



Søvnbesvær, stress og nedtrykthed er spejlbilledet af det moderne liv – i en lige så alvorlig grad som fx fedme og hjertekarsygdomme.

Folkesundhed – op og ned

I nden for de seneste tre år har danskerne fået et bedre fysisk helbred. Vores forbrug af alkohol er på vej ned, og der bliver færre storrygere og færre unge rygere.

Tendensen ses afspejlet i den nye 'Nationale Sundhedsprofil', som Sundhedsstyrelsen står bag. Sundhedsprofilen er baseret på svar fra mere end 160.000 danskere over 16 år og leverer dermed et omfattende billede af, hvordan danskerne selv mener de har det.

Undersøgelsen sætter også spot på den mentale sundhed, men her går bevægelsen desværre i modsat retning. Der bliver flere og flere, som ikke trives psykisk og socialt.

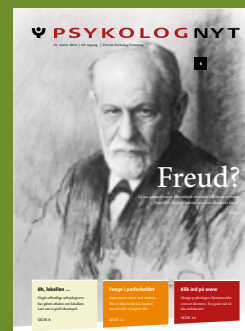
Siden undersøgelsen blev lavet første gang, for tre år siden, er den mentale sundhed blevet dårligere i stort set alle aldersgrupper og for begge køn. Mere end hver tiende dansker vurderer, at de har et dårligt mentalt helbred i form af blandt andet søvnbesvær, stress og nedtrykthed. Hver femte af os føler stress. Resultatet er et enormt tab af ressourcer, menneskelige såvel som økonomiske, idet både familie- og arbejdsliv bliver ramt. Det er såvel den enkelte borgers trivsel som vores fælles sundhedsindsats, der er på spil.

Især de unge og yngre kvinder har det skidt. Næsten hver femte blandt de unge kvinder angiver, at de har et dårligt mentalt helbred. For mændenes vedkommende er det ca. hver tolvte. I begge tilfælde er det alt, alt for mange.

Den overbevisende dokumentation af den negative udvikling, som den 'Nationale Sundhedsprofil' udstyrer os med, gør det klart, at der er grund til at satse målrettet på at forebygge og behandle den manglende trivsel, stadig flere danskere mærker. Søvnbesvær, stress og nedtrykthed er spejlbilledet af det moderne liv – i en lige så alvorlig grad som fx fedme og hjertekarsygdomme.

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

Eva Secher Mathiasen,
formand for Dansk Psykolog Forening



Medlemsblad for
Dansk Psykolog Forening

Dansk Psykolog Forening
Stockholmsgade 27,
2100 København Ø.
Tlf. 35 26 99 55.
Fax: 35 25 97 37
E-mail: dp@dp.dk
www.dp.dk

Psykolog Nyt
Stockholmsgade 27,
2100 København Ø.
Tlf. 35 26 99 55.
E-mail: p-nyt@dp.dk

Redaktion:
Claus Wennermark, ansv. redaktør
Jørgen Carl, redaktør
Heidi Strehmel, bladsekretær/annoncer

DK ISSN: 0901-7089

Layout og Tryk:
Jørn Thomsen Elbo A/S
Trykt med vegetabiliske farver
på miljøgodkendt papir

Oplag:
Kontrolleret oplag (FMK): 9744 ex. **FMK 05**
Trykoplag: 10.200 ex.

Medlem af Danske Specialmedier 

Indsendt stof: Indsendte artikler dækker ikke nødvendigvis redaktionens eller foreningens holdninger. Redaktionen forbeholder sig ret til at afvise, forkorte eller redigere indsendte artikler. Redaktionen påtager sig ikke ansvar for artikler, der indsendes uopfordret.

Forside: Scanpix.
Gengivelse af F. Schmutzers Freud-portræt

Annoncer 2014

Job- og tekstsideannoncer mv.:
DG Media, tlf. 33 70 76 94, epost@dgmedia.dk
Anfør 'Psykolog Nyt' i emnefeltet

Små rubrikannoncer (maks. 1/6 side):
Psykolog Nyt, p-nyt@dp.dk, tlf. 35 25 97 06
www.dp.dk > 'Psykolog Nyt' > 'Annoncer'

Abonnement/2014: 1.350 kr. + moms.

Deadline (kl. 12)

Nr.	Deadline	Udgivelse
8	31/3	2/5
9	28/4	To. 15/5
10	12/5	30/5