

Tal på kræft og sundhed i Sundhedsråd Lillebælt

Kommuner og befolkningstal

	Befolkningstal
Sundhedsråd Lillebælt	313028
Fredericia	52939
Kolding	96214
Middelfart	40625
Vejle	123250



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 Syddanmark	11108	3183	3817	93465
Sundhedsråd Lillebælt	2551	766	868	22135
Fredericia	462	133	159	4020
Kolding	767	230	262	6525
Middelfart	390	117	132	3370
Vejle	932	286	315	8220

* 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 Syddanmark	45798	13085	6543
Sundhedsråd Lillebælt	10846	3099	1549
Fredericia	1970	563	281
Kolding	3197	914	457
Middelfart	1651	472	236
Vejle	4028	1151	575

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 Syddanmark	14,7%
Sundhedsråd Lillebælt	13,5%
Fredericia	16,4%
Kolding	12,9%
Middelfart	13,6%
Vejle	12,6%

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. Potentialer er stort, da 3 ud af 4 ønsker at stoppe med at ryge.

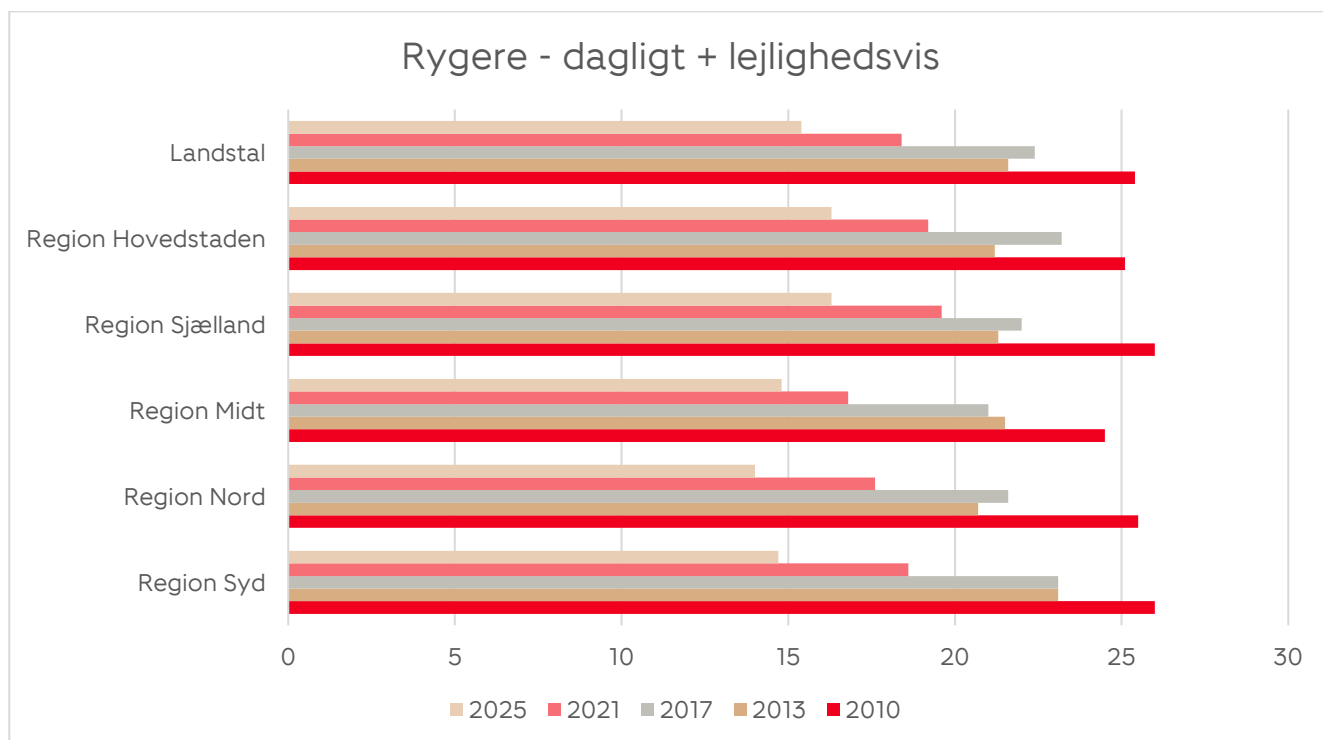


Udvikling - rygning

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

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 Syddanmark	26%	23,1%	23,1%	18,6%	14,7%
Sundhedsråd Lillebælt					13,5%
Fredericia	28,2%	26,0%	25,4%	20,1%	16,4%
Kolding	26,8%	22,9%	22,8%	18,9%	12,9%
Middelfart	25,6%	23,7%	22,6%	17,3%	13,6%
Vejle	23,9%	23,5%	21,0%	17,6%	12,6%



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 Syddanmark	14,4%
Sundhedsråd Lillebælt	13,9%
Fredericia	12,3%
Kolding	12,7%
Middelfart	16,7%
Vejle	14,6%

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



Udvikling – alkohol

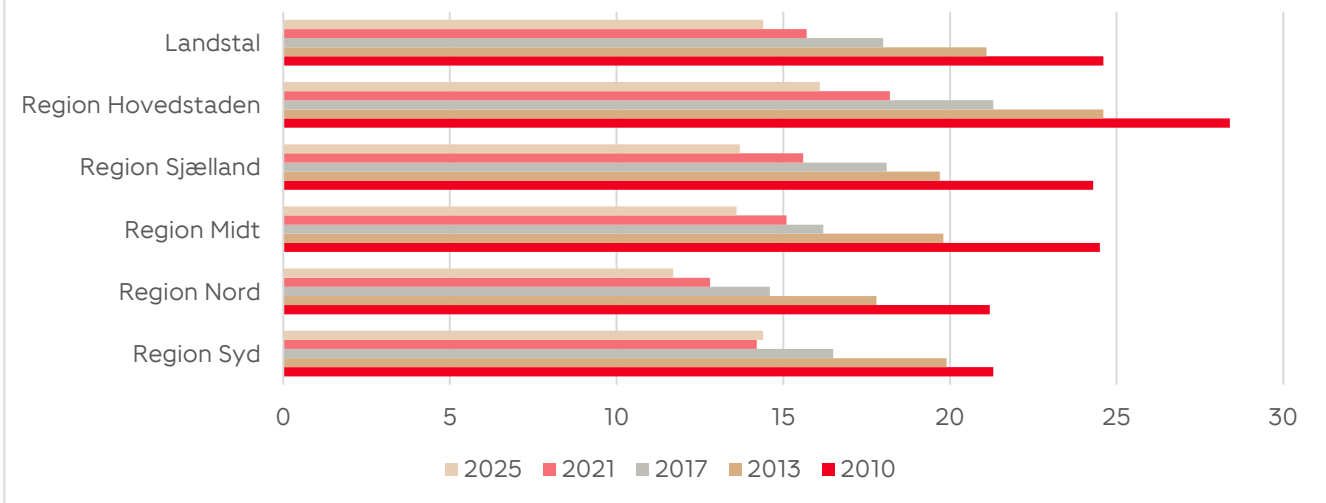
Tabellen viser udviklingen i andelen af danskere, der drikker mere end 10 genstande om ugen – dvs. mere end Sundhedsstyrelsens anbefaling. Tallene stammer fra Sundhedsstyrelsens og Statens Institut for Folkesundheds rapporter om "Danskernes Sundhed – Sundhedsprofiler" mellem 2010-2025.

	2010	2013	2017	2021	2025
Hele landet	24,6%	21,1%	18%	15,7%	14,4%
Region Syddanmark	21,3%	19,9%	16,5%	14,2%	14,4%
Sundhedsråd Lillebælt					13,9%
Fredericia	22,0%	21,6%	14,2%	13,7%	12,3%
Kolding	19,9%	19,5%	17,6%	14,8%	12,7%
Middelfart	21,4%	19,2%	18,0%	13,6%	16,7%
Vejle	21,8%	20,1%	16,5%	14,5%	14,6%

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 Syddanmark	56,4%
Sundhedsråd Lillebælt	55,9%
Fredericia	59,2%
Kolding	54,6%
Middelfart	57,7%
Vejle	54,8%

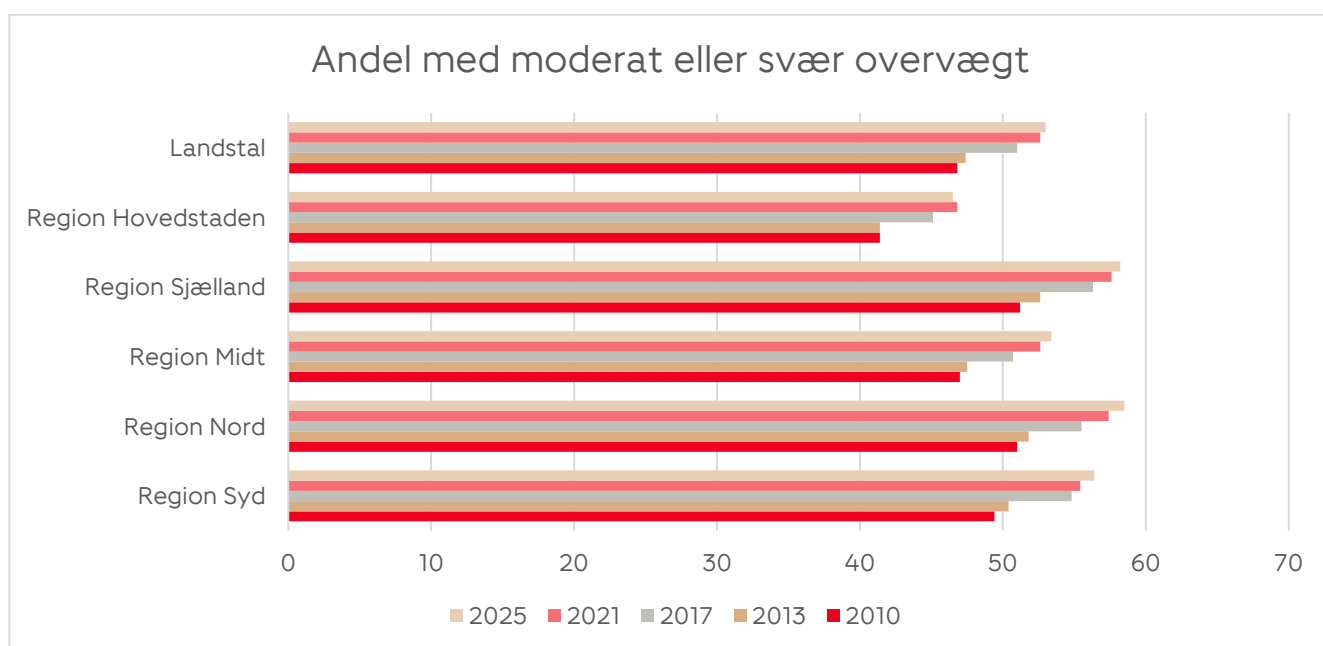
Tabellen viser forekomsten af overvægt i 2025.



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 Syddanmark	49,4%	50,4%	54,8%	55,4%	56,4%
Sundhedsråd Lillebælt					55,9%
Fredericia	46,7%	52,4%	56,2%	56,3%	59,2%
Kolding	48,0%	48,0%	54,4%	53,5%	54,6%
Middelfart	52,8%	51,2%	56,5%	54,9%	57,7%
Vejle	46,9%	49,4%	52,2%	52,9%	54,8%



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](#).

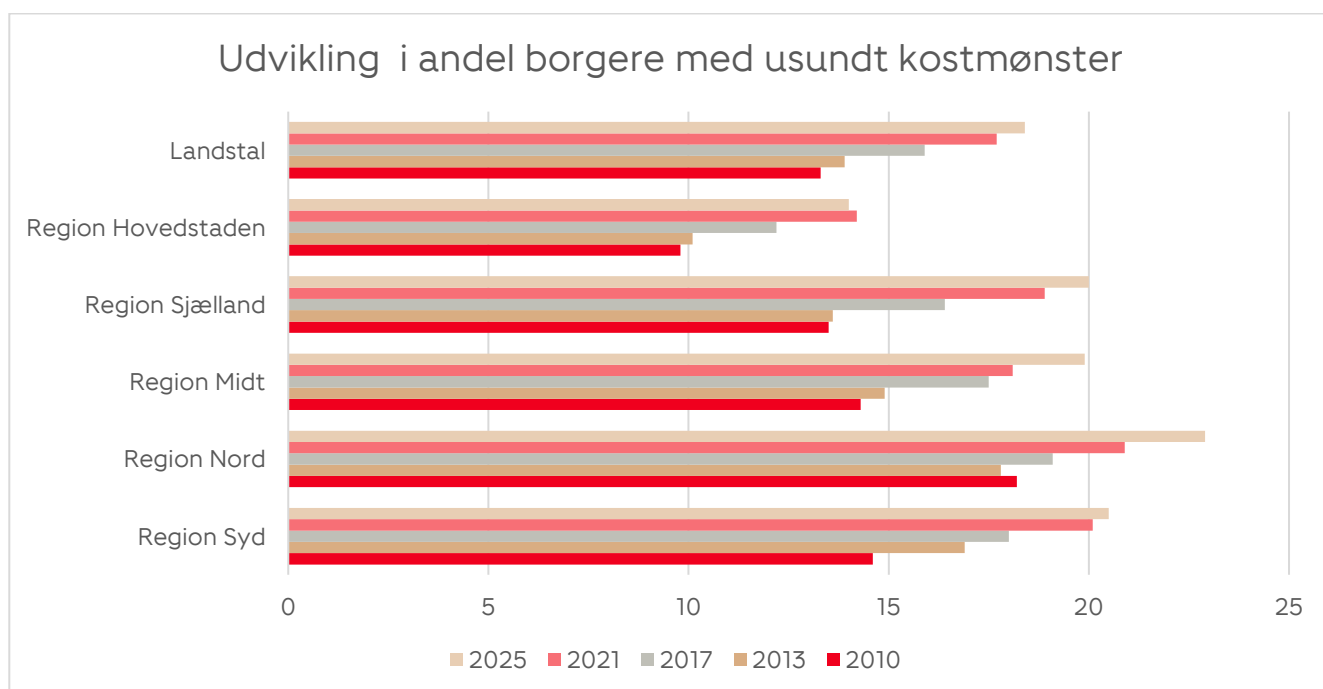
	Usundt kostmønster
Hele landet	18,4%
Region Syddanmark	20,5%
Sundhedsråd Lillebælt	19,5%
Fredericia	22,5%
Kolding	19,1%
Middelfart	19,7%
Vejle	18,5%



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 behov for at forbedre kostvanerne.

	2010	2013	2017	2021	2025
Hele landet	13,3%	13,9%	15,9%	17,7%	18,4%
Region Syddanmark	14,6%	16,9%	18%	20,1%	20,5%
Sundhedsråd Lillebælt					19,5%
Fredericia	17,3%	18,1%	19,7%	22,1%	22,5%
Kolding	14,2%	16,4%	15,7%	19,5%	19,1%
Middelfart	14,2%	18,0%	17,8%	18,9%	19,7%
Vejle	12,2%	15,5%	15,8%	18,1%	18,5%



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 Syddanmark	53,9%
Sundhedsråd Lillebælt	54,2%
Fredericia	53,9%
Kolding	56,4%
Middelfart	53,1%
Vejle	53,0%

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 Syddanmark	60,4%	53,9%
Sundhedsråd Lillebælt		54,2%
Fredericia	60,9%	53,9%
Kolding	60,7%	56,4%
Middelfart	59,3%	53,1%
Vejle	59,0%	53,0%

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-kraeft/statistik-om-kraeft/regioner-og-kommuner
- Hvordan har du det? (2026): Se danskernessundhed.dk

