



Derfor skal vi have en selvstændig og forpligtende folkesundhedslov

Danskerne lever længere, men tilbringer flere år med sygdom.

Antallet af ”forventede gode leveår” er i perioden 2010-2021 steget med 1,4 år for 16-årige mænd og 0,9 år for 16-årige kvinder.¹ Samtidig er andelen af gode leveår faldet med 1,6 procentpoint for både mænd og kvinder, fordi den forventede levetid er øget.² Det betyder, at vi lever længere, men vi lever også flere år med dårligt helbred. Det peger på, at vi ikke er gode nok til at skabe rammerne for et sundt liv.

Rygning

800.000 danskere ryger, og blandt de 15-29-årige bruger 32 pct. mindst ét tobaks- eller nikotinprodukt dagligt eller lejlighedsvist. Samtidig ønsker 73 pct. af alle, der ryger dagligt, og 74 pct. af dem, der bruger røgfrie nikotinprodukter, at stoppe.³ Rygning er den største årsag til kræft og koster hvert år ca. 16.000 liv.⁴ En effektiv vej til et lavere forbrug er at begrænse tilgængeligheden – særligt gennem højere tobakspriser, som især mindsker forbruget blandt børn og unge.⁵

Rygning resulterer årligt i ekstraomkostninger for sundhedsvæsenet på 13,2 mia. kr. og 20,8 mia. kr. i tabt produktion.⁶

Alkohol

Danmark har en af de laveste aldersgrænser for alkohol i Europa, og hele 55 pct. af de 15-16-årige har haft en binge drinking-episode den seneste måned, mod et europæisk gennemsnit på 31 pct.⁷ Samtidig mener 72 pct. af danskerne, at alkoholforbruget i Danmark er for højt.⁸ Erfaringer fra andre lande viser, at mindre tilgængelighed, herunder højere aldersgrænser, mindsker forbruget.⁹ Et højt alkoholforbrug forårsager 2.500 dødsfald i Danmark om året¹⁰, og næsten hvert 10. barn har mindst én forælder med tegn på alkoholproblemer.¹¹

Alkohol resulterer årligt i ekstraomkostninger i sundhedsvæsenet på 432 mio. kr. og 4,2 mia. kr. i tabt produktion.¹²

Overvægt, kost og aktivitet

Over halvdelen af danskere er moderat eller svært overvægtige, hvilket er den største risikofaktor for at udvikle multisygdom.¹³ 8 ud af 10 danskere mener, at strukturelle forhold, som f.eks. nem adgang til usunde mad- og drikkevarer, bidrager til udvikling af overvægt.¹⁴

Lige så mange (81 pct.) foretrækker lavere moms på sunde fødevarer, som frugt og grøntsager, for at gøre det lettere for os at leve sundere.¹⁵

Samtidig når knap 6 ud af 10 voksne danskere ikke WHO's minimumsbefaling for fysisk aktivitet – og størstedelen af dem ønsker at være mere aktive.¹⁶

Stillesiddende fritidsaktivitet resulterer årligt i ekstraomkostninger i sundhedsvæsenet på 6,2 mia. kr. og 4,9 mia. kr. i tabt produktion.¹⁷



Mental trivsel

Hver femte pige i 5. til 9. klasse oplever at have lav livstilfredshed. For begge køn ses det, at andelen af børn med lav livstilfredshed er større, jo kortere forældreuddannelsen er.¹⁸

Næsten én ud af ti danskere oplever ”tegn på svær ensomhed” – det svarer til 470.000 mennesker over 16 år.¹⁹ Ensomhed øger bl.a. risikoen for depression og hjerte-kar-sygdom.²⁰

Mere end hver fjerde voksne dansker er stresset – det svarer næsten til hele Region Midtjyllands befolkning. Stress øger risikoen for både angst, depression og hjertesygdom.²¹

7 ud af 10 danskere angiver, at overvægt øger risikoen for nedsat trivsel og livskvalitet, mens over halvdelen angiver depression og andre psykosociale udfordringer.²²

Lavt mentalt helbred resulterer årligt i ekstraomkostninger i sundhedsvæsenet på 7,8 mia. kr. og 9,9 mia. kr. i tabt produktion.²³

Social ulighed i sundhed

Personer med kort uddannelse og lav indkomst lever både færre år og har færre sunde leveår end højtuddannede med høj indkomst.²⁴ I 2021 vurderede markant færre kvinder og mænd med grundskole som længst fuldførte uddannelse, deres helbred som fremragende, vældig godt eller godt, sammenlignet med kvinder og mænd med lang videregående uddannelse – forskellen var 17 procentpoint blandt kvinder og 14 procentpoint blandt mænd.²⁵

Flere end 49.500 børn lever i fattigdom i Danmark.²⁶ Børn, der vokser op i fattigdom, har udfordringer med skolegang, sociale aktiviteter og deres sundhed.²⁷



Kilder

1. Sundhedsstyrelsen, SDU, 2022 - Danskernes sundhed - Den Nationale Sundhedsprofil 2021
2. Sundhedsstyrelsen, SDU, 2022 - Danskernes sundhed - Den Nationale Sundhedsprofil 2021
3. Sundhedsstyrelsen, SDU, 2025 - Danskernes rygevaner 2024
4. Kræftens bekæmpelse – Tobak og Nikotin. Senest tilgået: 01/10/2025
5. Vestbo J, Pisinger C, Bast L, Gyrd-Hansen D. Forebyggelse af rygning blandt børn og unge. Hvad virker? København: Vidensråd for Forebyggelse, 2018:1-124. 14.
6. Sundhedsstyrelsen, 2022 – Sygdomsbyrden i Danmark - risikofaktorer.
7. European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD)
8. Alkohol og Samfund, Trygfonden. Senest tilgået: 01/10/2025.
9. Hulvej Rod, Bast m.fl. Strukturel forebyggelse. København: Vidensråd for forebyggelse. 2024: 99-103.
10. Sundhedsstyrelsen – Fakta om alkohol. Senest tilgået: 31/10/25
11. SDU, 2023 - Antallet af børn af forældre med alkoholproblemer
12. Sundhedsstyrelsen, 2022 – Sygdomsbyrden i Danmark - risikofaktorer.
13. Patienthaandbogen – Overvægt og fedme. Senest tilgået: 01/10/2025
14. Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, Diabetes foreningen og Nationalt Center for Overvægt, 2023 - Danskernes viden om og holdninger til overvægt og sundhed.
15. Verian for Lægeforeningen – Chokoladeafgift 2025, september 2025.
16. Sundhedsstyrelsen, 2024 – Danskernes Sundhed - Den Nationale Sundhedsprofil - Midtvejsundersøgelsen 2023 – centrale udfordringer.
17. Sundhedsstyrelsen, 2022 – Sygdomsbyrden i Danmark - risikofaktorer.
18. SDU - Skolebørnsundersøgelsen 2022.
19. Social- og Boligstyrelsen – Hvor mange oplever ensom? Senest tilgået: 01/10/2025.
20. Region Midtjylland – Ensomhed blandt voksne. Senest tilgået: 01/10/2025
21. Sundhedsstyrelsen – Tal og fakta om stress. Senest tilgået: 01/10/2025
22. Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, Diabetes foreningen og Nationalt Center for Overvægt, 2023 - Danskernes viden om og holdninger til overvægt og sundhed.
23. Sundhedsstyrelsen, 2022 - Sygdomsbyrden i Danmark - risikofaktorer.
24. Finansministeriet, 2021 – Ulighedsredegørelse.
25. Sundhedsstyrelsen, 2024 – Social ulighed i sundhed og sygdom.
26. Red Barnet – fattigdom og afsavn. Senest tilgået: 01/10/2025.
27. Red Barnet – fattigdom og afsavn. Senest tilgået: 01/10/2025.