

## 9 av 10 elever i grundskolan uppger att de mår bra, men...

*... samtidigt uppger var femte flicka i gymnasiet år 1 att de ofta eller alltid har känt sig ledsen eller nedstämd de senaste tre månaderna. I länsrapporten "Skolelevers hälsa och levnadsvanor" som Region Jämtland Härjedalen publicerar idag, blir det tydligt att hälsoläget bland länets skolelever försämras med stigande ålder och att könsskillnaderna blir tydligare ju äldre eleverna blir.*

Under läsåret 2015-2016 genomförde länets skolsköterskor hälsosamtal med drygt 4500 skolelever. Hälsosamtalet är ett tillfälle för skolsköterskorna att vara stöd och ge kunskap till eleverna i hälsofrämjande val. Dessutom ger det möjlighet att få en samlad bild av hur hälsan ser ut bland länets barn och unga.

- Vi behöver arbeta främjande i samverkan för att skillnader i uppväxtvillkor ska bli mindre. Denna kunskap är ett viktigt verktyg i arbetet för att främja hälsa så att hälsoutvecklingen för länets unga går i rätt riktning, säger Anna Fremner folkhälsochef Region Jämtland Härjedalen.

- Resultatet visar att det händer något med skolelevernas hälsa och välbefinnande mellan årskurs 4 och 7, säger Hanna Viklund folkhälsosamordnare i Region Jämtland Härjedalen.

- Det är en större andel flickor i årskurs 7 och gymnasiet år 1 som ofta eller alltid upplever besvären huvudvärk och värk i rygg/nacke/axlar, både jämfört med de lägre årskurserna men också jämfört med pojkar i samma årskurs.
- 3 av 4 elever i årskurs 7 och gymnasiet år 1 kommer inte upp till hälften av de av den allmänna rekommendationen angående fysisk aktivitet som för barn och unga (6-17 år) är 60 minuter per dag.
- I förskoleklass är det 16 procent som har övervikt eller fetma medan det i årskurs 4 och 7 är 22-24 procent som har övervikt eller fetma.

Slutsatser är därför att hälsa och välbefinnande bland flickor behöver prioriteras, den fysiska aktiviteten är en levnadsvana som behöver stärkas och fortsatt arbete för att begränsa utvecklingen av övervikt och fetma behövs.

**Länsrapporten i sin helhet finns tillgänglig på:** [www.regionjh.se/folkhalsa](http://www.regionjh.se/folkhalsa)

### **För mer information om rapporten:**

Hanna Viklund, folkhälsosamordnare Region Jämtland Härjedalen  
063-142489  
[hanna.viklund@regionjh.se](mailto:hanna.viklund@regionjh.se)

### **Om Hälsosamtalet i skolan**

*Utifrån skollagen (SFS 2010:800) 27 § ska varje elev erbjudas minst tre hälsobesök som ska vara jämt fördelade under skoltiden. I Jämtlands län genomförs samtalen i förskoleklass, årskurs 4 och 7 samt gymnasiet år 1. Kärnan i Hälsosamtalet i skolan är samtalet mellan elev och skolsköterska, och det syftar till att göra eleven uppmärksam och ge kunskap om sambandet mellan livsstil och hälsa. I Jämtlands län utgår samtalet ifrån ett länsgemensamt elevhälsoformulär och efter samtycke, lagras elevens hälsodata avidentifierad i en länsgemensam elevhälsodatabas. Region Jämtland Härjedalen ansvarar för samordning av regionala utvecklingsarbetet av Hälsosamtalet i skolan och länsrapporten är en del av Region Jämtland Härjedalens arbete med folkhälsorapportering.*