SUNDHEDSPROFILEN 2025 PÅ ÉN SIDE

Køge Kommune

	Køge 2025	Region Sjælland	Nationalt
Tilfreds med livet (7-10 på skala)	76,3	76,7	-
Fremragende, vældig godt eller godt selvvurderet helbred	80,2	79,6	82,1
Godt mentalt velbefindende	15,5	17,4	16,1
Daglige arbejde begrænset af smerte	14,7	14,2	12,3
Høj score på stressskalaen	31,2	31,2	29,5
Langvarig sygdom	38,5	41,4	38,3
Psykisk lidelse (kort eller langvarig)	16,1	16,7	-
Multisygdom - mindst to sygdomme	36,4	38,8	-
Ensomhed	9,5	11,3	10,8
Tegn på social isolation	5,4	6,2	5,3
Svær overvægt	20,5	21,4	18,5
Lav score på kostskalaen	18,8	20,0	18,4
Dagligrygere	10,7	12,2	10,5
Daglig brug af e-cigaretter/vapes	5,2	4,7	3,5
Daglig brug af snus, nikotinposer eller lignende	2,7	2,0	2,7
Alkoholforbrug over 10 genstande ugentligt	13,1	13,7	14,4
Rusdrikker mindst én gang om ugen	7,9	7,3	8,6
Tegn på moderate eller svære alkoholproblemer	5,5	5,9	6,0
Lav fysisk aktivitet i fritiden	18,4	19,2	17,3
Lever ikke op til WHO's minimumsanbefaling for fysisk aktivitet	53,8	56,6	51,5
Meget generet af søvnproblemer	16,3	17,9	16,3
Mindst 4 timer siddende ved skærm i fritiden på hverdage	33,3	34,1	-
Lav score på skala om at læse og forstå information om sundhed	13,3	14,9	-
Lav score på skala om evne til aktivt at benytte sig af digitale løsninger	18,2	21,8	-

Signifikant lavere end regionsgennemsnit for 2025
Ikke signifikant forskellig fra regionsgennemsnit for 2025
Signifikant højere end regionsgennemsnit for 2025

Sundhedsprofilen 2025 belyser sundhed, sygdom og trivsel blandt borgere på 16 år og derover i Region Sjælland og i resten af landet. I foråret 2025 modtog omkring 2.200 borgere i hver af regionens kommuner spørgeskemaet 'Hvordan har du det?'. Godt 42 pct. sendte et svar retur. Undersøgelsen er desuden gennemført i 2010, 2013, 2017 og 2021.

På denne side vises resultater for 2025 for et udvalg af parametre fra undersøgelsens forskellige emner. På side 2 ses udviklingen over tid for et mindre udvalg af parametre.

Enkelte steder er der ikke vist et resultat. Det kan enten skyldes for få svar, eller at der ikke findes et sammenligneligt tal på nationalt niveau eller for det pågældende år.

Læs mere:
Find flere resultater og læs mere om undersøgelsen og de forskellige parametre i rapporten Sundhedsprofil 2025 for Region Sjælland og kommuner "Hvordan har du det?", som kan findes på www.regionsjaelland.dk/sund. Her findes også mere om kommunens population, herunder den inddeling i kommunesocialegrupper, der ses af kortet til højre.

De nationale resultater kan findes på www.danskernessundhed.dk

Inddeling i kommunesocialgrupper og sundhedsråd (blå streg)

UDVIKLING OVER TID

Køge Kommune

Hvordan har du det?

TILFREDS MED LIVET

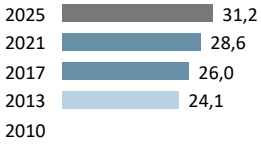
2025
76,3%
Antal personer: 39.400

FREMRAGENDE, VÆLDIG GODT ELLER GODT SELVVURDERET HELBRED

2025
80,2%
Antal personer: 42.000

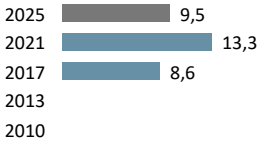
HØJ SCORE PÅ STRESSSKALA

2025
31,2%
Antal personer: 16.600



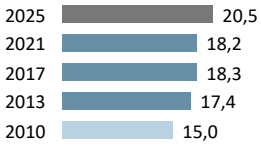
ENSOMHED

2025
9,5%
Antal personer: 5.000



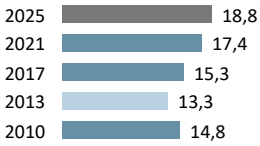
SVÆR OVERVÆGT

2025
20,5%
Antal personer: 10.700



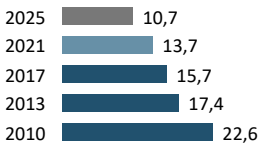
LAV SCORE PÅ KOSTSKALAEN

2025
18,8%
Antal personer: 9.900



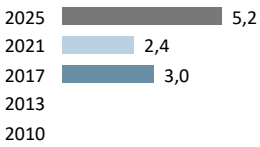
DAGLIG RYGNING

2025
10,7%
Antal personer: 5.700



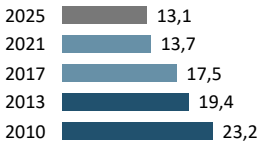
DAGLIG BRUG AF E-CIGARETTER/VAPES

2025
5,2%
Antal personer: 2.800



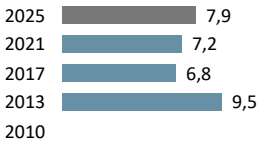
ALKOHOLFORBRUG OVER 10 GENSTANDE UGENTLIGT

2025
13,1%
Antal personer: 7.100



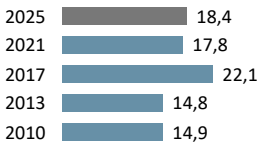
RUSDRIKKER MINDST UGENTLIGT

2025
7,9%
Antal personer: 4.200



LAV FYSISK AKTIVITET I FRITIDEN

2025
18,4%
Antal personer: 9.600

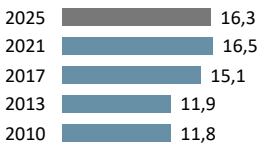


LEVER IKKE OP TIL WHO's MINIMUMSANBEFALING FOR FYSISK AKTIVITET

2025
53,8%
Antal personer: 28.300

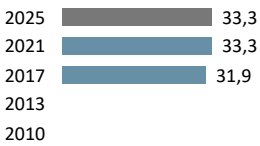
MEGET GENERET AF SØVNPROBLEMER

2025
16,3%
Antal personer: 8.600



MINDST 4 TIMER SIDDENDE VED EN SKÆRM I FRITIDEN PÅ HVERDAGE

2025
33,3%
Antal personer: 17.400



LANGVARIG SYGDOM

2025
38,5%
Antal personer: 20.500

LAV SCORE PÅ SKALA OM AT LÆSE OG FORSTÅ INFO OM SUNDHED

2025
13,3%
Antal personer: 7.000

Farve på søjlerne:

- Forekomsten i 2025
- Signifikant lavere end i 2025
- Ikke signifikant forskellig fra 2025
- Signifikant højere end i 2025

Farverne på denne side angiver om de tidligere år afviger signifikant fra 2025, og dermed om man med stor sikkerhed kan sige, at der er sket en ændring. Hvis der er sket en signifikant udvikling fra 2021 til 2025 farves hovedtallet enten rødt (negativ udvikling) eller grønt (positiv udvikling). Da der er færre svar på kommuneniveau, ses der færre signifikante ændringer end på regionsniveau. Resultaterne i 2021 bør ses i lyset af COVID19-pandemien.