

# Solvaneundersøkelse i den norske befolkningen 2022



Utført av Respons Analyse  
Oppdragsgiver:  
Kreftforeningen i samarbeid med Direktoratet for strålevern og  
atomsikkerhet (DSA)



KREFTFORENINGEN



**DSA** Direktoratet  
for strålevern og  
atomsikkerhet



# SOLVANEUNDERSØKELSE 2022



Målgruppe : Befolkningen, landsrepresentativt, alder 18+



Antall respondenter : 1488



Utsendelse : Web



Tidsperiode : 30.02.2022 -08.03.2022

Vekting av data : Datasettet er vektet på totalnivå på kjønn, alder og geografi

Undersøkelse om solvaner i den norske befolkningen, gjennomført av Respons Analyse på oppdrag for Kreftforeningen og DSA (Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet). Tilsvarende undersøkelse er gjennomført i 1999 og 2004, og hvert annet år siden 2012.

## Kontaktpersoner:

DSA: Lill Tove Nilsen

Kreftforeningen: Mona Stensrud

Respons: Marius A. Flaget

Feilmarginene i undersøkelsen ligger mellom +/- 1,4% og +/- 3,2% avhengig av svarandelen i alternativet. Feilmarginen er høyest ved 50%.

Signifikante høyere forskjeller markeres i grønt, mens signifikant lavere forskjeller markeres i rødt.





# SOLKREM OG SOLBRENHET

# OPPSUMMERING AV HOVEDFUNN

- Nordmenn oppholder seg mye utendørs, i gjennomsnitt 4,5 time i løpet av en typisk helgedag.

## Soling/solbrent

- Nesten 8 av 10 oppgir at de soler seg utendørs.
- Grunner til å sole seg ute er at det er behagelig (68%), for å få vitamin D (64%), og for å få farge (61%).
- 4 av 10 har blitt solbrent de siste 12 månedene, og 35% av dem så de fikk blemmer/flasset av.
- Det er mer vanlig å bli solbrent når man gjør andre ting ute (22%), enn når man er ute for å sole seg (14%).
- Steder man oftest blir solbrent er skuldre (25%), brystet (19%) og ansiktet (14%).
- Av dem som ble solbrent har 55% ikke brukt solkrem, mens 43% hadde brukt solkrem.
- Det er mer vanlig å bli solbrent i Norge enn på reise til solrike land.

- **Solbeskyttelse i Norge**

For å beskytte seg mot solen oppgir flest at de bruker solkrem med faktor (84%), solbriller (70%) eller begrenser tiden de er i solen (52%).

Stadig flere bruker høy solfaktor.

Grunner til å bruke solkrem er å beskytte seg mot å bli solbrent (96%), for å beskytte mot hudkreft (76%) og for å kunne være i sola lenger (36%).

Når man dropper solkrem er det oftest fordi man glemmer det (49%), man heller dekker seg til med klær (23%) eller at man forsøker å være lite i sola (21%).

Så godt som alle beskytter barna mot solen med å bruke solkrem (96%) mens de andre virkemidlene brukes av ca. halvparten av de spurte.

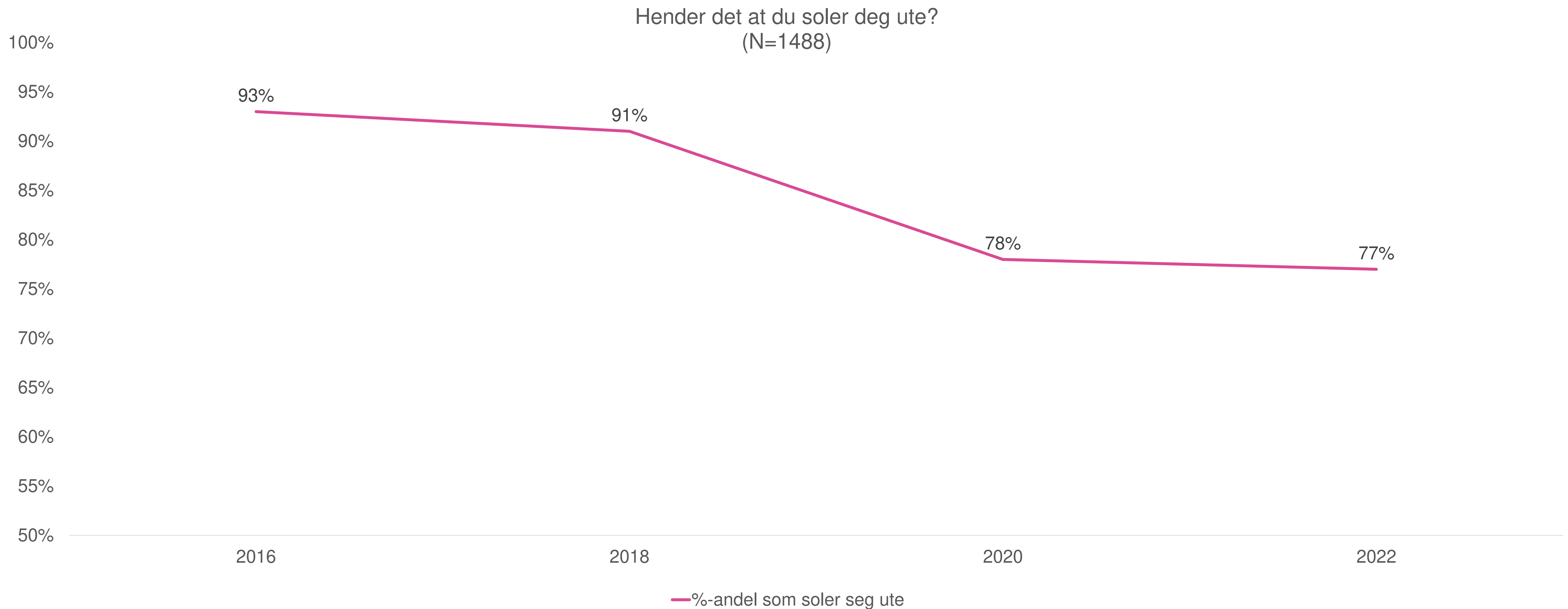
Videre oppsummering ligger under hvert avsnitt:

- **På reise til solrike land**
- **Solarium**
- **Informasjon i solarium**
- **Hudkreft**
- **UV-indeks**

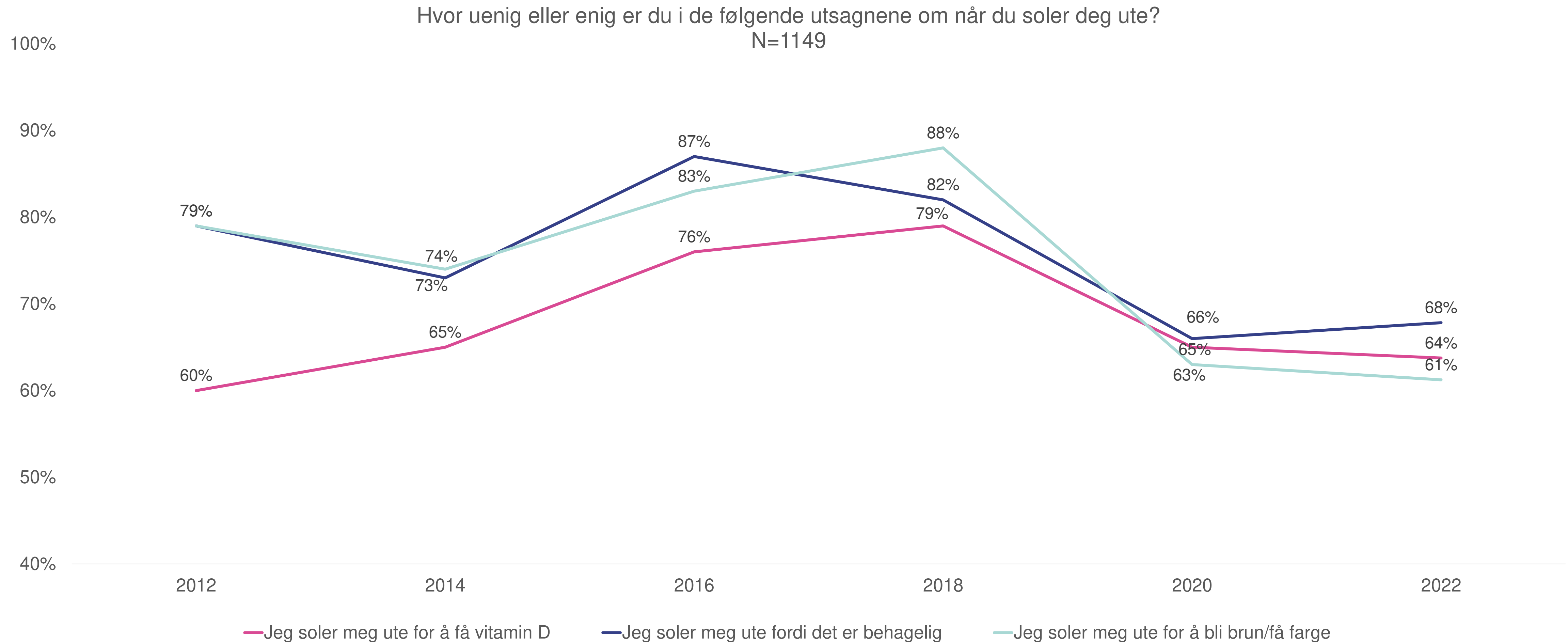


# Nesten 8 av 10 oppgir at de soler seg ute og dette er omtrent som i 2020

Kvinner soler seg ute i signifikant større grad enn menn (87% mot 68%)



# Grunner til å sole seg ute er at det er behagelig (68%), for å få vitamin D (64%), og for å få farge (61%)



— Jeg soler meg ute for å få vitamin D

— Jeg soler meg ute fordi det er behagelig

— Jeg soler meg ute for å bli brun/få farge

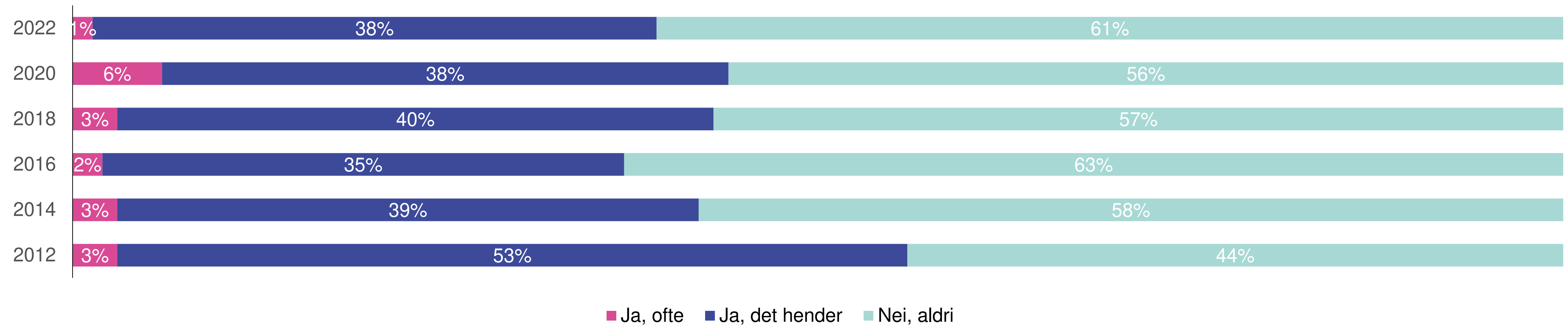


Filter: Soler seg ute  
Presentert som andeler som har svart enig eller svært enig

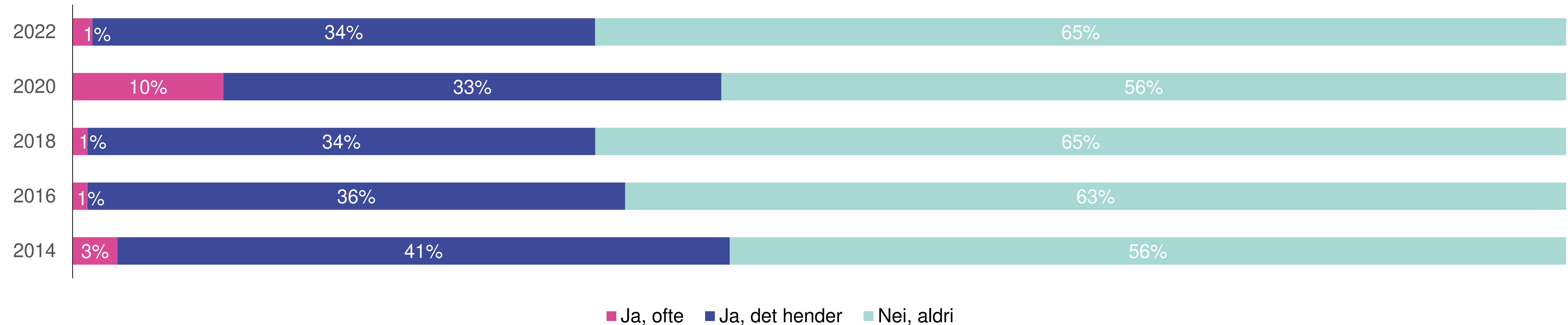


# 4 av 10 har blitt solbrent i Norge de siste 12 månedene, og 35% av dem så de fikk blemmer/flasset av

Har du opplevd å bli solbrent (ubehagelig rødhet) når du har vært ute i solen i Norge de siste 12 månedene? (N=1488)



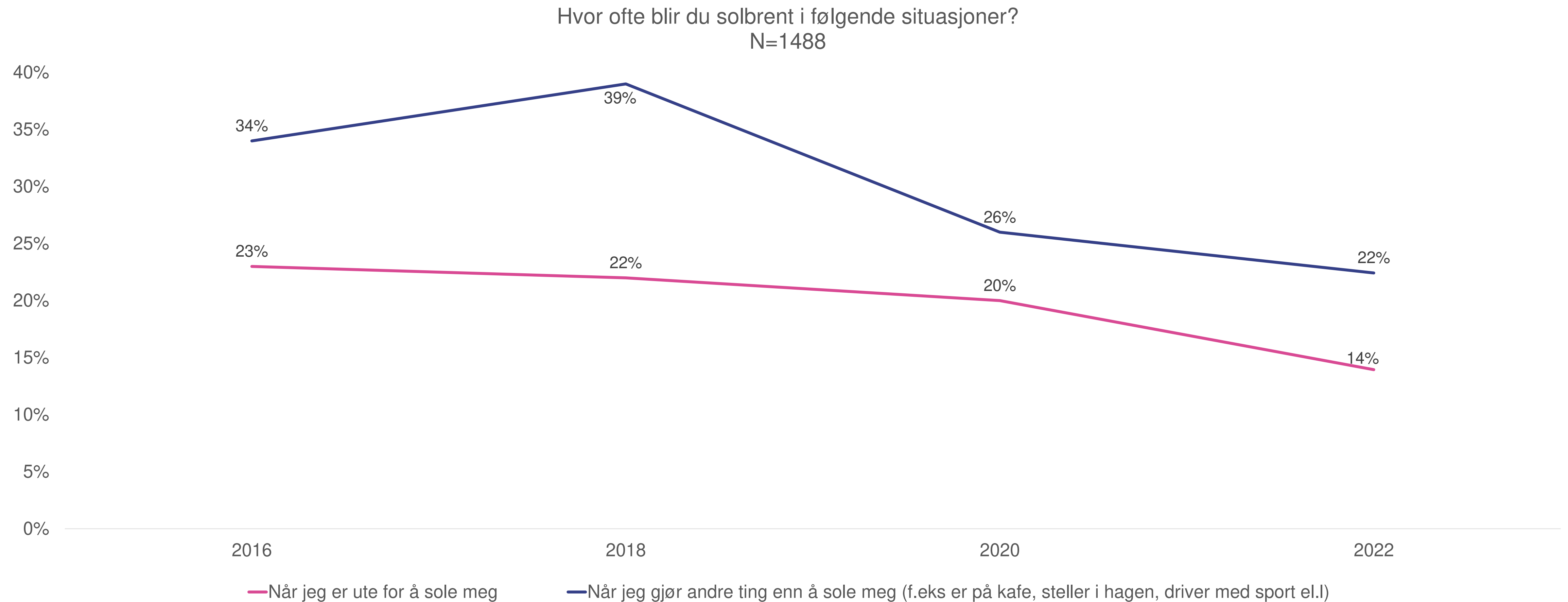
Ble du så solbrent at du fikk blemmer på huden og/eller at hud flasset av? (N=583)





# Det er mer vanlig å bli solbrent når man gjør andre ting ute (22%), enn når man er ute for å sole seg (14%)

De yngste aldersgruppene blir oftere solbrent (18-24 år, 31% og 25-34 år, 35%)

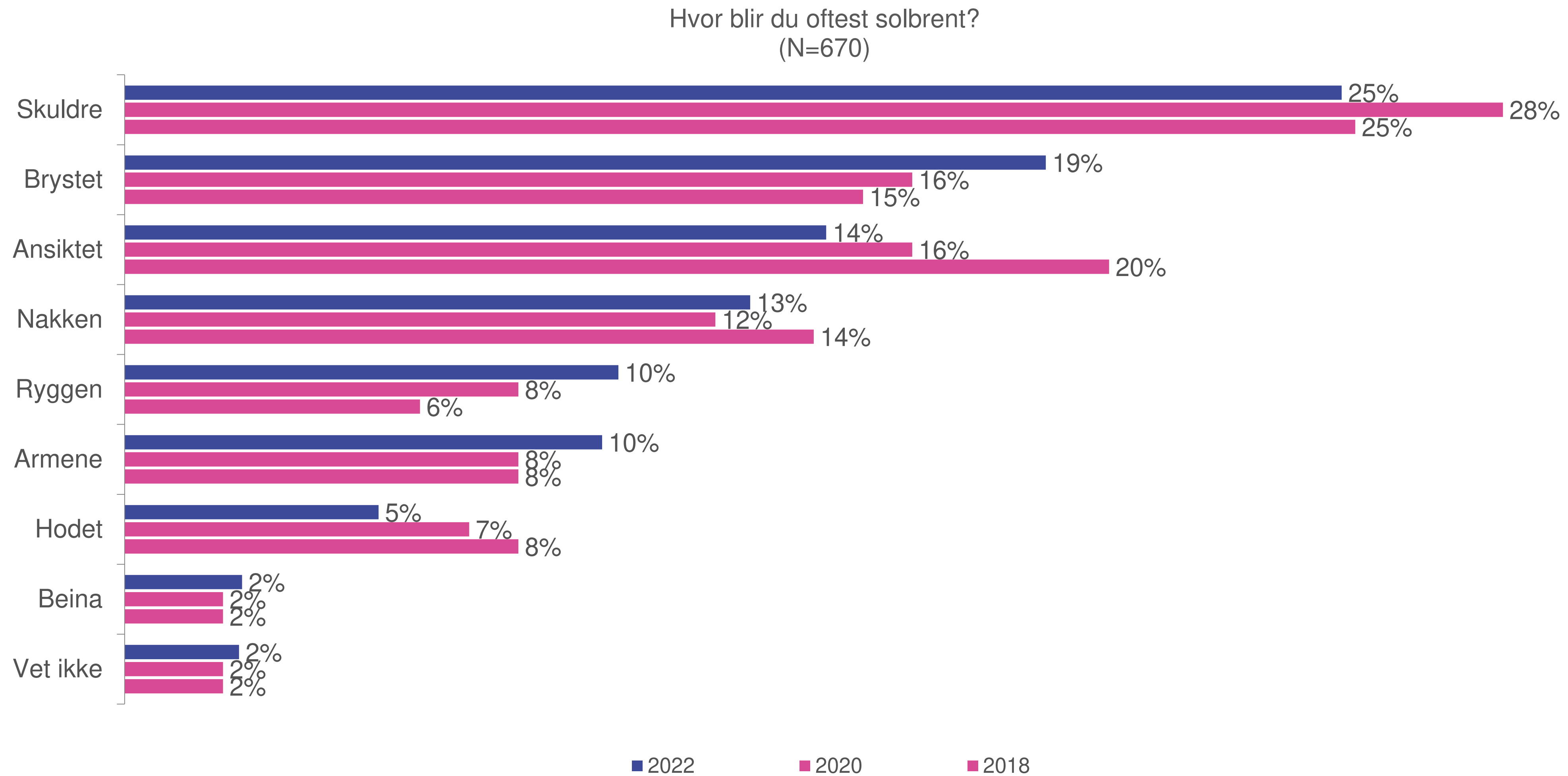


Respondenter som har svart «ofte» eller «svært ofte»

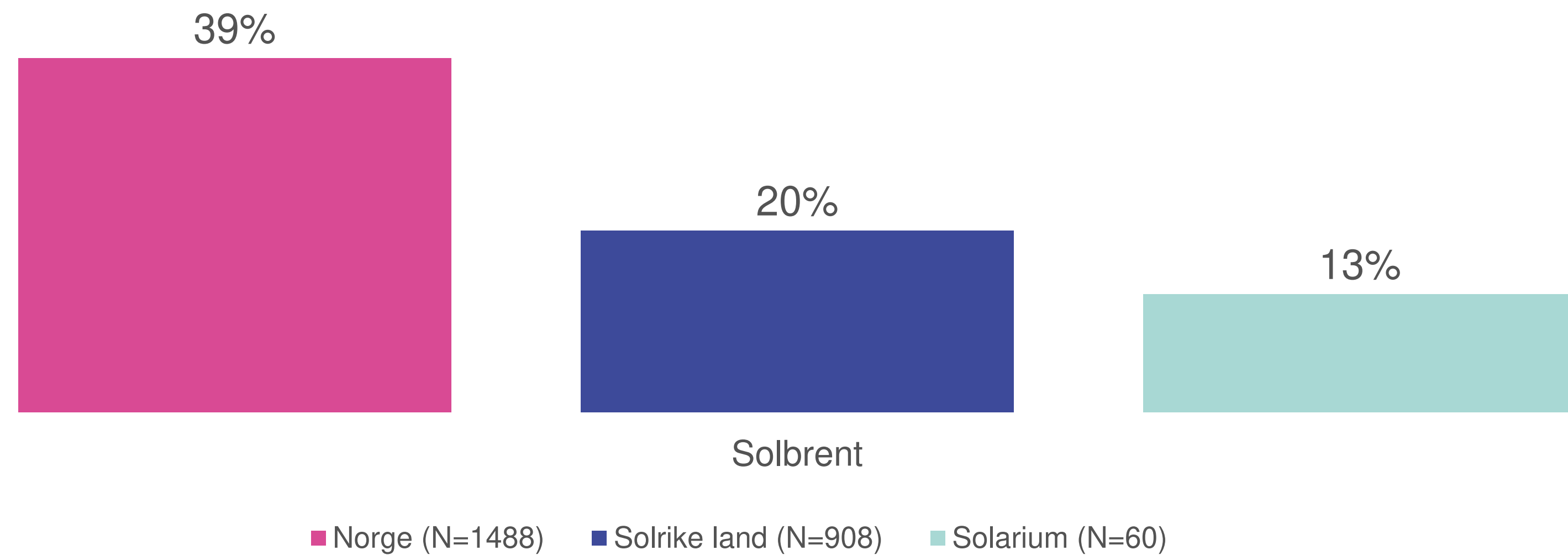




Steder man oftest blir solbrent er skuldre (25%), brystet (19%) og ansiktet (14%)  
Kvinner blir oftere enn menn brent på bryst (30%), og menn oftere enn kvinner i nakken (20%)



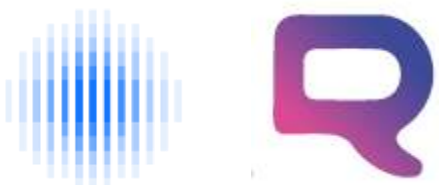
# Solbrenthet i ulike situasjoner. 4 av 10 har blitt solbrent det siste året i Norge.



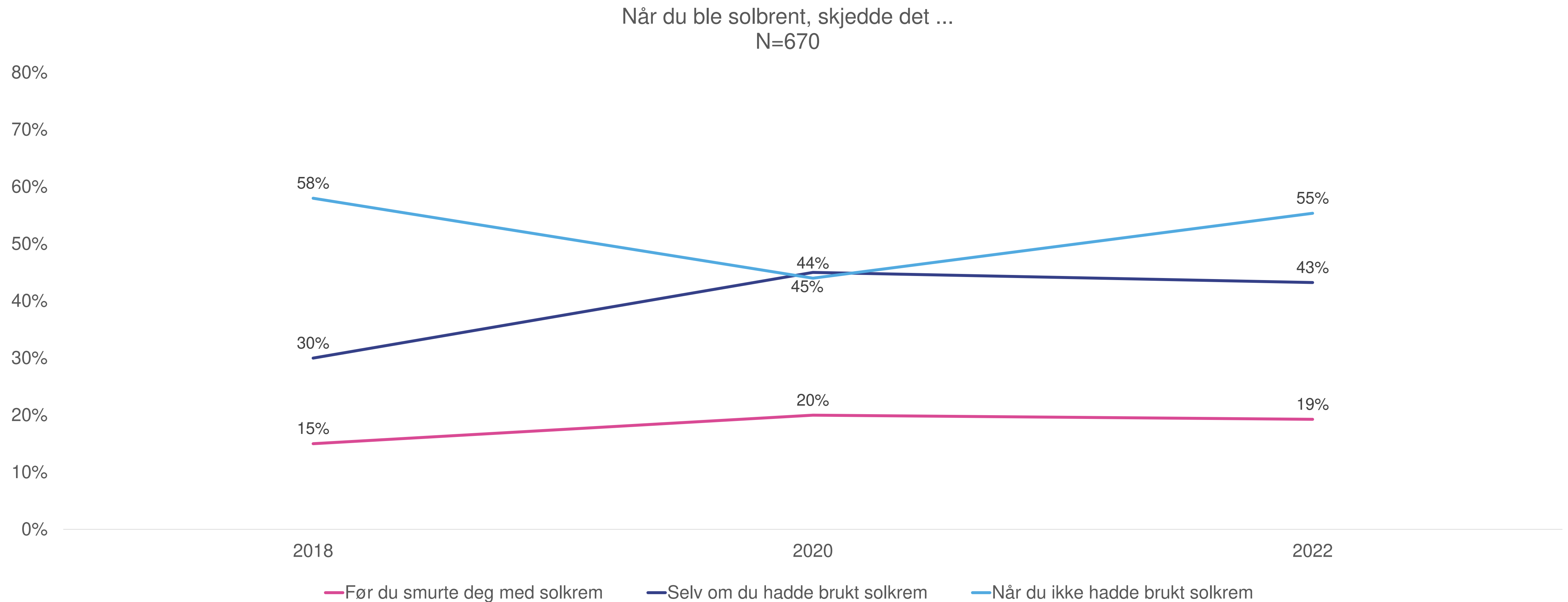
Har du opplevd å bli solbrent (ubehagelig rødhet) når du har vært ute i solen i Norge de siste 12 månedene?

Har du opplevd å bli solbrent (ubehagelig rødhet) når du har vært ute i solen på reise i solrike land de siste 12 månedene? Filter: Vært på reise til solrikt land siste tre år

Har du opplevd å bli solbrent (ubehagelig rød) når du har tatt solarium de siste 12 månedene? Filter: Har tatt solarium siste 12 mnd



Av dem som ble solbrent har 55% ikke brukt solkrem, mens 43% hadde brukt solkrem  
Kvinner blir i signifikant større grad solbrent selv om de bruker solkrem (63%) mens menn signifikant større grad blir solbrent fordi de ikke bruker solkrem (63%)



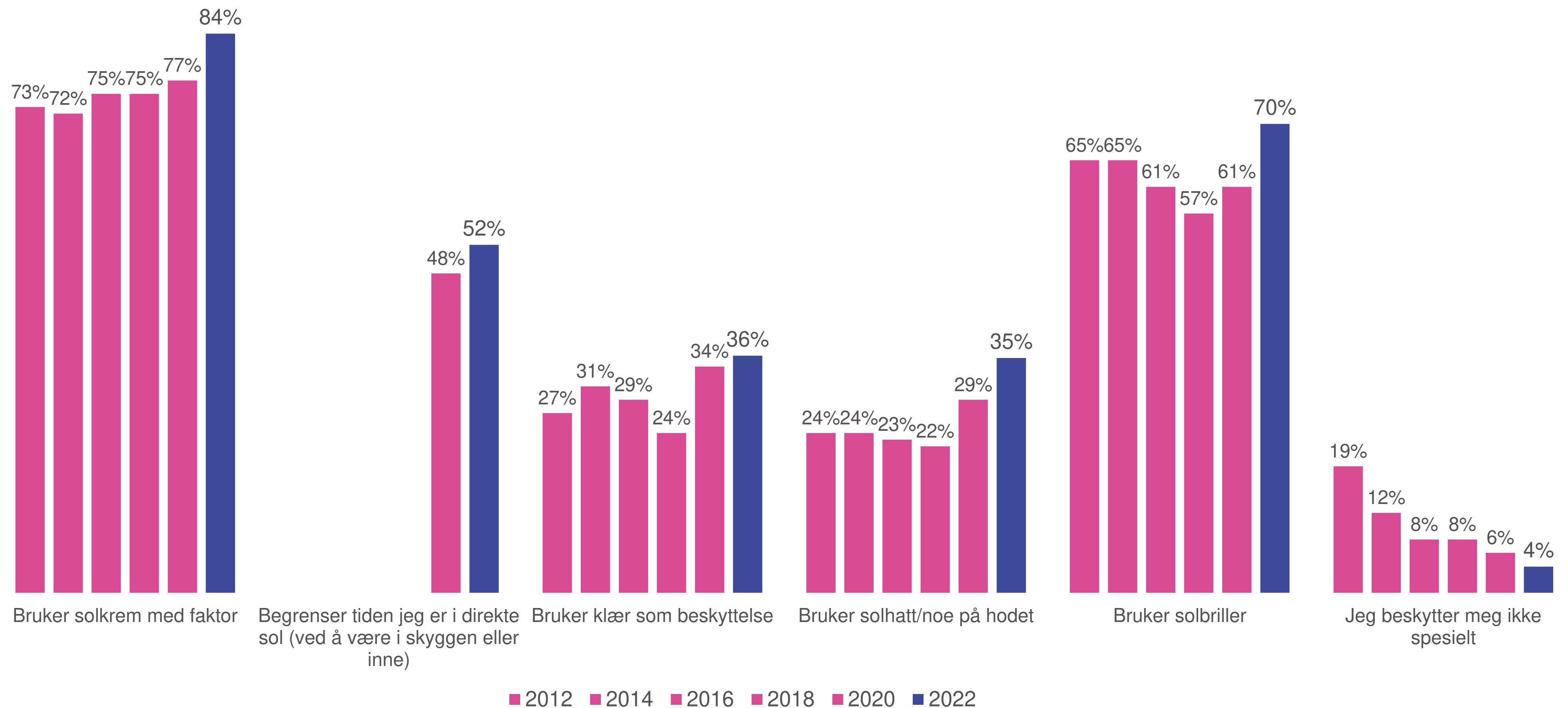
Svaralternativ «husker ikke» vises ikke i grafen



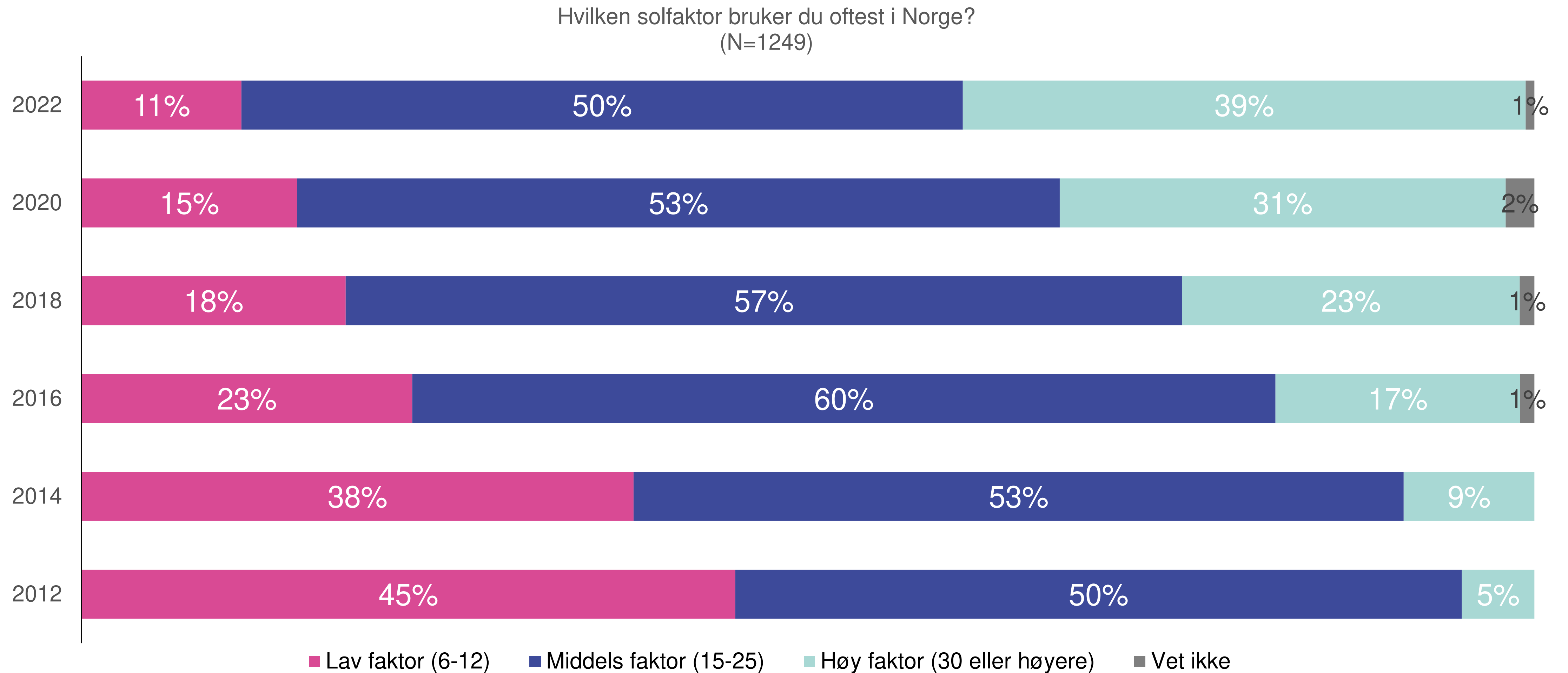
# For å beskytte seg mot solen oppgir flest at de bruker solkrem med faktor (84%), solbriller (70%) eller begrenser tiden de er i solen (52%)

Her er det en liten, positiv tendens til at flere beskytter seg på flere måter. Andelen som ikke beskytter seg synker stadig lavere (4%)

På hvilke(n) måte(r) beskytter du deg når du er ute i solen i Norge?  
(N=1488)



# Andelen som bruker høy solfaktor i Norge fortsetter å stige (39%), og stadig færre bruker lav faktor (11%)

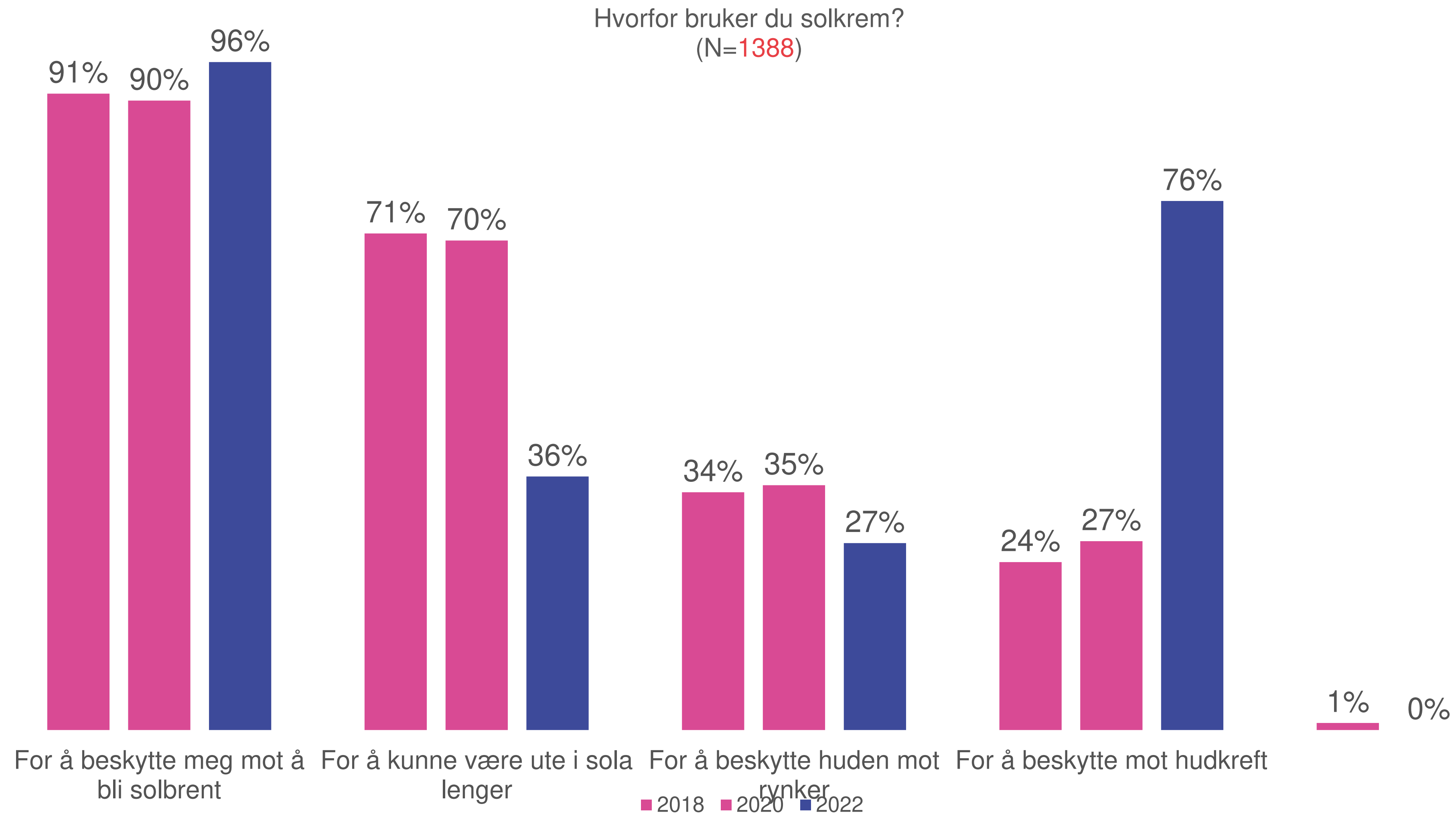


Filter: Beskytter seg mot solen



Grunner til å bruke solkrem er å beskytte seg mot å bli solbrent (96%), for å beskytte mot hudkreft (76%) og for å kunne være i sola lenger (36%)

Kvinner oppgir i signifikant større grad beskytte mot rynker (41%) og beskytte mot hudkreft (84%)



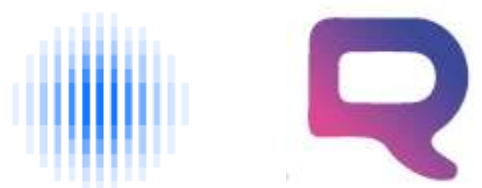
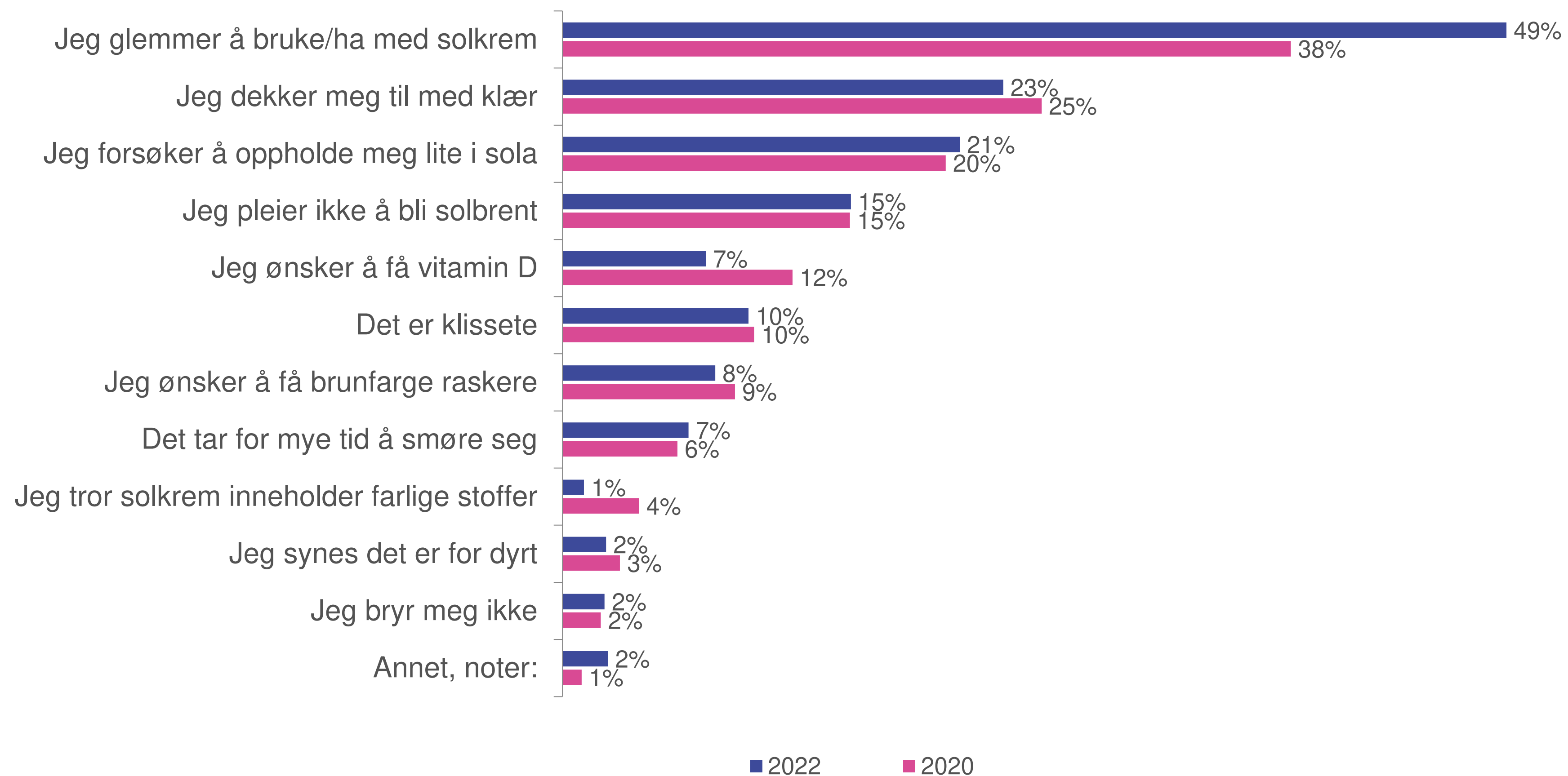
Filter: Bruker solkrem



# Når man dropper solkrem er det oftest fordi man glemmer det (49%), at man dekker seg til med klær (23%) eller at man forsøker å være lite i sola (21%)

Menn og yngre dropper i større grad solkrem fordi det tar tid å smøre seg og synes det er klissete

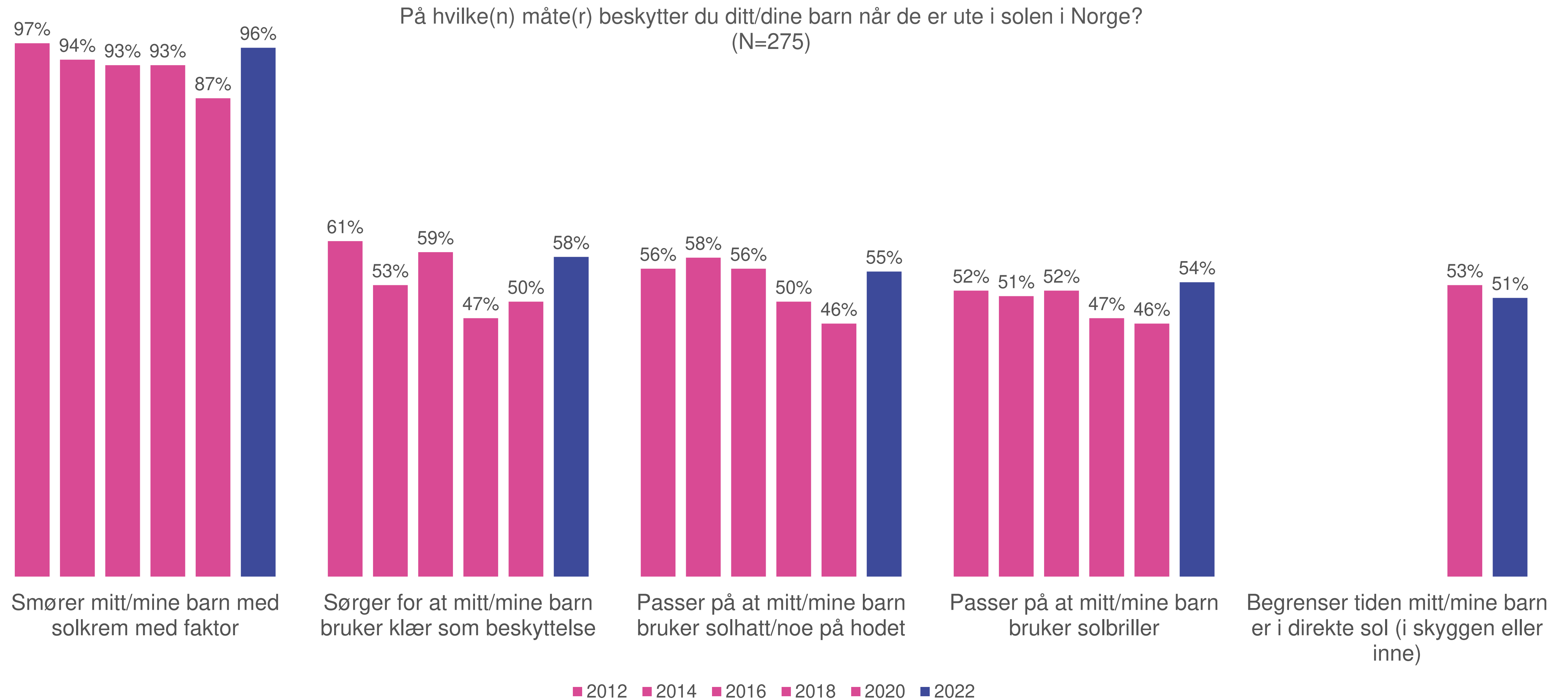
I tilfeller hvor du ikke bruker solkrem, hva er de to viktigste grunnene til at du ikke gjør det?  
(N=1488)





# Så godt som alle beskytter barna med solkrem (96%). Ca. halvparten av de spurte beskytter barna på flere måter

Menn og kvinner beskytter barna i like stor grad, mens kvinner i litt større grad begrenser tiden barna er i sola



Filter: Har barn under 12 år





**SOLVANER PÅ FERIE I SOLRIKE LAND**

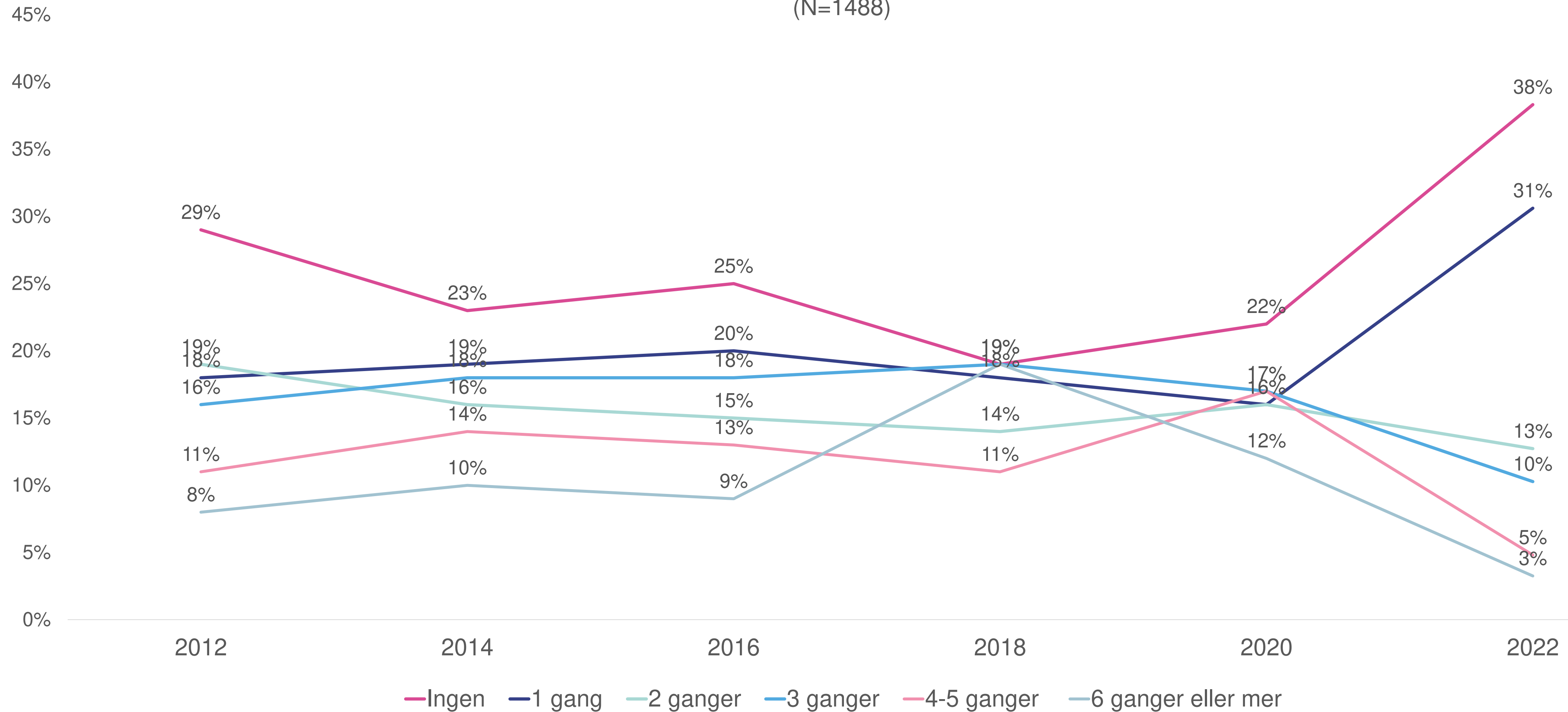
## OPPSUMMERING AV HOVEDFUNN

- En nedgang i antall reiser til solrike land de siste tre årene er ikke overraskende pga pandemien
- 95% bruker solkrem med faktor når de er på ferie i solrike land.
- Det er en liten, positiv tendens til at flere beskytter seg på flere måter enn med solkrem
- Det er stadig flere som bruker høy solfaktor i utlandet (71%)
- Andelen som har blitt solbrent i solrike land synker videre til 20% og vi ser også en nedgang fra forrige måling i de som har blitt å solbrente at de får blemmer eller flasser (38%)
- Så godt som alle beskytter barna med solkrem (93%). En økende andel begrenser tiden barnet er i solen (71%)
- Det er stadig mindre forskjell på hvor opptatt foreldre er av å beskytte barna mot sol i Norge og når de i utlandet



# Vi ser en nedgang i antall reiser til solrike land de siste tre årene. Det er ikke overraskende og har sammenheng med pandemien

Hvor mange ganger har du vært på reise til et solrikt land de siste 3 årene?  
(N=1488)

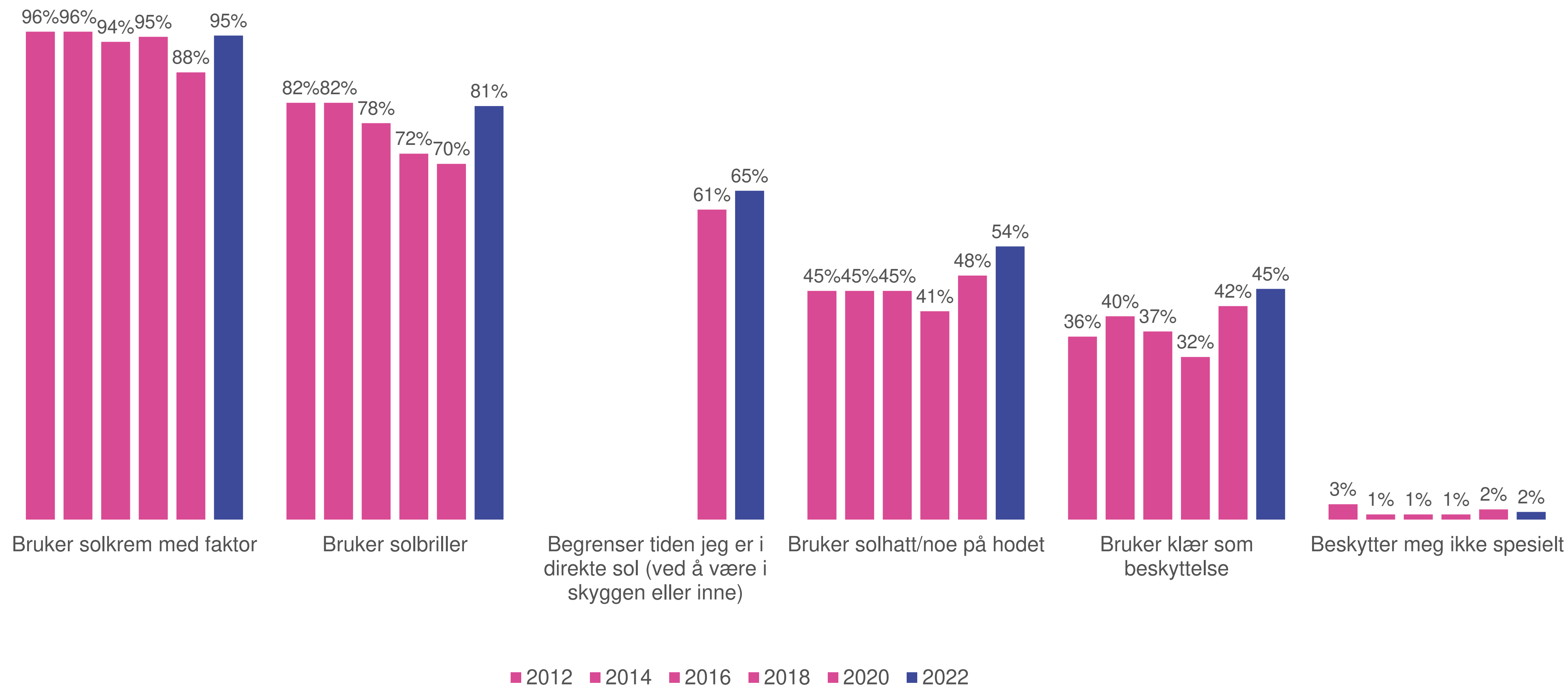


# 95% bruker solkrem med faktor når de er på ferie i solrike land

Kvinner og yngre bruker i større grad solkrem og begrenser tiden de er i direkte sol

Det er en liten, positiv tendens til at flere beskytter seg på flere måter enn med solkrem

På hvilke(n) måte(r) beskytter du deg når du er ute i solen på reise i solrike land?  
(N=908)

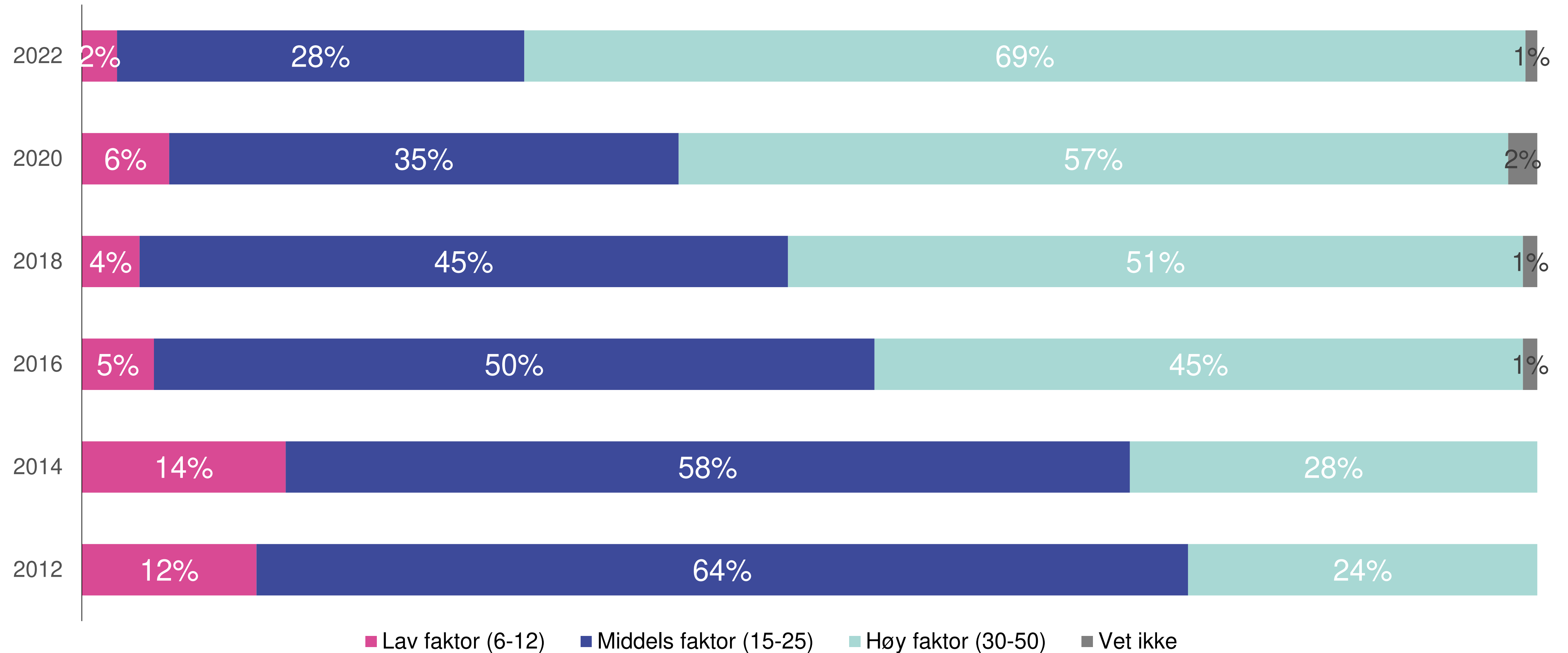


Filter: Vært på reise til solrike land de siste tre årene



# Det er stadig flere som bruker høy solfaktor i utlandet (69%)

Hvilken solfaktor bruker du oftest på reise i solrike land?  
(N=863)

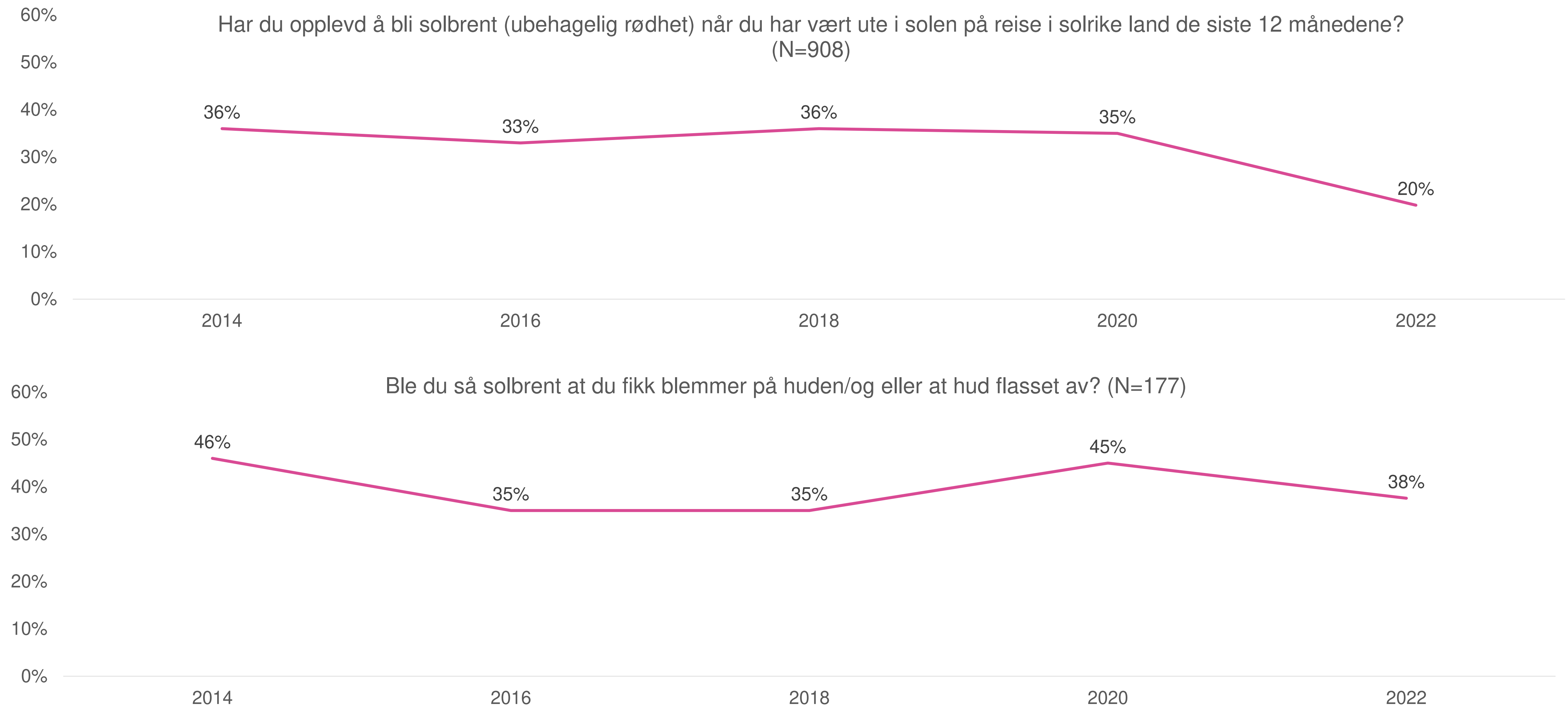


Filter: Beskytter seg mot solen og har vært på reise til solrike land de siste tre årene





- Andelen som har blitt solbrent i solrike land synker til 20%, men nesten 4 av 10 av dem som ble solbrent har blitt så brente at de fikk blemmer eller flasser (38%).



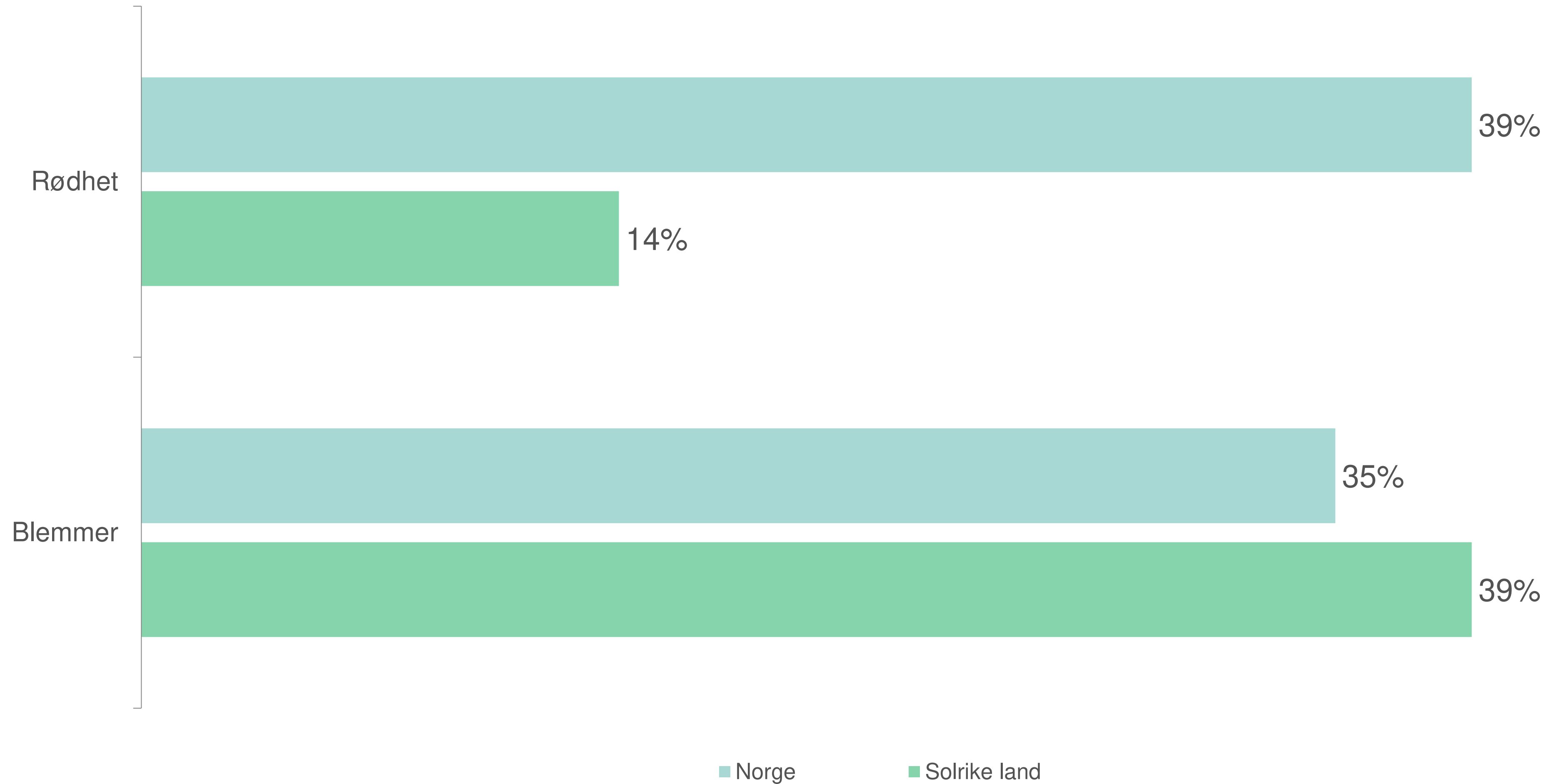
Filter: Vært på reise til solrike land de siste tre årene



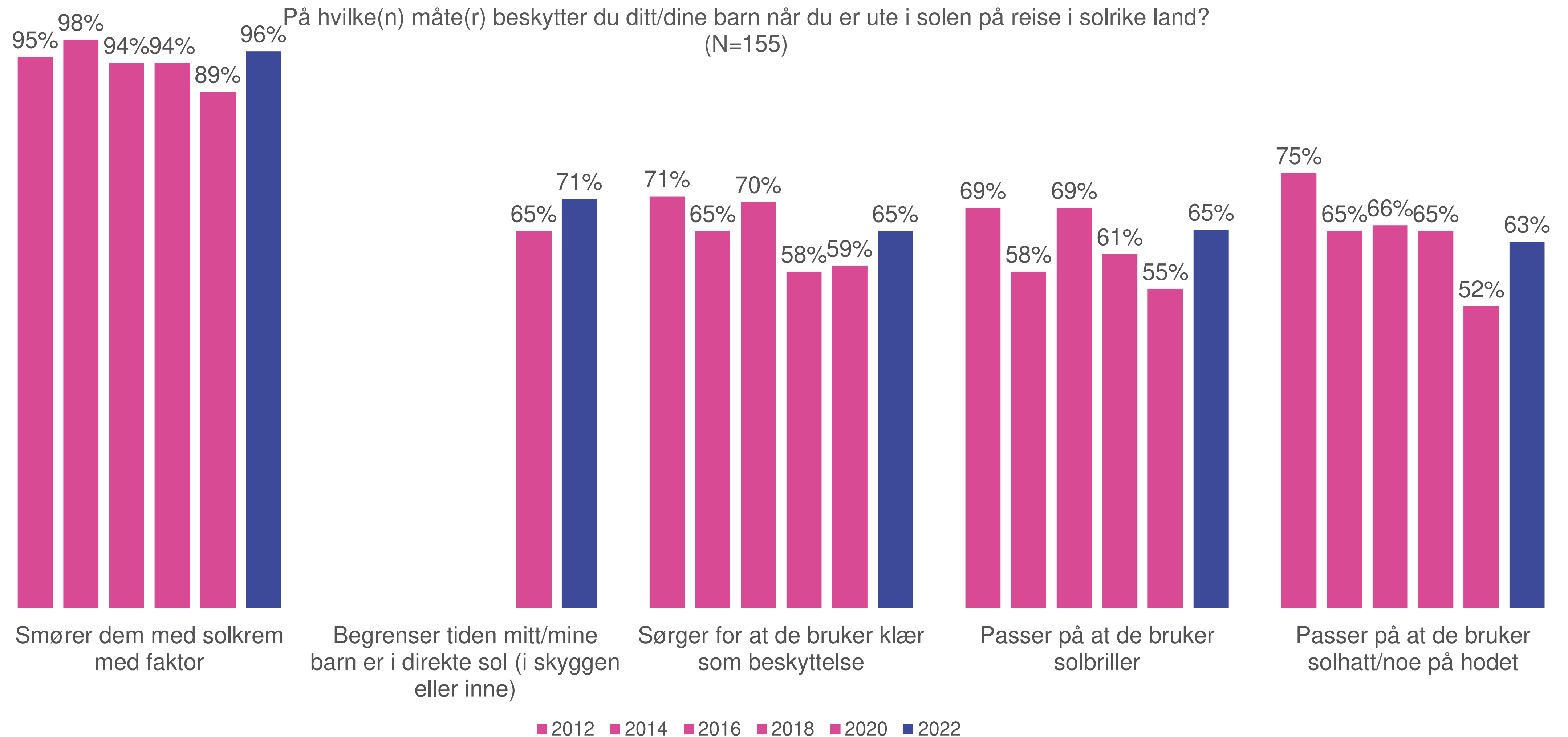


# Solbrenthet i Norge vs. solbrenthet i solrike land

færre blir solbrent i solrike land, men fire av ti blir så solbrent at de får blemmer eller avflassing



# Så godt som alle beskytter barna med solkrem (93%). En økende andel begrenser tiden barnet er i solen (71%)

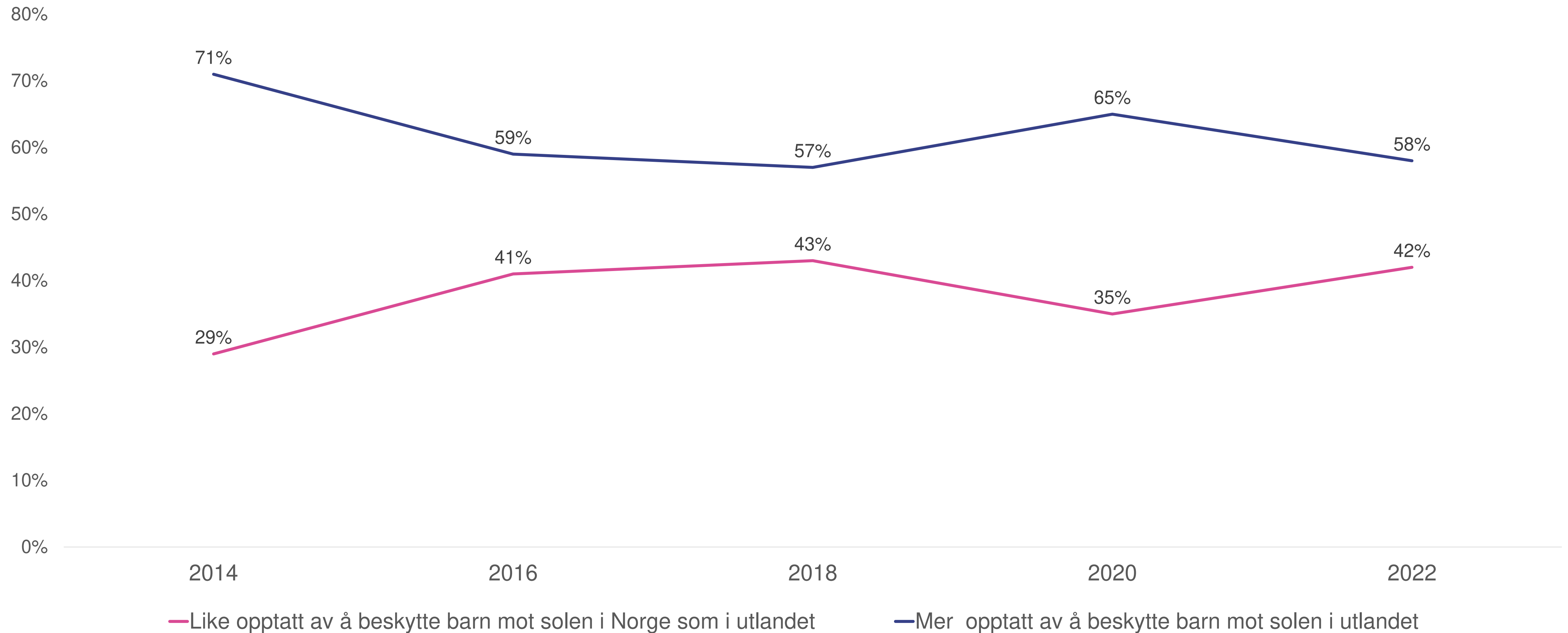


Filter: Har barn under 12 år og har vært på ferie til solrike land de siste tre år



# Det er stadig mindre forskjell på hvor opptatt foreldre er av å beskytte barna mot sol i Norge og når de i utlandet

Er du mer opptatt av å beskytte ditt/dine barn når de er ute i solen på reise i solrike land enn når de er ute i solen i Norge?  
(N=275)



— Like opptatt av å beskytte barn mot solen i Norge som i utlandet

— Mer opptatt av å beskytte barn mot solen i utlandet



Filter: Har barn under 12 år og har vært på ferie til solrike land de siste tre år





# BRUK AV SOLARIUM

## OPPSUMMERING AV HOVEDFUNN

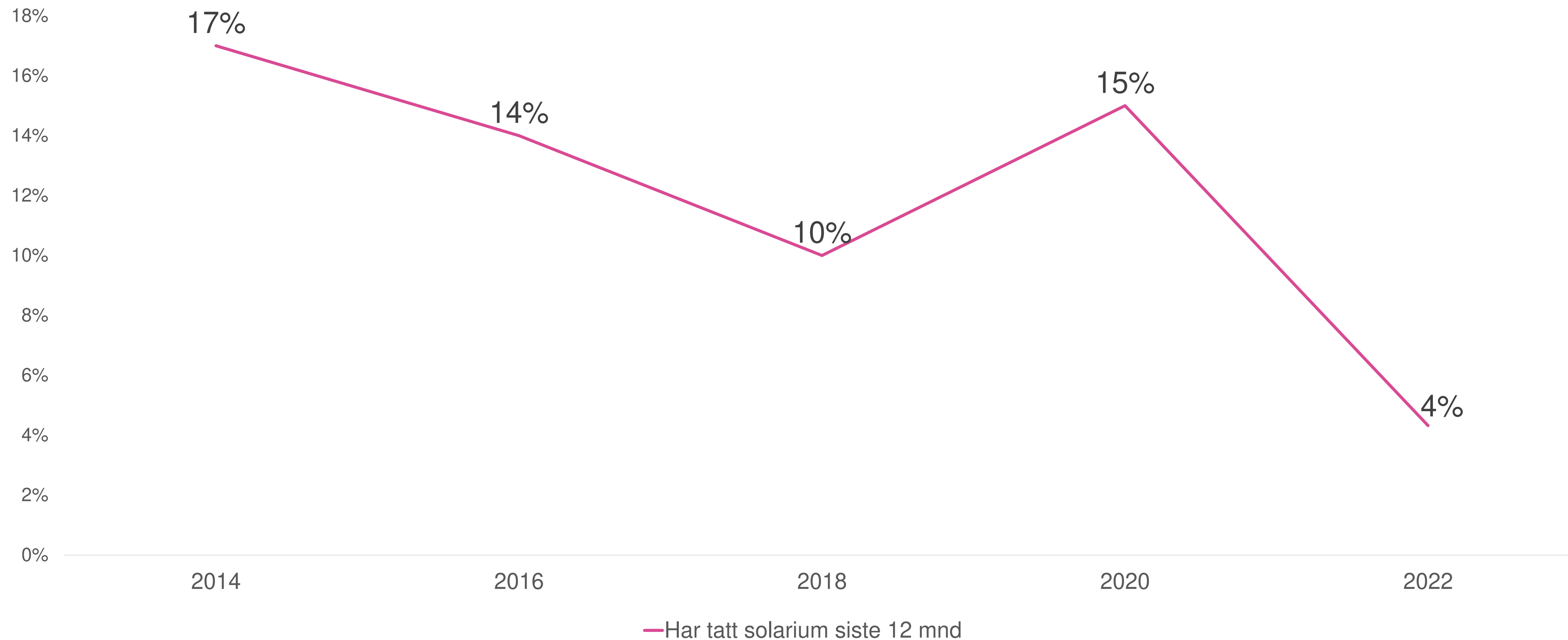
- Det er nedgang i bruk av solarium fra 15% til 4%, noe som er en naturlig konsekvens av pandemien
- De fleste som bruker solarium bruker et ubetjent solstudio
- 1 av 4 av dem som bruker solarium har brukt betjent solstudio
- Kun 4% av dem som bruker solarium, har brukt solarium hjemme/privat
- 9 av 10 bruker solarium for å bli brun/få farge (90%) og omtrent 6 av 10 for ikke å være vinterblek eller for å forberede huden før ferie/sommeren
- Nesten 1 av 4 tar solarium i 21-30 minutter. Litt over halvparten av brukerne tar solarium i 11-20 minutter
- 9 av 10 har fått med seg at det er 18-års grense, nesten 8 av 10 at solarium øker risiko for hudkreft og halvparten har fått eller sett infobrosjyre fra DSA (Strålevernet)
- Av dem som har sett infobrosjyren fra DSA, sier 3 av 10 at de bruker mindre solarium etter å ha lest den. Dette er en nedgang fra 57% i 2020. **NB. Svært lavt antall intervju.**
- Færre oppgir at de har blitt solbrent i solarium de siste 12 månedene
- Drøyt 1 av 4 mener solstudioer bør ha betjening som gir informasjon, mens 4 av 10 mener skriftlig informasjon bør være nok



# Det er en nedgang i bruk av solarium fra 15% til 4%, noe som er en naturlig konsekvens av pandemien

Kvinner har i signifikant større grad tatt solarium enn menn (6% mot 3%)

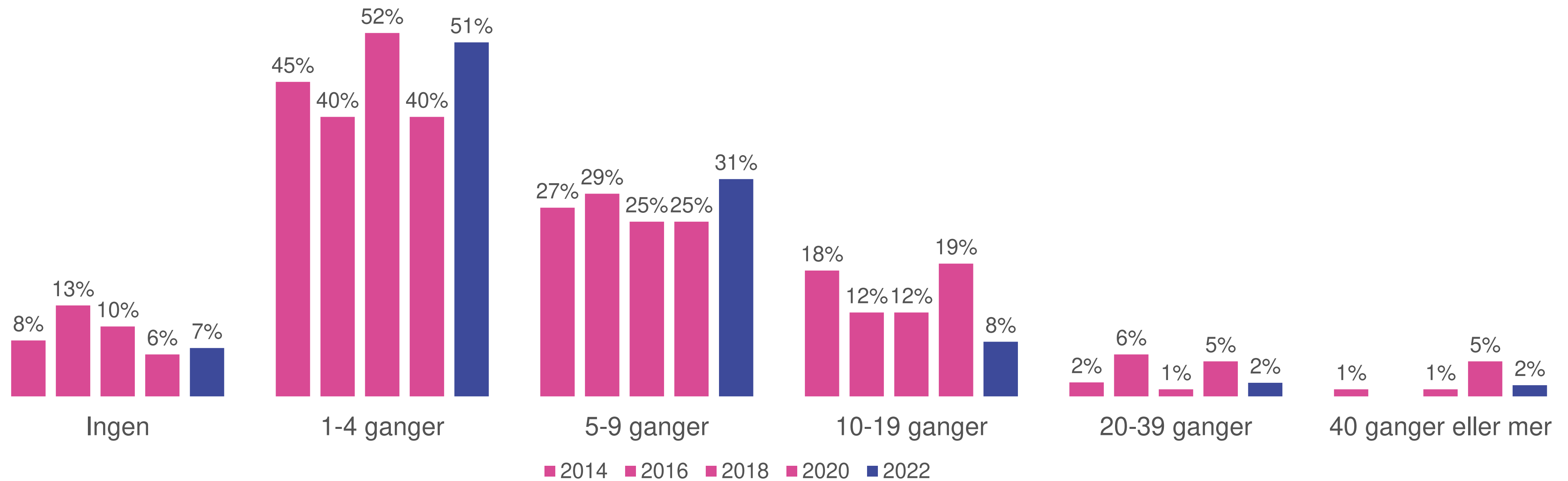
Har du tatt solarium i løpet av de siste 12 månedene?  
(N=1488)



# De fleste som bruker solarium bruker et ubetjent solstudio.

Her har flest brukt solarium 1-4 ganger (51%) eller 5-9 ganger (31%)

I solstudio som er ubetjent (når ingen ansatte med kundekontakt er tilstede)  
(N=60)



Filter: Tar solarium

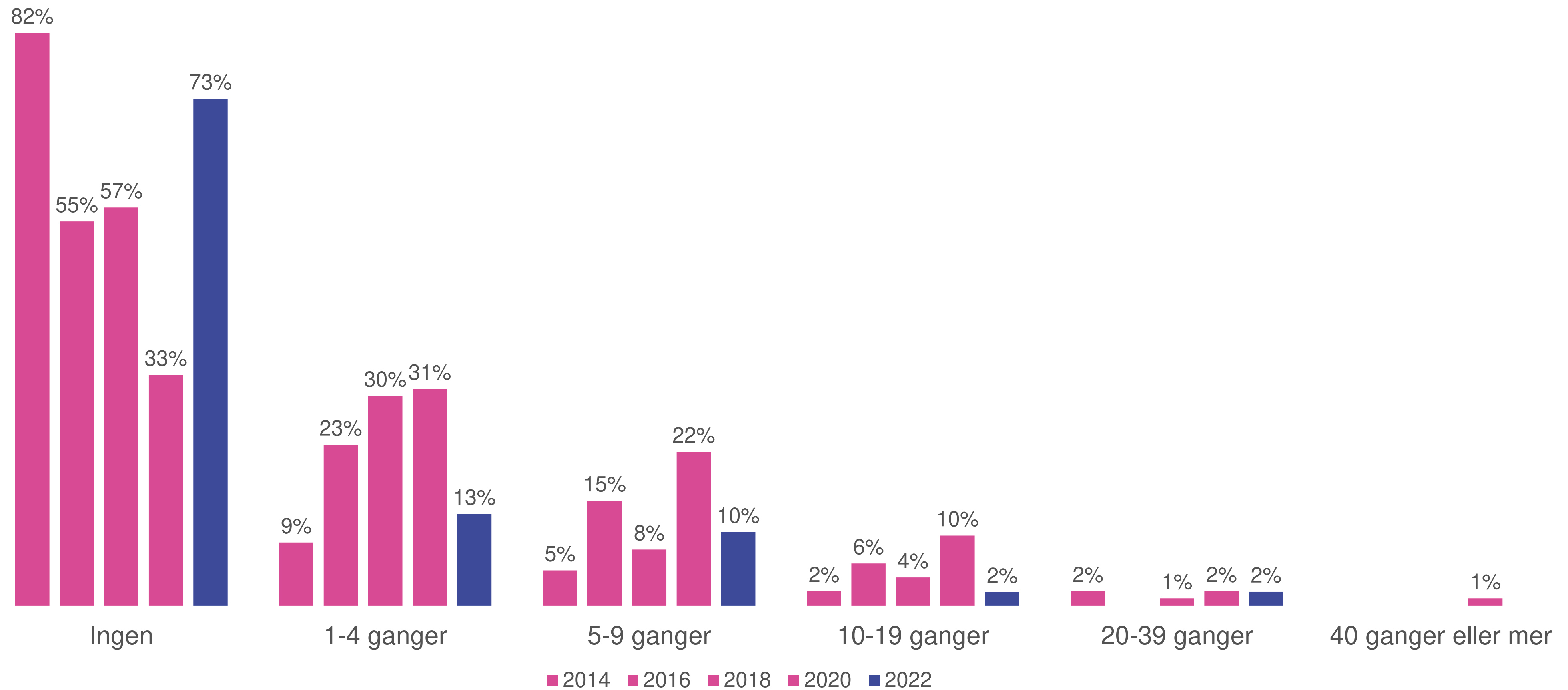




# 1 av 4 av dem som bruker solarium har brukt betjent solstudio

Her har flest brukt solarium 1-4 ganger (13%) eller 5-9 ganger (10%)

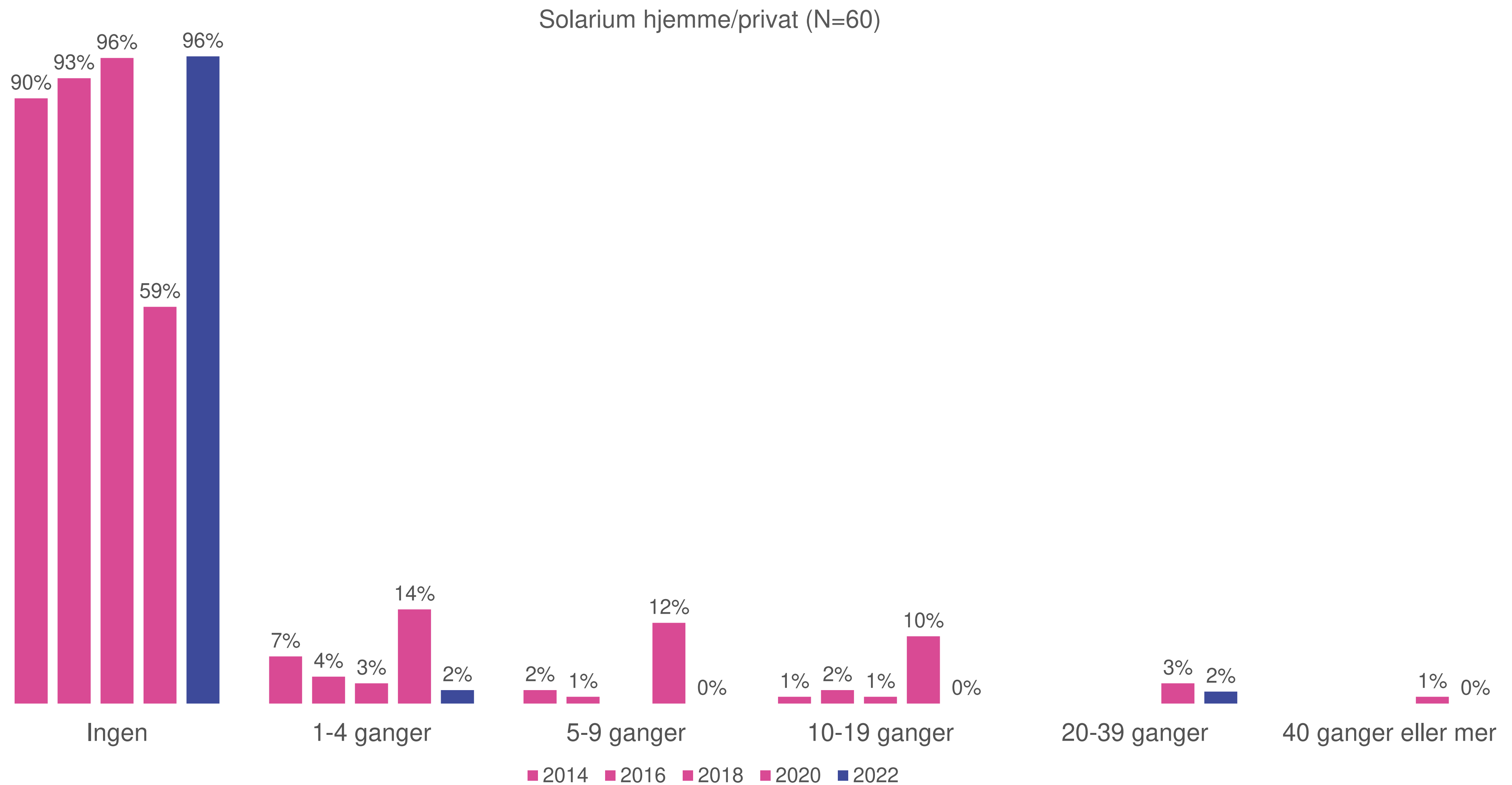
Tatt sol i solstudio som er betjent (når ansatte med kundekontakt er tilstede)  
(N=60)



Filter: Tar solarium



# Kun 4% av dem som bruker solarium, har brukt solarium hjemme/privat

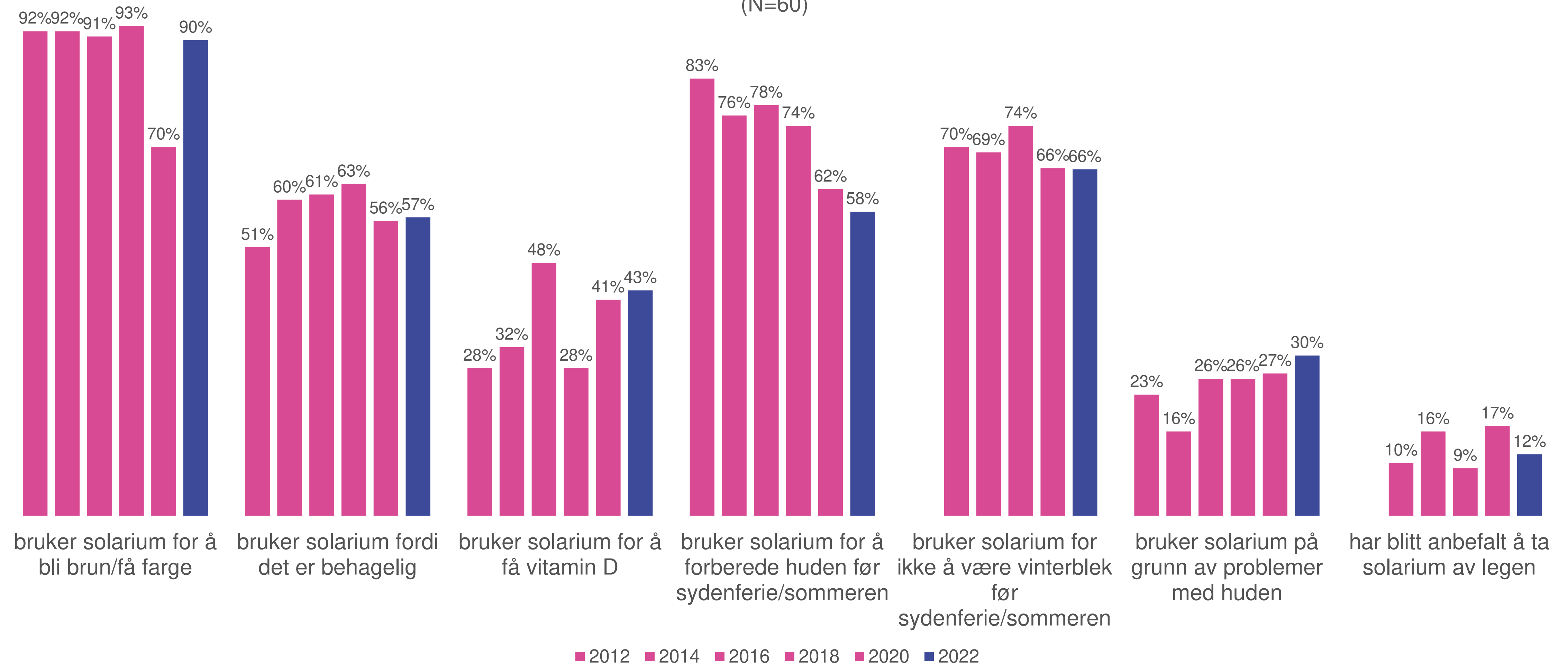


Filter: Tar solarium



9 av 10 bruker solarium for å bli brun/få farge (90%) og omtrent 6 av 10 for ikke å være vinterblek eller for å forberede huden før ferie/sommeren

Hvor enig eller uenig er du i følgende påstander? Jeg...  
(N=60)

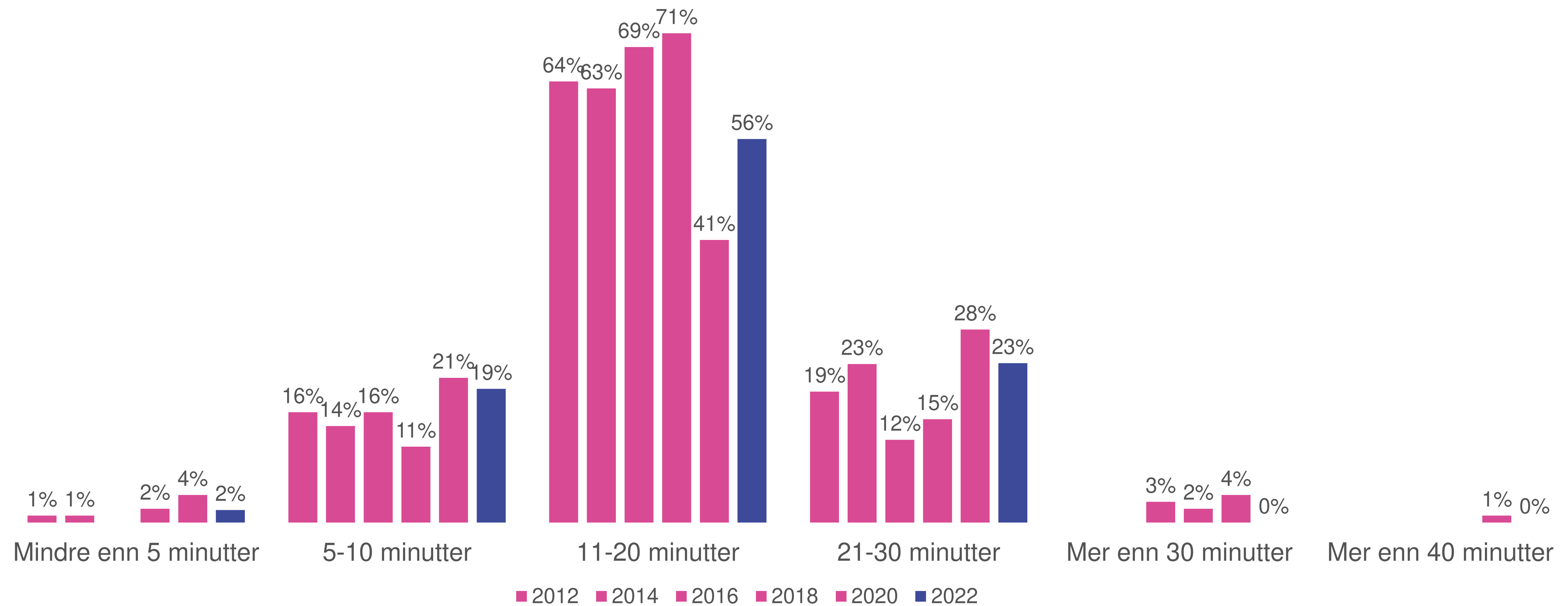


Filter: Tar solarium  
Presentert sammenslått som de som har svart enig og svært enig



Nesten 1 av 4 tar solarium i 21-30 minutter. Litt over halvparten av brukerne tar solarium i 11-20 minutter

Omtrent hvor lenge tar du vanligvis solarium?  
(N=60)

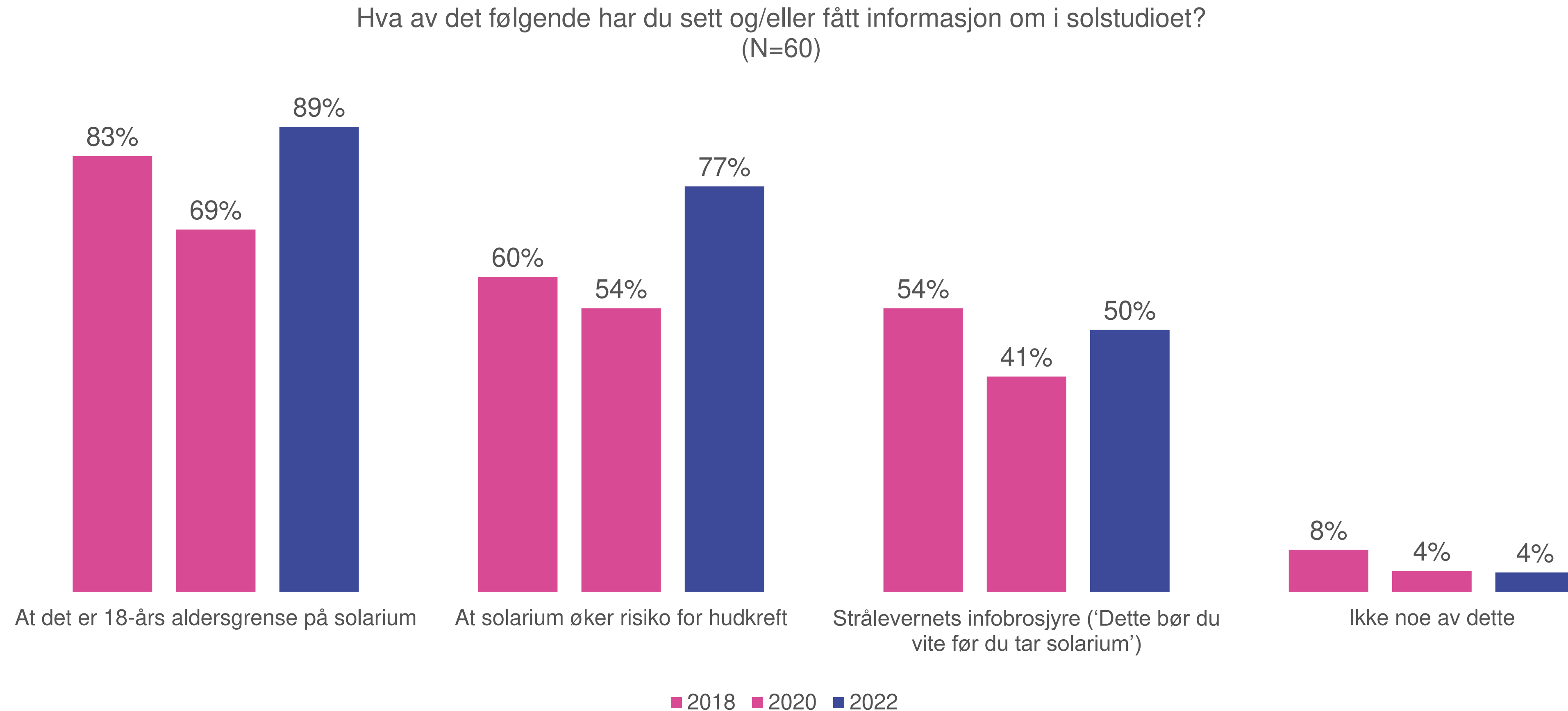


Filter: Tar solarium



## Informasjon i solstudio

9 av 10 har fått med seg at det er 18-års grense, nesten 8 av 10 at solarium øker risiko for hudkreft og halvparten har fått eller sett infobrosjyre fra DSA (Strålevernet)

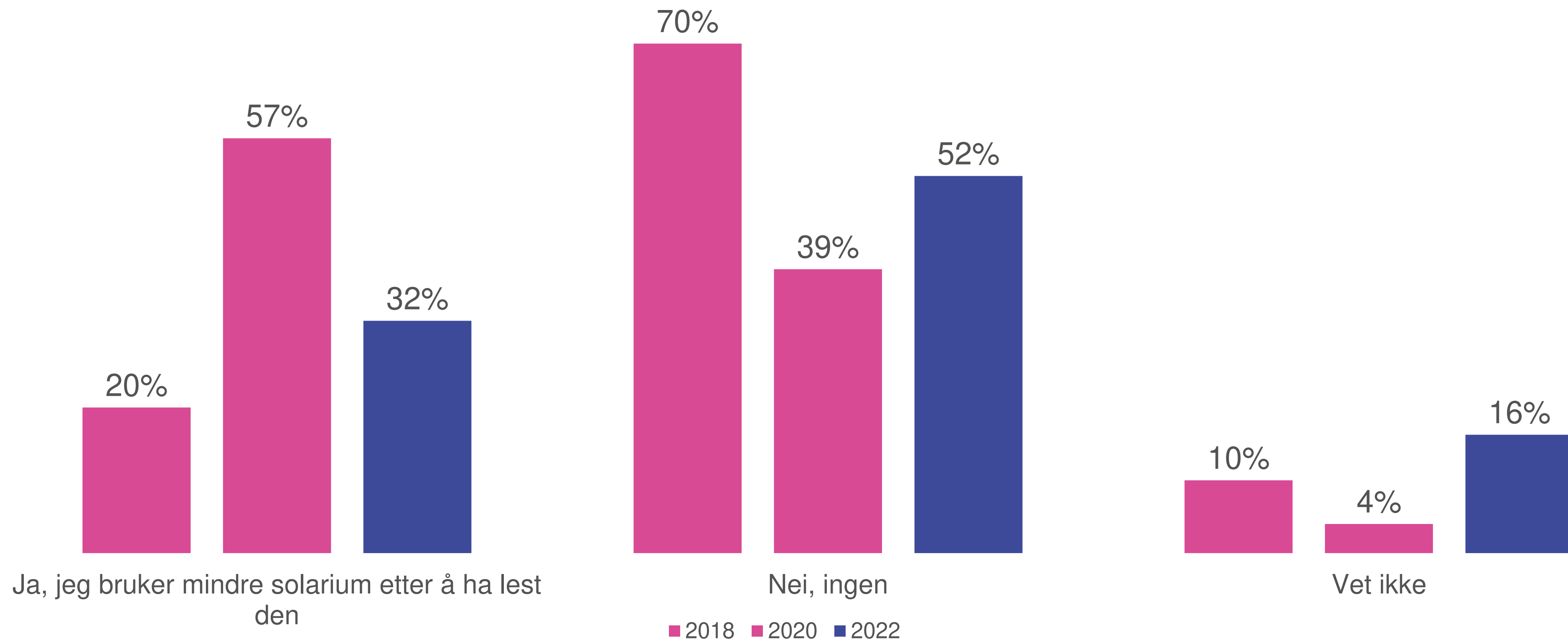


Filter: Tar solarium



Av dem som har sett infobrosjyren fra DSA, sier 3 av 10 at de bruker mindre solarium etter å ha lest den. Dette er en nedgang fra 57% i 2020. NB. Svært lavt antall intervju.

Har infobrosjyren fra DSA (Strålevernet) hatt noen betydning for deg?  
(N=27)

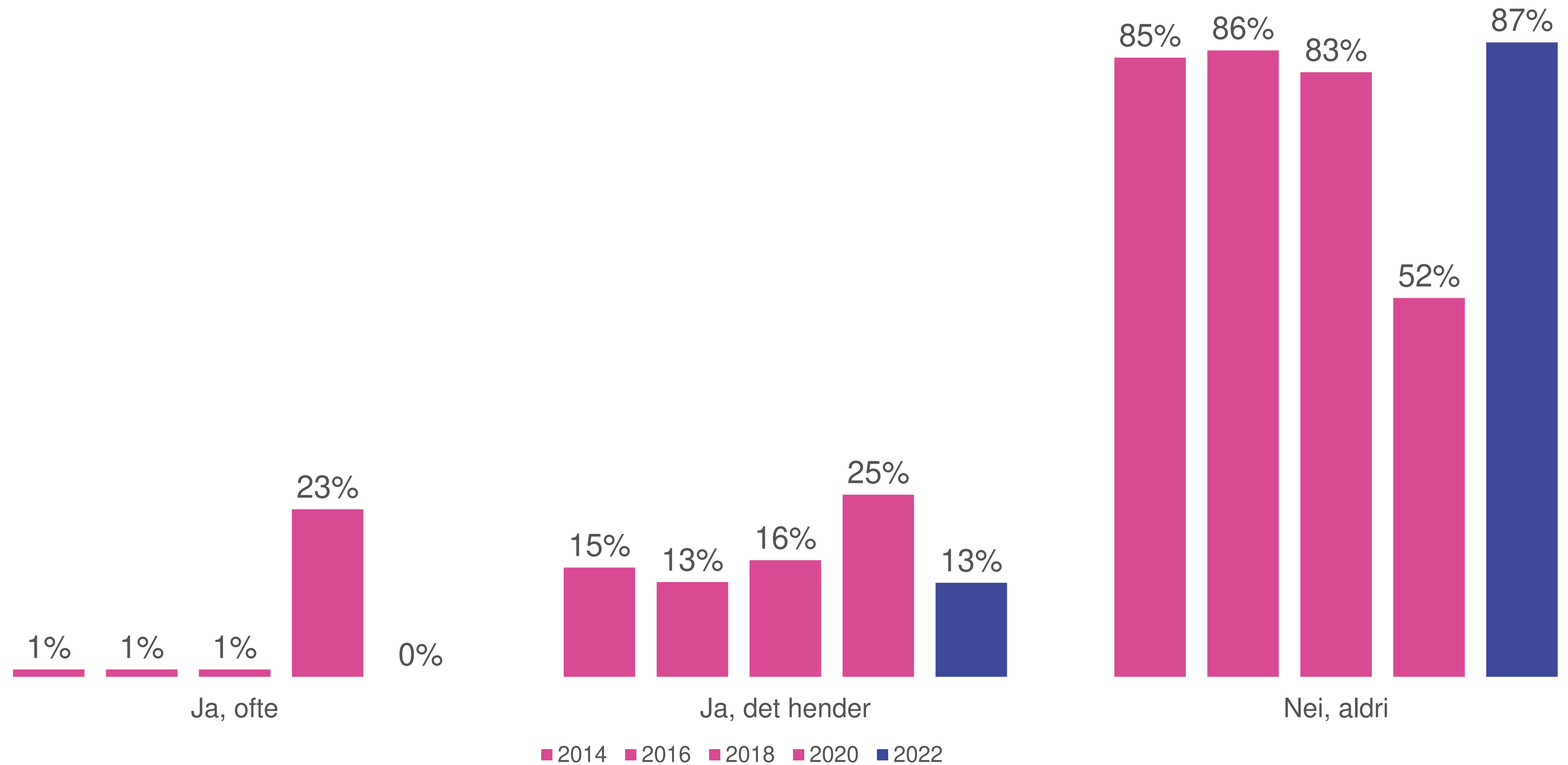


Filter: Tar solarium og har sett brosjyren fra DSA



# Færre oppgir at de har blitt solbrent i solarium de siste 12 månedene

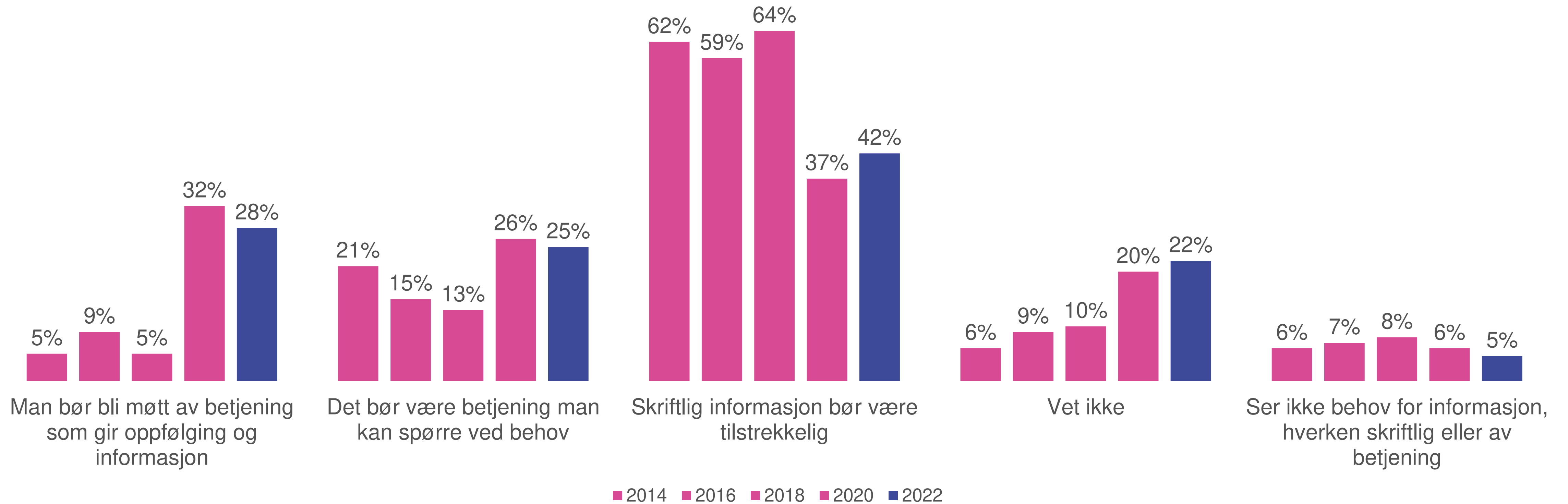
Har du opplevd å bli solbrent (ubehagelig rød) når du har tatt solarium de siste 12 månedene?  
(N=60)





# Drøyt 1 av 4 mener solstudioer bør ha betjening som gir informasjon, mens 4 av 10 mener skriftlig informasjon bør være nok

Hva slags oppfølging og informasjon synes du at solariumskunder bør få?  
(N=1488)





**HUDKREFT**

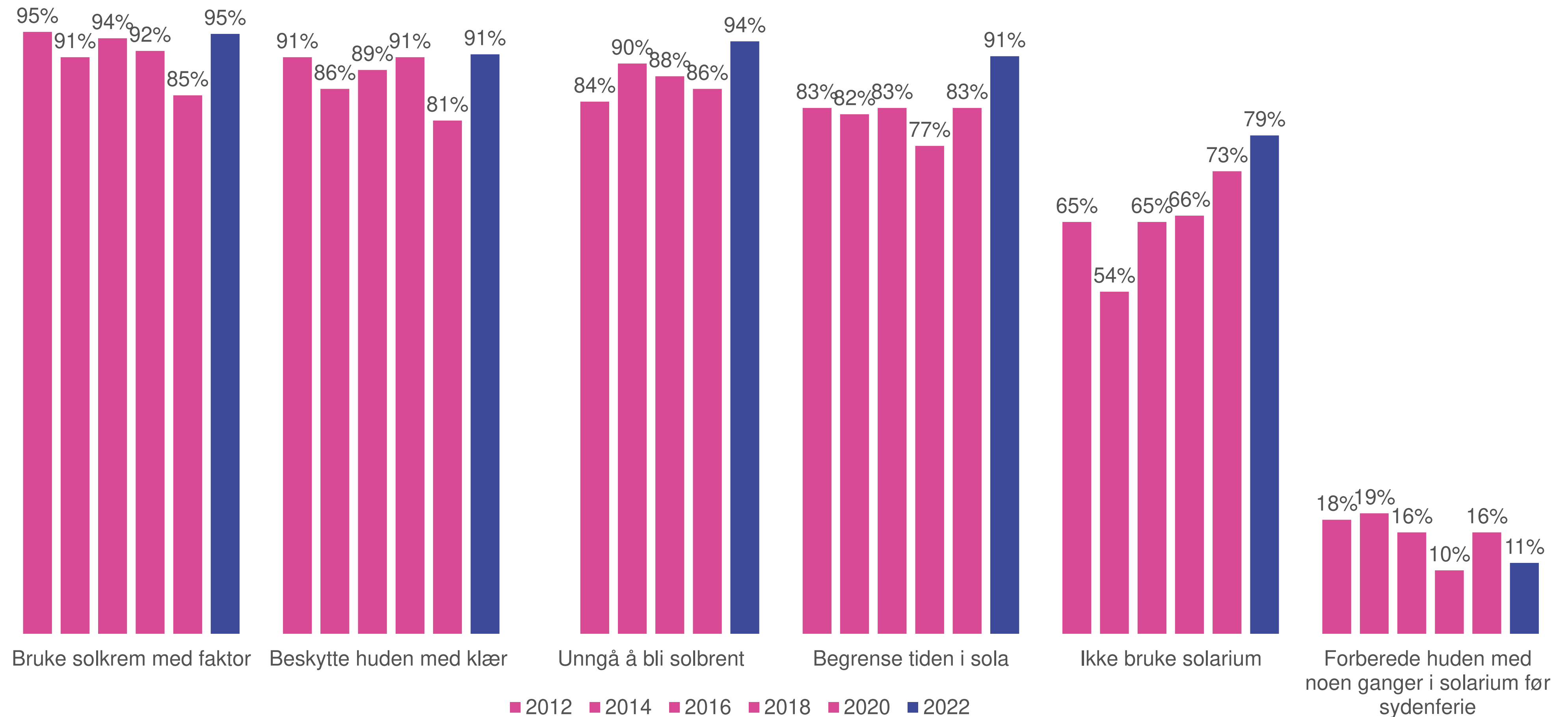
## OPPSUMMERING AV HOVEDFUNN

- Stadig flere kjenner til at flere tiltak kan minske risiko for hudkreft, aller flest nevner solkrem (95%) og det å ikke bli solbrent (94%) 8 av 10 følger med på huden for å se etter mistenkelige hudforandringer
- 8 av 10 følger med på huden for å se etter mistenkelige hudforandringer. Kvinner (89%) i større grad enn menn (72%)
- 4 av 10 mener de selv kan vurdere om en føflekk burde undersøkes av en lege
- 4 av 10 oppgir at de tidligere har lagt merke til føflekkforandring  
Kvinner (52%) i større grad enn menn (31%)
- Av dem som har lagt merke til en føflekkforandring oppsøkte 8 av 10 lege
- 8 av 10 har hørt om UV-indeks, og 2 av 10 har selv sjekket UV-indeks en eller flere ganger



# Stadig flere kjenner til at flere tiltak kan minske risiko for hudkreft, aller flest nevner solkrem (95%) og det å ikke bli solbrent (94%)

I hvilken grad mener du noe av dette kan minske risikoen for å få hudkreft?  
(N=1488)



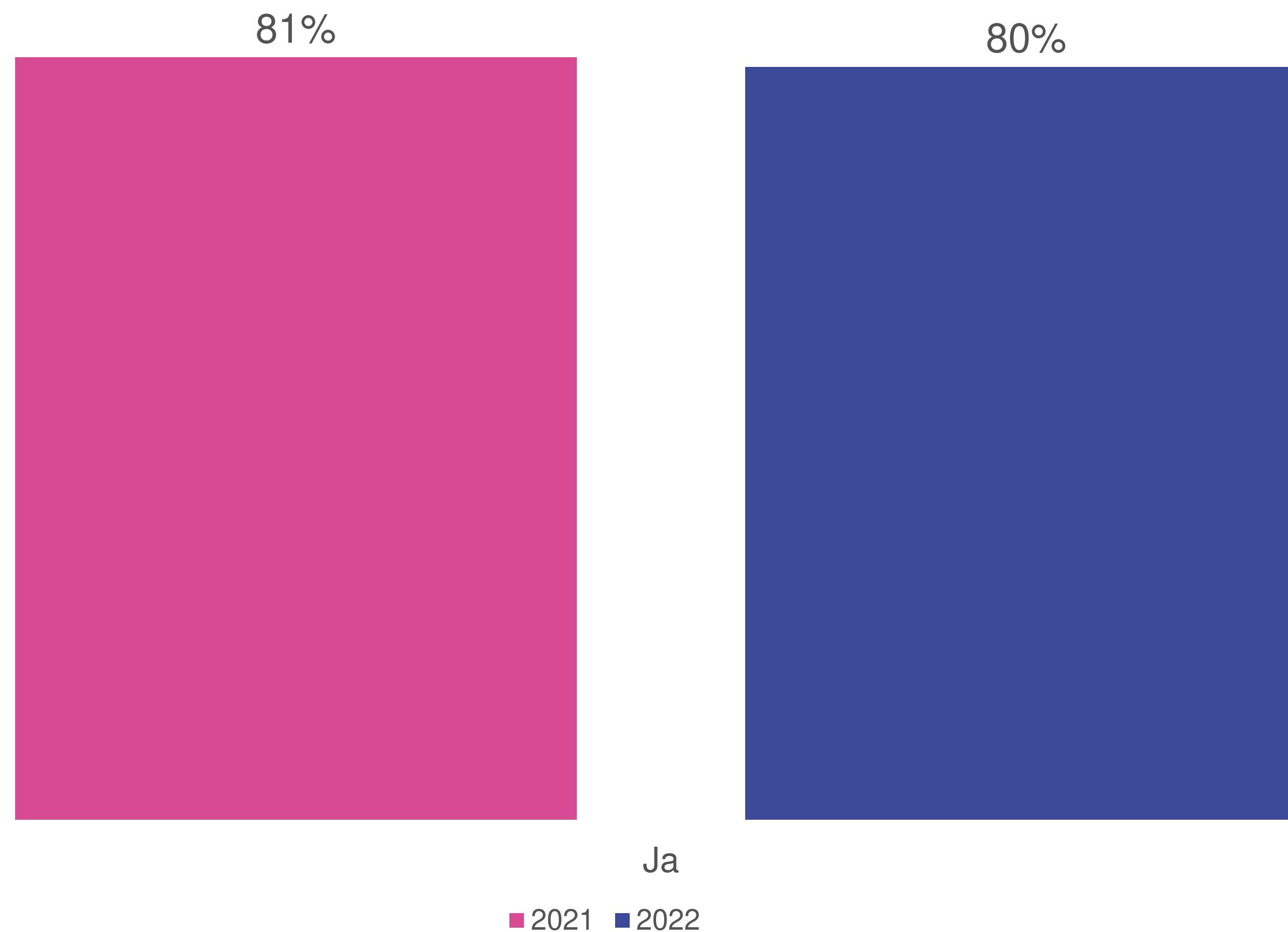
Presentert sammenslått som de som har svart ganske stor grad & I svært stor grad



# 8 av 10 følger med på huden etter mistenkelige hudforandringer

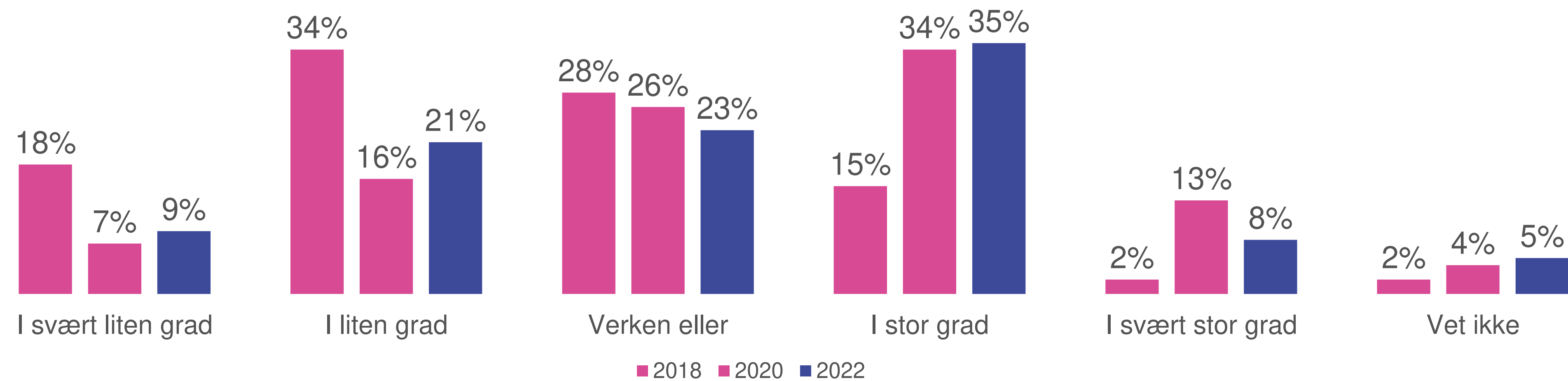
Kvinner (89%) i større grad enn menn (72%)

Følger du med på huden din for å se etter mistenkelige hudforandringer?  
(N=1488)



# 4 av 10 mener de selv kan vurdere om en føflekk burde undersøkes av en lege

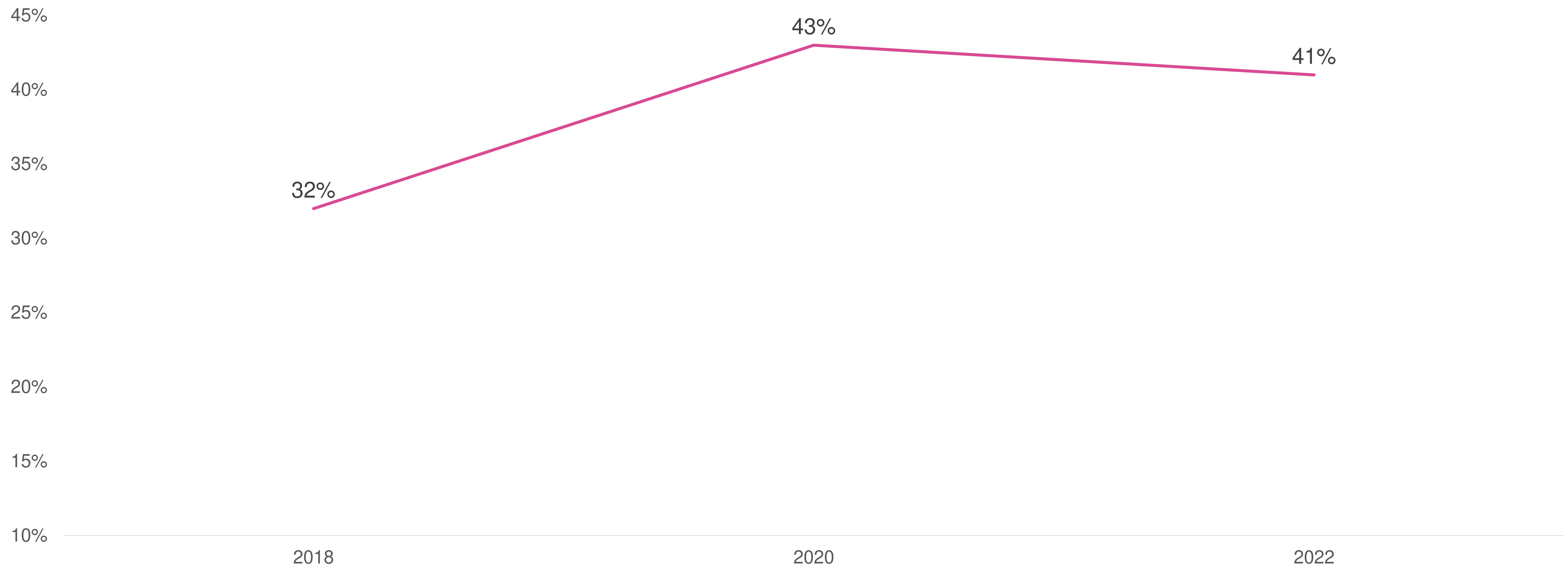
I hvilken grad mener du at du kan vurdere om en føflekk bør undersøkes av en lege?  
(N=1488)



# 4 av 10 oppgir at de tidligere har lagt merke til føflekkforandring

Kvinner (52%) svarer i større grad enn menn ja til at de har lagt merke til føflekkforandring (31%)

Har du tidligere lagt merke til om en av føflekkene dine har forandret seg (f.eks. vokst eller endret farge)?  
(N=1488)



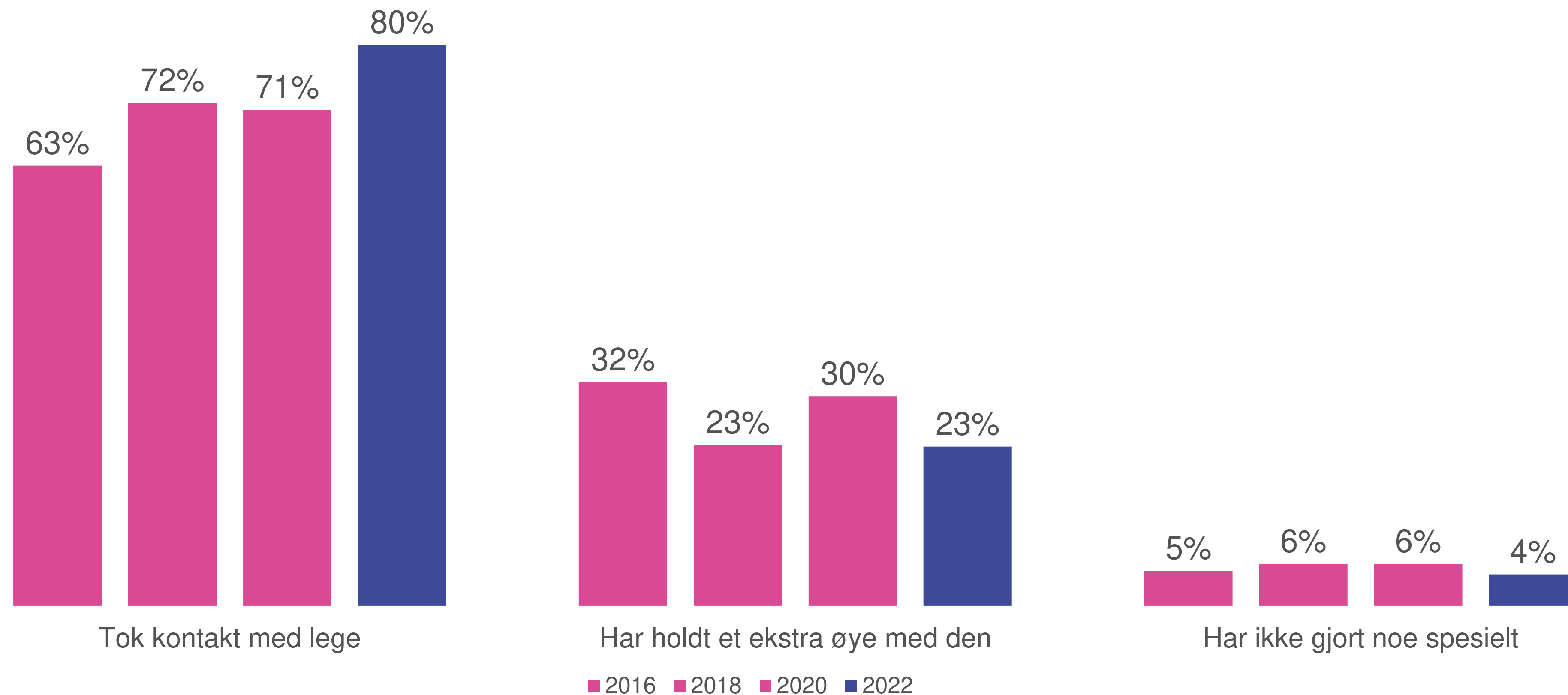
— Ja





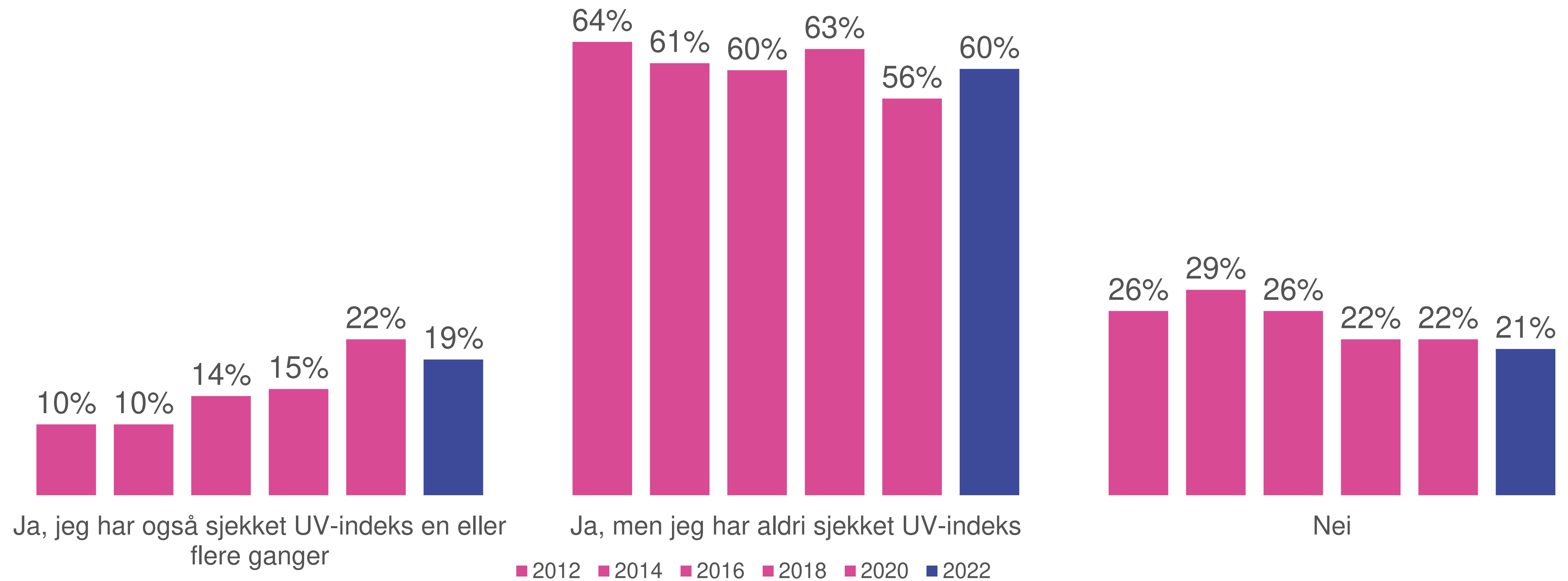
Av dem som har lagt merke til en føflekkforandring oppsøkte 8 av 10 lege.  
Flere eldre enn yngre gikk til lege. 2 av 10 holdt et ekstra øye med føflekken, yngre i større grad enn eldre.  
Det var ingen forskjell mellom kvinner og menn

Hva gjorde du da du oppdaget at en av føflekkene dine hadde forandret seg (f.eks. vokst eller endret farge)?  
(N=616)



# 8 av 10 har hørt om UV-indeks, og 2 av 10 har selv sjekket UV-indeks en eller flere ganger

Har du hørt om UV-indeks?  
(N=1488)







# Oppsummering og veien videre



# ANALYSEBESKRIVELSE

- For alle kategoriske spørsmål i undersøkelsen blir resultatene presentert som andeler, oppgitt i prosent.
  - For spørsmål hvor det benyttes mulighet for å avgi flere svar per spørsmål (flersvar), vil summen av andelene overstige 100%.
- Resultater for skalaspørsmål er presentert som gjennomsnitt.
  - Det anvendes som standard en skala fra 1 til 6, hvor verdien 6 er den beste/mest positive.
- Alle svar vises for totalutvalget, og brytes ned på delutvalg når dette finnes formålstjenlig ut fra resultatene i den statistiske analysen.
- Spørsmålene er brutt ned på bakgrunnsvariabler når signifikante (relevante) funn er avdekket i analysene.
  - Når en bakgrunnsvariabel ikke er funnet relevant for presentasjonen er det hovedtallet som beskriver aktuelle forhold best.
- Alle signifikante funn er basert på en rigid statistisk test, med en sikkerhet på 95%.
  - Dette er bransjestandard innen markedsanalyse.
- Ved påviste signifikante forskjeller mellom ulike grupper, er tallene uthevet med grønn farge for positive avvik og oransje farge for negative avvik i tabellene.

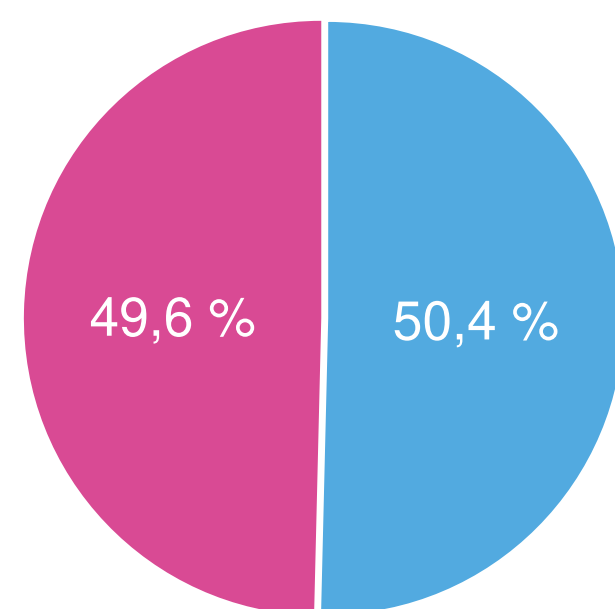


# DEMOGRAFISK FORDELING

Dataene er vektet på befolkningstall fra SSB



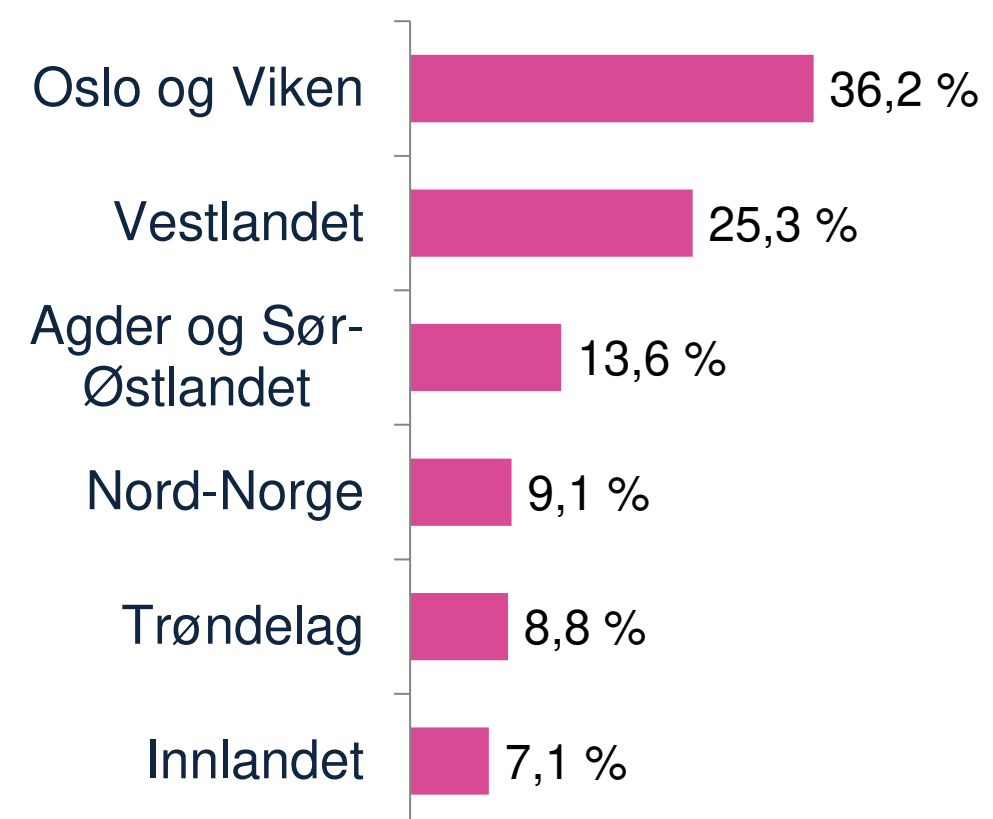
## Kjønn



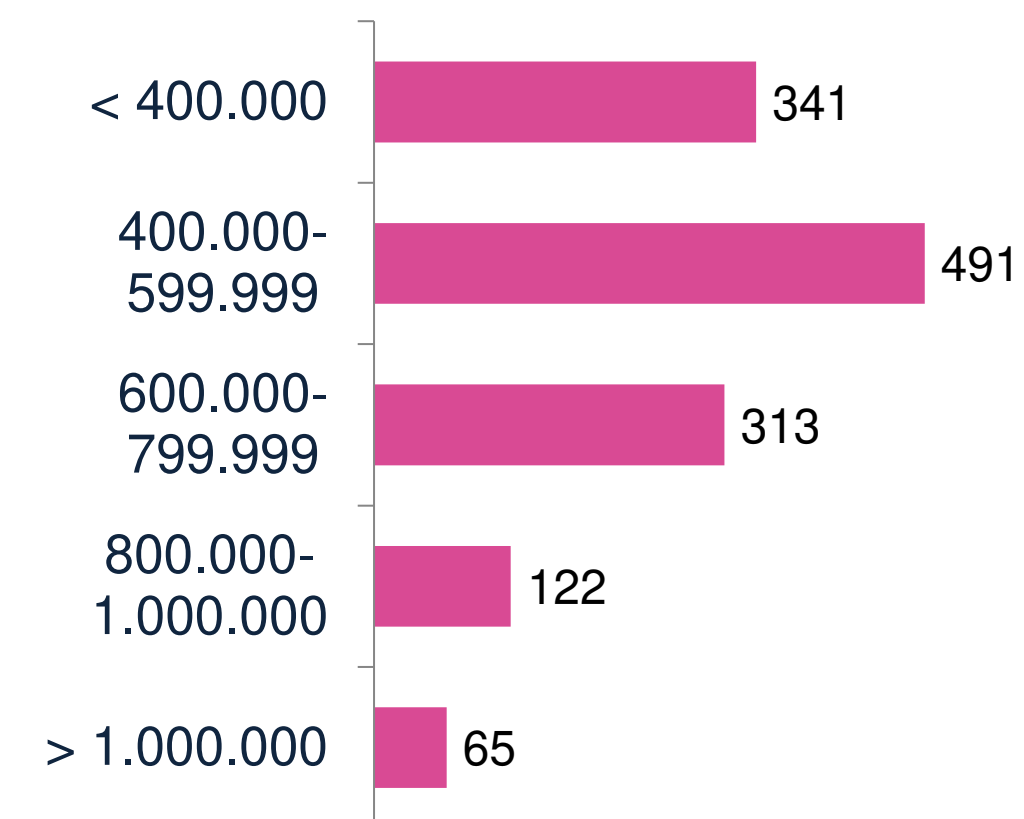
■ Mann ■ Kvinne



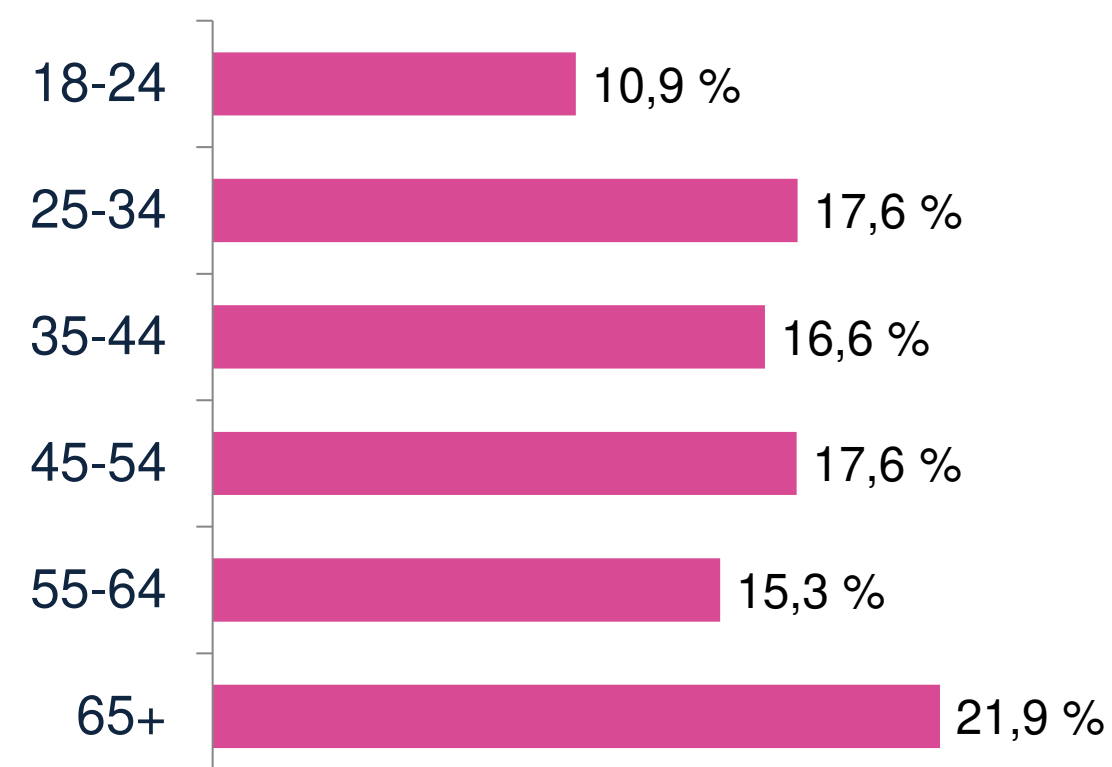
## Landsdel



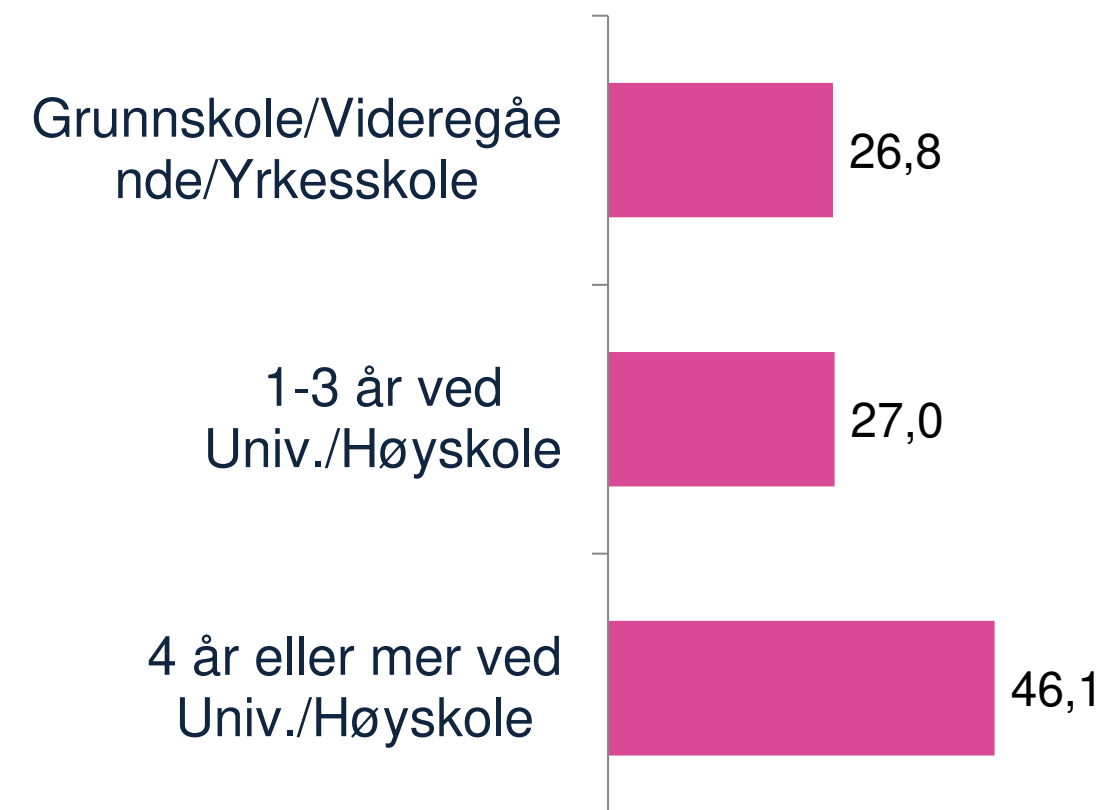
## Personlig inntekt



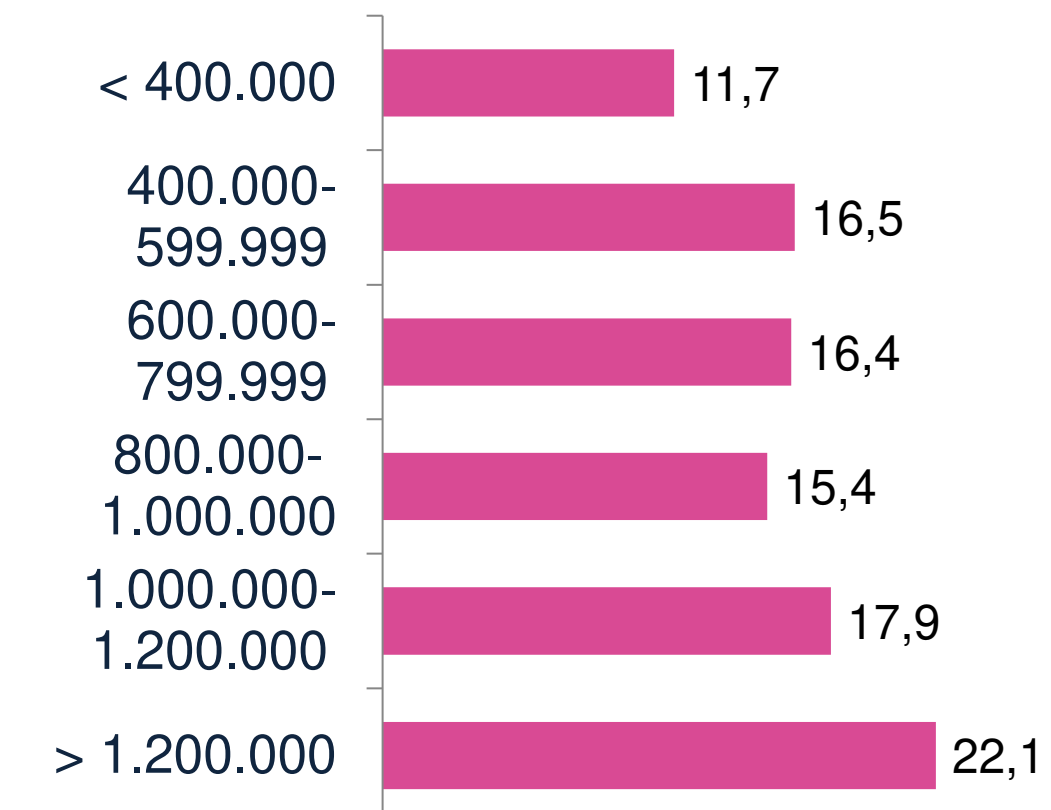
## Aldersgrupper



## Utdanning



## Husholdningsinntekt



# FEILMARGINER

Feilmarginverdiene ved et 95 % konfidensintervall for et utvalg basestørrelser og prosentfordelinger.

	5/95	10/90	15/85	20/80	25/75	30/70	40/60	50/50
20	8.6	12.0	14.2	16.0	17.4	18.3	19.6	20.0
50	6.2	8.5	10.1	11.3	12.2	13.0	13.9	14.1
75	5.0	6.9	8.2	9.2	10.0	10.6	11.3	11.5
100	4.4	6.0	7.1	8.0	8.7	9.2	9.8	10.0
150	3.6	4.9	5.8	6.5	7.1	7.5	8.0	8.2
200	3.1	4.2	5.0	5.7	6.1	6.5	6.9	7.1
250	2.8	3.8	4.5	5.1	5.5	5.8	6.2	6.3
300	2.5	3.5	4.1	4.6	5.0	5.3	5.7	5.8
400	2.2	3.0	3.6	4.0	4.3	4.6	4.9	5.0
500	1.9	2.7	3.2	3.6	3.9	4.1	4.4	4.5
600	1.8	2.5	2.9	3.3	3.5	3.7	4.0	4.1
700	1.6	2.3	2.7	3.0	3.3	3.5	3.7	3.8
800	1.5	2.1	2.5	2.8	3.1	3.2	3.5	3.5
900	1.5	2.0	2.4	2.7	2.9	3.1	3.3	3.3
1000	1.4	1.9	2.3	2.5	2.7	2.9	3.1	3.2
1200	1.2	1.7	2.0	2.3	2.5	2.6	2.8	2.8

**Tolkning:** For et utvalg på 200 respondenter, og en prosentfordeling på 5 %, vil feilmarginene være +/- 3.1 %. Den øvre grensen blir dermed 8.1 % og den nedre grensen 1.9 %.

