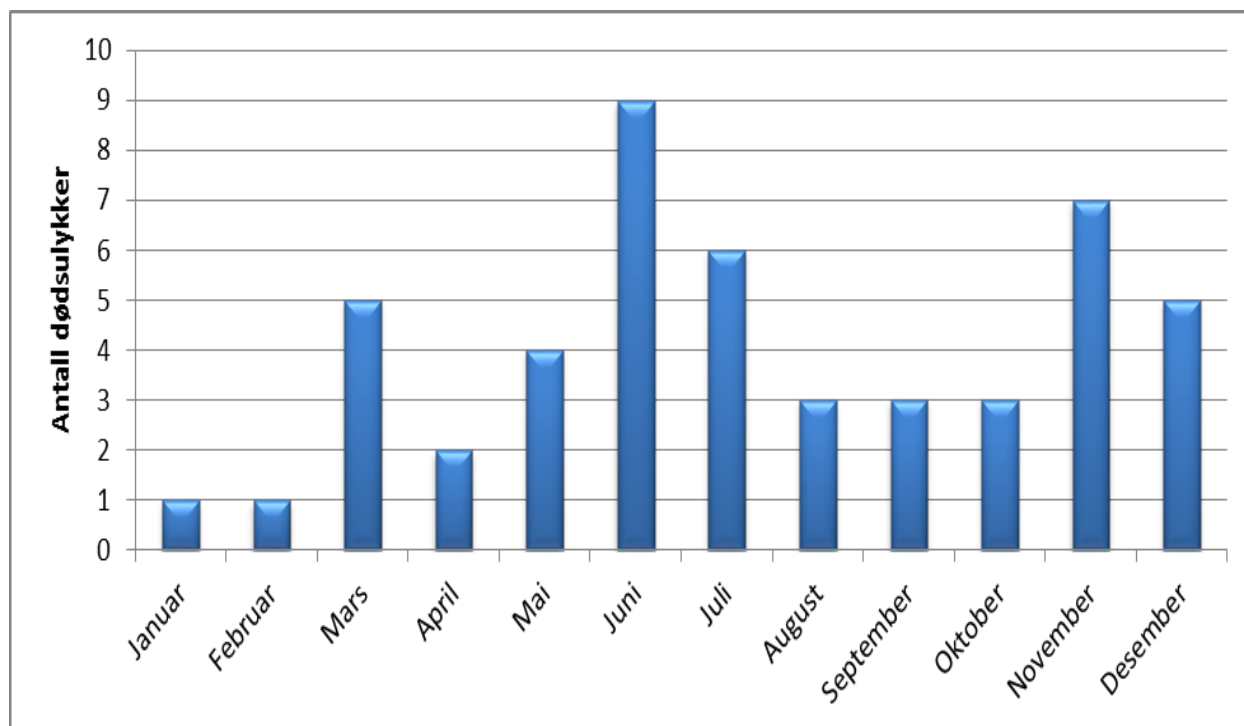
Antall pasienter innlagt (dag- og døgnopphold) i somatiske sykehus med hodeskader per 1000 innbyggere per år, standardiserte tall. 3 års gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.4.2 Trafikkulykker

13 av de 50 dødsulykkene (58 drepte totalt) i veitrafikken i Nord-Gudbrandsdal i perioden 1999-2016 skjedde i Sel kommune. I samme periode ble 1025 personer skadet i trafikken i Nord-Gudbrandsdal, 301 av disse i Sel kommune. Det er ikke registrert dødsulykker i regionen i 2016. 10 personer ble skadet i trafikken i Sel i 2016. Juni er den måneden som er mest ulykkesutsatt.

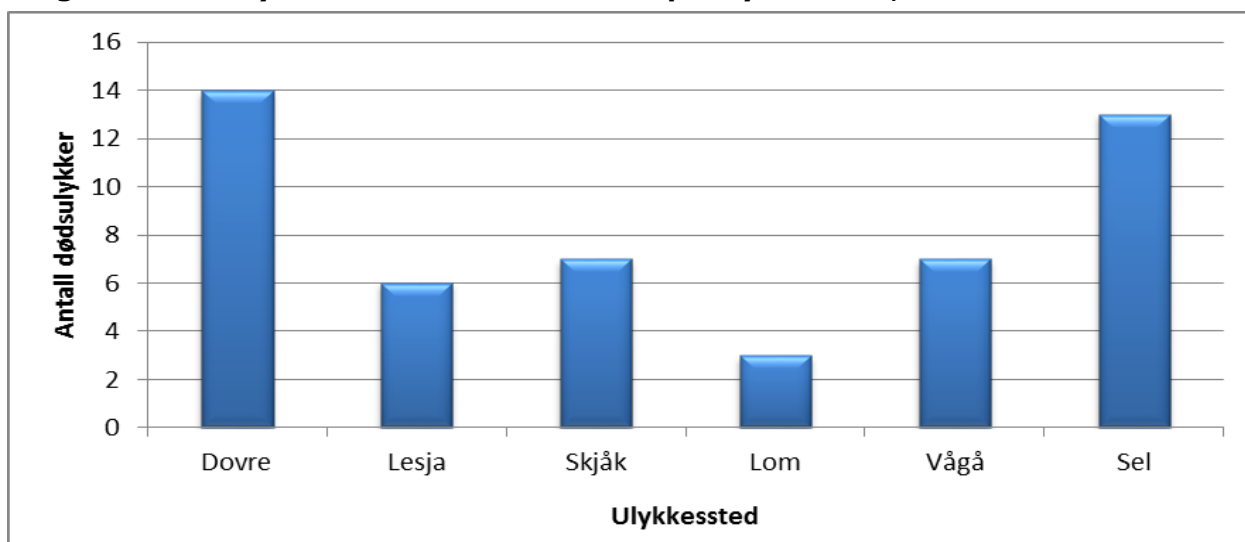
Ulykker som fører til personskade er en stor utfordring for folkehelsen. Personskader som følge av ulykker er nesten i samme størrelsesorden som kreft i Norge målt i tapte leveår. Spesielt for ulykker med personskader er at det tar relativt mange unge liv, og det er den største dødsårsaken for personer under 45 år. Men våre muligheter for å forebygge ulykker er gode hvis det legges til rette for det, og effekten av tiltak kommer raskt. *Kilde: Ulykker i Norge. Nasjonal strategi for forebygging av ulykker som medfører personskade 2009-2014.*

Diagram: Dødsulykker i veitrafikken i Nord-Gudbrandsdal fordelt på måneder, 1999-2016



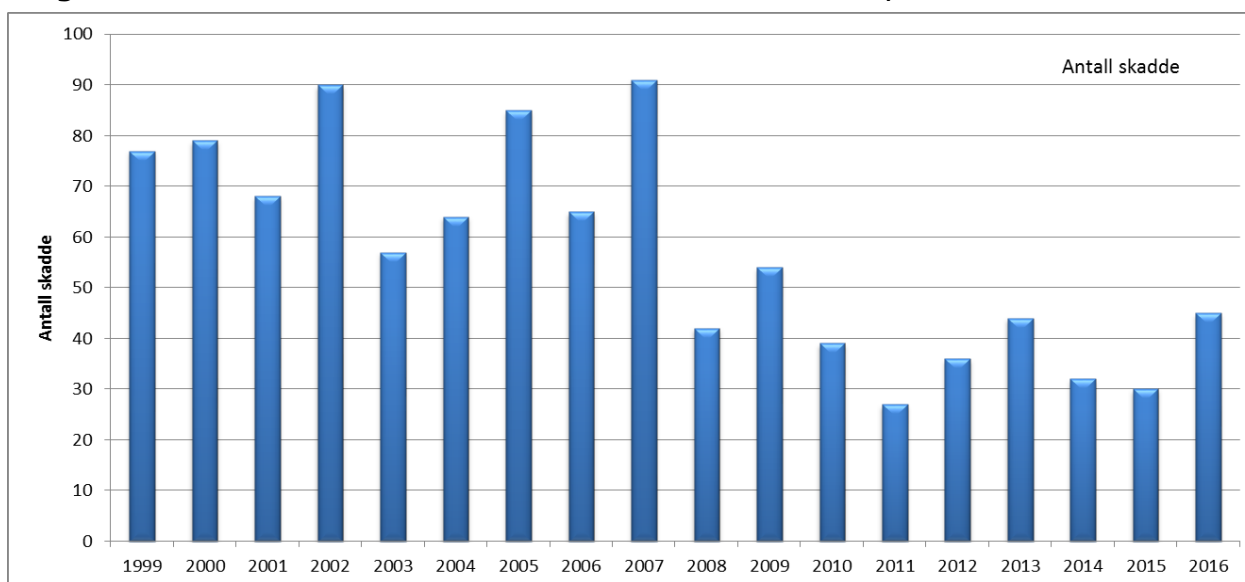
Antall dødsulykker i veitrafikken i Nord-Gudbrandsdal fordelt på måned ulykkene skjedde. Kilde: SSB

Diagram: Dødsulykker i veitrafikken fordelt på ulykkessted, 1999-2016



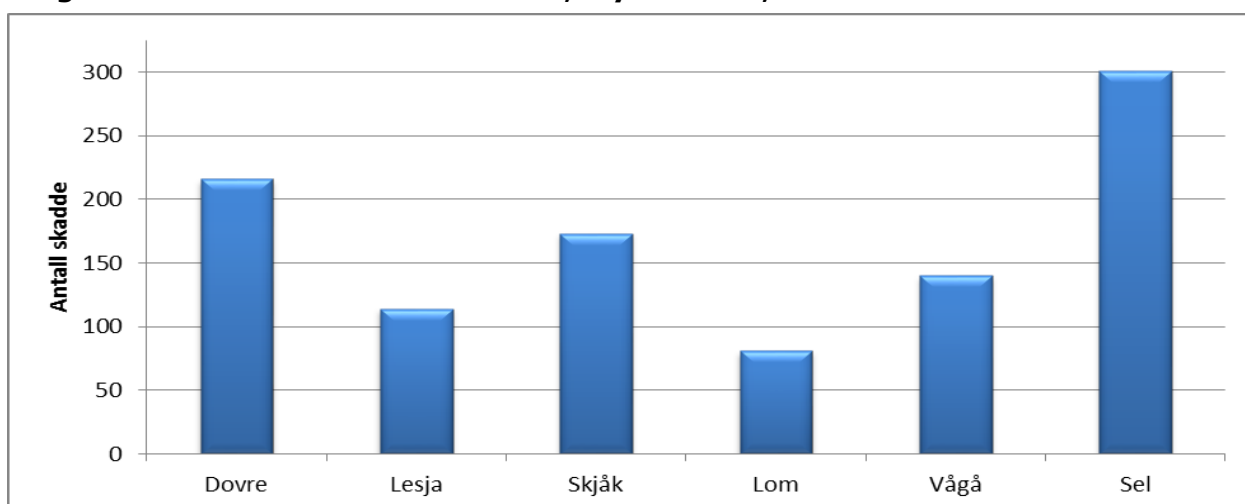
Antall dødsulykker i veitrafikken i Nord-Gudbrandsdal fordelt på kommune der ulykken skjedde. Kilde: SSB

Diagram: Antall skadde i veitrafikken i Nord-Gudbrandsdal, 1999-2016



Antall skadde i veitrafikken i Nord-Gudbrandsdal fordelt på år ulykkene skjedde. Kilde: SSB

Diagram: Antall skadde i veitrafikken, ulykkessted, 1999-2016



Antall skadde i veitrafikken i de forskjellige kommunene i Nord-Gudbrandsdal. Kilde: SSB

4.4.3 Vold

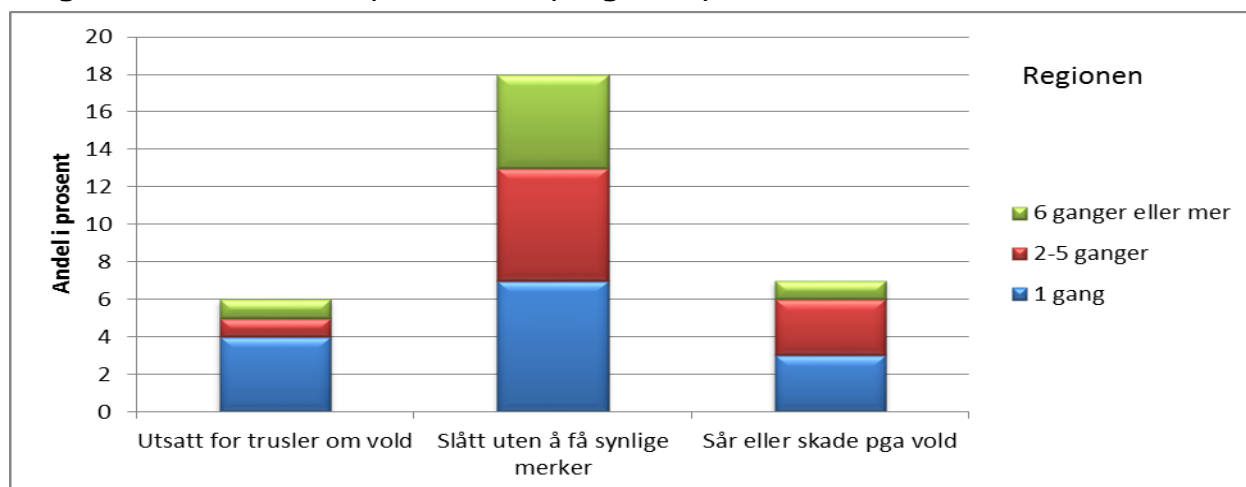
Tall fra ungdataundersøkelsen i regionen 8.-10. trinn 2018 – minst en gang siste året:

- 8 % hadde blitt utsatt for trusler om vold
- 17 % hadde blitt slått uten å få synlige merker
- 10 % hadde fått sår eller skader pga vold uten at de trengte legebehandling
- Ingen hadde blitt skadet så sterkt at det krevde legebehandling

I tillegg til de synlige og umiddelbare fysiske skadene volden medfører, er det klare sammenhenger mellom vold og senere fysisk og psykisk uhelse. Vold i nære relasjoner har også store sosiale konsekvenser og kan føre til isolasjon, økonomiske problemer og arbeidsuførhet. Å utsettes for vold i hjemmet gir barn risiko for alvorlige psykiske og atferdsmessige problemer. I tillegg til lidelser for enkeltpersoner og familier, er det store samfunnsøkonomiske konsekvenser av vold i nære relasjoner. *Kilde Stortingsmelding 15 (2012-2013), Forebygging og bekjempelse av vold i nære relasjoner*

Til tross for større åpenhet og bevissthet rundt vold i nære relasjoner opplever mange det som vanskelig å identifisere seg selv som voldsutsatt - rollen er assosiert med avmakt og stigmatisering. *Kilde: Våge å se, våge å spørre, tørre å handle. Norsk krisesenterforbund*

Diagram: Utsatt for vold, 8-10. trinn, regionen, 2015



Andeler som har blitt utsatt for trusler om vold, slått uten å få synlige merker eller fått sår eller skader pga vold uten at det var nødvendig med legebehandling i løpet av de siste 12 månedene. 8.-10. trinn, regionen. Kilde: Ungdataundersøkelse Nord-Gudbrandsdal 2015

4.5 Helsereelatert atferd

4.5.1 Deltakelse i aktiviteter

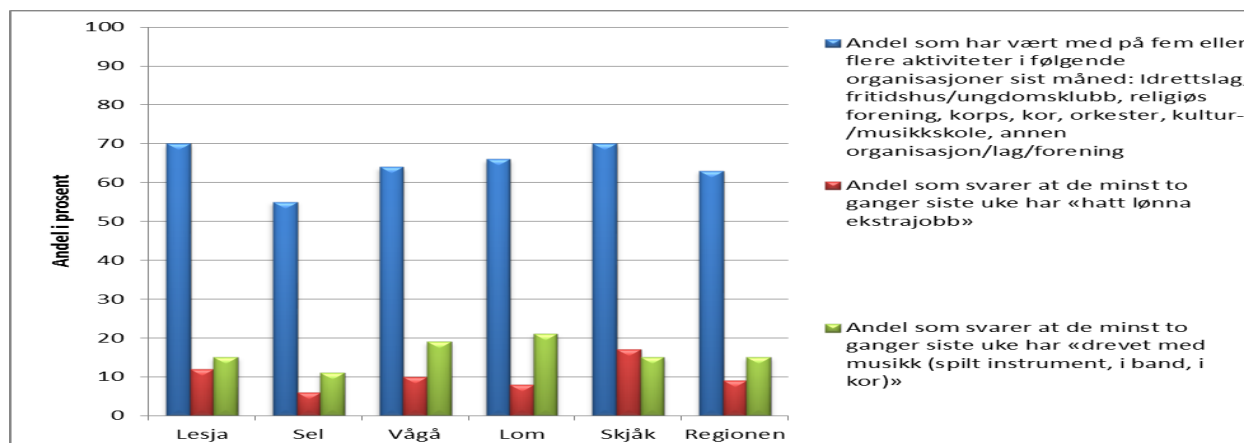
Tall fra ungdomsundersøkelsen i Sel i 2018:

- 64 % var med, men 13 % hadde aldri vært med i en organisasjon/klubb/lag/forening.
- 41 % hadde vært med på fem eller flere aktiviteter i Idrettslag siste måned: 13% i musikk/kulturskole
- 19 % hadde vært med på fritids-/ungdomsklubb/-hus en gang eller mer siste måned.
- 9 % hadde drevet med musikk minst to ganger siste uke.

Frivillig sektor representerer en betydelig ressurs og bidrar til engasjement, meningsfulle aktiviteter og utfører viktige samfunnsoppgaver. Et rikt og mangfoldig organisasjonsliv er av stor betydning for demokrati, fellesskap og velferd. Frivillighet er viktig som folkehelseressurs, og kan knyttes til blant annet livskvalitet, psykisk helse, friluftsliv og idrett, trivsel og aktivitet i nærmiljøene. Mennesker som deltar i frivillig arbeid ser ut til å ha bedre tilfredshet med livet og bedre mestringsfølelse enn de som ikke deltar. *Kilde: Samfunnsutvikling for god folkehelse. Rapport om status og råd for videreutvikling av folkehelsearbeidet i Norge. Helsedirektoratet 2014.*

Ved å sammenligne opplysninger om deltagelse i kulturelle aktiviteter med helseopplysninger, fant forskerne som gjennomførte HUNT-undersøkelsen (Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag) at alle som konsumerte kultur i en eller annen form, opplevde bedre helse, var mer tilfreds med livet sitt og hadde mindre forekomster av angst og depresjon, sammenlignet med folk som ikke var så opptatt av kultur. Det vil si at enten du er korpsmusikant, spiller i rockeband, er ivrig kulturfestivaldeltager eller rett og slett fotballsupporter, så er den kulturaktiviteten du bedriver, helsebringende. *Kilde: Bedre helse med kultur. En artikkel fra NTNU*

Diagram: Ungdoms deltakelse i foreninger og organisasjoner, 2015



Andeler i Lesja, Sel, Lom, Skjåk og Regionen (eksl. Dovre) som rapporterte aktivitet organisasjon, arbeid eller musikk siste måned. Kilde: Ungdataundersøkelsen 2015

4.5.2 Tid brukt på ulike medier

Tall fra ungdomsundersøkelsen i Sel i 2015 – tid på skjerm (TV, data, nettbrett, mobil) daglig utenom skoletid:

- Mindre enn 1 time: 4 %
- 1-2 timer: 10 %
- 2-3 timer: 19 %
- 3-4 timer: 30 %
- Mer enn 4 timer: 37 %

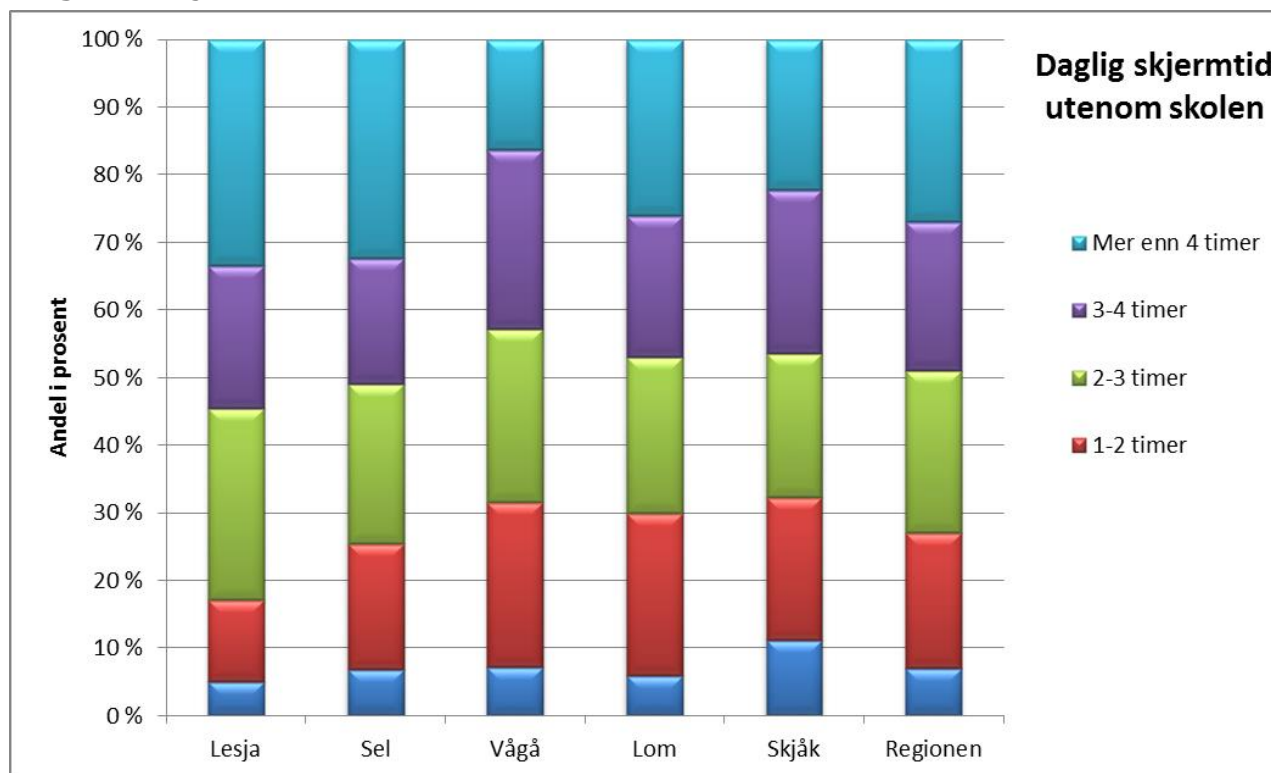
Det var langt flere jenter enn gutter som brukte mye tid på sosiale medier og omvendt når det gjaldt dataspill.

Bruk av ulike medier (data, nettbrett, mobil) mm har mange positive aspekter, men det er viktig å vurdere når det får negative konsekvenser som f.eks. søvnproblemer, isolering og inaktivitet.

Studier viser at nettbrett- og elektronikkbruk kan påvirke søvnvanene våre negativt.

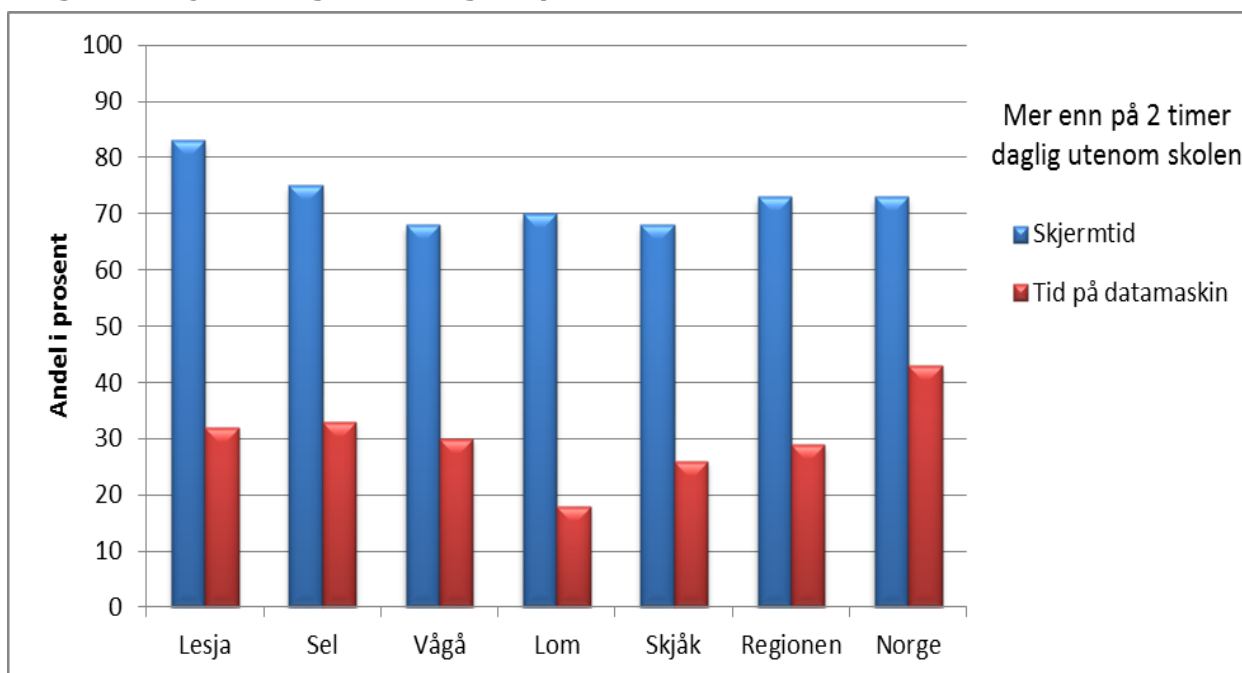
Kilde: *Forskning.no*

Diagram: Skjermtid, 2015



Andeler som brukte definert tid daglig på skjerm (TV, mobil, data, nettbrett) utenom skolen. Tilgang til data for øvrige kommuner mangler pr. i dag. Kilde: Ungdataundersøkelsen, 2015

Diagram: Skjermtid generelt og tid på data, 2015



Andeler som brukte mer enn to timer daglig på skjerm (TV, mobil, data, nettbrett) eller datamaskin utenom skolen. Kilde: Ungdataundersøkelsen, 2015

4.5.3 Tid brukt på lekser

Gjennomsnittlig tid brukt per dag på lekser og annet skolearbeid (utenom skoletida) for elever på ungdomsskolen i Sel i 2018:

- Mindre enn ½ time: 20 %
- ½-1 time: 40 %
- 1-2 timer: 28 %
- 2-3 timer: 13 %

32 % i Sel var helt eller litt enige i utsagnet «Jeg blir stresset av skolearbeidet».

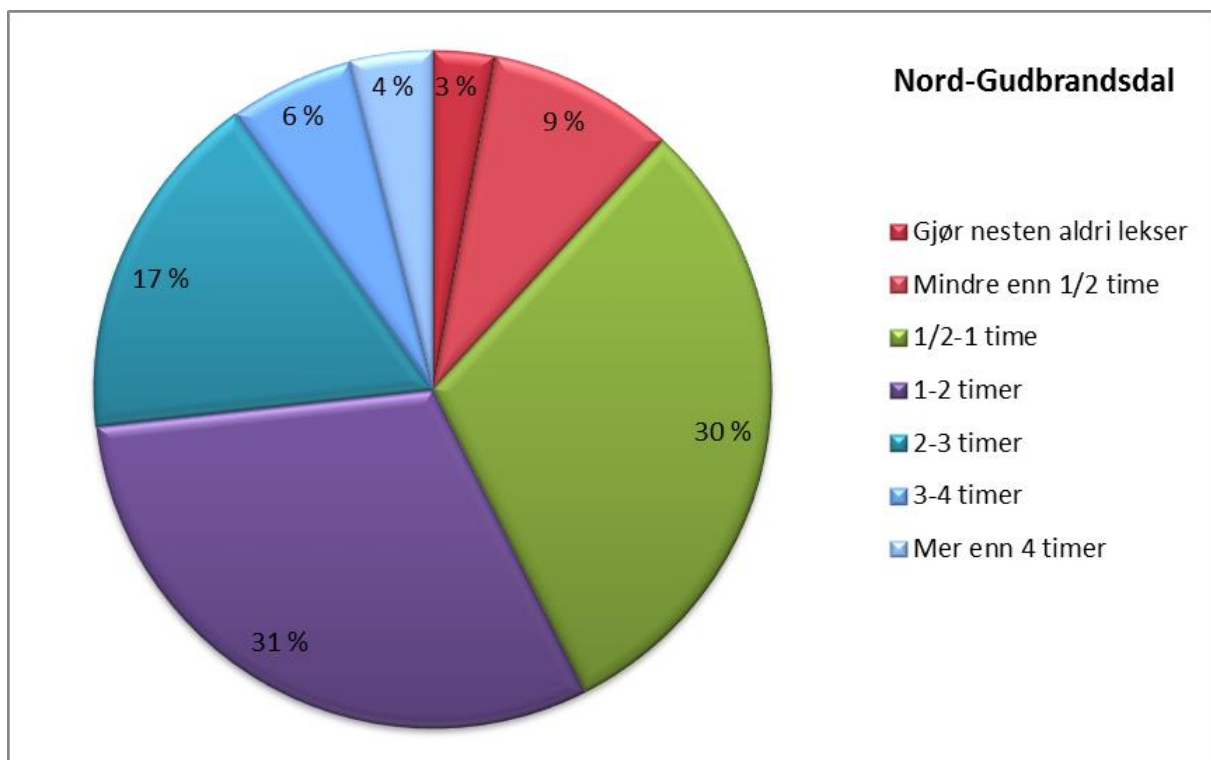
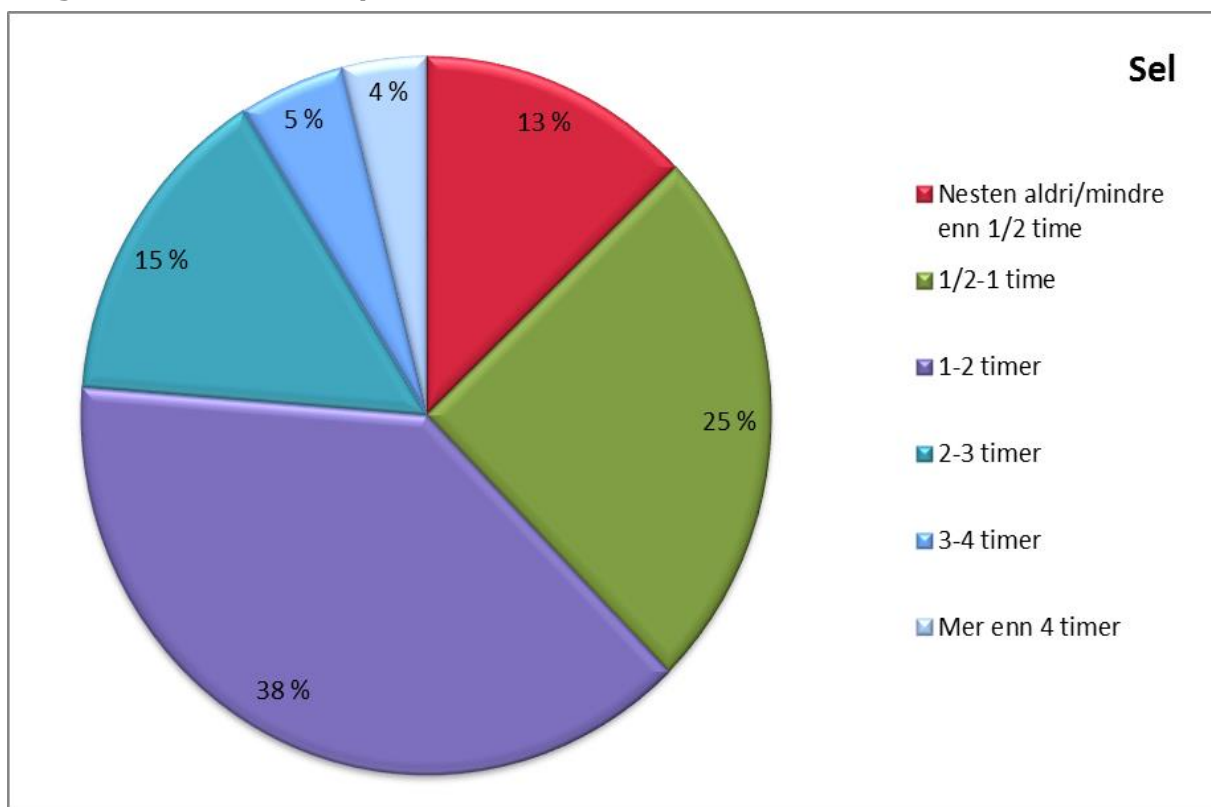
Flere jenter enn gutter brukte minst én time daglig på lekser-

Sammenhengene mellom opplevd skolestress og depressive plager er betydelige. Sammenhengene er nokså like for gutter og jenter, men altså noe sterkere for jentene.
Kilde: NOVA rapport 6/17, Stress og press blant ungdom

(Det er ikke data som viser opplevd skolestress opp mot tid på lekser.)

Elever med lav sosioøkonomisk bakgrunn noe oftere ikke bruker tid på lekser sammenlignet med elever med høy sosioøkonomisk bakgrunn. Årsaker til dette kan for eksempel være lav motivasjon, kunnskapsmangel eller dårlige læringsforhold. Samtidig viser studien at blant de elever som bruker tid på lekser, så bruker elever med lav sosioøkonomisk bakgrunn mer tid enn elever med høy sosioøkonomisk bakgrunn. Grunner til dette kan være at de i gjennomsnitt trenger mer tid på å løse oppgaver og at de strever mer. Mer tid brukt på lekser kan også gjenspeile høyere ambisjoner, uavhengig av sosioøkonomisk bakgrunn. *Kilde: Homework and pupil achievement in Norway: Evidence from TIMSS. SSB-rapport 1/2010.*

Diagrammer: Tid brukt på lekser, 2015



Svarfordeling på spørsmål om hvor lang tid den enkelte elev brukte gjennomsnittlig per dag på lekser og annet skolearbeid (utenom skoletida) – i Sel og i Nord-Gudbrandsdal Andel i prosent, begge kjønn. Regionale tall. Kilde: Ungdata-undersøkelsen i Nord-Gudbrandsdal

4.5.4 Fysisk aktivitet

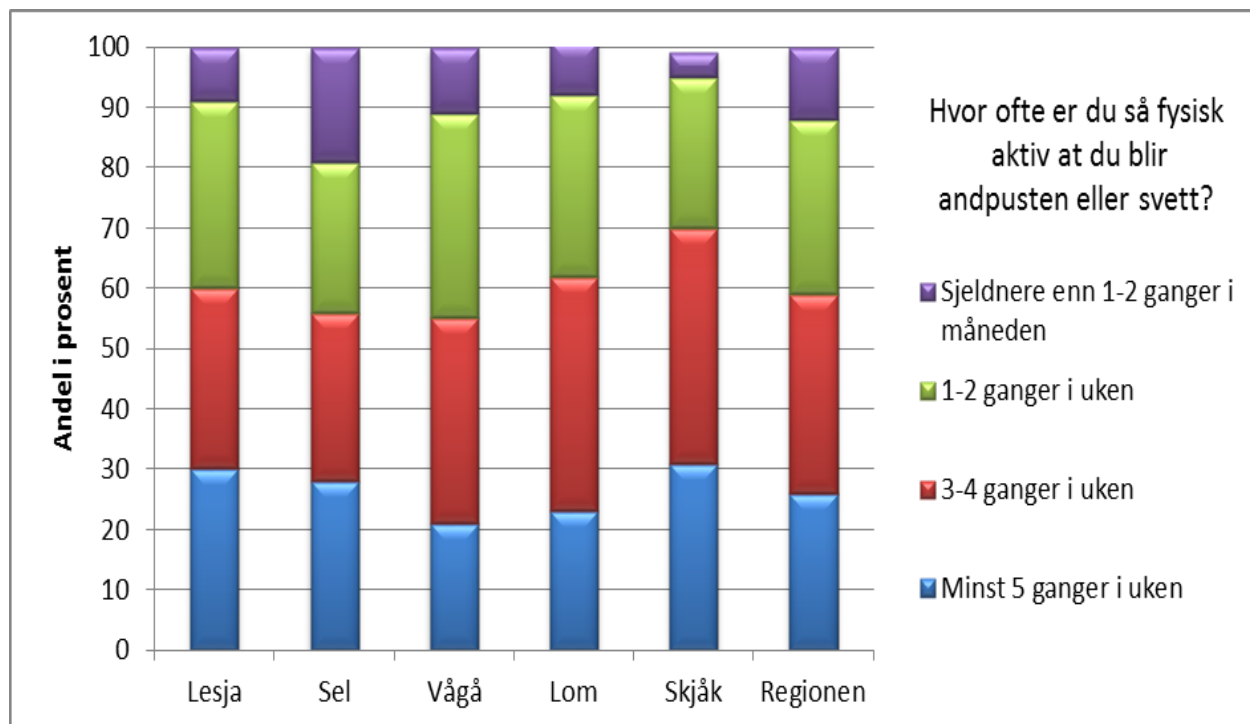
I ungdataundersøkelsen i Sel i 2018 sa 59 % at de var fysisk aktiv (svette eller andpustne) 3 ganger eller mer i uken og 21 % 1-2 ganger i måneden eller sjeldnere.

Regelmessig fysisk aktivitet er nødvendig for at barn skal oppnå normal vekst og utvikling og for å kunne utvikle motorisk kompetanse, muskelstyrke og kondisjon.

Regelmessig fysisk aktivitet har videre en positiv effekt på stress, smerter, generell fysisk og psykisk helse og livskvalitet.

Årsaker til inaktivitet blant barn og unge kan bl.a. være at mer tid blir brukt foran skjerm og at de blir kjørt mellom aktiviteter.

Diagram: Fysisk aktivitet, ungdom, 2015



Hvor ofte andeler av ungdommen på 8.-10. trinn var så fysisk aktive at de ble andpustne eller svette.
Kilde: Ungdataundersøkelse Nord-Gudbrandsdal 2015

4.5.5 Kosthold

Resultat fra ungdataundersøkelsen i 2018 i Sel, andel som spiste grønnsaker:

15% hver dag

13% mindre enn en dag i uka

6 % drakk energidrikk 4 ganger eller mer i uken og 32 % 1-3 ganger i uken.

Å spise sunt og variert, kombinert med fysisk aktivitet er bra både for kropp og velvære. Med riktig hverdagskost kan sykdom forebygges. Ofte kan det å ta små grep i hverdagen ha stor betydning for helsen. Matvarer merket med Nøkkelhullet er et hjelpemiddel for å ta de små, sunne grepene i hverdagen. Det anbefales bl.a. å spise minst fem porsjoner grønnsaker, frukt og bær hver dag. *Kilde: Helsedirektoratet. Kostholdsråd.*

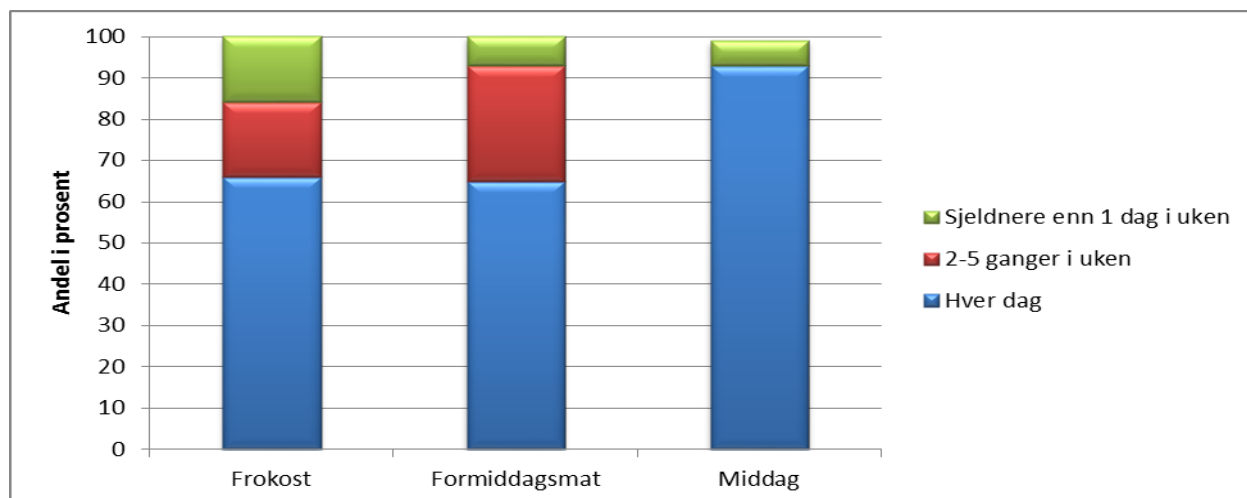
De fleste trenger påfyll av energi om morgenen for at kroppen skal fungere. Det kan være vanskeligere å konsentrere seg, og både humør og arbeidslyst kan bli dårligere når frokosten droppes.

Mange barn får i seg for mye sukker gjennom brus eller saft. En halv liter brus eller saft inneholder cirka 50 gram sukker. Det tilsvarer 25 sukkerbiter.

Kilde: Matportalen.no, Helsedirektoratet

Virkemidlene for å fremme sunne valg ligger i all hovedsak utenfor helsesektoren, og samarbeidet med andre sektorer, frivillige organisasjoner og private aktører er viktig. Dette er en felles oppgave. Ansvaret på tvers av sektorer må i større grad synliggjøres. *Kilde: Meld.St.34 Folkehelsemeldingen 2012-2013. God helse – felles ansvar.*

Diagram: Måltider ungdommen 8.-10. trinn, regionen, 2015



Andeler som spiste frokost, formiddagsmat og middag sjeldnere enn 1 dag i uken, 2-5 ganger i uken og hver dag. Kilde: Ungdataundersøkelsen Nord-Gudbrandsdal, 2015

4.5.6 Røyk og snus

Resultat fra ungdomsundersøkelsen i Sel på 8.-10. trinn i 2018 -

- Røyking – 2 % røyker daglig/ukentlig
- Snus – 4 % røyker daglig/ukentlig

Det har vært en gradvis nedgang etter 2003 når det gjelder røyking blant kvinner ved start av svangerskapet. 5 års glidende gjennomsnitt ga en andel på 33 % i 2003 og 12 % i 2015. Sistnevnte var høyere enn i landet som helhet (9 %).

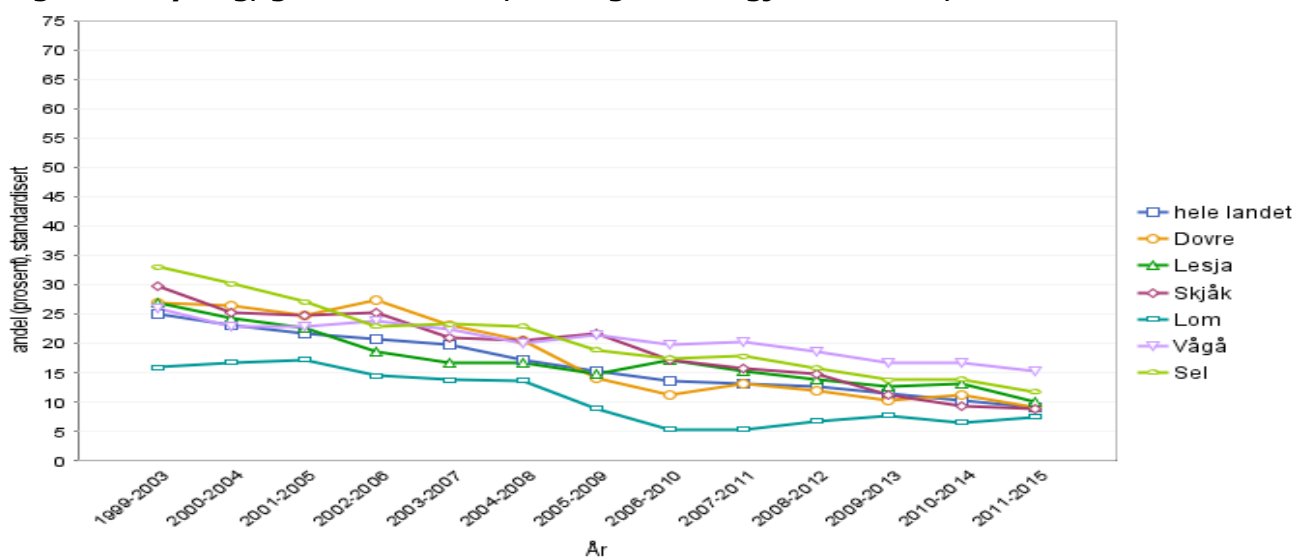
Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator: Røyking er ansett å være en av de viktigste årsakene til redusert helse og levealder. Omtrent halvparten av dem som røyker daglig i mange år, dør av sykdommer som skyldes tobakken. I tillegg rammes mange av sykdommer som fører til vesentlige helseplager og redusert livskvalitet. Studier viser at de som røyker daglig, i snitt dør 10 år tidligere enn ikke-røykere, og 25 prosent av dagligrøykerne dør 20-25 år tidligere enn gjennomsnittlig levealder for ikke-røykere.

Bruk av snus øker risikoen for kreft i bukspyttkjertel, spiserør og munnhule og har flere andre negative effekter. Snus øker risikoen for dødfødsel og for tidlig fødsel. *Kilde: Helsedirektoratet. Sykdom og helseskader ved snus.*

Undersøkelser i Norge har vist tydelige sosioøkonomiske forskjeller i røyking blant voksne, men ikke for bruk av snus. *Kilde: ØF-notat 13/2014*

Årsakene til nedgang i røyking kan være mange bl.a. et strengt regelverk og høye avgifter kombinert med informasjonstiltak, kampanjer og avvenningstilbud.

Diagram: Røyking, gravide kvinner, 5 års glidende gjennomsnitt, 2003-2015



Andel fødende som oppga at de røykte ved svangerskapets begynnelse i prosent av alle fødende med røykeopplysninger. Statistikken viser 5 års glidende gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelsetatistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.5.7 Alkohol og andre rusmidler

Resultat fra på Ungdataundersøkelsen på 8.-10. trinn i Sel i 2018:

- 19 % hadde drukket så mye at de hadde følt seg tydelig beruset minst en gang siste år
- 9 % hadde drukket så mye at de hadde følt seg tydelig beruset 2 ganger eller mer siste 12 måneder 6 % drakk alkohol 1-3 ganger i måneden

Det er lave tall i forhold til cannabisbruk, 2 % har brukt hasj eller marihuana i løpet av siste år-

Det totale alkoholforbruket er en viktig faktor (determinant) for alkoholrelaterte sykdommer og skader i befolkninga. Når det totale forbruket i samfunnet øker, øker både andelen storforbrukere og andelen som ligger i «gråsona» mot et helseskadelig forbruk. Risikoen for kroniske sykdommer knyttet til alkoholbruk øker gradvis. Hos storforbrukere er risikoen høy. For enkeltpersoner i «gråsona-gruppa» er risikoen lavere, men fordi denne gruppen er stor, vil den likevel bidra med mange personer til de samlede helseproblemene i samfunnet.

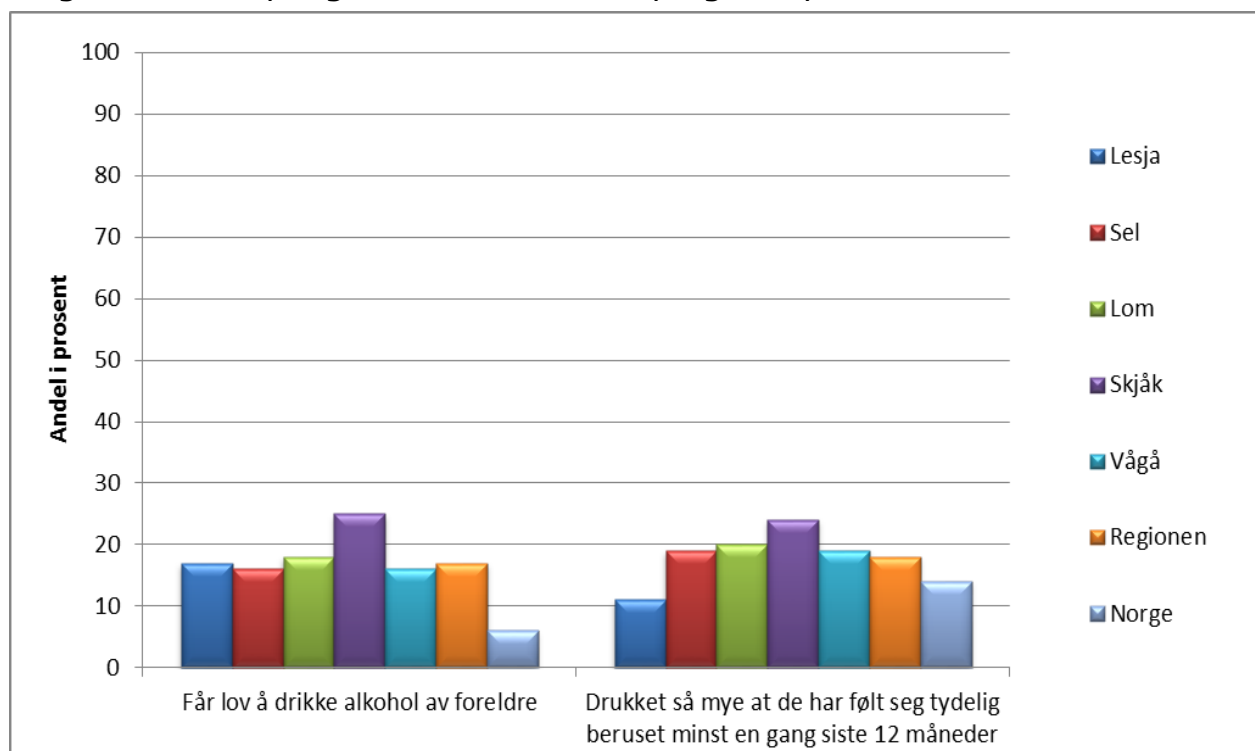
Helseskadene ved alkohol blir først og fremst bestemt av den totale mengde alkohol som kroppen blir utsatt. Alkoholskader kan derfor utvikle seg selv om en person ikke har vært synlig beruset. Skader som skyldes ulykker og vold er ofte knyttet til sporadisk stordriking, uten at det er et generelt storforbruk. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

Følgende kan forklarer alkoholforbruk blant 13-14-åringer:

- Holdninger til bruk av alkohol
- Sosiale normer for drikking
- Oppfatninger om alkohol som sosialiseringsskilde
- Mestringsforventning til å kunne la være å drikke

Rusmiddelarbeid i kommunen omfatter blant annet forvaltning av alkoholloven, rusmiddelforebygging og tidlig intervensjon. Det er spesielt viktig å forebygge overfor barn og unge for på den måten å hindre risikofylt eller skadelig rusmiddelbruk senere i livet. *Kilde: Helsedirektoratet. Rusmiddelarbeid i kommunene.*

Diagram: Alkohol, ungdommen 8.-10. trinn, regionen, 2015



Andel (8. – 10. trinn) som angir at de får lov til å drikke alkohol av foreldrene sine og andel som har drukket så mye alkohol at de har følt seg tydelig beruset minst en gang siste 12 måneder, Kilde: Ungdata-undersøkelsen i Nord-Gudbrandsdal

4.6 Helsetilstand

4.6.1 Opplevelse av helse, subjektiv livskvalitet og selvbilde

Tall fra ungdataundersøkelsen i Sel i 2018:

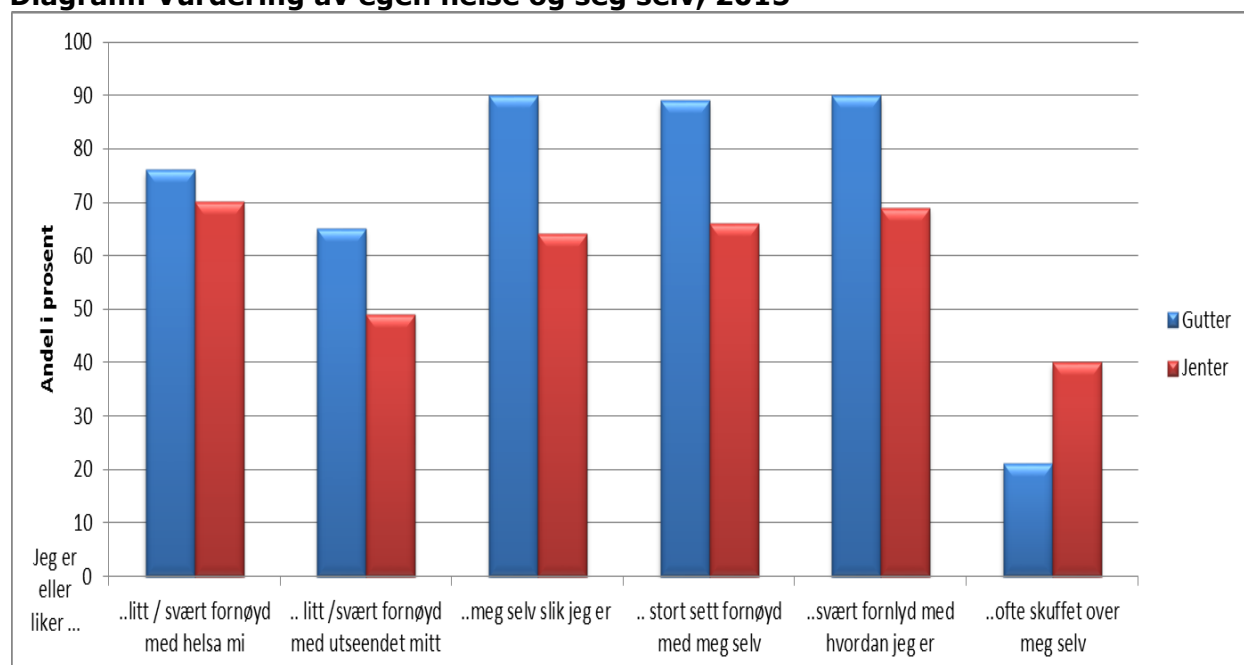
- 78 % var stort sett fornøyd med seg selv.
- 31 % var ofte skuffet over seg selv.
- 18% var ganske eller veldig mye plaget av ensomhet

Det var generelt sett langt flere gutter enn jenter som var fornøyd med seg selv og helsa. (Se diagram for regionale tall.)

Livskvalitet handler om å oppleve glede og mening, vitalitet og tilfredshet, om å bruke personlige styrker, føle interesse, mestring og engasjement og utgjør således en viktig verdi i seg selv. I tillegg har livskvalitet sammenheng med helserelaterte gevinster som bedre fysisk og psykisk helse, sunnere livsstilvalg, sterkere nettverk og sosial støtte. Lykke og livskvalitet styrker også motstandskraften i møte med belastninger. Opplevd livskvalitet er viktig for den enkelte, og kan også bidra til gode familierelasjoner, oppvekstkår, fungering i arbeidslivet, og for befolkningens generelle helse. Fokus på livskvalitet er derfor viktig i det moderne folkehelsearbeidet.

Kilde: Folkehelseinstituttet. Fakta om livskvalitet og lykke. 2014

Diagram: Vurdering av egen helse og seg selv, 2015



Andel gutter og jenter som vurderer helse og hvor fornøyd de er med seg selv og sitt utseende. Regionale tall. Kilde: Ungdata-undersøkelsen i Nord-Gudbrandsdal

4.6.2 Forventet levealder

Forventet levealder har steget gradvis både for menn og kvinner i Sel. Den var 83,7 år for kvinner og 79,6 år for menn i årlig gjennomsnitt i perioden 2002-2016.

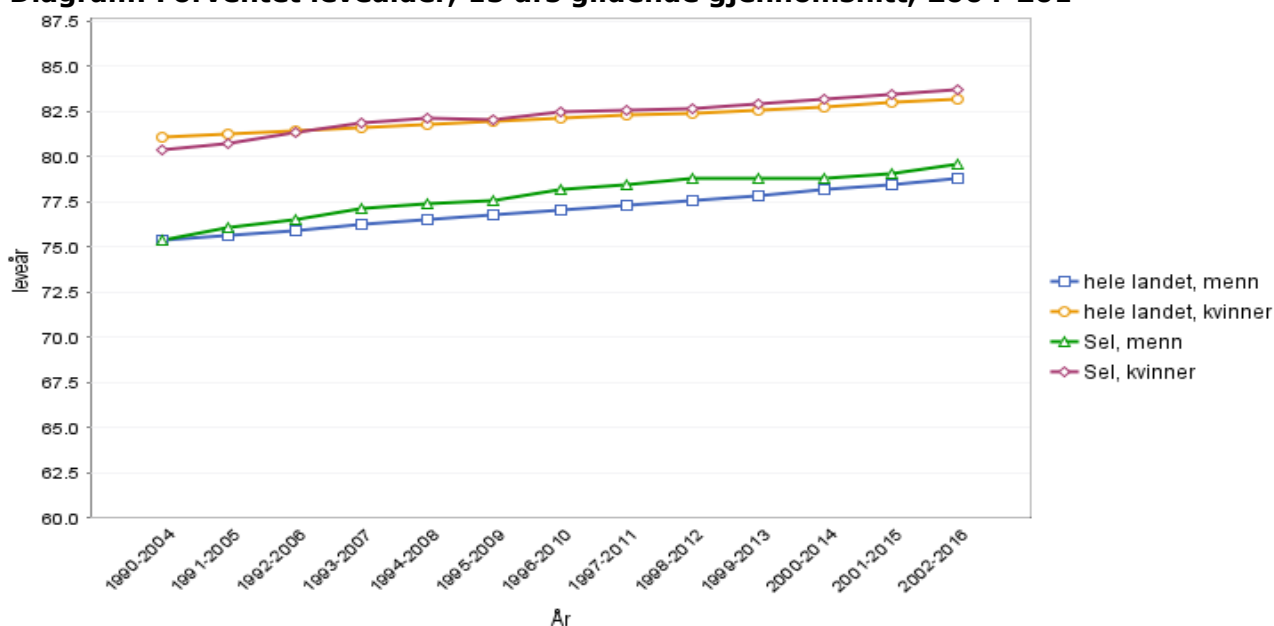
For personer med fullført videregående var forventet levealder i perioden 2001-2015 (årlig gjennomsnitt) 84,8 år for kvinner og 79,8 år for menn. For personer med grunnskole som høyeste utdanning var den lavere – 83,2 år for kvinner og 77 år for menn. Det er ikke data i Sel for forventet levealder menn med høyere utdanning. For kvinner med universitet eller høyskole var den 86,4. I Sel – som på landsbasis er det en jevn stigning i forventet levealder når utdanningsnivået øker.

Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator: For personer med fullført videregående var forventet levealder i perioden 1998-2012 (årlig gjennomsnitt) 84,9 år for kvinner og 80 år for menn. Det er ikke data i Dovre for forventet levealder for både menn og kvinner med grunnskole som høyeste utdanning eller for de med høyere utdanning i denne perioden. På landsbasis er det en jevn stigning i forventet levealder når utdanningsnivået øker.

Forventet levealder kan gi informasjon om helsetilstanden i befolkningen. På lands- og fylkesnivå er dette en stabil og pålitelig indikator som gir informasjon om endringer over tid og om forskjeller mellom befolkningsgrupper. Indikatoren er informativ også på kommunenivå, forutsatt at det tas hensyn til betydningen av tilfeldige svingninger.

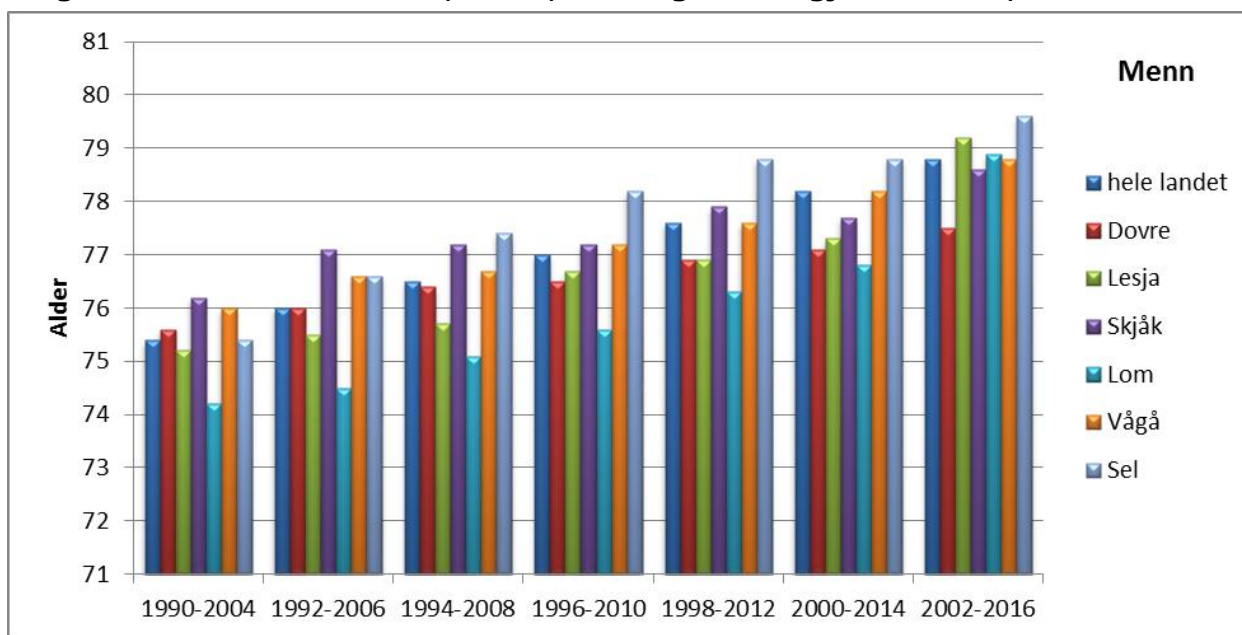
De siste 30 årene har alle grupper i landet fått bedre helse, men helsegevinsten har vært størst for personer med lang utdanning og høy inntekt. For eksempel har denne gruppen høyere forventet levealder enn personer med kortere utdanning og lavere inntekt. Særlig de siste ti årene har helseforskjellene økt, det gjelder både fysisk og psykisk helse, og både barn og voksne. Utjevning av sosiale helseforskjeller er en viktig målsetting i folkehelsearbeidet.

Diagram: Forventet levealder, 15 års glidende gjennomsnitt, 2004-201



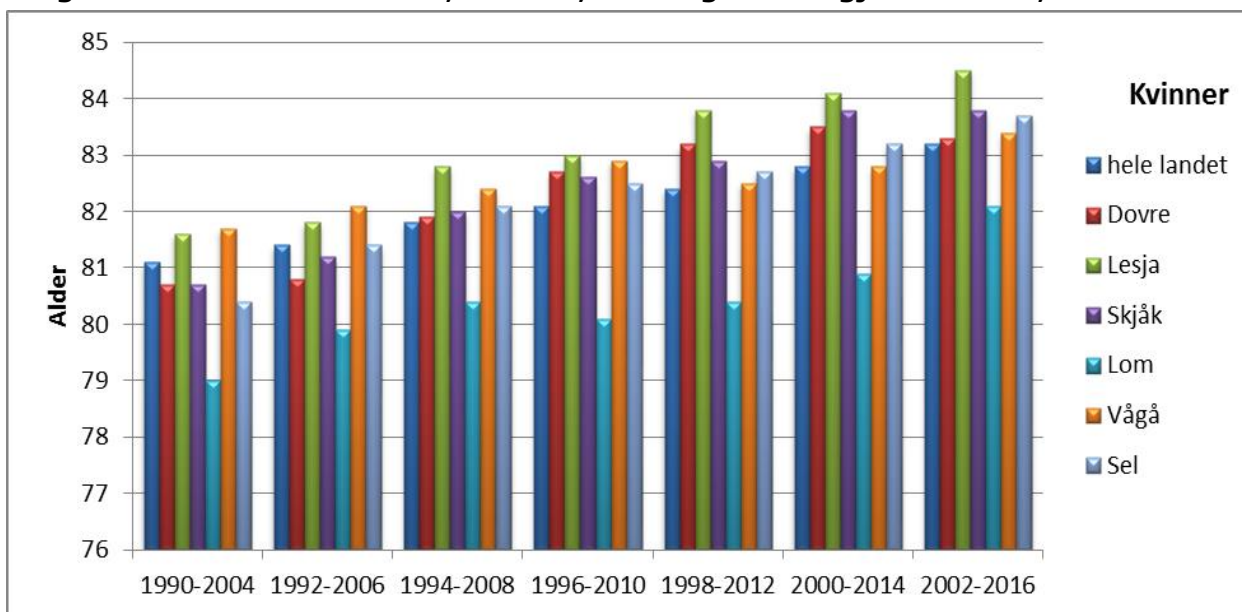
Forventet levealder ved fødsel, beregnet ved hjelp av dødelighetstabell. Statistikken viser 15 års gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for 15-årsperioder). Kilde: Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Forventet levealder, menn, 15 års glidende gjennomsnitt, 2004-2016



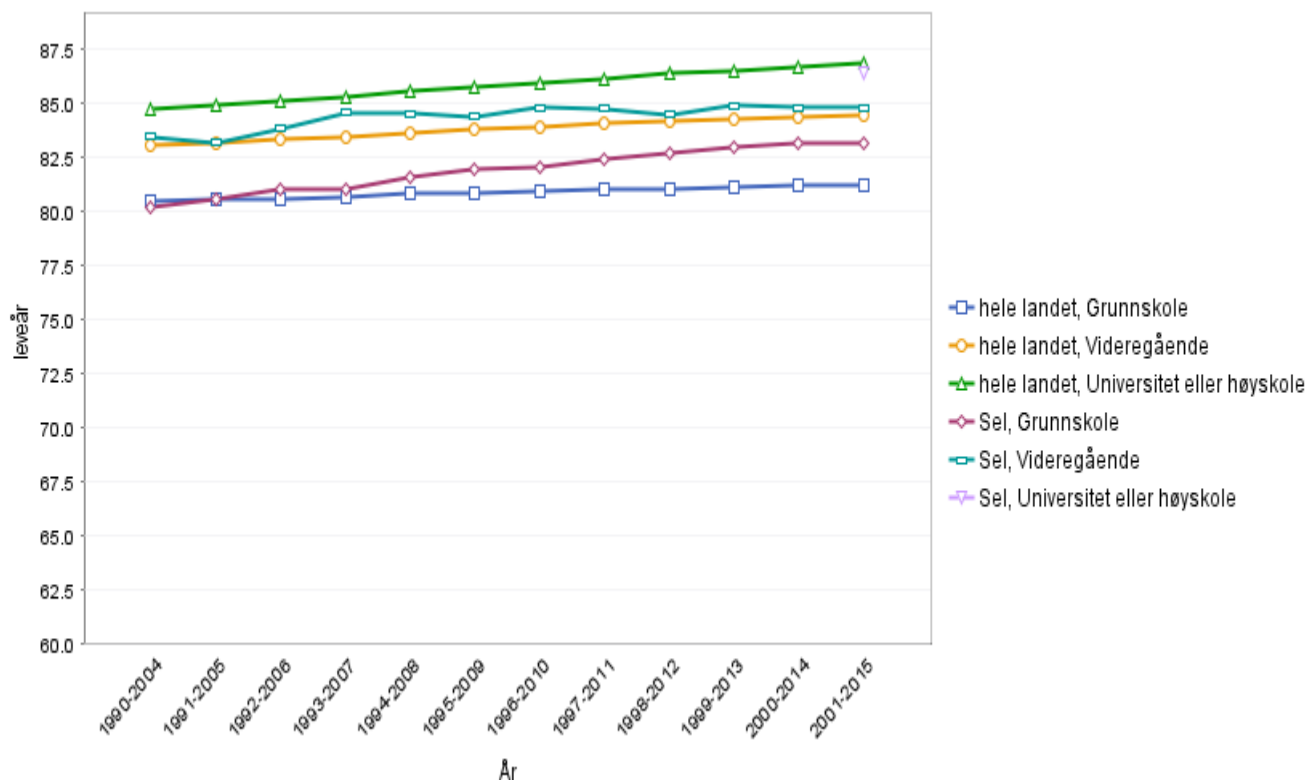
Forventet levealder ved fødsel, beregnet ved hjelp av dødelighetstabell. Statistikken viser 15 års gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for 15-årsperioder). Kilde: Kommunehelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Forventet levealder, kvinner, 15 års glidende gjennomsnitt, 2004-2016



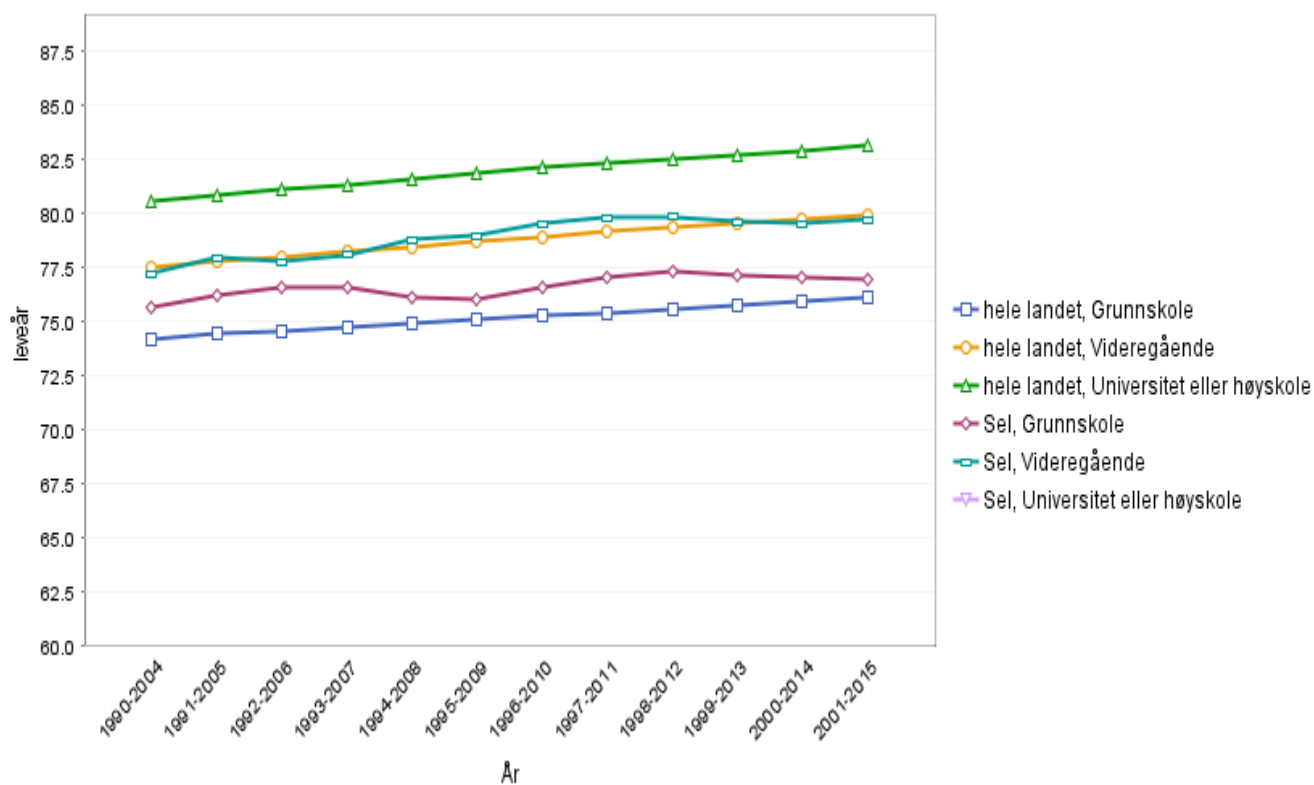
Forventet levealder ved fødsel, beregnet ved hjelp av dødelighetstabell. Statistikken viser 15 års gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for 15-årsperioder). Kilde: Kommunehelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Forventet levealder etter utdanning i Norge og Sel, kvinner, 15 års glidende gjennomsnitt, 2004-2015



Forventet levealder kvinner etter høyeste fullførte utdanningsnivå (tre ulike grupper), beregnet ved hjelp av dødelighetstabell. Statistikken viser 15 års gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for 15-årsperioder). Kilde: Kommunehelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Forventet levealder etter utdanning i Norge og Sel, menn, 15 års glidende gjennomsnitt, 2004-2015



Forventet levealder menn etter høyeste fullførte utdanningsnivå (tre ulike grupper), beregnet ved hjelp av dødelighetstabell. Statistikken viser 15 års gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for 15-årsperioder). Kilde: Kommunehelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

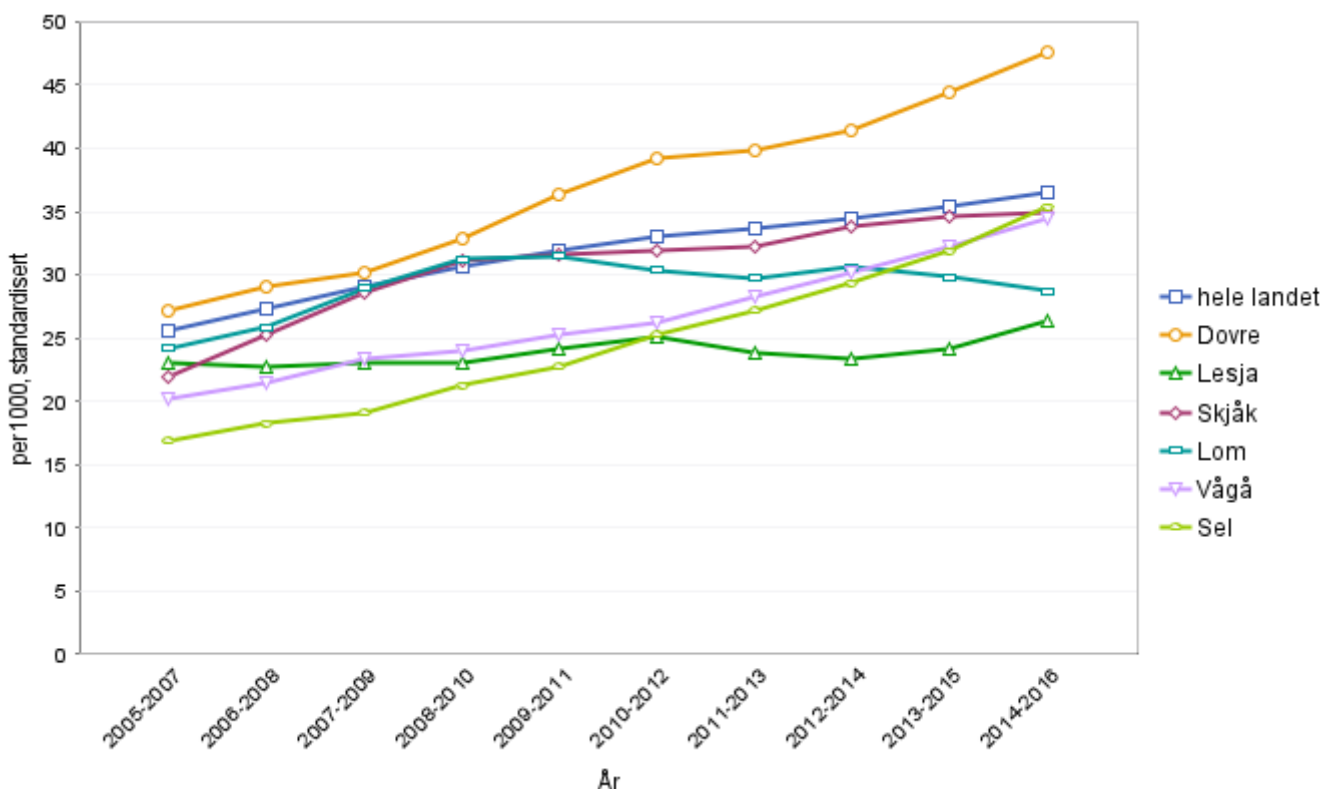
4.6.3 Diabetes – type 2

Diabetesmedisiner: Sel kommune har hatt en gradvis økning i bruk av legemidler til behandling av type 2-diabetes fra 2007 til 2016. I perioden 2014-2016 var det årlige gjennomsnittet på 35 per 1000 dvs. 136 personer i alderen 30–74 år som brukte disse medikamentene. I samme periode var det en noe høyere andel menn enn kvinner som brukte medikamentene i Sel.

Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator (utdrag): Forekomsten av type 2-diabetes er usikker og behandling av sykdommen varierer. Kosthold, mosjon og vektreduksjon kan for noen normalisere blodsukkeret og holde sykdommen under kontroll.

Personer med type 2-diabetes (og type I) har økt dødelighet og risiko for senkomplikasjoner fra hjerte- og karsystemet, nyrer, øyne og nerver. Svangerskapsdiabetes er forbundet med økt risiko for komplikasjoner i svangerskapet for mor og barn.

Diagram: Bruk av legemidler til behandling av type 2-diabetes, 3 års glidende gjennomsnitt, 2007-2016



Brukere av legemidler utlevert på resept til personer 30-74 år. Brukere defineres som personer som har hentet ut minst en resept i kalenderåret. Dersom en bruker henter ut flere resepter på samme legemiddel telles vedkommende som bruker bare en gang. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt. Per 1000, standardisert. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommune helsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.6.4 Hjerte- og karsykdommer

Medikamenter mot hjerte- og karsykdommer (unntatt kolesterolsenkende midler), brukere 0-74 år: I Sel kommune har det vært en gradvis økning i bruk av disse medikamentene fra 2007 til 2016. Det var liten forskjell i andel menn og kvinner som brukte medikamentene i årlig gjennomsnitt i perioden 2014-2016. I sistnevnte periode var det 956 personer som hentet ut minst en resept på legemidler mot hjerte- og karsykdommer.

Kolesterolsenkende medikamenter, brukere 0-74 år: Det har det vært en gradvis økning i bruk av kolesterolsenkende medikamenter fra 2007 til 2016. I perioden 2005-2007 var det 483 personer (årlig gjennomsnitt) som brukte kolesterolsenkende medikamenter. I perioden 2014-2016 var det 650 personer. Andelen var høyere blant menn enn kvinner. Sel er en av de to kommunene i Nord-Gudbrandsdal som har høyest andel som bruker disse medikamentene.

Bruk av primærhelsetjenesten, 0-74 år: I perioden 2014-2016 fikk 768 personer (årlig gjennomsnitt) fra Sel som var i kontakt med fastlege eller legevakt, en hjerte- og karsykdomsdiagnose.

Bruk av spesialisthelsetjenesten: 110 personer fikk diagnose hjerte- karsykdom ved dag- og døgnopphold i perioden 2013-2015 i årlig gjennomsnitt.

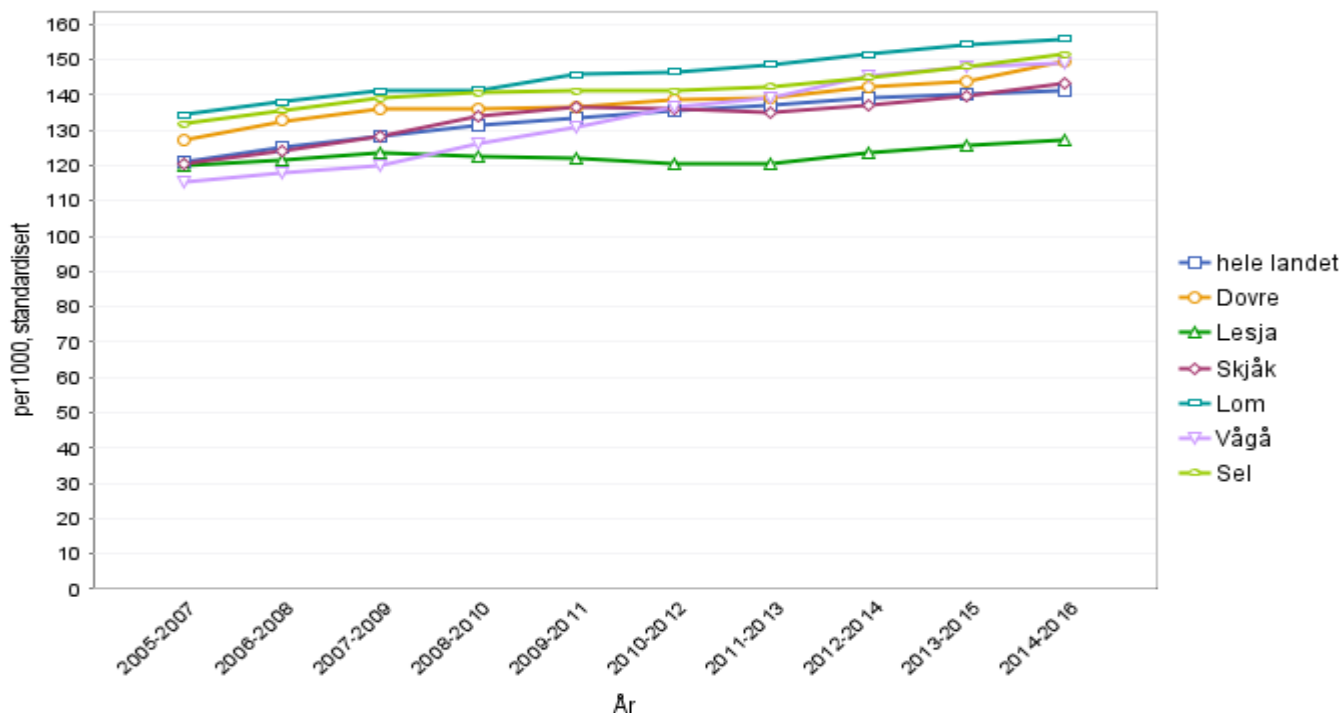
Dødelighet, 0-74 år: Det har vært en gradvis reduksjon i dødelighet pga. hjerte- og karsykdommer – både for menn og kvinner - i Sel etter 1999. Totalt døde ca 3 personer pga. hjerte-/ karsykdom i perioden 2006-2015 i årlig gjennomsnitt.

Hjerte- og karsykdommer omfatter blant annet hjerteinfarkt, angina pectoris (hjertekramper) og hjerneslag. Jo flere som er ikke-røykere, har et gunstig kosthold, mosjonerer daglig og har normal kroppsvekt, jo færre vil få infarkt i en befolkning. *Kilde Folkehelseinstituttet*

Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator: Utbredelsen av hjerte- og karsykdom kan gi informasjon om befolkningens levevaner. Det har vært nedgang i forekomst av hjerte- og karsykdom de siste tiårene, men utbredelsen av risikofaktorer som røyking og fysisk inaktivitet tyder på at lidelsene fortsatt vil ramme mange.

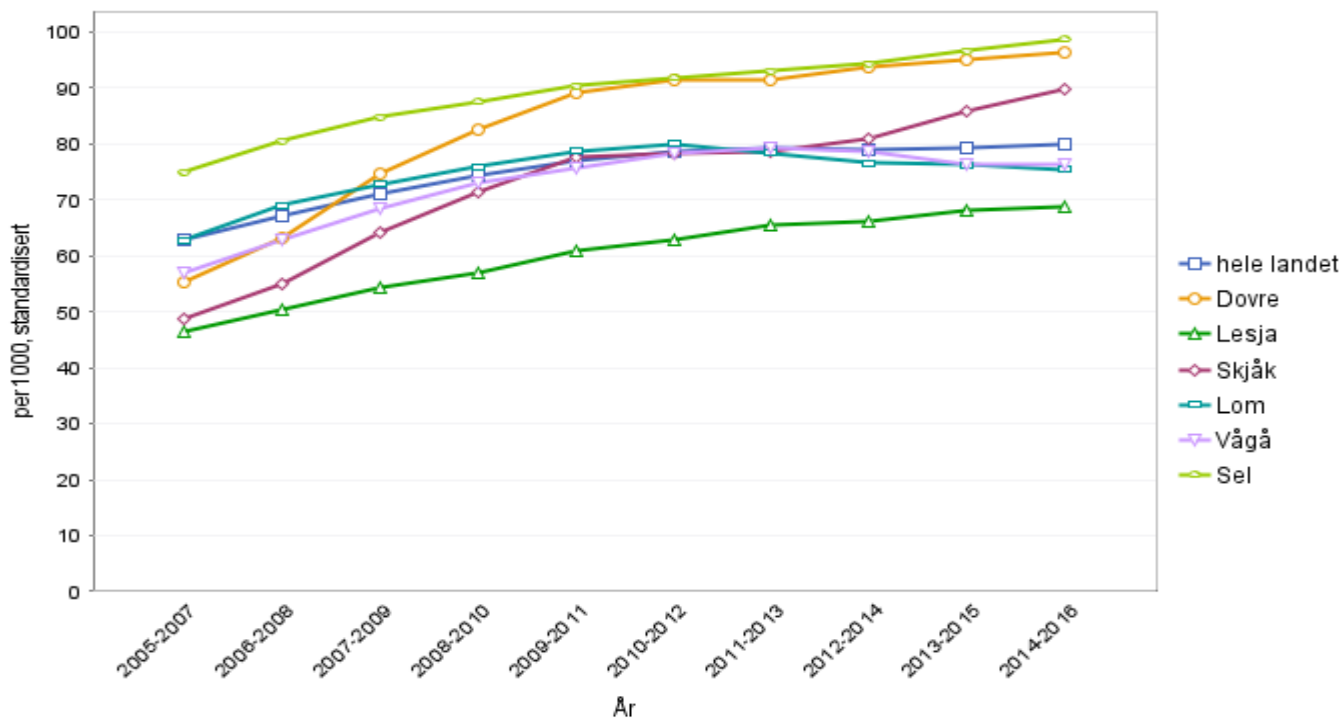
Årsaker til hjerte-karsykdommer er sammensatte: Arvelige faktorer i samspill med miljøfaktorer som røyking, høyt blodtrykk, høyt kolesterolnivå og diabetes.

Diagram: Bruk av midler mot hjerte- og karsykdommer (unntatt kolesterol-senkende midler), 3 års glidende gjennomsnitt, 2007-2016



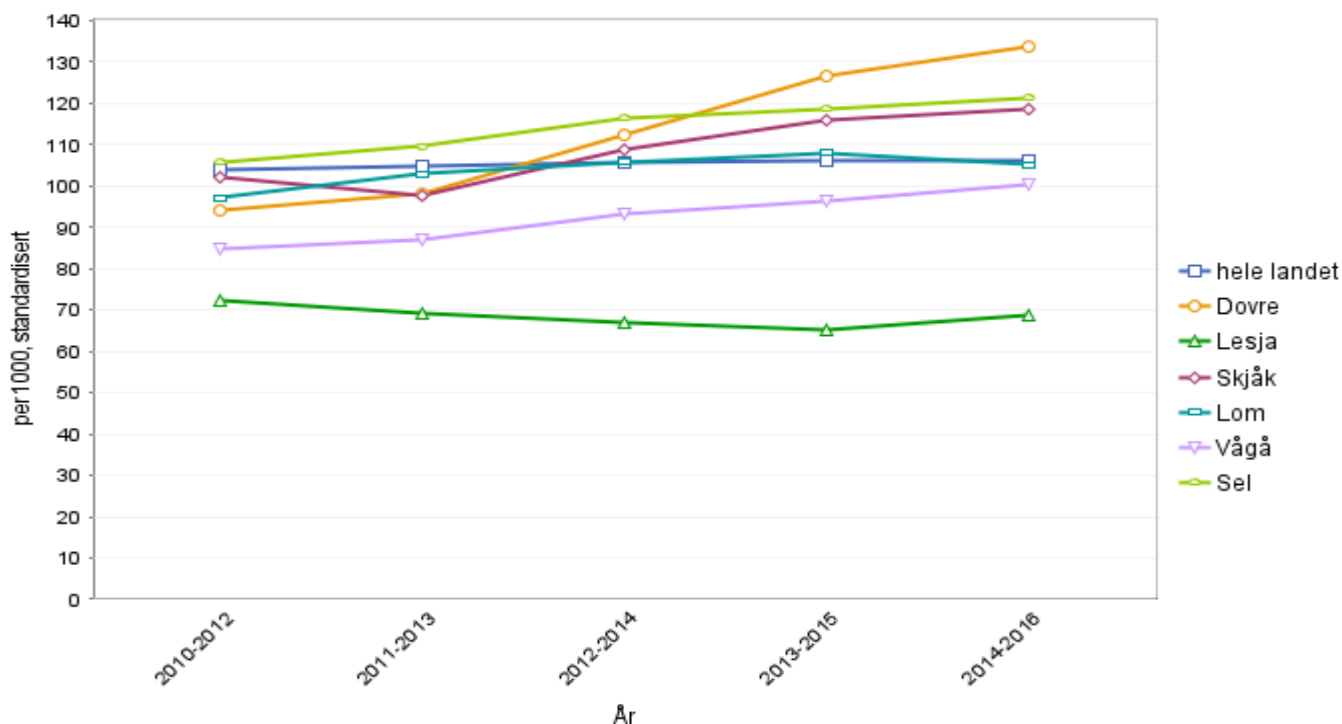
Brukere av legemidler utlevert på resept til personer 0-74 år. Brukere defineres som personer som har hentet ut minst en resept i kalenderåret. Dersom en bruker henter ut flere resepter på samme legemiddel telles vedkommende som bruker bare en gang. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt. Per 1000, standardisert. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommune helsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Bruk av kolesterol-senkende medikamenter, 3 års glidende gjennomsnitt, 2007-2016



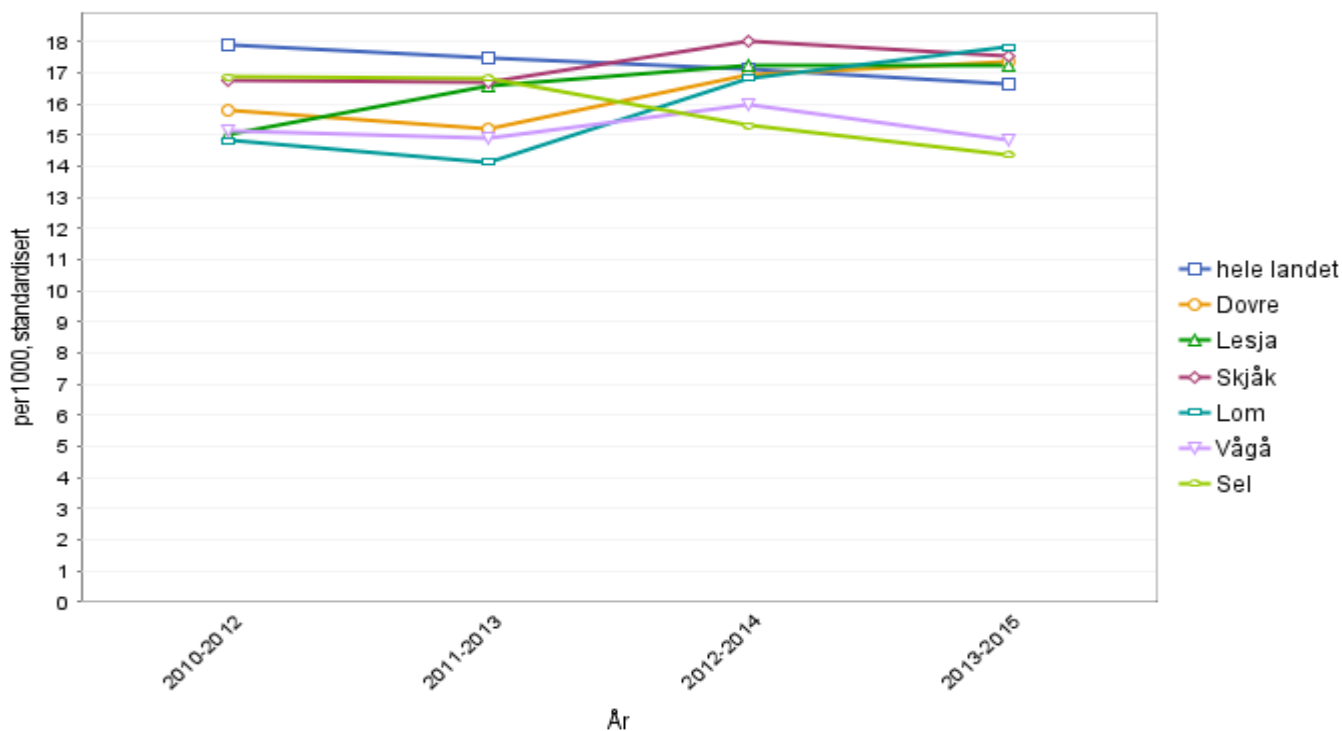
Brukere av legemidler utlevert på resept til personer 0-74 år. Brukere defineres som personer som har hentet ut minst en resept i kalenderåret. Dersom en bruker henter ut flere resepter på samme legemiddel telles vedkommende som bruker bare en gang. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt. Per 1000, standardisert. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommune helsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Bruk av primærhelsetjenesten hjerte- og karsykdommer, 3 års glidende gjennomsnitt, 2012-2016



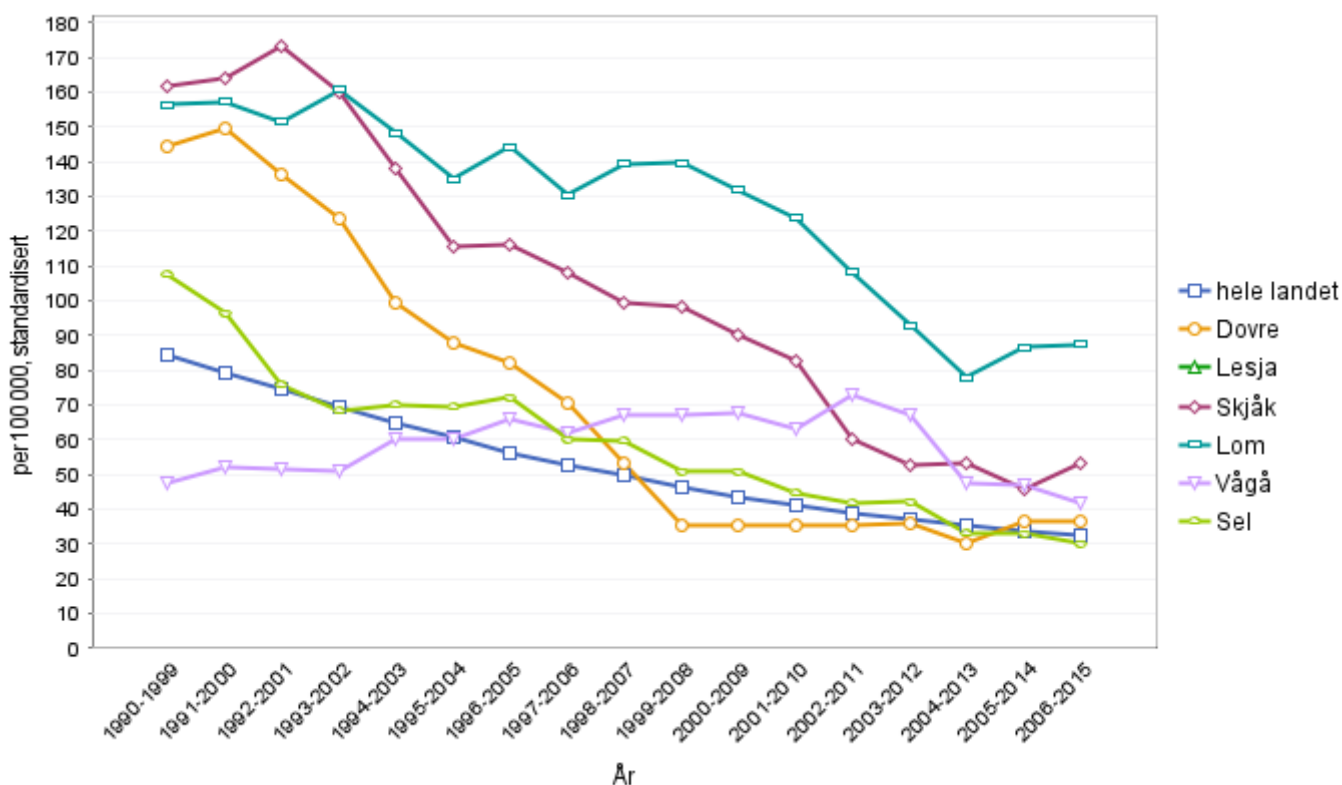
Antall unike personer 0-74 år i kontakt med fastlege eller legevakt per 1000 innbyggere per år. Dersom en person har vært i kontakt med fastlege eller legevakt flere ganger i løpet av kalenderåret med samme sykdom/ lidelse, telles vedkommende kun én gang. Statistikken viser 3 års gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for 3-årsperioder) Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Bruk av spesialisthelsetjenesten hjerte- og karsykdommer, 3 års glidende gjennomsnitt, 2012-2015



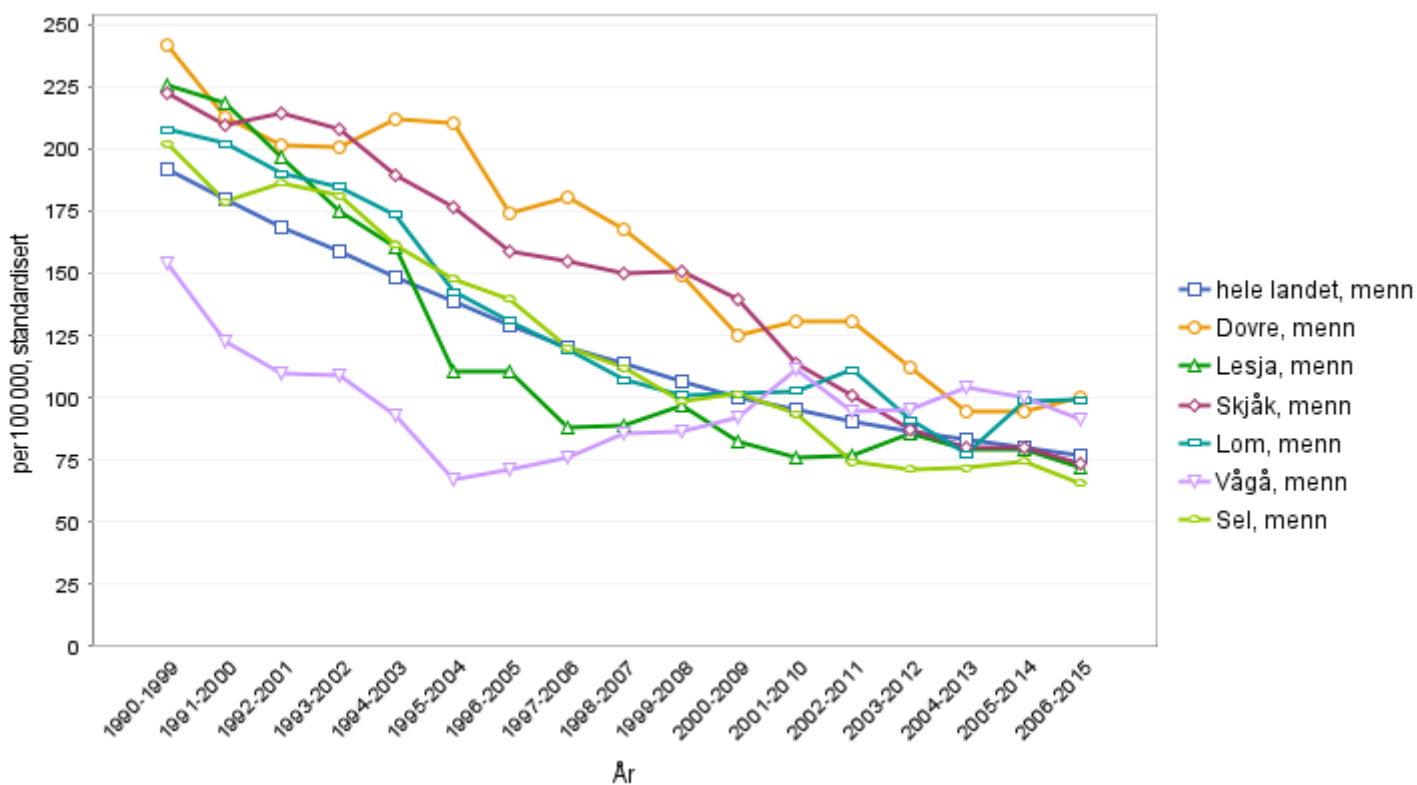
Antall pasienter innlagt (dag- og døgnopphold) i somatiske sykehus per 1000 innbyggere per år. Dersom en person legges inn flere ganger i løpet av kalenderåret med samme sykdom/ lidelse, telles vedkommende kun en gang. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Dødelighet hjerte-/karsykdom, kvinner, 10 års glidende gjennomsnitt, 1999-2015



Dødelighet hjerte- karsykdom, kvinner, per 100 000 standardisert. 10 års glidende gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Dødelighet hjerte-/karsykdom, menn, 10 års glidende gjennomsnitt, 1999-2015



Dødelighet hjerte- karsykdom, menn, per 100 000 standardisert. 10 års glidende gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.6.5 Kronisk obstruktiv lungesykdom (KOLS) og astma

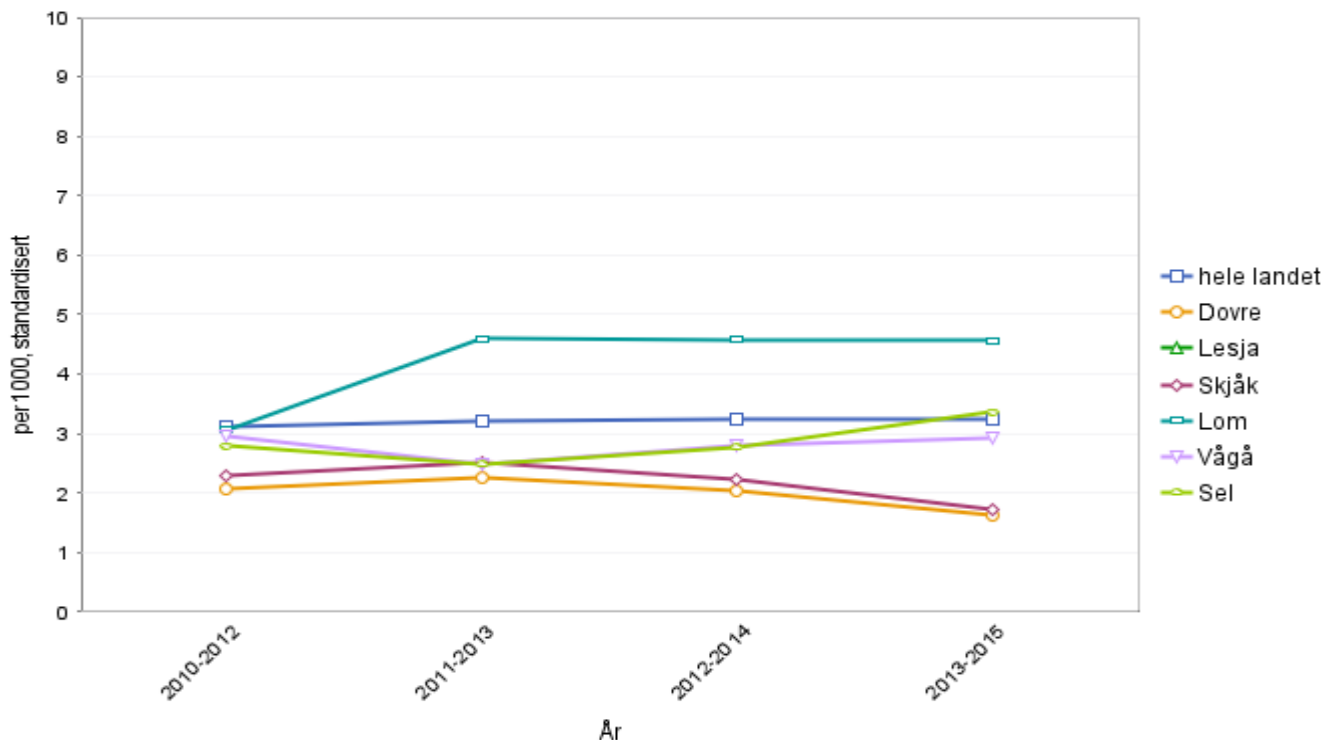
Medikamenter mot KOLS og astma: Det har vært stabil bruk av disse medikamentene i aldersgruppen 45-74 år i Sel kommune de siste årene, men totalt sett noe økning etter 2007. Det er flere kvinner enn menn per 1000 som bruker disse medikamentene i Sel. I perioden 2014-2016 ble det i årlig gjennomsnitt hentet ut minst en resept av 287 personer i nevnte aldersgruppe.

Bruk av spesialisthelsetjenesten: I perioden 2013-2015 var det - i årlig gjennomsnitt - ca. 11 personer over 45 år som hadde dag-, eller døgnopphold i spesialisthelsetjenesten med diagnosen KOLS.

Befolkningsundersøkelser i Norge viser at forekomsten av astma har økt de siste 20 årene, spesielt hos barn. Kilde: *Nasjonal strategi for forebygging og behandling av astma- og allergisykdommer, Helse- og omsorgsdepartementet*

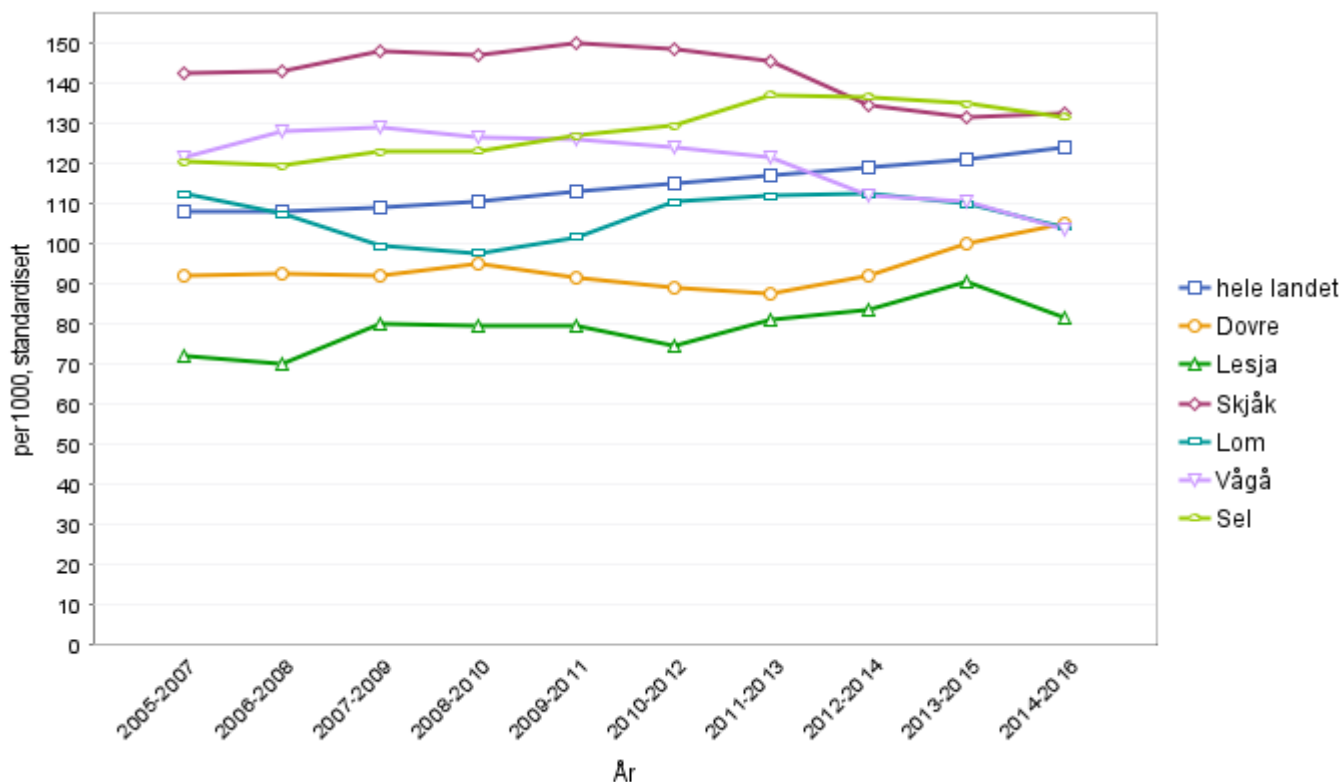
Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator: Om lag 200 000 nordmenn har trolig KOLS, av disse har mer enn halvparten diagnosen uten å vite om det. Forekomsten er økende, særlig blant kvinner. Hovedårsaken er røyking som forklarer to av tre tilfeller, men arbeidsmiljø og arvelige egenskaper spiller også en rolle. Forekomst av KOLS øker med økende tobakksforbruk og antall røykeår, og kan si noe om røykevaner.

Diagram: Bruk av spesialisthelsetjenesten KOLS, 3 års glidende gjennomsnitt, 2012-2015



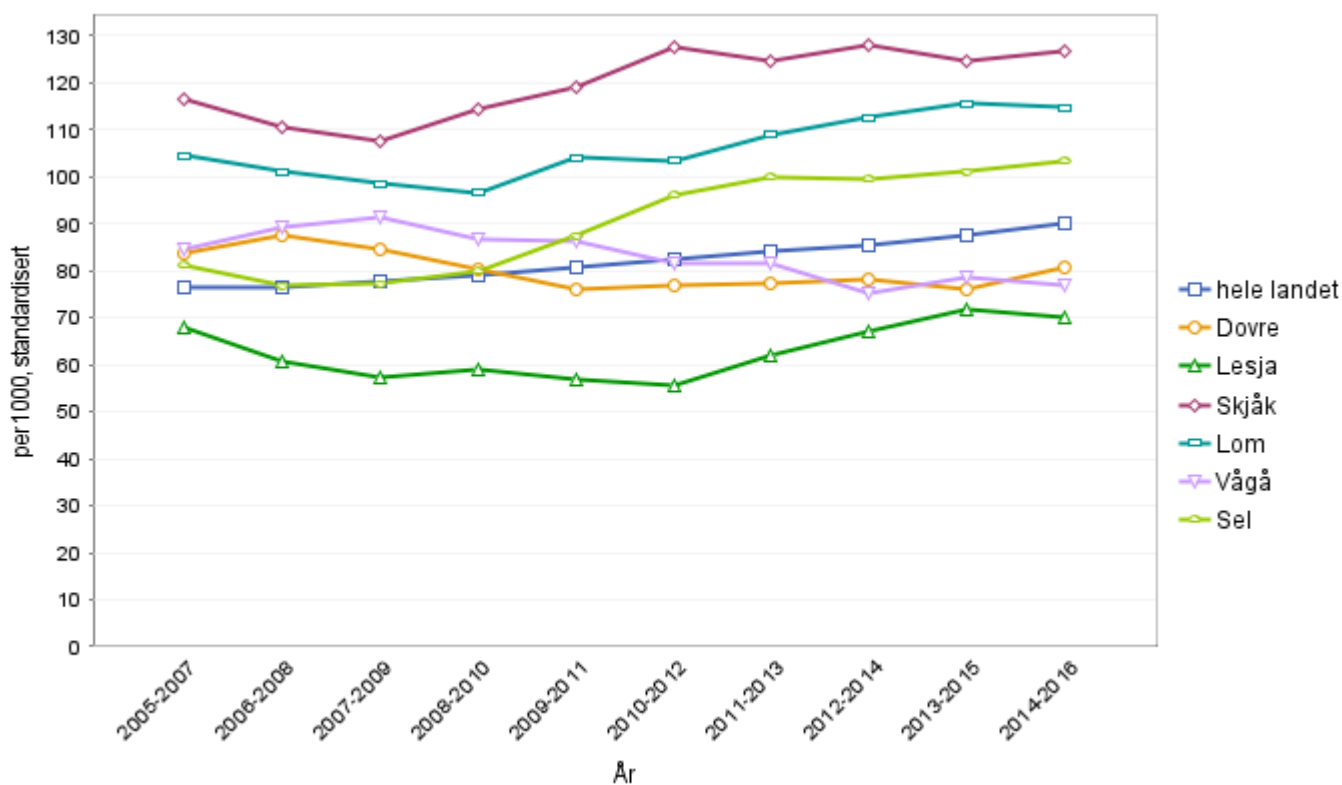
Antall pasienter over 45 år innlagt (dag- og døgnopphold) i somatiske sykehus per 1000 innbyggere per år. Dersom en person legges inn flere ganger i løpet av kalenderåret med samme sykdom/ lidelse, telles vedkommende kun en gang. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Bruk av KOLS og astma medikamenter, kvinner, 45-74 år, 3 års glidende gjennomsnitt, 2007-2016



Bruk av KOLS og astmamedikamenter, kvinner, 45-74 år, per 1000 standardisert. 3 års glidende gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelestatistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Bruk av KOLS og astma medikamenter, menn, 45-74 år, 3 års glidende gjennomsnitt, 2007-2016



Bruk av KOLS og astmamedikamenter, menn, 45-74 år, per 1000 standardisert. 3 års glidende gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelestatistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.6.6 Smerter

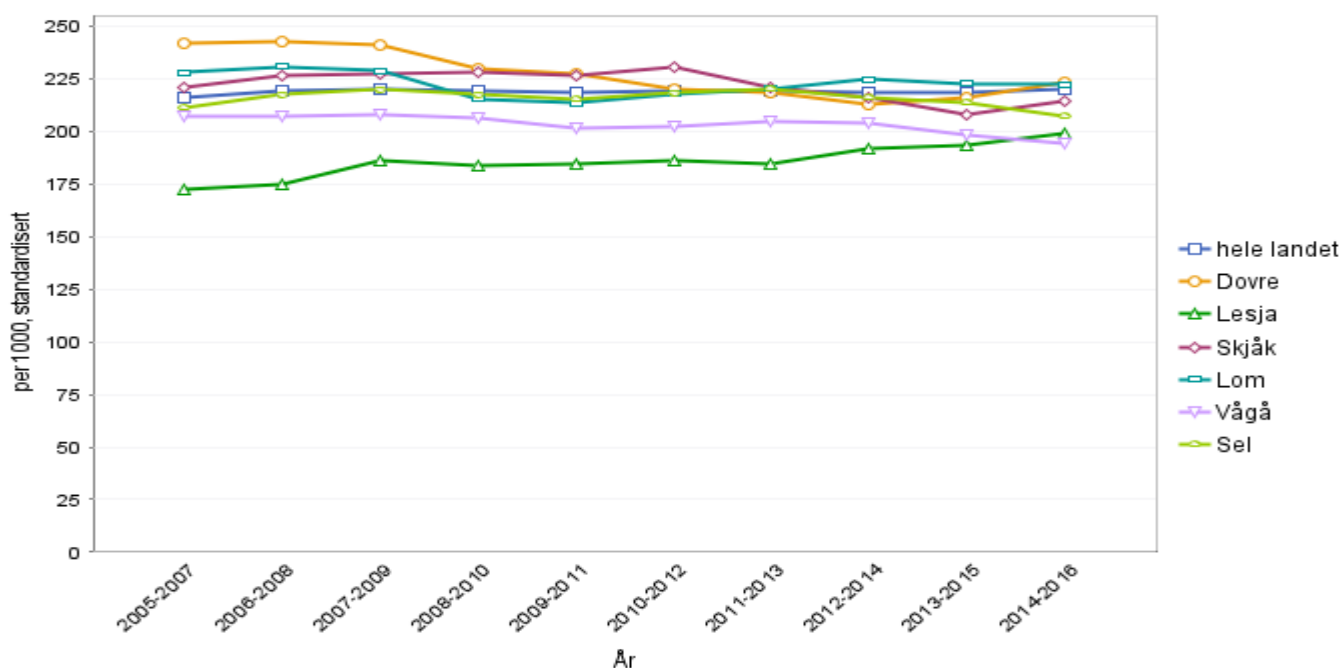
Tall fra ungdataundersøkelsen 2018: 15 % av elevene på 8.-10 trinn i Sel brukte reseptfrie medikamenter minst en gang hver uke, men ikke daglig. 2 % brukte det daglig.

Smertestillende medikamenter, brukere 0-74 år: Den totale bruken av smertestillende medikamenter på resept fra 2007 til 2016 i Sel kommune har vært relativt stabil. Det er en mye høyere andel kvinner enn menn som tar ut resepter på smertestillende. I perioden 2014-2016 (årlig gjennomsnitt) ble det hentet ut minst en resept av 1171 personer i kommunen. Ikke reseptbelagte smertestillende er ikke med i denne statistikken.

Kroniske smertetilstander og psykiske lidelser er de viktigste årsaker til at menn og kvinner faller ut av arbeidslivet før pensjonsalderen. Anslagsvis 30 prosent av voksne har kroniske smerter i Norge i dag. Muskel- og skjelettplager er den vanligste årsaken, men en rekke andre lidelser kan også føre til kronisk smerte. Forekomsten er høyere enn i mange andre europeiske land. Betydelig flere kvinner enn menn sier at de har kroniske smerter, og kvinner er også i langt større grad enn menn sykemeldt og uføre som en følge av kronisk smerte. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

Når det gjelder ikke-reseptbelagte medikamenter, viste en undersøkelse gjengitt i Tidsskrift for Den norske legeforening (Lagerløv P, Holager T, Helseth S et al. 2009) at ungdommens bruk av disse har økt. Undersøkelsen tydet på at smertestillende ble brukt mot «dagliglivets plager» som lett hodepine eller manglende væskeinntak.

Diagram: Bruk av reseptbelagte smertestillende medikamenter, 3 års glidende gjennomsnitt, 2007-2016



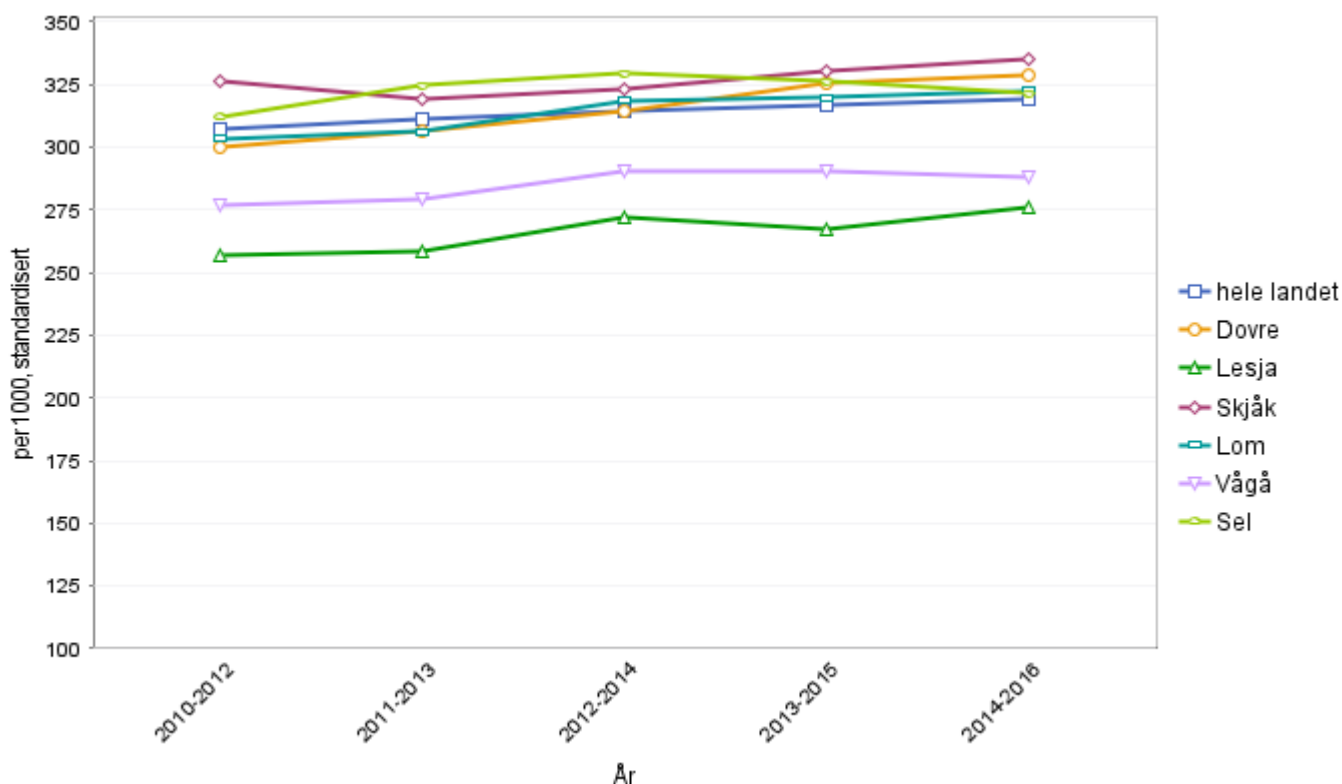
Brukere av legemidler utlevert på resept til personer 0-74 år. Brukere defineres som personer som har hentet ut minst en resept i kalenderåret. Dersom en bruker henter ut flere resepter på samme legemiddel telles vedkommende som bruker bare en gang. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt. Per 1000, standardisert. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.6.7 Muskel- skjelettlidelser

Bruk av primærhelsetjenesten, 0-74 år: 1776 personer med diagnose muskel-skjelettplager eller -sykdommer (ikke brudd) fra Sel kommune var i kontakt med fastlege, legevakt, fysioterapeut eller kiropraktor - i årlig gjennomsnitt i perioden 2014-2016.

Samlet sett er muskel- og skjelettsykdommer den diagnosegruppen som «plager flest og koster mest», selv om de fleste tilstandene ikke medfører betydelig overdødelighet. I Norge er diagnosegruppen muskel- og skjelettsykdommer de vanligste årsakene til sykefravær og uførhet. Sett under ett har mange typer muskel- og skjelettsykdommer og -plager sammenheng med økende alder, stillesittende livsstil og til dels også overvekt. Risikofaktorer for smerter i rygg og nakke er sammensatte og delvis ukjente. Både arbeidsmiljø, psykososiale forhold og sosioøkonomisk status ser ut til å ha betydning, samt at en del smertetilstander oppstår som følge av skader i muskel og skjelett. Det er mye som tyder på at barn som får muskel- og skjelettplager under oppveksten, har økt risiko for å få slike plager også som voksne. Hvis dette er riktig, støtter det at forebyggingsarbeidet bør begynne ved ung alder. Tiltak som forebygger skader og ulykker kan også være viktige bidrag for å redusere omfanget av smertetilstander i muskel- og skjelett. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

Diagram: Bruk av primærhelsetjenesten, muskel- skjelettlidelser, 3 års gjennomsnitt, 2012-2016



Antall unike personer mellom 0 og 74 år i kontakt med fastlege, legevakt, fysioterapeut eller kiropraktor per 1000 innbyggere per år. Dersom en person har vært i kontakt med fastlege eller legevakt flere ganger i løpet av kalenderåret med samme sykdom/ lidelse, telles vedkommende kun én gang. Statistikken viser 3 års gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for 3-årsperioder). Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.6.8 Søvnproblemer, psykiske plager og lidelser

Medikamenter mot psykiske lidelser, brukere 0-74 år: Det har vært noe økning i bruk av antidepressiva etter 2007 - med en stabilisering de siste årene. Det har vært noe nedgang i bruk av sovemidler og beroligende midler i samme periode. Bruken av antipsykotika har hatt en svak økning. 440 personer hentet ut minst en resept for antidepressiva eller antipsykotika i perioden 2014-2016 (årlig gjennomsnitt) og 495 personer minst en resept for sovemidler eller beroligende midler. (Tallene kan ikke summeres da det er noen som henter ut flere typer medisiner.)

Bruk av primærhelsetjenesten, 0-74 år: 770 personer fra Sel kommune med diagnose psykiske symptomer eller lidelse var i kontakt med fastlege eller legevakt i årlig gjennomsnitt i perioden 2014-2016. Angst og depresjon var de dominerende lidelsene. Det er flere pasienter per tusen i Sel kommune med diagnosen psykiske lidelser eller sykdommer som har hatt kontakt med fastlege/legevakt enn i de andre kommunene i Nord-Gudbrandsdal. Sel ligger nær opptil samme nivå som landet som helhet.

Depressivt stemningsleie og søvnproblemer, ungdom 8.-10. trinn: 8 % av elevene som svarte på ungdomsundersøkelsen i Sel i 2015 svarte at de i gjennomsnitt hadde vært «ganske mye plaget» eller «veldig mye plaget» av følgende siste uken: Følt at alt er et slit, hatt søvnproblemer, følt deg ulykkelig, trist eller deprimert, følt håpløshet med tanke på framtida, følt deg stiv eller anspent og bekymret deg for mye om ting.

Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av psykiske plager / lidelser som indikator: Forekomsten av psykiske lidelser i Norge er stabil, og er svært vanlig i befolkningen. Ca. en tredel av voksne har en psykisk lidelse i løpet av et år (inkludert alkoholmisbruk), mens 8 % av barn og unge til en hver tid har en psykisk lidelse. Sett under ett er angstlidelser den vanligste psykiske lidelsen hos både barn, unge og voksne, fulgt av depresjon. Økt dødelighet, sykmeldinger og uførepensjon er noen av de viktigste følgene av psykiske sykdommer.

Tiltak for å utjevne sosial ulikhet vil trolig ha en effekt på utvikling av enkelte psykiske lidelser. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

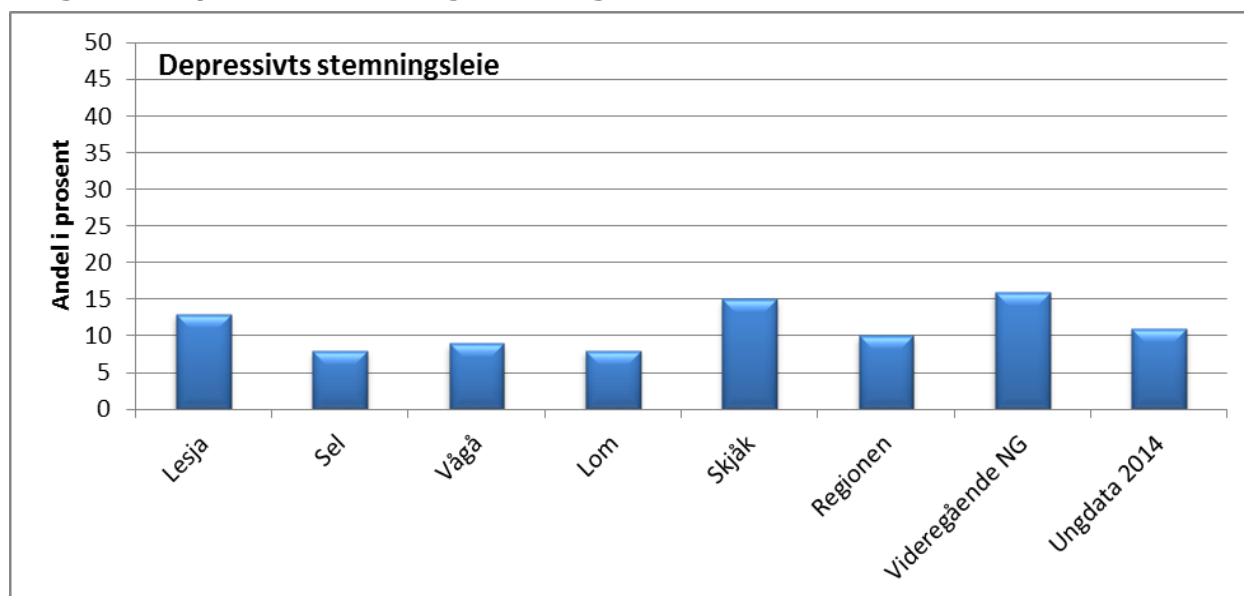
Sosial støtte og utviklet mestringsevne er de viktigste beskyttelsesfaktorene mot utvikling av psykiske lidelser. *Kilde: Proposisjon til Stortinget (Folkehelseloven)*

Årsaker til utvikling av psykiske plager og lidelser er sammensatte, f.eks. tap av nære relasjoner, samlivsbrudd, konflikter, vold eller rusmisbruk i familien, mobbing på skolen, digital mobbing, andre traumatiske opplevelser, ensomhet, arvelige faktorer. Et høyere krav til teoretisk kunnskap i skolen og mindre praksisfag i tillegg til mer konkurranse i hverdagen kan også være årsak til belastninger for barn/unge.

Søvnvansker er et debutsymptom ved de fleste psykiske lidelser, men kan også opptre alene uten annen psykisk forstyrrelse. Søvnvansker er en av de vanligste helseplagene i befolkningen og kanskje det mest oversette folkehelseproblemet i Norge. De mange negative konsekvensene av kroniske søvnvansker er godt dokumentert: Flere norske undersøkelser har vist at søvnvansker er en sterk og uavhengig risikofaktor for både langtidssykefravær og varig uføretrygging. *Kilde: Bedre føre var....Psykisk helse: Helsefremmende og forebyggende tiltak og anbefalinger. Rapport 2011:1, FHI.*

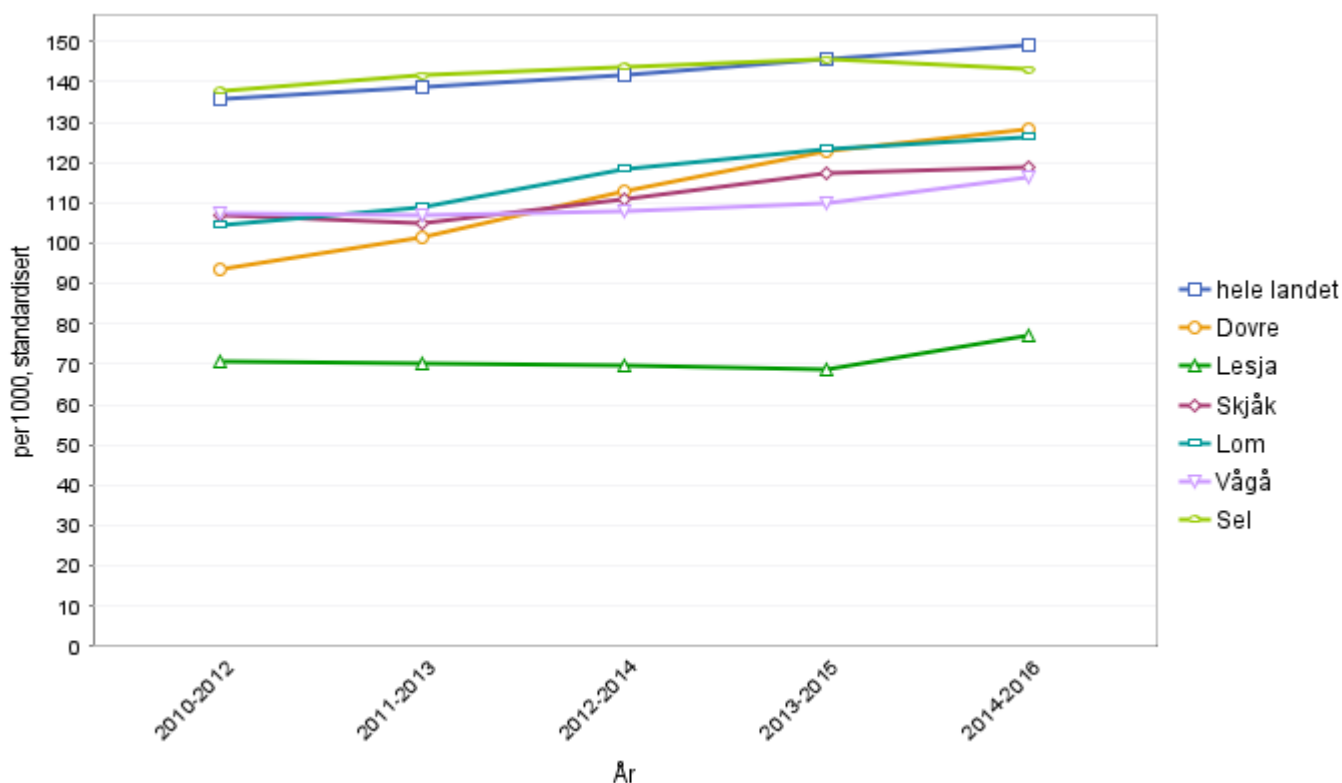
Søvnproblemer har sammensatte årsaker som fysiske psykiske lidelser, livsstil, skjermbruk, endret døgnrytme for barn ved helgesamvær etter samlivsbrudd.

Diagram: Depressivt stemningsleie, ungdom, 2015



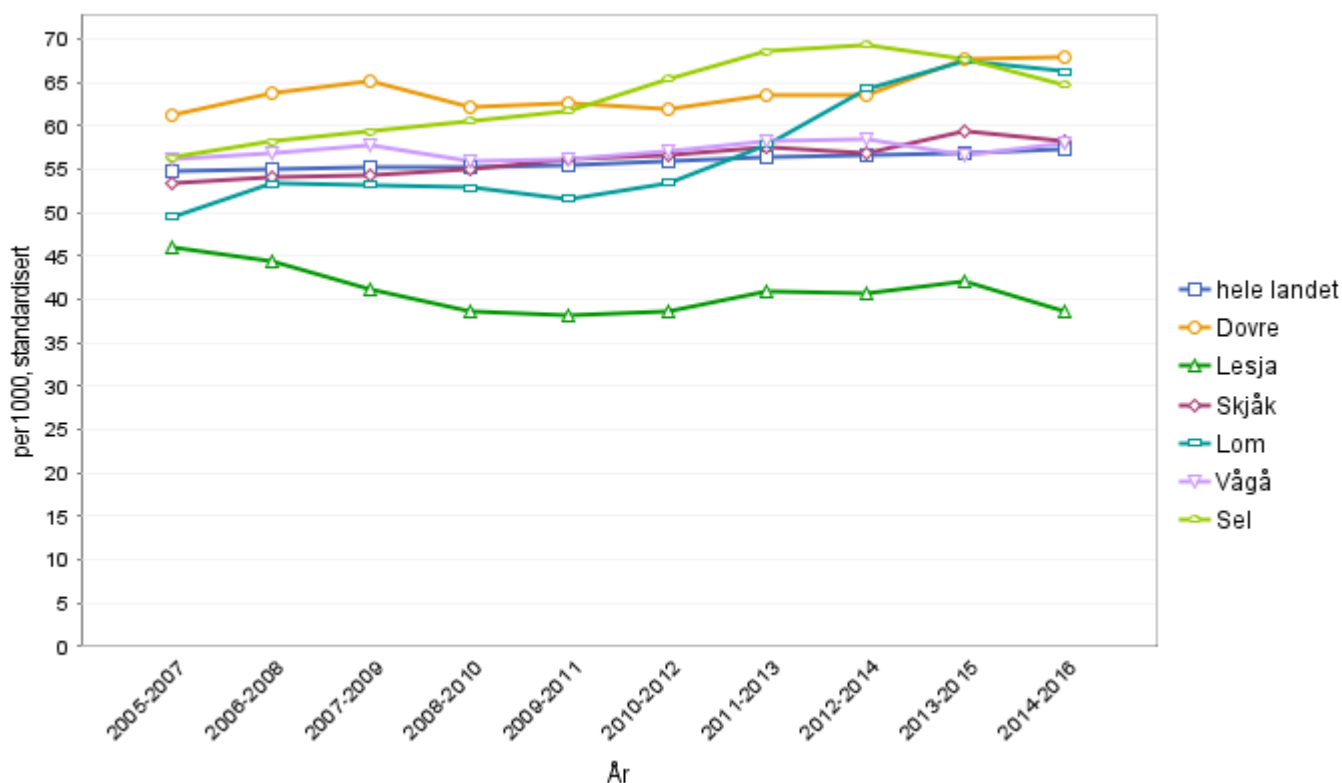
Andel som i gjennomsnitt har vært «ganske mye plaget» eller «veldig mye plaget» av følgende ting sist uke: Følt at alt er et slit, hatt søvnproblemer, følt deg ulykkelig, trist eller deprimerert, følt håpløshet med tanke på framtida, følt deg stiv eller anspent og bekymret deg for mye om ting. Kilde: Ungdataundersøkelse Nord-Gudbrandsdal 2015

Diagram: Bruk av primærhelsetjenesten, 3 års gjennomsnitt, 2012-2016



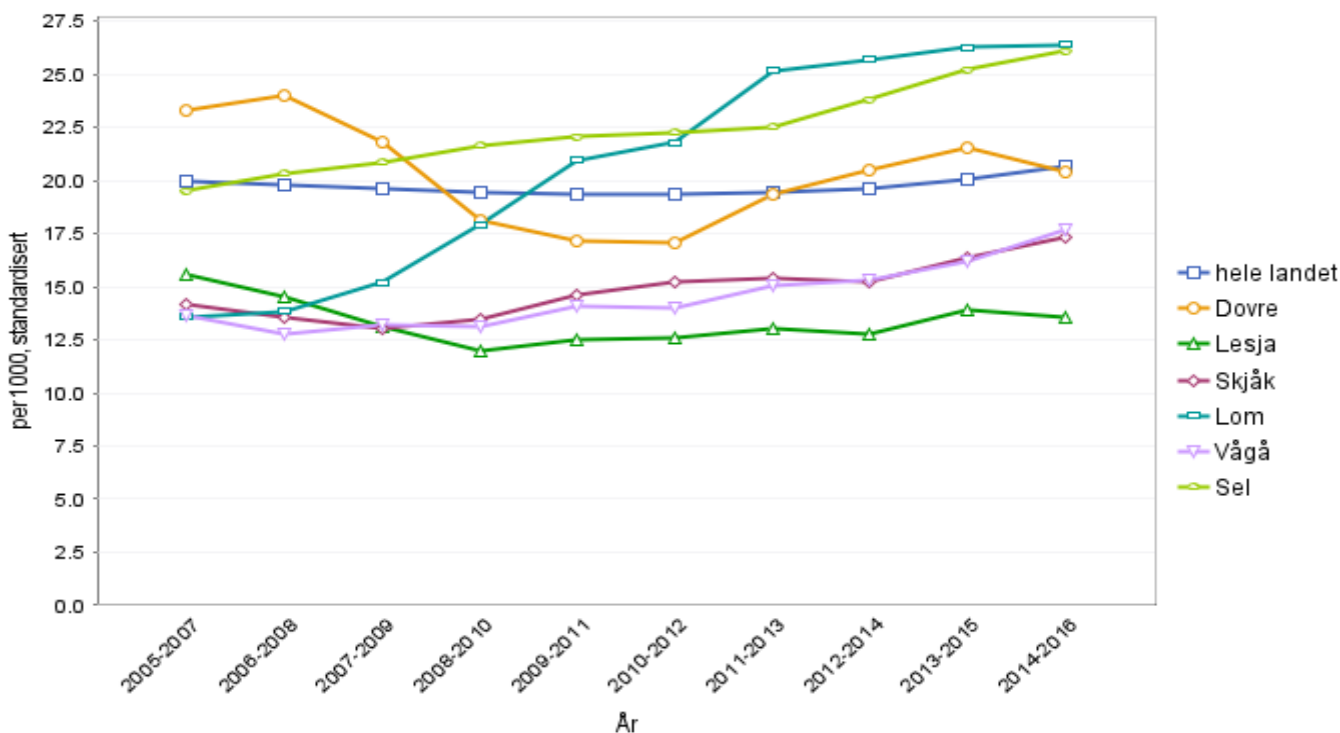
Antall unike personer 80-74 år) i kontakt med fastlege eller legevakt per 1000 innbyggere per år. Dersom en person har vært i kontakt med fastlege eller legevakt flere ganger i løpet av kalenderåret med samme sykdom/ lidelse, telles vedkommende kun én gang. Statistikken viser 3 års gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for 3-årsperioder). Kontakter med primærhelsetjenesten er klassifisert etter ICPC-kodeverket. Dataene er hentet fra: Kontroll og Utbetaling av HelseRefusjon(KUHR)-databasen i HELFO, Helsedirektoratet. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Bruk av antidepressiva, 3 års glidende gjennomsnitt, 2007-2016



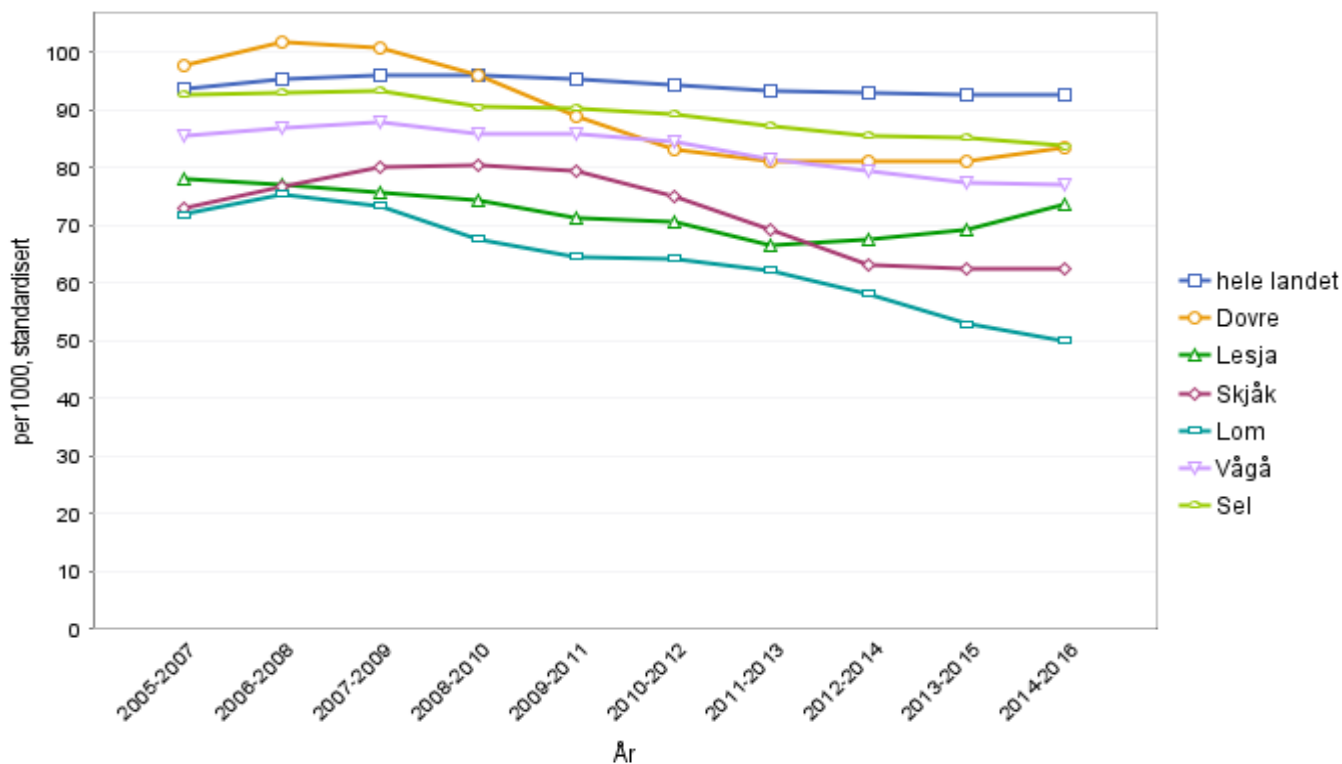
Brukere av legemidler utlevert på resept til personer 0-74 år. Brukere defineres som personer som har hentet ut minst en resept i kalenderåret. Dersom en bruker henter ut flere resepter på samme legemiddel telles vedkommende som bruker bare en gang. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt. Per 1000, standardisert. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Bruk av antipsykotika, 3 års glidende gjennomsnitt, 2007-2016



Brukere av legemidler utlevert på resept til personer 0-74 år. Brukere defineres som personer som har hentet ut minst en resept i kalenderåret. Dersom en bruker henter ut flere resepter på samme legemiddel telles vedkommende som bruker bare en gang. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt. Per 1000, standardisert. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Bruk av sovemidler og beroligende midler, 3 års glidende gjennomsnitt, 2007-2016



Brukere av legemidler utlevert på resept til personer 0-74 år. Brukere defineres som personer som har hentet ut minst en resept i kalenderåret. Dersom en bruker henter ut flere resepter på samme legemiddel telles vedkommende som bruker bare en gang. Statistikken viser 3 års glidende gjennomsnitt. Per 1000, standardisert. Kilde: Folkehelseinstituttet. KommuneHelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.6.9 Smittsomme sykdommer

Vaksinasjonsdekning: I perioden 2012-2016 (årlig gjennomsnitt) var mellom 90 og 96 % av barna i 2 og 9 årsalderen i Sel kommune fullvaksinerte mht barnevaksinasjonsprogrammet.

Meldte smittsomme sykdommer: Med unntak av chlamydia er det totalt sett relativt få smittsomme sykdommer som blir meldt til Folkehelseinstituttet (lovpålagte meldinger) i Nord-Gudbrandsdal – selv om melding av enkelte sykdommer har økt i 2016. Det gjelder tarminfeksjon (clostridium) og MRSA-infeksjon. Antall genitale chlamydiainfeksjoner var mellom 14 og 20 fra 2003 til 2015 i Sel kommune. I 2016 ble det meldt 27 chlamydiainfeksjoner.

Smittsomme sykdommer er ikke lenger det største folkehelseproblemet i Norge, men for å holde disse sykdommene i sjakk, er det svært viktig å opprettholde et godt smittevern og et effektivt vaksinasjonsprogram. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

Tabell: Vaksinasjonsdekning i prosent, 5 års glidende gjennomsnitt, 2010-2016

Alder	Vaksine	2006-2010	2007-2011	2008-2012	2009-2013	2010-2014	2011-2015	2012-2016
2 år	Difteri	93,7	96	93,1	92,6	91,6	91,7	92,2
	Kikhoste	94	96,3	93,3	92,6	91,6	91,7	92,2
	Hib	93,1	94,3	92,7	92,8	91,9	93,2	94,2
	Meslinger	-	-	-	94	93,1	93,3	95,3
	Kusma	-	-	-	94	93,1	93,3	95,3
	Røde hunder	-	-	-	94	93,1	93,3	95,3
	Polio	93,7	96	93,1	92,6	91,6	91,7	92,2
	Pneumokokk	-	-	88,4	88,8	88,7	89,4	89,9
	Stivkrampe	93,7	96	93,1	92,6	91,6	91,7	92,2
9 år	Difteri	94,8	95,8	95,9	95,4	95,1	94,9	93,5
	Kikhoste	94,8	95,8	95,9	95,4	94,8	94,6	93,2
	Meslinger	-	-	-	95,1	95,5	96	96,1
	Kusma	-	-	-	95,1	95,5	96	96,1
	Røde hunder	-	-	-	95,1	95,5	96	96,1
	Polio	95,2	96,4	96,3	95,6	94,8	94,6	93,5
	Stivkrampe	94,8	95,8	95,9	95,4	95,1	94,9	93,5

Andelen barn som er fullvaksinerte mot henholdsvis meslinger, kusma, røde hunder, kikhoste, difteri, stivkrampe, Haemophilus influenzae type B (Hib) og polio ved henholdsvis 2 og 9 års alder, i prosent av alle barn i aldersgruppen 2 år og 9 år i tillegg til pneumokokk 2 år. Statistikken viser 5 års gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for 5-årsperioder). – Manglende tall eller anonymisert. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Tabell: MSIS meldinger smittsomme sykdommer Nord-Gudbrandsdal, 2003-2016

Sykdom	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16
Brucellose				1										
Campylobacteriose	12	6	5	14	11	12	10	10	12	18	10	20	12	16
Chlamydiainfeksjon, genital	-	-	89	54	50	71	68	42	53	82	61	56	65	67
Clostridium difficile											1	1	4	27
Denguefeber											1			
E. coli-enteritt unntatt EHEC				1	1		1	2	3	2	2	1	1	3
Encefalitt	2	1	4	1		1								
Giardiasis	1	1		1				2	3	3				
Gonore												1		
Hepatitt A	1						1							
Hepatitt B, akutt				1	1									
Hepatitt B, kronisk	5	3	2		1		1		3	1	4	1	5	11
Hepatitt C	1			1		2	1		1	2	2			8
Influenza A							2	1	1					
Kikhoste	18	15	48	87	26	21	61	6	3	3	1	1	5	13
Kusma												1	1	
Listeriose														2
Lyme borreliose												1	1	1
Malaria									1			1	1	
MRSA-infeksjon	1		1	1	1		1	1			1		3	22
MRSA-smittebærertilstand						1		4	2		4	3	10	
Nephropathia epidemica	2	1	1		9	1					3	1		1
PRP infeksjon/ smittebærertilstand			1	1										
Resistent gram negativ stav														1
Salmonellose	2	3	3	7	3	6	2	1	1	8	4	2	2	3
Shigellose				1							1	1		
Syfilis				1									1	2
Syst.Gr. A streptokokksykdom	1	2	1	1	3	1			2	3				2
Syst.Gr. B streptokokksykdom					1	1		1		2	2	1		
Syst. H. influensasykdom			2				1			1		2		1
Syst. Pneumokokksykdom	1	1	5	5	4	1	4	4	3	1	2	1	1	8
Tularemi	1	1	1		1				1			1		2
Tyfoidefeber												1		
Virale infeksjoner i nervesystemet														3
Yersinose					1	1					1			

Tabellen viser antall tilfeller meldt i tidsrommet 01.01.2003 - 31.12.2016 for Lesja, Dovre, Sel, Vågå, Lom og Skjåk. Kommunene er slått sammen pga. lite tallmaterieell for den enkelte kommune. Tuberkulose, aids, hiv-infeksjon og Creutzfeldt-Jakobs sykdom er ikke tilgjengelig på kommunenivå. Kilde: Folkehelseinstituttet, MSIS

4.6.10 Antibiotika

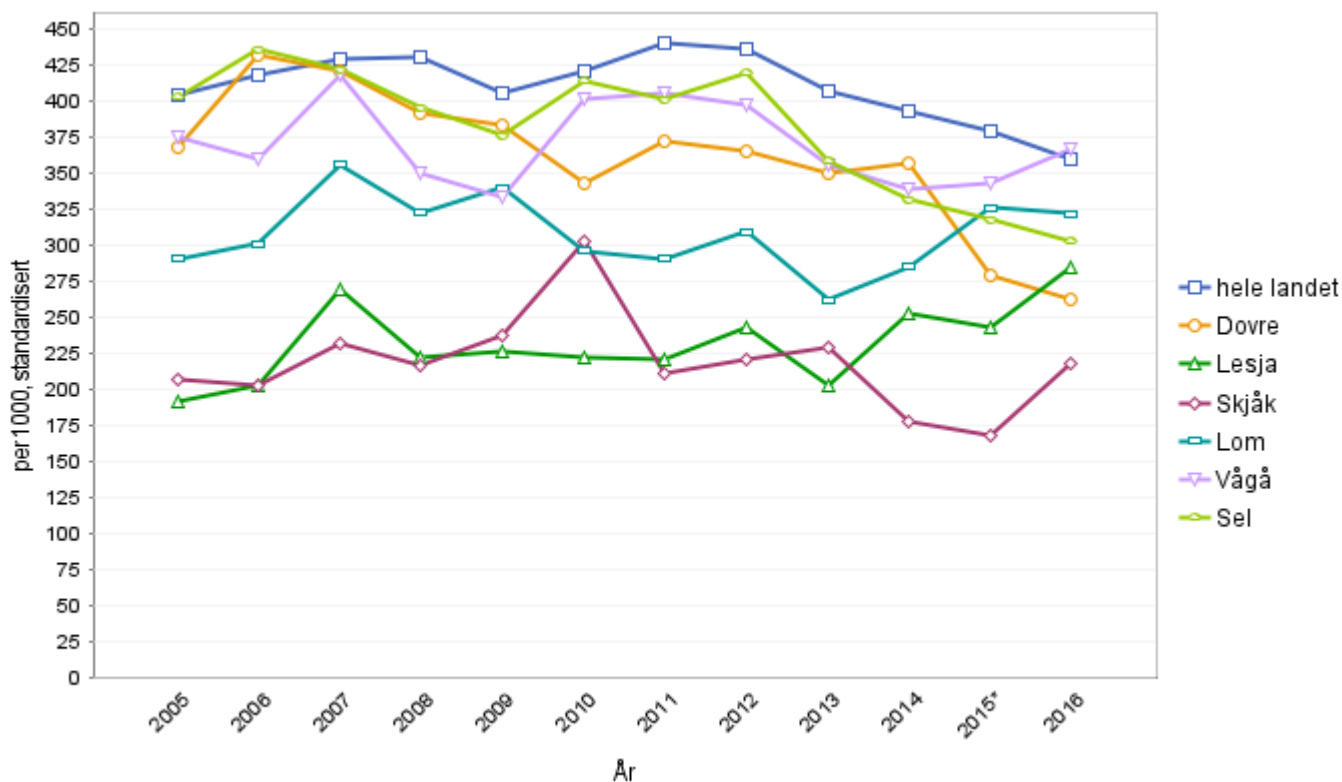
Det har vært noe svingninger når det gjelder andel antibiotikaresepter pr.1000 innbyggere i Sel kommune, men totalt sett en nedgang etter 2005. I 2016 ble det skrevet ut 1748 resepter til personer fra 0 til 79 år i kommunen.

Folkehelseinstituttets begrunnelse for valg av indikator: Antibiotika er viktige og effektive medisiner i behandling av infeksjoner som skyldes bakterier. Antibiotika har gjennom historien revolusjonert behandlingen av infeksjonssykdommer. Feil bruk av antibiotika kan føre til utvikling av antibiotikaresistente bakterier. Det betyr at antibiotika ikke lenger har effekt på disse bakteriene.

Bakterier som er resistente mot antibiotika er et alvorlig og økende problem i hele verden. En reduksjon i totalt antibiotikabruk vil bremse og sannsynligvis redusere resistensutviklingen. I nasjonal strategi mot antibiotikaresistens er målsetningen 30 % reduksjon i antibiotikabruk hos mennesker innen 2020. Antibiotikakomiteen har satt et langsiktig mål om 250 resepter/1000 innbyggere per år.

Luftveisinfeksjoner er den vanligste årsaken til antibiotikabruk hos barn. De fleste luftveisinfeksjoner er forårsaket av virus. Kroppen bekjemper normalt slike virusinfeksjoner på egen hånd. Antibiotika har ingen effekt på virus og lindrer heller ikke plager. Bakterielle luftveisinfeksjoner kan derimot behandles med antibiotika. Å motvirke overflødig antibiotikabruk i behandling av luftveisinfeksjoner hos barn og voksne er et viktig bidrag for å bekjempe utviklingen av antibiotikaresistente bakterier.

Diagram: Antibiotikaresepter, 2005-2016



Antibiotika forskrevet på resept og utlevert fra apotek til personer i aldersgruppen 0-79 år. En resept defineres som en utlevering av et antibiotikum. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelse statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.6.11 Kreft

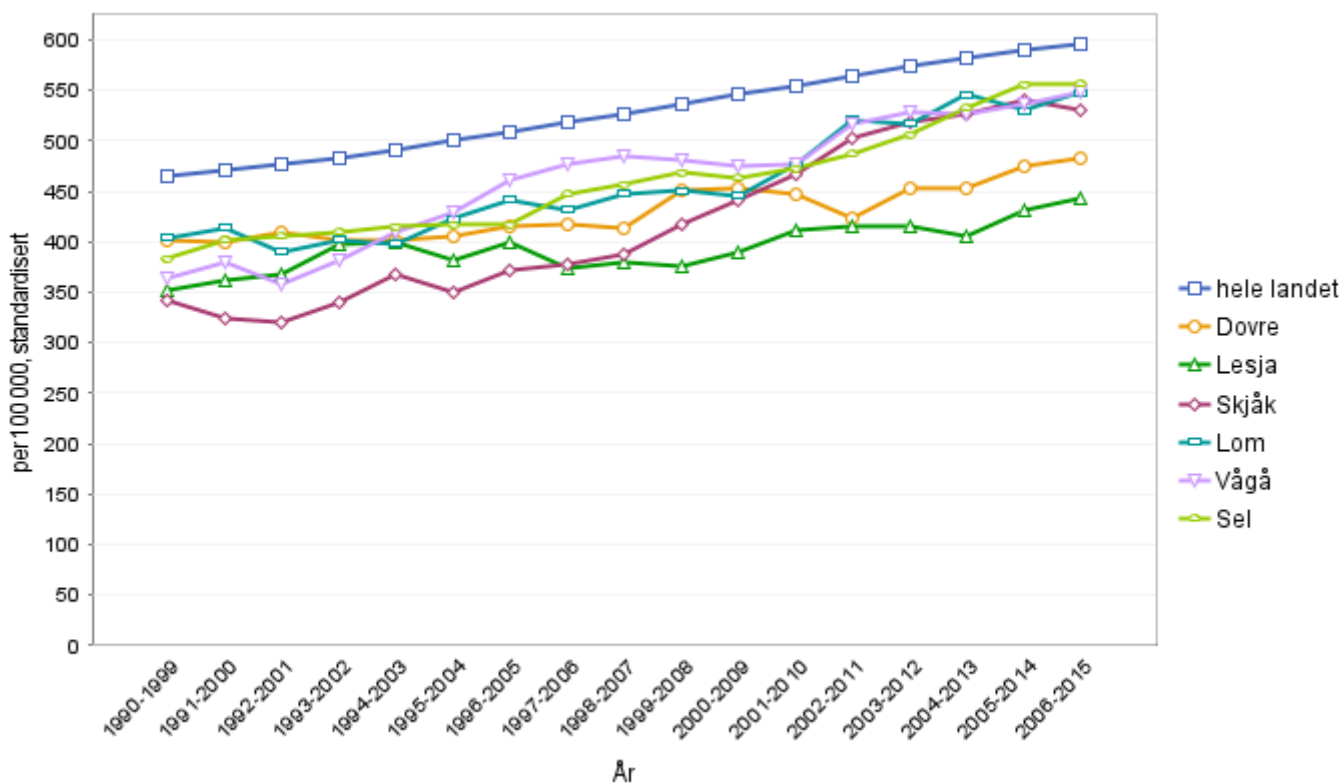
Nye tilfeller av kreft: Antall krefttilfeller per 100 000 i Sel kommune etter 1999 har gradvis økt. I perioden 2006-2015 var det 42 personer i kommunen i årlig gjennomsnitt som fikk diagnosen kreft (nye tilfeller).

Kreftdødelighet, 0-74 år: Det er mindre svingninger i dødelighet fra 1999 til 2015 i Sel kommune, men dette er svært små tall og statistisk vanskelig å sammenligne. I perioden 2006-2015 var det ca. 7 dødsfall i årlig gjennomsnitt i Sel.

Kreftdødeligheten i Norge har endret seg lite fra 1950 til i dag (dødsfall per 100 000 innbyggere korrigerer for økt levealder). Kreftforekomsten har økt. Det er større sosioøkonomiske forskjeller i kreftdødelighet i dag enn for 40 år siden, spesielt i forhold til lungekreft. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

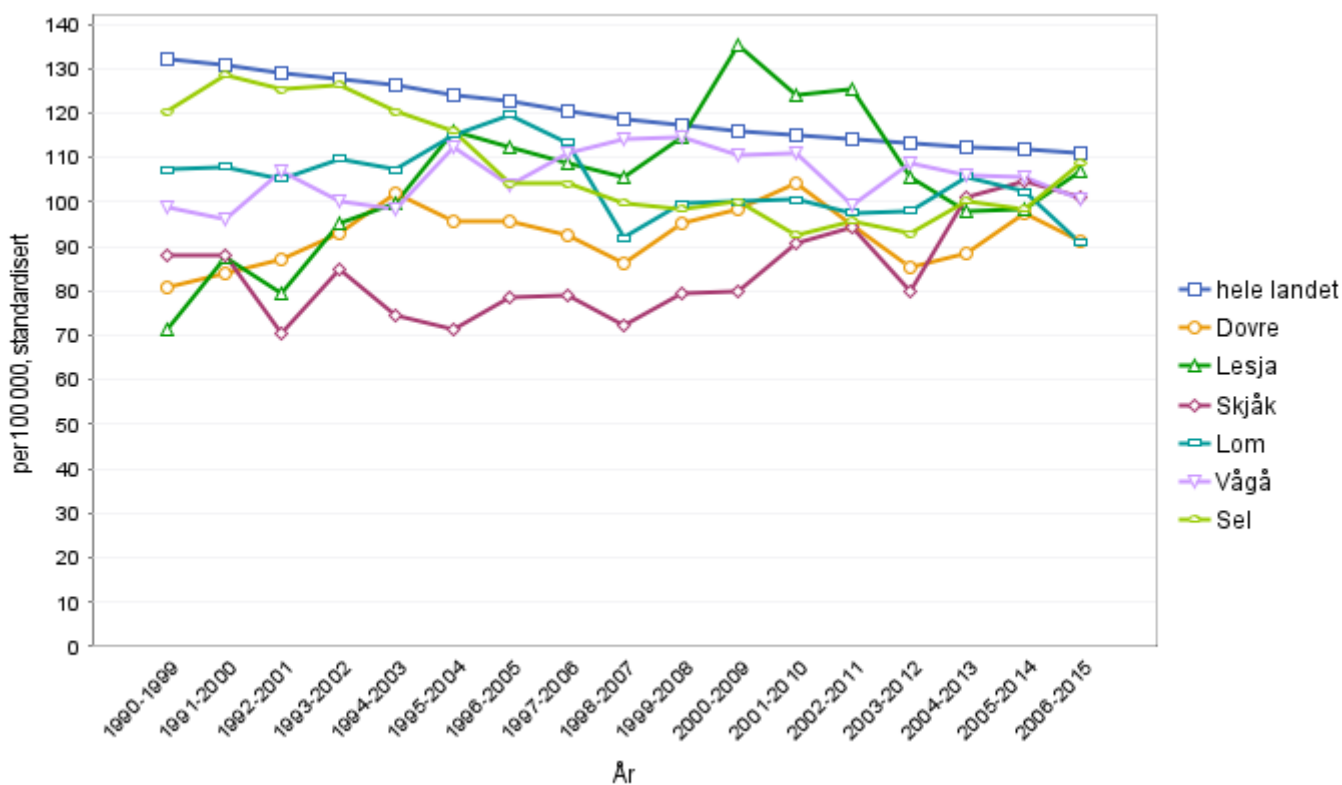
Faktorer som kan påvirke utvikling av kreftisiko i tillegg til arv: Livsstilsfaktorer som røyking, stoffer i miljøet, fedme, kosthold, alkohol, infeksjoner og fysisk aktivitet. Stabil dødelighet kan skyldes bedre behandling og tidlig oppdagelse.

Diagram: Nye krefttilfeller, 10 års glidende gjennomsnitt, 1999-2015



Nye tilfeller av kreft per 100 000 innbyggere per år. Statistikken viser 10 års gjennomsnitt (dvs. gjennomsnitt for 10-årsperioder). Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelsa statistikkbank. <http://khs.fhi.no>

Diagram: Dødelighet kreft, 10 års glidende gjennomsnitt 1999-2015



Antall døde i aldersgruppen 0-74 år, per 100 000 innbyggere per år, alders- og kjønnsstandardisert. Statistikken viser 10 års glidende gjennomsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet. Kommunehelsestatistikkbank. <http://khs.fhi.no>

4.6.12 Tannhelse

I Sel hadde 78 % av 5-åringene, 63 % av 12-åringene og 19 % av 18-åringene ikke hatt behov for fyllinger i 2016. I Oppland samme år var tallene 84 %, 62 % og 25 %.

I UNGDATA-undersøkelsen (8. og 10. trinn) anga 76 % av de spurte at de pusset tennene flere ganger om dagen. De øvrige en gang om dagen eller sjeldnere.

De siste 30 årene har det skjedd en betydelig bedring i tannhelsen. Flere barn og unge har ingen eller få "hull" i tennene. Blant voksne og eldre er det flere som har egne tenner i behold, og som klarer seg uten protese. Men fortsatt varierer tannhelsen med alder, økonomi, hvor i landet man bor og om man tilhører en utsatt gruppe eller ikke. *Kilde: Folkehelseinstituttet*

Diagram: 5-åringer uten behov for fyllinger, 2011-2016

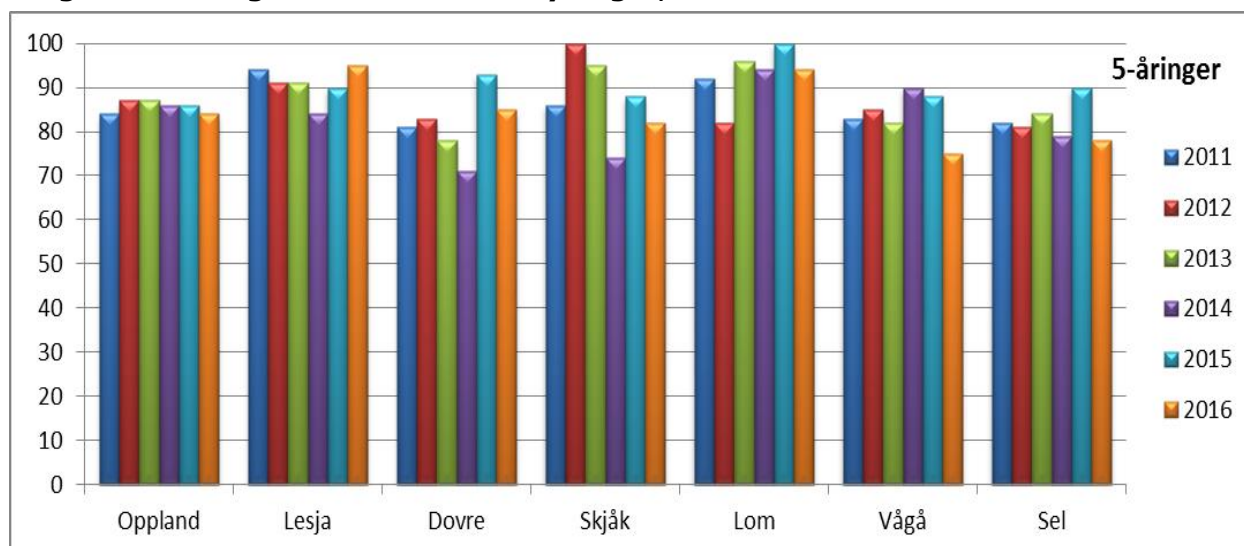


Diagram: 12-åringer uten behov for fyllinger, 2011-2016

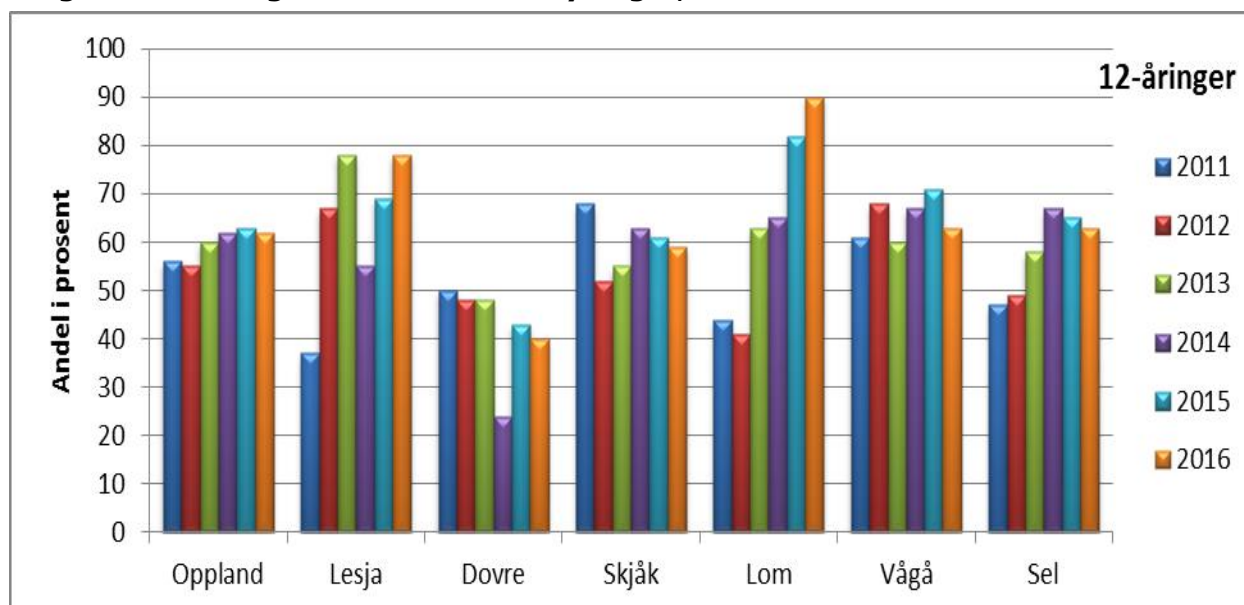
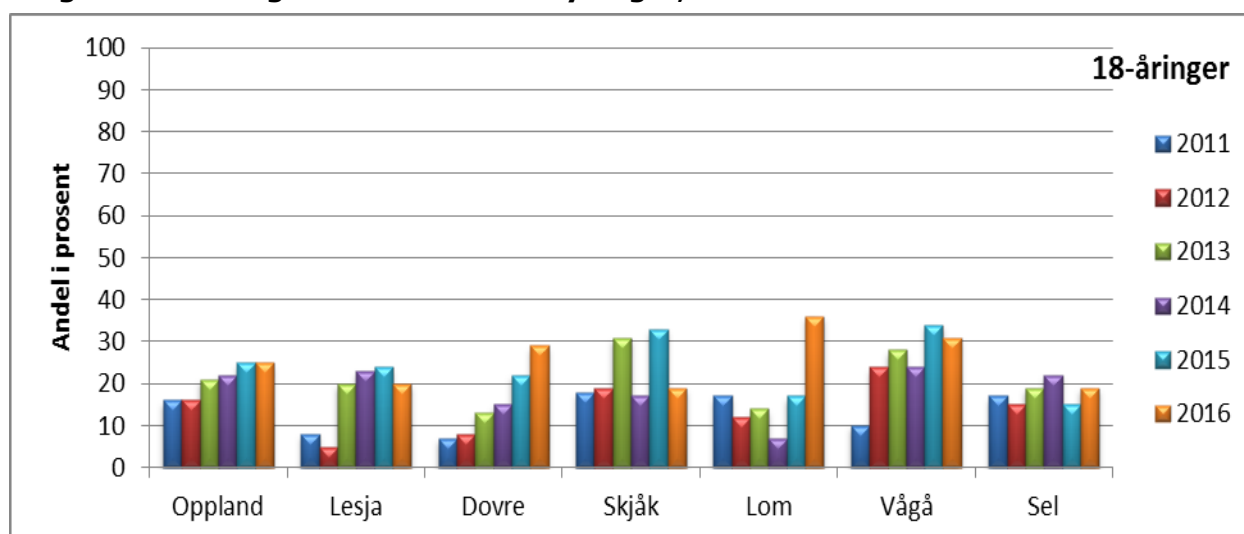


Diagram: 18-åringer uten behov for fyllinger, 2011-2016



Forklaring alle diagrammer: Andel 5-, 12- og 18-åringer som ikke har hatt behov for fyllinger.. Kilde: Fylkestannhelsetjenesten i Oppland



5.1 Utarbeidelse av folkehelseoversikten - prosesser

Dialog med kommunen

Første utkast til folkehelseoversikt var ferdig i februar 2012. I tillegg til kommunens ledelse, har Rådmannsutvalg, 6K helse, kommuneoverlegeforum, tidligere regional folkehelsegruppe og «oversiktsgruppe» i regi av Fylkeskommunen vært involvert i utarbeidelse av folkehelseoversikten. Det har vært gjennomgang i kommunestyre og årlige møter mellom ledelse og koordinator i samfunnsmedisin.

Oversiktsdag 2013 – drøfting av årsaker, konsekvenser og ressurser

Ved vurdering av årsaker er det – etter anbefaling i merknader til folkehelseforskriften – tatt utgangspunkt i den kunnskap som eksisterer om hvilke bakenforliggende forhold som kan ha ført til den situasjonen som foreligger. I tillegg er vurderingen basert på lokale erfaringer.

Vurderingen av årsaksforhold, konsekvenser og ressurser ble gjennomført på møte i kommunen 30. januar 2013. Invitasjon til møtet gikk bredt ut. Følgende var til stede på møtet: rådmannens stedfortreder kommunalsjef økonomi og personal, kommunalsjef helse og omsorg, daglig leder NGLMS, leder helsestasjon, helsesøster, plan- og beredskapssjef, planlegger, pedagogisk rådgiver/barnas representant i plansaker, politiker driftsutvalg og kommunestyret, leder i driftsutvalget, klinikkansvarlig tannhelsetjenesten, tannlege, representant fra Rådet for mennesker med nedsatt funksjonsevne, prosjektleder NAV, veileder oppfølging NAV, folkehelsekoordinator og koordinator i samfunnsmedisin. I etterkant av møtet ble den praktiske bruken og oppdatering av oversikten i kommunen drøftet med rådmann, kommunalsjef helse og omsorg og folkehelsekoordinator.

Årsaker og konsekvenser ble flyttet fra kapittel 3 til 4 i utgave «november 2017». Ressurser/helsefremmende og forebyggende tiltak er beskrevet i kapittel 3.

Folkehelseverksted 2015 – drøfting av status, utfordringer og ressurser

I henhold til veileder til arbeidet med folkehelseoversikter «God oversikt – en forutsetning for god folkehelse», bør det utarbeides en relativt kort oppsummering av status og identifisering av kommunens folkehelseutfordringer og ressurser.

Oppsummering av status og drøfting av utfordringer og ressurser - i grupper og i plenum - ble gjennomført på et folkehelseverksted i kommunen 16. april 2015. I tillegg til ledelse ble sentrale aktører i folkehelsearbeid i kommunen, politi og brukergrupper invitert. Koordinator i samfunnsmedisin var ansvarlig for den praktiske gjennomføringen. Følgende var til stede: Rådmann, virksomhetsledere for kommunal eiendom, økonomi, personal/lønn, teknisk drift, Sel barnehage, Sandbu og Heggelund barnehage, Heidal barnehage, Selsverket barnehage, NAV, barn- og familieavdeling, NGLMS, PPT, plan og beredskap og voksenopplæringen, rektorer på Otta skole, Heidal skule, Sel skole og Sel ungdomsskole, prosjektkoordinator kommunereformen, helsesøster, folkehelsekoordinator, leder frivilligsentralen, flyktningskonsulent og kommuneplanlegger. Etter folkehelseverkstedet ble forslag til oppsummering drøftet i utvidet ledermøte og ferdigstilt.

Oppsummering av status, hovedutfordringer og ressurser er beskrevet i kapittel 3.



5.2 Ungdataundersøkelse i Nord-Gudbrandsdal

Våren 2018 ble det gjennomført Ungdata-undersøkelser i kommunene i Nord-Gudbrandsdal. Ungdata er en standardisert spørreskjemaundersøkelse som er utarbeidet i samarbeid mellom forskningsinstituttet NOVA ved Høgskolen i Oslo og Akershus, sju regionale kompetansesentre innen rusfeltet (KoRus Vest Bergen, KoRus Vest Stavanger, KoRus Midt-Norge, KoRus Øst, KoRus Sør, KoRus Nord, KoRus Oslo) og Kommunesektorens organisasjon (KS).

Det henvises forøvrig til Ungdata.no for oversikt over nøkkeltall for den enkelte kommune



5.3 Oppdateringer og endringer

Videre følger en oversikt over endringer fra 2017 og utover. Oversikt over endringer fra 2013-2017 finnes i utgave «Juni 2017» – som er tilgjengelig på «Region felles/Folkehelseoversikter».

Siste utgave	Oppdatering/endring	Tidligere utgave
Februar 2017	Følgende kapitler (hele eller deler av) er oppdatert: 4.1.3: Etnisitet. 4.1.4: Personer som bor alene. 4.2.4: Inntekter og utgifter. 4.2.5: Sosialhjelps-mottakere. 4.2.6: Arbeidsledighet. 4.2.7: Sykefravær. 4.2.8: Uføretrygd. 4.2.9: Grunnskole som høyeste utdanning. 4.2.10: Frafall videregående skole. 4.2.11: Separasjoner. 4.3.4: Drikkevann. 4.3.5: Trivsel og mobbing på skolen. 4.4.1: Sykehusinnleggelser skader. 4.5.6: Røyking (gravide kvinner). 4.6.2: Forventet levealder. I tillegg ble en rekke parametre mht helsetilstand og årshjul oppdatert. Nye data: 4.6.11: Antibiotika. Utgått serie:	November 2016

	Arbeidsavklaringspenger.	
April 2017	Oppdatert: 4.1.1 Befolkningstall og fødsler. 4.2.3 Inntekter og utgifter. 4.2.4 Sosialhjelpsmottakere. 4.2.10 Undersøkelser og tiltak barnevern. 4.3.15 Trivsel og mobbing, elevundersøkelsen. 4.6.3 Medisiner mot sukkersyke. 4.6.4 Medisiner mot hjerte/karlidelser. 4.6.5 Medisiner mot lungesykdommer. 4.6.6 Smertestillende medikamenter. 4.6.8 Medikamenter mot psykiske lidelser Tatt ut data: 4.2.11 Separasjoner. 4.1.5 Botid kommunen, data fra 2013/2014 4.2.3 Arbeidsforhold, data fra 2013/2014	Februar 2017
Juni 2017	Oppdatert: 3.2.2 Tilbud i regi av helsestasjon og skolehelsetjenesten. 4.1.1 Inn- og utflytting kommuner. 4.4.2 Trafikkulykker. 4.6.10 Smittsomme sykdommer. 4.6.11. Antibiotika. 4.6.13 Tannhelse.	April 2017
Desember 2017	Tatt ut data fra levekårsundersøkelsen i 2014. Tatt ut oppgaver i regi av helsestasjon og frivilligsentral – er ivarettatt i oversikt over ressurser. Tatt årsaker og konsekvenser ut av kapittel 3 og satt dem inn i «grønne rammer» i kapittel 4. Oppdatert innhold i en rekke av de «grønne rammene». Lagt informasjon om prosess og gjennomføring av undersøkelser som vedlegg. Endret årshjul og rutiner for oppdatering. Oppdatert en del av kapittel 3.2. Resurser. Oppdatert følgende kapitler: 4.1.3 Etnisitet, 4.1.4 Personer som bor alene, 4.2.5 Uføretrygd og arbeidsavklaringspenger, 4.2.6 Utdanning, 4.2.7 Frafall videregående skole, 4.3.3 Triivsel og krenkende adferd skole og 4.6.2 Forventet levealder i tillegg til bruk av primærhelsetjenesten ved noen sykdommer. Oppdatert UNGDATA-tall (erstattet de fleste regionale data med kommunale data). Mindre justeringer og endringer.	Juni 2017
Desember 2018	Oppdatert tallene fra Ungdata 2018 i oppsummeringen av helsetilstanden, og satt inn nye tall for befolkningsvekst. Avventet med oppdatering av tabeller da det vil bli utarbeidet et nytt dokument i 2019 som vil erstatte denne versjonen av Folkehelseoversikt for Sel Kommune.	

5.4 Årshjul - oppdatering

