

Tal på kræft og sundhed i Sundhedsråd Østsjælland og øerne

Kommuner og befolkningstal

	Befolkningstal
Sundhedsråd Østsjælland og øerne	440287
Faxe	38143
Greve	54120
Guldborgssund	59119
Køge	63962
Lolland	38533
Roskilde	92697
Solrød	25040
Stevns	23842
Vordingborg	44831



Kræfttal

Ved opgørelsen af antal kræfttilfælde er medregnet alle typer kræft ekskl. basalcellehudkræft.

	Får konstateret kræft	Heraf i erhvervsaktiv alder	Dør af kræft pr. år	Lever med kræft
Hele landet *	47202	14371	16408	405965
Region Sjælland	7536	2247	2836	64525
Sundhedsråd Østsjælland og øerne	3923	1150	1497	33530
Faxe	323	96	127	2760
Greve	425	129	152	3830
Guldborgssund	629	174	250	5055
Køge	512	165	187	4480
Lolland	436	120	183	3535
Roskilde	710	220	248	6245
Solrød	190	58	64	1790
Stevns	215	63	85	1940
Vordingborg	483	125	201	3895

* Totaler for hele landet varierer marginalt fra totaler for hele landet i kommunetallene på grund af afrunding til nærmeste hele tal ligesom regionstal kan variere lidt fra totalen fra kommunetallene af samme årsag



Senfølger efter kræft

Cirka 70 pct. af alle kræftpatienter oplever én eller flere senfølger, der fylder i hverdagen. Senfølger er ofte en kombination af fysiske, psykiske og sociale følger af sygdom og behandling, som kan påvirke hverdagsliv og livskvalitet.

	Antal personer med milde senfølger (70%)	Antal personer med moderatere senfølger (20%)	Antal personer med komplekse senfølger (10%)
Hele landet	198923	56835	28418
Region Sjælland	31617	9034	4517
Sundhedsråd Østsjælland og øerne	16430	4694	2347
Faxe	1352	386	193
Greve	1877	536	268
Guldborgssund	2477	708	354
Køge	2195	627	314
Lolland	1732	495	247
Roskilde	3060	874	437
Solrød	877	251	125
Stevns	951	272	136
Vordingborg	1909	545	273

De cirka 70 procent af kræftpatienter med senfølger kan overordnet opdeles i tre grupper:

1. **Milde senfølger (ca. 70%)**

Senfølgerne kan ofte håndteres af patienten selv eller i nærområdet gennem lavintensitets-interventioner og selvhjælp. Det sker typisk via kommunen, almen praksis eller andre lokale tilbud, der understøtter patientens egen indsats.

2. **Vedvarende moderate senfølger (ca. 20%)**

Her er der behov for gradvist mere intensive rehabiliteringstilbud, som fortsat foregår tæt på patienten i den primære sundhedssektor, f.eks. i kommunen eller hos praktiserende læge.

3. **Svære, vedvarende komplekse senfølger (ca. 10%)**

Disse patienter har behov for højt specialiserede behandlingstilbud i hospitalsregi.

Forebyggelse af kræft

Ca. 4 ud af 10 kræfttilfælde kan forebygges. Næsten halvdelen af de forebyggelige kræfttilfælde skyldes rygning. I det følgende er der gengivet data for nogle af de vigtigste forebyggelige årsager til kræft (KRAM-faktorerne).

Rygning

Rygning er den risikofaktor, som er skyld i flest tilfælde af kræft. Rygning øger risikoen for mere end 15 forskellige kræftsygdomme.

Rygning har ikke kun betydning for forekomsten af kræft. For kræftpatienter har det en positiv virkning at blive røgfri. Behandlingen virker bedre og giver færre bivirkninger. Det er lettest at blive røgfri, hvis man får professionel hjælp fx ved at ringe til Stoplinien.

Andel rygere

	Daglig og lejlighedsvis
Hele landet	15,4%
Region Sjælland	16,3%
Sundhedsråd Østsjælland og øerne	15,7%
Faxe	16,3%
Greve	12,1%
Guldborgssund	17,2%
Køge	16,1%
Lolland	21,7%
Roskilde	12,7%
Solrød	12,1%
Stevns	18,0%
Vordingborg	18,7%

Regionerne og næsten alle kommuner er partnere i Røg- og nikotinfri Fremtid, som har en målsætning om, at det maksimalt er 5 %, der ryger i 2030. Det går den rette vej, men vi er nødt til at skrue op for tempoet. Potentialet er stort, da 3 ud af 4 ønsker at stoppe med at ryge.



Udvikling - rygning

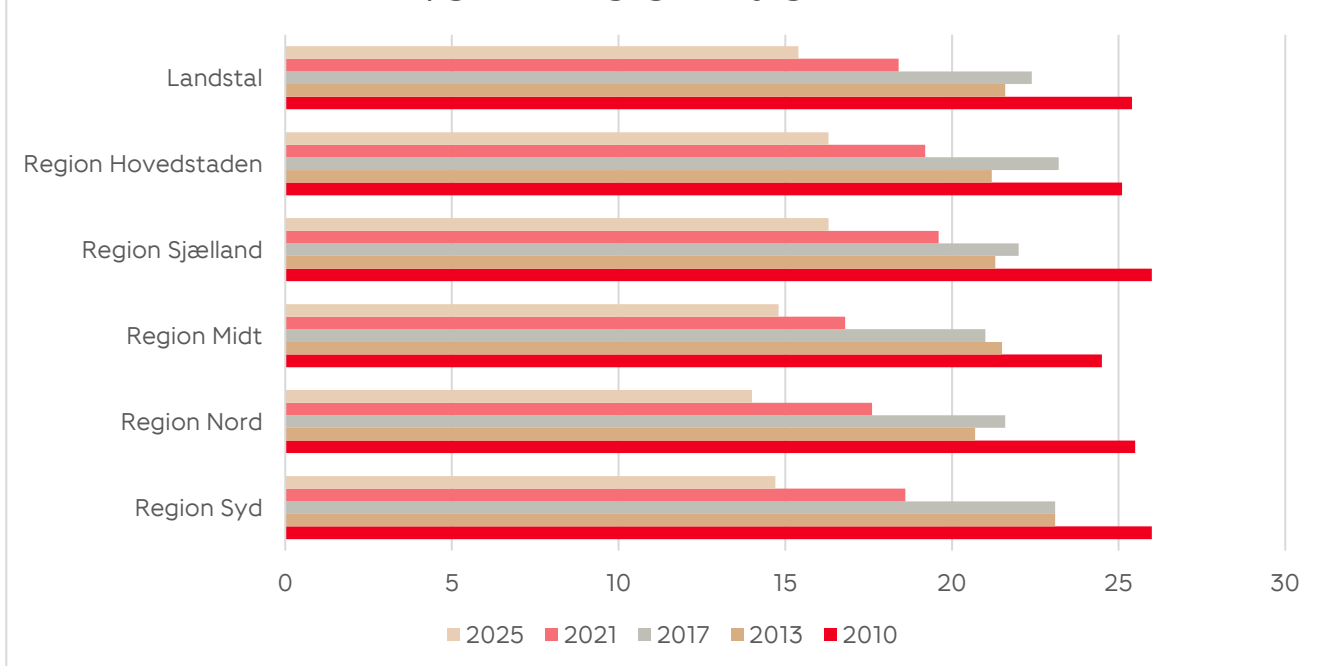
Tallene nedenfor viser summen af dem, som ryger dagligt og lejlighedsvist.

Rygning følger generelt uddannelsesniveau og indkomstniveau. Andelen, som ryger, er lavest hos de bedst uddannede og med de højeste indtægter.

	2010	2013	2017	2021	2025
Hele landet	25,4%	21,6%	22,4%	18,4%	15,4%
Region Sjælland	26%	21,3%	22%	19,6%	16,3%
Sundhedsråd Østsjælland og øerne					15,7%
Faxe	26,3%	19,6%	22,5%	18,2%	16,3%
Greve	22,9%	18,9%	19,7%	13,8%	12,1%
Guldborgssund	26,8%	21,8%	25,0%	22,0%	17,2%
Køge	23,8%	20,7%	18,1%	16,3%	16,1%
Lolland	32,8%	25,7%	25,4%	24,0%	21,7%
Roskilde	21,8%	18,4%	20,3%	17,4%	12,7%
Solrød	20,8%	17,6%	17,9%	17,1%	12,1%
Stevns	27,1%	23,8%	22,7%	20,9%	18,0%
Vordingborg	28,4%	23,4%	24,6%	22,6%	18,7%



Rygere - dagligt + lejlighedsvis



Alkohol

Alkohol øger risikoen for mindst 7 forskellige kræftformer, heriblandt brystkræft og tarmkræft. Intet alkoholforbrug er risikofrit, men risikoen stiger med mængden af alkohol, man indtager.

Vil man reducere sin risiko for kræft så meget som muligt, skal man helt at undgå at drikke alkohol. Hvis man holder sig inden for Sundhedsstyrelsens anbefalinger om højst 10 genstande om ugen har man en lav risiko for at få kræft på grund af alkohol.

	Mere end 10 genstande pr. uge
Hele landet	14,4%
Region Sjælland	13,7%
Sundhedsråd Østsjælland og øerne	14,5%
Faxe	15,7%
Greve	13,7%
Guldborgssund	13,0%
Køge	13,1%
Lolland	15,9%
Roskilde	15,0%
Solrød	16,4%
Stevns	16,3%
Vordingborg	14,3%

Tabellen viser andelen af danskere, som overskrider Sundhedsstyrelsens anbefaling om højst 10 genstande om ugen.



Udvikling – alkohol

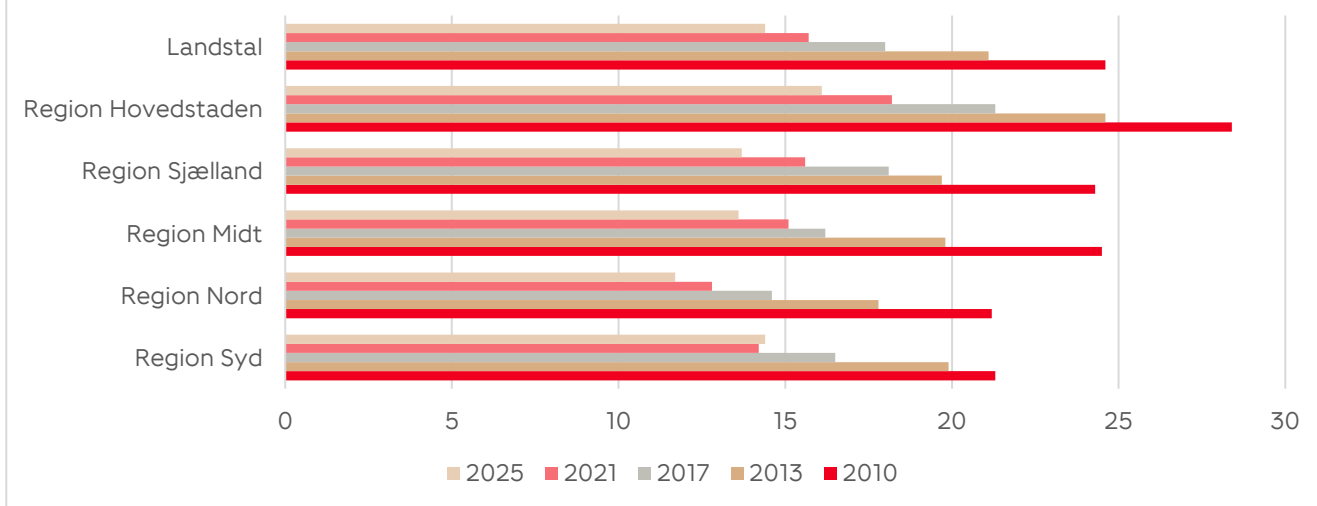
Tabellen viser udviklingen i andelen af danskere, der drikker mere end 10 genstande om ugen – dvs. mere end Sundhedsstyrelsens anbefaling. Tallene stammer fra Sundhedsstyrelsens og Statens Institut for Folkesundheds rapporter om "Danskernes Sundhed – Sundhedsprofiler" mellem 2010-2025.

	2010	2013	2017	2021	2025
Hele landet	24,6%	21,1%	18%	15,7%	14,4%
Region Sjælland	24,3%	19,7%	18,1%	15,6%	13,7%
Sundhedsråd Østsjælland og øerne					14,5%
Faxe	22,9%	18,0%	16,2%	14,9%	15,7%
Greve	27,2%	22,0%	19,6%	18,7%	13,7%
Guldborgssund	25,8%	18,3%	16,4%	15,5%	13,0%
Køge	23,5%	19,4%	18,0%	13,7%	13,1%
Lolland	21,0%	18,8%	17,6%	14,9%	15,9%
Roskilde	26,8%	22,0%	21,2%	17,6%	15,0%
Solrød	25,0%	20,7%	20,0%	17,7%	16,4%
Stevns	26,7%	22,6%	19,7%	16,1%	16,3%
Vordingborg	24,1%	21,2%	18,7%	16,9%	14,3%

På landsplan ses et fald i andelen, der drikker mere end Sundhedsstyrelsens anbefaling – fra 24,6 % i 2010 til 14,4 % i 2025.



Udvikling i andel borgere, der drikker mere end 10 genstande ugentligt



På figuren ses udviklingen i andelen af danskere, der drikker mere end 10 genstande om ugen – fordelt på de fem regioner. Her ses et konsistent fald i andelen, der drikker mere end anbefalingerne fra 2010-2025 i fire ud af fem regioner.

Overvægt

Overvægt øger risikoen for mindst 15 forskellige kræftformer og er en af de vigtigste risikofaktorer for kræft. Risikoen for kræft stiger, jo mere man vejer. Overvægt skyldes en kombination af genetik, biologi, vores samfund og omgivelser.

	Moderat eller svær overvægt
Hele landet	53%
Region Sjælland	58,2%
Sundhedsråd Østsjælland og øerne	56,9%
Faxe	62,8%
Greve	55,6%
Guldborgssund	60,0%
Køge	57,6%
Lolland	59,7%
Roskilde	52,2%
Solrød	52,4%
Stevns	57,4%
Vordingborg	58,2%

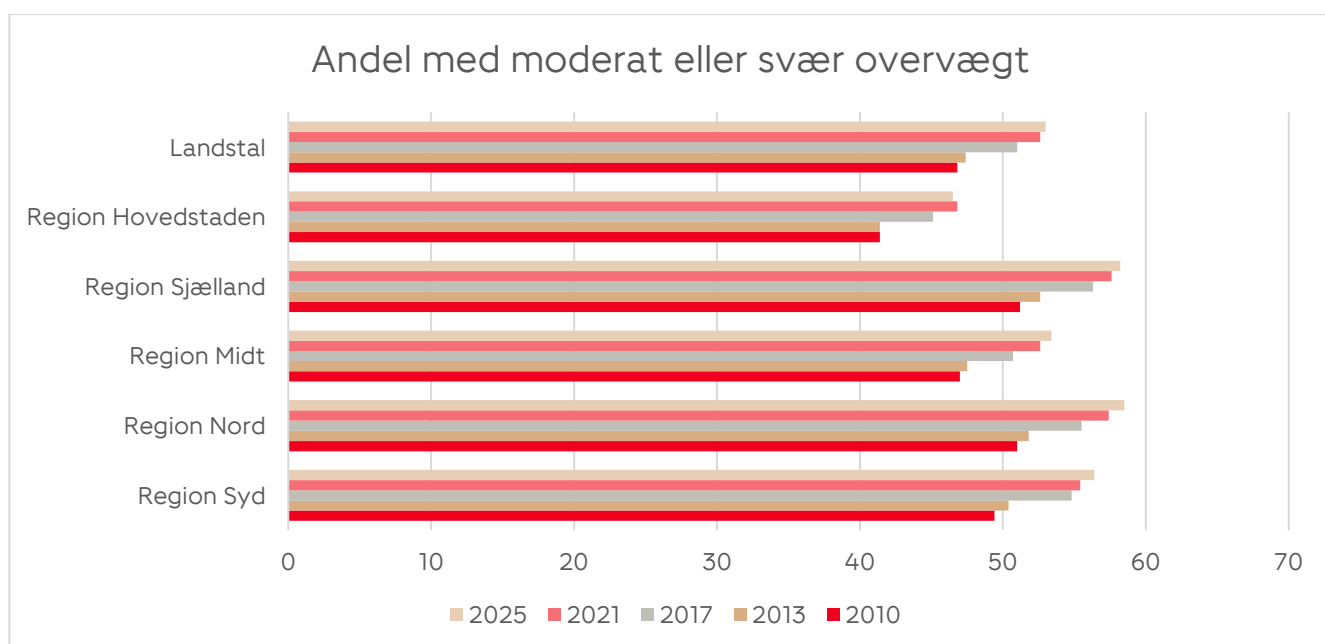
Tabellen viser forekomsten af overvægt i 2025.



Udvikling – overvægt

Tabellen viser udviklingen i forekomsten af overvægt i Danmark. Overvægt forstås her som en samlet betegnelse for både "moderat overvægt" (BMI over 25 og lige under 30) og "svær overvægt" (BMI over 30). Tallene stammer fra Sundhedsstyrelsens og Statens Institut for Folkesundheds rapporter om "Danskernes Sundhed – Sundhedsprofiler" mellem 2010-2025.

	2010	2013	2017	2021	2025
Hele landet	46,8%	47,4%	51%	52,6%	53%
Region Sjælland	51,2%	52,6%	56,3%	57,6%	58,2%
Sundhedsråd Østsjælland og øerne					56,9%
Faxe	54,4%	55,8%	60,6%	62,3%	62,8%
Greve	49,7%	49,1%	54,0%	53,5%	55,6%
Guldborgssund	52,0%	55,4%	56,2%	62,0%	60,0%
Køge	50,6%	52,7%	54,6%	53,8%	57,6%
Lolland	55,3%	57,3%	60,8%	62,1%	59,7%
Roskilde	42,2%	48,1%	49,2%	48,2%	52,2%
Solrød	50,0%	50,8%	49,8%	53,2%	52,4%
Stevns	54,4%	54,1%	59,4%	60,8%	57,4%
Vordingborg	54,5%	52,9%	59,5%	61,1%	58,2%



Kost

Usund kost er én af de vigtigste årsager til kræft i tyk- og endetarm, der er en hyppig kræftform i Danmark. En sund og varieret kost kan dog forebygge en række forskellige kræftformer. Læs evt. mere [her](#).

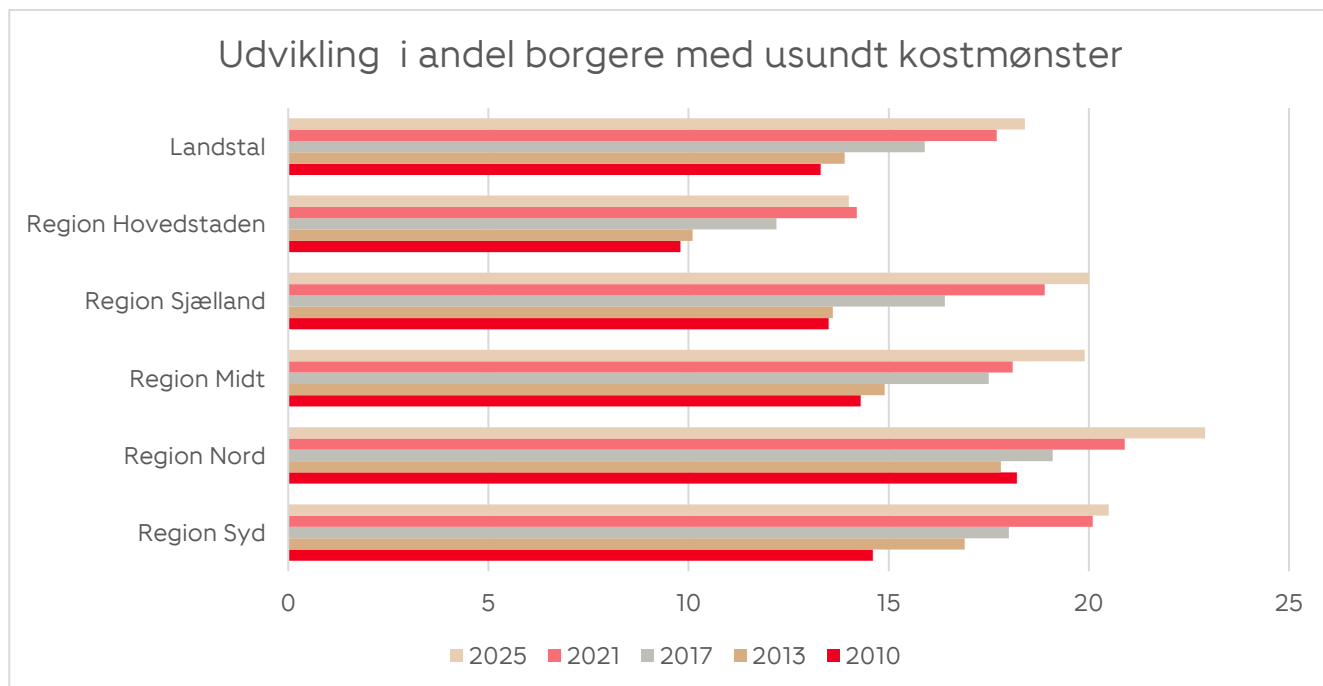
	Usundt kostmønster
Hele landet	18,4%
Region Sjælland	20%
Sundhedsråd Østsjælland og øerne	19,2%
Faxe	21,9%
Greve	19,2%
Guldborgssund	19,7%
Køge	18,8%
Lolland	26,0%
Roskilde	14,8%
Solrød	18,5%
Stevns	20,0%
Vordingborg	20,5%



Udvikling – kost

Tabellen viser udviklingen i forekomsten af usundt kostmønster i Danmark. Et usundt kostmønster betyder, at man spiser for lidt frugt, grøntsager og fisk og samtidig meget fed mad, især med mættet fedt. Gruppen med et usundt kostmønster har i høj grad har behov for at forbedre kostvanerne.

	2010	2013	2017	2021	2025
Hele landet	13,3%	13,9%	15,9%	17,7%	18,4%
Region Sjælland	13,5%	13,6%	16,4%	18,9%	20%
Sundhedsråd Østsjælland og øerne					19,2%
Faxe	14,8%	15,8%	16,1%	19,4%	21,9%
Greve	11,9%	10,9%	15,4%	17,8%	19,2%
Guldborgssund	14,7%	13,7%	17,8%	23,2%	19,7%
Køge	14,0%	12,6%	15,0%	17,4%	18,8%
Lolland	16,5%	17,1%	21,8%	21,9%	26,0%
Roskilde	12,4%	11,1%	11,6%	13,6%	14,8%
Solrød	10,3%	11,0%	13,1%	15,6%	18,5%
Stevns	11,3%	13,0%	14,5%	17,2%	20,0%
Vordingborg	14,3%	13,6%	15,7%	20,0%	20,5%



Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet og bevægelse kan forebygge kræft i tyktarm, livmoder og bryst (både før og efter menopausen). Fysisk aktivitet hjælper også til at forebygge vægtøgning og overvægt.

Der er yderligere sundhedsfordele, hvis man er fysisk aktiv mere end anbefalingerne foreskriver. Al bevægelse tæller, og lidt bevægelse og fysisk aktivitet er bedre end ingenting.

WHO's anbefaling er mindst 150 minutters moderat fysisk aktivitet eller 75 minutters hård fysisk aktivitet om ugen eller en ækvivalent kombination heraf. Hvis aktiviteterne deles op, skal hver enkelt have en varighed af mindst 10 minutter.

	Under WHO's min. anbefaling for fysisk aktivitet
Hele landet	51,5%
Region Sjælland	56,6%
Sundhedsråd Østsjælland og øerne	56%
Faxe	62,3%
Greve	54,7%
Guldborgssund	61,0%
Køge	53,8%
Lolland	60,6%
Roskilde	49,9%
Solrød	49,7%
Stevns	57,3%
Vordingborg	60,4%

Tabellen viser andelen, der ikke er tilstrækkeligt fysisk aktive.

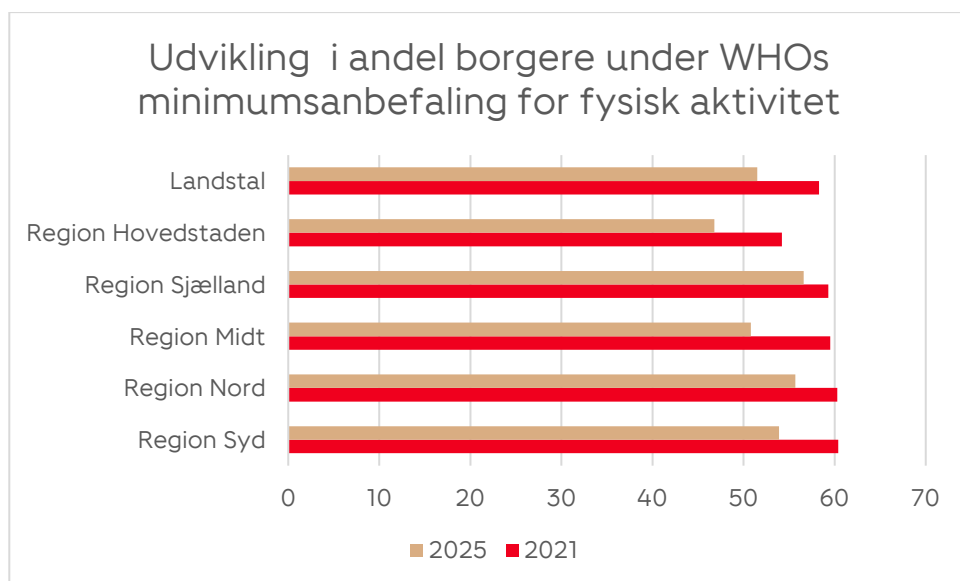


Udvikling - fysisk aktivitet

Tabellen nedenfor viser den seneste udviklingen i andelen af danskere, der ikke er lever op til WHO's minimumsanbefaling for fysisk aktivitet og bevægelse.

	2021	2025
Hele landet	58,3%	51,5%
Region Sjælland	59,3%	56,6%
Sundhedsråd Østsjælland og øerne		56%
Faxe	61,3%	62,3%
Greve	56,8%	54,7%
Guldborgssund	62,2%	61,0%
Køge	56,5%	53,8%
Lolland	64,5%	60,6%
Roskilde	53,8%	49,9%
Solrød	52,3%	49,7%
Stevns	60,4%	57,3%
Vordingborg	59,1%	60,4%

På landsplan ses et fald i andelen, der ikke er tilstrækkeligt fysisk aktive (i henhold til WHO's minimumsanbefalinger) – fra 58,3 % i 2021 til 51,5 % i 2025. Der er altså sket en stigning i andelen af danskere der bevæger sig tilstrækkeligt.



Kilder

- Statistikbanken.dk
- Cancer.dk: se cancer.dk/fakta-kræft/statistik-om-kræft/regioner-og-kommuner
- Hvordan har du det? (2026): Se danskernessundhed.dk

