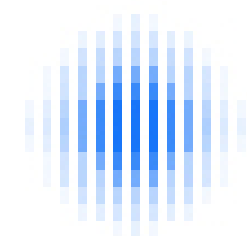




KREFTFORENINGEN



DSA Direktoratet for
strålevern og atomsikkerhet

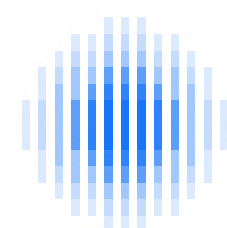
Solvaneundersøkelsen

.....

Respons Analyse

2024

.....



Om undersøkelsen



Målgruppe :

Befolkningen, 18+ år.



Antall respondenter :

1 160 personer er intervjuet.



Metode :

E-postinvitasjoner med link til web-spørreskjema.



Tidsperiode :

Uke 10-11, 2024.



Vekting av data :

Datasettet er vektet på totalnivå på kjønn, alder og geografi.



Ansvarlig Kreftforeningen:

Mona Stensrud

Ansvarlig DSA:

Lill Tove Nilsen

Ansvarlig Respons Analyse:

Jonny Nordøy, Seniorrådgiver

Jonny.nordoy@responsanalyse.no

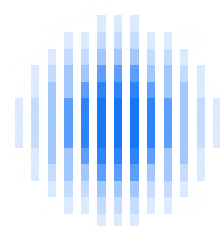
Mob: 45 00 21 13

- Undersøkelsen er gjennomført av Respons Analyse på oppdrag for Kreftforeningen og Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet (DSA).
- Formål: Undersøkelsen brukes som kunnskapsgrunnlag for det hudkreftforebyggende arbeidet i henholdsvis Kreftforeningen og DSA.



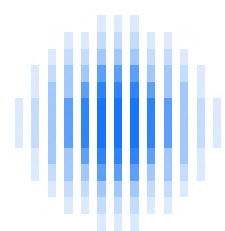
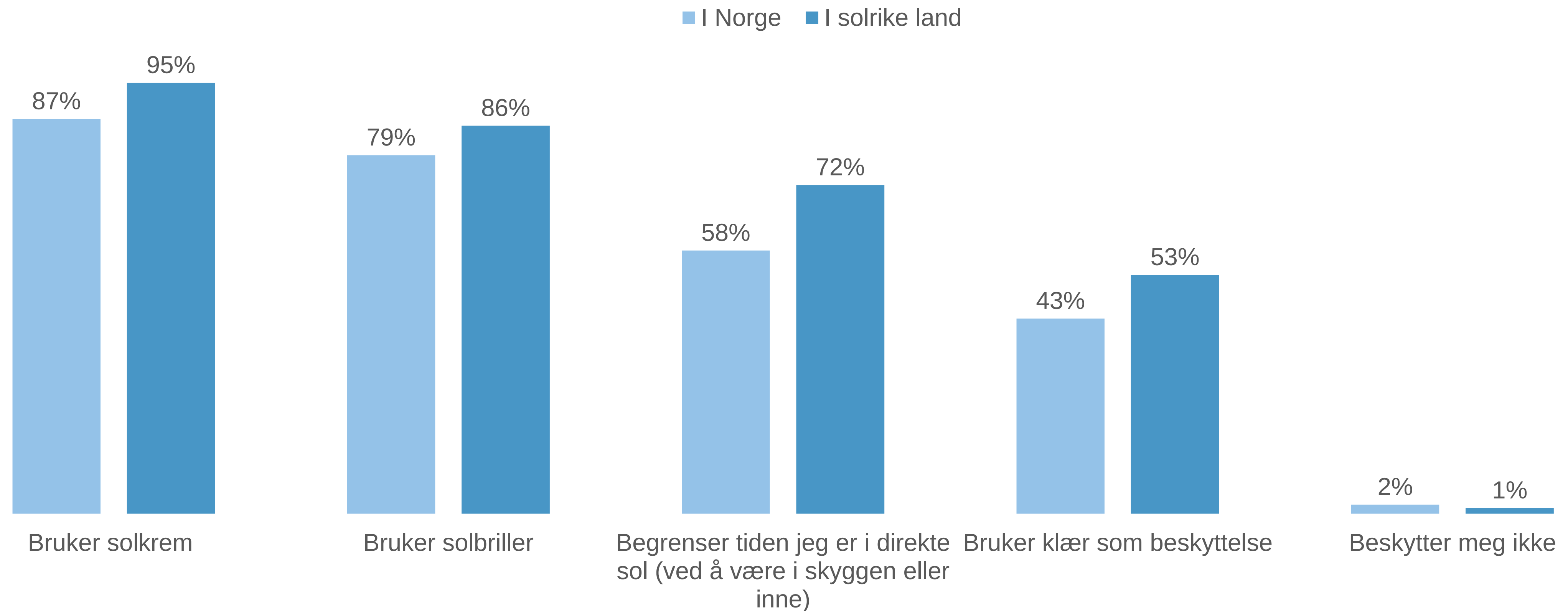
Hovedfunn

- Stadig færre i Norge oppholder seg i sola for å bli brune/få farge.
- Vi beskytter oss stadig bedre mot sola. En økende andel beskytter seg med klær og ved å redusere tiden i direkte sol. Vi bruker også i stadig større grad høy solfaktor.
- De aller fleste nordmenn vet at man kan redusere risiko for hudkreft gjennom god solbeskyttelse.
- Foreldre/foresatte opplever at det er lite oppmerksomhet på solbeskyttelse i skoler og skolefritidsordninger, men mer oppmerksomhet om solbeskyttelse i barnehager.
- Åtte av ti opplyser at de følger med på mistenkelige hudforandringer. 5 av 10 synes det er vanskelig å vite når en føflekk bør sjekkes av lege.
- Ni av ti av dem som bruker solarium gjør det fortsatt for å bli brune. Siden 2022 har det vært en lav andel av befolkningen som bruker solarium.



Nordmenn beskytter seg noe bedre mot sola når de er i solrike land enn når de er i Norge

På hvilke(n) måte(r) beskytter du deg mot sola?

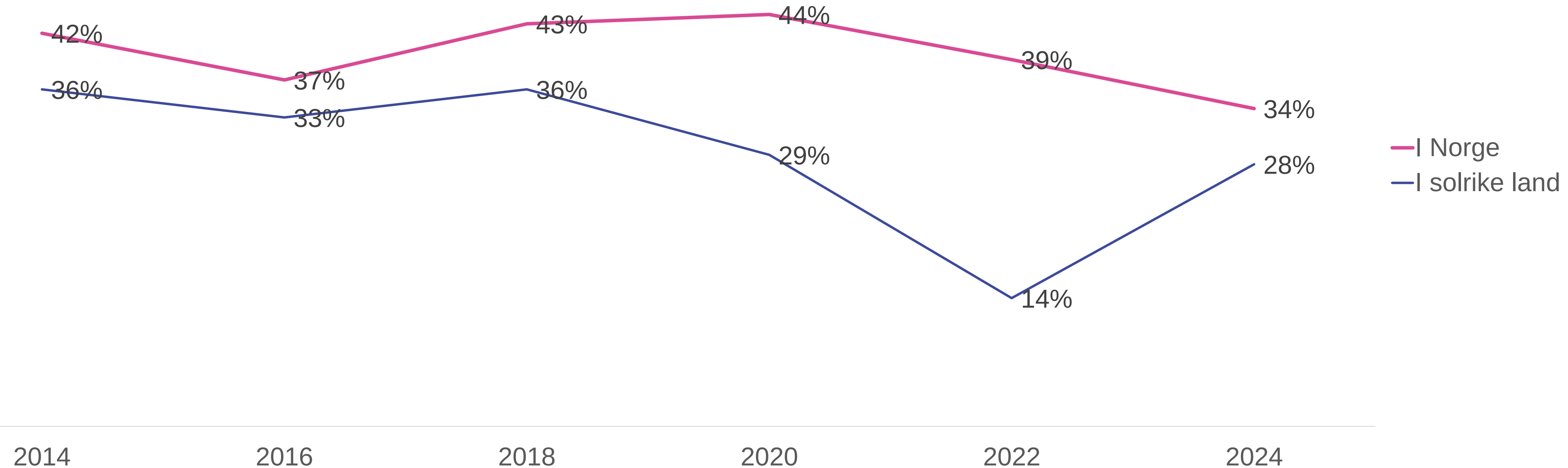


N = Norge; 1160 / solrike land; 760

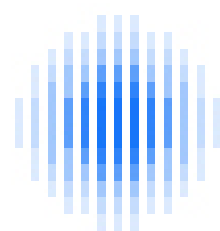


Det er fortsatt mer vanlig å bli solbrent i Norge enn under opphold i solrike land, men forskjellen er liten

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



N = Norge; 1160 / solrike land; 760

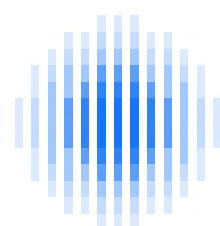




SOLKREM OG SOLBRENHET

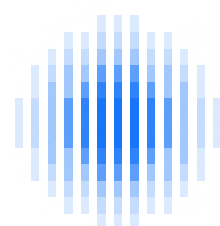
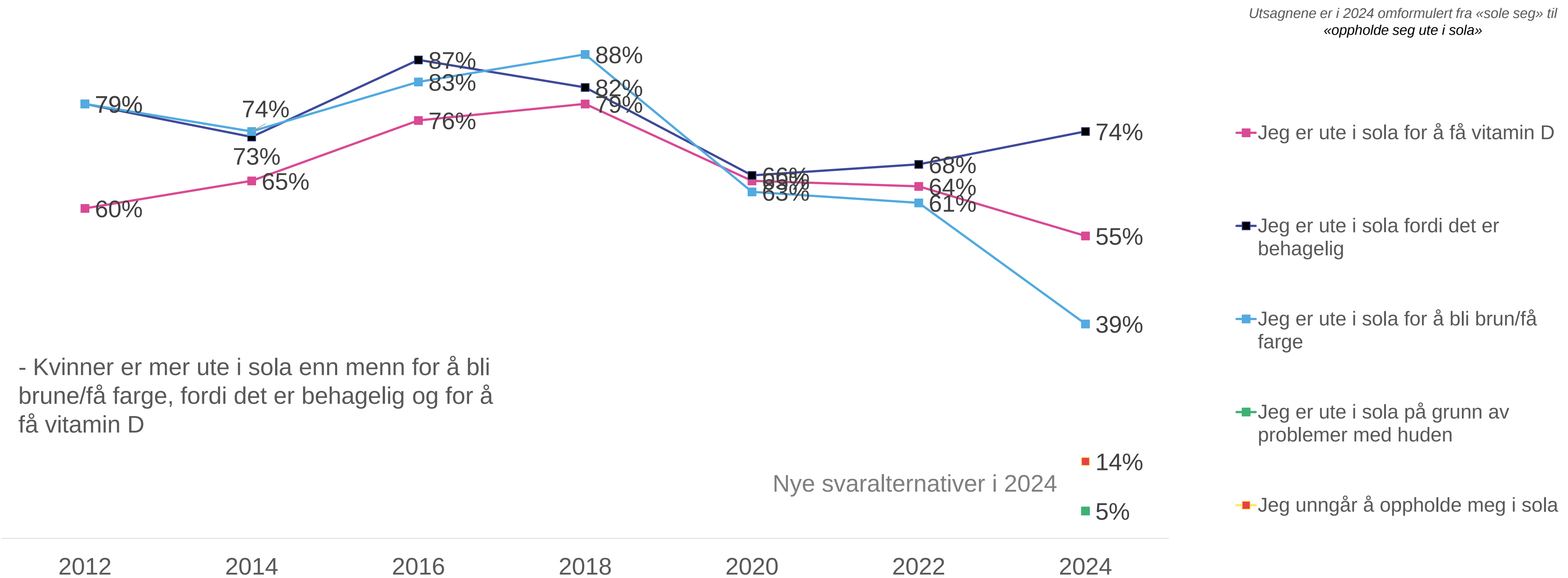
Oppsummering

- Folk flest er først og fremst ute i sola fordi det er behagelig (74%), etterfulgt av at de ønsker å få vitamin D (55%). Andelen som er opptatt av å bli brun/få farge ute i sola er mer enn halvert siden 2018.
- Folk beskytter seg stadig bedre mot sola, og de beskytter seg også på flere måter. Hjemme i Norge sier 87% at de bruker solkrem, 58 % begrenser tiden i direkte sollys og 43% bruker klær som beskyttelse.
- Hovedårsakene til ikke å bruke solkrem er at man glemmer det (41%), ikke har solkrem tilgjengelig (28%) og/eller at man heller dekker seg til med klær (22%).
- Blant dem som bruker solkrem, bruker stadig flere faktor 30 eller høyere i Norge (51%, opp fra 5% i 2012) og smører seg før de skal ut i sola (76 %). 66 prosent smører seg på nytt hvis de er lenge ute.
- Stadig færre blir solbrente ute i sola i Norge (34%, ned fra 44% i 2020).
- Rundt halvparten av dem som blir solbrente, blir solbrente selv om de har smurt seg (53%).
- Nesten alle foreldre/foresatte beskytter barna med solkrem i Norge (98%). Stadig flere beskytter også barna med klær og ved å være mindre i sola, særlig de som har barn under 5 år.
- 8 av 10 foreldre/foresatte opplever at barnehager har oppmerksomhet på solbeskyttelse (81%), mens de i mindre grad opplever dette på skolen (36%) og i skolefritidsordningen (42%).



Folk flest er ute i sola fordi det er behagelig og for å få vitamin D. Det er en betydelig nedgang i andel som er ute for å bli brun/få farge

Hvor uenig eller enig er du i de følgende utsagnene om når du oppholder deg ute i sola?
N=1160



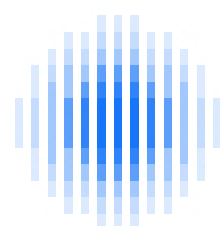
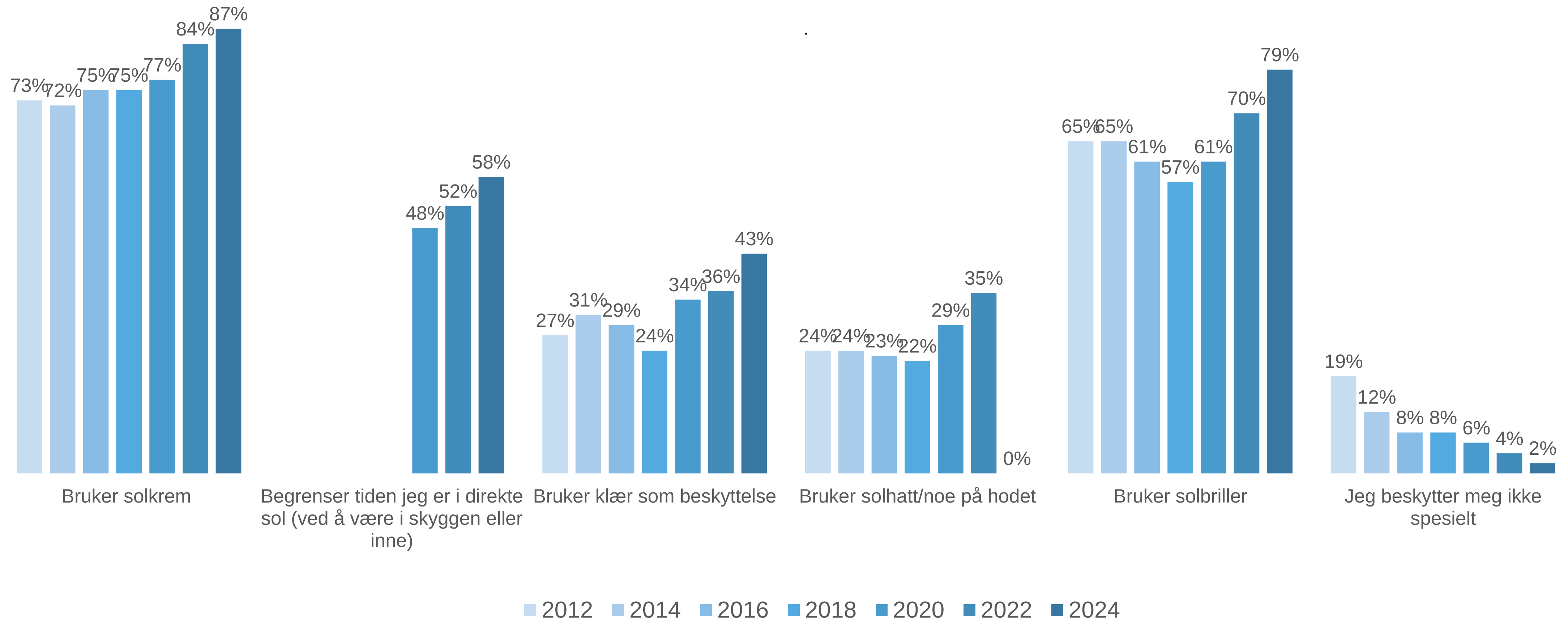
Prosentandeler: Ganske enig + svært enig



Folk beskytter seg stadig bedre mot sola, og beskytter seg på flere måter

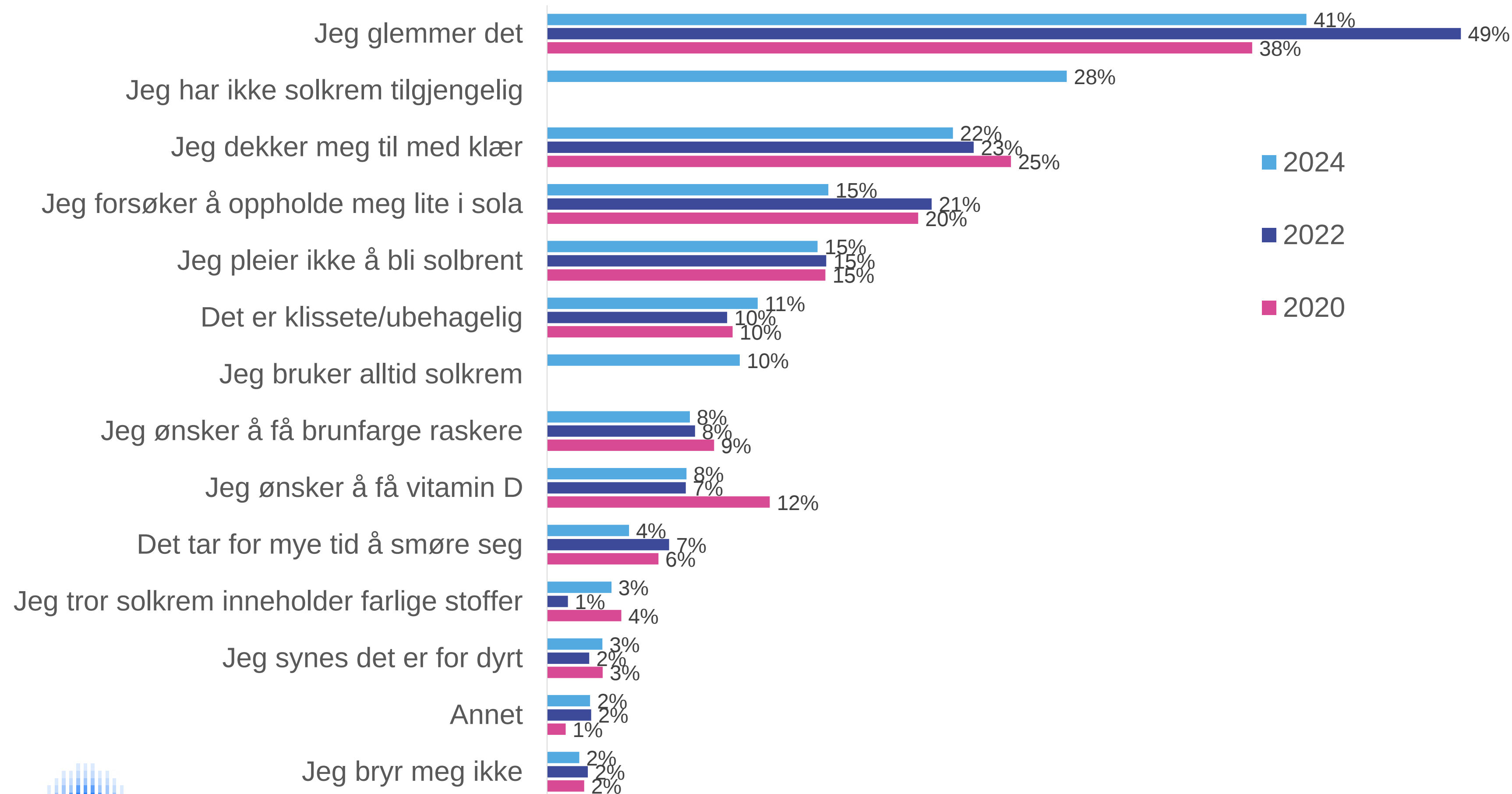
På hvilke(n) måte(r) beskytter du deg mot sola i Norge?
N=1160

- Kvinner beskytter seg mer enn menn med solkrem og ved å begrense tiden i direkten sollys

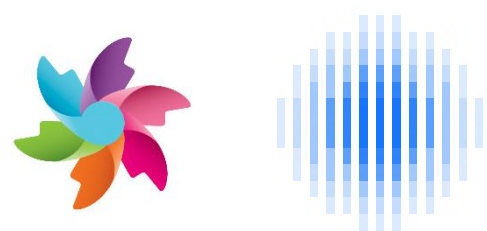


Hovedårsakene til ikke å bruke solkrem er at man glemmer det, ikke har solkrem tilgjengelig og/eller at man heller dekker seg til med klær

I tilfeller hvor du ikke bruker solkrem, hva er de to viktigste grunnene til at du ikke gjør det?
N=1160

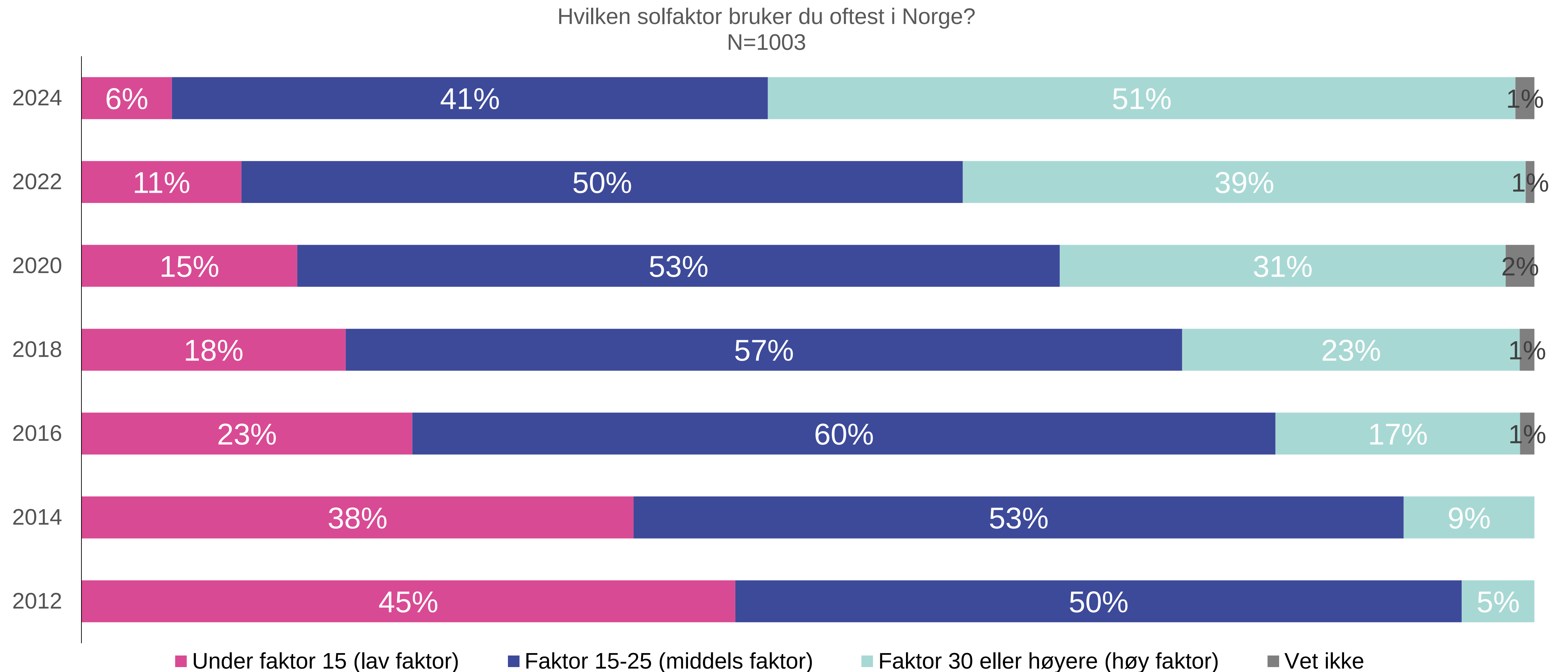


- De under 55 år, menn og folk med lavere utdanning glemmer i større grad enn andre å smøre seg

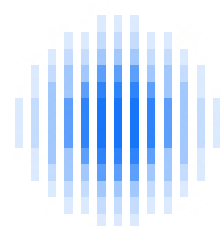


I Norge bruker stadig flere faktor 30 eller høyere

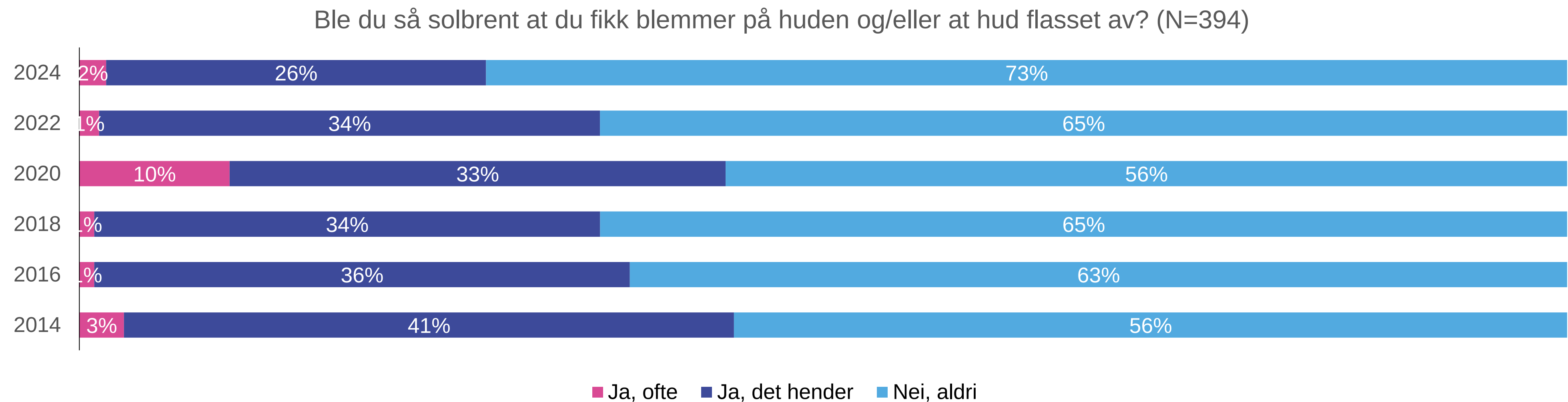
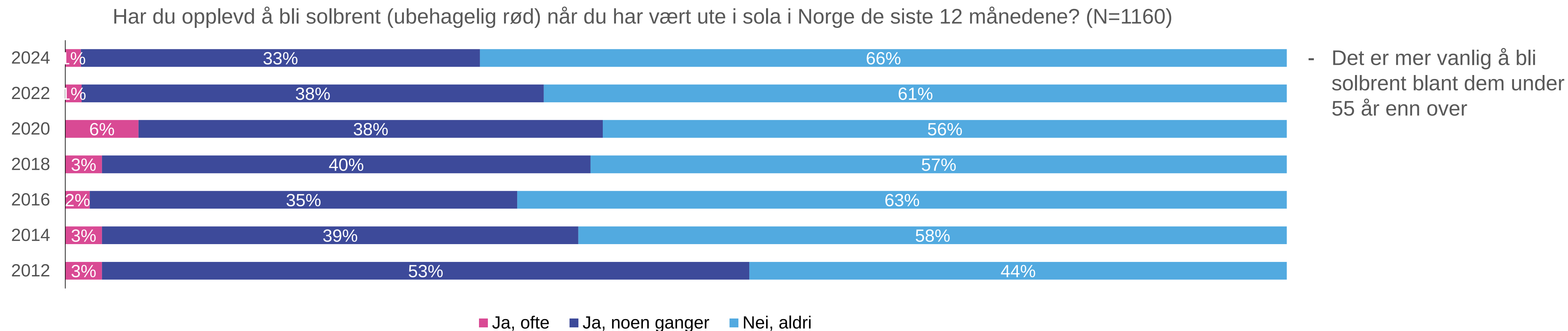
- Folk med rødlig hår og småbarnsforeldre er flinkest til å smøre seg med faktor 30 eller høyere
- Folk med lavere utdanning og eldre (>55 år) er dårligst



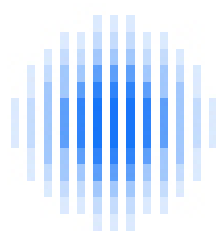
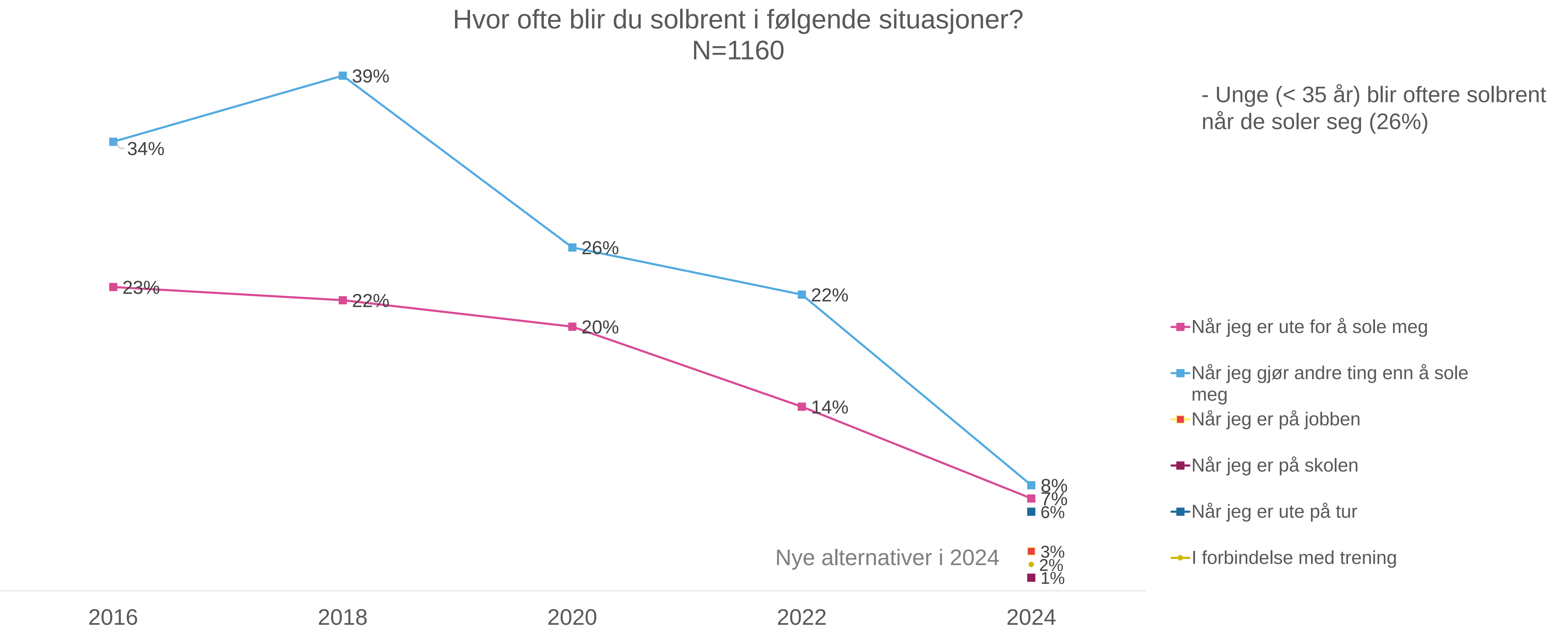
Filter: Beskytter seg mot sola ved å bruke solkrem



Stadig færre blir solbrente ute i sola når de er i Norge. Blant dem som har blitt solbrent, er det færre enn før som blir alvorlig solbrent



Stadig færre blir solbrente. Det er omtrent like mange som blir solbrente når de soler seg, som når de gjør andre ting utendørs enn å sole seg



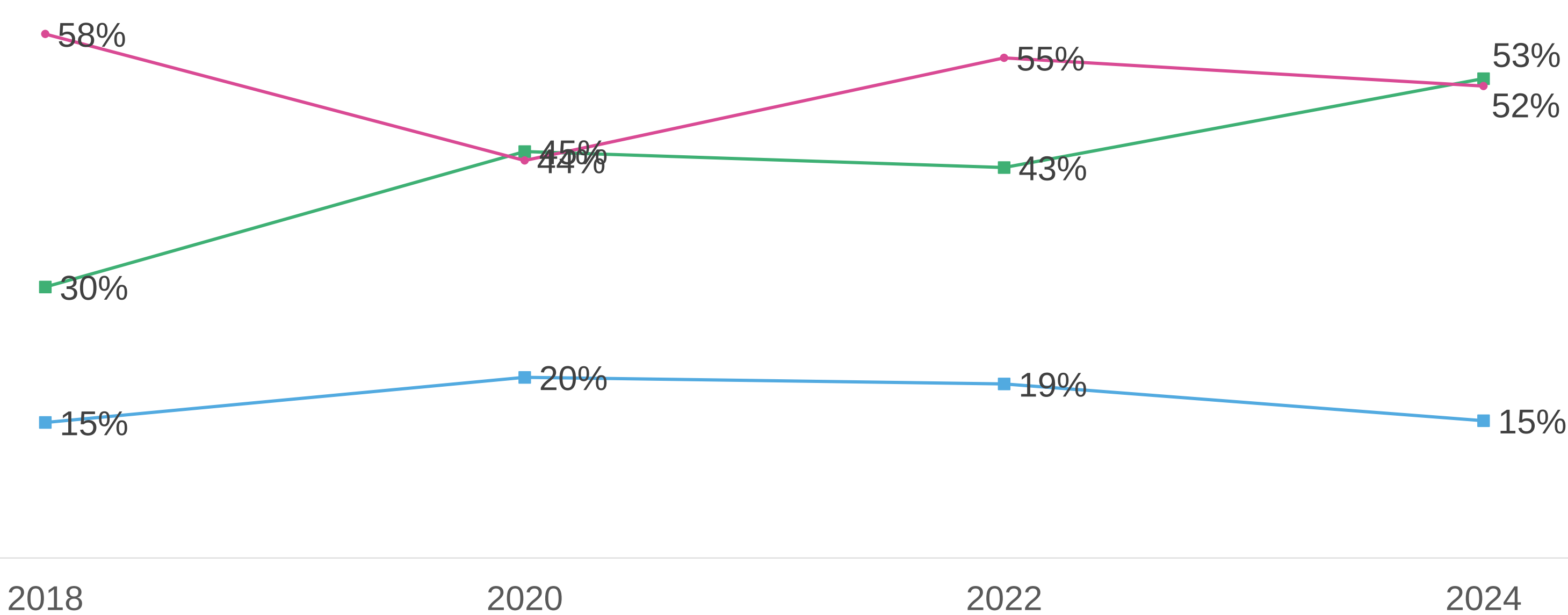
Andeler: Ganske ofte + svært ofte



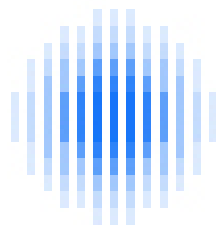
Rundt halvparten av dem som blir solbrente, blir solbrente selv om de har brukt solkrem

Når du ble solbrent, skjedde det ...
N=498

■ Før du smurte deg med solkrem ■ Selv om du hadde brukt solkrem ■ Når du ikke hadde brukt solkrem



- Menn blir oftest solbrent når de ikke har smurt seg (61 %), mens kvinner oftere enn menn blir solbrent selv om de har smurt seg (63 %)

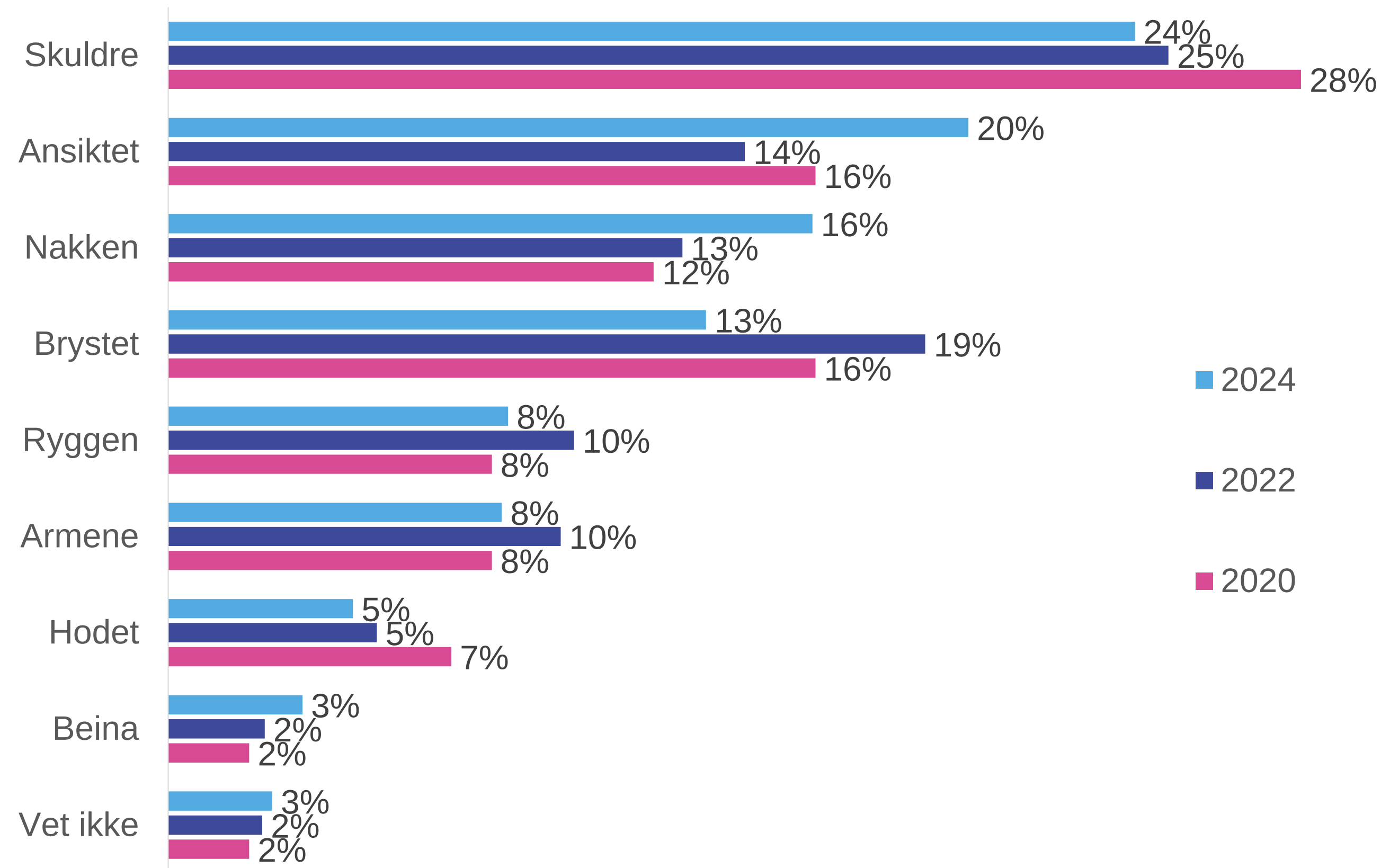


Filter: Solbrent siste 12 måneder



Folk blir oftest solbrent på skuldrene, i ansiktet og i nakken

Hvor blir du oftest solbrent?
N=498



- Kvinner blir oftere enn menn solbrent på skuldre (31 % versus 17 %) og brystet (21 % versus 7 %), mens menn oftest blir brent i nakken (25 % versus 6 %)



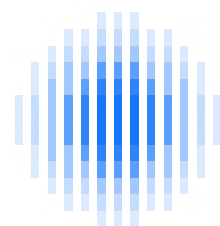
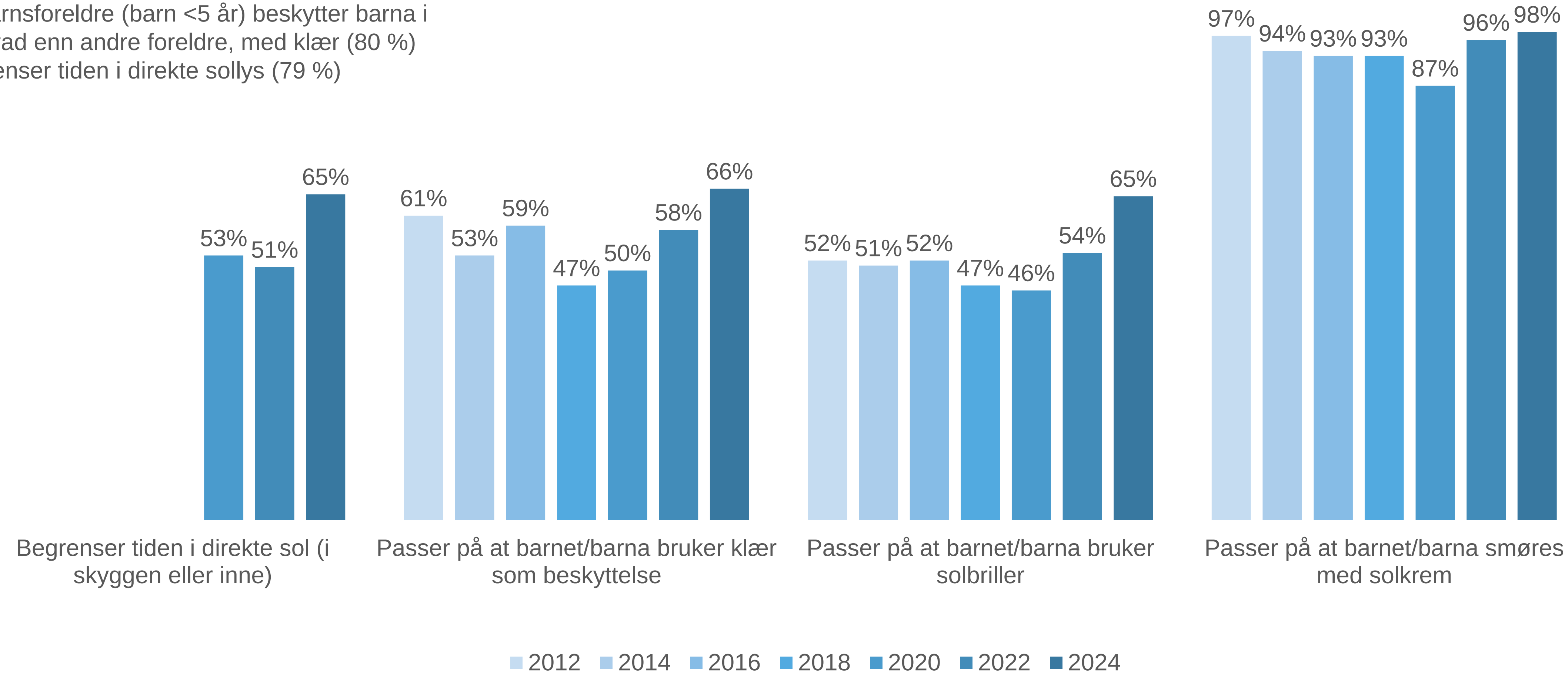
Filter: Solbrent siste 12 måneder



Foreldre/foresatte beskytter barna stadig bedre mot sola i Norge, og beskytter dem på flere måter. Omtrent alle beskytter barna med solkrem

På hvilke(n) måte(r) beskytter du barnet/barna mot sola i Norge?
(N=229)

- Småbarnsforeldre (barn <5 år) beskytter barna i større grad enn andre foreldre, med klær (80 %) og begrenser tiden i direkte sollys (79 %)

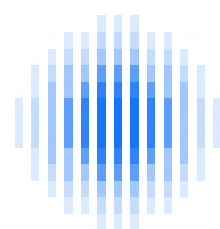
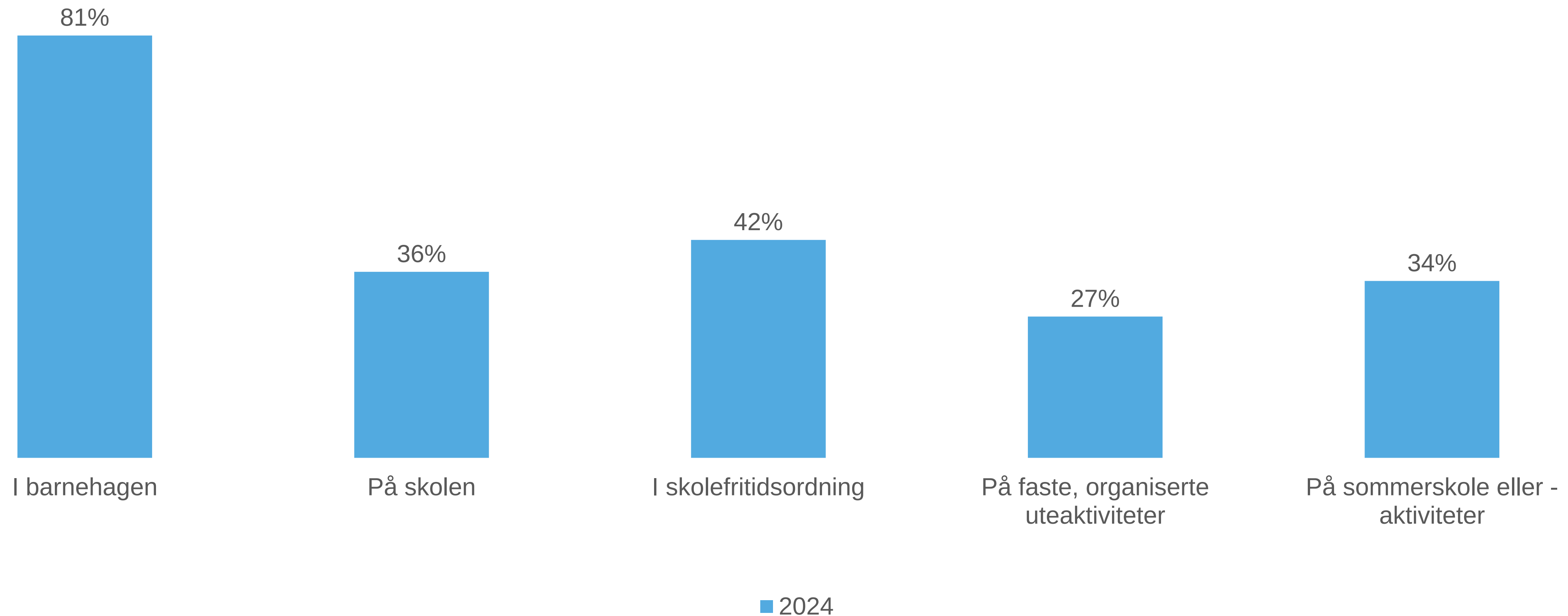


Filter: Har barn under 18 år



Åtte av ti foreldre/foresatte opplever at det er oppmerksomhet om solbeskyttelse i barnehagen, men betydelig færre opplever at det er oppmerksomhet om solbeskyttelse på skolen og i skolefritidsordningen

I hvilken grad opplever du at det er tiltak for solbeskyttelse (solkrem, solhatter/caps, områder med skygge, ...) på følgende steder?

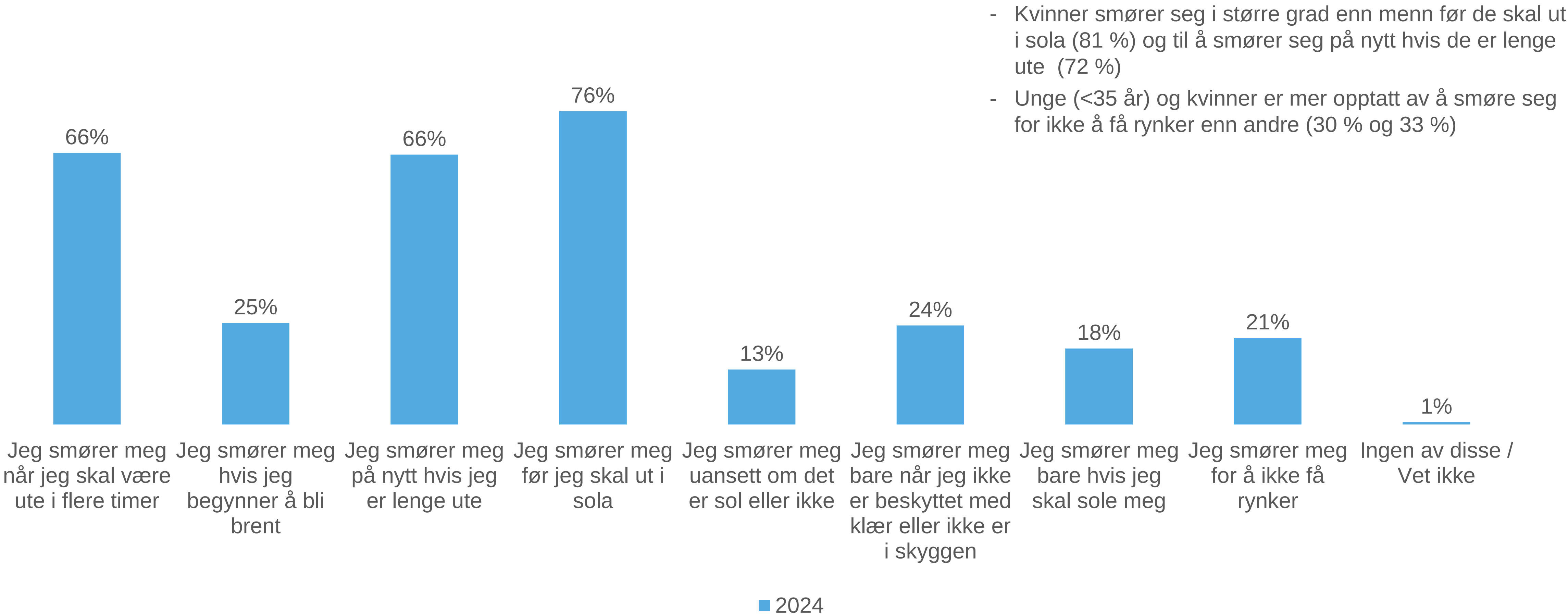


Filter: Har barn under 18 år. N=126/225/149/302/149 For de ulike svaralternativene. Andeler: Stor grad + noen grad.

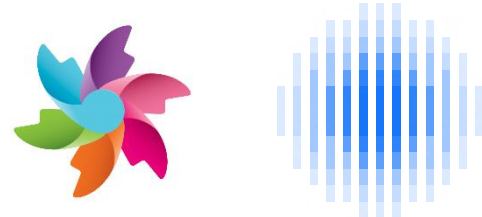


De fleste smører seg før de skal ut i sola og mange smører seg på nytt hvis de er lenge ute

Hvilke utsagn om solkrem passer best for deg?
(N=1160)



- Kvinner smører seg i større grad enn menn før de skal ut i sola (81 %) og til å smører seg på nytt hvis de er lenge ute (72 %)
- Unge (<35 år) og kvinner er mer opptatt av å smøre seg for ikke å få rynker enn andre (30 % og 33 %)

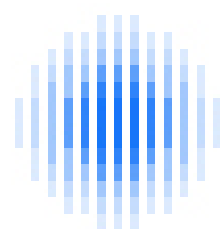




SOLVANER PÅ FERIE I SOLRIKE LAND

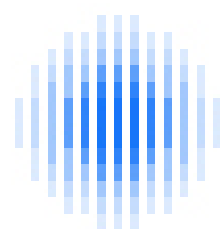
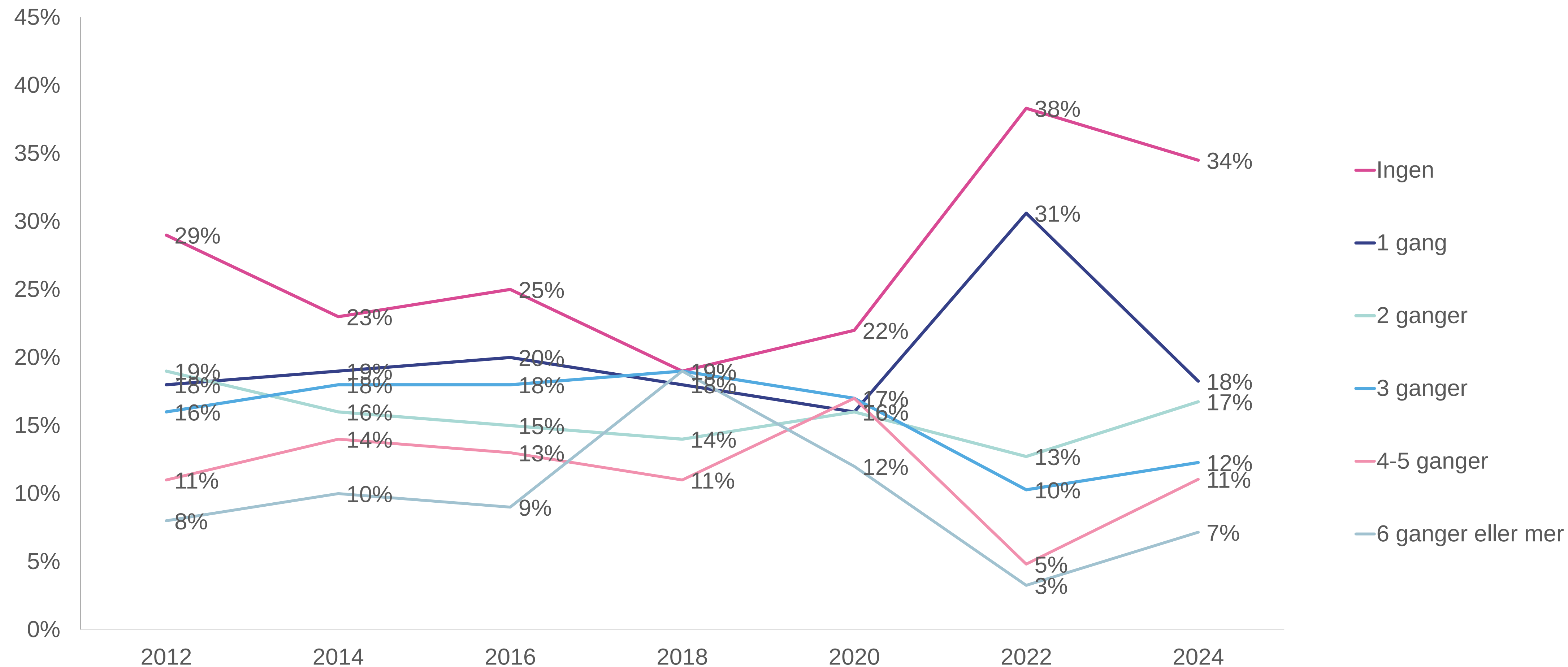
Oppsummering

- Andelen som reiser til solrike land har økt. Gjennomsnittlig antall reiser siste tre år er 2,9 reiser per person. Halvparten av befolkningen har vært på minst to reiser til solrike land de siste tre årene.
- Folk beskytter seg stadig bedre mot sola i solrike land, og flere beskytter seg ved å begrense tiden i direkte sol, og med klær. Blant dem som bruker solkrem i solrike land, bruker stadig flere faktor 30 eller høyere (81%, opp fra 24% i 2012).
- Andelen som har blitt solbrent i solrike land har gradvis gått ned siden 2014 (fra 36 % til 28 %, med 2022 som et avvikende år), mens andelen som har blitt så solbrente at de får blemmer eller flasser, faller fra 46 til 30 prosent i samme periode.
- Nesten alle smører barna med solkrem når de er i solrike land (98%). Stadig flere foreldre/foresatte begrenser tiden barna er i sola, opp fra 71 til 81 prosent siste 2 år.



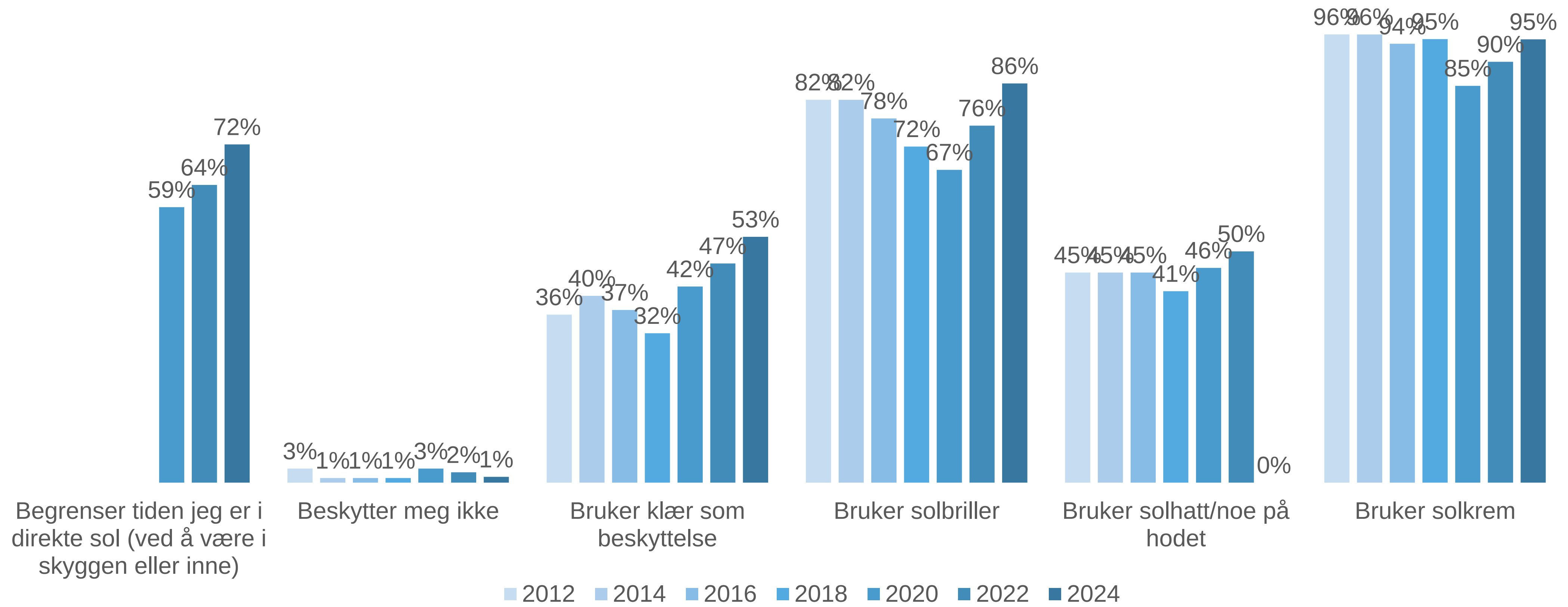
Andelen som reiser til solrike land har økt. Gjennomsnittlig antall reiser siste tre år er 2,9 reiser per person

Hvor mange ganger har du vært på reise til et solrikt land de siste 3 årene?
(N=1160)

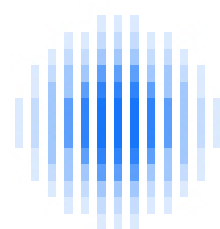


Folk beskytter seg stadig bedre mot sola i solrike land, og beskytter seg på flere måter

På hvilke(n) måte(r) beskytter du deg når du er ute i solen på reise i solrike land?
(N=760)



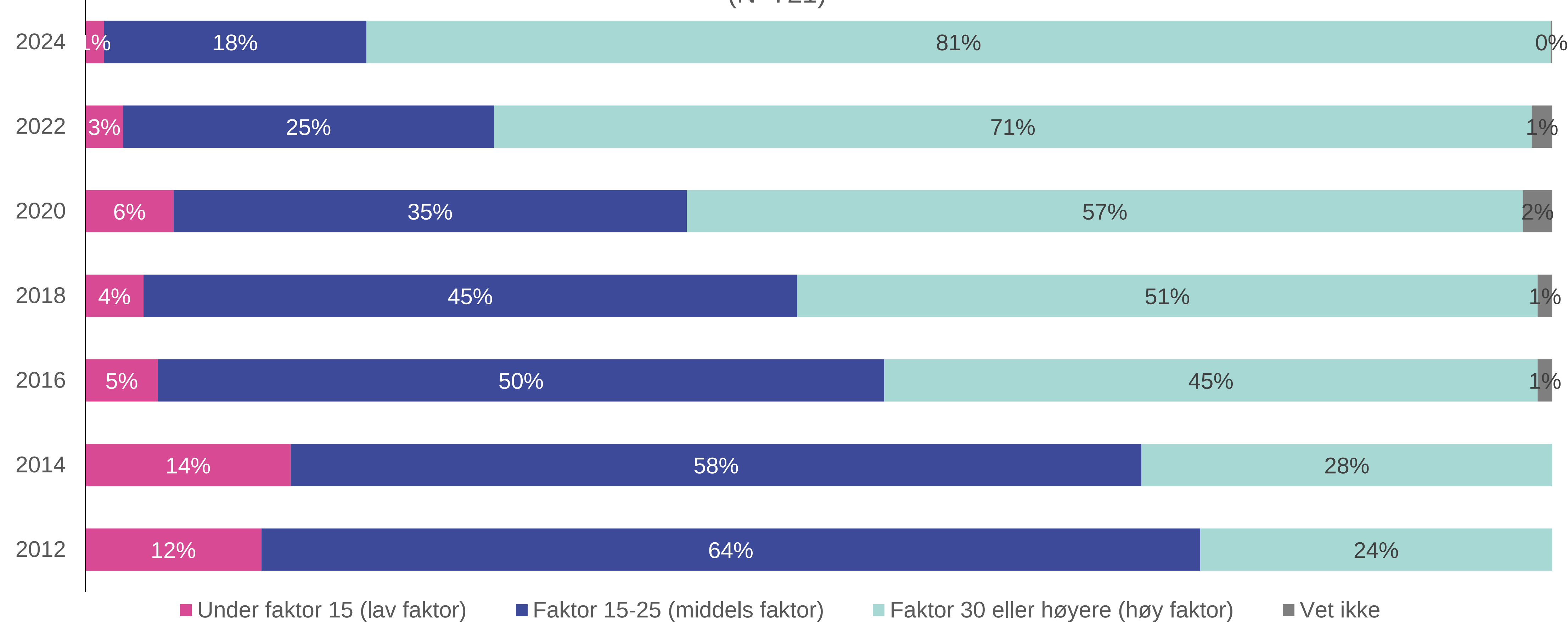
Filter: Har besøkt solrikt land siste 3 år



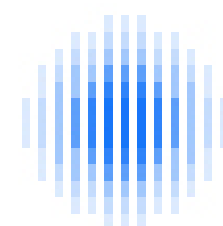
Andelen som bruker solfaktor 30 eller høyere i solrike land fortsetter å stige

- Eldre (>55 år) smører seg i mindre grad enn andre med høy faktor (70 %)

Hvilken solfaktor bruker du oftest på reise i solrike land?
(N=721)

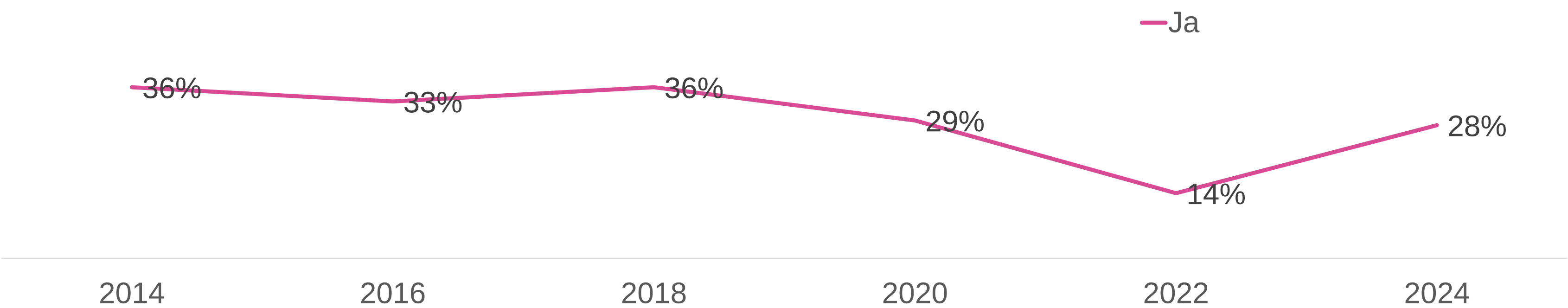


Filter: De som bruker solkrem i utlandet



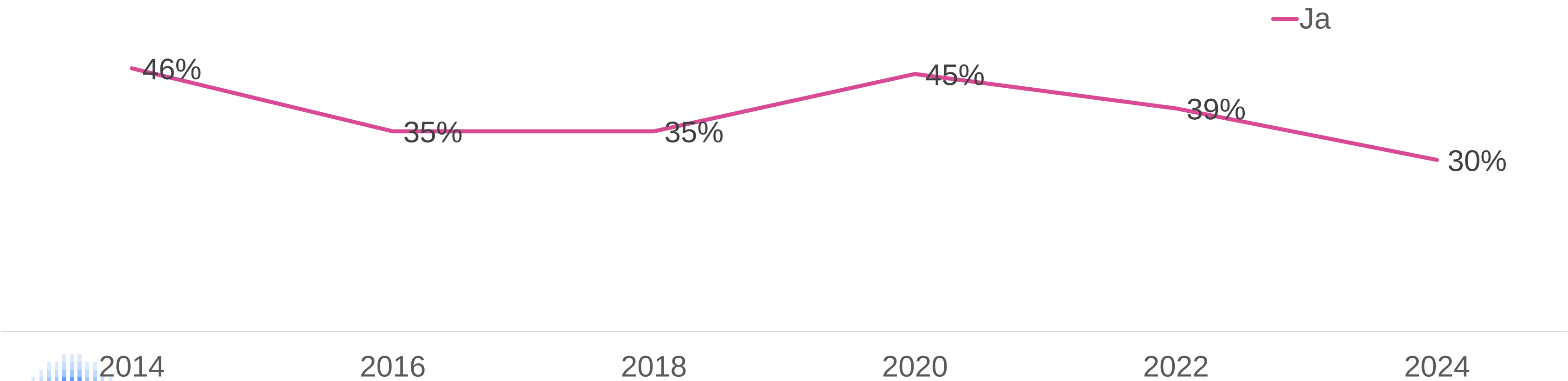
Rundt tre av ti har blitt solbrente i solrike land, mens andelen som har blitt alvorlig solbrent går ned

Har du opplevd å bli solbrent (ubehagelig rød) når du har vært ute i solen på reise i solrike land de siste 12 månedene? (N=760)

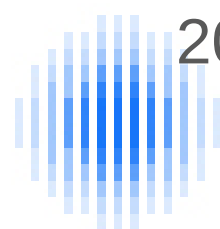


- Unge (<35 år) blir i større grad solbrent (45 %) enn andre

Ble du så solbrent at du fikk blemmer på huden/og eller at hud flasket av? (N=215)



- Eldre (>55 år) blir i mindre grad solbrent og få av dem alvorlig brent (13 %)



2014

2016

2018

2020

2022

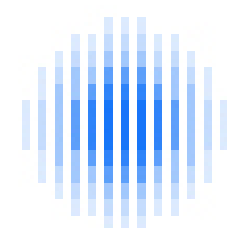
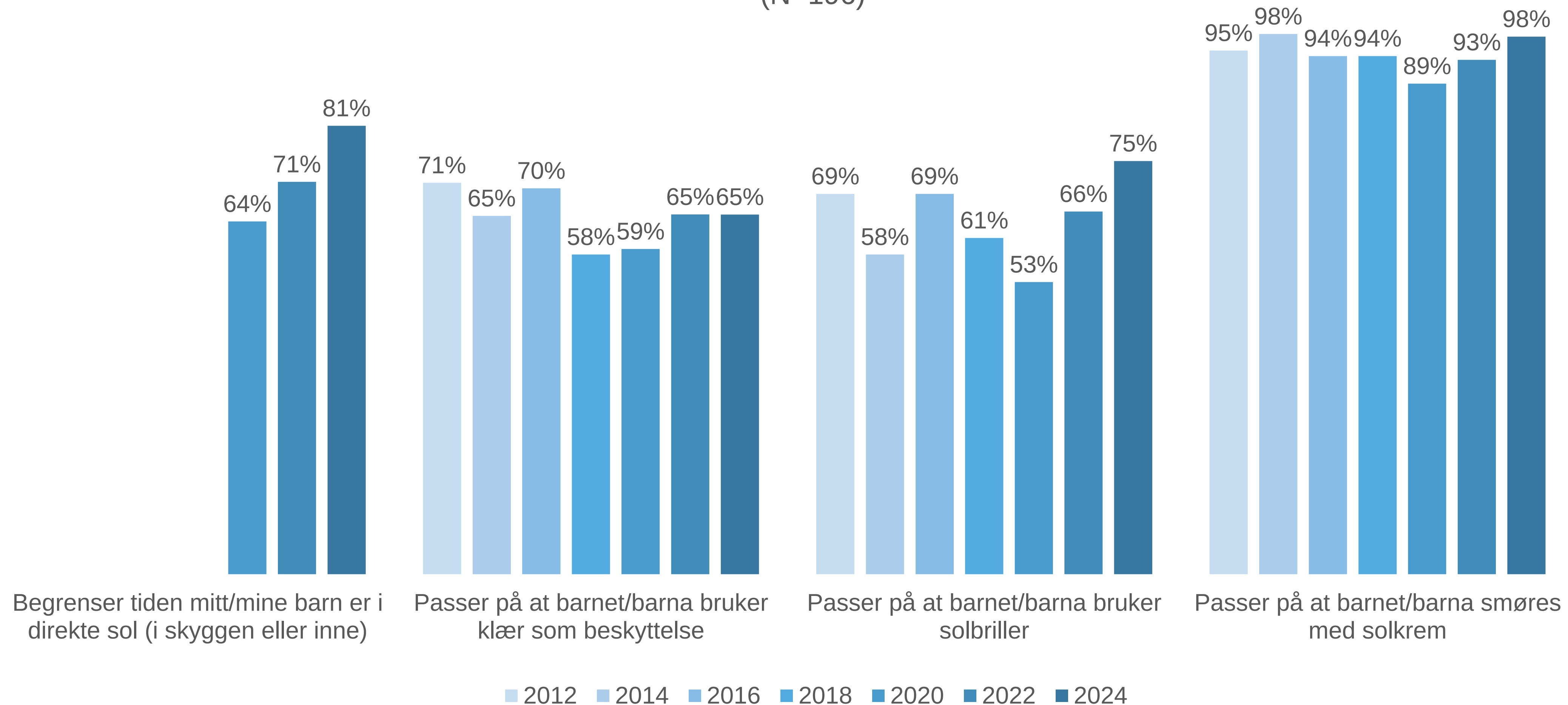
2024

Filter: Har besøkt solrikt land siste 3 år



Nesten alle smører barna med solkrem i solrike land. Stadig flere foreldre/foresatte begrenser også tiden barna er i sola

På hvilke(n) måte(r) beskytter du barnet når du er ute i sola i solrike land?
(N=196)



Filter: Har barn under 18 år



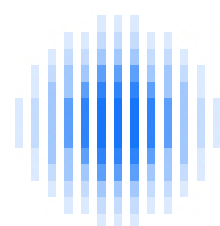


BRUK AV SOLARIUM

Oppsummering

Innsikt

- Siden 2022 har solariumsbruken vært stabilt lav, med en andel på 5 prosent. Blant dem mellom 18 og 35 år er bruken noe høyere (8%). De fleste benytter ubetjente solstudioer.
- Flesteparten av dem som tar solarium gjør det for å bli brun/få farge og for ikke å være vinterblek før sydenferie/sommeren. De aller fleste tar vanligvis solarium i 11-20 minutter.
- De fleste har ikke opplevd å bli solbrente i solarium.
- Av informasjon tilgjengelig i solstudio, har 83 prosent fått med seg at det er 18-års grense. 53 prosent har fått en infobrosjyre, som alle solariumskunder skal få.
- Av dem som har fått infobrosjyren, mener to av ti at infobrosjyren har medført mindre solariumsbruk (18 %). 63 prosent har lest brosjyren, men ikke redusert bruken av solarium.
- 80 prosent av befolkningen mener at markedsføring av solarium burde inneholde kreftadvarsel. Nesten halvparten mener markedsføring av solarium ikke bør være tillatt (45 %), og en av tre mener solarium ikke burde være tillatt (28 %).



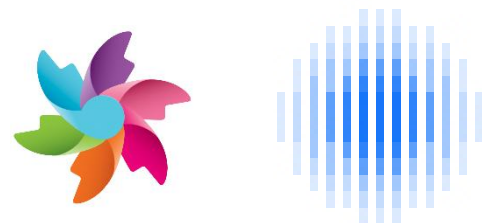
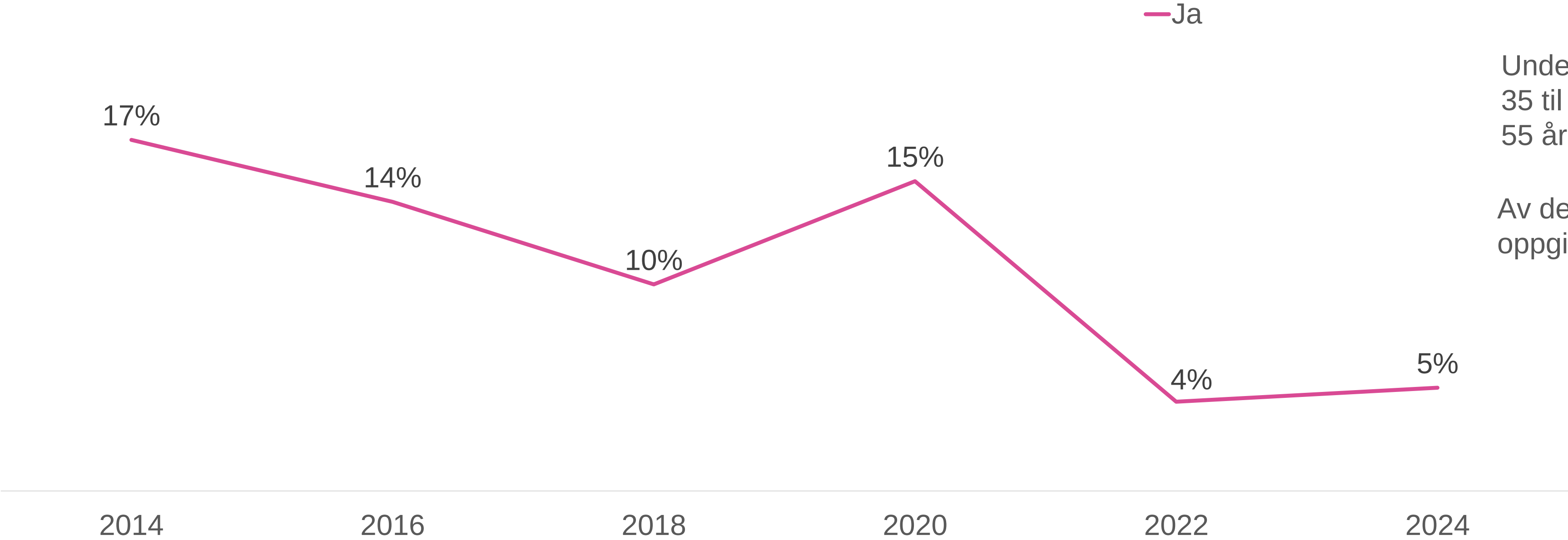
Andelen som tar solarium er stabilt lav siden 2022

Har du tatt solarium i løpet av de siste 12 månedene?
(N=1160)

Solariumsbruken er noe høyere blant folk under 35 år (8%), blant folk med lavere utdanning (9%) og i Nord-Norge (10%)

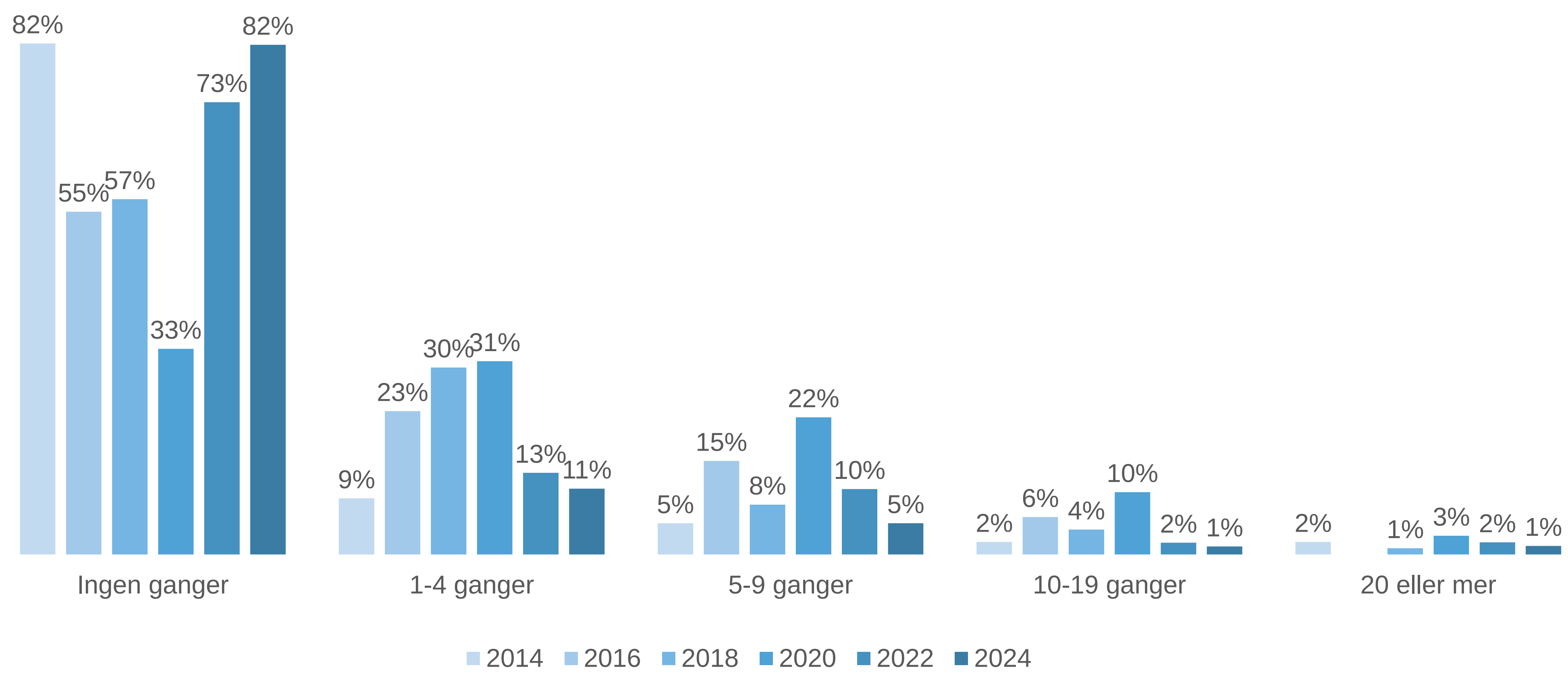
Under 35 år: 8 %
35 til 54 år: 5 %
55 år og eldre: 3 %

Av dem som har tatt solarium siste året, oppgir 8% at de har blitt solbrent.



Bare en av fem som har brukt solarium siste år har benyttet tar-solarium i betjent solstudio-

Har benyttet solstudio som er **betjent** (når ansatte med kundekontakt er tilstede)
(N=59)



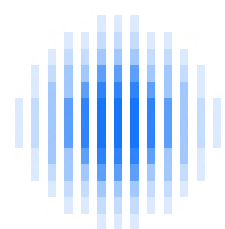
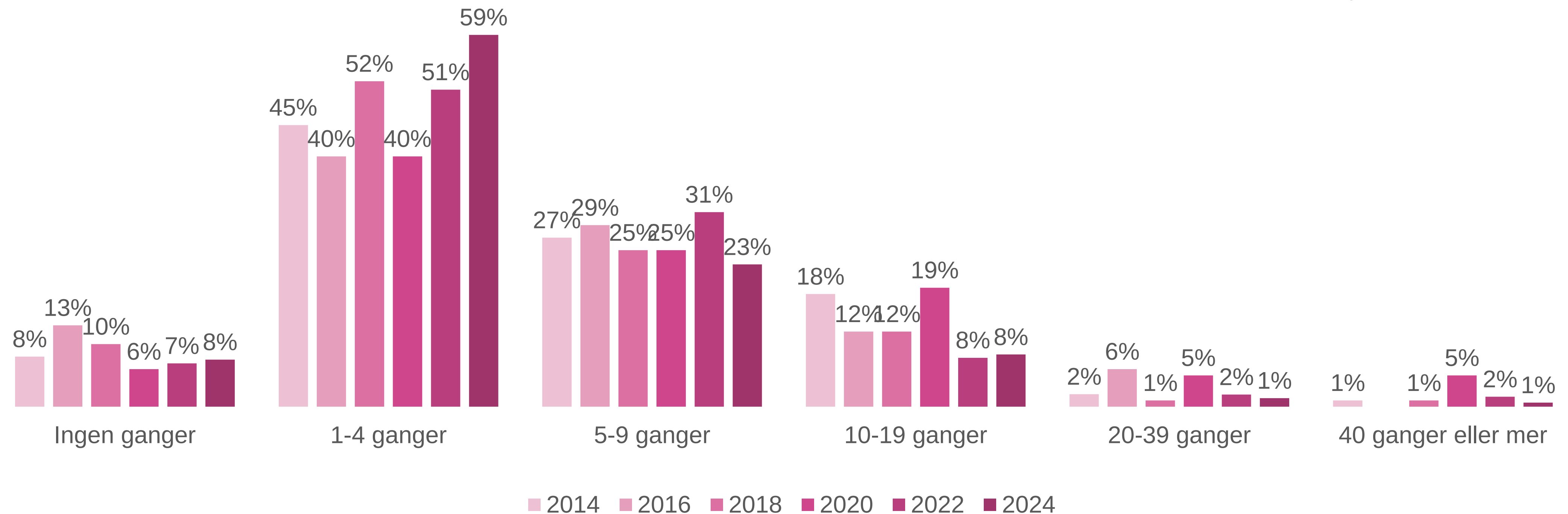
Filter: Har tatt solarium siste 12 måneder



Blant dem som tar solarium, benytter de fleste ubetjente solstudioer

Har benyttet solstudio som er **ubetjent** (når ingen ansatte med kundekontakt er tilstede)
(N=59)

- Rundt en av fem av dem
har brukt betjent solstudio

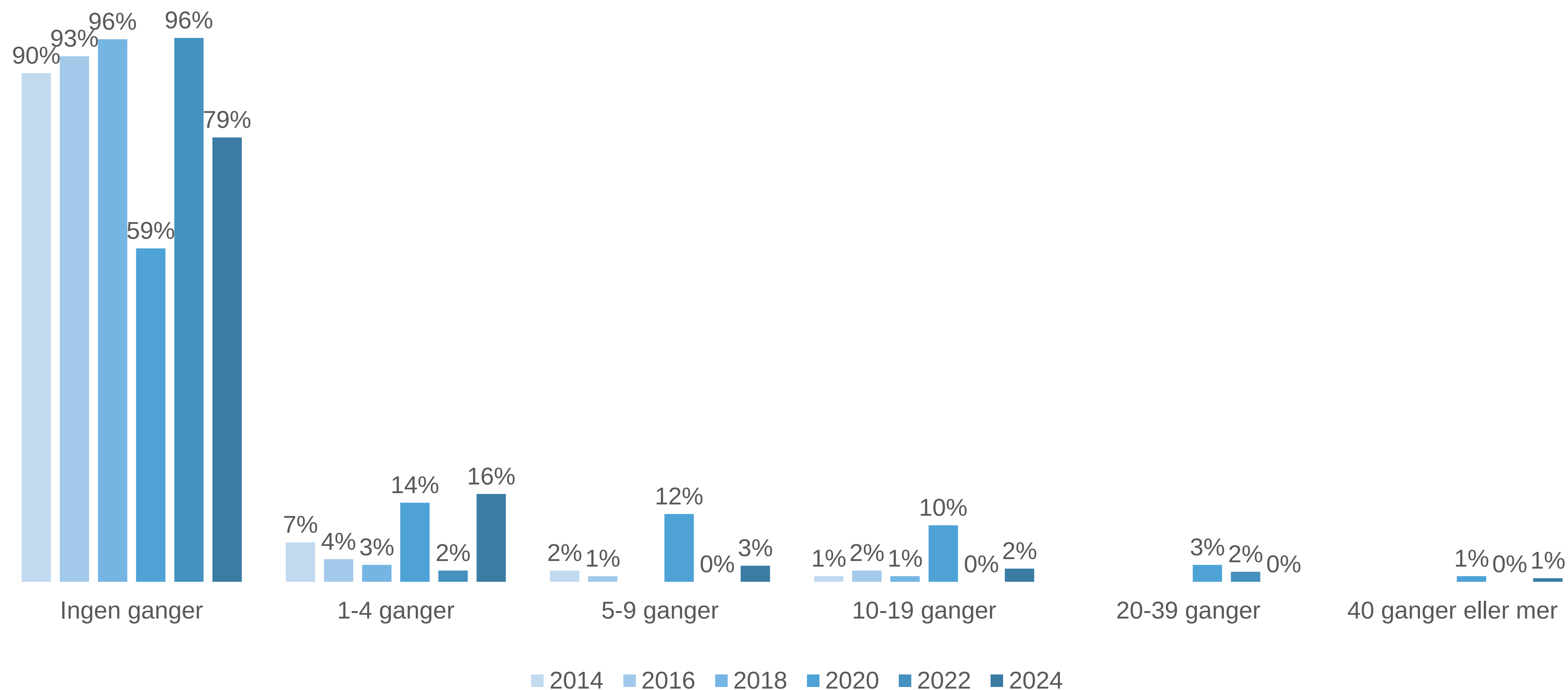


Filter: Har tatt solarium siste 12 måneder

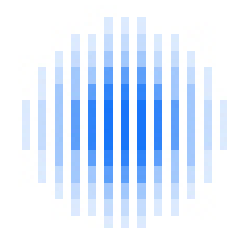


Blant dem som tar solarium, er det en økning i andelen som benytter fleresolarium hjemme/privatløsninger sammenliknet med for 2 år siden (21%)

Solarium hjemme/privat (N=59)

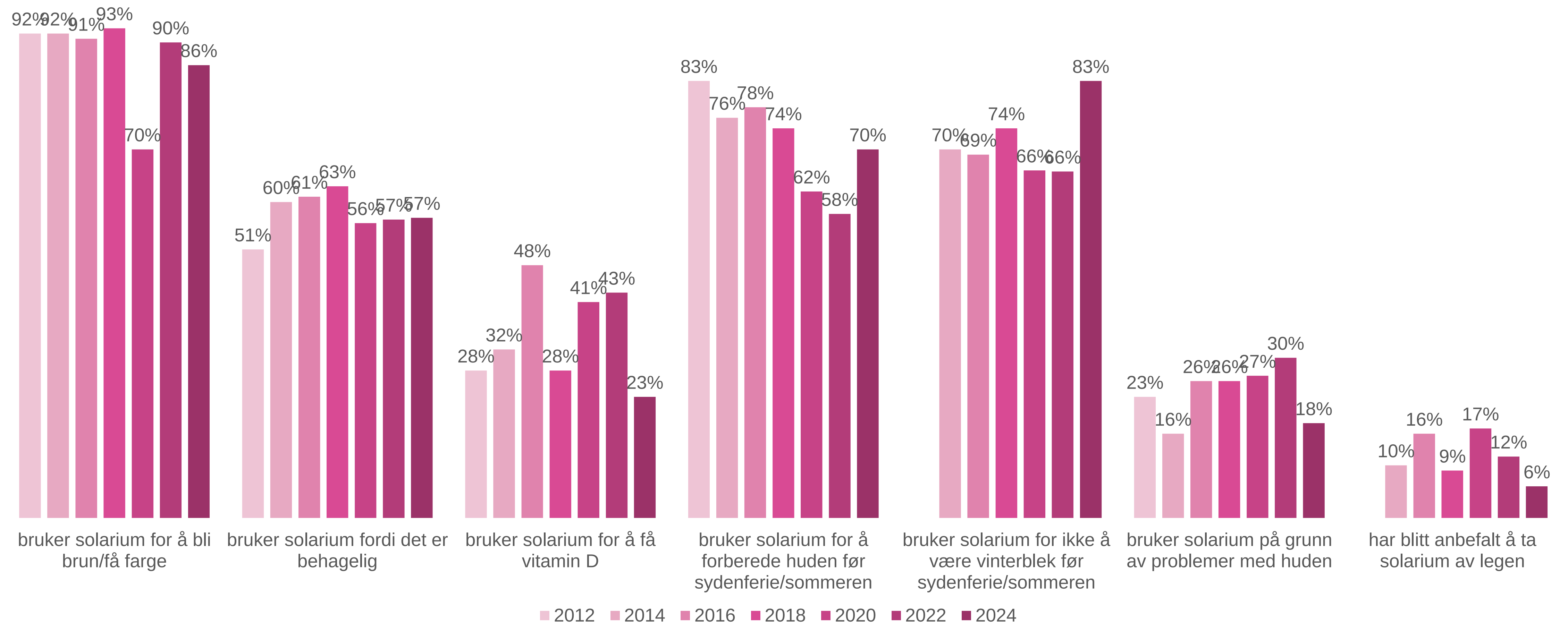


Filter: Har tatt solarium siste 12 måneder



Flsteparten av dem som tar solarium gjør det for å bli brun/få farge og for ikke å være vinterblek før sydenferie/sommeren

Hvor enig eller uenig er du i følgende påstander? Jeg...
(N=59)

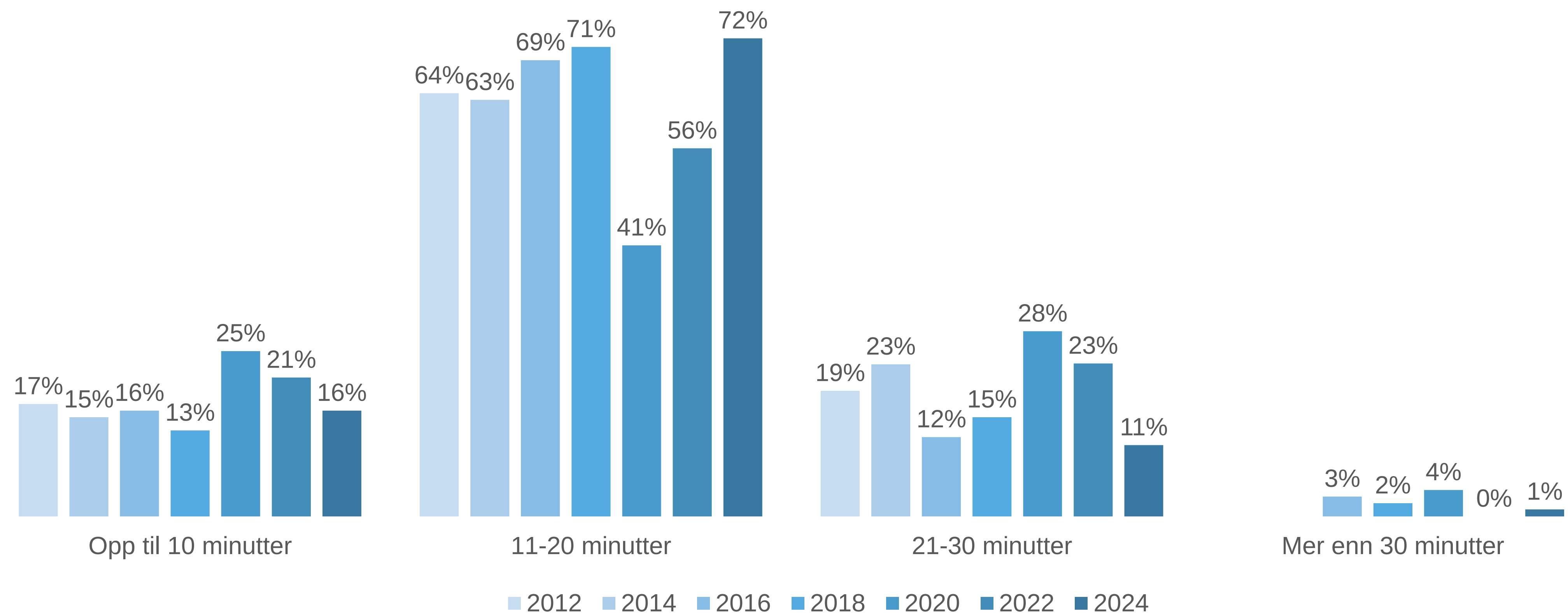


Filter: Har tatt solarium siste 12 måneder
Sammenslåtte svar Prosentandeler: svært enig + ganske enig

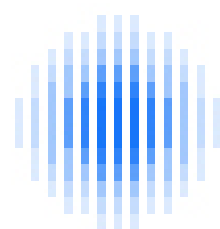


Flest tar solarium i 11-20 minutter

Omtrent hvor lenge tar du vanligvis solarium?
(N=59)

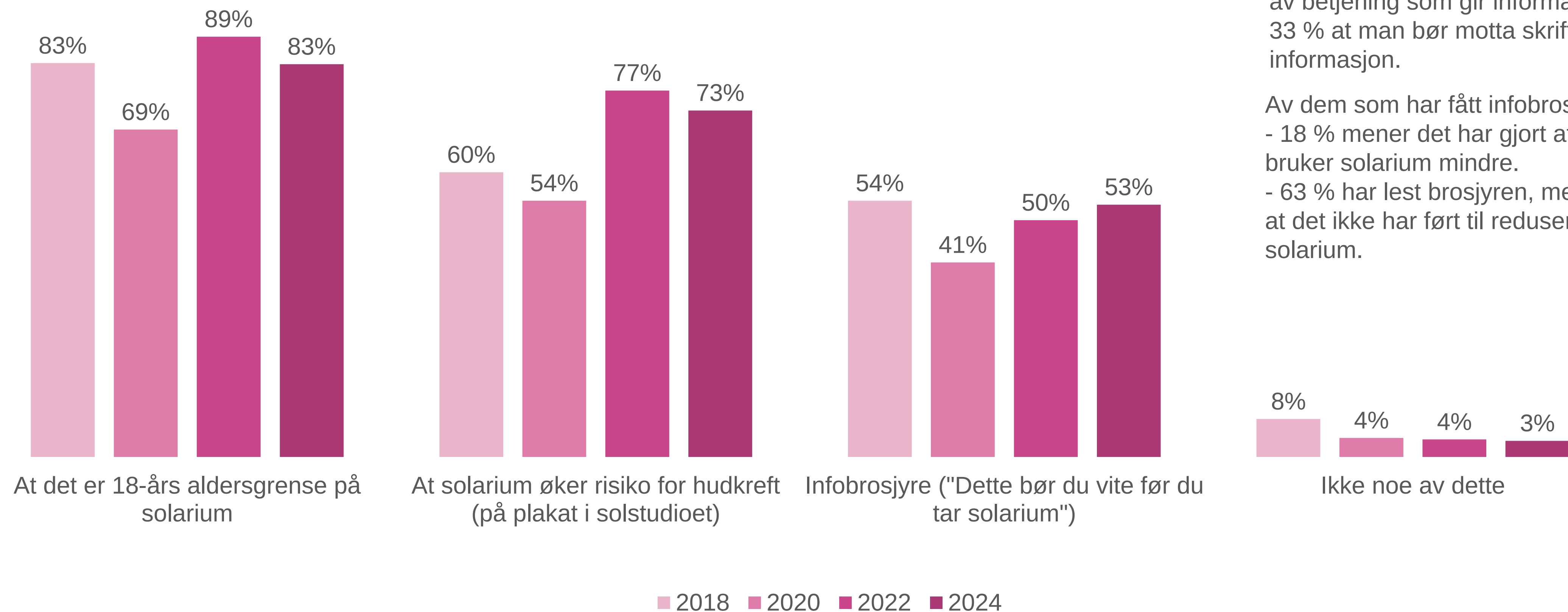


Filter: Har tatt solarium siste 12 måneder



Av informasjon i solstudio har åtte av ti fått med seg at det er 18-års grense. Halvparten har fått infobrosjyren «Dette bør du vite før du tar solarium»

Hva av det følgende har du fått informasjon om i solstudioet?
(N=58)

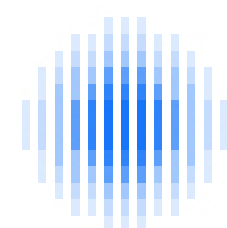


Av dem som har tatt solarium siste året, mener 15 % at man bør bli møtt av betjening som gir informasjon og 33 % at man bør motta skriftlig informasjon.

Av dem som har fått infobrosjyren:

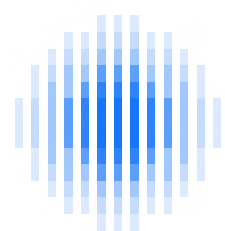
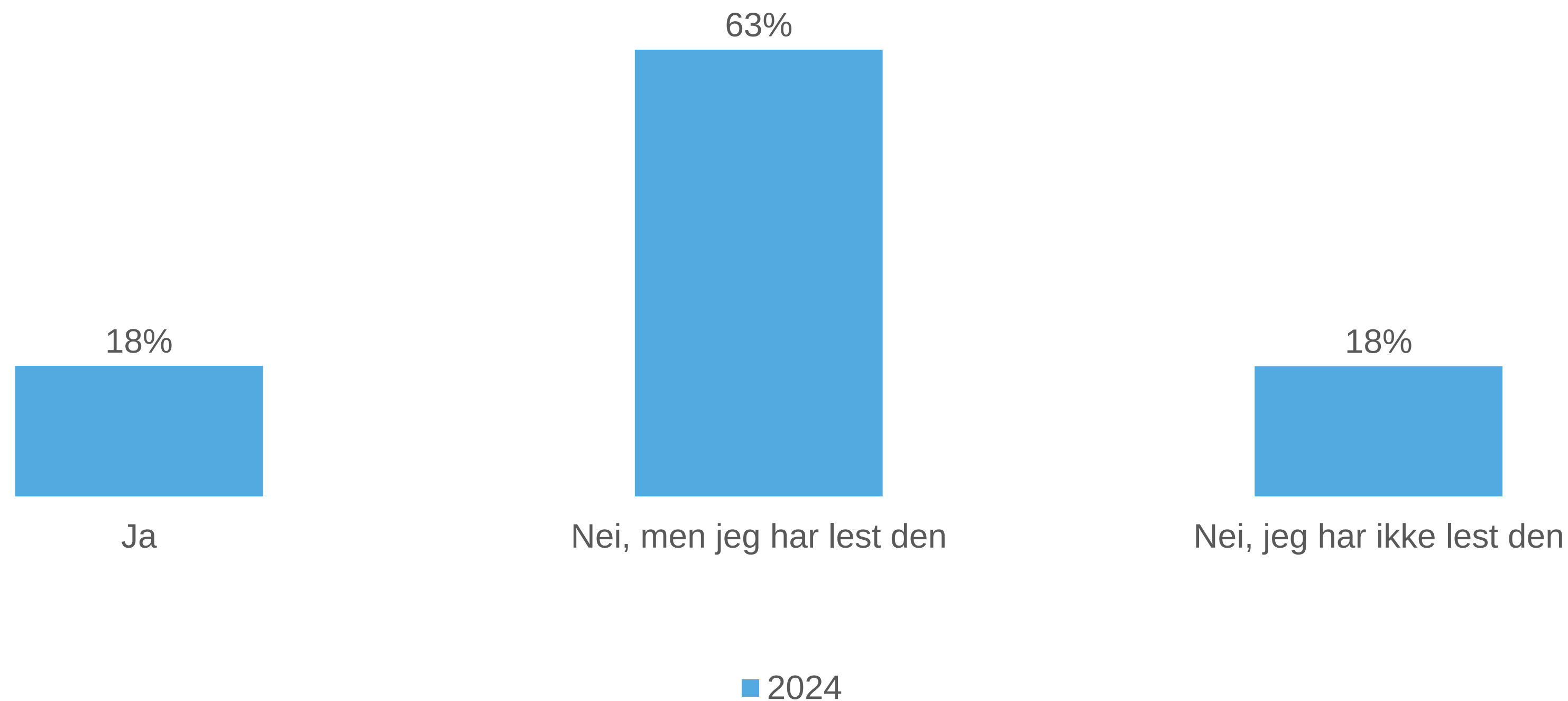
- 18 % mener det har gjort at de bruker solarium mindre.
- 63 % har lest brosjyren, men mener at det ikke har ført til redusert bruk av solarium.

Filter: Har tatt solarium siste 12 måneder



Av dem som har fått infobrosjyren, har åtte av ti lest den. ~~men (bare)~~ Kun to av ti ~~18 prosent~~
mener infobrosjyren har medført mindre solariumsbruk
~~- 63 prosent har lest brosjyren, men ikke redusert bruken av solarium~~

Har infobrosjyren gjort at du bruker solarium mindre?
(N=31)

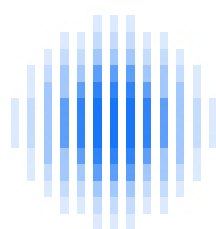
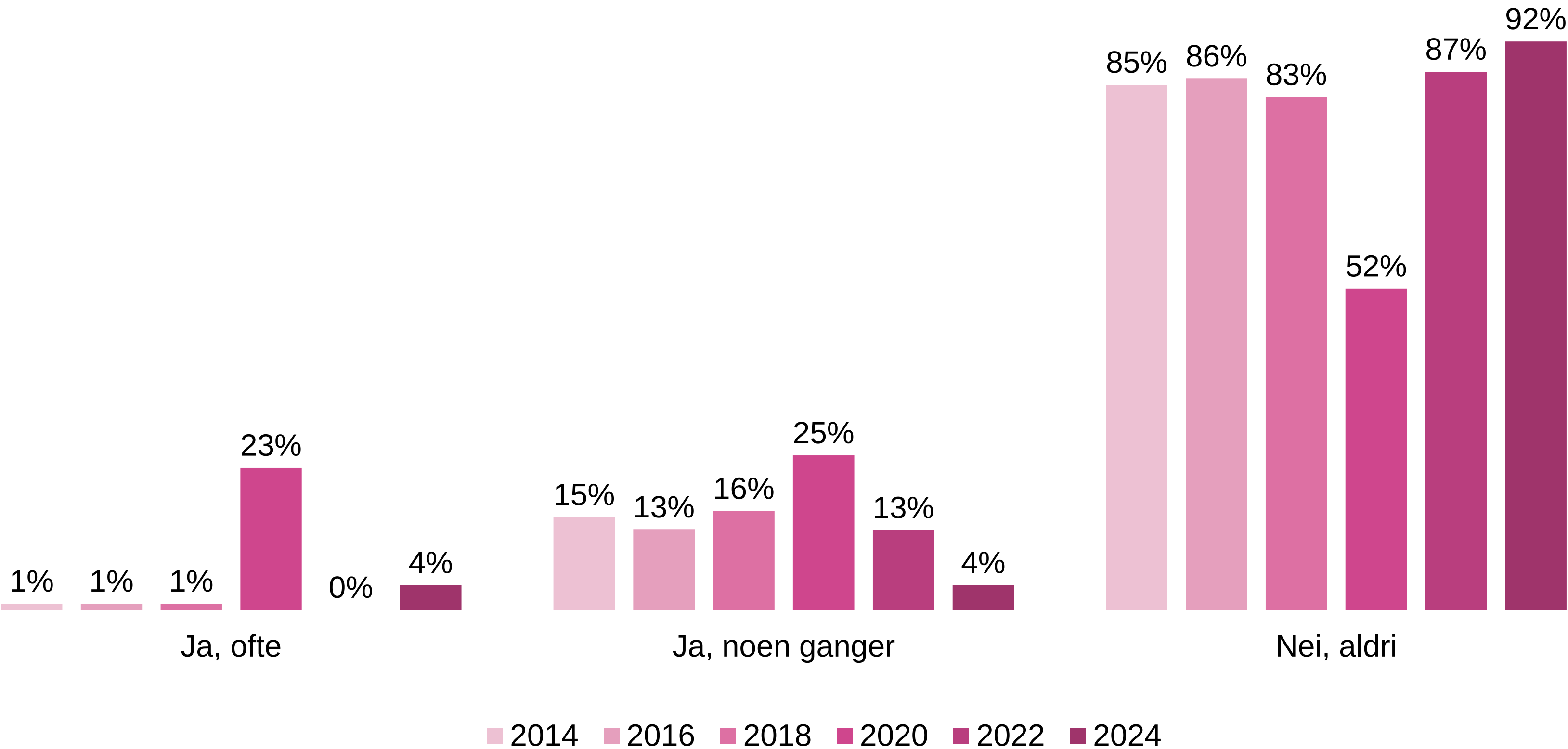


Filter: Har fått infobrosjyre



De aller fleste som har tatt solarium siste året har ikke opplevd å bli solbrente i solarium (92%)

Har du opplevd å bli solbrent (ubehagelig rød) når du har tatt solarium de siste 12 månedene?
(N=59)

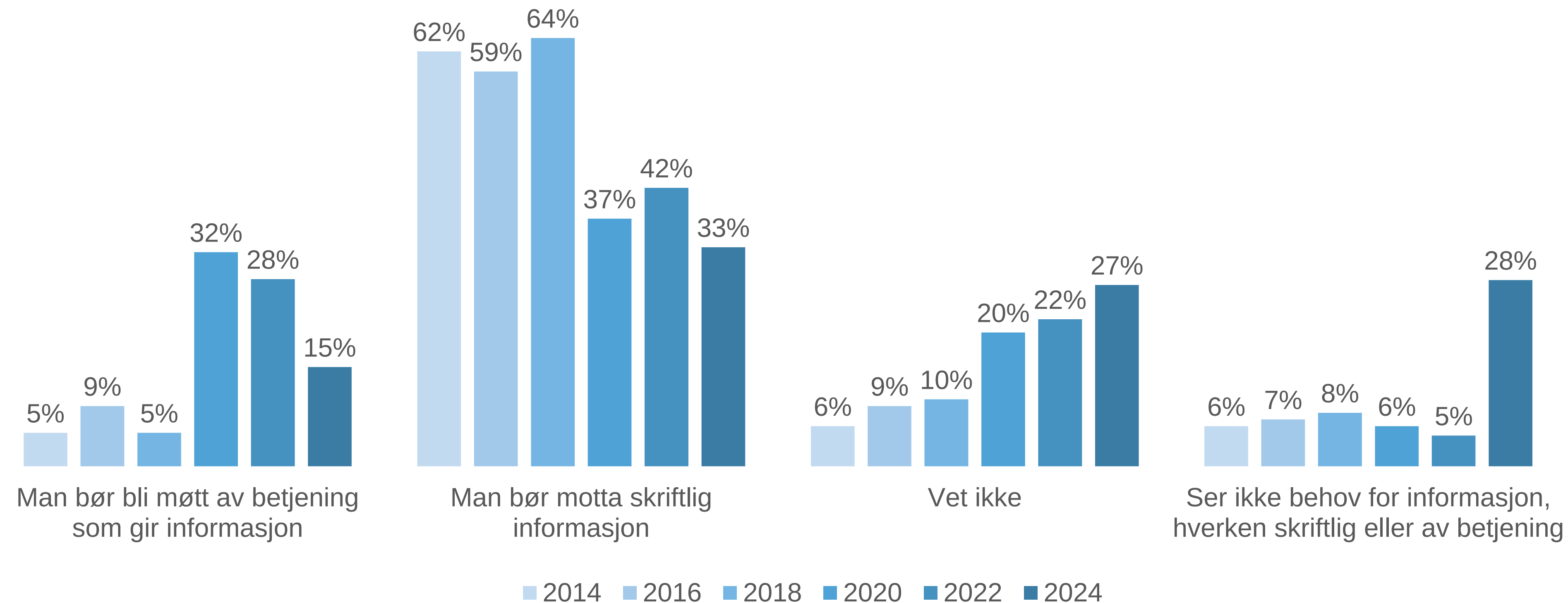


Filter: Har tatt solarium siste 12 måneder



Solariumsbrukere er delte i oppfatningen av ~~mht.~~ behovet for informasjon og oppfølging

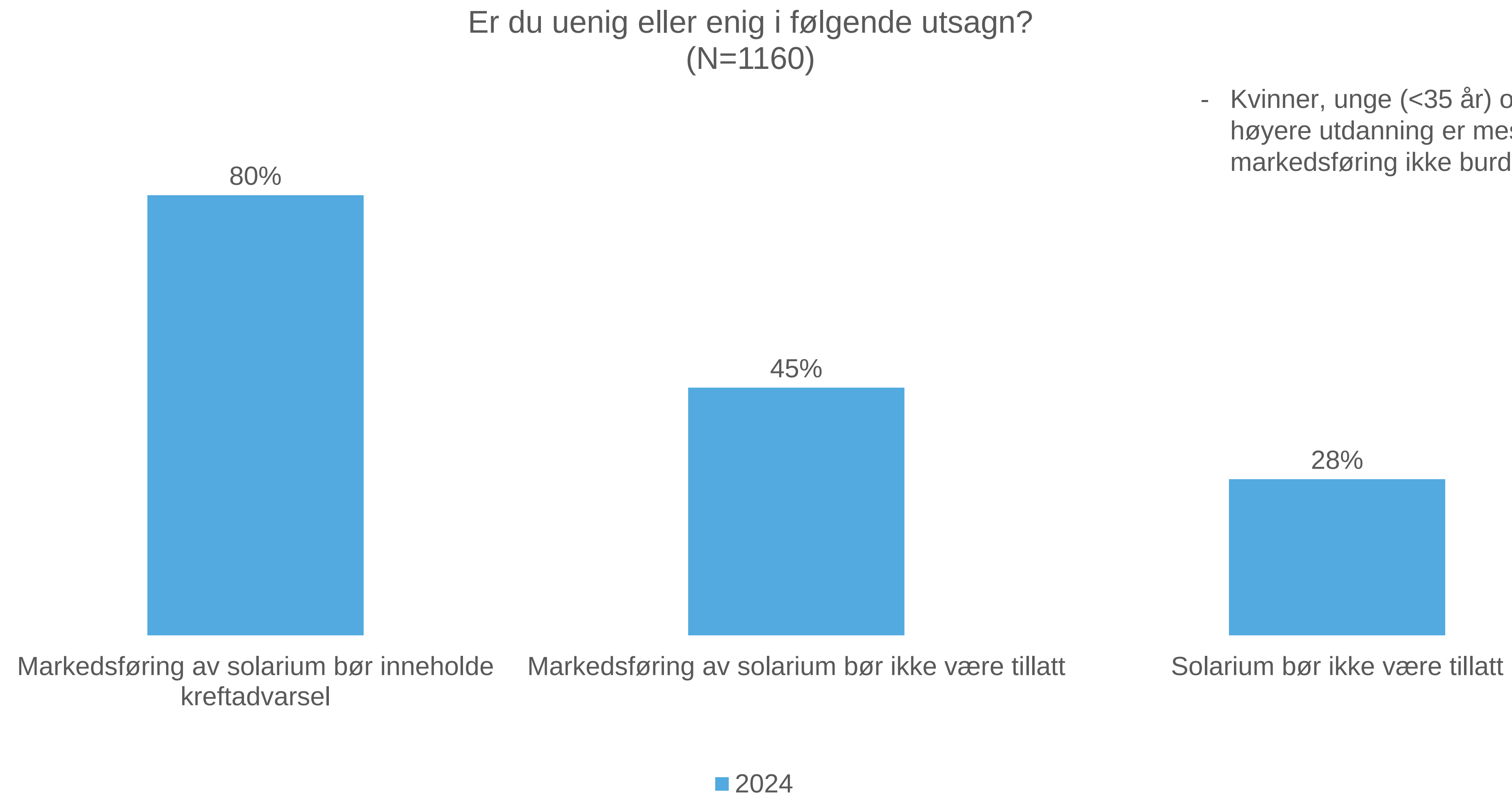
Hva slags oppfølging og informasjon synes du at solariumskunder bør få?
(N=58)



Filter: Har tatt solarium siste 12 måneder



Åtte av ti av befolkningen mener at markedsføring av solarium burde inneholde kreftadvarsel.
Nesten halvparten mener markedsføring av solarium ikke bør være tillatt.



- Kvinner, unge (<35 år) og folk med høyere utdanning er mest enig i at markedsføring ikke burde vært tillatt



Prosentandeler som er enige

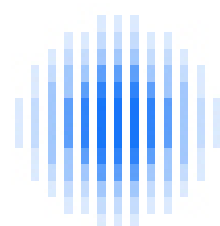




Hudforandringer & og UV-indeks

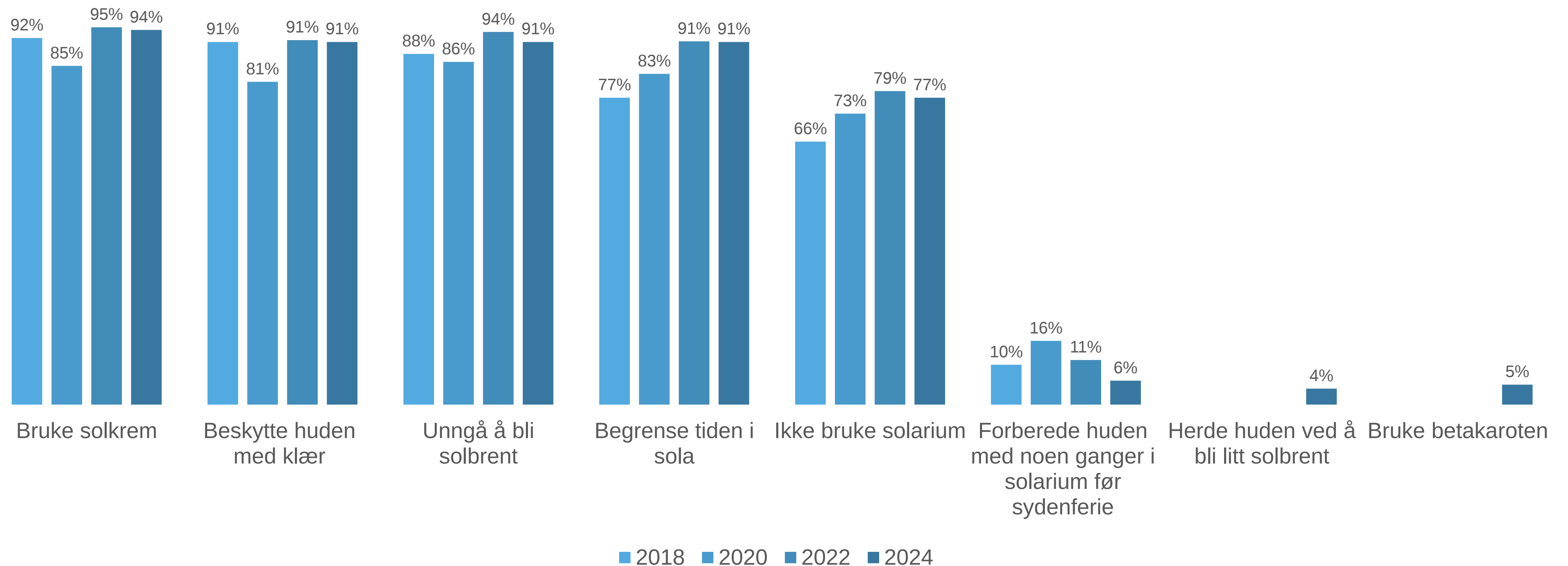
Oppsummering

- Det er høy kjennskap i befolkningen til hvordan man kan minske risiko for hudkreft. 9 av 10 mener de kan redusere risikoen ved å begrense tiden i sola, beskytte seg med solkrem og klær, og å unngå å bli solbrent. 8 av 10 mener at å ikke bruke solarium reduserer risikoen.
- 8 av 10 følger med på huden for å se etter mistenkelige hudforandringer. De mellom 18 og 35 år, menn og folk med lavere utdanning følger i mindre grad med på hudforandringer enn andre.
- 5 av 10 synes det er vanskelig å vite når en føflekk bør sjekkes av lege. 3 av 10 sjekker huden jevnlig uten å ha observert forandringer.
- Av dem som har lagt merke til føflekkforandring, oppsøkte 8 av 10 lege, og eldre gjør dette i større grad enn unge.
- 91% har hørt om UV-indeks, opp fra 79 prosent for 2 år siden. 4 av 10 har sjekket UV-indeksen jevnlig eller noen ganger.
- De fleste sjekker UV-indeksen for å vurdere om de må være mindre i sola (61%) eller for å vite om solbeskyttelse er nødvendig (50 %). 10 prosent sjekker UV-indeksen for å være ute når UV-indeksen er høy. Dette gjelder særlig de mellom 18-35 år.
- Blant dem som ikke sjekker UV-indeks, opplyser rundt halvparten at de ikke vet hvor de kan sjekke den.

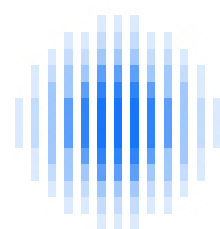


Det er høy kjennskap i befolkningen til hvordan man kan minske risiko for hudkreft

I hvilken grad mener du noe av dette kan minske risikoen for å få hudkreft?
(N=1160)

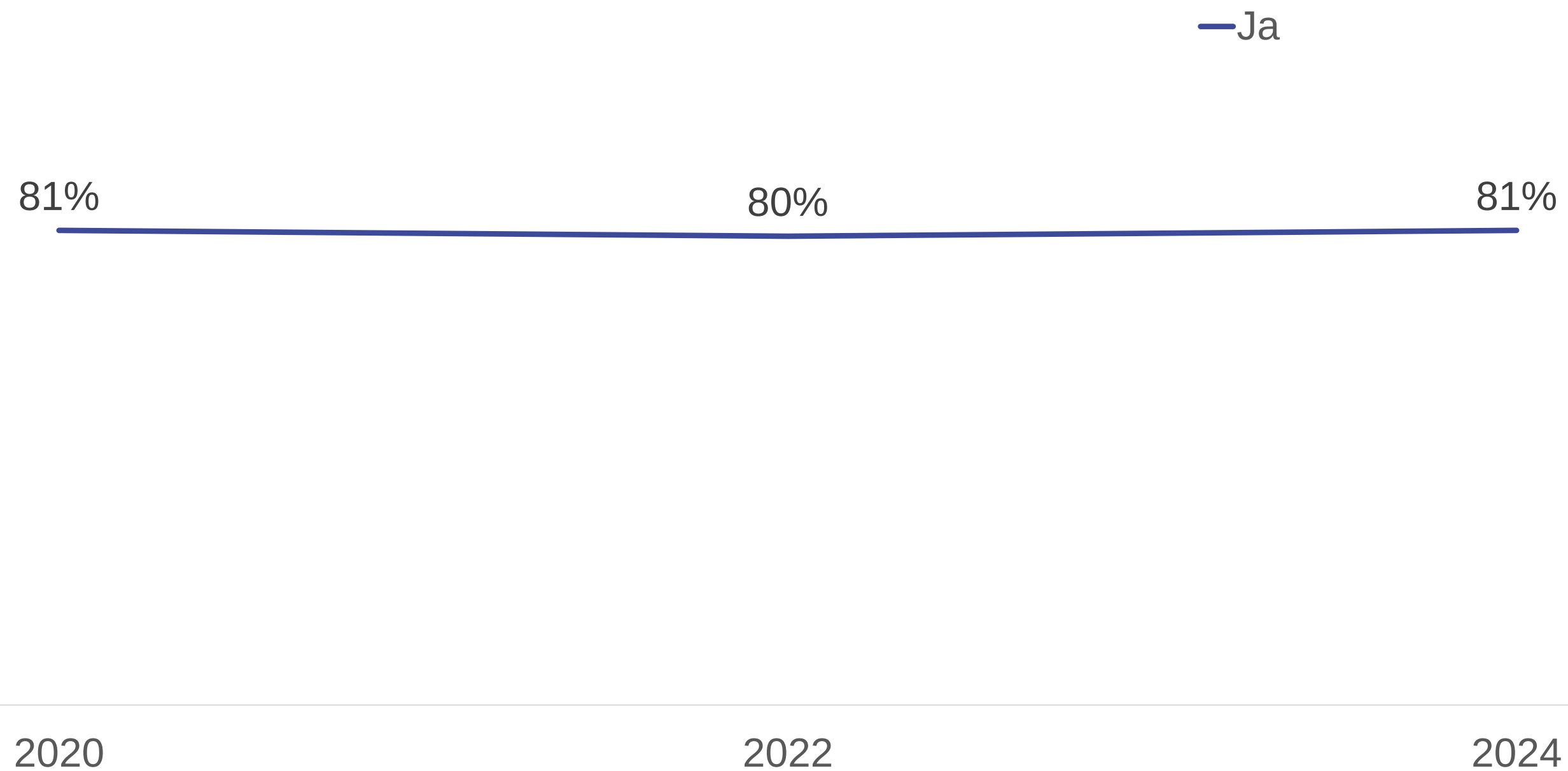


Presentert sammenslått: I ganske stor grad + I svært stor grad

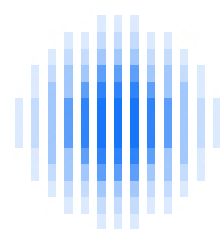


Åtte av ti følger med på huden for å se etter mistenkelige hudforandringer

Følger du med på huden din for å se etter mistenkelige hudforandringer?
(N=1160)

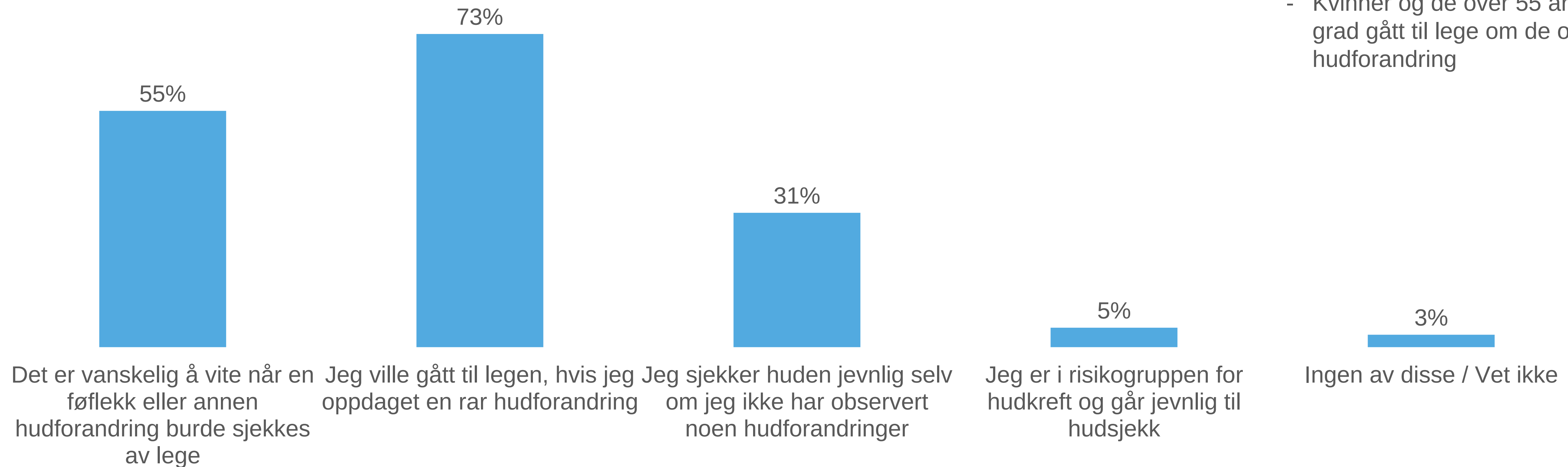


- Unge (<35 år), menn og folk med lavere utdanning følger i mindre grad med på hudforandringer enn andre



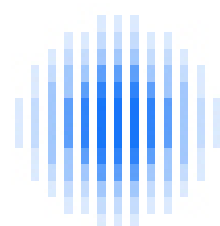
Fem av ti synes det er vanskelig å vite når en føflekk bør sjekkes av lege. Tre av ti sjekker huden jevnlig uten å ha observert forandringer, og sju av ti vil gå til legen hvis de oppdager en rar hudforandring.

Hvilke(t) av følgende utsagn passer best for deg?
(N=1160)



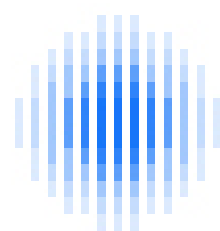
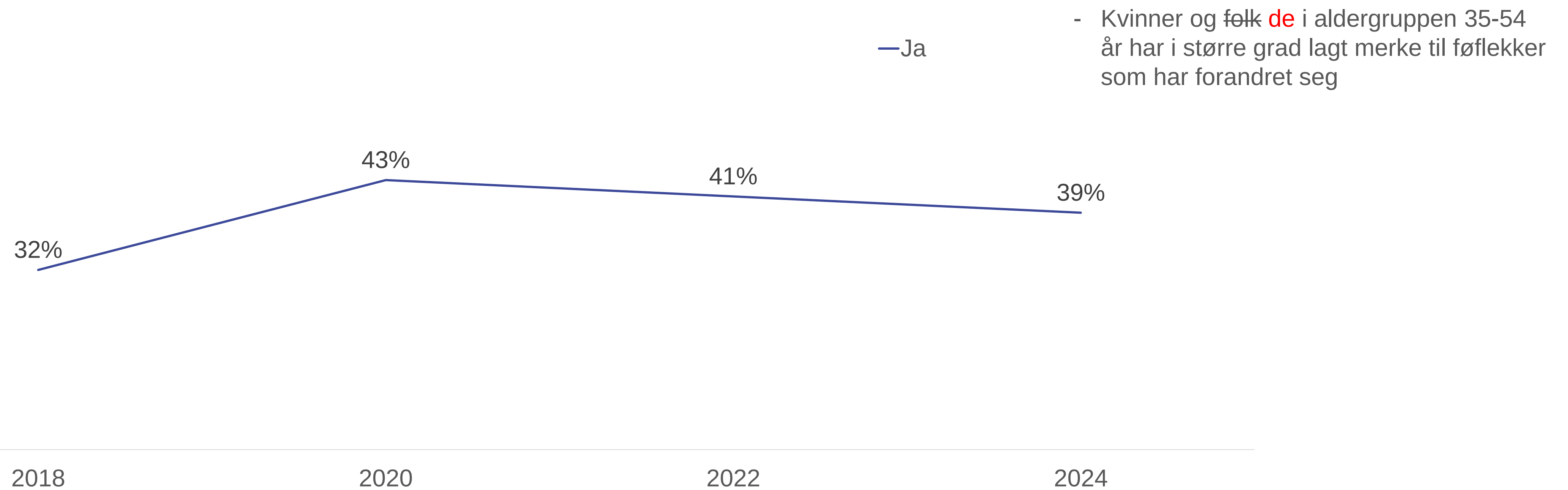
- Kvinner sjekker i større grad huden jevnlig enn menn
- Kvinner og de over 55 år ville i større grad gått til lege om de oppdaget en hudforandring

■ 2024



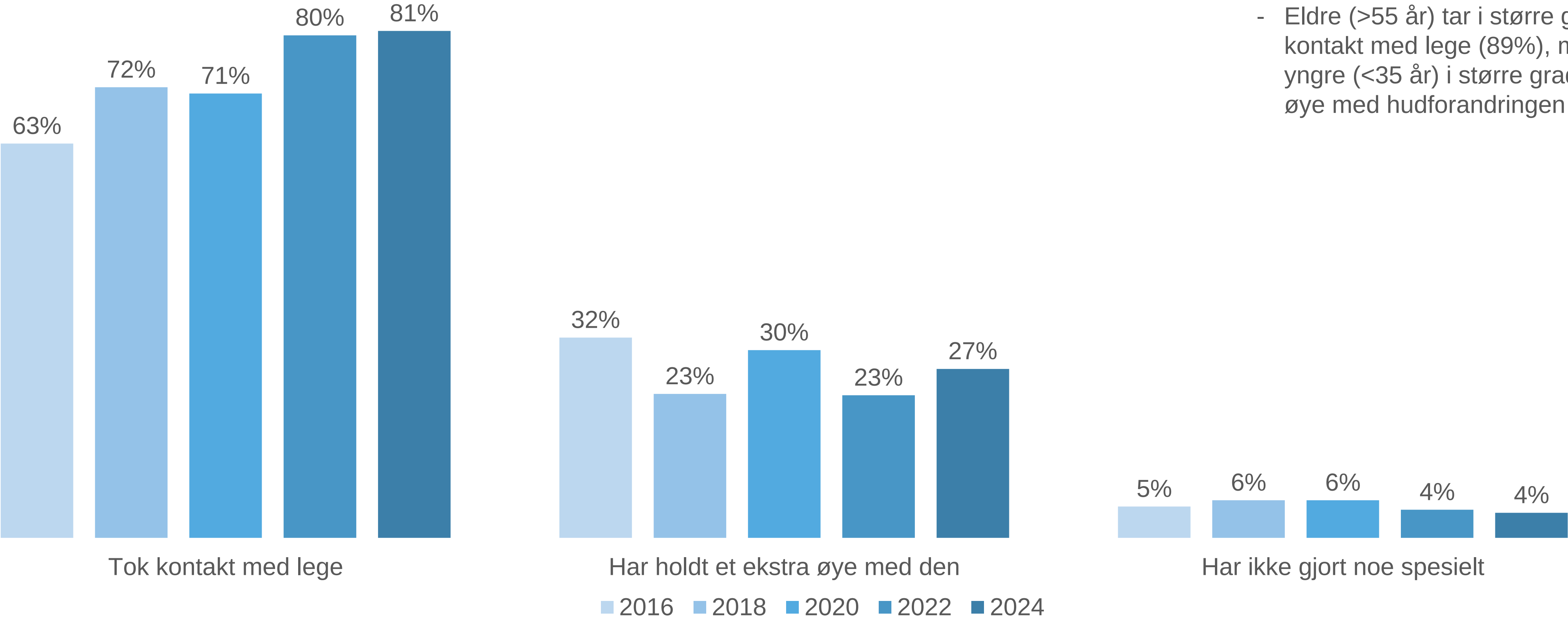
~~39 %~~ Fire av ti har lagt merke til føflekkforandring — fallende trend siden 2020

Har du tidligere lagt merke til om en av føflekkene dine har forandret seg
(f.eks. vokst eller endret farge)?
(N=1160)

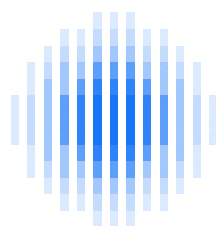


Av dem som har lagt merke til føflekkforandring, oppsøkte åtte av ti lege

Hva gjorde du da du oppdaget at en av føflekkene dine hadde forandret seg (f.eks. vokst eller endret farge)?
(N=456)



- Eldre (>55 år) tar i større grad kontakt med lege (89%), mens yngre (<35 år) i større grad holder øye med hudforandringen (46 %)

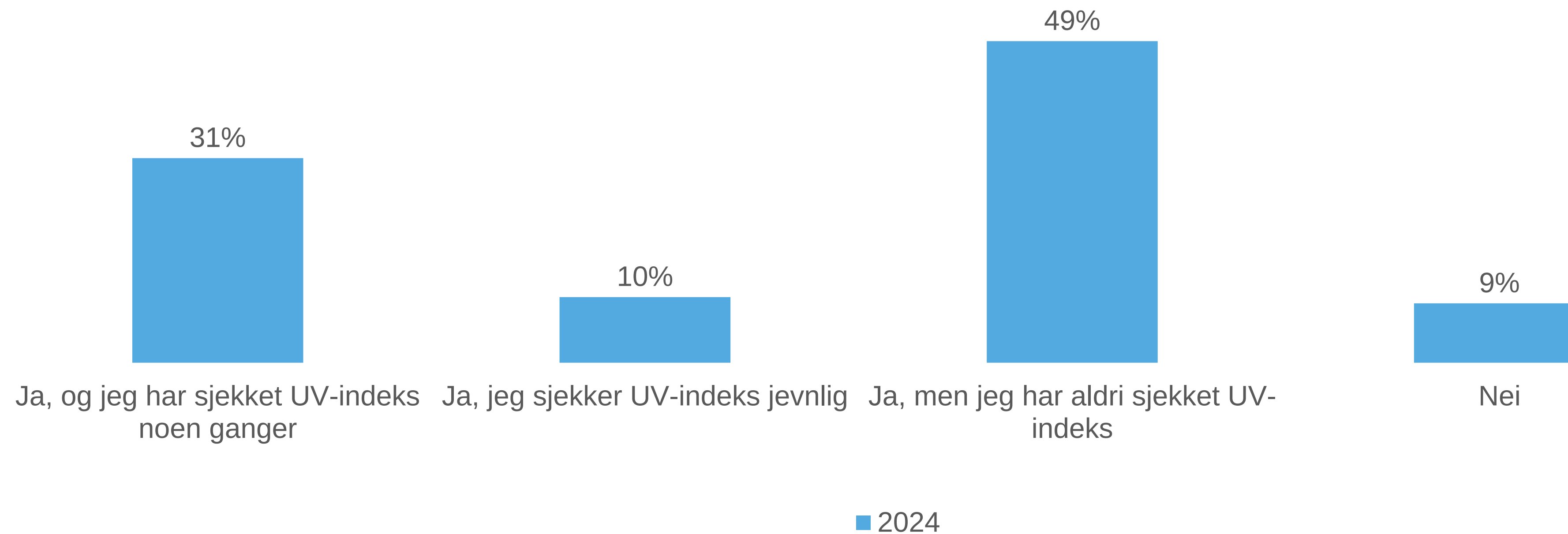


Filter: Har hatt føflekkforandring

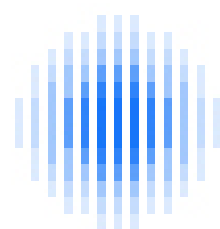


Ni av ti har hørt om UV-indeks, og fire av ti har sjekket UV-indeksen jevnlig eller noen ganger

Har du hørt om UV-indeks?
(N=1160)



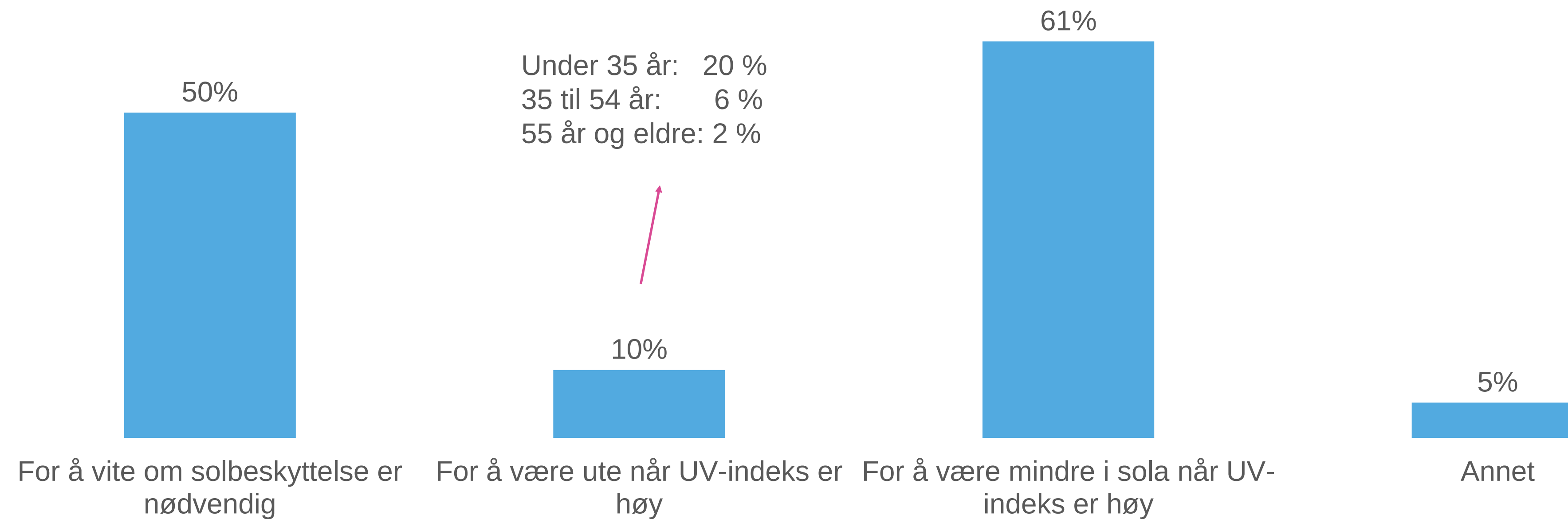
- Unge (<35 år) sjekker UV-indeks noen ganger (40 %) eller jevnlig (18 %) mer enn andre.
- Flere har hørt om UV-indeks i 2024 enn i 2022. Da hadde 79 % hørt om UV indeks.



Flest av dem som sjekker UV-indeksen, gjør det for å vurdere om de må være mindre i sola, eller om det er nødvendig med solbeskyttelse.

To av ti unge (18-35 år) sjekker for å være ute når UV-indeksen er høy

Hvorfor sjekket du UV-indeks?
(N=481)



■ 2024

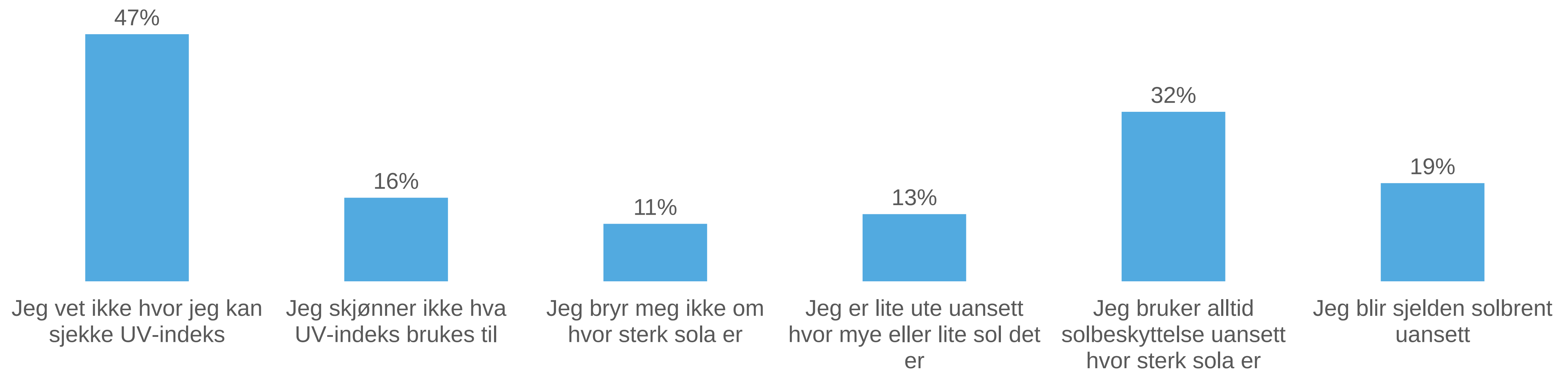


Filter: Har sjekket UV-indeks

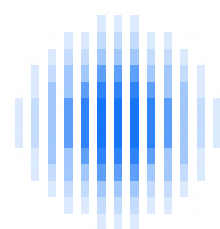


Blant dem som *ikke* sjekker UV-indeks, sier rundt halvparten at de ikke vet hvor de kan sjekke den. Tre av ti sjekker ikke UV-indeks fordi de alltid bruker solbeskyttelse uansett

Hvorfor sjekker du **ikke** UV-indeks?
(N=573)



■ 2024



Filter: Sjekker ikke UV-indeks





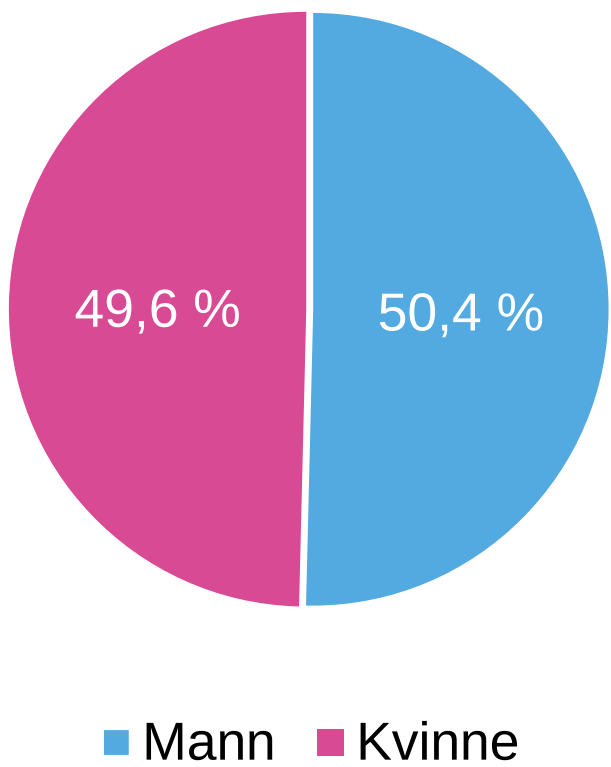
Vedlegg

DEMOGRAFISK FORDELING

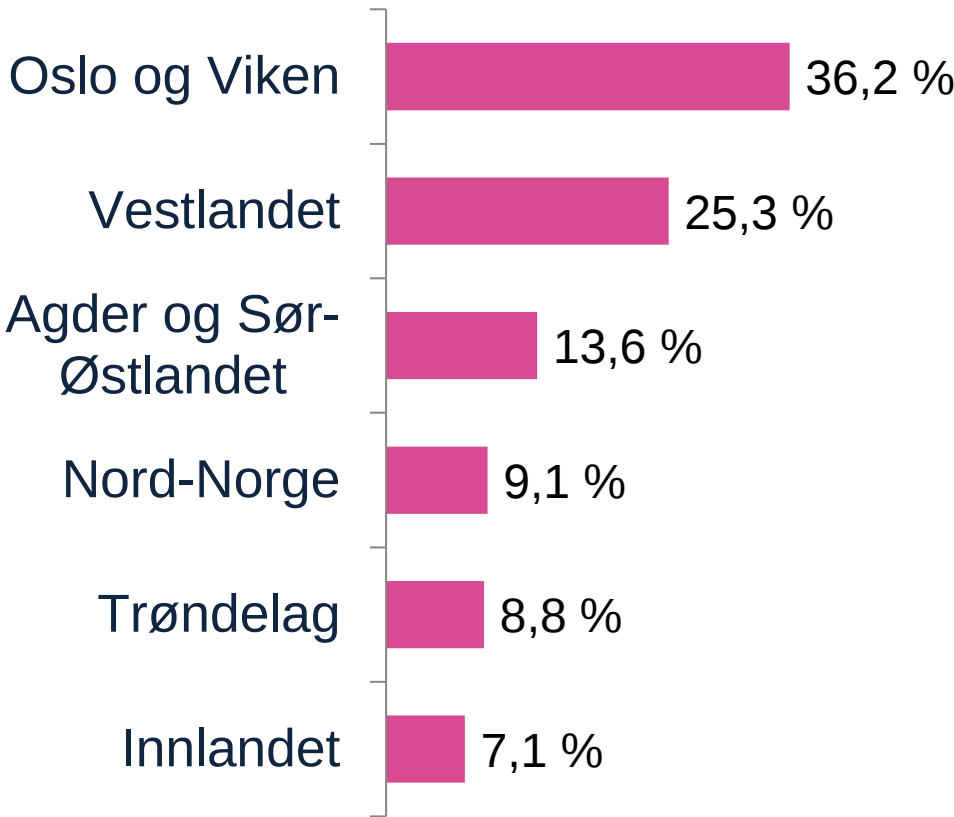
Dataene er vektet på befolkningstall fra SSB



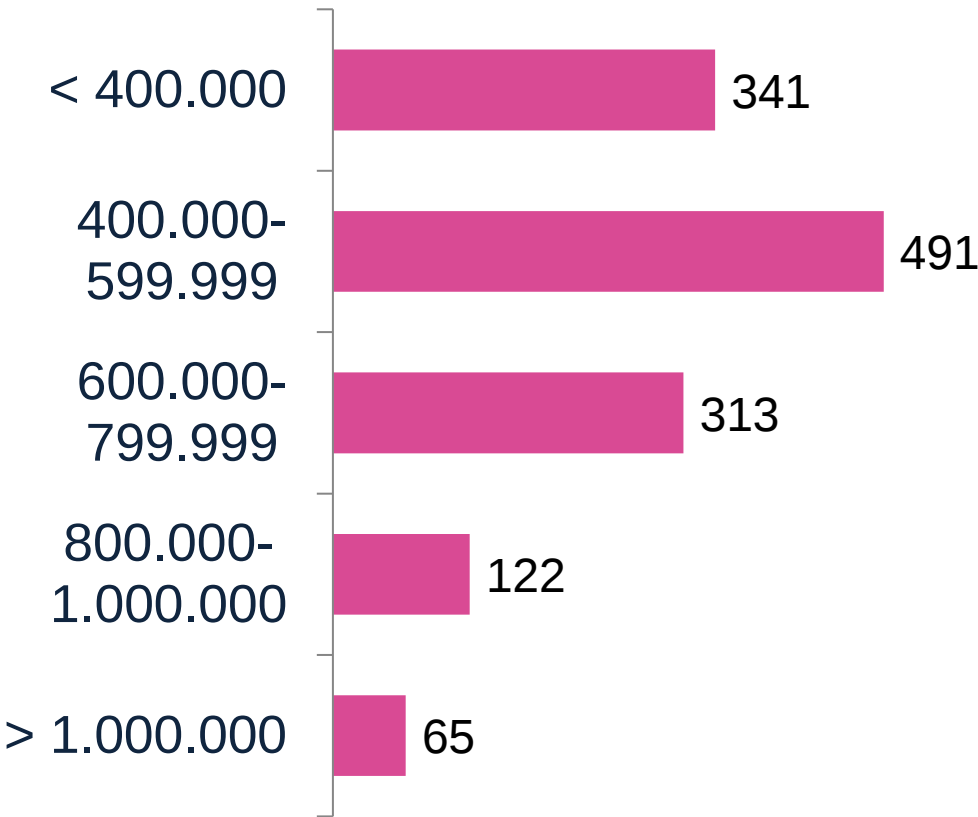
Kjønn



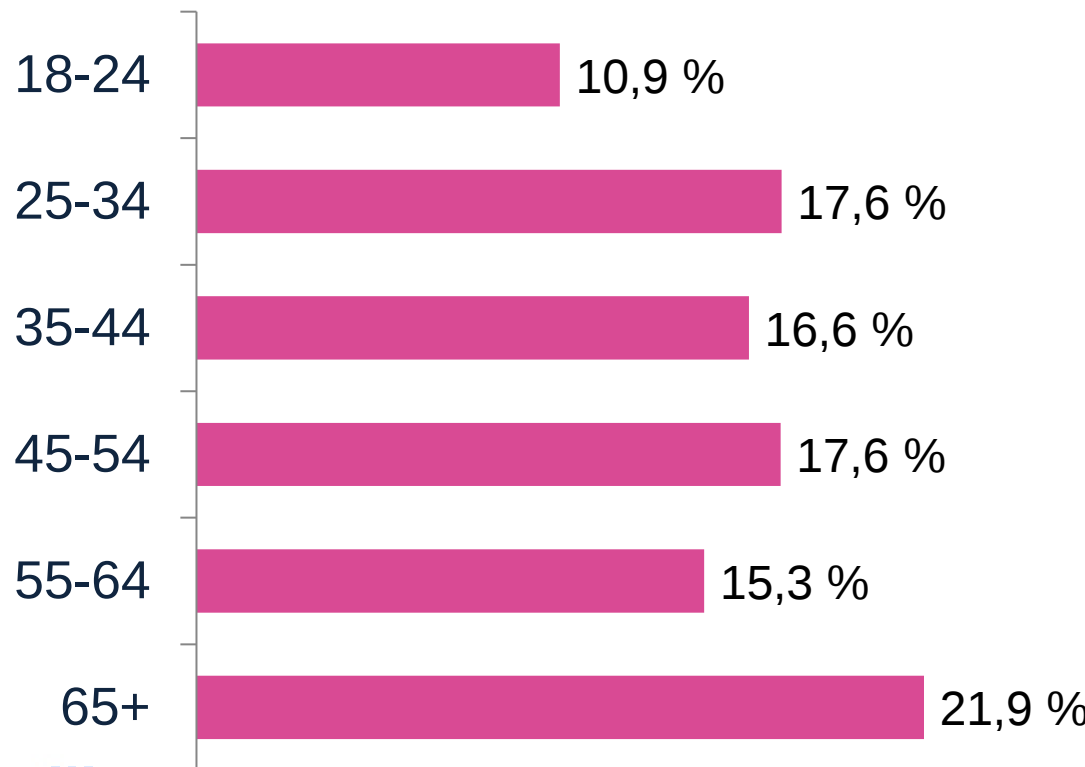
Landsdel



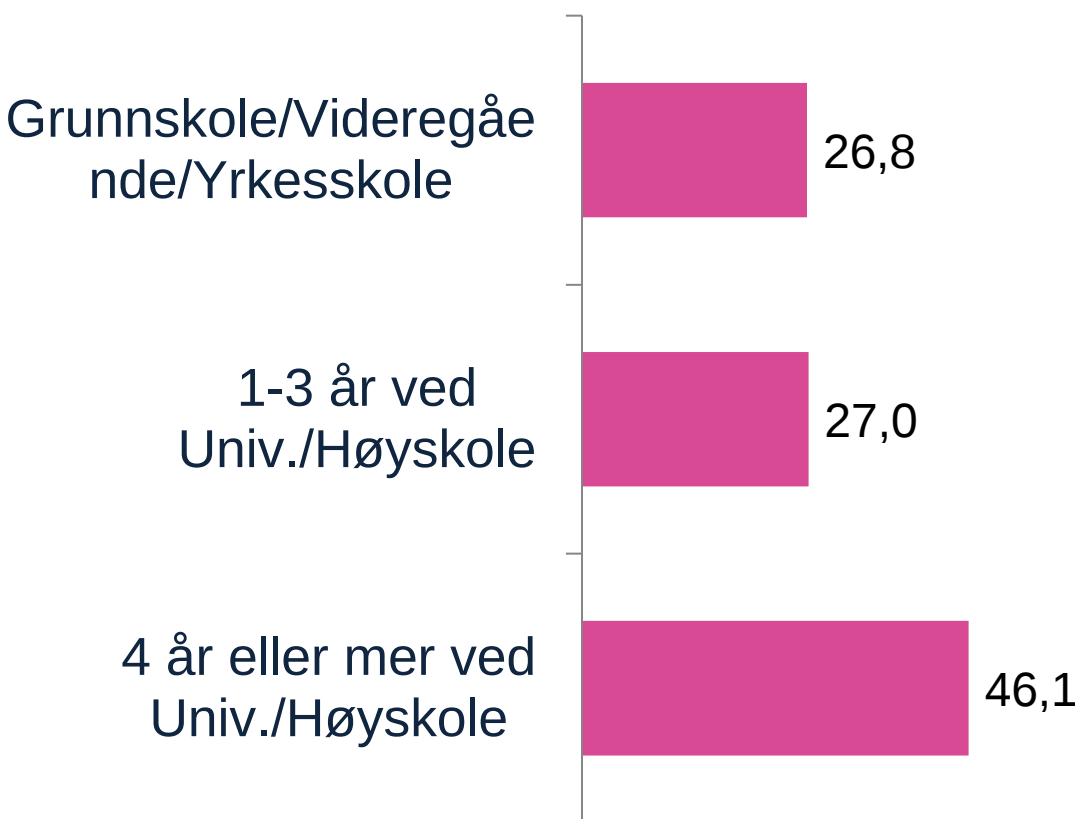
Personlig inntekt



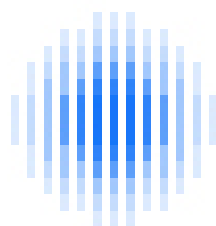
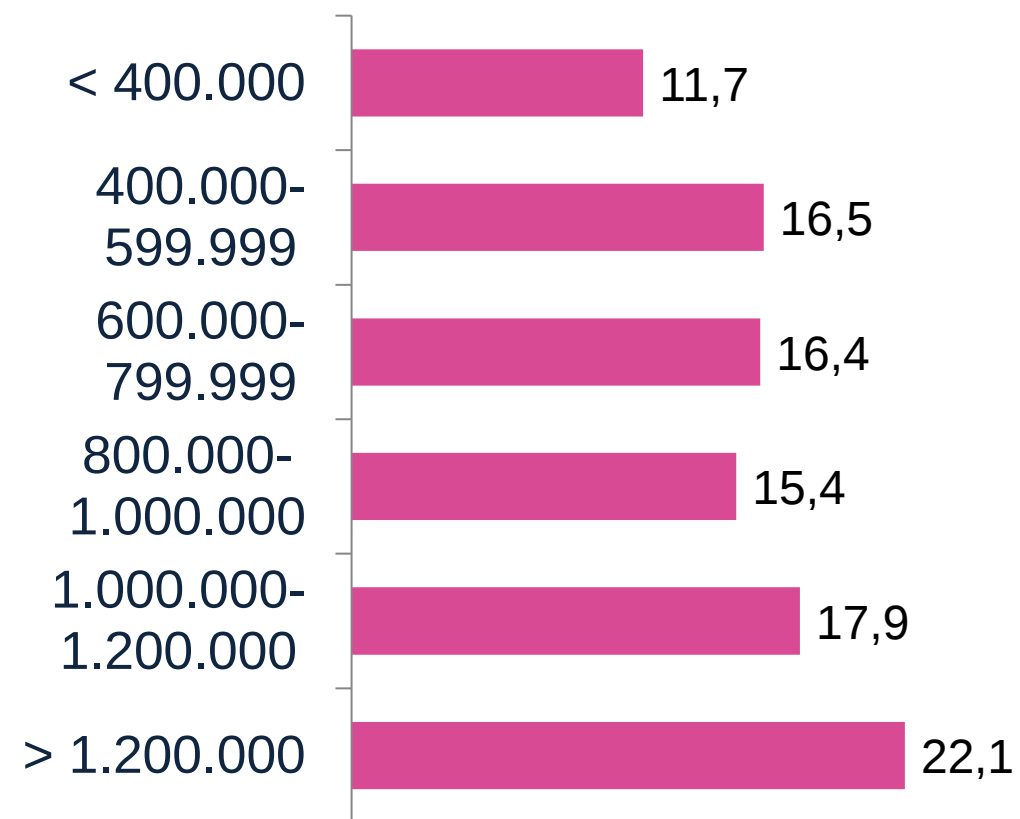
Aldersgrupper



Utdanning



Husholdningsinntekt

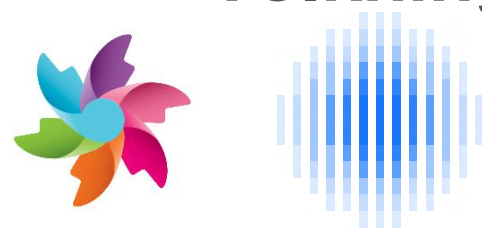


FEILMARGINER

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 1000 respondenter vil feilmarginene ligge på mellom på mellom 1,4 og 3,2 prosent.





RESPONS 

Takk for oppmerksomheten!



Seniorrådgiver Jonny Nordøy
+47 450 02 113 // jonny@responsanalyse.no