FAKTA OM ENSOMHED

540.000 voksne danskere føler sig ensomme; det svarer til knap **11%** af befolkningen over 16 år.

(Den Nationale Sundhedsprofil 2025)

38% af mennesker med en **psykisk lidelse eller psykiske problemer** oplever svær ensomhed. Det samme gælder kun 5% af mennesker uden en psykisk lidelse eller problemer

(Fællesskabsmålingen 2025)

Hvert år er der **450.000 ekstra kontakter** til den praktiserende læge, der delvist eller udelukkende skyldes ensomhed – det svarer til mere end **1.000 ekstra lægekontakter *hver dag!***

(Sygdomsbyrden i Danmark 2022)

Dobbelt så mange **personer med etnisk minoritetsbaggrund** oplever ensomhed sammenlignet med personer, der har etnisk dansk baggrund.

(Lasgaard et al. 2020)

Definition:

Ensomhed er en subjektiv, ubehagelig følelse, der opstår som følge af en oplevet diskrepans mellem ønskede sociale relationer og faktiske sociale relationer.

(Lasgaard et al. 2020)

Omkring **23%** af dem med et større fysisk handicap, føler sig ofte eller meget ofte ensomme

(VIVE 2020)

Mere end hver 6. ung mellem 16 og 24 år oplever ensomhed.

(Den Nationale Sundhedsprofil 2025)

Ensomhed koster samfundet **5,5 milliarder kr.** om året.

(Sygdomsbyrden i Danmark 2022)

28% af **LGBT+-personer** føler sig ensomme. Ensomhed er særligt udbredt blandt **transpersoner**, hvor knap halvdelen (46%) føler sig ensomme.

(Ligestillingsafdelingen, Miljø- og Fødevareministeriet 2020)

FOLKEBEVÆGELSEN MOD ENSOMHED