

Solvaner i den norske befolkningen

Utført på oppdrag fra



KREFTFORENINGEN

Mai 2016



Innhold

Innledning.....	3
Materiale og metode.....	3
Hovedfunn	4
Solvaner i Norge	7
Solvaner på sydenferie	13
Bruk av solarium.....	21
Tiltak for å hindre hudkreft	28
Føflekker	30
UV- indeks	32

Innledning

På oppdrag fra Kreftforeningen har TNS Gallup gjennomført denne undersøkelsen for å avdekke befolkningens solvaner – både egne og på vegne av barn. Vi kartlegger solvaner innenlands og utenlands samt i solarium. Tilsvarende undersøkelse er gjennomført i 1999, 2004, 2012 og 2014, men dette er andre gjennomføring gjort av TNS Gallup. Der det er mulig er resultater sammenlignet med det som er avdekket i de tidligere målingene. Relevante nedbrytninger er kommentert fortløpende i rapporten.

Statens strålevern har bidratt med delfinansiering og faglige innspill.

Spørsmål om undersøkelsen kan rettes til mona.stensrud@kreftforeningen.no.

Kontaktperson hos Kreftforeningen har vært Frank Hermann Hernes. Ansvarlig for gjennomføring, analyse og rapportering i TNS Gallup har vært Morten Løbak Hestmann.

Materiale og metode

Datainnsamlingen er gjennomført ved bruk av webintervjuer gjennomført på TNS Gallups webpanel. Respondentene har fått tilsendt en email med link til undersøkelsen. Årets undersøkelse ble gjennomført i uke 16-17 i 2016.

Målgruppen for undersøkelsen er befolkningen 18 år og eldre. Utvalget er landsrepresentativt. Det er tatt 1147 intervju.

Data er vektet på kjønn, alder og geografi, slik at sammensetningen av utvalget med hensyn til disse faktorene er korrekt i henhold til offisiell statistikk. Dette gjør vi for å redusere virkningene av de utvalgsskjevheter som normalt oppstår ved gjennomføring av denne type undersøkelser.

Hovedfunn

Solvaner i Norge

9 av 10 svarer at de soler seg ute. Den viktigste grunnen til at folk soler seg ute er fordi det er behagelig og for å bli brun og få farge.

Utendørsaktiviteter som ikke er knyttet til soling er den vanligste situasjonen man blir solbrent.

Den vanligste måten å beskytte seg i solen hjemme i Norge er fortsatt å bruke solkrem med faktor. Stadig færre beskytter seg ikke i det hele tatt, og andelen er nede i 8%.

Folk har fått et mer bevisst forhold til bruk av solfaktor. De aller fleste bruker middels faktor, og andelen har økt over tid. Også andelen som bruker høy faktor har økt, mens andelen som bruker lav faktor er halvert på fire år.

Folk har bedret sine solvaner, og solbrenthet ser ut til å være et noe mindre problem enn for to år siden. Det kan også knyttes til økt bruk av solkrem med høyere faktor. Fortsatt opplever 37% å bli solbrent ute i solen hjemme i Norge, men det er færre enn tidligere. Bare et fåtall av de som blir solbrent opplever dette ofte. 37% av de som blir solbrente blir så solbrente at de får blemmer eller flasser av, men andelen er lavere enn tidligere.

Alle – med noen svært få unntak – ser til at barna beskyttes mot solen og oppgir at de smører barna med solkrem når barna er ute i solen hjemme i Norge. Over halvparten sørger for at de bruker solbriller, solhatt eller klær som beskyttelse.

Folk soler seg mindre nå enn for fem år siden, og dette er enda tydeligere enn for to år siden. Bare 8% soler seg mer, mens 38% soler seg mindre. Over halvparten soler seg like mye som tidligere. Det er først og fremst kvinner og de over 60 år som har redusert sin soling de siste årene.

Solvaner på sydenferie

3 av 4 har vært på sydenferie de siste tre årene, og det kan se ut til at hyppigheten på antall sydenturer er noe lavere i år enn for to år siden.

Den vanligste måten å beskytte seg i solen på sydenferie er å bruke solkrem med faktor, noe alle gjør. 4 av 5 bruker solbriller. Bare 1% beskytter seg ikke i det hele tatt.

Andelen som beskytter seg mot sola på sydenferie er betydelig høyere enn det som er tilfelle hjemme i Norge. Dette er særlig tilfelle for bruk av solhatt og pauser midt på dagen. I tillegg beskytter man seg på flere måter når man er på sydenferie.

Bruk av solfaktor med høy faktor har økt betydelig på bekostning av både lav og middels faktor. Ikke bare bruker folk oftere solkrem med faktor på sydenferie enn hjemme, men de bruker altså betydelig høyere faktor enn hjemme også. Bruk av solkrem med solfaktor er veldig

ulik på sydenferie enn hjemme i Norge. Mens 45% bruker høy faktor i syden gjør bare 17% det hjemme i Norge.

3 av 4 er mer opptatt av å beskytte seg mot solen når de er på sydenferie enn når de er ute i solen hjemme i Norge. 1 av 3 har opplevd å bli solbrent på sydenferie. Dette er noe færre enn andelen som blir solbrent hjemme. 1 av 3 av de som blir solbrente blir så brent at de får blemmer eller flasser av og antallet er lavere enn for to år siden. Andelen som opplever dette på Sydenferie er relativt lik det som skjer hjemme i Norge.

Nesten alle ser til at barna beskyttes mot solen på sydenferie. Det er også slik at foreldre beskytter sine barn mot solen på flere måter når de er på sydenferie. Omtrent alle oppgir at de smører barna med solkrem med faktor når barna er ute i solen i syden, og andelen er økt signifikant. Foreldre beskytter barna sine på flere måter på sydenferie enn hjemme i Norge.

Bruk av solarium

14% har brukt solarium siste 12 måneder mot 17% i 2014. Kvinner tar solarium i signifikant større grad enn menn, de med lavere utdanning tar solarium i større grad enn de med høyere utdanning og andelen som tar solarium synker med økt alder.

Bruken av ubetjent solstudio er noe lavere enn tidligere, selv om andelen storbrukere er høyere enn før. De fleste som tar solarium gjør dette i ubetjent solstudio, men andelen som bruker betjent solstudio har økt.

Den viktigste grunnen til at folk tar solarium er for å bli brun og få farge. Nesten like mange oppgir at de tar solarium for å forberede huden før sydenferie. Andelen som tar solarium for å få vitamin D og fordi det er sunt øker kraftig. De aller fleste tar solarium i 11-20 minutter, og andelen som tar solarium lengre enn dette er redusert de to siste år.

4 av 5 har fått informasjon på solstudioet. 2 av 3 har fått informasjon om 18-årsgrene og om hudtype og solingstider. 1 av 3 har fått med seg informasjon om at det øker risikoen for hudkreft. 6 av 10 mener skriftlig informasjon i solstudio er tilstrekkelig, mens 1 av 4 mener det bør være tilgjengelig betjening dersom man lurer på noe.

14% har opplevd å bli solbrent i solarium. De oppgir da at det har hendt, men ikke ofte. Solbrenthet skjer sjeldnere i solarium enn ute i solen. Dette er stabilt siden 2012, mens det har sunket kraftig siden 2004, da 1 av 3 den gangen ble solbrent i solarium.

Tiltak for å hindre hudkreft

Folk tror solkrem med faktor er det som i størst grad minsker risikoen for å få hudkreft – mer enn 9 av 10 er enige om det. Like mange mener at det å beskytte huden med klær og å unngå å bli solbrent vil minske risikoen. 8 av 10 mener det å ta pauser fra sola midt på dagen vil minske risikoen. Det ser ut til å være en gap mellom kunnskapsnivået og faktisk adferd.

Føflekker

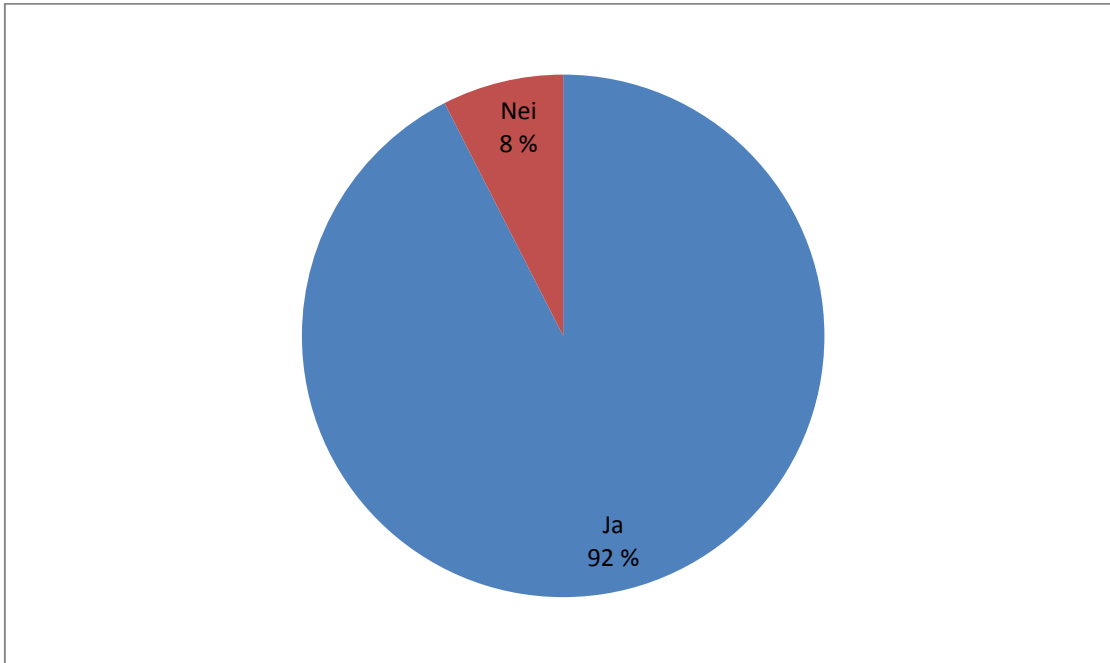
16% har registrert at de har føflekker som har vokst eller endret farge. Kvinner er signifikant mer bevisst på dette enn menn. 2 av 3 tok kontakt med lege, 1 av 3 fulgte nøye med på det, mens 5% ikke har gjort noe.

1 av 4 følger aktivt med på om føflekkene forandrer seg. Halvparten vet at de skal følge med, mens 17% synes det er vanskelig å følge med fordi de har så mange føflekker.

UV- indeks

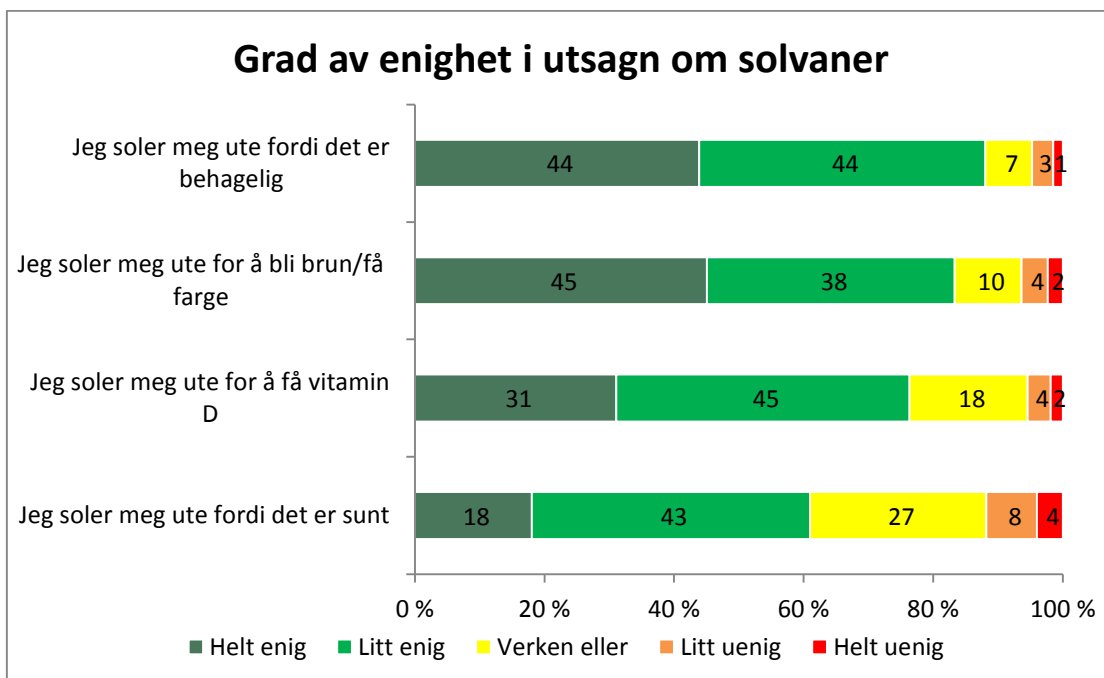
74% har hørt om UV- indeks, men bare 14% har noen gang sjekket den. Andelen som har sjekket UV- indeksen har økt signifikant de to siste år. UV- indeksen er best kjent blant eldre og de med høyere utdanning.

Solvaner i Norge



Hender det at du soler deg ute? N=1034

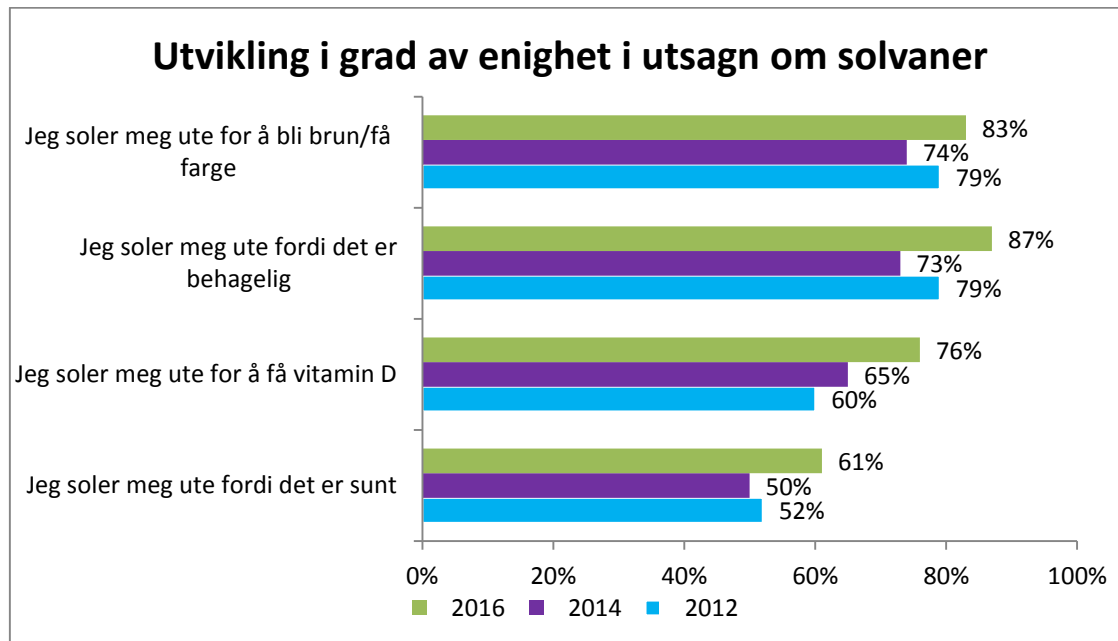
9 av 10 svarer at de soler seg ute. Kvinner soler seg i signifikant større grad enn menn, og de med høyere utdanning soler seg signifikant mer enn de med lavere utdanning.



Hvor enig eller uenig er du i de følgende utsagnene om når du soler deg ute? N=957

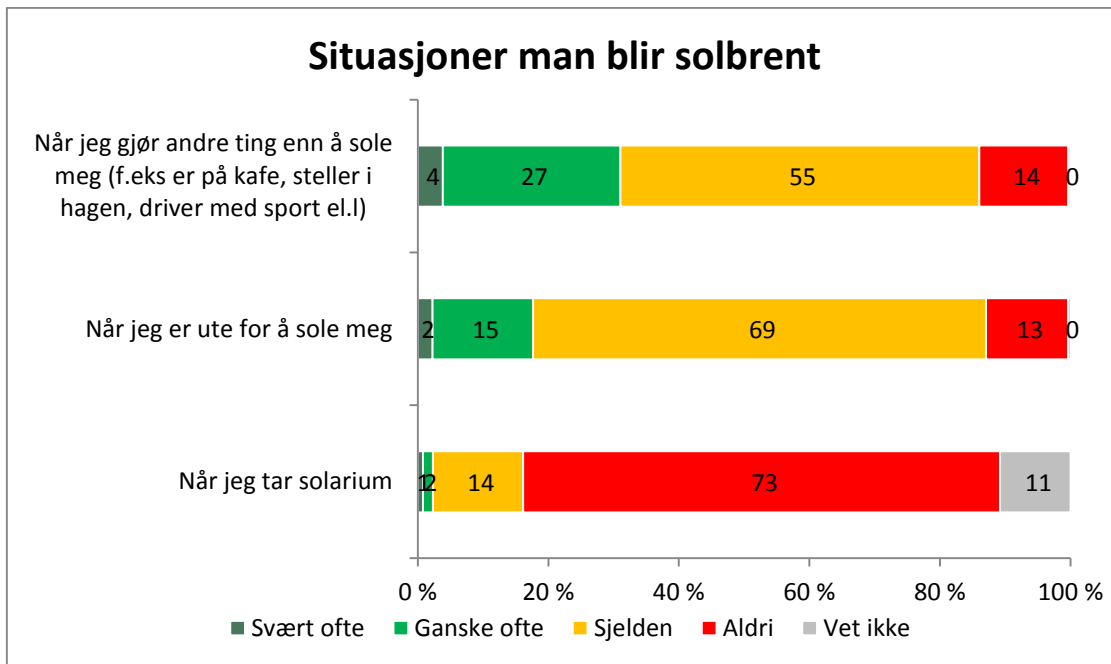
Den viktigste grunnen til at folk soler seg ute er fordi det er behagelig og for å bli brun og få farge. 8 av 10 gjør dette. Videre oppgir 3 av 4 at de soler seg for å få vitamin D, mens over halvparten soler seg ute fordi de mener det er sunt.

De yngste er signifikant mer opptatt av å få farge enn eldre, og kvinner er mer opptatt av dette enn menn. Kvinner er også signifikant mer opptatt av det er behagelig. Kvinner, de over 44 år og de med høyere utdanning vektlegger i signifikant høyere grad at det er sunt. Kvinner og eldre vektlegger i tillegg behovet for vitamin D i større grad enn andre.



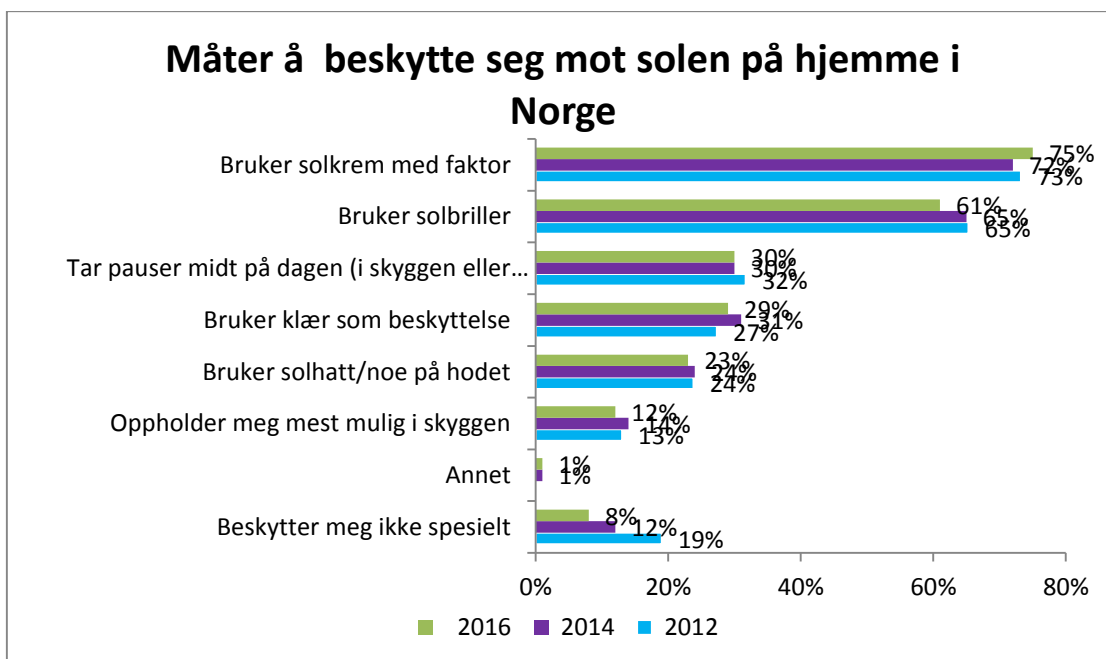
Hvor enig eller uenig er du i de følgende utsagnene om når du soler deg ute? N=957

Motivasjonen for å sole seg er høyere enn tidligere, men dette henger trolig sammen med at vi i år har filtrert bort de som svarer at de ikke soler seg. Uavhengig av dette ser det ut til at motivasjonen har økt reelt sett. Dette gjelder særlig det at det er behagelig å sole seg.



I hvilke situasjoner blir du ofte solbrent? N=1146

Utendørsaktiviteter som ikke er knyttet til soling er den vanligste situasjonen man blir solbrent. 1 av 3 oppgir at de blir solbrent i slike situasjoner. Videre oppgir 1 av 6 at de blir solbrent når de er ute for å sole seg. Bare 3% blir solbrent i solarium. Færre enn tidligere blir solbrent når de er ute for å sole seg, men ellers er det på nivå med det vi så i 2014.

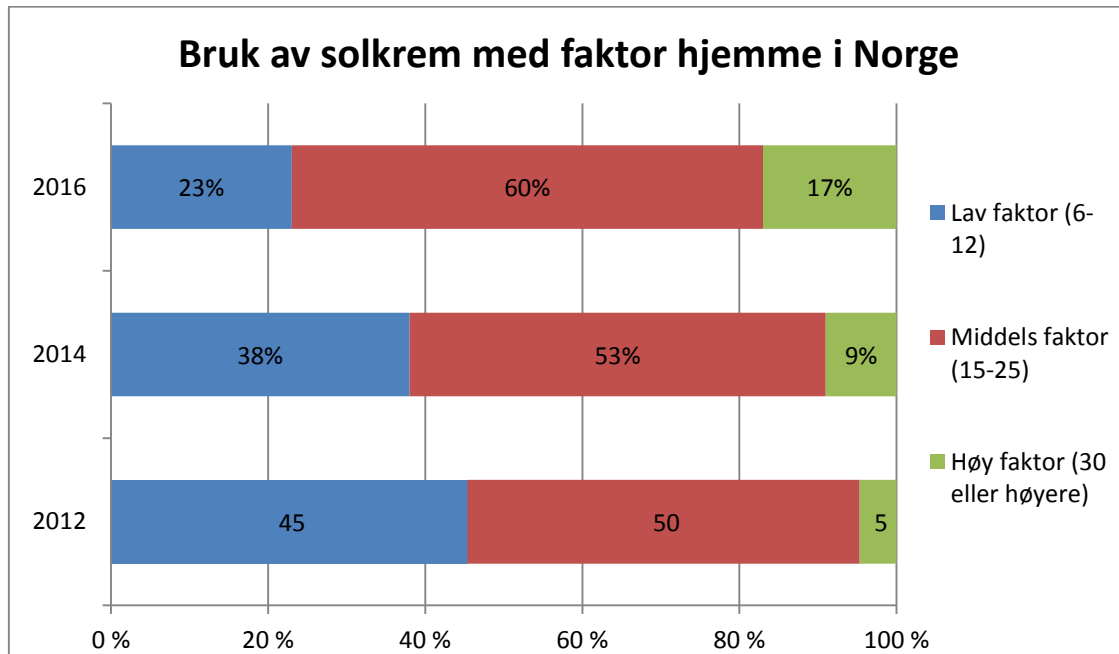


Du vil nå få noen spørsmål om dine solvaner når du er hjemme i Norge. På hvilken måte beskytter du deg i solen hjemme i Norge? N=1147

Den vanligste måten å beskytte seg i solen hjemme i Norge er fortsatt å bruke solkrem med faktor, noe 3 av 4 gjør. Videre bruker 2 av 3 solbriller, men det er færre enn tidligere. 1 av 3

tar pauser midt på dagen – enten i skyggen eller inne og bruker klær som beskyttelse. 1 av 4 bruker solhatt. Stadig færre beskytter seg ikke i det hele tatt, og andelen er nede i 8%.

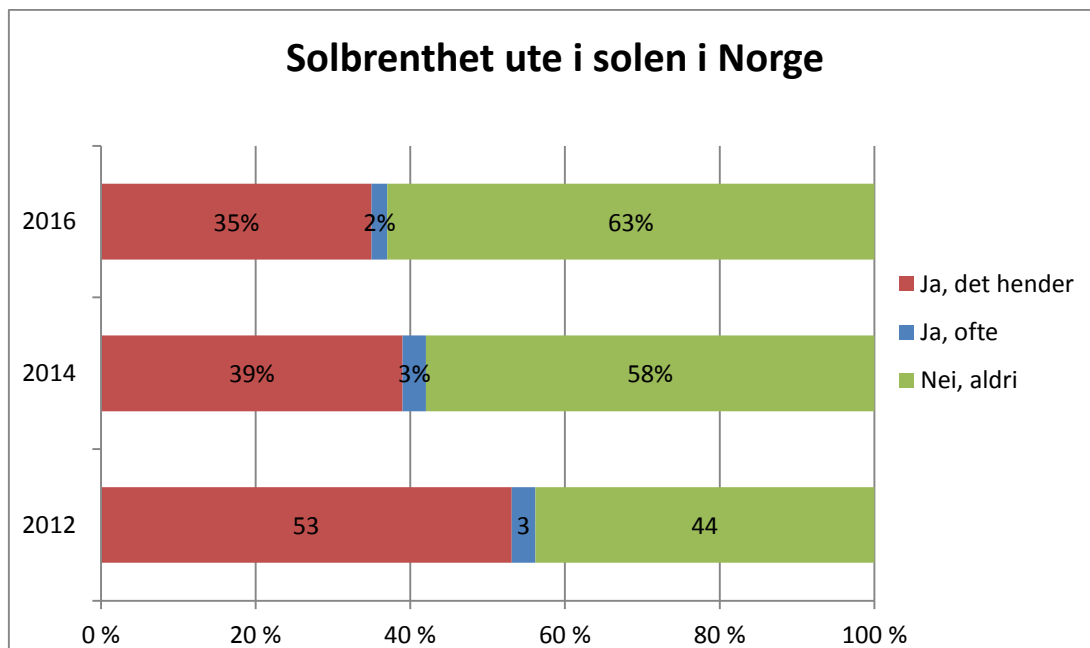
Menn oppgir i større grad enn kvinner at de ikke beskytter seg spesielt, mens kvinner oppgir i signifikant større grad at de bruker solkrem. De med høyere utdanning er flinkere til å beskytte seg enn de med lavere utdanning. De under 45 år er flinkere til å beskytte seg mot solen enn de over 45 år.



Hvilken faktor bruker du vanligvis hjemme i Norge?

Base: hvis bruker solkrem med faktor N=854

Folk har fått et mer bevisst forhold til bruk av solfaktor. De aller fleste bruker middels faktor, og andelen har økt over tid. Også andelen som bruker høy faktor har økt, mens andelen som bruker lav faktor er halvert på fire år. Bruk av solfaktor er svært lik i ulike grupper av befolkningen.

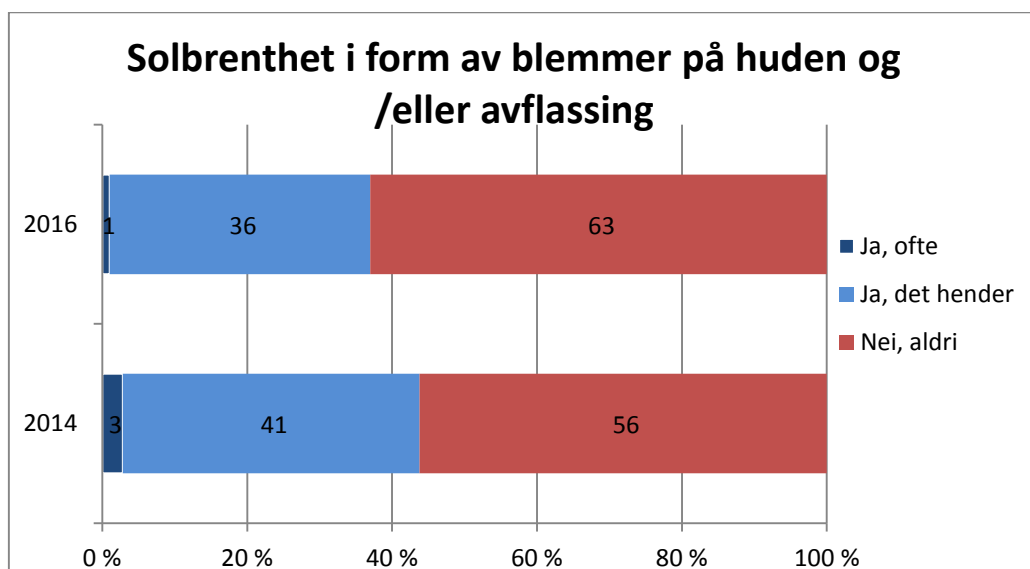


Har du opplevd å bli solbrent (ubehagelig rødhet, kløe i huden) når du har vært ute i solen hjemme i Norge de siste 12 månedene? N=1144

*) tekst i parentes er lagt til i målingen i 2014 og lå ikke inne i 2012

Folk har bedret sine solvaner, og solbrenthet ser ut til å være et noe mindre problem enn for to år siden. Vi så et skifte fra 2012 til 2014, mens forskjellen de to siste år er noe mindre. Fortsatt opplever 37% å bli solbrent ute i solen hjemme i Norge, men det er færre enn tidligere. Bare et fåtall av de som blir solbrent opplever dette ofte. De som er yngre enn 45 år blir oftere solbrent enn andre.

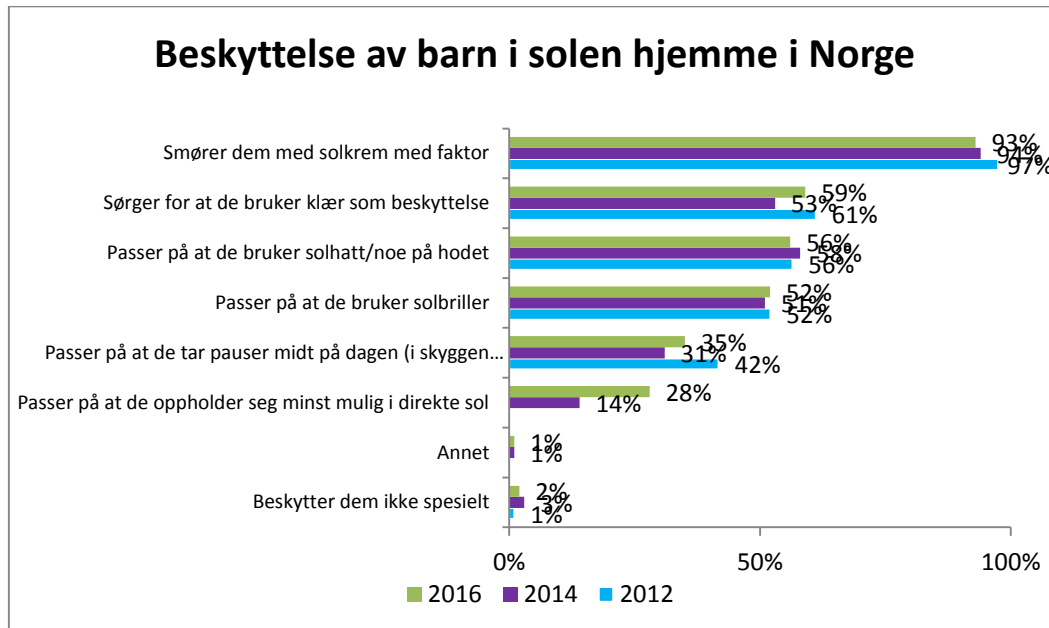
De som beskytter seg mot solen på ulike måter og de som bruker høy solfaktor på solkremen blir oftere solbrent enn de som ikke beskytter seg eller bruker lav faktor. Dette har nok sammenheng med at de som vet de lett blir solbrent faktisk også beskytter seg mer mot solen (selv om det ikke alltid er tilstrekkelig).



Ble du så solbrent at du fikk blemmer på huden og /eller flasket av?

Base: Hvis har opplevd å bli solbrent ute i solen hjemme i Norge siste 12 måneder N=424

37% av de som blir solbrente blir så solbrente at de får blemmer eller flasser av. Andelen er signifikant lavere enn tidligere. De fleste opplever dette i blant, mens et fåtall opplever dette ofte.

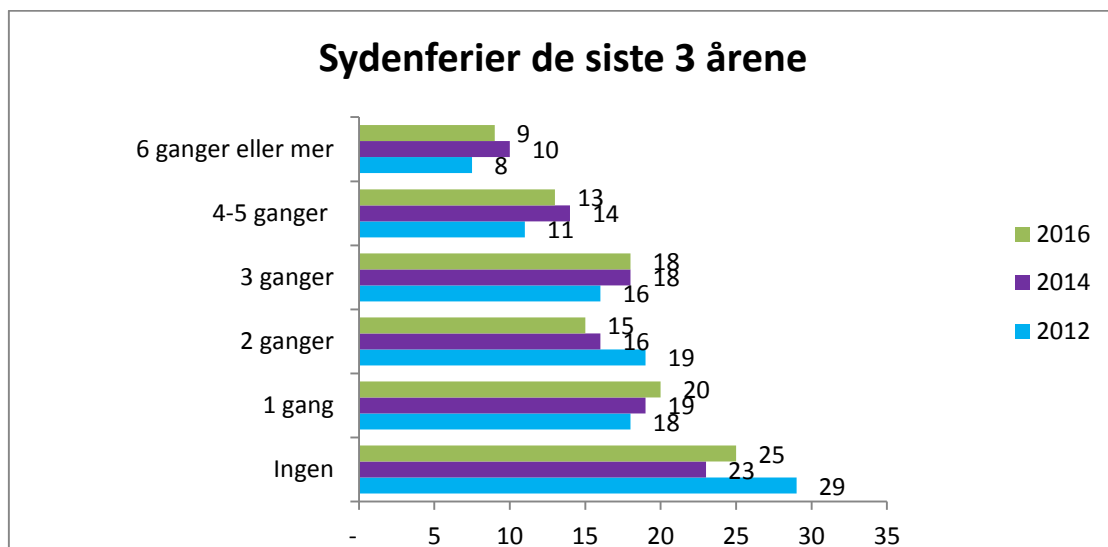


På hvilken måte beskytter du barna i solen når de er ute i solen hjemme i Norge?

Base: de som har barn som er 12 år eller yngre N=245

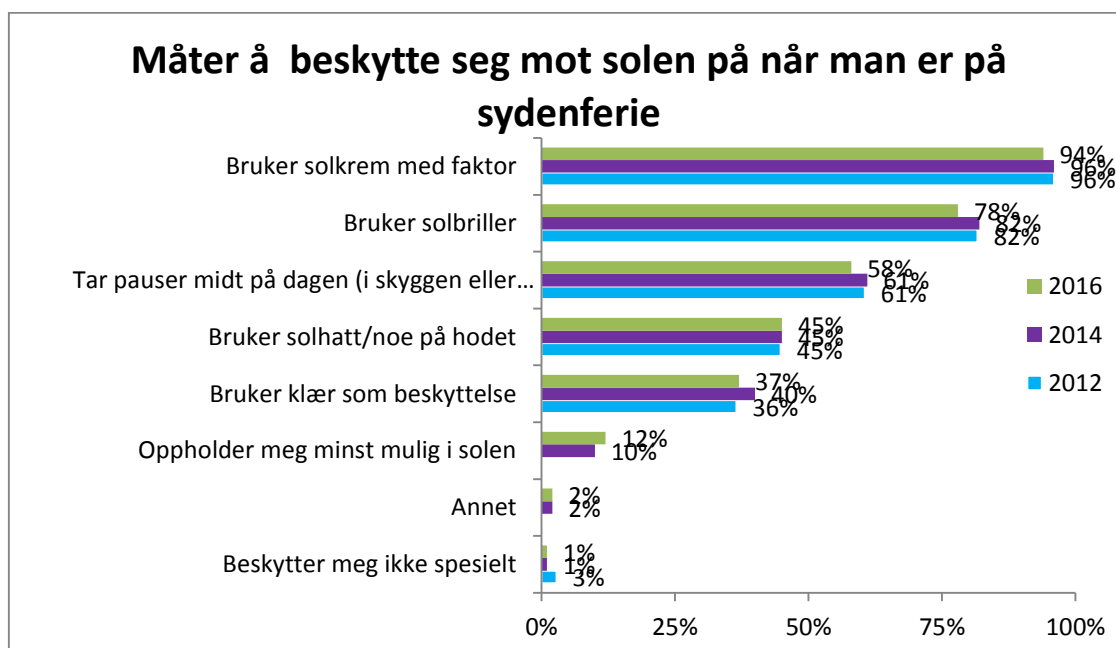
Alle – med noen svært få unntak – ser til at barna beskyttes mot solen og oppgir at de smører barna med solkrem når barna er ute i solen hjemme i Norge. Over halvparten sørger for at de bruker solbriller, solhatt eller klær som beskyttelse. Videre passer 1 av 3 på at barna tar pauser fra solen midt på dagen, mens 28% påser at barna oppholder seg minst mulig i direkte sol.

Solvaner på sydenferie



Du vil nå få noen spørsmål om dine solvaner når du er på sydenferie. Hvor mange ganger har du vært på sydenferie de siste 3 årene? N=1147

3 av 4 har vært på sydenferie de siste tre årene, og det kan se ut til at hyppigheten på antall sydenturer er noe lavere i år enn for to år siden.

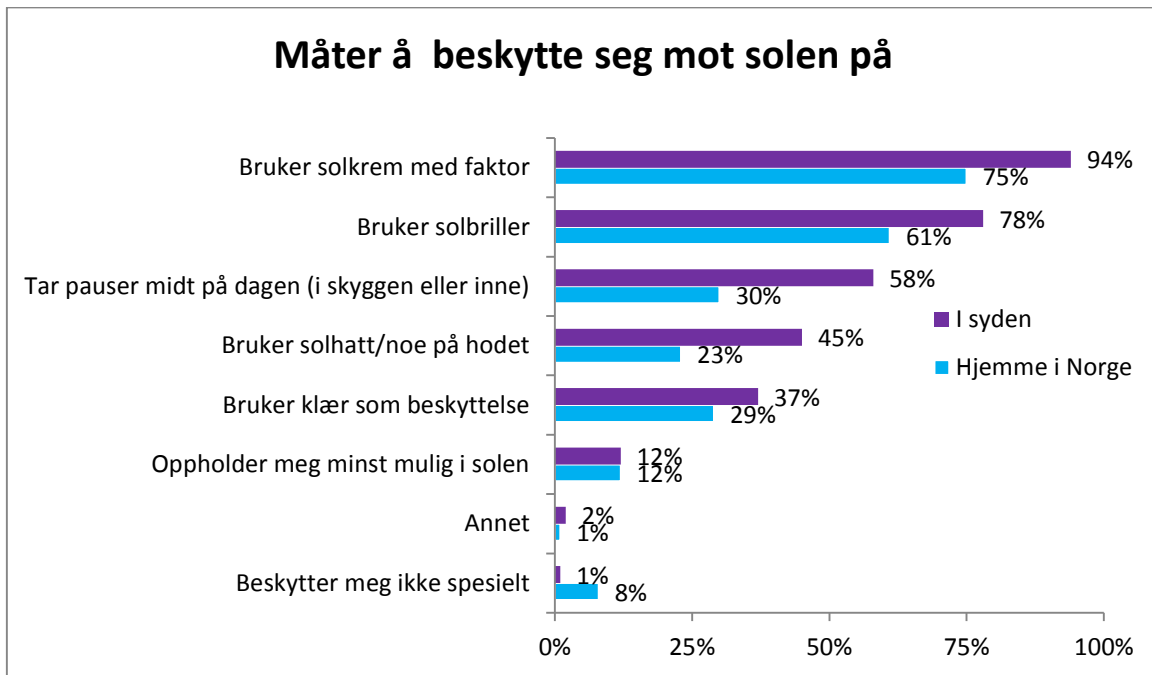


På hvilken måte beskytter du deg i solen når du er på sydenferie?

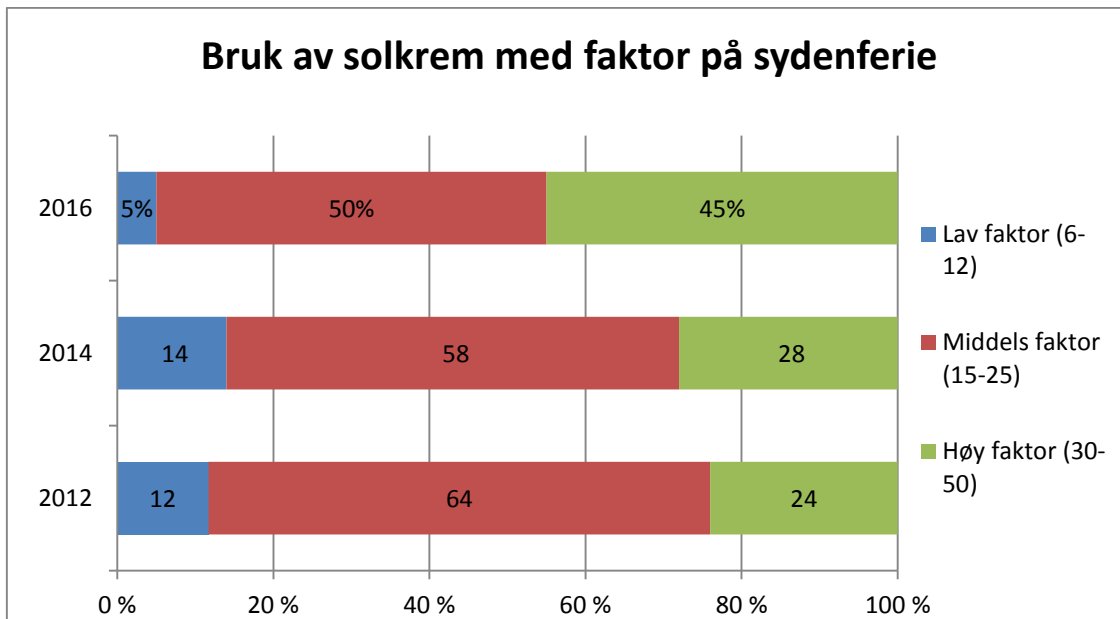
Base: hvis har vært på sydenferie siste 3 år N=805

Den vanligste måten å beskytte seg i solen på sydenferie er å bruke solkrem med faktor, noe alle gjør. 4 av 5 bruker solbriller. Videre tar 6 av 10 pauser midt på dagen – enten i skyggen

eller inne, mens omtrent 4 av 10 bruker solhatt eller klær som beskyttelse. Bare 1% beskytter seg ikke i det hele tatt.



Andelen som beskytter seg mot sola på sydenferie er betydelig høyere enn det som er tilfelle hjemme i Norge. Dette er særlig tilfelle for bruk av solhatt og pauser midt på dagen. I tillegg beskytter man seg på flere måter når man er på sydenferie. Selv om man tar litt lettere på dette når man er hjemme, blir man altså mer bevisst når man drar til land der man gjerne er betydelig mer eksponert mot solen enn her hjemme.

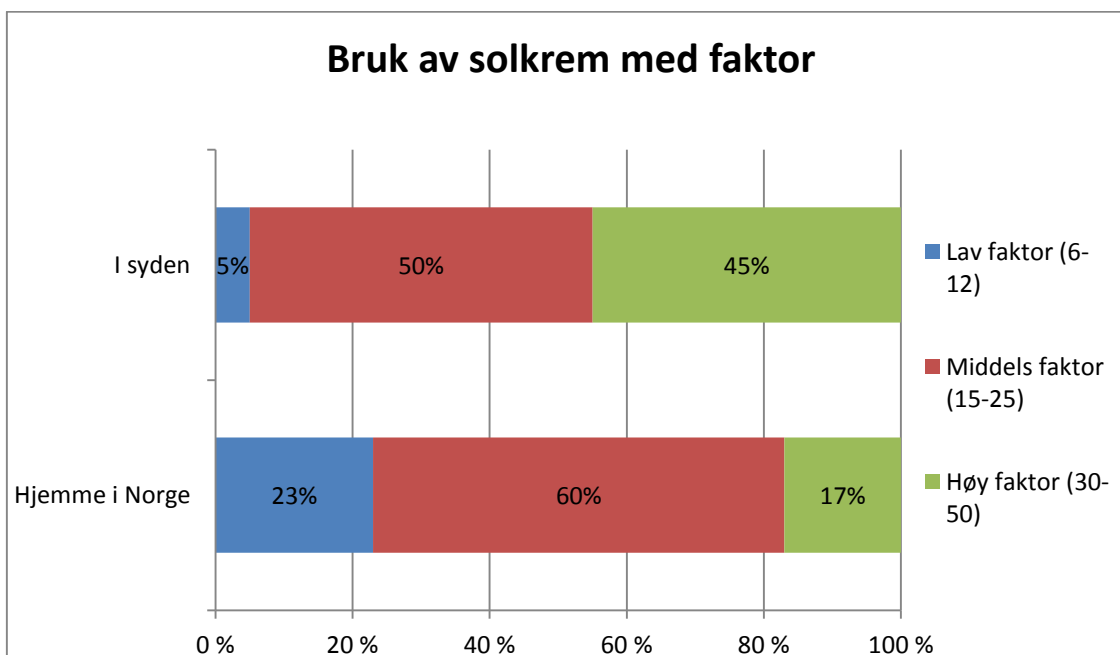


Hvilken faktor bruker du vanligvis når du er på sydenferie?

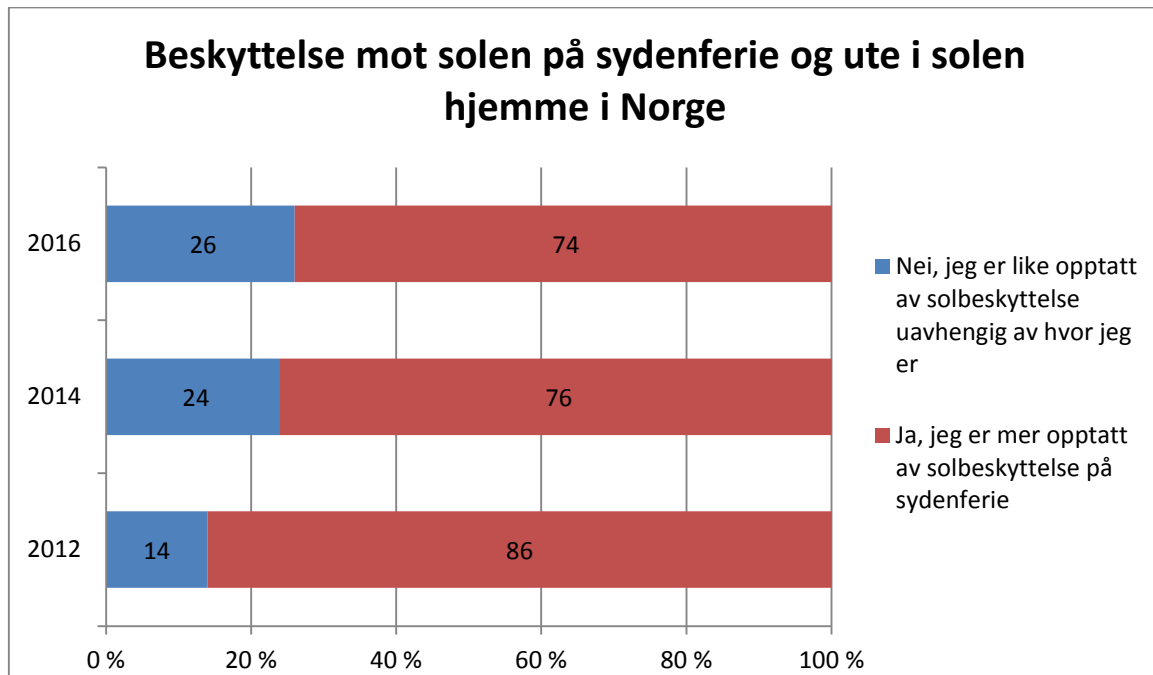
Base: hvis bruker solkrem med faktor N=805

Bruk av solfaktor med høy faktor har økt betydelig på bekostning av både lav og middels faktor. Andelen er nær doblet på fire år og forskjellen er signifikant.

Ikke bare er folk flinkere til å bruke solkrem med faktor på sydenferie enn de er hjemme, men de bruker altså betydelig høyere faktor enn hjemme også. De som bruker lav faktor hjemme bruker gjerne solkrem med middels faktor når de er på sydenferie. De som bruker middels faktor hjemme er delte på om de bruker middels eller høy faktor i Syden. De som benytter solkrem med høy faktor i Norge benytter også dette i utlandet.



Bruk av solkrem med solfaktor er veldig ulik på sydenferie enn hjemme i Norge. Mens 45% bruker høy faktor i syden gjør bare 17% det hjemme i Norge.

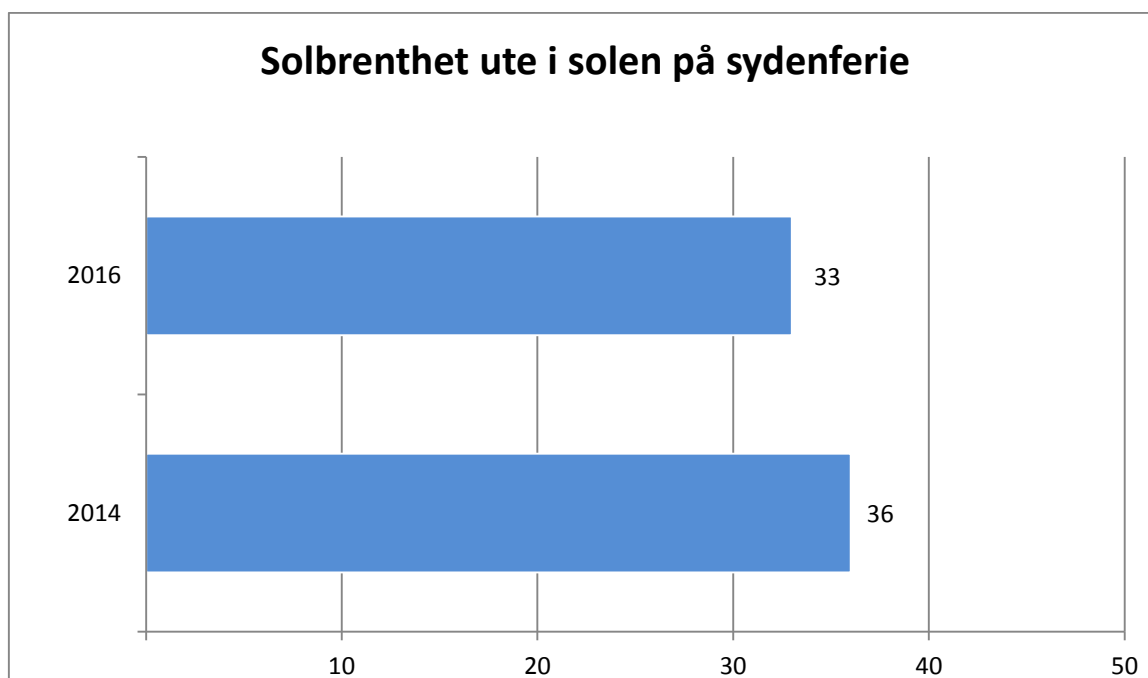


Er du mer opptatt av å beskytte deg mot solen når du er på sydenferie enn når du er ute i solen hjemme i Norge?

Base: hvis har vært på sydenferie siste 3 år N=805

På direkte spørsmål oppgir 3 av 4 at de er mer opptatt av å beskytte seg mot solen når de er på sydenferie enn når de er ute i solen hjemme i Norge, noe som bekreftes av både hvordan man svarer at man beskytter seg på sydenferie og bruk av høyere solfaktor. Holdningen til å beskytte seg mot solen hjemme og på sydenferie er med andre ord svært forskjellig. Men andelen som er mer opptatt av dette er sunket signifikant på fire år, noe som kan skyldes at folk er blitt flinkere generelt – også hjemme i Norge – derfor er ikke forskjellen på solvanene i Norge og i syden like forskjellig som før.

De under 30 år er i størst grad blitt mer opptatt av beskyttelse mot solen når de er på sydenferie. Vi ser også at menn er blitt mer bevisst på dette enn kvinner, noe som trolig skyldes at kvinner har vært opptatt av dette også tidligere. De med høyere utdanning svarer også i størst grad at de er blitt mer opptatt av dette.

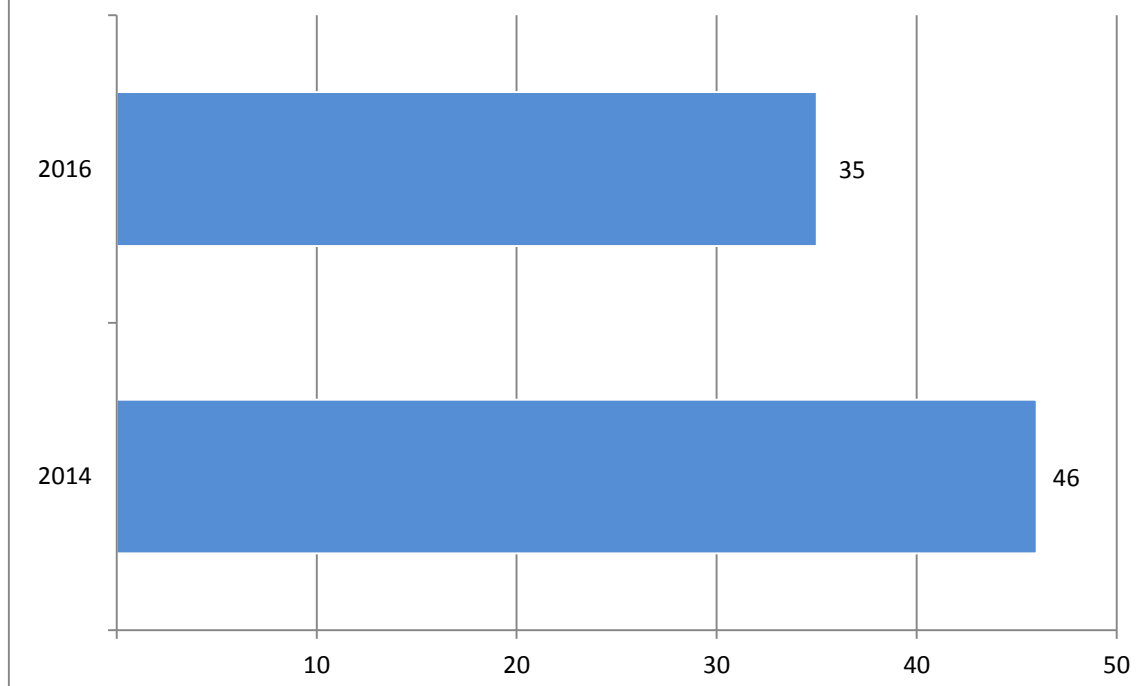


Har du opplevd å bli solbrent (ubehagelig rødhet, kløe i huden) når du har vært ute i solen på sydenferie de siste 12 månedene? Base: hvis har vært på sydenferie siste 3 år N=805

1 av 3 har opplevd å bli solbrent på sydenferie. Dette er noe færre enn andelen som blir solbrent hjemme. Dette kan skyldes både at man naturlig nok er sjeldnere i Syden enn hjemme, og at man er flinkere til å beskytte seg mot solen når man er på sydenferie.

De fra sørvestlandet har i signifikant større grad enn de på østlandet opplevd å bli solbrent på sydenferie. Tilbøyeligheten til å bli solbrent i syden synker med økt alder.

Solbrenthet i form av blemmer på huden og/eller avflassing i syden

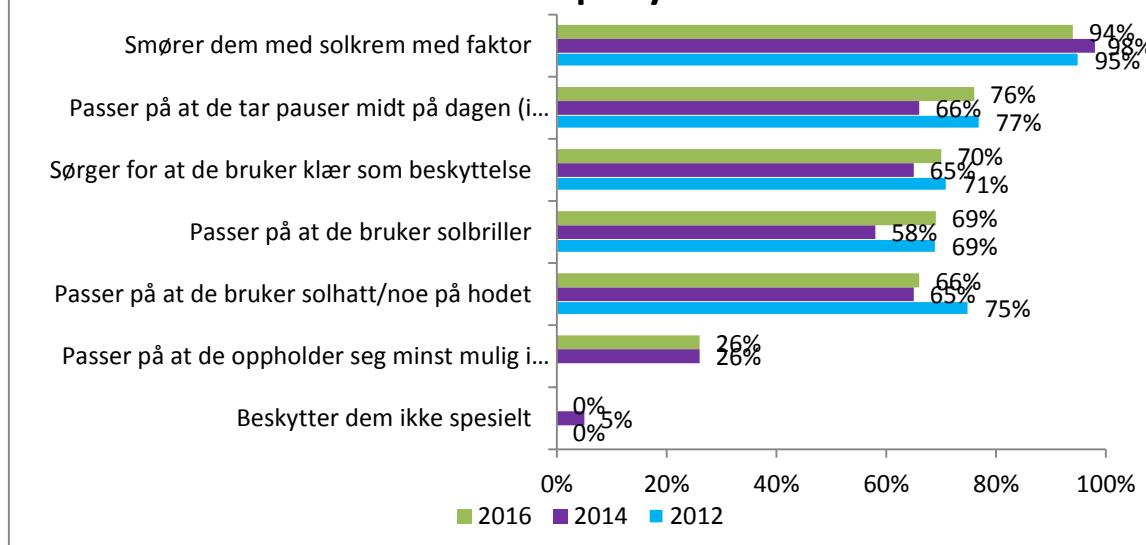


Ble du så solbrent at du fikk blemmer på huden og/eller flasset av?

Base: Hvis har opplevd å bli solbrent ute i solen på sydenferie siste 12 måneder N=259

1 av 3 av de som blir solbrente blir så solbrente at de får blemmer eller flasser av og andelen er lavere enn for to år siden. Andelen som opplever dette på Sydenferie er relativt lik det som skjer hjemme i Norge.

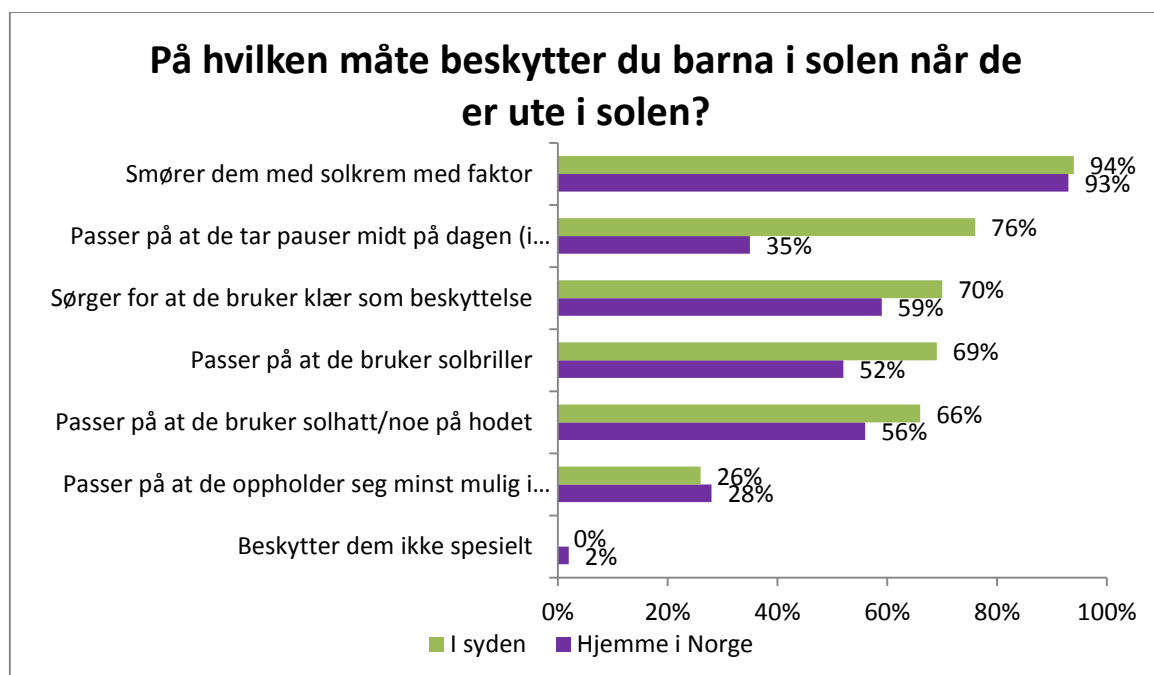
På hvilken måte beskytter du barna i solen når de er ute i solen på sydenferie?



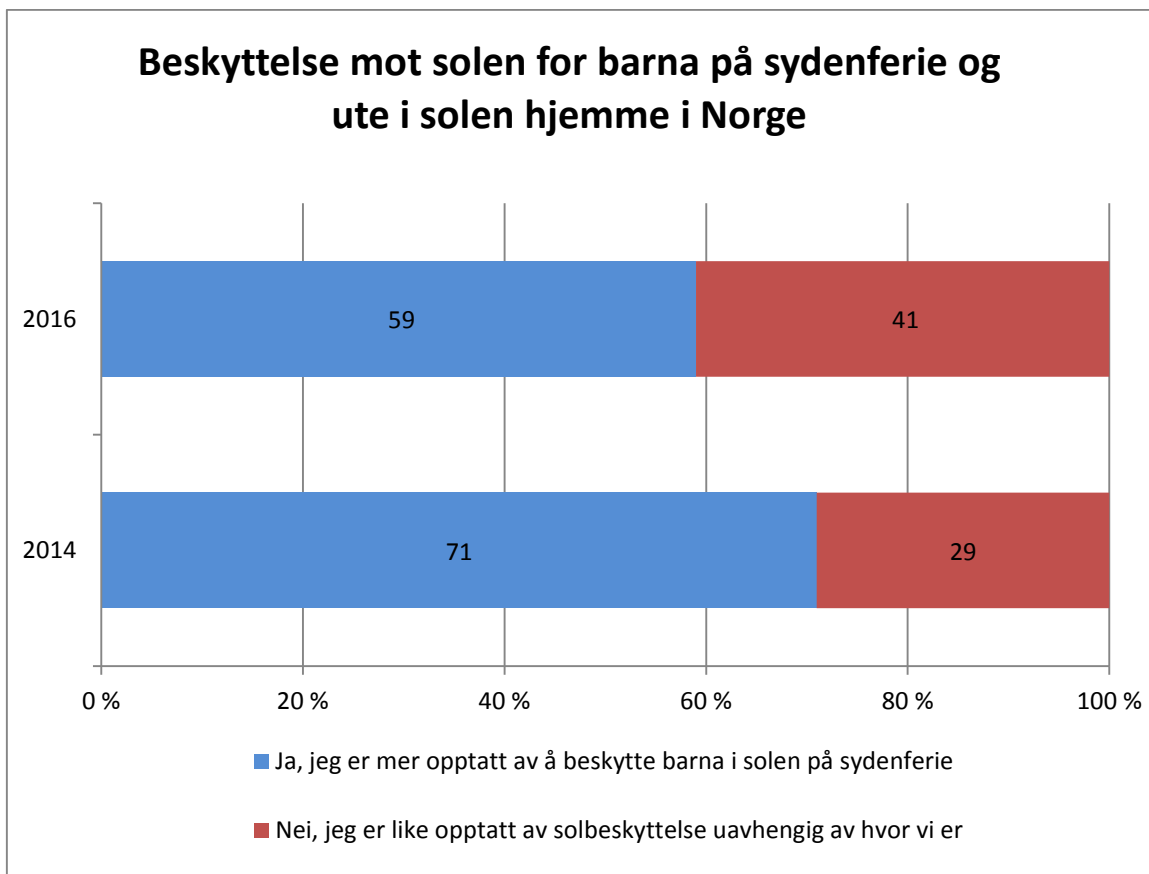
På hvilken måte beskytter du barna i solen når de er ute i solen på sydenferie?

Base: de som har vært på sydenferie siste 3 år og som har barn som er 12 år eller yngre N=179

Nesten alle ser til at barna beskyttes mot solen på sydenferie. Det er også slik at foreldre beskytter sine barn mot solen på flere måter når de er på sydenferie. Omtrent alle oppgir at de smører barna med solkrem med faktor når barna er ute i solen i Syden, og andelen er økt signifikant. 2 av 3 passer på at de tar pauser midt på dagen og at barna bruker klær eller solhatt, noe som er signifikant økt på to år. Videre sørger over halvparten for at barna bruker solbriller.



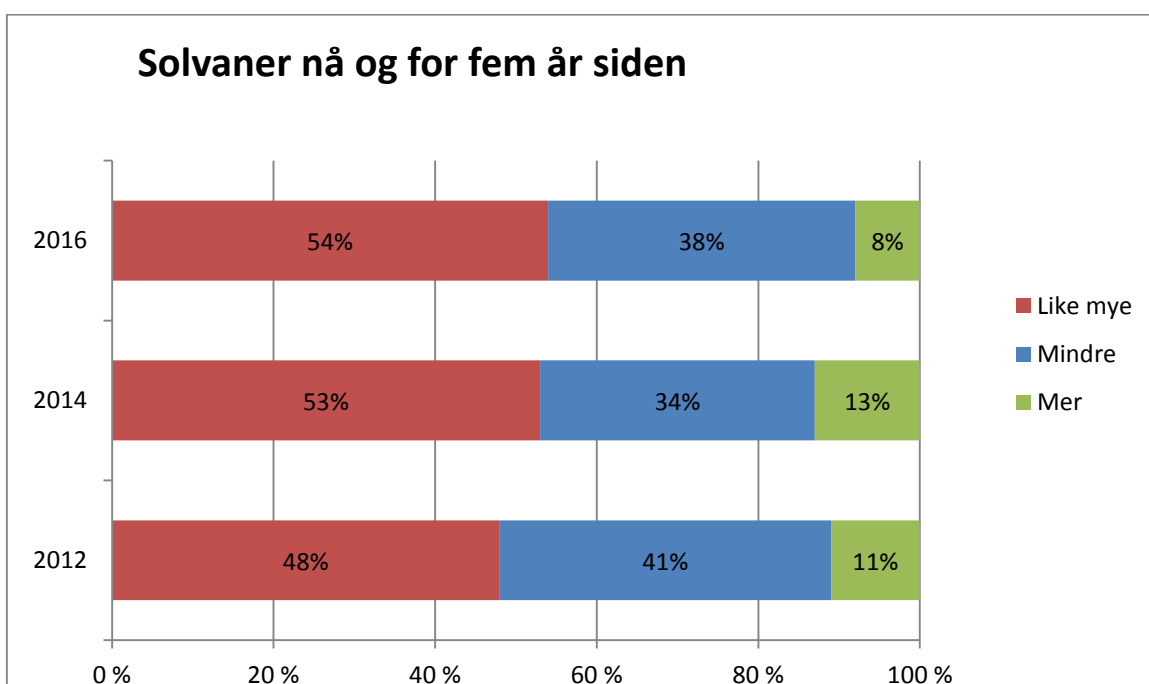
Foreldre beskytter barna sine på flere måter på sydenferie enn hjemme i Norge. Dette gjelder særlig pauser midt på dagen, men også bruk av klær, solhatt og solbriller som beskyttelse. Bruken av solkrem er relativt lik, selv om bruken av faktor er ulik.



Er du mer opptatt av å beskytte barna mot solen når du og familien er på sydenferie enn når barna er ute i solen hjemme i Norge?

Base: Hvis har vært på sydenferie siste 3 år N=179

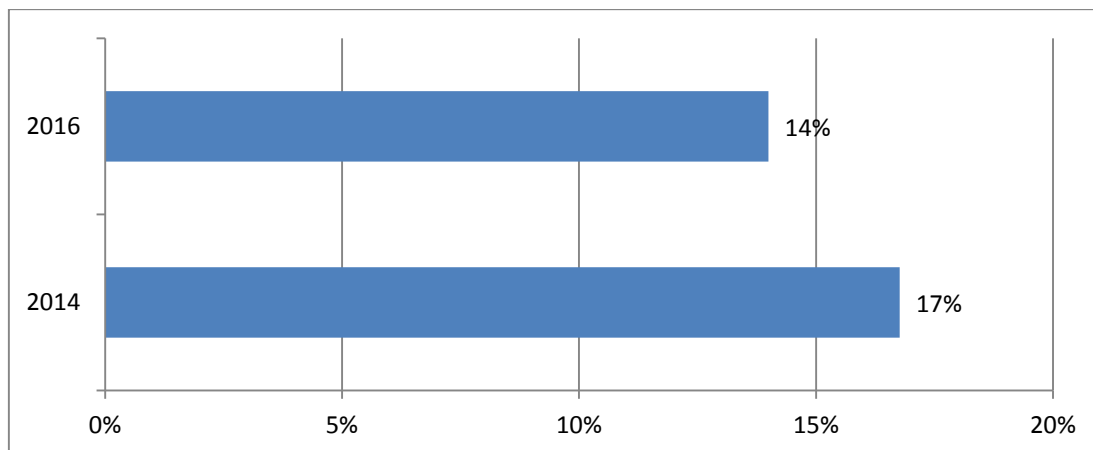
6 av 10 oppgir at de er mer opptatt av å beskytte barna mot solen når de er på sydenferie enn når de er hjemme. Dette er signifikant lavere enn for to år siden, men kan nok knyttes til bedre vaner generelt – uavhengig av hvor man befinner seg



Soler du deg mer, mindre eller like mye nå som for fem år siden (både hjemme i Norge og i utlandet)? N=1147

Folk soler seg mindre nå enn for fem år siden, og dette er enda tydeligere enn for to år siden. Det kan tyde på at solvanene er kontinuerlig bedret over tid. Bare 8% soler seg mer, mens 38% soler seg mindre. Over halvparten soler seg like mye som tidligere. Det er først og fremst kvinner og de over 60 år som har redusert sin soling de siste årene.

Bruk av solarium

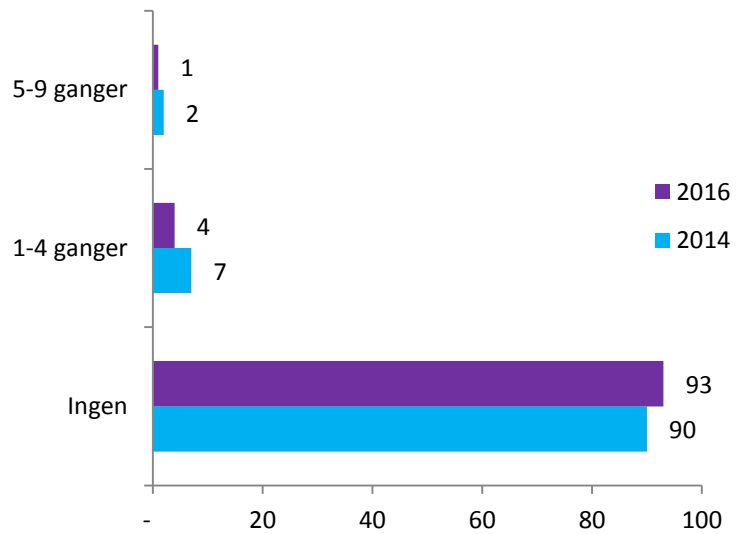


Har du tatt solarium i løpet av de 12 siste månedene? N=1147

Tidligere har vi spurt alle om hyppighet, uavhengig av om de gjør det eller ikke. I 2016 har vi først spurt om de har tatt solarium og deretter har vi spurt de som gjør det om hvor ofte de tar solarium ulike steder. Resultater fra 2014 er justert for dette. 14% har brukt solarium siste 12 måneder mot 17% i 2014.

Kvinner tar solarium i signifikant større grad enn menn, de med lavere utdanning tar solarium i større grad enn de med høyere utdanning og andelen som tar solarium synker med økt alder.

Solarium hjemme/privat de siste 12 månedene

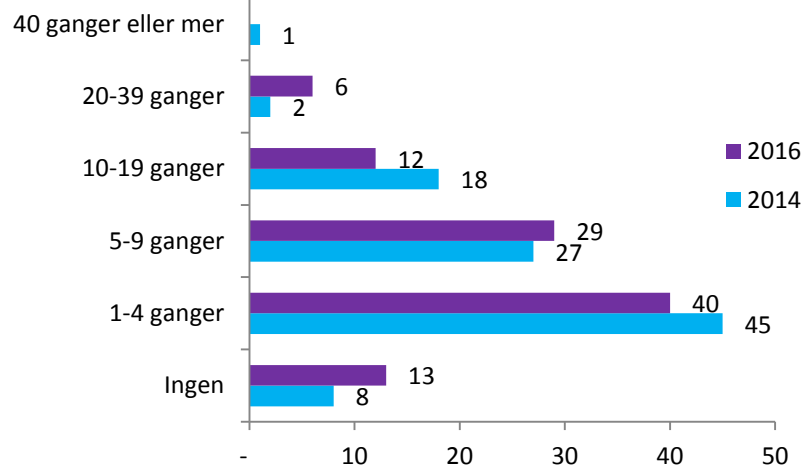


Hvis har tatt solarium

Hvor mange ganger har du tatt solarium hjemme/privat de siste 12 månedene? N=148

Bruk av solarium hjemme er nesten ikke-eksisterende.

Solarium i ubetjent solstudio de siste 12 månedene

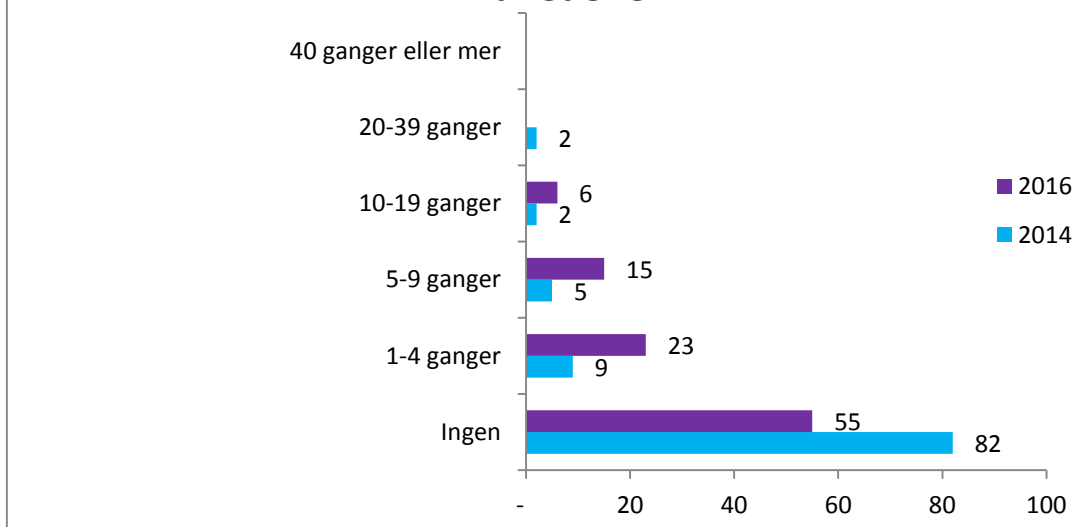


Hvis har tatt solarium

Hvor mange ganger har du tatt solarium i ubetjent solstudio de siste 12 månedene? N=148

Bruken av ubetjent solstudio er noe lavere enn tidligere. Andelen som bruker solarium ofte er høyere enn før.

Solarium i betjent solstudio de siste 12 månedene

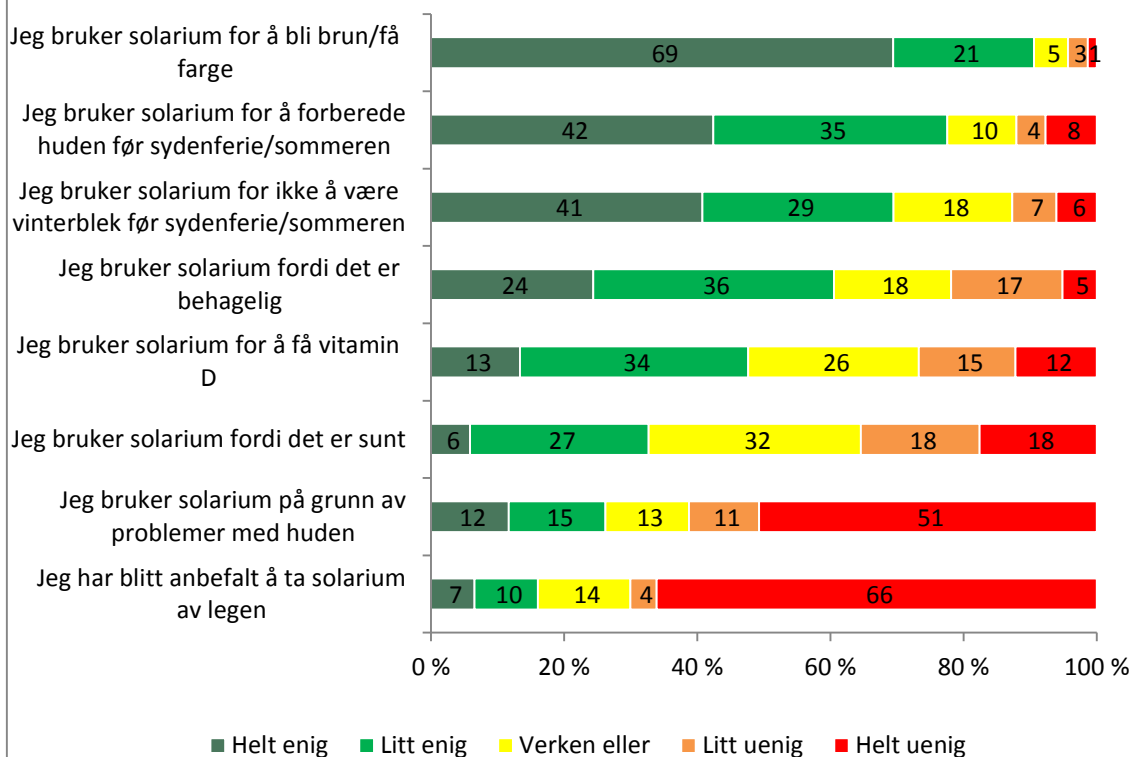


Hvis har tatt solarium

Hvor mange ganger har du tatt solarium i betjent solstudio de siste 12 månedene? N=148

De fleste som tar solarium gjør dette i ubetjent solstudio, men andelen som bruker betjent solstudio har økt.

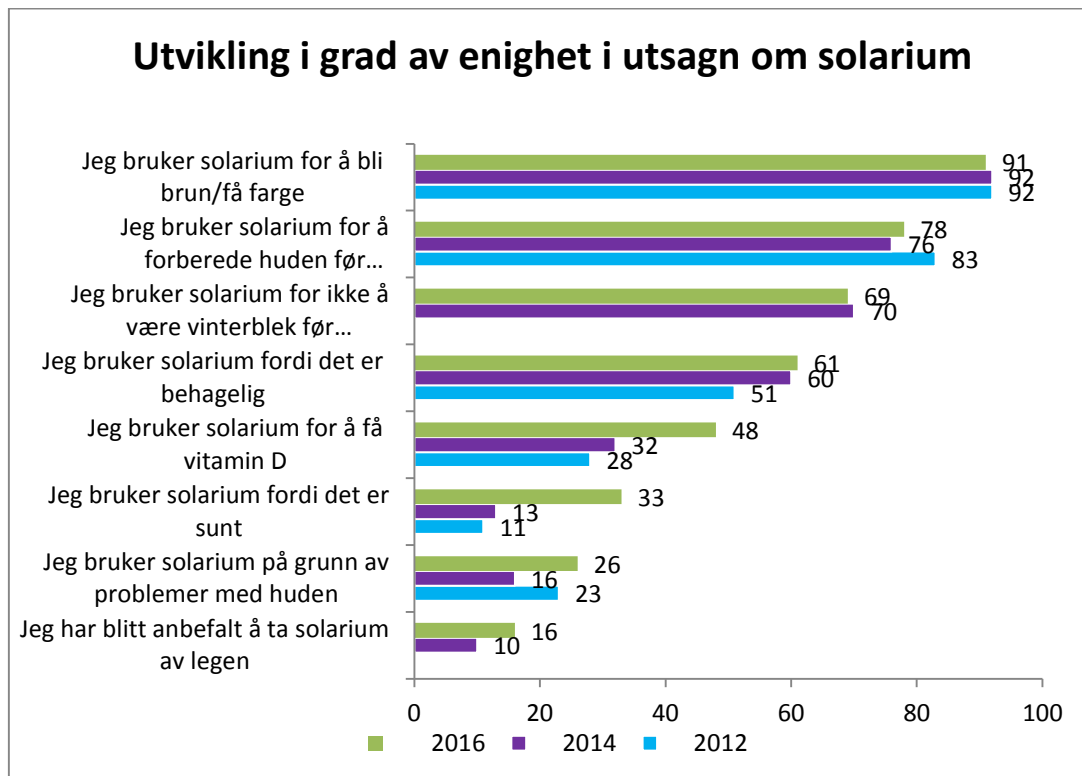
Grad av enighet i utsagn om solarium



Hvor enig eller uenig er du i de følgende utsagnene om når du soler deg i solarium?

Base: hvis bruker solarium N=148

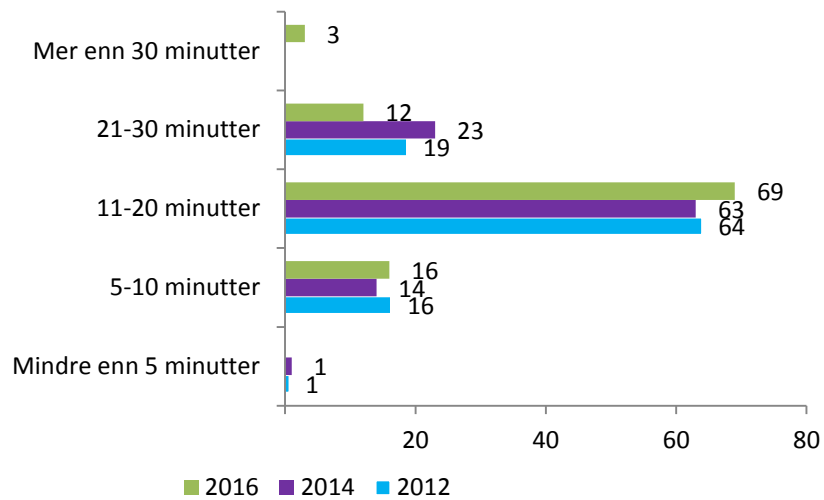
Den viktigste grunnen til at folk tar solarium er for å bli brun og få farge, da 9 av 10 er enige i dette utsagnet. Nesten like mange – 3 av 4 - oppgir at de tar solarium for å forberede huden før sydenferie. 7 av 10 tar solarium for ikke å være vinterblek. 3 av 5 tar solarium fordi det er behagelig. Videre oppgir halvparten at de tar solarium for å få vitamin D.



*Hvor enig eller uenig er du i de følgende utsagnene om når du soler deg i solarium?
Base: hvis bruker solarium N=148*

Andelen som tar solarium for å få vitamin D og fordi det er sunt øker kraftig. For øvrig er det små forskjeller sammenlignet med i 2014.

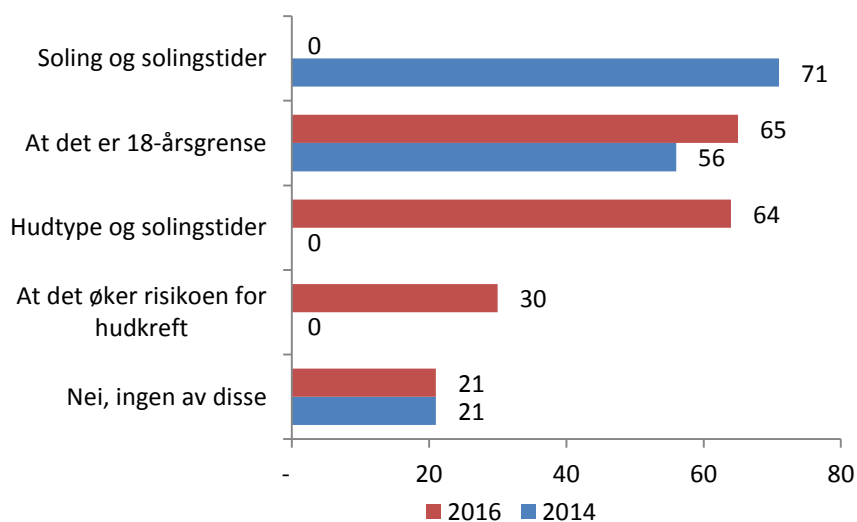
Varighet ved bruk av solarium



Omtrent hvor lenge tar du vanligvis solarium? *Base: hvis bruker solarium N=148*

De aller fleste tar solarium i 11-20 minutter, og andelen som tar solarium lengre enn dette er redusert de to siste år.

Informasjon i solstudioet

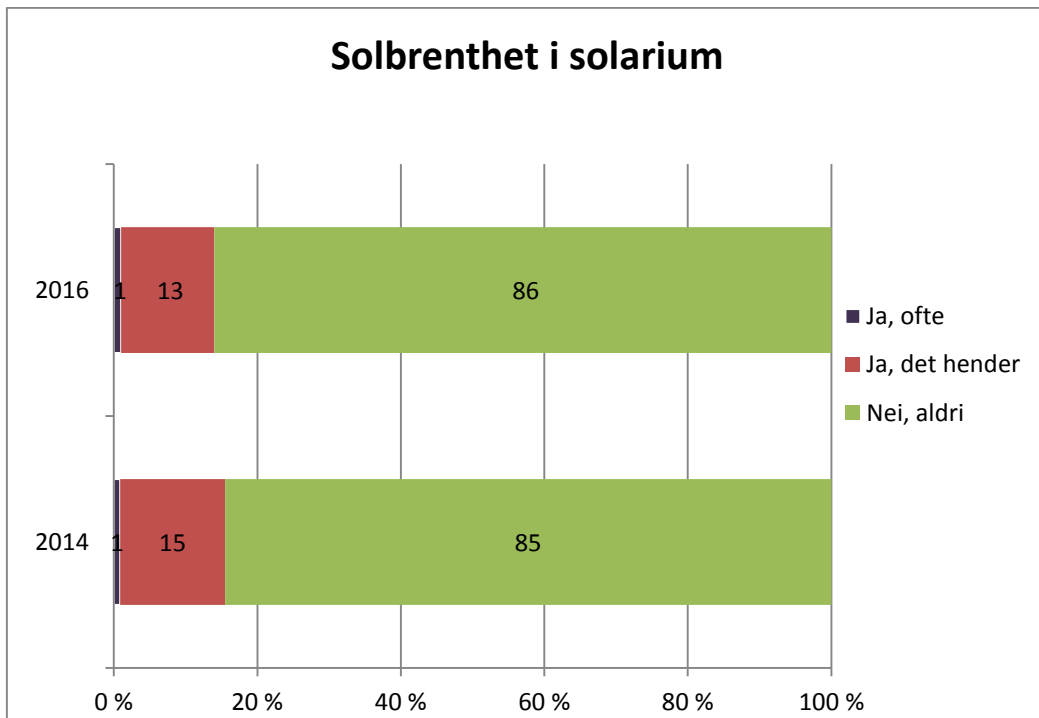


Da du tok solarium sist, så du eller fikk du informasjon i solstudioet om følgende?

Base: hvis bruker solarium N=148

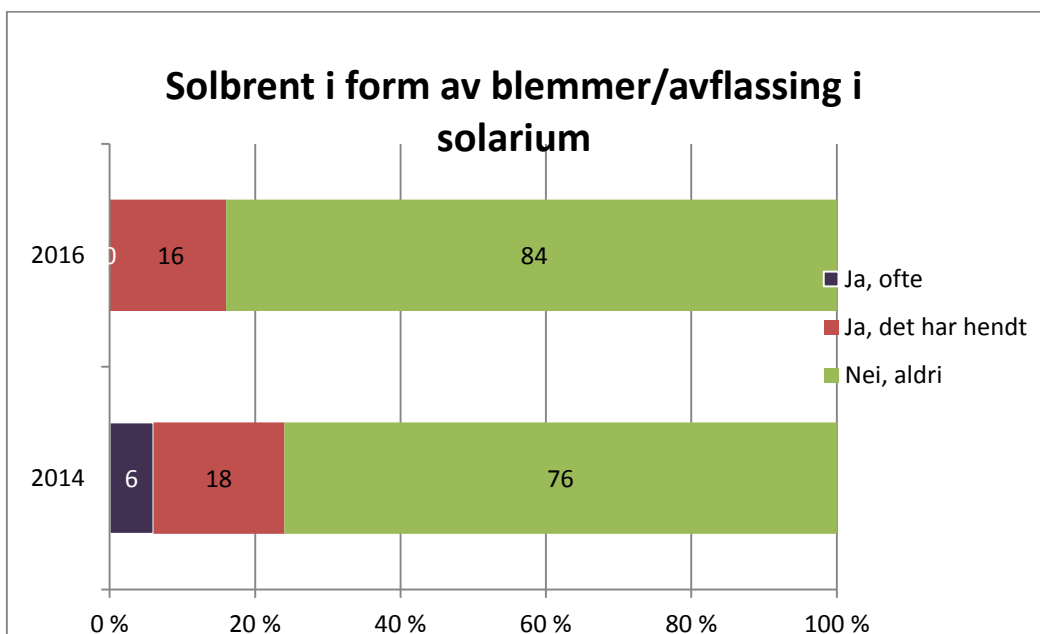
*) Svaralternativene er endret noe siden 2014

4 av 5 har fått informasjon på solstudioet. 2 av 3 har fått informasjon om 18-årsgrense og om hudtype og solingstider. Kun 1 av 3 har fått med seg informasjon om at det øker risikoen for hudkreft.



Har du opplevd å bli solbrent når du har tatt solarium de siste 12 månedene?
 Base: hvis bruker solarium N=148

14% har opplevd å bli solbrent i solarium. De oppgir da at det har hendt, men ikke ofte. Solbrenthet skjer sjeldnere i solarium enn ute i solen. Dette er stabilt siden 2012, mens det har sunket kraftig siden 2004, da 1 av 3 den gangen ble solbrent i solarium.

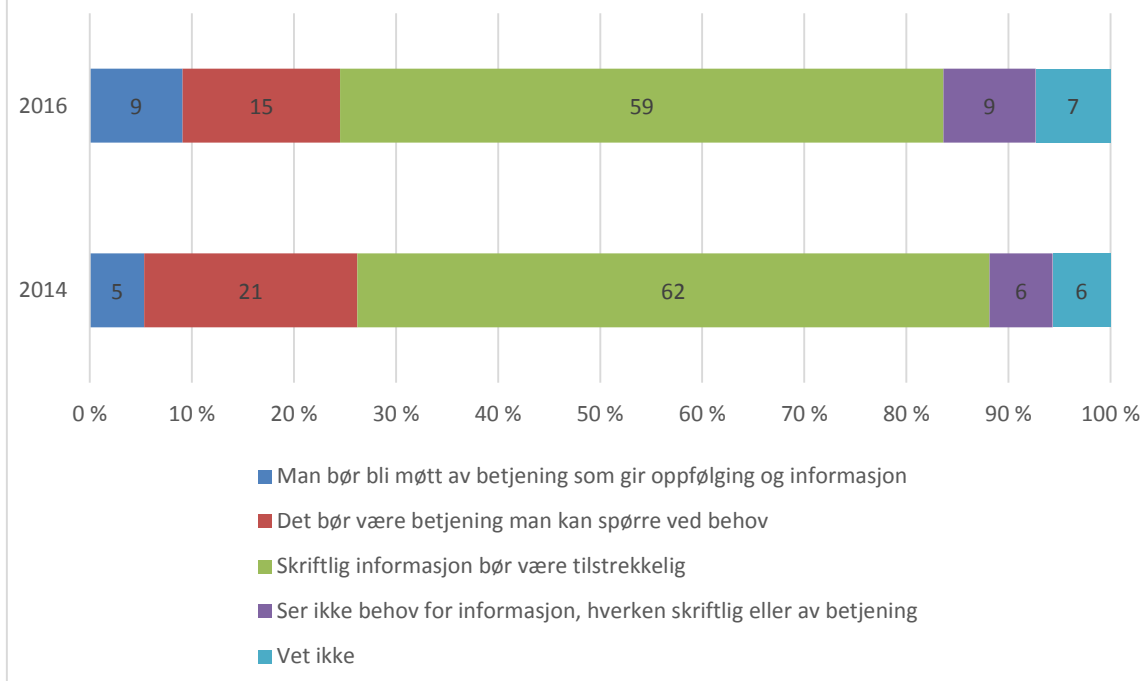


Har du i løpet av de siste 12 månedene opplevd å bli solbrent (all form for ubehagelig rødhet), eller så solbrent at du fikk blemmer på huden og/eller flasser når du har tatt solarium?

Base: Hvis har opplevd å bli solbrent når du har tatt solarium siste 12 måneder N=21

16% som er blitt solbrent i solstudio har fått blemmer og eller har flasset av.

Forventet oppfølging og informasjon i solarium

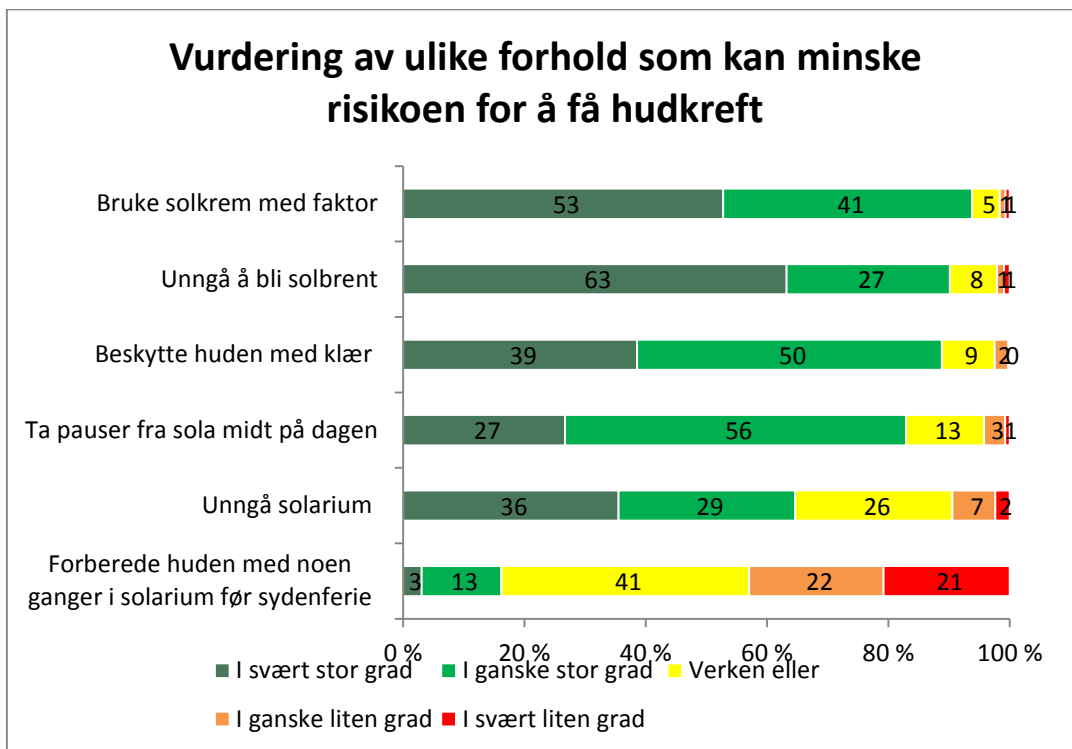


Hva slags oppfølging og informasjon mener du man bør få når man skal ta solarium?

Base: Hvis har tatt solarium siste 12 måneder N=148

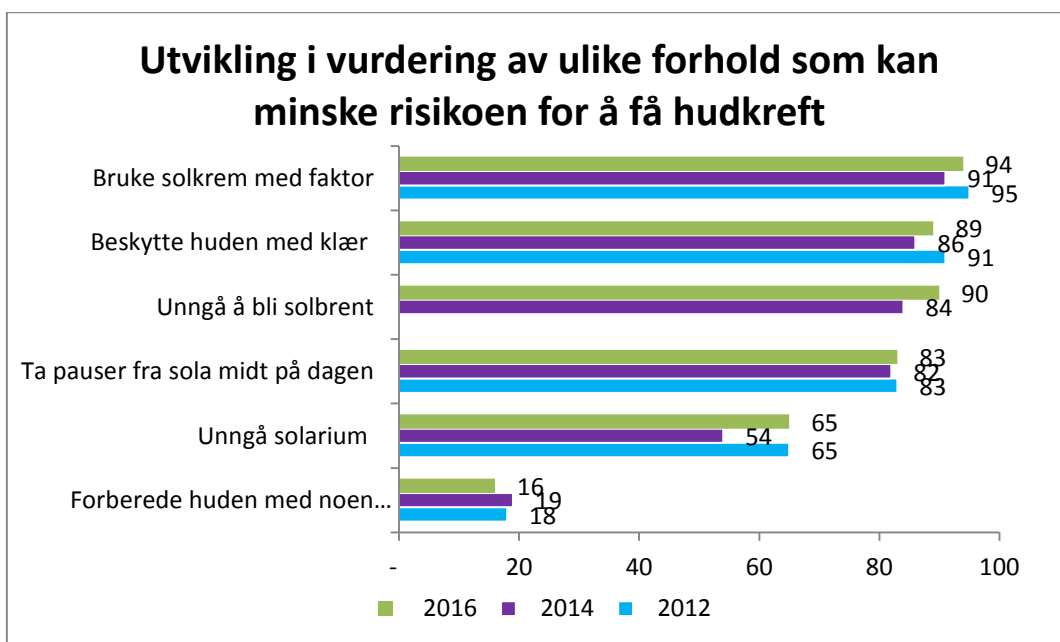
6 av 10 mener skriftlig informasjon i solstudio er tilstrekkelig, mens 1 av 4 mener det bør være tilgjengelig betjening dersom man lurer på noe.

Tiltak for å hindre hudkreft



Du skal nå besvare noen spørsmål om andre tema. I hvilken grad mener du følgende forhold kan minske risikoen for å få hudkreft? N=1147

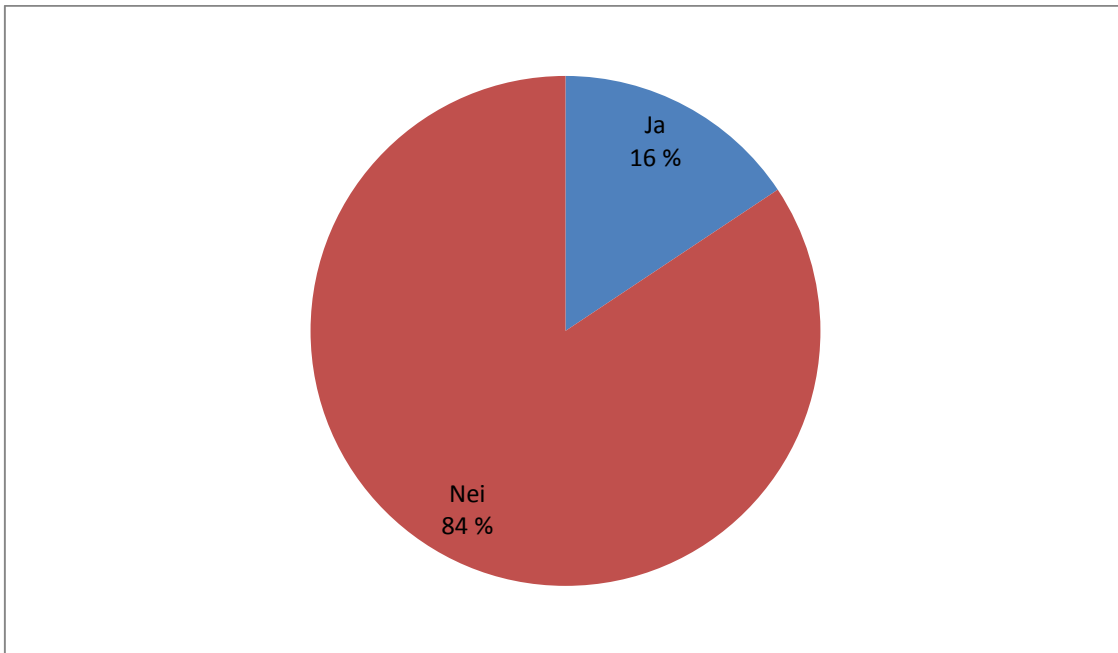
Folk tror solkrem med faktor er det som i størst grad minsker risikoen for å få hudkreft – mer enn 9 av 10 er enige om det. Videre mener 90% at det å beskytte huden med klær og å unngå å bli solbrent vil minske risikoen. 8 av 10 mener det å ta pauser fra sola midt på dagen vil være et godt tiltak. 2 av 3 mener det å unngå solarium vil minske risikoen for hudkreft.



Du skal nå besvare noen spørsmål om andre tema. I hvilken grad mener du følgende forhold kan minske risikoen for å få hudkreft? N=1147

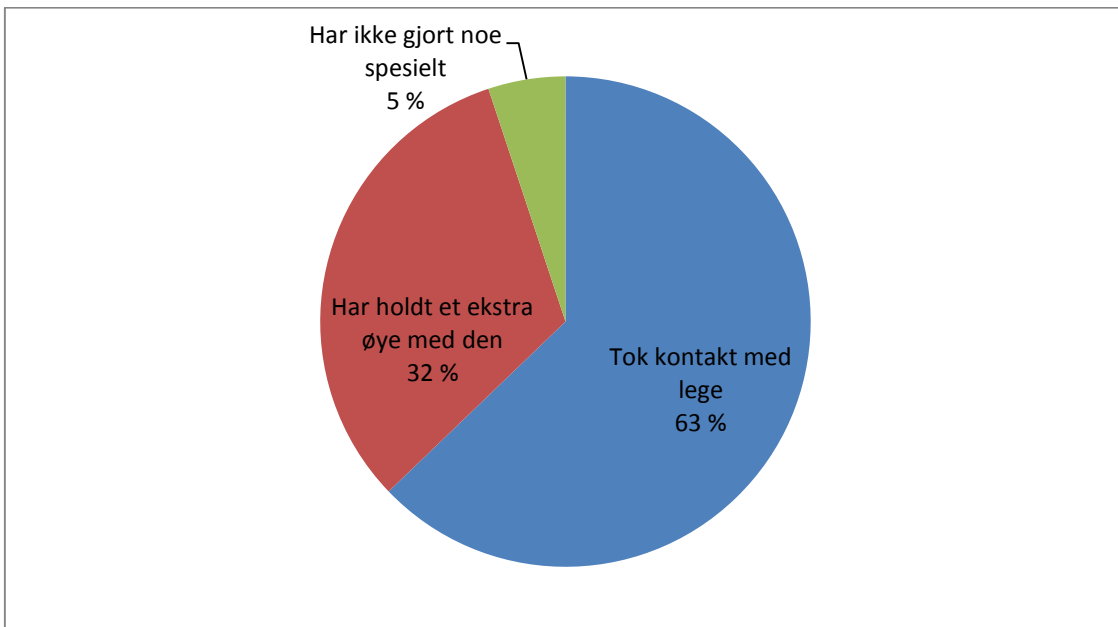
Signifikant flere enn for to år siden oppfatter det å unngå å bli solbrent og å unngå solarium som gode tiltak for å redusere risikoen for hudkreft.

Føflekker



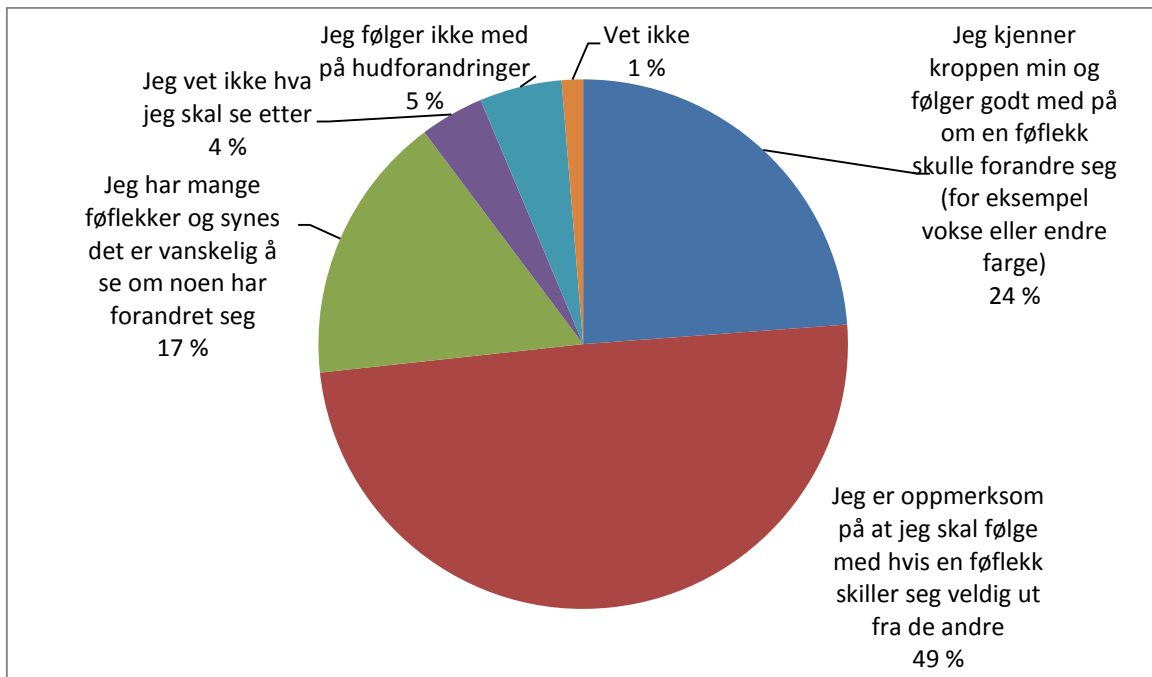
Har du tidligere lagt merke til om en av føflekkene dine har forandret seg (for eksempel vokst eller endret farge)? N=1147

16% har registrert at de har føflekker som har vokst eller endret farge. Kvinner er signifikant mer bevisst på dette enn menn.



Hva gjorde du da du oppdaget det? N=180

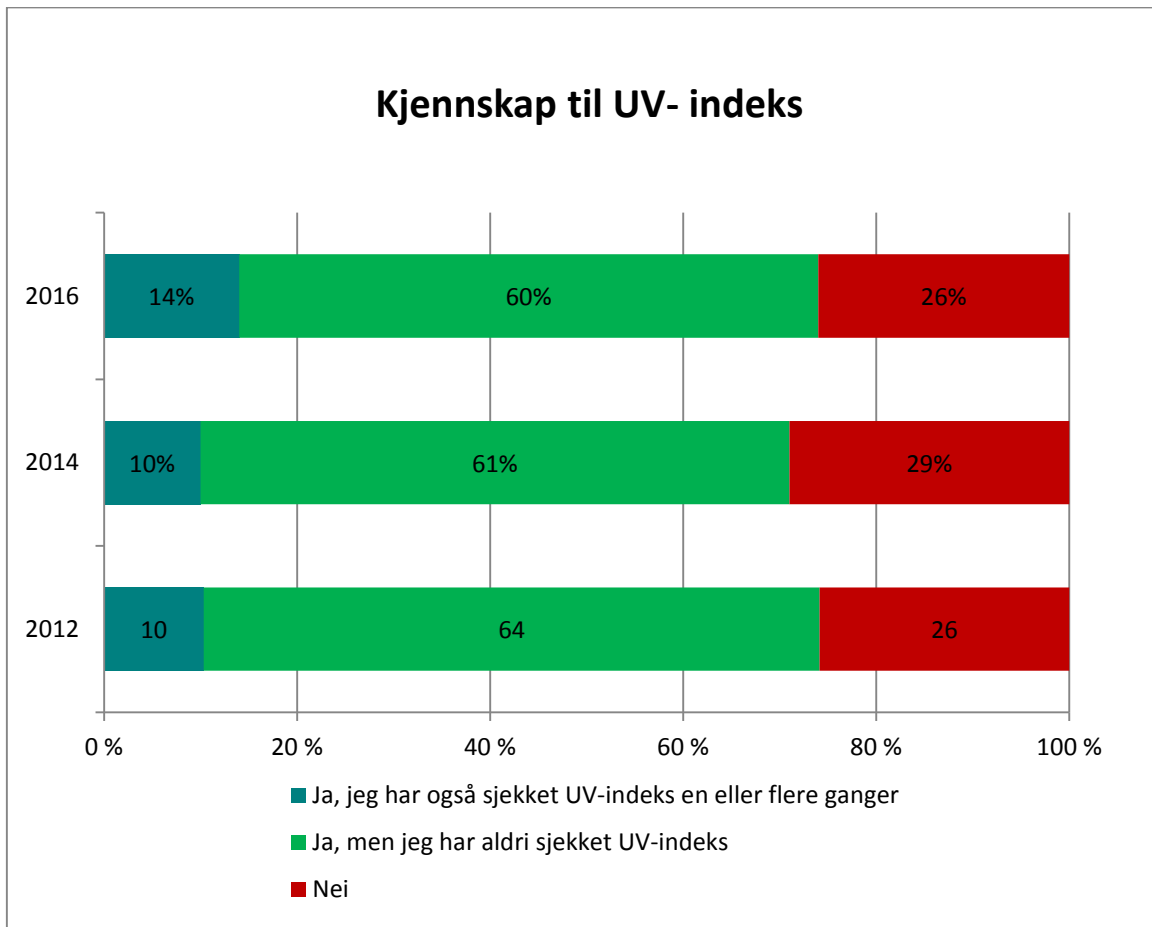
2 av 3 tok kontakt med lege, 1 av 3 fulgte nøye med på det, mens 5% ikke har gjort noe.



Hvilken påstand passer best for deg N=1147

1 av 4 følger aktivt med på om føflekkene forandrer seg. Halvparten vet at de skal følge med, mens 17% synes det er vanskelig å følge med fordi de har så mange føflekker.

UV- indeks



UV-indeks er et mål på hvor intense solstrålene er. Hvis tallet er over 3 kan det være nødvendig å beskytte seg mot solen. Har du hørt om UV-indeks? N=1147

74% har hørt om UV-indeks, men bare 14% har noen gang sjekket den. Andelen som har sjekket UV-indeksen har økt signifikant de to siste år.

UV-indeksen er best kjent blant eldre og de med høyere utdanning.