



Fyrabyrgingarráðið

Ársfrágreiðing
2005 – 2007

Innihaldsyvirlit

Fororð.....	s. 3
Endamálið við Fyribyrgingarráðnum.....	s. 5
Ráðslimir.....	s. 6
Løgtingslóð um Fyribyrgingarráð.....	s. 7
Skrivstova ráðsins.....	s. 7
Tubbak.....	s. 8
<i>Samstarv við onnur</i>	s. 9
<i>Átak fyrir børn móti royking</i>	s. 9
Kostur.....	s. 9
Rørsla.....	s. 10
Rúsevni.....	s. 10
Klamydia.....	s. 12
MARK.....	s. 13
Fólkahelsukanning.....	s. 14
<i>Sjálvmett heilsa</i>	s. 15
<i>Kyn</i>	s. 15
<i>Aldur</i>	s. 16
<i>Samlívsstøða</i>	s. 16
<i>Útbúgviningarstig</i>	s. 17
<i>Heimabúgvandi børn undir 15</i>	s. 17
<i>Bústaður</i>	s. 18
<i>Bústaðarøki</i>	s. 18
<i>Postnummar</i>	s. 19
<i>Sosialir ójavnar</i>	s. 19
<i>Livistor</i>	s. 20
<i>Kyn – FO/DK</i>	s. 21
<i>Aldur – FO/DK</i>	s. 21
<i>Útbúgviningarstig – FO/DK</i>	s. 22
<i>Livistor – FO/DK</i>	s. 22
<i>Niðurstøða um sjálvmetta heilsu</i>	s. 23
<i>Rúsdrekka</i>	s. 24
<i>Likamsvirkni</i>	s. 27
<i>Vekt</i>	s. 31
Tilmæli til fólkahelsuátök 2005-2008.....	s. 34

Fororð

Hetta ráðið hefur sitið síðan á vári 2005. Við ársenda 2007 varð navnið við lögtingslög broytt frá Fyribyrgingarráðið til Fólkahelsuráðið, og samstundis varð setningur ráðsins víðkaður til eisini at hava ábyrgd av, at ítökilig heilsufremjandi og sjúkufyribrygjandi tiltök í fólkahelsuætlunum hjá Landsstýrinum verða sett í verk og framd.

Fyribyrgingarráðið brúkti í fyrstani av skeiðnum drúgva tíð at skifta orð um, hvørji arbeiðsþki skulu raðfestast högt, til tess at betra mest möguligt um heilsuna hjá føroyingum. Niðurstøðurnar og nökur átök skulu nevnast her.

Ráðið kom til ta niðurstøðu, at royking var ein meginhóttan móti fólkahelsuni. Ikki minst er hetta eitt vandamál millum tey heilt ungu, tí kanningar hava víst, at tey 15 ára gomlu heima hjá okkum roykja meira, enn tey ungu í flestu øðrum londum í Europa. Ráðið hefur saman við Deildini fyrir Arbeiðs- og Almannahelsu gjört kanningar í 9. flokki, og hesar kanningar hava víst, at knappliga ein fjórðingur av næmingunum roykir dagliga; men lukkutíð tykist hetta tal nú at vera í minking. Gallup hefur á hvørjum ári, fyrir Fyribyrgingarráðið spurt vaksin fólk, m.a. um tubbaksnýtslu, og her er tað góða hent, at bara eftir aldarskiftið, er talið av dagligum roykjarum minkað úr 37% til 24%. Ráðið hefur sett sær fyrir at fáa hetta tal at minka enn meira komandi árini, bæði millum tey ungu og tey tilkomnu. Í 2007 fekk royking í skúlunum soleiðis hægstu raðfesting. Jákup Veyhe fekk uppgávuna, sum hann hefur loyst við at senda einum heilum árgangi av skúlabørnum eina langa røð av sms'um um royking, og harumframt við at framføra ein interaktivan leik á øllum skúlum.

Royking á baki, kemur - eftir ráðsins meting - tað kropsliga óvirknið, sum flutningshentleikar og arbeiðstól hava við sær í nútíðar samfelagnum.

Ráðið hefur tí verið við til at skipa fyrir fólkahelsurenning saman við Almanna-og heilsumálaráðnum. Ráðið hefur mælt til, at vegsamband og parkeringpláss verða gjørd soleiðis, at tað eggjar fólk til at ganga ella súkkla, um ikki langt, so eitt sindur hvønn dag. Eisini hefur ráðið mælt til, at allir næmingar í fólkaskúlanum fáa ein tíma av fimleiki hvønn undirvísingardag.

Likamsóvirkni og orkuríkur kostur er ein vandamikil greipa, sum kann hava ovurvekt og sjúku við sær, og tí helt ráðið, at heilsugóður kostur átti eisini at raðfestast högt - saman við rørsluátøkum. Ráðið hefur mælt til, at fólk eta meira frukt og grønmeti – 600 gramm um dagin. Ráðið ásannar tó, at frukt og grønmeti er dýrt í Føroyum, og harafturat er góðskan heldur ikki altið í lagi – her eiger ein broting at koma í, soleiðis, at allir føroyingar kunnu keypa óspila frukt og grønmeti til ein rímiligan penga. Eisini heldur ráðið, at føroyingar áttu at etið meira fisk, heldur enn innfluttar skundverðar. Ráðið hefur fyrireikað eitt kostátag í skúlunum, sum fer av bakkastokki í Norðoyggjum á vári 2008.

Rúsevnismisnýtsla er ein støðug hóttan, eisini í okkara samfelag. Hetta kemst av, at samskiftið við umheimin er so umfatandi í dag, at slíkir trupulleikar, sum grannasamfelögini kenna væl, eisini í tí dulda kunnu taka seg upp hjá okkum. Við tað, at rúsevnismisnýtsla vanliga er eitt dulsmál, er ikki lætt at meta um, hvussu nóg er av rúsevnum í landinum. Ráðið hefur tí tikið stig til at bjóða avvarðandi myndugleikum og viðgerðarstovnum til fundar, til tess at gera eina so neyva meting av støðuni, sum til ber. Á vári 2007 var niðurstøðan á slíkum felagsfundí, at nýggj rúsevni, sum truplari eru at finna enn tey gomlu, tí tey t.d. lukta ikki, tykjest vera í vökstri. Løgregla og tollvald eru tó varug við trupulleikan, og eru samd um at gera tað, tey eru ment, at forða innflutningi. Ráðið heldur, at eitt støðugt arbeiði skal gerast í skúlunum, til tess at ávara foreldur og børn um hetta vandamál – hetta arbeiðið er framt í samstarvi við løgregluna í øllum 8. flokkum í landinum nú í nökur ár.

Viðvíkjandi rúsdrekka hevur ráðið hildið fast við politikkin hjá undanfarna Rúsdrekka- og Narkotikaráði. Tað merkir, at miðalnýtslan av reinum alkoholi er eitt gott og brúkligt vísital um, hvussu standurin viðvíkjandi rúsdrekka er í okkara samfelag. Eisini hevur ráðið framhaldandi mælt myndugleikunum til at brúka prís og atkomiligkeit sum tálmingaramboð. Samanumtikið er rúsdrekkanýtslan ikki vaksin nakað serligt síðan vit broyttu rúsdrekkalóginu í 1992, og tað er í sjálvum sær at fegnast um, og kann takast sum ein ábending um, at fórði tálmingarpolitíkkurin hevur virkað.

Ráðið setti sær í byrjanini av skeiðnum fyri at fáa til vega haldgóða lýsing av fólkahælsuni í Føroyum. Hetta kanningararbeiði er nú lokið, og tøl eru fingin til vega, sum lýsa nógv ymisk heilsufyribbrigdi hjá føroyingum. Arbeiðið er gjort af Deildini fyri Arbeiðs- og Almannaheilsu, sum á heysti 2006 og vári 2007 sendi íált 8000 tilvildarliga valdum føroyingum millum 25 og 74 ár eitt anonymt spurnarblað. Tíverri hevur bara ein lítil helvt svarað, so ongin trygd er fyri, at hesi geva eina rætta mynd av føroyingum sum heild. Tilfarið er alt teldutøkt, so nú ber til hjá áhugaðum, t.d. lesandi, at gera kanningar av áhugaverdum fyribrigdum.

Ráðið kom eisini tíðliga til ta niðurstøðu, at vit áttu at bjóða fólk eina likamskanning, soleiðis at tey sjálv kundu gera av at broyta lívsstíl, um kanningin gav ábendingar um at okkurt í heilsustøðuni kundi verið betur. Vit valdu at gera eina kannning, har fólk bæði svara einum spurnarblaði og fara gjøgnum eina likamskanning. Í hesi kanning valdu vit at fara burtur frá anonymitetinum, tí tað kundi væl hugsast, at nógv áhugaverd vitan kundi fáast burtur úr at bjóða hesum somu fólkum at koma aftur til kanningar, tá nøkur ár eru liðin – at kanna, um tey hava tikið annað skinn um bak, ella um tey hava hildið fram, á somu leið sum undan hesi kanningini. Meginendamálið við hesi landsfevnandi kanning, er tó ikki tað vísindaliga, men tað beinleiðis fyribyrjandi. Fólk, sum koma til kanningar, fáa úrslitini frá blóðkanningini beinanvegin, og somuleiðis úrslitini frá likamskanningunum, eitt nú kondíónskanningini og

lungnafunktíónskanningini. Tey kunnu so beinanvegin síggja, hvussu tey eru fyri í mun til aldurin – og kunnu velja at gera okkurt við tað, um okkurt, heilsuliga sæð, óheppið frávik er. Ráðið hevur sett sær fyri at royna at skipa fyri átökum, sum lokalt kunnu stuðla upp undir allar fýra vandatættirnar í hesi kanning: motión, alkohol, royking og kost.

Ráðið hevur haft fundir umleið eina ferð um mánaðin, og ofta hava serkønir gestir verið bodnir við á fundirnar. Eg skal sum formaður takka øllum, sum hava tikið lut í arbeiðinum, bæði ráðslimum, skrivstovu og ráðgevum fyri avrikini. Eisini skal eg takka fyri eitt stak gott samstarv við Almanna- og heilsumálaráðið.

Pál Weihe, formaður

Endamálið við Fyribyrgingarráðnum

Fyribyrgingarráðið er ráð undir landsstýrismanninum og hevur sum uppgávu at styrkja tiltök fyrir heilsufremjing, sjúku- og vanlukkufyribyrging, bæði í almanna- og heilsuverkinum. Heruppií liggur á ráðnum:

- 1. at ráðgeva lands- og kommunalum myndugleikum í sambandi við heilsufremjandi og sjúku- og vanlukkufyribyrgjandi tiltök,
- 2. at styrkja heilsufremjandi, sjúku- og vanlukkufyribyrgjandi tiltök við ráðgeving og stuðli til royndar- og menningararbeiði kring landið,
- 3. at taka stig til kanningar og útgreiðingar, sum eiga at verða framdar sum liður í einum heildarfyrifryggingartiltaki, ella sum liður í eini meting av verandi heilsufremjandi og sjúku- og vanlukkufyribyrgjandi tiltökum,
- 4. at stimbra gransking og royndir á fyribyrgingarókinum.



Ráðslimir Fyribyrgingarráðsins

Limirnir eru valdir sambært §2 í lög um Fyribyrgingarráð



Pál Weihe, formaður

Yvirlæknin
Deildin fyrir Arbeiðs-og Almanna heilsu



Jens Jensen

Løgreglumaður Kriminaldeildin
Politiið í Føroyum



Marjun Berg, næstformaður

Sosialráðgevi
Almannastovan



Tórfinn Højgaard

Lærari
Venjingarskúlin



Kári Rasmussen

Kommunulækni
Tórshavn



Hannilena Jacobsen

Økonomia
Klaksvíkar Sjúkrahús



Bjarta Vilhelm

Leiðandi heilsufrøðingur
Heilsufrøðisskipanin

Beinta Leo (ráðslimur og næstformaður til februar 2006)

Økonomia, Suðuroyar Sjúkrahús

Løgtingslög um Fyribyrgingarráð

§ 1. Fyribyrgingarráðið er ráð undir landsstýrismanninum og hevur sum uppgávu at styrkja tiltök fyrir heilsufremjan, sjúku- og vanlukkufyribyrging, bæði í almannna- og heilsuverkinum.

Heruppií liggur á ráðnum:

1. at ráðgeva lands- og kommunalum myndugleikum í sambandi við heilsufremjandi og sjúku- og vanlukkufyribyrgjandi tiltök,
2. at styrkja heilsufremjandi sjúku- og vanlukkufyribyrgjandi tiltök við ráðgeving og stuðli til royndar- og menningararbeiði kring landið,
3. at taka stig til kanningar og útgreiðingar, sum eiga at verða framdar sum liður í einum heildarfyrbyrgingartiltaki, ella sum liður í eini meting av verandi heilsufremjandi og sjúku- og vanlukkufyribyrgjandi tiltökum,
4. at stimbra gransking og royndum á fyribyrgingarókinum.

§ 2. Í Fyribyrgingarráðnum sita 7 limir, tilnevndir av landsstýrismanninum fyrir 4 ár í senn. Ein limur umboðar undirvísingerverkið, ein limur umboðar almannaverkið og fýra limir eru heilsustarvsfólk.

Landsstýrismaðurin velur sjeynda limin, sum eisini skal hava serligt innlit í almannna- og heilsuviðurskifti. Landsstýrismaðurin velur formann og næstformann millum limirnar í ráðnum.

§ 3. Landsstýrismaðurin kann seta aðrar sakkønar nevndir til stuðuls í sambandi við uppgávur ráðsins. Limir í slíkum nevndum kunnu veljast millum fólk og feløg, ið ikki eru limir í ráðnum.

§ 4. Landsstýrismaðurin ásetir starvsskipan ráðsins eftir tilmæli frá ráðnum.

§ 5. Landskassin rindar útreiðslurnar av virkseminum hjá Fyribyrgingarráðnum og hjá möguligum øðrum sakkønum nevndum. Stk

2. Landskassin rindar limunum í ráðnum eina samsýning eftir almennum reglum.

§ 6. Landsstýrismaðurin skipar fyri, at ráðið fær neyðuga skrivarahjálp og avger, um sjálvstøðug skrivstova skal setast á stovn.

§ 7. Fyribyrgingarráðið almannakunnger minst annað hvort ár frágreiðing um virksemi ráðsins.

§ 8. Henda løgtingslög kemur í gildi 1. januar 2000.

Viðmerkjast skal, at Fyribyrgingarráðið frá 1.1.2008 hevur broytt heiti til Fólkahelsuráðið. Samstundis verður uppgávan hjá Fólkahelsuráðnum víðkað.

Skrivstova ráðsins

Adressa:

**Fyribyrgingarráðið
Eirargarður 2, 2.
FO 100 Tórshavn**

Telefon:

30 40 15 / 21 51 65

Teldupostur:

<mailto:fhr@folkaheilsa.fo>

Heimasíða:

www.folkaheilsa.fo

Skrivstovan virkar sambært endamáli Fyribyrgingarráðsins og í samráð við limirnar í Fyribyrgingarráðnum sum ein stovnur, ið er við til at styrkja tiltøk fyrir heilsufremjing, sjúku- og vanlukkufyribyrging - bæði í almanna- og heilsuverkinum.

Fyribyrgingarráðið leggur serligan dent á hesi evni:

- Tubbak
- Kost og rørslu
- Rúsevni og rúsdrekka

Tubbak

Royking hefur verið raðfest høgt árini 2005-2007. 2007 var Altjóða tubbaksár.

Røykiavvenjingarskeið hefur verið fyriskipað í samstarvi við Kringvarp Føroya.

Tiltøk hava verið í sambandi við Altjóða roykfrí dagin 31. mai.

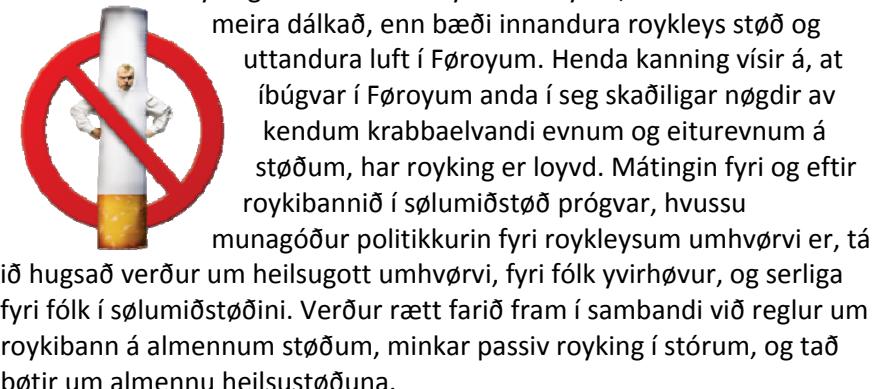
Fyri at fáa nýggjastu vitan, um tubbaksnýtslan kann minka í einum samfelag, hefur Fyribyrgingarráðið sent sakkønan persón til **heimsráðstevnu** um tubbak og heilsu í Washington í juli 2006. Eftir framløgu frá hesi ráðstevnu skrivaði Fyribyrgingarráðið eina áheitan til

politiska valdið um at góðkenna WHO-sáttmálan ímóti royking, eins og Danmark gjørði í 2004. Hóast Føroyar ikki hava staðfest WHO-sáttmálan eru bæði tubbakslógin frá 2005 og uppskotið til nýggja tubbakslógr frá 2007 orðaðar við støði í WHO-sáttmálanum. Ætlanin hjá Almanna- og heilsumálaráðnum var at góðkenna sáttmálan eftir at lógaruppskotið frá 2007 varð samtykt. Nýggja lógaruppskotið varð tó ikki samtykt, av tí at nýval varð útskrivað.

Kanning av luftgóðskuni á ymiskum veitingarstøðum.

Eitt annað úrslit av heimsráðstevnuni var, at Fyribyrgingarráðið í 2006 skipaði fyrir kanningum av luftgóðskuni á ymiskum veitingarstøðum, tað vil siga partikulinnihaldi í luftini. Talan er um partiklar stavandi frá tubbaksroyking. Hetta varð gjort sum ein partur av eini altjóða verkætlani, sum gevur möguleika at samanbera innandura umhvørvið hjá okkum við onnur lond.

Frágreiðingen frá kanningini vísir stóran mun á luftgóðskuni á økjum, har royking er bannað, og har loyvt er at roykja. Niðurstøðan vísir at: Har, sum royking innandura er loyvd í Føroyum, er luftin munandi



Frágreiðingin kann lesast á heimasíðuni hjá Fyribyrgingarráðnum, http://www.folkaheilsa.fo/TIDINDASAVN/PDF/Heimsfevnd_Luft_eftirlits_kanning_2007.pdf.

Samstarv við onnur

Fyribyrgingarráðið hevur verið við til at ummæla uppskot hjá Almanna- og heilsumálaráðnum um nýggja tubbakslög, og at gera uppskot til, hvussu lógin kann lýsast fyrir almenninginum.

Samstarv hevur verið við Gistingar- og matstovufelag Føroya um at skipa fyrir roykfríum umhvørvi á matstovum, heldur enn at fáa lógarkrav.

Átak fyrir børn móti royking

Skipað hevur verið fyrir 4-liðaðum átaki móti royking. Jákup Veyhe hevur staðið fyrir hesum átaki.

Ein interaktivur sjónleikur er spældur fyrir børnum í 5. flokkum í øllum skúlum í landinum. Hesin sjónleikurin kemur inn á evnið bólkatrýst. Børn halda, at hini sleppa meira. At tey, sum ganga á øðrum skúlum, gera meira enn tey sjálvi – roykja, drekka brennivín o.t. Tað passar ikki, men tað er ein púra vanlig misskiljing hjá flestu børnum. Og eftirsum øll børnnini halda, at hini sleppa meira, verður tað eisini til ein ávisan sannleika. Og til eitt trýst á tey, um sjálvi at royna. Hetta vísis sjónleikurin á.

Børnnini í 5. flokki fáa eitt sms um dagin í 100 dagar við upplýsing og áminning um vandan við royking. Teksturin er



gjørdur bæði skemtiligur og meiri álvarsligur, og av ymsum persónum, fyrir at vekja áhugan hjá börnunum.

Ein heimasíða er gjørd fyrir børn og ung um m.a. royking, www.murrr.fo. Her ber eisini til at lesa um átökini. MURRR stendur fyrir Matur Ung Royking Rúsevni og Rørsla.

Arbeitt verður við eini lýsingarherferð, sum eftir ætlan verður víst í sjónvarpi og kanska eisini í biografunum fyrist í 2008.

Kostur

Á vári 2005 samtykti Løgtingið at seta pengar av til heilsufremjandi átök í skúlunum, sum, í samráð við Fyribyrgingarráðið, vórðu brúktir til vatnkølarar og frukt- og grøntskipan.

Í august 2006 legði Brynhild Danielsen, fakligur skrivari í Fyribyrgingarráðnum, fram niðurstøðuna í kanning, ið hon gjørdi í samband við masterútburgving í Health Promotion. Kanningin umfataði matarumstøðurnar hjá flestu skúlum í Føroyum. Niðurstøðan var, at hvør skúli sær, eigur at gera ein heilsapolitikk, ið eisini umfatar kostpolitikk. Fyribyrgingarráðið hevur út frá hesi kanning gjørt tilráðing til Mentamálaráðið, Føroya Kommunufelag og Kommunusamskipan Føroya um at hava í huga, at pláss skal vera til kantinur, bæði tá ið nýggir skúlar verða bygdir, og eisini, tá skúlar verða nútímansgjørdar, ella bygt verður uppí teir.

Til tess at arbeiða fyrir, at børn fáa góðan kost og sunnar matarvanar, verður arbeitt við uppskoti til kostfrálæru í skúlunum.

Rørsla

Ein fysioterapeutur úr Svøríki, Anders Holmstrøm gjørði á vári 2006 eitt átak fyrir Fyribyrgingarráðið, sum hevði til endamáls at fáa fóroyingar at róra seg meira. Partvíss gjørði hann eina heimasíðu, www.stig.fo, sum hevði til endamáls at fáa fólk at tekna seg, og geva upp, hvussu nógvet fét, tey hóvdu tikið í farna tíðarskeiði. T.d. var möguleiki fyrir at kappast, bæði sum einstaklingar og bólkar. Hetta átak bleiv síðani víðkað, og gjort serligt til føroyska skúlan, m.a varð ein serlig heimasíða gjørð: www.stig-skulin.fo. Skúlar skuldu mælda seg, og síðani kappast við aðrar skúlar. Anders Holmstrøm skipaði eisini fyrir ymiskum likamsvirknisátökum, til tess at fáa vanlig fólk at róra seg. Eitt av hesum var at skipa fyrir ferðum í fjöllunum, eitt nú upp á Kirkjubørey. Postkassar vórðu settir upp ymsastaðni í Føroyum, har fólk kundu leggja boð um, at tey hóvdu verið har. Harumframt varð skipað fyrir venjingum í heilsuhallum.

Fyribyrgingarráðið lat í sambandi við átakið Stig.fo fetteljarar til skúlanæmingar í øllum 5. flokkum. Flokkarnir kappaðust um at ganga/renna flest fét.

Á hvørjum ári hevur Fyribyrgingarráðið skipað fyrir heilsukanningum í samband við Fólkahelisurennin, sum Almanna- og heilsumálaráðið hevur skipað fyrir.

Rúsevni

Fyribyrgingarráðið hevur síðani 2006 skipað fyrir fyribyrgjandi undirvísing um rúsevni fyrir næmingum í øllum 8. flokkum í landinum. Eisini hava kunnandi fundir verið fyrir foreldrum at somu næmingum. Undirvísarar

hava verið Jens Jensen, límur í ráðnum og löggreglumaður, og Poul Jákup Thomsen, rúsevnisráðgevi.

Samstarv hevur verið við löggreglu, tollvald, Rúsdrekkasølu Landsins, Heilbrigdið, Bláa Kross og psykiatrisku deild. T.d. er fundur hildin um narkotikastøðuna í Føroyum.

Frásøgn frá fundi um rúsevnistøðuna í Føroyum tann 6. februar 2007

Á fundi voru:

Jens H. Jensen - politistur, umboðandi Fyribyrgingarráðið
Sjúrður Johannesen - fyribyrgingarráðgevi, Blái Krossur Føroya
Tórmóður Stórá - læknafakligur depilsleiðari, psykiatriski depilin, Lsh.
Arnhold H. Nielsen - stjóri, Toll- og Skattstova Føroya
Fía Lindenskov - stud. scient san. publ. (starvspraktikk í AHR)
Katrin Gaard - fulltrúi, Almanna- og heilsumálaráðið
Ingi Mohr - leiðari, Heilbrigdið
Kjartan Dam Joensen - yvirtollari, Toll- og Skattstova Føroya
Gunnvá á Lofti - fulltrúi, Innlendismálaráðið
Karen Marie Olesen - politimeistari
Bergleif Brimvík - politikommiserur
Brynhild Danielsen - fakligur skrivari, MSc, HP, Fyribyrgingarráðið
Pál Weihe - formaður, Fyribyrgingarráðið

Endamálið við fundinum var at royna koma fram til eina felags niðurstøðu viðvíkjandi rúsevnistrupulleikunum í dag og eini meting av, hvussu rákið á hesum øki er.

Fundurin var skipaður soleiðis, at fyrst varð tosað um objektiv mót fyrir støðuna nú, síðan varð ein subjektiv meting gjørð, og at enda varð kjakast um mögulig átök til tess at betra um støðuna.

Rúsevnisstøðan, sum hon er í dag – objektivt

Viðvíkjandi objektivum støðumetingum tykist støðan viðvíkjandi hassji at vera nökulunda óbroytt seinastu árini, men afturat eru komin nýggju evnini ecstasy og amfetamin. Tollvaldið og politivaldið hóvdu ta fatan, at nýtslan av hesum evnum var í vökstri, men at tey komu inn í landið í rættiliga smáum sendingum. Tollvaldið og politivaldið vildu lata okkum hagtöl fyri teirra konfiskatióhir seinastu árini. Hagtölini eru síðani komin, og eru innsett niðanfyri:

Frá tollvaldinum:

	2001	2002	2003	2004	2005	2006
Hash(g)	6208	6431	46753	2813	4494	4622
Marihuana (g)						
Amfetamin (g)	4	14		39		8
Kokain (g)			48	2		
Heroin (g)				1	2	
Ecstasy (stk)				3	444	

Frá lögregluni:

Lov om euf (besiddelse)	72
Lov om euf (salg)	10
Straffeloven	3

Narkotikabeslag

Hash(g)	4727,80
Skunk(g)	40,00
Amfetamin(g)	187,00
Kokain(g)	
Ecstasy (stk)	330
Opiater(g)	1,00
Joint (stk)	4

Sagsantal

53
3
9
4
1
1

Psykiatriska deild kundi ikki siga, at nókur broyting var hend við støðuni seinastu árini, men tað voru framvegis fólk, ið vórðu innløgd við illgruna um at tey voru ávirkað av narkotika.

Heilbrigdið metti, at umleið 12% av teimum áleið 140, sum seinasta ár komu til viðgerðar á Heilbrigdið, eisini voru ávirkað av narkotika.

Rúsevnisstøðan í dag – subjektivt

Viðvíkjandi tí mettu støðuni, var tollvaldið av teirri fatan, at mest sannlíkt var, at tað mesta av narkotisku evnum fór fram við verjuskipanum teirra, tí at sendingarnar voru so smáar og so væl fjaldar, atilt var at finna tær við teim vanligu hættunum.

Politivaldið hevði, grundað á mál sum í lötuni voru til viðgerðar, ta fatan, at narkotikanýtslan í lötuni var vaksandi, og at tað serliga voru evni sum ecstasy og amfetamin, ið voru í umfari fyri tíðina. Eisini hevði politiið ta fatan, at tað voru fleiri "vanlig" ung, sum tóku hesi evni. Hetta breyt tað

vanliga mynstrið: at tað voru tey týðiliga misnýtslumerktu, sum brúktu rúsevnini.

Blái Krossur helt seg eisini hava lagt til merkis eina broyting í mynstrinum av misnýtslu, tí nú voru tað fleiri vanlig ung, soleiðis sum lögreglan eisini segði frá, sum voru nýtarar av ecstasy og amfetamin.

Heilbrigdið var í iva um, hvort nýtslan var stórrí enn áður, og gjørði vart við, at misnýtslan av læknaútskrivaðum heilivági eisini var ein týdningarmikil trupulleiki.

Innlendismálaráðið og Almanna- og heilsumálaráðið høvdu ongar upplýsingar, ið kundu lýsa stóðuna nærri.

Hvat kann gerast við stóðuna

Í sambandi við, hvørji átök, tað hevði verið rímuligt at gjört, segði tollvaldið frá, at teir innan fyrir verandi játtan fara at rationalisera arbeiðsgongdina, soleiðis, at tað verður möguligt at fokusera meira upp á eftirlitsarbeiði um landamarkið, tað vil siga: eftirlit - ikki bert við tí, sum ferðafólk hava við sær - men eisini við tí, sum verður sent postvegis og í frakt. Hetta arbeiddu teir uppá.

Lögreglan segði frá, at tey høvdu flutt arbeiðsorku til narkotikaumráðið, tí hetta tyktist vera í vökkstri í lötuni. Lögreglan metti trupulleikan vera álvarsligan, og var sinnað til leypandi at justera innsatsin eftir trupulleikanum. Eisini hevði politið tosað við tollvaldið um eitt økt samstarv til tess at finna ólöglig evni. Hetta var enn ikki formaliserað, men tað voru góðar vónir fyrir hesum. Harafrat fórði politið fram, at tørvur er á at formalisera SSP samstarvið, t.e. samstarvið millum sosialverk, skúlaverk og politið. Við hesum hevði boríð til at økt um upplýsandi og hugburðsbroytandi arbeiði innan skúlagátt.

Blái krossur sóknaðist eftir meira haldgóðum talgrundarlagi yvir, hvussu stóðan var, eitt nú millum ung. Vist varð til 9. floks kanningarnar, sum tað ber til at síggja á www.health.fo.

Heilbrigdið helt, at avgerandi var at fáa foreldrini at kenna sína ábyrgd. Til dømis áttu foreldrini at ansa eftir, at børnini ikki reka úti fyrir våg og vind um næturnar.

Avtalað varð at skipa fyrir regluligum fundum millum avvarðandi partar á ökinum, t.d. 1-2 ferðir árliga. Næsti fundur verður í september 2007.

Fyribyrgingarráðið tekur lut í norðurlendskum samstarvi um rúsevni og fyribyrging.

Í sambandi við átaki á tónleikafestivalum, hevur Fyribyrgingarráðið skipað fyrir umseting og prenting av tveimum bóklingum um rúsevni. Annar er ætlaður ungum, og hin er til foreldrini. Bóklingarnir kunnu síggjast á http://www.folkaheilsa.fo/TIDINDASAVN/PDF/2007_Rusevni_Ung.pdf og http://www.folkaheilsa.fo/TIDINDASAVN/PDF/Rusevni_Til%20Foreldur.pdf. Faldarin kann eisini bíleggjast hjá Fólkahelsuráðnum.

Klamydia

Í sambandi við G! Festivalin og Summarfestivalin í 2007 skipaði Fyribyrgingarráðið fyrir einum bási við kunning um kynssjúkuna klamydia. Sólin og góða veðrið í Gøtu gjørdu helst sítt til, at básurin var sera væl vitjaður. Leysliga mett vitjaðu um 2000 fólk básin. Eitt spurnablað, har svarast kundi spurningum um klamydia, varð væl móttikið. Gott 800 fólk svaraðu spurningum á G! og 5000 hítir voru latnar til samans.

Á Summarfestivalinum var básurin ikki so væl vitjaður. 200 fólk svaraðu spurningum, og knappar 1000 hítir vórðu latnar. Illveður var leygardagin, varð básurin stongdur.



Mynd: Jens Kristian Vang

Nógv svaraðu rætt á spurnablóðunum. Teir spurningarnir, sum oftast voru skeiwt svaraðir, voru m.a. um, hvussu klamydia smittar. Her svaraðu fleiri, at tað smittar gjøgnum blóð. Rætta svarið er, at klamydia smittar við samlegu uttan hít. Onnur ivaðust eisini í, um klamydia kundi lekjast, og hvussu man kundi verja seg ímóti klamydia. Klamydia kann lætt lekjast við tabletum, og man kann verja seg ímóti klamydia (og øðrum kynssjúkum) við at brúka hít ella við at lata vera við at fara í song við nøkrum!

Umframt faldarar um, hvussu sleppast kann undan kynssjúkum sum klamydia, høvdu vit eisini fóroyaskar faldarar um rúsevni. Ein faldara ætlaðan til ung og ein faldara ætlaðan til foreldur.

Samanumtikið var hetta eitt stak væleydnað tiltak.

MARK

Í 2007 hevur Fyribyrgingarráðið sett í verk eitt heilsuátak, MARK, sum stendur fyrir Matur, Alkohol, Royking og Kostur. Til hetta átak fekk Fyribyrgingarráðið eina játtan uppá 1,2 mill. krónur. Tól, sum skulu nýtast til verkætlanina, vórðu fingin til vega, og pilotverkætlanin, har u.l. 85 fólk, sum arbeiða í umsitingini hjá Tórshavnar Kommunu, tóku lut, varð gjørd í november 2007. Brøvini við innbjóðing og spurnablóðum vórðu eisini klár hetta árið, og tey fyrstu send út.

Endamálið við MARK-verkætlanini er at savna hagtøl um heilsustóðuna hjá føroyingum. Til ber at samanbera tølini millum bygdir í Føroyum og eisini at síggja útviklingin í framtíðini. Annað endamál er, at tann einstaki persónurin fær innlit í egnu heilsustóðu, og í, hvat hann/hon kann gera fyri at varðveita eina góða heilsu. Ætlanin er, at kommunurnar fáa høvi at vera við í verkætlanini, við t.d. at hjálpa við hølum, og at tær kunnu skipa fyri heilsufremjandi átökum,



Mynd: Jens Kristian Vang

sum t.d. at fremja möguleikarnar hjá borgarunum fyrir at gerast meiri virknir likamliga.

Ætlanin er at kanna 2000 fólk í Føroyum. Eitt tilvildarligt úrval av fólk i millum 40 og 70 ár verður boðið at luttaka. Tey, sum játta at luttaka, skulu svara einum spurnablaði og fáa möguleika fyrir einari likamskanning.



Mynd: Jens Kristian Vang

livimátanum hjá dönum. Hesa kanning kalla tey KRAM, sum eisini er ein styttung fyrir tað sama sum í MARK. Føroyska kanningin er í smálutum gjørð eftir sama leisti sum KRAM. Hetta merkir, at vit brúka somu kanningarhaettir og sama spurnablað sum danska kanningin, sum sæst á www.kramundersoegelsen.dk.

Spurnablaðið roynir at lýsa tey meginøkini, sum henda kanning hefur fyrir eyga, nevniliða kostin, likamsvirkið, roykivanarnar og rúsdrekkanýtluna.

Harumframt verður spurt um sjálvupplivaða heilsu og um heilsustøðuna hjá tí einstaka í hövuðsheitum.

Likamskanningin fatar m.a. um:

- blóðtrýst og puls
- likamsvekt, feittprosent og hædd
- miðju- og mjadnamát
- lungnafunktión

Fólkaheilsukanning

Fyribyrgingarráðið og Deildin fyrir Arbeiðs- og Almannuheilsu gjørdu í 2006 og 2007 eina umfatandi fólkaheilsukanning, nevnd "Hvussu hevir tú tað?". 5000 fólk fingu spurnabløð at svara um heilsu og um sosialu støðuna.

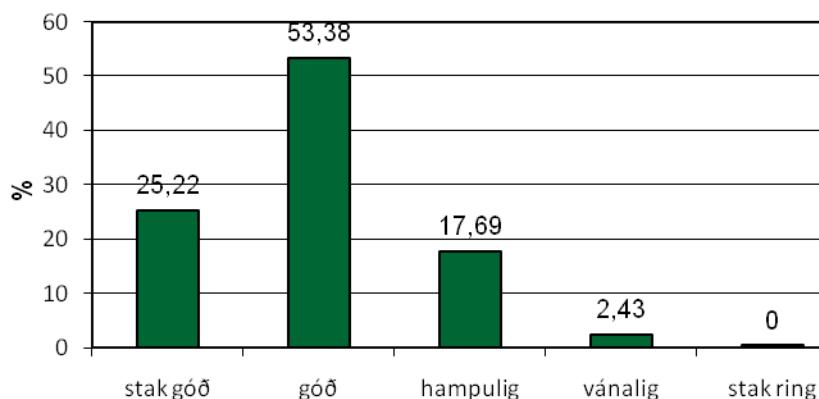
Í september 2006 og í mars 2007 voru svar komin frá ávikavist 1277 og 2255 føroyingum úr øllum landinum í aldrinum 25 til 74 ár. Niðanfyri eru nøkur úrslit, sum siga nakað um, hvussu fólk sjálvi meta heilsustøðuna hjá sær at vera. Til samanberingar hava vit nýtt töl úr Århus Amt, har somu spurningar vórðu settir 3924 tilvildarliga valdum fólkum í sama aldri í 2001.

Sjálvmett heilsa

Høvuðssprungurin um, hvussu fólk meta sína egnu heilsustóðu, var:
Hvussu heldur tú, at heilsa tín er sum heild? Svarmöguleikarnir voru: *Stak góð; Góð, Hampulig; Vánalig; Stak ring.*

Sjálvmett heilsa er greinað eftir kyni, aldri, samlívsstóðu, útbúgving, heimabúgvandi børnum, ognarviðurskiftum og bústaðarøki.

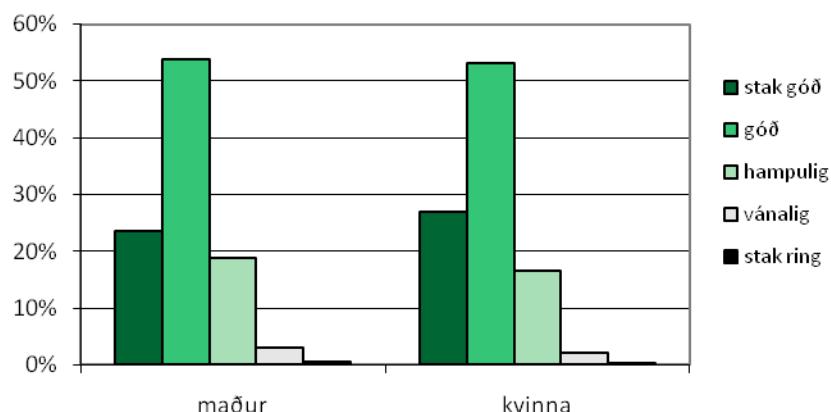
Talva 1 - Sjálvmett heilsa



Føroyingar vurdera yvirhøvur heilsuna sum góða. 25% meta hana sum stak góða, 53% sum góða, 18%, hampuliga, meðan bert 2,8% vurdera heilsuna sum vánaliga ella stak ringa. Hetta merkir, at 80% av føroyingum halda, at heilsan er stak góð ella góð. Seinni skulu vit samanbera hesi töl við tølini í Århus Amti.

Kyn og sjálvmett heilsa

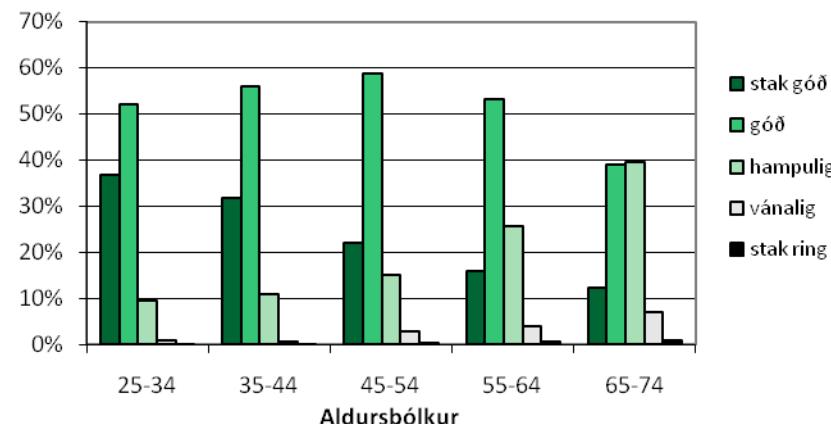
Talva 2 - Sjálvmett heilsa eftir kyni



Kvinnurnar halda yvirhøvur, at teirra heilsa er betri enn menninir halda. 27% av kvinnunum meta heilsuna sum stak góða, meðan talið hjá monnunum er 24%. Tað eru eitt sindur fleiri menn enn kvinnur, sum vurdera heilsuna at vera vánaliga ella stak ringa. Tølini er tó ógvuliga smá, 3% fyri menninar og 2% fyri kvinnurnar.

Aldur og sjálvmett heilsa

Talva 3 - Sjálvmett heilsa eftir aldri



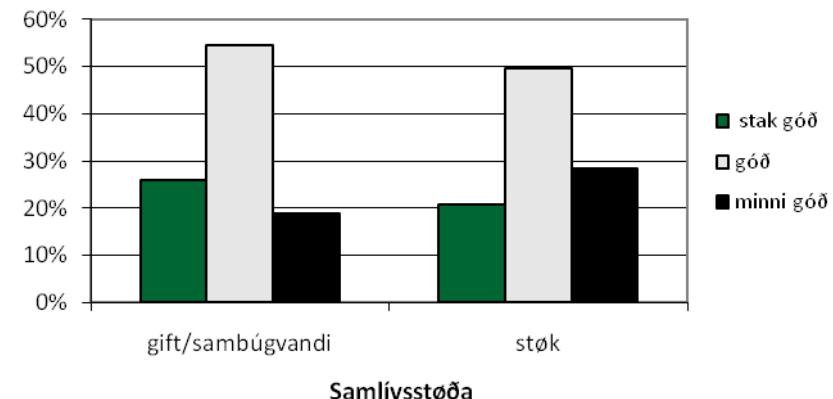
Parturin, sum metir seg at hava stak góða heilsu, fellur javnt við aldrinum, frá 37% fyrir tann yngsta aldurbólkin, niður í 12% fyrir tann elsta. Tey, sum meta seg at hava vánaliga heilsu, ókast úr 3%, fyrir aldursbólkin 45–54 ár, upp í 7% fyrir tey, sum eru 65–74 ár. Parturin, sum heldur seg hava hampuliga heilsu, ókist við aldrinum; fyrir aldursbólkin 25–44 er tað um 10%, og tað ókist so upp til 40% fyrir tann elsta bólkin.

Heilsustóðan hjá fólk í er aldurstreytað, og tann sjálvmetta heilsan er eisini heilt greitt aldurstreytað; fólk hava sostatt eina realistiska meting av heilsuni.

Samlívsstóða og heilsa

Töluni fyrir vánaliga og stak vánaliga heilsu eru so smá, at tær 3 niðastu kategoriirnar: hampulig, vánalig og stak ring eru slignar saman til "minni góð."

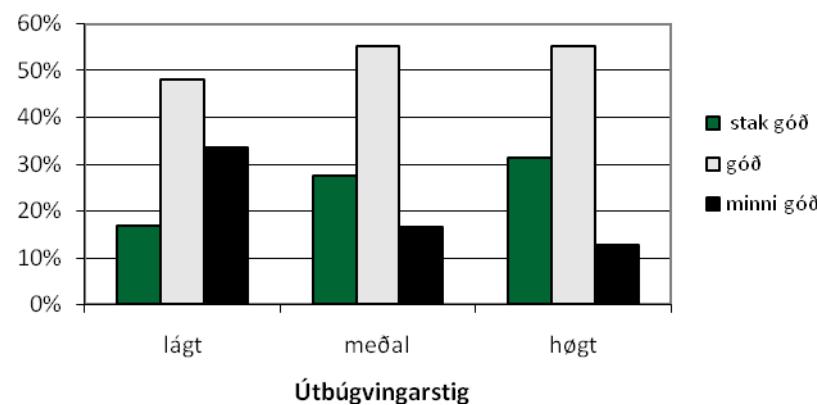
Talva 4 - Sjálvmett heilsa eftir samlívsstóðu



Stök vurdera sum heild heilsuna sum lakari enn tey, sum eru gift ella sambúgvandi. 26% av teimum giftu/sambúgvandi meta heilsuna vera stak góða, meðan 21% av teimum stöku gera tað sama. 19% av teimum giftu ella sambúgvandi vurdera heilsuna sum minni góða, meðan 28% av teimum stöku gera tað sama.

Útbúgving og heilsa

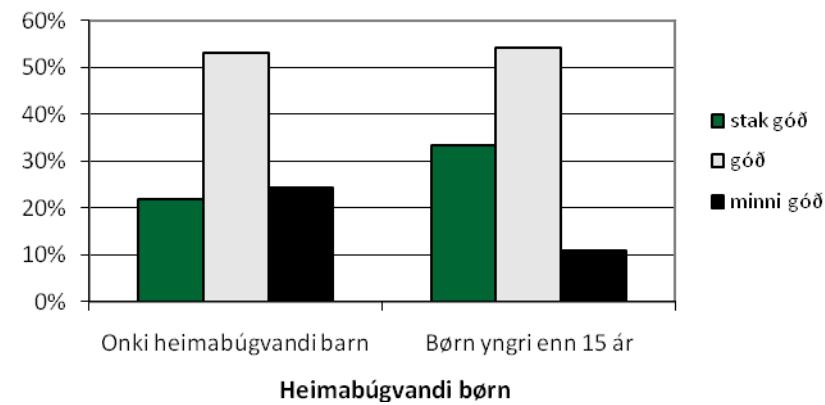
Talva 5 - Sjálvmett heilsa og útbúgvingarstig



Parturin, sum heldur seg hava góða heilsu, er rættiliga javnur og næstan óheftur av útbúgvingarstigi. Parturin, sum metir heilsuna sum stak góða, er nógv lægstur fyrir tey, sum hava lága útbúgving. Somuleiðis er parturin, sum metir heilsuna sum minni góða, nógv hægstur fyrir tey, sum hava lága útbúgving.

Heimabúgvandi børn og heilsa

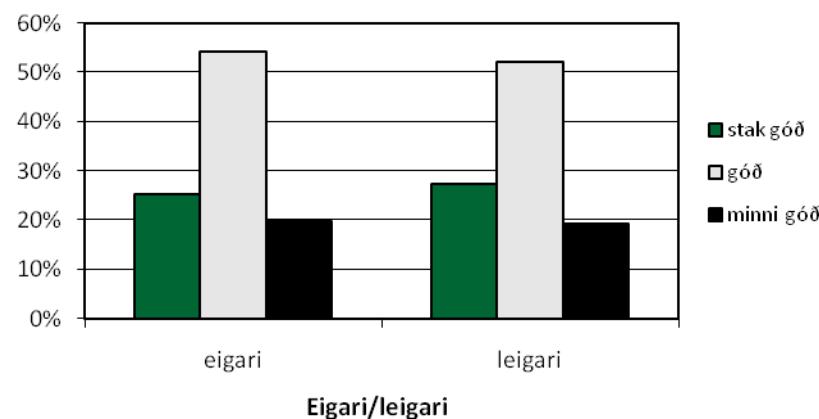
Talva 6 - Sjálvmett heilsa og heimabúgvandi børn



Tey, sum hava heimabúgvandi børn undir 15 ár, tykast hava eitt sindur betri heilsu, enn tey, ið eingi børn hava. Tey, sum hava børn búgvandi heima, eru sjálvandi í miðal yngri enn hini, og tað kann so vera ein orsók til hetta býtið.

Bústaður og heilsa

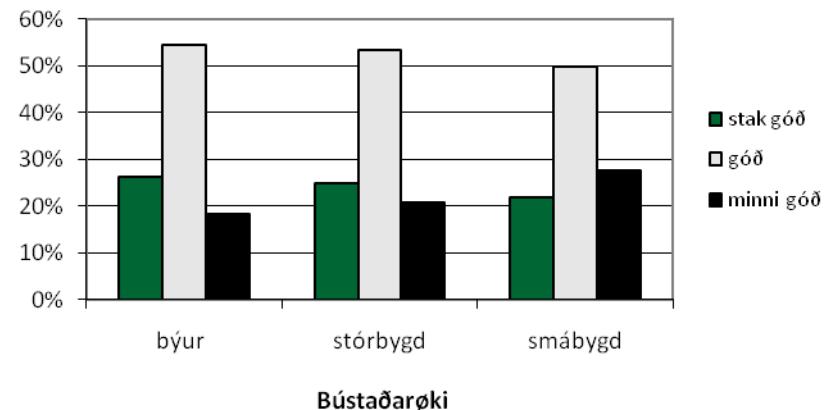
Talva 7 - Sjávmett heilsa og bústaður



Um tú eigur ella leigar bústaðin, tykist ikki ávirka mettu heilsuna.

Bústaðaróki og heilsa

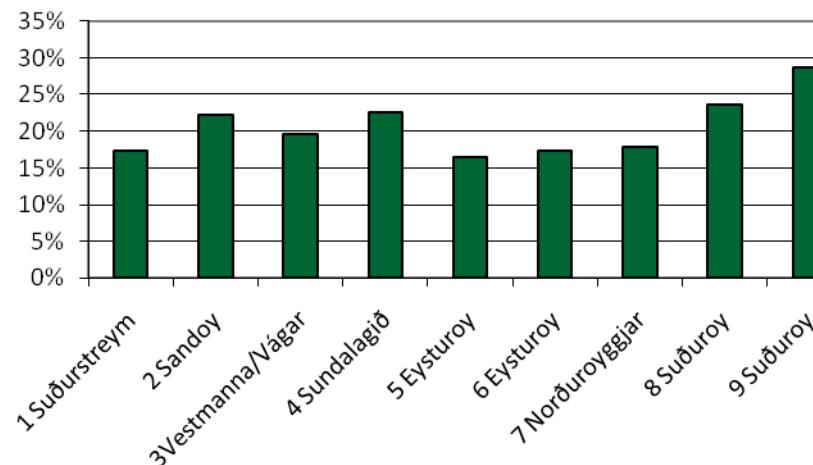
Talva 8 - Sjávmett heilsa og bústaðaróki



Fólk eru biðin um at lýsa ókið, tey búgva í, sum bý við fleiri enn 1500 íbúgvum, stór bygd, við millum 300 og 1500 íbúgvum, ella smábygd, við færri enn 300 íbúgvum. Í smábygdunum eru tað 28% við minni góðari heilsu, meðan tað í býarókinum einans eru 18%, sum halda, at heilsan er minni góð.

Postnummar og hampulig ella vánalig heilsa

Talva 9 - Partur, sum sigur seg hava hampuliga ella vánaliga heilsu, eftir 1. tali í postnummarinum



Tað er serliga í Suðuroy, at ein stórus partur metir seg hava hampuliga ella vánaliga heilsu, og tað avspeglar aldurssamansetningina í oynni. Og tað er í Suðurstreym og Eysturoy, at fæst fólk lata illa at heilsuni.

Sosialir ójavnar og heilsa

Sum nógv sosial fyribrigdi, er heilsan eisini ójavnt býtt eftir livikorum. Högur status í samfelagnum er vanliga bundin at góðari heilsu, og ymsar sjúkur eru eisini ofta bundnar at sosialari støðu. Vit kunnu siga, at möguleikarnir hjá tí einstaka, at ávirka heilsuviðurskiftini hjá sær sjálvum, eru ójavnir. Nærri frágreiðingar um hesi viðurskifti kunnu finnast við at fylgja hesi slóð:

http://www.sundhed.dk/Images/alle/amt_aarhus/pdf/Aarhus_Amt/afdfolkesundhed/hhdd_ulighed.pdf. Til tess at meta um livikorini, hava vit valt 8 spurningar um sosiala støðu. Hesir spurningar kunnu allir svarast við ja ella nei. Um svarið er "ja", telur tað 1, og er svarið "nei", so telur tað 0. Um vit leggja allar teir spurningar saman, sum ein ávísur persónur hefur svarað játtandi, kunnu vit sostatt fáa eitt tal frá 0 til 8. Tann, sum samanlagt hefur 0, hefur, eftir hesum, tey verstu livikorini, og tann sum hefur 8, hefur tey bestu. Vit fara at vísa nakrar talvur, har livikorini og heilsuviðurskifti eru avmyndað.

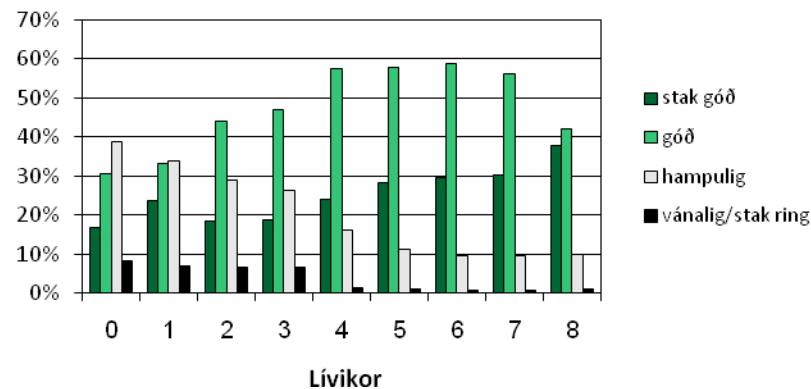
Talva 10

Sosial støða	Virði, um svarið er ja	Virði, um svarið er nei
Gift(ur)?	1	0
Børn?	1	0
Bókliga útbúgving?	1	0
Lónandi vinna?	1	0
Inntøka yvir 250.000?	1	0
Starvsmaður/sjálvst.?	1	0
Leiðandi starv?	1	0
Bústaðareigari?	1	0

Á talvu 10, omanfyri, síggjast teir 8 eginleikarnir, sum vit leggja til grund fyri livikorsmetingini.

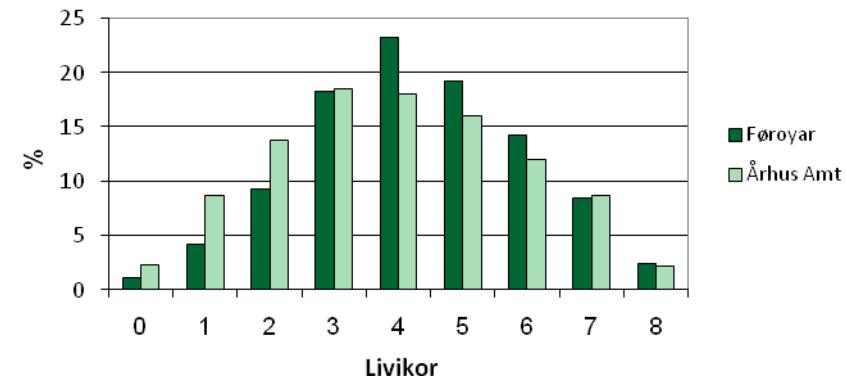
Lívikor og heilsa

Talva 10 - Sjálvmett heilsa og lívikor



Tað er týðiligt samband millum lívikor og sjálvmetta heilsu. Tess lægri virði í lívikorunum, tess lægri er tann sjálvvurderaða heilsan. Parturin við stak góðari heilsu økist úr um 20% fyrir lívikor 0-4, upp í 38% fyrir lívikor 8. Parturin við góðari heilsu økist úr 30% fyrir lívikor 0 og toppar við góðum 60% fyrir lívikor 4, 5 og 6. Parturin við hampuligari heilsu, fellur úr góðum 40% fyrir lívikor 0 til 10% fyrir lívikor 5-8. Parturin við vánaligari/stak ringar heilsu, er yvirhøvur lágor, undir 10% fyrir lívikor 0, og omanfyrir lívikor 4 er hann týdningarleysur.

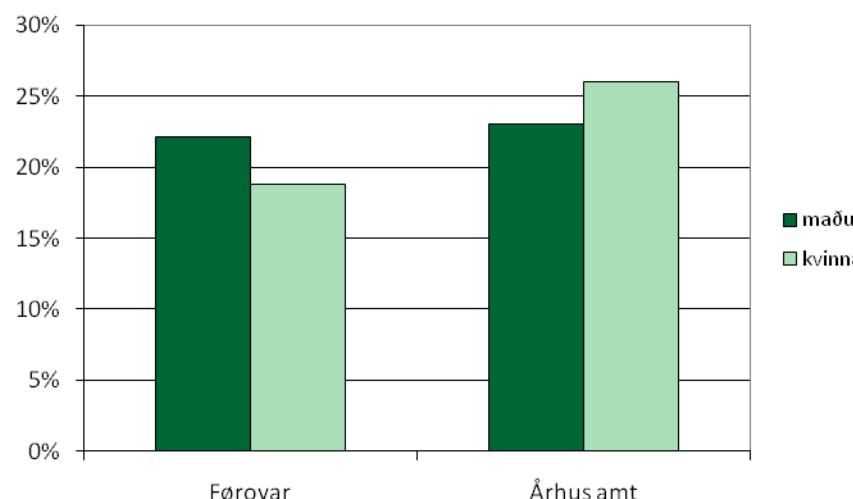
Talva 11 - Livikor í Føroyum og Århus Amt



Samanborið við Århus amt, so eru lívikorini javnari býtt í Føroyum enn í Århus amt, vit hava færri í tí lægra endanum og fleiri á miðjuni. Á henda hátt kunnu Føroyar sigast vera eitt rættiliga homogent samfelag við minni stættarmuni enn Århus amt.

Sjálvmett heilsa eftir kyni í Føroyum og Danmark

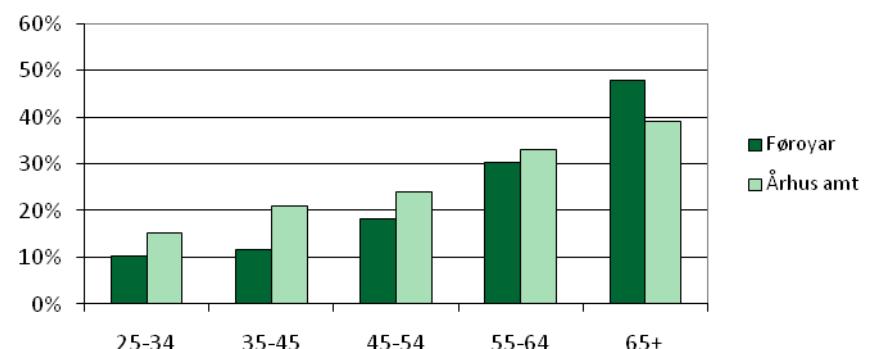
Talva 12 - Partur, sum sigur seg hava hampuliga ella
vánaliga heilsu, eftir kyni í Føroyum og Århus



Meðan tað í Århus eru kvinnurnar, sum liggja hægri, so eru tað menninir í Føroyum.

Sjálvmett heilsa og aldur í Føroyum og Danmark

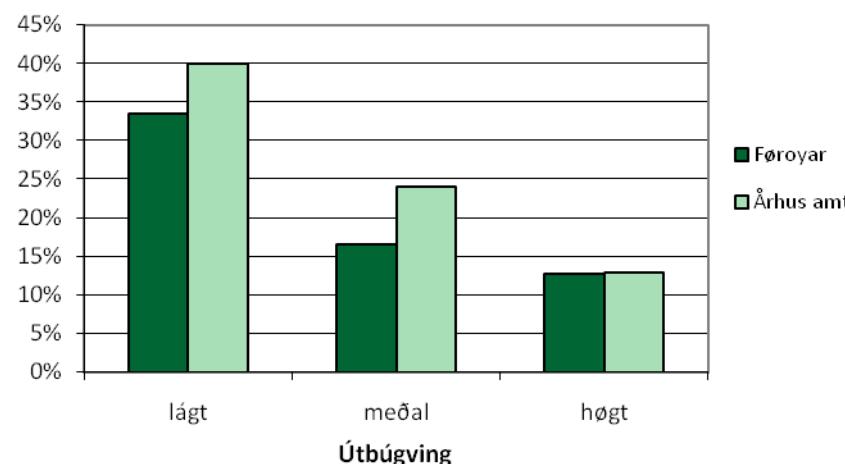
Talva 13 - Partur, sum sigur seg hava hampuliga/
vánaliga heilsu, í Føroyum og Århus eftir aldrí



Parturin við hampuligari heilsu økist við aldrinum, tó liggja Føroyar yvirhøvur lægri enn Århus amt upp til 65 ára aldurin.

Sjálvmett heilsa og útbúgvistarstig

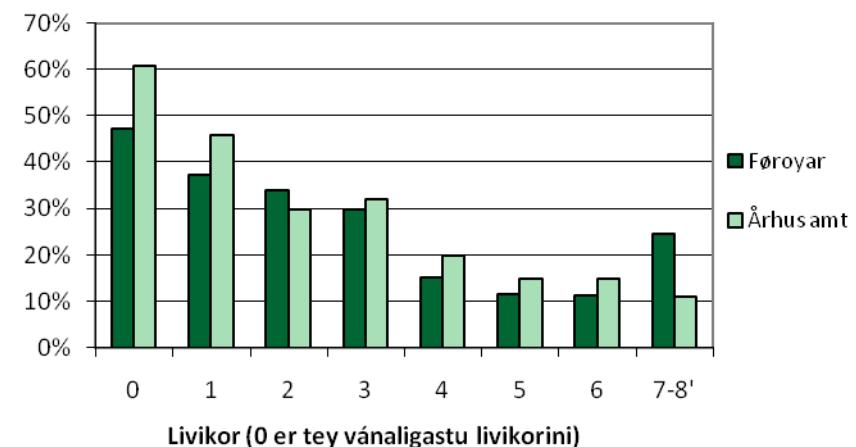
Talva 14 - Partur, sum sigur seg hava hampuliga ella vánaliga heilsu, eftir útbúgvistarsti



Tað eru lutfalsliga færri í Føroyum við lágari útbúgving, sum siga frá ringari heilsu.

Heilsa og livikor í Føroyum og Danmark

Talva 15 - Partur, sum sigur seg hava hampuliga ella vánaliga heilsu, eftir livikorum



Jú betri livikor fólk hava, jú betri lata tey at heilsuni - bæði í Føroyum og í Danmark. Tó eru tað fleiri í bólki 7-8 í Føroyum, sum siga seg hava hampuliga/vánaliga heilsu.

Niðurstøða um sjálvmetta heilsu

seg hava vánaliga heilsu í syðru helvt í Suðuroy og fæst í Miðeysturoy.

8. Samanumtikið kann sigast um heilsustøðuna og livikorini í Føroyum, sammett við Århus Amt:

- at tað er minni spjáðing í livikorunum í Føroyum, samanborið við Århus Amt.
 - tað eru relativt færri kvinnur í Føroyum, ið siga frá hampuligari ella vánaligari heilsu í mun til Århus Amt.
 - tað eru relativt fleiri eldri í Føroyum, ið siga frá vánaligari heilsu, samanborið við Århus Amt.
 - útbúgvingarstøðið tykist hava týðiligarí árin á vánaliga heilsustøðu í Århus, enn í Føroyum.
 - Lívskorini vísa seg, bæði í Føroyum og í Århus Amt, at ávirka sjálvupplivaða heilsu, soleiðis, at tað lutvist eru nóg fleiri, sum siga frá vánaligari heilsu millum teirra við fátækum lívskorum. Tað er ikki stórvegis munur á Føroyum og Århus í so máta.

Nærri upplýsingar fáast við at venda sær til:

Pál Weihe, yvirlækna tlf. 216696
Jens M. Dalsgaard, sociolog tlf. 748022

Hentar slóðir: www.health.fo
www.fyribyrg.fo

Rúsdrekka

Vit hava spurt, hvussu nógvar “lítlar” fólk hava drukkið. Tað er tað, sum danir rópa ein “genstand”. Ein “lítil” var í spurnablaðnum defineraður soleiðis: 1 pilsnarøl (33 cl), 1 glas av víni (12 cl), 1 glas av heitvíni (8 cl) ella 1 glas av brennivíni (4 cl). Í eini vínfløsku eru soleiðis uml. 6 lítlir og í eini fløsku av brennivíni 18 lítlir.

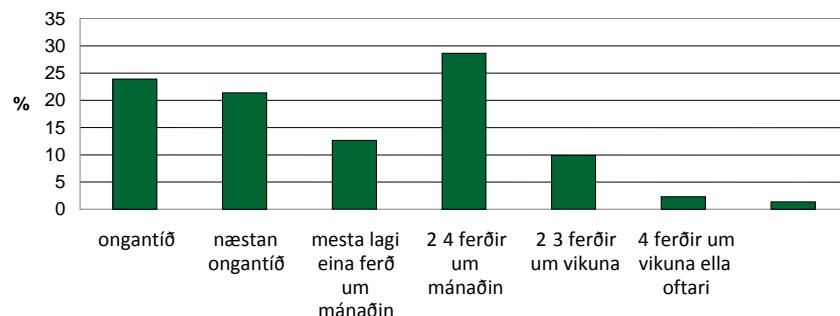
Í tabell 1 síggja vit, at menn drekka munandi (4 ferðir) meira enn kinnur, um mett verður eftir, hvussu nógvar teir drukku vikuna fyri, teir svaraðu spurnablaðnum. Hetta er sama lutfall sum táverandi Rúsdrekkaráð fann í kanningum 1991 og 1994. Munurin millum menn og kinnur er stórr í Føroyum enn í Danmark, har kinnurnar drekka helvtina av tí sum menninir drekka. Tað sæst eisini, at nýtslan minkar, tá ið fólk eldast, og at hon er stórst í aldursbólkinum 35-45 ár. Tað eru tey fráskildu, sum drekka mest, og einkjur og einkjumenn minst. Hetta er sama mynstur sum í DK. Tað sæst eisini eitt tyðiligt samband við útbúgving, soleiðis at tey við høgari útbúgving drekka mest – aftur líkt danska mynstrinum. Hyggja vit eftir miðalnýtsluni ymsa staðni í landinum, síggja vit, at nýtslan er rættiliga jøvn, men at tey, sum hava postnummar sum byrjar við 3, liggja hægst, og tey, sum hava postnummar sum byrjar við 6, liggja lægst.

Tabel 1 - Miðal alkoholnýtsla/viku

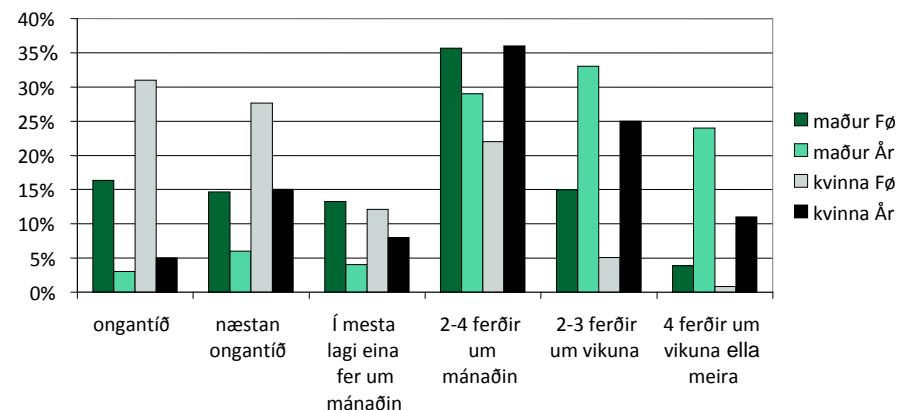
	Føroyar	Århús
Øll (N=3532)	3,0	7,5
Kyn		
Maður	4,9	10,2
Kvinna	1,2	5,1
Aldur		
25-34	2,9	7,2
35-45	3,7	7,8
45-54	3,2	8,3
55-64	2,7	7,7
65-74	1,6	5,6
Børn		
Børn undir 16 ár í heiminum	3,6	6,8
Hevur børn, men býr ikki við børnum undir 16	2,8	7,3
Onki barn	3,6	9,0
Samlívsstøða		
Gift/sambúgvandi	2,8	7,4
Einkja/einkjumaður	1,0	3,8
Ongantíð gift	3,4	7,1
Fráskild	4,5	9,1
Útbúgvingarniveau		
Lágt	1,6	5,6
Miðal	3,2	7,6
Høgt	4,2	8,9

Á talvu 1 og 2 hava vit svarini uppá spurningin: "Hvussu ofta drekkur tú øl, vín ella brennivín". Vit síggja, at heili 24% av öllum svara, at tey ongantíð drekka, og sum tað sæst av talvu 3, er hetta munandi hægri enn í Århus amt í 2001, har bert 3% av monnunum og 5% av kvinnunum svaraðu, at tey als ikki drukku rúsdrekka. Okkara úrslit eru merkisverð, tí kanningarnar hjá Rúsdrekkaráðnum í 1991 vístu, at 13% av mannfólkunum og 28% av konufólkunum ikki drukku rúsdrekka. Okkara tøl nú eru ávikavist 16% og 31%, og tað merkir, at parturin av fólkinum, sum als ikki sigur seg drekka rúsdrekka, er vaksandi. Hetta er óvæntað, tí eftir at atkomiligkeitin er vaksin so nögv, eftir at vit broyttu rúsdrekkalögina, skuldi ein væntað ein vökstur.

Talva 1 – Hvussu ofta drekkur tú øl, vín ella brennivín

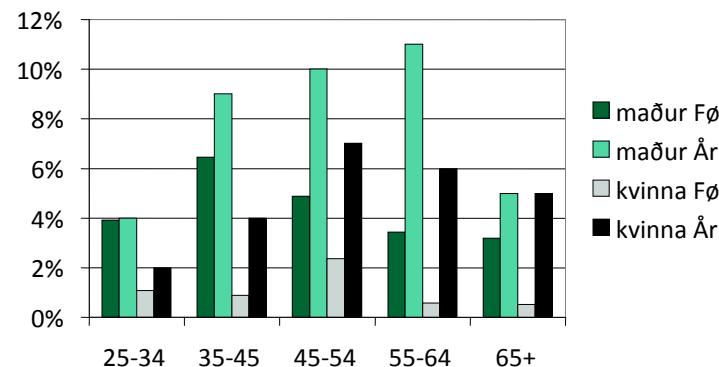


Talva 2 – Hvussu ofta drekkur tú øl, vín ella brennivín



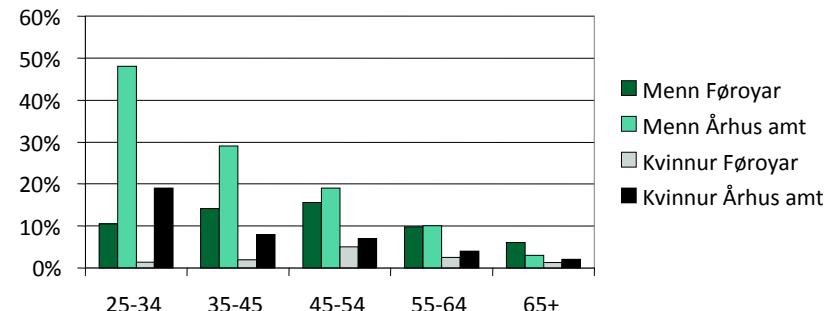
Danska heilsustýrið hevur mælt til, at menn ikki drekka meira enn 21 lítlar um vikuna og kvinnur ikki meira enn 14. Hesum ráðum tekur Fyribyrgingarráðið eisini undir við. Tað sæst av talvu 3, at 4-6% av monnunum í Føroyum siga seg fara um hetta mark, og bert 1-2 av kvinnunum. Fyri bæði kynini er hetta munandi minni enn í DK.

Talva 3 - Partur, sum drekkur meira enn tilmælt (21/14 lítlar/viku)
Føroyar og Århús amt, eftir aldri og kyni



Á talvu 4 siggja vit, hvussu svarini eru uppá spurningin: "Hvussu ofta kennir tú til?" Tað sæst, at parturin, sum sigur seg kenna til eina ferð um mánaðin, er ikki býttur javnt eftir aldri og kyni. Tað sæst, at tað eru teir ungu menninir í Danmark og teir meira tilkomnu menninir í Føroyum, sum kenna til. Tað eru bert fáar kvinnur, sum siga frá hesum.

Talva 4 – Partur, sum hevur kenning minst eina ferð um mánaðin.
Århús amt 2004 og Føroyar 2006/07 eftir kyni og aldri.



Í tabell 2 siggja vit, at í Føroyum siga bæði menn og kvinnur siga seg drekka nakað minni - bæði av øli, víni og brennivíni. Hesi töl eru nýtslan, vikuna fyri at tey svaraðu.

Tabel 2

	Menn		Kvinnur	
	Føroyar	Århus	Føroyar	Århus
Øl				
Miðal forbrúk (tal av pilsnarølum)	3,1	6,1	0,5	1,6
Drakk øl í seinastu viku	14%	80%	5%	46%
Vín				
Miðal forbrúk (tal av gløsum)	0,9	4,5	0,5	4,7
Drakk vín í seinastu viku	4%	65%	3%	80%
Brennivín				
Miðal forbrúk (lítlar)	1,7	1,9	0,3	0,6
Drakk brennivín í seinastu viku	21%	30%	2%	23%

Nærri upplýsingar fáast við at venda sær til:

Pál Weihe, yvirlækna tlf. 216696
Jens M. Dalsgaard, sociolog tlf. 748022

Hentar slóðir:

www.health.gov
www.fyribyrg.gov

Likamsvirkni

Spurningarnir um, hvussu nógv fólk røra seg, snúgva seg um, hvussu nógv tey røra seg í arbeiðinum, til og frá arbeiði, í frítíðini og í ítrótti. Umframt eru svarpersónarnir bidnir um at gera eina heildarmeting av, hvussu nógv tey røra seg.

Talva 1 – Hvussu ofta rørir tú teg, meðan tú ert til arbeiðis?

	FO	ÅRH
Vanliga røri eg meg nógv	33%	15%
Vanliga røri eg meg rættilig fitt	32%	31%
Vanliga røri eg meg lítið	31%	32%
Vanliga røri eg meg ikki	4%	22%
Total	100%	100%

Her er stórusumillum Føroyar og Århus amt, serliga tá talan er um at røra seg nögv, og ikki at røra seg. Í Føroyum eru tað 33%, sum røra seg nögv, meðan talið bert er 15% í Århus amt. Meðan tað eru 22%, sum ikki røra seg í Århus amt, so er talið bert 4% hjá okkum. Hetta kundi tytt uppá, at vit hava ein øðrvísi vinnustruktur, við lítið av stiltsitandi arbeiði.

Talva 2 - Hvussu nögv rørir tú teg til og frá arbeiði í eina viku?

	FO	ÅRH
Meira enn 4 tímar	6%	4%
2 til 4 tímar	6%	8%
1 til 2 tímar um	10%	13%
Uppl til 1 tíma	20%	17%
Røri eg meg ikki til og frá arbeiði	58%	58%
Total	100%	100%

Tey flestu 58% røra seg ikki til og frá arbeiði, hetta er galdandi bæði fyrir Føroyar og Århus amt.

Talva 3 - Hvør lýsing hóskar best til, hvussu nögv tú rørði teg í frítíðini í fjør?

	FO	ÅRH
Eg venji hart ella íðki kappingarítrótt	3%	3%
Eg gangi til motíónsítrótt ella fáist við - krevjandi urtagarðs ella húsligt arbeiði	19%	29%
Eg gangi, súkkli ella røri meg í aðramáta - nakrar tímar um vikuna	57%	56%
Eg røri meg lítið og einki í frítíðini	21%	13%
Total	100%	100%

Tað eru fleiri í Århus amt, sum eru aktiv í frítíðini enn í Føroyum, serliga tá talan er um krevjandi urtagarðsarbeiði ella húsligt arbeiði.

Talva 4 - Gongur tú til nakra ítrótt ella tekur tú javnan lut í tiltökum, sum geva motión?

	FO	ÅRH
Nei	70%	51%
Ja	30%	49%
Total	100%	100%

Meðan tað er um helvtin, sum gongur til organiseraða motión í Århus amt, so er einans talan um 30% her.

Talva 5 - Hvussu nögv rørir tú teg íalt í eina viku?

	FO	ÅRH
Undir 2 tímar	12%	22%
2 til 4 tímar	28%	42%
Meira enn 4 tímar	61%	36%
Total	100%	100%

Sum heild meta føroyingar seg røra seg meira enn tey í Århus amt, 61% í Føroyum røra seg meria enn 4 tímar um vikuna meðan talið bert er 36% í

Århus amt. Í Føroyum eru tað 12%, sum røra seg minni enn 2 tímar um vikuna, meðan tað eru 22% í Århus amt.

Fyri at fáa eina heildarmeting av, hvussu nögv, fólk røra seg, verða tey býtt sundur í fysisk aktiv og inaktiv. Tey fysisk aktivu eru:

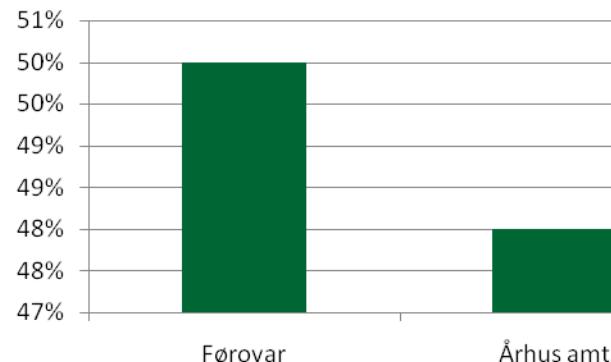
- røra seg nögv á arbeiðinum,
- røra seg meira enn 4 tímar um vikuna til og frá arbeiði,
- røra seg rættliga fitt á arbeiðinum, og røra seg 2 til 4 tímar um vikuna til og frá arbeiði
- ella
- íðka ítrótt ella javnan eru við í tiltökum, sum geva motión treytað av at tey røra seg minst 2 tímar samanlagt um vikuna.

Gott helvtin av teim spurdu eru fysiskt aktiv, og er hetta eitt sindur minni enn Århus amt.

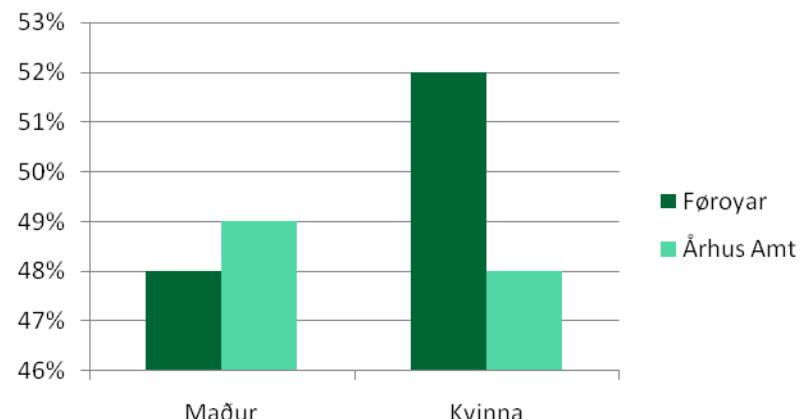
Talva 6 vísr fysiskan inaktivitet í Føroyum og í Århus amt 2001. Sum heild er ikki stórur munur á Føroyum og Århus amt. Tann störsti munurin er millum tey í aldursbólkinum 65 til 74 ár, har parturin av inaktivum er 72%, móti 61% í Århus amt.

Talva 6 - Samband millum fysiskan inaktivitet og nøkur sosial eyðkenni

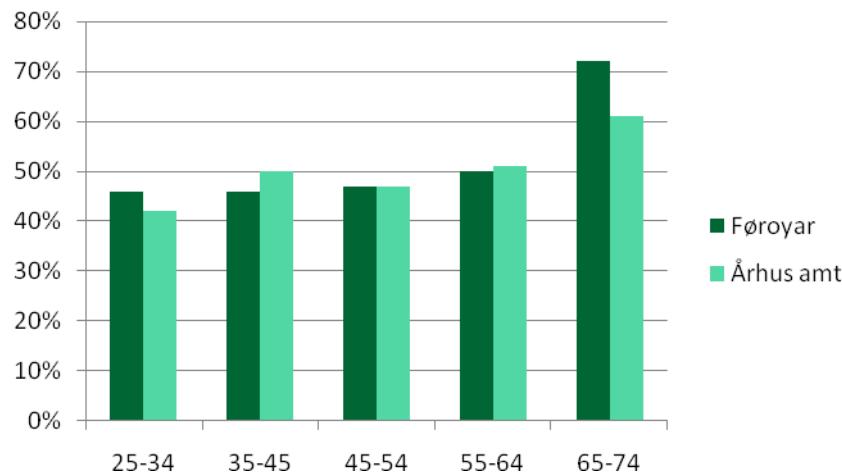
Øll (6.1)



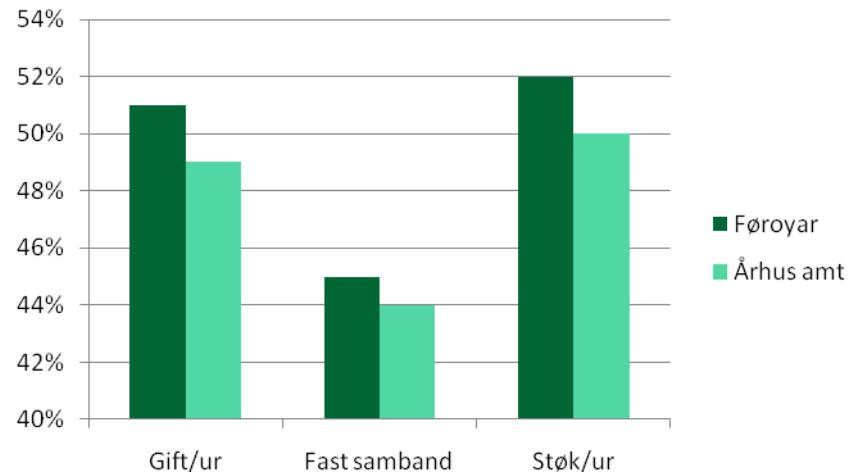
Kyn (6.2)



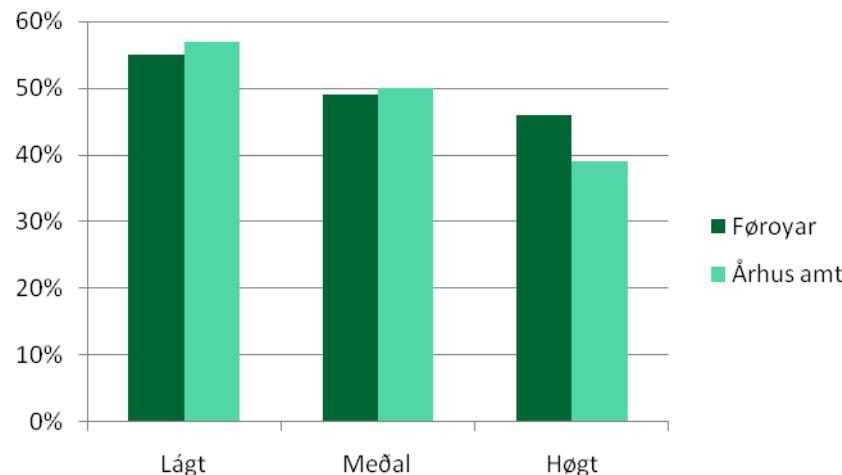
Aldur (6.3)



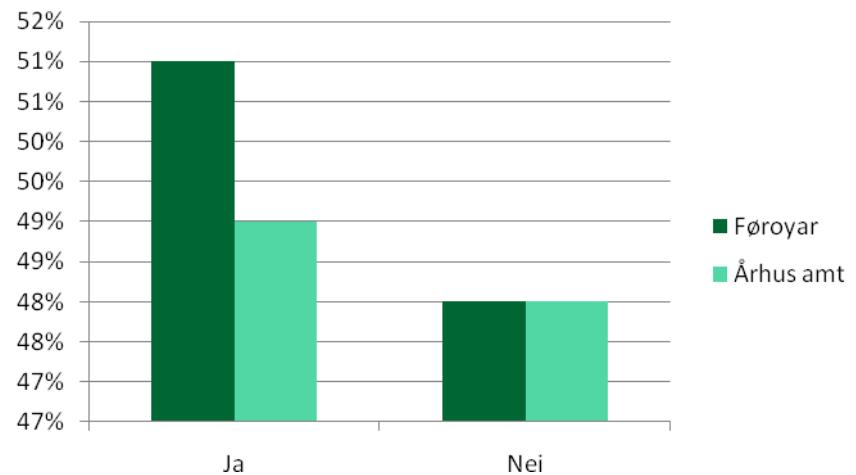
Samlívsstøða (6.5)



Útbúgvingarstig (6.4)



Heimabúgvandi børn undir 15 ár (6.6)

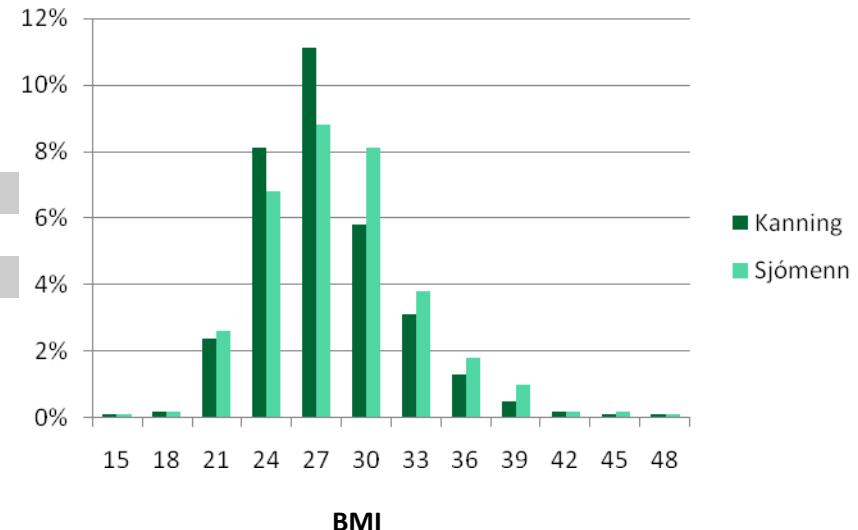


Vekt

Fólkheilsukanningarnar í 2006 og 2007 spurdu eisini um vekt og hædd. Við hesum ber til at rokna Body Mass Index (BMI). Hetta er vektin í kg dividerað við kvadratinum av likamshæddini í metrum. Hjá vaksnum fólki hava ymsu BMI umráðini fingið serstök heiti:

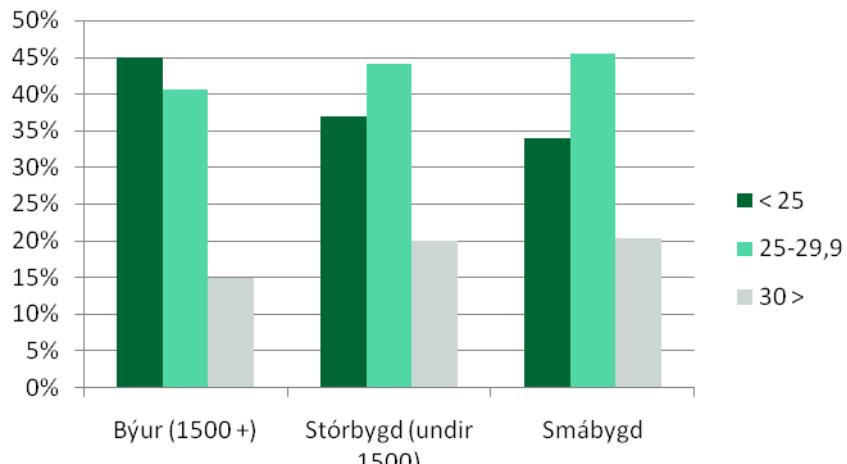
Nógv yvirvekt	BMI > 30
Yvirvekt	BMI 25 - 29,9
Normal vekt	BMI 20- 24,9
Undirvekt	BMI < 20

BMI fordeiling kanning 2006 og 2007 og sjómenn



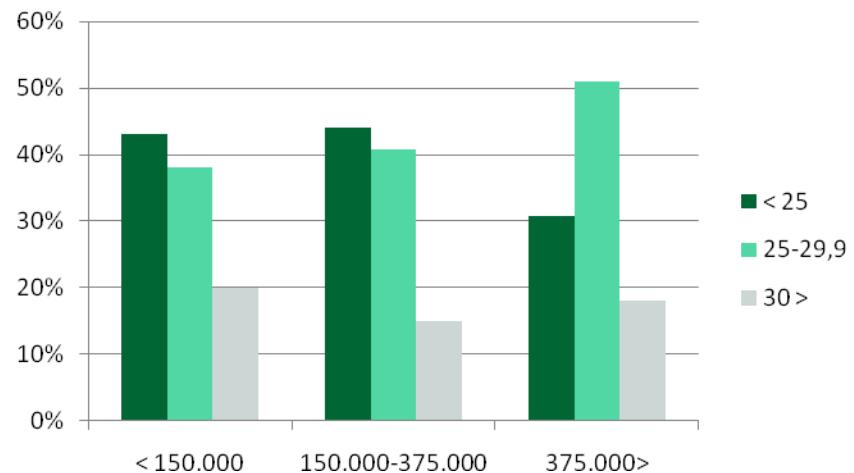
Ein samanbering millum verandi kanning og sjómenn, víslir, at sjómenn liggja hægri tá BMI kemur yvir 26.

BMI eftir bygd/bý



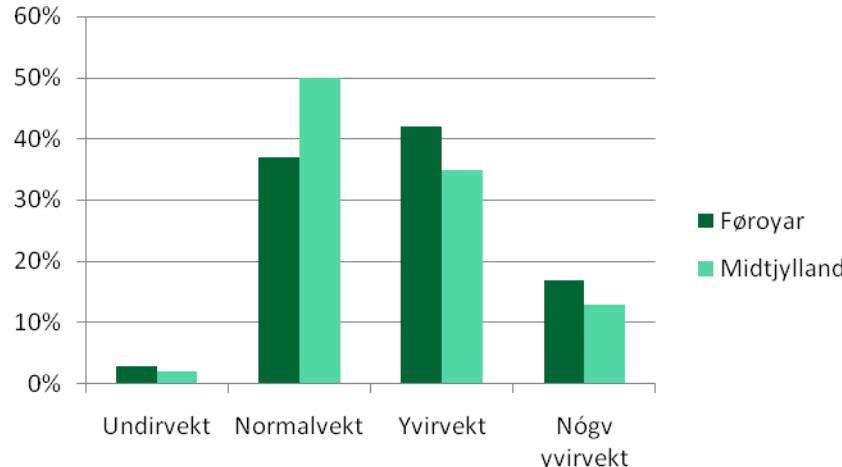
Fólk á miðalstórum og smáum bygdum eru yvirhövur eitt sindur feitari enn tey, sum búgva á stórrri plássunum.

BMI eftir inntøku



Meðan lægstu inntökurnar hava flest við nógvari yvirvekt, so eru tað tær hægstu inntökurnar, sum hava flest við yvirvekt.

Niðanfyri hava vit samanborðið BMI hjá føroyingum við tí hjá dønum.



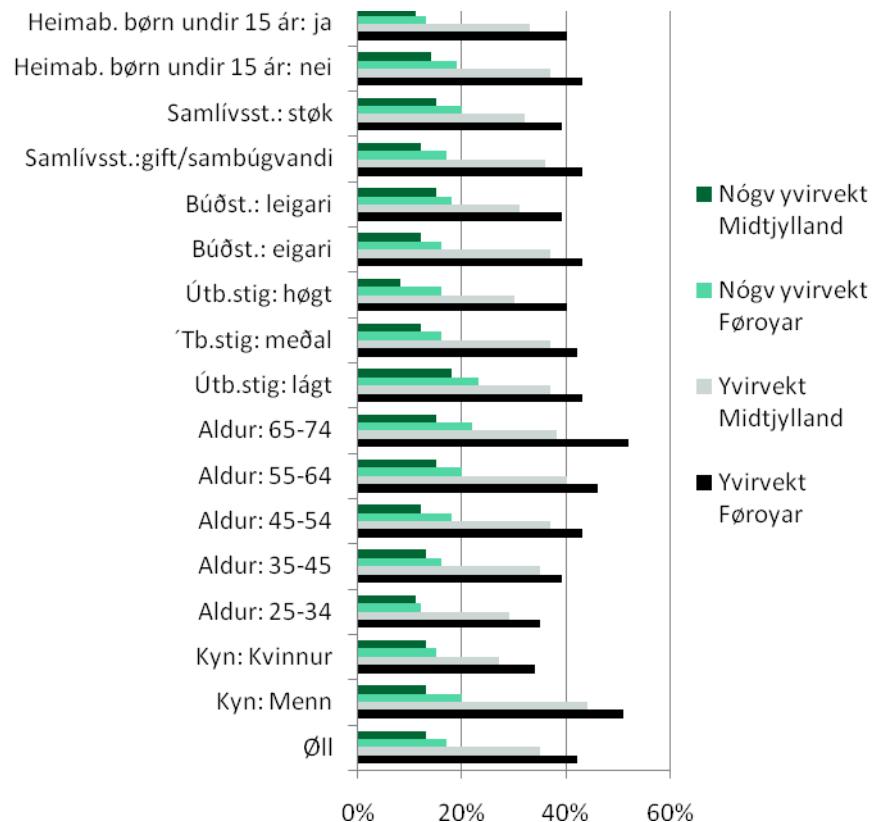
Samanborðið við Region Midtjylland eru føroyingar førandi, tá tað kemur til teir hægru vektklassarnar. 42% av føroyingum eru yvirvektigir, meðan talið er 35% fyri RM. Tá talan er um nógva yvirvekt, eru tølini ávikavist 17% og 13%.

Tá talan er um normalvekt liggja 50% frá RM í bólkinum, men einans 37% av føroyingum. Fyri tann lítla bólkin av undirvektigum er talið 3% fyri Føroyar og 2% RM.

Á seinastu talvu eru samanberingar við Region Midtjylland og Føroyar, býtt á kyn, aldur, útbúgving, bústað, samlívsstóðu og heimabúgvandi børn. Føroyingar eru sum heild feitari enn fólk í Region Midtjylland, annars fylgjast mynstrini. Tey, sum eru yvirvektig í Føroyum, eru mannfólk í aldrinum 55-74 ár. Tey, sum koma undir bólkin "nógv yvirvekt" í Føroyum, eru mannfólk í aldrinum 55-74 ár, og fólk við lágari útbúgving.

Í Region Midtjylland er greitt samband millum útbúgvingarstig og nógva yvirvekt, men so er ikki í Føroyum.

Figur 2



Tilmæli til fólkahelsuátøk 2005-08

Eftir tilmæli frá Almanna- og heilsumálaráðnum hevur Fyribyrgingarráðið gjort uppskot um ítökilig átøk innan fólkahelsu fyri tíðarskeiðið 2005-2008.

Uppskotið um fólkahelsuætlan er í tveimum þørtum.

Tann hagtalsligi, sum skal gera okkum før fyri at fylgja við fólkahelsuni, og so tey ítökiligu heilsufremjandi átøkini.

Tað skal viðmerkjast, at neyar útrokningar av, hvussu nógvi tilmælini fara at kosta, ikki eru gjørdar, og ei heldur er neyvt ásett, hvør hevur ábyrgdina av, at tey ávísu tiltøkini verða sett í verk, og hvør skal gjalda fyri tey, tað veri seg stjórnmálaráð, almennir stovnar, kommunalir myndugleikar ella privatir felagsskapir ella fyritøkur.

Fyribyrgingarráðið skal mæla til, at landsstýrismaðurin setir arbeiði í verk at avklára hesar spurningar.

Samandráttur og høvuðsniðurstøður

Fólkahelsuætlanin hevur sum aðalmál, at lívsdygdir verður raðfest frammarlaga, at minkað verður um sosiala ójavnan í heilsu, og at longt verður um livistíðina. Fólkahelsuætlanin fellur í tveir partar.

Tann hagtalsligi, sum skal gera okkum før fyri at fylgja við fólkahelsuni, og so tey ítökiligu heilsufremjandi átøkini.

Komandi árini er tað mál landsstýrismansins, at vit fáa tilevnað vælvirkandi eftirlitsskipanir, sum skulu tryggja, at vit kunnu fylgja ella líta at heilsustøðuni í fólkinum, gongdini viðvíkjandi sjúku- og deyðatítleika og gongdini viðvíkjandi vandataettum.

Viðvíkjandi beinleiðis fyribyrgjandi átøkum ber ikki til at fara eftir øllum í senn, men komandi árini eigur dentur at verða lagdur á, at fáa fólk at roykja minni, at røra seg meira, at eta meira frukt og grønmeti.

Tilmælini eru í stuttum hesi

- Mælt verður til, at ein kanning verður gjørd, sum lýsir livihátt, heilsu og sjúkutítleika hjá uml. 3.000 tilvildarliga valdum føroyingum.
- Skotið verður upp, at fyri 2008 verða skúlar, barnaansingarstovnar og heilsuverkstovnar púra roykfríir.
- Innan 2008 eiga allir undirvísingarstovnar at hava fingið útbúnar roykiavvenjarar.
- Mælt verður til, at prísurin á tubbaki veksur við 10 krónum fyri pakkan árliga.
- Mælt verður til, at áðrenn 2008 verður álagt lands- og communalu myndugleikunum at gera eina ætlan um, hvussu tað skal bera til at súkkla trygt í Føroyum.
- Skotið verður upp, at lands- og communalir myndugleikar skipa so fyri, at parkeringsøki verða savnað á einum staði burturi frá arbeiðsplássunum, soleiðis, at bilar verða parkeraðir har, og ikki framman fyri tey ymisku arbeiðsplássini.
- Fyri 2008 skal ein triðingur av øllum almennum arbeiðsplássum hava tikið stig til, at arbeiðsfólkid hevur atgongd til kropsvenjing

ígjøgnum arbeiðsdagin.

- Skotið verður upp, at allir skúlanæmingar fáa minst ein skúlatíma dagliga í fimleiki.
- Skotið verður upp, at öllum fólkapensionistum stendur í boði skipað tilboð um likamsvenjing, antin einsamøll ella í bólkum saman við øðrum.
- Miðað verður ímóti, at føroyingar sum heild fara at eta 600 g av frukt og grønmeti um dagin, tó ikki íroknað epli.
- Í samstarvi við kommunurnar skipa landsmyndugleikarnir fyri, at skúlarnir bjóða næmingum sínum frukt og grønmeti, og at allir skúlar kunnu geva næmingunum kalt vatn at drekka.
- Mælt verður til at tey margfaldu átökini, sum Rúsdrekka- og Narkotikaráðið skipaðu fyri í árunum, áðrenn tað varð niðurlagt, verða tikin uppaftur.
- Mælt verður til, at allar kvinnur millum 50 og 69 ár fáa tilboð um røntgenkanning av brósti triðja hvørt ár, til tess at staðfesta möguligan krabba tíðliga.

Alt tilmælið kann lesast á

[http://www.folkaheilsa.fo/HAGTOL/Tilmæli%20um%20fólkahelsuátøk%20Okomandi%20try%20árini%20-%20Final%209.%20juni%202005%20\(1\).pdf](http://www.folkaheilsa.fo/HAGTOL/Tilmæli%20um%20fólkahelsuátøk%20Okomandi%20try%20árini%20-%20Final%209.%20juni%202005%20(1).pdf).