



Undersøkelse blant ungdom 15-24 år, april 2016

Solingsvaner og solariumsbruk





Innledning

De fleste hudkrefttilfeller (føflekkreft og annen hudkreft) har sammenheng med UV-stråling fra sol og solarium. Forebyggingspotensialet for denne kreftformen er stort. Kreftforeningen er en av få aktører som arbeider med å forebygge hudkreft, blant annet med informasjonsarbeid og tiltak rettet mot ulike målgrupper. Vi følger med på befolkningens solvaner, og med denne undersøkelsen ønsket vi å se spesielt på ungdoms vaner. Liknende undersøkelse er gjennomført i 2009, 2011 og 2014.

Metode

- Undersøkelsen er gjennomført av TNS Gallup på oppdrag fra Kreftforeningen.
- Formålet med undersøkelsen er å kartlegge ungdoms solingsvaner, kosthold, bruk av og holdninger til tobakk, risikofaktorer knyttet til kreft samt HPV vaksine.
- I denne rapporten er resultater fra spørsmålene om sol og solarium presentert.
- Undersøkelsen er en landsrepresentativ undersøkelse basert på 1035 intervjuer på TNS Gallups web-panel i uke 18-20 i 2016.
- Panelet består av ungdom i alderen 15-24 år. Dataene er vektet på kjønn og alder.

Hovedfunn

Solkrem er fortsatt den mest brukte måten å beskytte seg på. De som bruker solkrem oftere enn andre blir ikke mindre solbrent enn de som ikke bruker solkrem. Dette kan ha sammenheng med at de som bruker mest solkrem også oppholder seg mer i sola. Omtrent halvparten tar noen pauser fra sola midt på dagen og bare 1 av 5 bruker klær for ikke å bli solbrent.

Det er signifikant færre som sier de har vært solbrent det siste året. De som blir solbrent har også vært solbrent færre ganger, og det er færre som blir så brent at de flasser. Det er flere som blir solbrent når de er ute på kafe, driver med sport, osv, enn når de er ute for i den hensikt å sole seg.

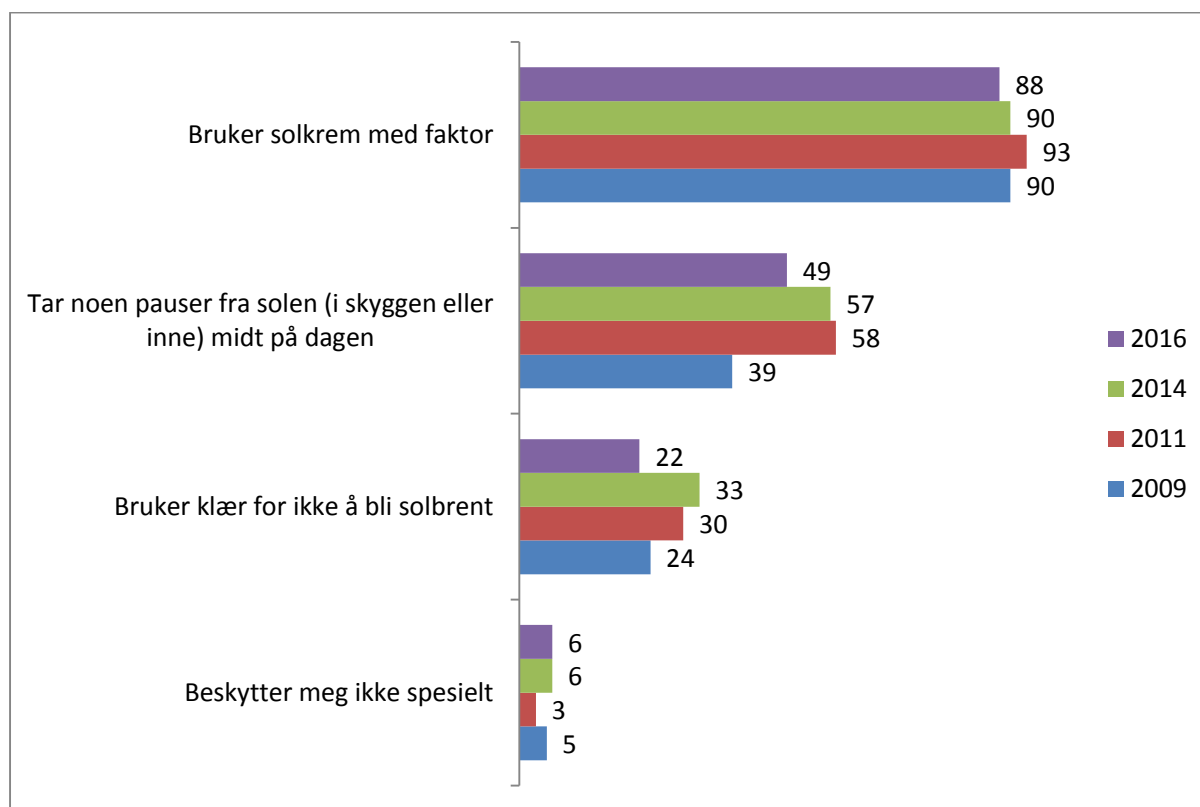
Det er stadig mindre populært å sole seg i solarium, antallet som bruker solarium er fortsatt synkende. 27 prosent har brukt solarium siste 12 måneder, 34 prosent av jentene og 19 prosent av guttene. Jenter bruker mer solarium enn gutter. Av de som bruker solarium er det stadig færre som gjør det mange ganger i året. Til tross for at det ble innført 18-års aldersgrense 1. juni 2012, svarer 8 av 10 at de var under 18 år første gang de tok solarium. 14 prosent av dem var under 15 år.

Omtrent alle går i ubetjente solstudioer. Bare 6 av 10 har fått informasjon om øket risiko for hudkreft. 1 av 10 har ikke fått noen informasjon, hverken om hudkreftrisiko, 18-årsgrense eller hudtype/solingstider.



Resultater

På hvilken måte beskytter du deg i solen? N=1035



Det har vært ganske stabilt de siste årene hvordan ungdom beskytter seg i sola, og solkrem er fortsatt den mest brukte måten å beskytte seg på.

88 prosent bruker solkrem, og jentene i noe større grad enn guttene. Jenter tar også oftere pauser fra sola enn guttene.

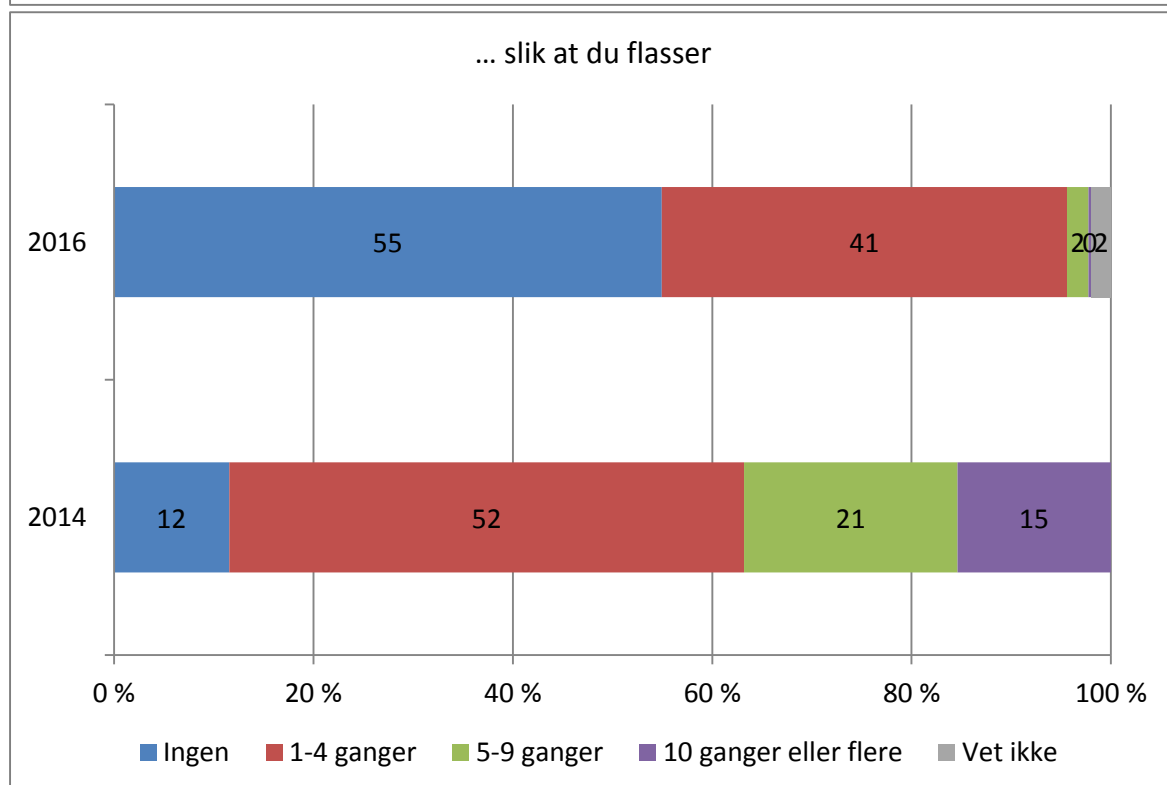
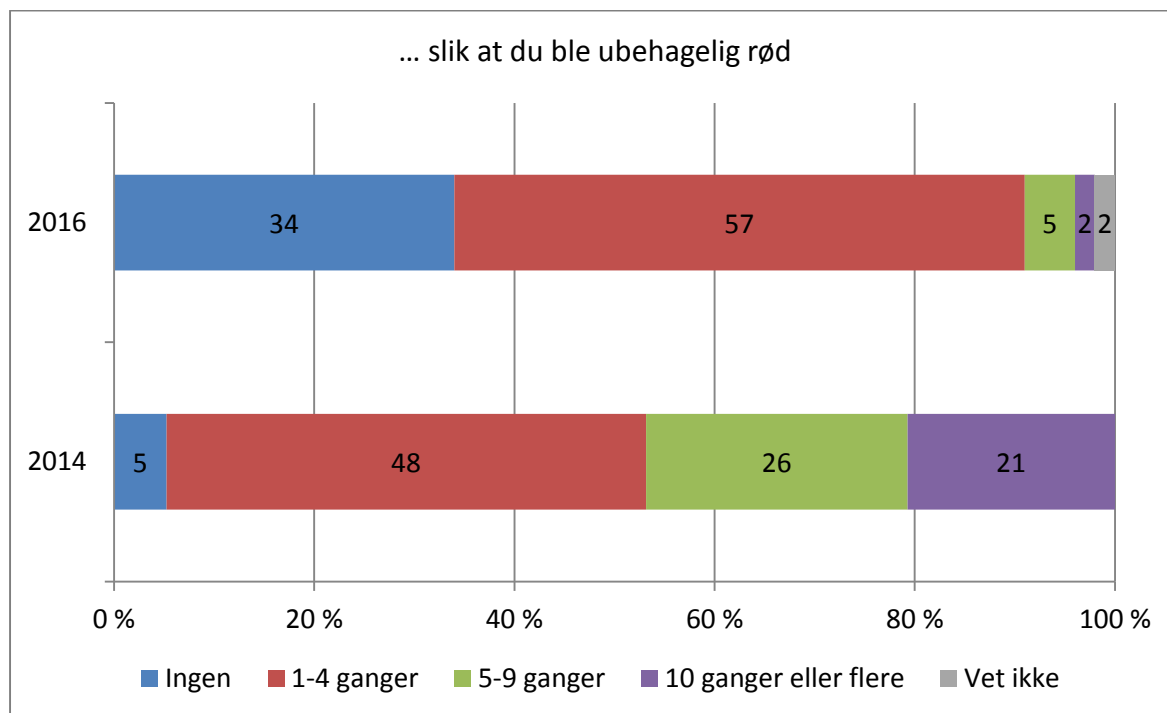
Omtrent halvparten tar pauser fra sola midt på dagen. Tallet har økt betydelig fra 2009, men med en liten nedgang det siste året.

Det er flest gutter, men få totalt sett, som ikke bruker noen form for solbeskyttelse i det hele tatt.

De som bruker solkrem oftere enn andre blir ikke mindre solbrent enn de som ikke bruker solkrem. Dette kan ha sammenheng med at de som bruker mest solkrem oppholder seg mer i sola.



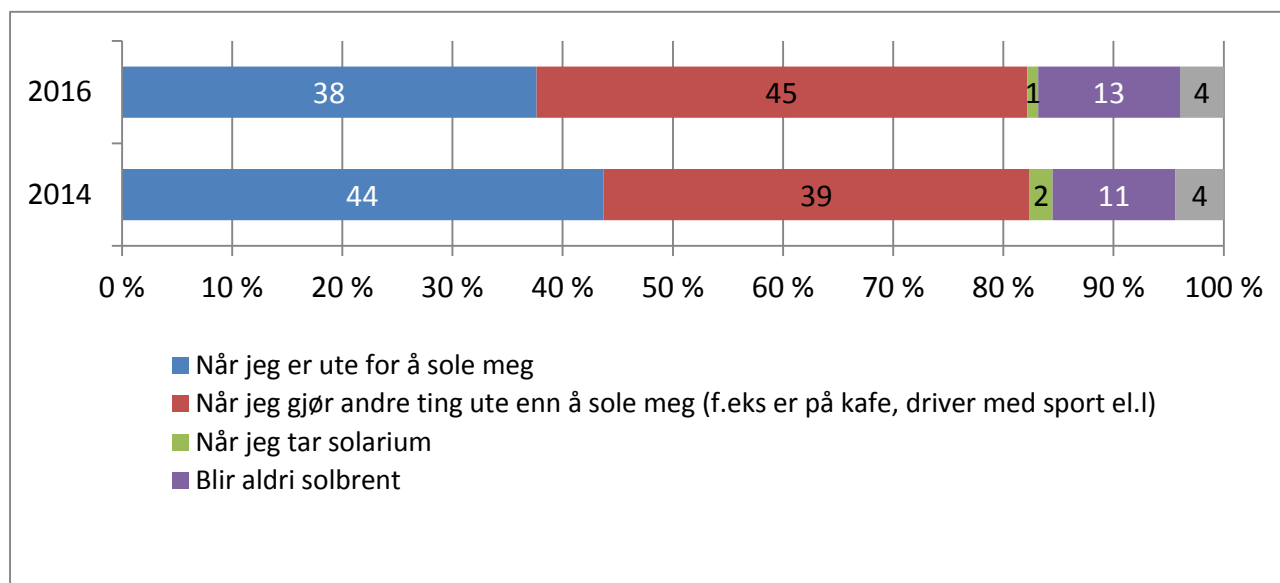
Hvor mange ganger har du blitt ubehagelig rød eller solbrent slik at du flasser av etter soling i løpet av de siste 12 månedene? N=1035



Rundt 7 av 10 ble solbrent siste 12 måneder, mot 9 av 10 i forrige undersøkelse. Flest jenter blir solbrent. Andelen som blir solbrent (både så de blir ubehagelig rød eller så de flasser) går kraftig ned. En av fem har blitt solbrent hele 10 ganger eller flere. Ca 2 av 5 har blitt så solbrent at de har flasset én eller flere ganger. Nesten 7 av 10 av de som har blitt solbrent, har brukt solkrem.

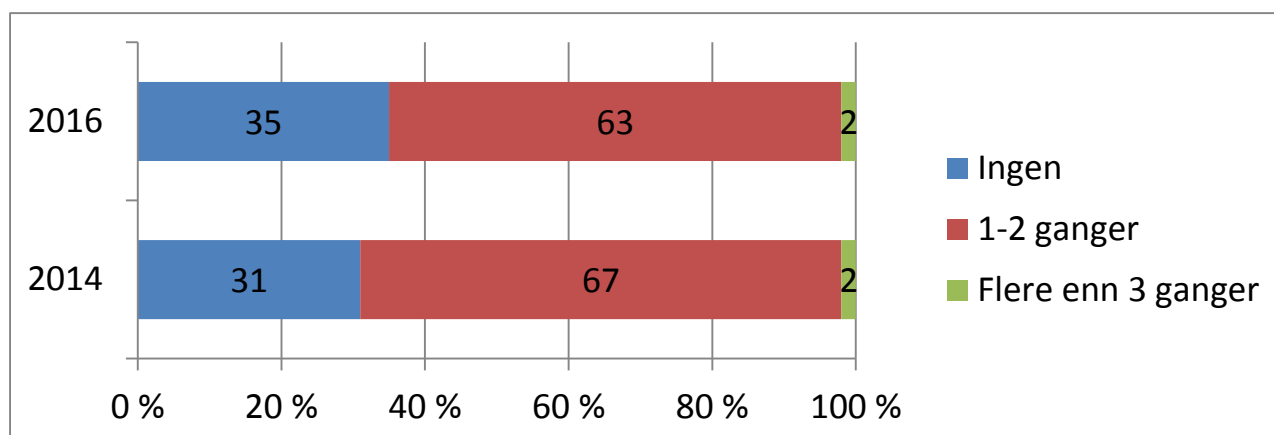


I hvilke situasjoner blir du oftest solbrent N=1035



Det er litt mer vanlig å bli solbrent når de er ute på kafe, driver med sport osv, enn når de er ute for å sole seg. Henholdsvis 45 prosent blir solbrent når de ikke er ute for å sole seg, og 38 prosent når de er ute for å sole seg. Jenter blir oftere solbrent når de soler seg, mens flere gutter ikke blir solbrent. De er ute i sola de fleste blir solbrent. Antall som har blitt solbrent i solarium er redusert.

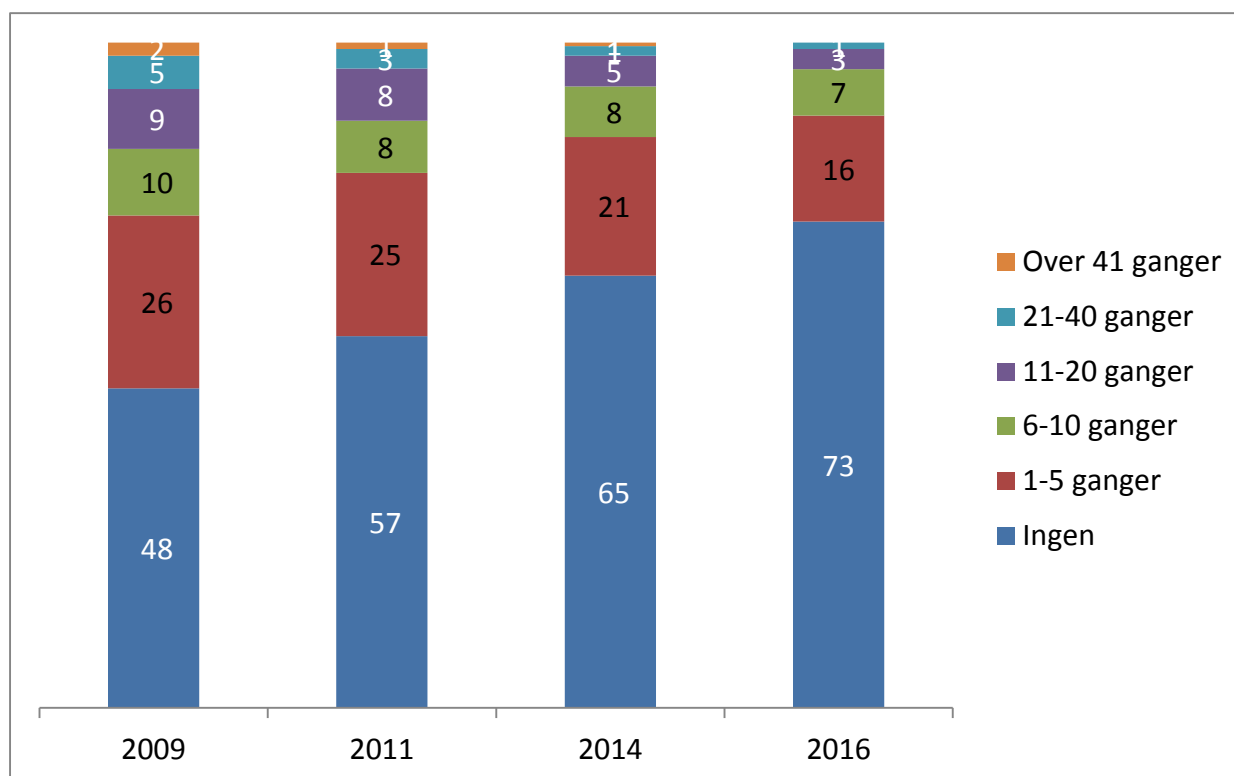
Hvor mange ganger er du vanligvis på solferie/badeferie i utlandet per år? N=1035



2 av 3 er på solferie/badeferie 1-2 ganger per år, og jenter noe oftere enn gutter.

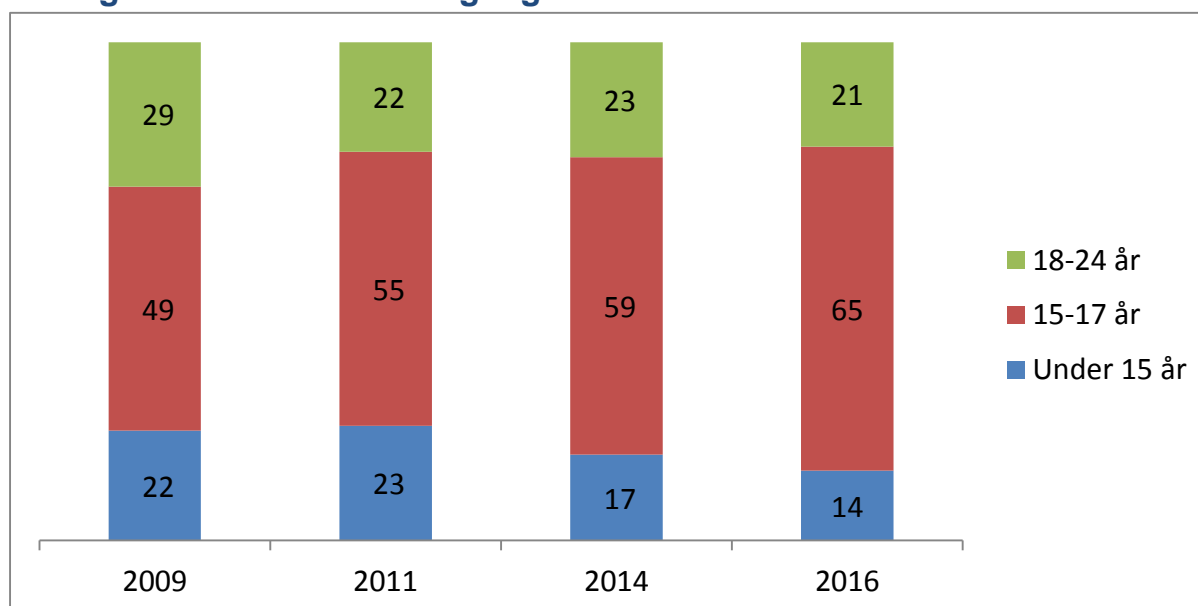


Hvor mange ganger har du tatt solarium de siste 12 månedene? N=1035



Bruk av solarium blant ungdom under 24 år er stadig synkende. 27 prosent av ungdom mellom 15-24 år har brukt solarium siste 12 måneder. Jenter bruker nesten dobbelt så mye solarium som gutter, henholdsvis 34 prosent og 19 prosent. Det er relativt få som bruker solarium mye, 11 prosent har brukt 6 ganger eller mer. Omtrent alle går i ubetjente solstudioer.

Hvor gammel var du første gang du tok solarium? N=278



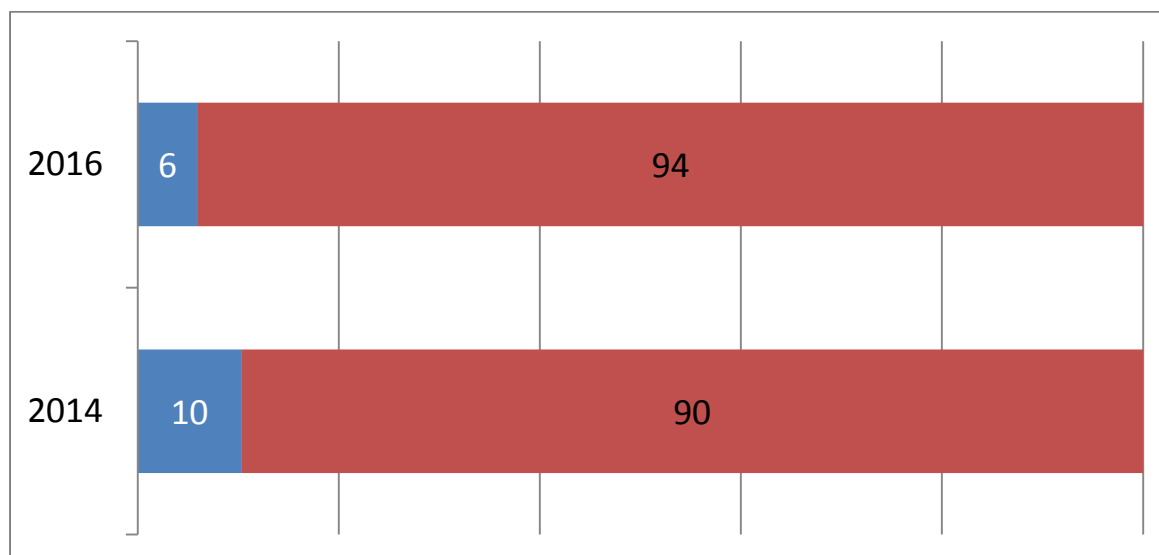
(Det ble innført 18-års aldersgrense 1. juni 2012, men krav om alderskontroll (digitalt eller ved betjening) blir ikke innført før 1.1.2017, og aldersgrensen blir i liten grad håndhevet.)



8 av 10 av dem mellom 15-24 år som har brukt solarium var under 18 år da de tok solarium første gang. I 2009 var 7 av 10 under 18 år første gang de tok sol.

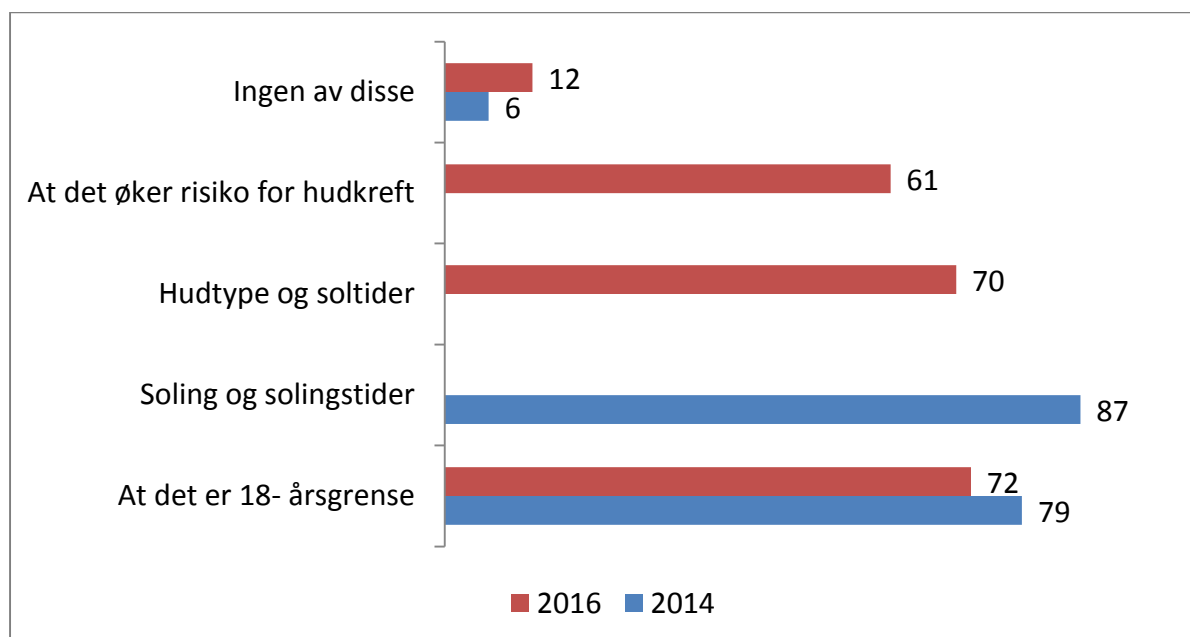
Seks av ti av dem tok første gang da de var 15-17 år. 14 prosent startet før de var 15 år, som er en reduksjon fra 23 prosent i 2011. Jenter starter tidligere med solarium enn gutter.

Jeg går vanligvis i solstudio som er betjent/ubetjent N=278



Nesten alle går i ubettjent solstudio.

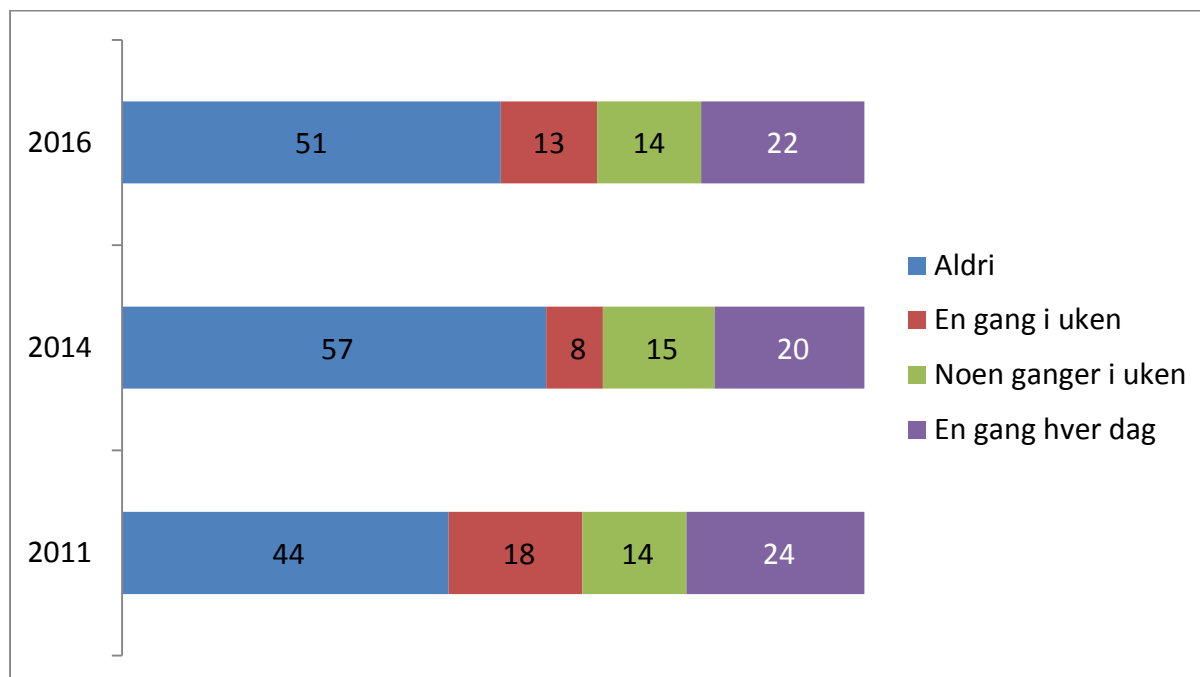
Har du fått informasjon i solstudioet om: N=278



Spørsmålene er litt endret fra 2014. Solstudioene plikter å informere kundene sine om soltider, 18-årsgrense og økt hudkreftrisiko. Bare 6 av 10 har fått informasjon om at bruk øker hudkreftrisiko, og 1 av 10 har ikke fått noen informasjon i det hele tatt.

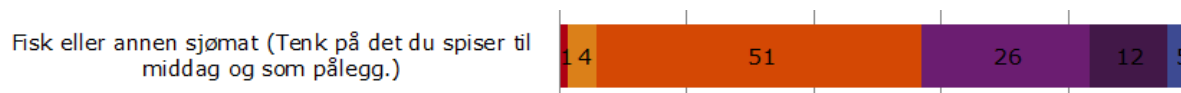


Hvor ofte (mange dager i uken) tar du tran eller annet vitamin D-tilskudd? N=1035



Sola er vår viktigste kilde til vitamin D. Andre måter å få vitaminet på er via kosten, som fet fisk, tran eller vitamin D-tilskudd. Vi har derfor også spurt om bruk av tran eller vitamin D-tilskudd. Halvparten tar tran eller annet vitamin D tilskudd ukentlig, og dette er en økning fra 2014.

Hvor ofte (mange dager i uken) spiser du fisk eller annen sjømat? N=1035



Over halvparten spiser fisk flere ganger ukentlig. Det er ikke spurt spesielt om det er fet fisk de spiser.