

Solkampagnen | Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden

Solundersøgelsen 2008

- En kortlægning af danskernes solvaner



Solundersøgelsen 2008
En kortlægning af danskernes solvaner

Camilla Thorgaard (att. cth@cancer.dk – tlf. 35 25 75 90)
Brian Køster
Anne Friis Krarup
Anja Philip

Forsidefoto: Polfoto

Uddrag, herunder figurer, tabeller og kortere citater, er tilladt med kildeangivelse:
Thorgaard C. m.fl.
Solundersøgelsen 2008
Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden 2009

Strandboulevarden 49
2100 København Ø
Telefon 35 25 75 00

Rapporten findes udelukkende i elektronisk form og er tilgængelig via
www.skrunedforsolen.dk

ISBN: 978-87-7064-087-9

Copyright 2009 © af
Kræftens Bekæmpelse
Alle rettigheder forbeholdes.

Forord

Mere end 80.000 danskere menes at leve med kræft i huden, mens ca. 7.500 får konstateret sygdommen hvert år for første gang. De seneste 30 år er antallet af nye tilfælde tredoblet. Kræft i huden skyldes hovedsagelig for stor eksponering af UV-stråler fra solen og solariet. Forebyggelse af kræft i huden handler derfor om at påvirke de solvaner, som fører til solskoldninger og for store livstidsdoser af UV-stråling. I samarbejde har TrygFonden og Kræftens Bekæmpelse derfor iværksat Solkampagnen ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”, som arbejder for at forebygge kræft i huden ved at lære danskerne at omgå solen med sund fornuft. Denne rapport sætter fokus på danskernes solvaner i 2008. Rapporten giver en status og kan bruges til at udvikle, forbedre og følge op på det forebyggende kampagnearbejde.

København, maj 2009

Anja Philip, projektchef for Solkampagnen ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”.



Sammenfatning

Denne rapport giver et billede af, hvordan danskernes solvaner så ud i 2008, idet den gennemgår resultaterne fra en repræsentativ undersøgelse med 4.277 respondenter fra 15-64 år. Undersøgelsen blev gennemført efter sommeren 2008 (i ugerne 35-38). I undersøgelsen spurgte vi respondenterne om deres vaner i den danske sommerson og på solferien. Derudover spurgte vi til deres brug af solarium, deres viden og holdning til sol og deres kendskab til Solkampagnen og de fire solråd: *siesta*, *solhat*, *solcreme* og *sluk solariet*. Vi sammenligner på centrale spørgsmål med besvarelserne fra 2008 med besvarelserne for somrene 2007 og 2006.

Risikoadfærd

Formålet med denne rapport er at opnå et kendskab til danskernes solvaner, sådan at kampagner, der forebygger kræft i huden tilrettelægges mest hensigtsmæssigt. Vi ved, at solskoldninger, store UV-doser og brug af solarium øger risikoen for at udvikle kræft i huden senere i livet. Især solskoldninger i barndommen og tidlig brug af solarium øger risikoen for at udvikle kræft i huden. I rapporten har vi derfor brugt solskoldninger og solariebrug, som indikatorer for risikofyldt soladfærd.

Solskoldninger

Vores undersøgelse viser, at en stor andel oplever solskoldninger i løbet af sommeren. Blandt vores respondenter, der er repræsentative for den danske befolkning, oplevede 44 % at blive solskoldede i løbet af sommeren 2008. Det så ikke meget bedre ud for børnene: blandt vores respondenter var det en tredjedel (33 %) af forældrene, som oplevede, at deres yngste barn blev solskoldet i løbet af sommeren. Det er især dem, der bevidst sætter sig i solen for at blive brune (solbaderne), som oplever skoldninger i løbet af sommeren. Der er sket en stigning i andelen, der har oplevet solskoldninger fra somrene 2006, til 2007 og frem til 2008. Den væsentligste forklaring er formentlig, at sommeren 2008 var en sommer med mange solskinstimer i forhold til somrene 2006 og 2007.

Solarier

Generelt er der et højt forbrug af solarium. Blandt de 15-64-årige har 25 % brugt solarium inden for de seneste 12 måneder. 13 % har brugt solarium månedligt eller hyppigere inden for det seneste år. Solarieforbruget er højest blandt 15-19-årige, hvor 44 % har brugt solarium inden for de seneste 12 måneder. Udover, at forbruget er størst blandt de yngste, ser vi også en tendens til, at debutalderen for første solariebesøg er faldende. Blandt de 15-19-årige er 21 %, begyndt at bruge solarium inden de er 14 år. Der ser ud til at være social ulighed i brugen af solarium. Flere med kortere uddannelse går i solarium, og flere børn med forældre med kortere uddannelse går i solarium. Solarieforbruget blandt de yngste er dog faldet siden kampagnen

begyndte. Andelen blandt de 15-19-årige, der har brugt solarium de seneste 12 måneder er faldet fra 51,1 % før kampagnens start i maj 2007 til 43,8 % i 2008.

Kampagnekendskab

Der er en stor andel, som er personligt berørt af kræft i huden. Næsten en fjerdedel (23,2%) har nogen i deres nærmeste omgangskreds eller familie, som har fået konstateret kræft i huden.

Der er et generelt højt kendskabsniveau til Solkampagnen. 85,8% har hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler, og 73,3% har hørt sloganet ”Skru ned for solen mellem 12 & 15”. Blandt dem, der kender kampagnen, har 18,5% svaret, at de har ændret adfærd i solen blandt andet på grund af kampagnen. Især de unge mellem 15-19 og forældre med små børn svarer, at de har ændret adfærd på grund af kampagnen. Undersøgelsen viser også, at dem, der kender til vores kampagne i højere grad følger solrådene end dem, der ikke kender kampagnen.

Efterlevelse af Solkampagnens råd

Af Solkampagnens solråd er det især rådene om at søge skygge mellem 12 & 15 og rådet om at bruge solcreme, som folk - især kvinderne - følger. Rådene om solhat og tøj, der dækker krop, overarme og lår bliver fulgt i mindre omfang, og mest af mænd. Blandt dem, der husker Solkampagnen råd, er det rådet om solcreme, som flest kan huske.

Vi kan ikke se, at dem, der bruger rådene om solhat og skygge har en mindre tendens til at opleve solskoldninger. Derimod viser tøj en beskyttende virkning, sådan at en lavere andel af dem, der bruger tøj som beskyttelse, oplever solskoldninger. Blandt de respondenter, som angiver, at de bruger solcreme har en større andel oplevet solskoldninger, sammenlignet med dem, der har svaret, at de ikke bruger solcreme.

Vi ser, at det især er dem, der solbader, som bruger solcreme. Vi ser også, at 68 % af dem, der bruger solcreme, selv mener de bruger solcremen til at forlænge den tid de er i solen. At der er en sammenhæng mellem at bruge solcreme og opleve solskoldninger, kan formentlig forklares ved, at dem, der bruger solcreme, bruger det til at solbade længe. Der er en del, der bruger solcreme uden at bruge det i tilstrækkelige mængder, sådan at de ikke opnår den beskyttelse, som solcremens faktortal angiver¹. Det er derfor en central udfordring for Solkampagnen at kommunikere, hvordan man bruger solcreme rigtigt. Det er især vigtigt, fordi rådet om solcremen er det råd, som flest husker fra kampagnen.

¹ Bech-Thomsen & Wulf, 1993

Målgrupper

Undersøgelsens resultater giver os et klarere billede af profilen for de forskellige målgrupper, som Solkampagnen arbejder med.

Børnefamilier

Forældre, især småbørnsforældre, er modtagelige for Solkampagnens budskaber. De er en gruppe, som opholder sig meget ude, men som samtidig også angiver at bruge rådene om solbeskyttelse i højere grad end dem uden hjemmeboende børn. Det er både fædre og mødre, som har taget solrådene til sig. Det er især blandt forældre med børn fra 0-6 år, der har svaret, at de har ændret adfærd som følge af kampagnen.

Det højere kendskabsniveau til kampagnen og solrådene og deres svar om at følge solrådene, ser ud til at resultere i, at de er blevet mindre solskoldede end de andre grupper. Forældrene (som gruppe) har oplevet færre skoldninger i 2008 sammenlignet med 2006, til trods for en generel stigning. Det kan tyde på, at forældrene har været i stand til at ændre deres adfærd på en hensigtsmæssig måde. Desværre kan vi ikke se, at det er slået igennem i forhold til deres børns skoldninger. Andelen, som har oplevet, at deres yngste barn er blevet skoldet er steget fra 2007 til 2008.

De unge

Teenagerne, vi har spurgt, har generelt en meget risikofyldt soladfærd. Der er en stor andel, som solbader ofte, længe og bruger solarium. I gruppen oplever mange at blive solskoldede i løbet af sommeren. Men samtidig er der tegn på, at kampagnen når nogle af de unge. De unge har et højere kendskab til kampagnen end de andre aldersgrupper, og en større andel af de unge oplever, at de har ændret adfærd på grund af kampagnen. De unge angiver især, at de har ændret adfærd i forhold til at bruge solcreme, søge skygge og undgå solarium.

De "solsikre" solbadere

Solbadningen er risikoadfærd ift. at blive skoldet, og solbadning er stadig meget udbredt. 65 % har svaret, at de solbader i et vist omfang, dvs. sætter sig i solen for at brune i løbet af sommeren. Mange af dem bruger solcreme. Det tyder på, at rådet om solcreme bruges af mange til at kunne solbade på en mere "sikker måde" og måske derved fører til mere solbadning. Solkampagnen bør overveje, om rådet om solcreme herved kan være med til at legitimere en u hensigtsmæssig adfærd. En mulig strategi kan være at gøre folk opmærksomme på risikoen ved at få solskoldninger, når man bruner sig i solen - med eller uden solcreme.

Indholdsfortegnelse

Forord	1
Sammenfatning	2
Risikoadfærd	2
Solskoldninger.....	2
Solarier	2
Kampagnekendskab	3
Efterlevelse af Solkampagnens råd	3
Målgrupper	4
Børnefamilier	4
De unge	4
De ”solsikre” solbadere	4
Indholdsfortegnelse	5
Indledning	7
Kræft i huden.....	7
Forebyggelse af kræft i huden	8
D-vitamin og sol.....	8
Solkampagnens effekt	9
1. Solskoldninger	10
Resumé	10
2. Solvaner	16
Resumé	16
Sol og udendørsarbejde	16
Soleksponering i fritiden	17
Solbadning.....	19
3. Solbeskyttelse	21
Resumé	21
Skygge mellem 12 & 15	21
Solhat.....	23
Tøj, der dækker krop, overarme og lår	24
Solcreme.....	25
4. Børns solvaner	28
Resumé	28
Børn og skoldninger	28
Børn i solen	29
Børn og solbadning	29
5. Solferie	31
Resumé	31
Solskoldninger på solferien	31
Solrådene på solferie	32
6. Solarium	35
Resumé	35
Brug af solarium.....	35
Debutalder for solarium	38
Skoldninger og solarium	38
Begrundelser for at bruge solarium	39
Konsekvenser af solarium	40

Solarieforbud for unge	40
Børn og solarium	41
7. Viden og holdninger	42
Resumé	42
Hudfarvens signaler.....	42
Viden og holdninger til sol.....	43
8. Kendskab til kampagnen	45
Resumé	45
Kendskab til Solkampagnen og kampagnens budskaber	45
Ændring af adfærd i solen	46
Solkampagnens relevans	49
9 Udvikling over tid.....	50
Resumé.....	50
Solskoldninger.....	51
Solarium	52
Efterlevelse af solråd	53
10. Metode.....	55
Litteraturliste.....	58

Indledning

Denne rapport indeholder resultaterne af en spørgeskemaundersøgelse fra 2008 vedr. danskernes solvaner, som Solkampagnen ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15” har gennemført. Solkampagnen er iværksat i 2007 i et samarbejde mellem Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden med formålet om at forebygge kræft i huden. Solkampagnen arbejder med forebyggelse af kræft i huden gennem en række forskellige initiativer - herunder massekommunikation, som sigter mod individuelle adfærsændringer og politisk arbejde, hvor beslutningstagere - fra børnehaver til Folketing – inddrages i arbejdet med at træffe beslutninger, der kan skabe strukturelle forandringer. Kampagnen har overordnet valgt at kommunikere om nødvendigheden af at beskytte sig i solen, når UV-indexet er 3 eller mere. En del af kommunikationen har derfor været at udbrede kendskabet til, hvad UV-indexet er. I Solkampagnens massekommunikation er der derudover lagt vægt på fire solråd (siesta, solhat, solcreme og sluk solariet) sammen med kampagnens navn og slogan ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”.

Som en del af indsatsen følger kampagnen danskernes solvaner gennem en årlig repræsentativ undersøgelse for at få et billede af, hvordan danskernes solvaner er, og hvordan de ændrer sig over tid. Indtil videre er spørgeskemaundersøgelsen gennemført to gange i 2007 og én gang i 2008. Den første spørgeskemaundersøgelse blev gennemført før kampagnens start (i april 2007), men spurgte tilbage til sommeren 2006, og er derfor tænkt som en måling af danskernes solvaner i 2006².

Kræft i huden

Betegnelsen ’kræft i huden’ dækker over to hovedtyper af kræft: Almindelig hudkræft og modermærkekræft. Almindelig hudkræft er den hyppigste af de to kræfttyper og er sjældent dødelig. Modermærkekræft er den mest aggressive og farlige type, idet omkring 15 % dør af sygdommen inden 5 år³.

Mere end 80.000 mennesker lever med diagnosen kræft i huden i Danmark. Hvert år får ca. 6.250 mennesker konstateret almindelige hudkræft inkl. basalcellekræft og ca. 1.100 mennesker får diagnosen modermærkekræft. Samtidig går udviklingen i Danmark den forkerte vej. Antallet af nye tilfælde af kræft i huden er støt stigende, og der har været tale om en tredobling af nye tilfælde de seneste 30 år i Danmark. Modermærkekræft er blevet den hyppigste kræftform blandt yngre mennesker i aldersgruppen 15-34 år⁴.

² Solundersøgelsen, forår 2007

³ Berrino et al 2007

⁴ NORDCAN marts 2007, for årene 2000-2004. I marts inkluderede NORDCAN basalcelle hudkræft. I den seneste opdatering er basalcelle hudkræft ikke inkluderet.

Når vi sammenligner antallet af nye tilfælde af kræft i huden i Danmark med tilfældene i andre lande, ser vi, at Danmark er højt placeret. Danmark har således en international syvendeplads i andelen af nye tilfælde af kræft pr. år⁵.

Generelt gælder det, at risikoen for at udvikle kræft i huden både afhænger af, om man oplever solskoldninger og den samlede livstidseksponering af UV-stråling. Derudover har det betydning, hvilken hudtype man har. Man har større risiko jo lysere, man er.

Forebyggelse af kræft i huden

Kræft i huden skyldes UV-stråling. UV-stråling kommer fra solen, men kan også komme fra elektriske apparater, fx solarier. UV-stråling er nødvendig for alt liv på jorden, men der er samtidig evidens for, at UV-stråling er kræftfremkaldende⁶. Evidensgrundlaget er både laboratoriestudier og større epidemiologiske studier.

Forebyggelse af kræft i huden handler derfor om at begrænse eksponeringen for UV-stråling. For de fleste danskere handler det om at undgå en u hensigtsmæssig adfærd, når solen skinner om sommeren i Danmark, når vi er på ferierejser, og at undgå solarier. Soleksponering kan også påvirkes af andre tiltag, fx kan børns soleksponering påvirkes af, om der er mulighed for at lege i skyggen på legepladser.

D-vitamin og sol

Det er vigtigt at bemærke, at Solkampagnen ikke er en skræmmekampagne mod solen. Kroppen danner vitalt D-vitamin ved ophold i solen, og sollys er derfor essentielt for mennesket. Solkampagnen tilstræber på den baggrund en balance i kommunikationen om, hvad der er fornuftig omgang med solen. Vi mangler fortsat viden om, hvilket D-vitamniveau, der er det mest sundhedsfremmende, og hvilken adfærd, der er hensigtsmæssig for at opnå det tilstrækkelige niveau. I sommerhalvåret – fra maj til september – er solens lys i Danmark så kraftigt, at der kun skal 10-15 minutters ophold i solen med bart ansigt, hænder og underarme 3 gange ugentligt for at få nok D-vitamin. Eller alternativt kan man have længere ubetkyttet eksponering udenfor middagstimerne. Der er enighed om at fraråde solarier som kilde til D-vitamin. Kampagnens hovedbudskab er, at man skal omgås solen *med måde*. De konkrete handlingsanvisninger er, at man beskytter sig mod solen i tidsrummet mellem 12 & 15, når man vil være ude mere end 15-20 minutter (afhængigt af hudtype). Derudover frarådes det at bruge solarium. Der er også fokus på, at man skal have tilstrækkeligt med D-vitamin ved at færdes udendørs i solen uden dog at få solskoldninger, og derfor ikke bare ligge at solbade i længere tid.

⁵ Globocan 2002

⁶ IARC 1997

Solkampagnens effekt

Formålet med solundersøgelsen er, at Solkampagnen skal have et datagrundlag for tilrettelæggelsen og udviklingen af relevante forebyggende kampagner, men det er også hensigten, at solundersøgelsen over tid, skal kunne måle på kampagnens effekt. Vi vil derfor præcisere, hvad der er relevante indikatorer at opstille for kampagnens effekt.

Solkampagnen ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15” har til formål at påvirke sygeligheden og dødeligheden af kræft i huden. Den vigtigste årsag til kræft i huden er UV-eksponering, og det er derfor en rimelig forventning, at ændringer i folks adfærd i solen på længere sigt vil kunne påvirke antallet af personer, der får kræft i huden. Nutidens adfærdsændringer, vil dog først vise sig i fremtidens kræftstatistikker. Det er derfor nødvendigt at tænke lavere sygelighed og dødelighed som kampagnens *langsigtede mål* og adfærdsændringer og strukturelle ændringer som kampagnens *kortsigtede mål*.

Solundersøgelsen sætter fokus på den del af de kortsigtede mål, som handler om adfærdsændringer. Med solundersøgelsen er det muligt at se på, hvordan adfærdsændringer er korreleret med kampagnekendskab og efterlevelse af kampagnens råd, hvorved undersøgelsen også løbende kan evaluere på kampagnens overordnede kommunikationsstrategi. I denne rapport har vi valgt at opsætte nogle indikatorer for en risikofyldt soladfærd. For det første er det en indikator, om man har oplevet at blive forbrændt/solskoldet i løbet af sommeren. For det andet er solarieforbrug også en indikator for, om man har en risikofyldt soladfærd. Det er bevist at begge indikatorer hænger sammen med risikoen for at udvikle kræft i huden senere i livet.

Hvad angår solskoldninger undersøger vi, hvilken adfærd der er korreleret med at opleve disse skoldninger, herunder fx hvordan efterlevelse af Solkampagnens solråd er korreleret med risikoen for at opleve solskoldninger.

God læselyst!

1. Solskoldninger

Resumé

- 43,6 % oplever at blive solskoldede i løbet af sommeren
- De, der solbader, oplever flere solskoldninger
- 53,3 % af de respondenter, som solbadede ca. en gang om ugen, har oplevet solskoldninger
- 67,7 % af de 15-19-årige er blevet skoldede i løbet af sommeren
- Kvinder og yngre solbader oftere end mænd og ældre
- Det er især i haven/gården, på stranden og på solferien, man bliver solskoldet.

Vi har valgt at bruge *forbrændt/solskoldet* som indikator for, om man har en risikofyldt soladfærd, fordi der er solid evidens for, at der er en sammenhæng mellem solskoldninger og risikoen for at få kræft i huden⁷.

Indledningsvis har vi spurgt folk, om de har oplevet at blive forbrændt/solskoldet i løbet af sommeren. Derefter har vi undersøgt, om folks adfærd i solen og efterlevelse af solrådene har betydning i forhold til at blive forbrændt/solskoldet.

Vi har valgt at inkludere en definition af forbrændt/solskoldet i spørgeskemaet, da der kan være forskellige opfattelser af, hvad det vil sige at være forbrændt/solskoldet. Definitionen af forbrændt/solskoldet er:

"Ved forbrændt/solskoldet forstås enhver form for rødme, ubehagelighed, smerte eller blære på huden, der varer længere end 12 timer efter ophold i solen"

Mange oplever at blive forbrændt/solskoldet

Over 4 ud af 10 (43,6 %) af undersøgelsens respondenter angav, at de har været forbrændt/solskoldet i sommeren 2008, hvoraf de fleste har været forbrændt/skoldet en til to gange.

Tabel 1.1 *Hvor mange gange har du været forbrændt/skoldet i sommer?*

	Procent
Mere end 5 gange	2,6 %
3-5 gange	4,4 %
1-2 gange	36,6 %
Aldrig	55,7 %
Ved ikke	0,7 %
Total	100 % (n=4277)

⁷ IARC 1997 og Marks 2000

Følgende har betydning for, om man bliver forbrændt/solskoldet:

- Køn
- Alder
- Om man solbader
- Om man bruger tøj, der dækker krop, overarme og lår
- Om man bruger solcreme.

Yngre bliver oftere forbrændt/solskoldet

Alder betyder mest i forhold til, om man har oplevet solskoldninger i løbet af sommeren. Det er især de yngre aldersgrupper 15-19 år og 20-29 år, som oplever mange skoldninger. Disse aldersgrupper ser derfor ud til at have den mest risikofyldte soladfærd. Blandt de 15-19-årige er det 67,7 %, som har svaret, at de har været forbrændt/solskoldet mindst én gang i løbet af sommeren.

Tabel 1.2 *Hvor mange gange har du været forbrændt/solskoldet i sommer?*

	15-19-år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Mere end 5 gange	3,5 %	4,3 %	1,4 %	2,8 %	1,9 %
3-5 gange	10,4 %	7,5 %	3,9 %	2,9 %	2,0 %
1-2 gange	53,8 %	53,4 %	43,6 %	32,8 %	21,2 %
Aldrig	31,1 %	34,0 %	50,9 %	60,7 %	74,0 %
Ved ikke	1,2 %	0,8 %	0,1 %	0,7 %	0,9 %
Total	100,0 % (n=431)	100,0 % (n=770)	100,0 % (n=692)	100,0 % (n=988)	100 % (n=1396)

Kvinder bliver oftere skoldet end mænd

Der er en større andel af kvinder, som har oplevet en solskoldning i løbet af sommeren, idet 47,5 % af kvinderne har oplevet at blive skoldet (en gang eller mere), sammenlignet med 39,6 % af mændene.

Tabel 1.3 *Hvor mange gange har du været forbrændt/skoldet i sommer?*

	Mand	Kvinde
Mere end 5 gange	2,3 %	3,0 %
3-5 gange	3,2 %	5,5 %
1-2 gange	34,1 %	39,0 %
Aldrig	59,4 %	51,9 %
Ved ikke	0,9 %	0,5 %
Total	100,0 % (n=2133)	100,0 % (n=2144)

Solbaderne oplever oftere skoldninger

I undersøgelsen har vi spurgt til, hvor meget folk solbader: ”Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. På en dag, hvor du havde fri og solen skinnede. Vi vil gerne vide, hvor ofte du solbadede – dvs. var i solen for at blive brun? ”. Folk kunne svare fra ”jeg udnyttede alle muligheder for at solbade” til ”jeg solbadede ikke”.

Der er en stærk sammenhæng mellem solbadning og risikoen for at opleve solskoldninger, idet en langt større andel af dem, der solbader oplever skoldninger. 53,3 % af respondenterne, som har svaret, at de solbadede ca. 1 gang om ugen, har oplevet solskoldninger (én gang eller mere) sammenlignet med 35 % af dem, der ikke solbader.

Tabel 1.4 Hvor mange gange har du været forbrændt/skoldet i sommer?

	Jeg udnyttede alle muligheder for at solbade	Jeg solbadede ca. en gang om ugen	Jeg solbadede sjældent	Jeg solbadede ikke	Ved ikke
Mere end 5 gange	3,7 %	2,5 %	2,6 %	2,3 %	0,0 %
3-5 gange	6,8 %	5,3 %	3,3 %	3,6 %	6,3 %
1-2 gange	38,6 %	45,5 %	38,3 %	29,1 %	37,5 %
Aldrig	50,6 %	46,3 %	54,8 %	64,2 %	46,9 %
Ved ikke	0,3 %	0,4 %	0,9 %	0,8 %	9,4 %
Total	100,0 % (n=676)	100,0 % (n=835)	100,0 % (n=1269)	100,0 % (n=1465)	100 % (n=32)

Solrådene og skoldninger

Efterlevelse af Solkampagnens solråd om at bruge skygge og hat har ikke betydning i forhold til risikoen for at blive skoldet, når vi kontrollerer for alder, køn, hudtype, og om man solbader.

Tøj, der dækker

Respondenter, der ofte bruger let tøj, bliver i mindre grad solskoldet sammenlignet med dem, der ikke bruger let tøj, der dækker krop, overarme og lår.

Tabel 1.5 Hvor mange gange har du været forbrændt/skoldet i sommer?

	Bruger du tøj, der dækker krop, overarme og lår?		
	Ja, ofte	Ja, sommetider	Nej
Mere end 5 gange	2,4 %	3,0 %	2,4 %
3-5 gange	3,3 %	4,3 %	4,9 %
1-2 gange	29,4 %	41,8 %	35,9 %
Aldrig	64,6 %	49,9 %	56,1 %
Ved ikke	0,3 %	1,0 %	0,7 %
Total	100,0 % (n=875)	100,0 % (n=1476)	100,0 % (n=1926)

Flere af dem, der bruger solcreme, bliver skoldet

Der er flere af dem, der følger rådet om solcreme, som har oplevet skoldninger, idet 48,5 % af dem, som ofte bruger solcreme, har oplevet skoldninger sammenlignet med 30,4 % af dem, som ikke bruger solcreme. Det skal formentlig forklares med, at flere af dem, der har en risikofyldt soladfærd, fx solbader og er meget ude, bruger solcreme som solbeskyttelse og muligvis ikke bruger solcremen i tilstrækkelige mængder. Der er dog stadig en sammenhæng mellem solcreme og solskoldning, når der kontrolleres for solbadning.

Tabel 1.6 *Hvor mange gange er du blevet forbrændt/skoldet i sommer?*

	Bruger du solcreme?		
	Ja, ofte	Ja, sommetider	Nej
Mere end 5 gange	3,1 %	2,5 %	2,0 %
3-5 gange	4,6 %	4,9 %	3,5 %
1-2 gange	40,8 %	42,0 %	24,9 %
Aldrig	51,1 %	49,5 %	68,7 %
Ved ikke	0,4 %	1,0 %	0,9 %
Total	100,0 % (n=1795)	100,0 % (n=1256)	100,0 % (n=1226)

Hvor befinder man sig, når man bliver solskoldet

Dem, der har oplevet at blive solskoldede, er blevet spurgt om, hvor de befandt sig, da de blev forbrændt/solskoldet.

Tabel 1.7 *Hvor blev du forbrændt/solskoldet?*

	procent
Haven/gården	16,7 %
Stranden/legepladsen/parken	15,8 %
På solferie i udlandet	12,4 %
På vandet	5,1 %
Mens jeg dyrkede sport	5,1 %
På arbejdet	3,0 %
På cykeltur	2,5 %
I forlystelsespark	2,1 %
På cafe	0,9 %
I udendørs svømmehal	0,8 %
I vandland	0,7 %

16,7 % af dem, der har oplevet skoldninger, har oplevet at blive forbrændt i haven/gården. Dernæst kommer stranden/legepladsen/parken og solferie i udlandet. Fælles for stederne er, at det er steder, man kan befinde sig for bevidst at solbade.

Men det ses også, at nogen oplever at blive solbrændte, selvom de er steder, hvor man ikke bevidst solbader. F.eks. er 3,1 % blevet solbrændte mens de dyrkede sport og 3 %, mens de var på arbejde.

Udendørsaktiviteter

I spørgeskemaet har vi spurgt, hvilke udendørsaktiviteter man typisk lavede mellem 12 & 15. Vi har undersøgt, om der er sammenhænge mellem folks 'typiske' udendørsaktiviteter mellem 12 & 15, og om de har oplevet solskoldninger. Det skal dog bemærkes, at folk ikke har svaret, at de netop blev solskoldet ved denne aktivitet. Vi har derimod sammenholdt, hvad de typisk laver udenfor med, om de har oplevet at blive solskoldet.

Tabel 1.8 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. På en dag, hvor du havde fri og solen skinnede. Hvilke udendørsaktiviteter lavede du typisk mellem 12 & 15?

	Procent	Øget risiko
Arbejde i haven	40,3 %	Nej*
Sad i solen	32,9 %	Ja
Gik ture	31,1 %	Nej
Cyklede	27,0 %	Ja
Solbadede (var i solen for at blive brun)	23,6 %	Ja
Var på indkøb	26,8 %	nej
Var på stranden	24,8 %	Ja
Lå i græsset	17,1 %	Ja
Dyrkede sport	13,0 %	Ja
Skovtur/picnic	7,3 %	Nej*
Legede med børn	14,4 %	Nej
Sejlede	6,4 %	Nej
Grillede udenfor	14,7 %	Ja
Svømmede i udendørs svømmebassin	6,7 %	Nej

* Gruppen har en signifikant lavere risiko for at opleve solskoldninger

De respondenter, der har svaret, at de som typisk aktivitet lavede følgende:

- Solbadede (var i solen for at blive brun)
- Lå i græsset
- Sad i solen
- Var på stranden.

oplever i højere grad solskoldninger sammenlignet med dem, der ikke har nævnt disse som deres typiske udendørsaktivitet. Alle disse aktiviteter, er typiske solbadningsaktiviteter.

Der er også en gruppe udendørsaktiviteter, som ikke decideret lægger op til solbade, men hvor der er en større andel, der har oplevet skoldninger.

- Dyrkede sport
- Grillede udenfor.

Blandt dem, der havde nævnt disse to aktiviteter som deres typiske udendørsaktiviteter, var der også flere, der havde oplevet solskoldninger, sammenlignet med dem, der ikke havde.

Der er også nogle typiske udendørsaktiviteter, hvor der er en *lavere* andel, der har svaret, at de har oplevet solskoldninger sammenlignet med dem, der ikke har nævnt disse aktiviteter som typiske udendørsaktiviteter. Det drejer sig om:

- Arbejde i haven
- Skovtur/picnic.

2. Solvaner

Resumé

- 68,9 % er i solen mere end 30 minutter om dagen mellem kl. 12 og 15. Der er derfor en bred gruppe af danskere, som det er relevant at kommunikere solrådene til
- 15,8 % er soldyrkere, dvs. de udnytter alle muligheder for at solbade. For de 15-19-årige er det 33,9 %
- Kvinder solbader mere end mænd; 21,9 % af kvinderne udnytter alle muligheder for at solbade, mens det kun gør sig gældende for 9,7 % af mændene. De, som solbader ofte, solbader i lang tid; 28,6 % af dem, som udnytter alle muligheder for at solbade, solbader to-tre timer mellem kl. 12 & 15
- Mandlige udendørsarbejdere har en lavere risiko for solskoldninger, det gælder ikke kvindelige udendørsarbejdere.

Der er forskel på, hvordan vi er eksponeret for sol. Der er en gruppe, der har arbejde, hvor de er udenfor i løbet af sommeren, og derfor er eksponeret i deres hverdag. En del af denne gruppe vil formentlig opnå en langsom bruning, der beskytter dem mod solskoldninger samtidig med, at de oplever at få en stor mængde samlet livstidseksponering for sol. For de fleste voksne danskere sker den største eksponering dog i fritiden, i weekenden og på feriedage. I de fleste af spørgeskemaets spørgsmål spørger vi derfor ind til folks soladfærd i deres fritid.

Sol og udendørsarbejde

En femtedel af alle danskere har et job, som betyder, at de arbejder udendørs om sommeren mellem 12 & 15. Blandt mændene er det 28,3 %, der arbejder udendørs om sommeren, mens det kun er 11 % af kvinderne.

Tablet 2.1 Har du et job, som betyder, at du arbejder udendørs om sommeren?

	Mand	Kvinde
Ja	28,3 %	11,0 %
Nej	71,7 %	89,0 %
Total	100 % (n=2133)	100 % (n=2144)

Mænd, der arbejder ude, bliver ikke så solskoldede

Selvom man må gå ud fra, at gruppen, der arbejder udendørs, har en højere grad af solesponering sammenlignet med de øvrige respondenter, ser vi, at de mandlige udendørsarbejdere er mindre tilbøjelige til at opleve solskoldninger i løbet af sommeren sammenlignet med mandlige indendørsarbejdere. De kvindelige udendørsarbejdere har ikke signifikant lavere risiko for solskoldninger end kvinder, der arbejder indenfor i løbet af sommeren.

Tabel 2.2 Mænd Hvor mange gange har du været forbrændt/skoldet i sommer?

	udendørsarbejdere	indendørsarbejdere
Mere end 5 gange	3,8 %	1,6 %
3-5 gange	3,8 %	3,0 %
1-2 gange	30,2 %	35,7 %
Aldrig	62,0 %	58,4 %
Ved ikke	0,2 %	1,2 %
Total	100,0 % (n=603)	100,0 % (n=1530)

Udendørsarbejdere og solråd

Udendørsarbejderne er blevet spurgt, om de følger solrådene, når de arbejder udenfor om sommeren mellem 12 & 15. Udendørsarbejderne er blevet spurgt ”Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du var på arbejde udendørs, solen skinner og klokken er mellem kl. 12 & 15.” Udendørsarbejderne bruger især tøj til at dække krop, overarme og lår. 71,4 % har svaret, at de ofte eller sommetider følger rådet om at bruge tøj, der dækker. 62,6 % søger skygge ofte eller sommetider. Rådet om solhat bliver brugt af omkring en tredjedel (34,8 %), mens mindre end halvdelen (48,0 %) bruger solcreme, når de arbejder udenfor om sommeren mellem 12 & 15.

Tabel 2.3 Efterlevelse af solråd for udendørsarbejde

	Søgte du skygge	Brugte du solhat	Brugte du tøj, der dækker krop, overarme og lår	Brugte du solcreme
Ja, ofte	23,7 %	16,7 %	40,5 %	24,3 %
Ja, sommetider	38,9 %	18,1 %	30,9 %	23,7 %
Nej	37,4 %	65,2 %	28,6 %	52,0 %
Total	100,0 % (n=839)	100,0 % (n=839)	100,0 % (n=839)	100,0 % (n=839)

Soleksponering i fritiden

I den øvrige del af spørgeskemaet har vi spurgt til alle respondenternes soleksponering i deres fritid. Respondenterne bliver spurgt, hvor mange timer de typisk er i solen mellem kl. 12 & 15 på en dag, hvor de har fri. Hvis vi skelner mellem, om folk har været i solen mere eller mindre end 30 minutter, ser vi, at hovedparten (68,9 %) er i solen mere end 30 minutter om dagen mellem 12 og 15, når de har fri og solen skinner. 15,5 % er ude i solen mellem 2 og 3 timer i samme tidsrum.

Tabel 2.4 Tænk tilbage på denne sommer herhjemme. Du har fri og solen skinner. Vi vil gerne vide, hvor mange timer dagligt, du typisk var i solen sådan en dag mellem kl. 12 og 15?

	Procent
Jeg var stort set aldrig i solen mellem kl. 12 & 15	11,6 %
Mindre end 30 min.	18,9 %
½ - 1 time	26,7 %
1-2 timer	25,2 %
2-3 timer	15,5 %
Ved ikke	2,0 %
Total	100 % (n=4277)

Der er derfor en bred gruppe af danskere, som det er relevant at kommunikere solbeskyttelsesstrategier til, idet de befinder sig i solen mere end en halv time, mens UV-strålingen er kraftig.

Tabel 2.5 Tid i solen på en sommerdag i Danmark mellem 12 & 15

	Alle	Mænd	Kvinder	15-19-årige	Ikke forældre	Forældre
>30 min.	68,9 %	72,2 %	65,5 %	84,9 %	67,8 %	71,2 %
<30 min.	31,1 %	27,8 %	34,5 %	15,1 %	32,2 %	28,8 %
Total	100 % (n=4191)	100 % (n=2100)	100 % (n=2091)	100 % (n=417)	100 % (n=2859)	100 % (n=1332)

Når vi ser på, hvem det er, som er udenfor mere end 30 minutter, ser vi, at det afhænger af:

- Alder
- Køn
- Om man er forældre⁸.

Teenagere er meget eksponeret

Teenagere er generelt meget i solen mellem 12 & 15. Blandt vores respondenter angiver 84,9 % af teenagerne, at de er i solen i mere end 30 minutter om dagen, når de har fri.

Mænd er mere ude end kvinder

Mænd er generelt mere eksponeret for solen mellem 12 & 15 end kvinder. 72,2 % af mændene har været ude i mere end 30 minutter, mens 65,5 % af kvinderne har været ude mere end 30 minutter på deres fridage.

Forældre er generelt mere i solen end folk uden børn

Det betyder desuden noget for, hvor meget man er i solen, om man har børn eller ej. I gruppen, som har hjemmeboende børn, er det således 71,2 %, der har været ude i solen mere end 30 minutter, mens det er 67,8 % i gruppen uden hjemmeboende børn.

⁸ "forældre" er defineret som, at man har hjemmeboende børn under 18 år.

Solbadning

Respondenterne er blevet spurgt ”Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. På en dag, hvor du havde fri og solen skinnede. Vi vil gerne vide, hvor ofte du solbadede – dvs. var i solen for at blive brun”. Vi kan se, at der er en gruppe ’soldyrkere’ (15,8 %), som efter eget udsagn udnytter alle muligheder for at solbade, mens kun omkring en tredjedel 34,3 % efter eget udsagn ikke solbader. Vi har i kapitel 1 set, at der er en sammenhæng mellem, om man solbader, og om man oplever skoldninger. Det er især de yngre kvinder, der solbader.

Tabel 2.6 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. På en dag, hvor du havde fri og solen skinnede. Vi vil gerne vide, hvor ofte du solbadede – dvs. var i solen for at blive brun?

	Alle	Mænd	Kvinder	15-19 år
Jeg udnyttede alle muligheder for at solbade	15,8 %	9,7 %	21,9 %	33,9 %
Jeg solbadede ca. en gang om ugen	19,5 %	15,6 %	23,5 %	32,5 %
Jeg solbadede sjældent	29,7 %	29,5 %	29,8 %	21,6 %
Jeg solbadede ikke	34,3 %	44,7 %	23,8 %	10,9 %
Ved ikke	0,7 %	0,5 %	1,0 %	1,2 %
Total	100,0 % (n=4277)	100 % (n=2133)	100 % (n=2144)	100 % (n=413)

Jo yngre man er, desto mere solbader man

Der er et generelt billede af, at jo yngre man er, desto mere solbader man. I den yngste aldersgruppe 15-19 år er det således kun 10,9 %, som ikke solbader, mens mere end en tredjedel 33,9 % svarer, at de udnytter alle muligheder for at solbade.

Kvinder solbader mere end mænd

Vi ser også, at kvinder i højere grad solbader end mænd. 21,9 % af kvinderne angiver, at de udnytter alle muligheder for at solbade, sammenlignet med 9,7 % af mændene.

Solbadning i tid

De respondenter, som har angivet, at de solbader, er også blevet spurgt om, hvor længe de solbader. 38,2 % af respondenterne, der solbader, angiver, at de solbader mindre end 30 minutter mellem 12 & 15, mens de øvrige mener, at de solbader i længere tid end dette. 9,4 % angiver, at de solbader 2-3 timer mellem 12 & 15.

Tabel 2.7 Tænk tilbage på denne sommer herhjemme. På en dag, hvor du havde fri og solen skinnede. Hvor mange timer dagligt, solbadede du cirka mellem kl. 12 og 15?

	Procent
Mindre end 30 min.	38,2 %
½ - 1 time	29,7 %
1-2 timer	18,9 %
2-3 timer	9,4 %
Ved ikke	3,7 %
Total	100,0 % (n=2780)

Dem, der solbader ofte, solbader også i lang tid mellem 12 og 15

Dem, der solbader ofte, solbader også i længere tid. Blandt dem, der har svaret, at de udnytter alle mulighed for at solbade, har 35,4 % svaret, at de solbader 1-2 timer og 28,6 % har svaret, at de solbader 2-3 timer. Omvendt har 61,9 % af dem, der solbader sjældent, svaret, at de solbadede i mindre end 30 minutter.

Tabel 2.7 Tænk tilbage på denne sommer herhjemme. På en dag, hvor du havde fri og solen skinnede. Hvor mange timer dagligt, solbadede du cirka mellem kl. 12 og 15?

	Jeg udnyttede alle muligheder for at solbade	Jeg solbadede ca. en gang om ugen	Jeg solbadede sjældent
Mindre end 30 min.	8,3 %	26,5 %	61,9 %
½ - 1 time	25,4 %	41,9 %	24,0 %
1-2 timer	35,4 %	24,0 %	6,9 %
2-3 timer	28,6 %	6,0 %	1,5 %
Ved ikke	2,4 %	1,7 %	5,8 %
Total	100,0 % (n=676)	100 % (n=835)	100 % (n=1269)

3. Solbeskyttelse

Resumé

- ”Søg skygge mellem 12 & 15” er det solråd, som de fleste efterlever. 88,8 % følger dette råd ofte eller sommetider
- 20,5 % følger rådet om at ”bruge tøj, der dækker krop, overarme og lår” og 13,9 % følger rådet om at bruge solhat
- 42,0 % bruger solcreme som solbeskyttelse. Men 68,4 % af dem, som bruger solcreme, har svaret, at de bruger solcreme til at forlænge den tid, som de er i solen.

Vi har i denne undersøgelse defineret solbeskyttelse, som efterlevelse af Solkampagnens solråd. Solrådene er *Siesta*, *Solhat*, *Solcreme* og *Sluk solarium*. De fire råd sammenfatter Solkampagnens budskaber om, hvordan man kan beskytte sig mod solen, når UV-indexet er 3 eller mere. *Siesta* handler om, at man bør søge skygge mellem 12 & 15. *Solhat*, at man bør dække bar hud til med tøj og hat. *Solcreme*, at man skal bruge en egnet solcreme med mindst faktor 15, der hvor tøjet ikke dækker. De tre første solråd er tænkt i prioriteret rækkefølge, hvorved at Solkampagnen anbefaler, at det bedste man kan gøre for at beskytte sig er at søge skygge mellem 12 & 15, det næstbedste at beskytte sig med tøj og hat, og det tredje bedste er at bruge solcreme. Endelig er der det fjerde råd *Sluk solariet*, hvor budskabet er, at man helt skal holde sig fra solariet.

Skygge mellem 12 & 15

Søg skygge mellem 12 & 15 er den form for solbeskyttelse, som flest bruger. 88,8 % svarer, at de følger dette råd ofte eller sommetider. Når vi ser på, hvem det er, som følger rådet om at søge skygge, ser vi, at kvinder søger mere skygge mere end mænd, ældre søger mere skygge end yngre, og forældre søger mere skygge end folk uden børn. Derudover kan vi også se, at det har betydning, om man kender Solkampagnen.

Tabel 3.1 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Søgte du skygge?

	Alle	Mænd	Kvinder
Ja, ofte	44,5 %	42,9 %	46,1 %
Ja, sommetider	44,3 %	43,9 %	44,6 %
Nej	11,2 %	13,2 %	9,3 %
Total	100,0 % (n=4277)	100 % (n=2133)	100,0 % (n=2144)

Kvinder søger mere skygge mellem 12 & 15 end mænd

Kvinder følger i højere grad rådet om at søge skygge mellem 12 & 15 end mænd. 13,2 % af mændene har svaret, at de aldrig søger skygge i tidsrummet, mens det kun er 9,3 % af kvinderne.

Ældre søger i højere grad skygge end yngre

De yngre aldersgrupper 15-19 år og 20-29 år angiver i mindre omfang at søge skygge mellem 12 & 15 sammenlignet med de ældre aldersgrupper. Blandt de 15-19-årige er det kun 17,2 %, som angiver, at de ofte søgte skygge mellem 12 & 15 sammenlignet med 50,1 % blandt de 50-64-årige.

Tabel 3.2 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Søgte du skygge?

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja, ofte	17,2 %	37,7 %	49,1 %	50,5 %	50,1 %
Ja, sommetider	65,4 %	49,2 %	40,6 %	40,5 %	39,5 %
Nej	17,4 %	13,1 %	10,3 %	9,0 %	10,4 %
Total	100,0 % (n=431)	100,0 % (n=770)	100,0 % (n=692)	100,0 % (n=988)	100,0 % (n=1396)

Forældre søger mere skygge mellem 12 & 15 end dem uden børn

Der er en større andel af forældre, der søger skygge mellem 12 & 15, end dem uden børn. 51,6 % af forældrene svarer, at de ofte søger skygge mellem 12 & 15, sammenlignet med 41,2 % af dem uden børn.

Tabel 3.3 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Søgte du skygge?

	Ikke forældre	Forældre
Ja, ofte	41,2 %	51,6 %
Ja, sommetider	46,7 %	39,1 %
Nej	12,2 %	9,3 %
Total	100,0 % (n=2919)	100,0 % (n=1358)

Folk med kendskab til Solkampagnen søger i højere grad skygge

Vi har spurgt respondenterne til deres kampagnekendskab med spørgsmålet: "Har du hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler?". Kendskabet til Solkampagnen har betydning for, om man søger skygge mellem 12 & 15. 45,3 % af dem, der har hørt om kampagnen søgte ofte skygge mellem 12 & 15, sammenlignet med 37 % af dem, som ikke havde hørt om kampagnen.

Tabel 3.4 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Søgte du skygge?

Har du hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler?

	Ja	Nej	Ved ikke
Ja, ofte	45,3 %	37,0 %	43,7 %
Ja, sommetider	43,9 %	47,6 %	44,6 %
Nej	10,8 %	15,3 %	11,7 %
Total	100,0 % (n=3668)	100,0 % (n=378)	100,0 % (n=231)

Solhat

Solhat er det solråd, som færrest følger. 69,4 % af vores respondenter har svaret, at de ikke brugte solhat mellem 12 & 15, mens kun 13,9 % har svaret, at de ofte brugte solhat.

Tabel 3.5 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15” Brugte du solhat?

	Alle	Mænd	Kvinder
Ja, ofte	13,9 %	16,9 %	10,9 %
Ja, sommetider	16,7 %	20,3 %	13,1 %
Nej	69,4 %	62,8 %	76,0 %
Total	100,0 % (n=4277)	100 % (n=2133)	100,0 % (n=2144)

Mænd bruger i højere grad hat end kvinder, og ældre bruger hat mere end yngre. Desuden ser vi, at dem, der har kendskab til kampagnen i højere grad bruger solhat end dem, der ikke har hørt om kampagnen.

Mænd bruger mere solhat end kvinder

Generelt bruger mænd mere solhat end kvinder. 16,9 % af alle mænd angiver, at de ofte bruger solhat, mod kun 10,9 % af alle kvinder.

Ældre bruger mere solhat end yngre

Solhat som solbeskyttelse bliver også brugt mere af ældre end af yngre. 87,5 % af de yngre bruger slet ikke solhat, sammenlignet med 59,1 % af de ældre.

Tabel 3.6 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Brugte du solhat?

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja, ofte	2,8 %	6,0 %	9,5 %	16,1 %	22,3 %
Ja, sommetider	9,7 %	13,9 %	19,2 %	17,4 %	18,6 %
Nej	87,5 %	80,1 %	71,2 %	66,5 %	59,1 %
Total	100,0 % (n=431)	100,0 % (n=770)	100,0 % (n=692)	100,0 % (n=988)	100,0 % (n=1396)

Folk, der kender kampagnen bruger mere solhat end de andre

75,4 % af respondenterne, der ikke har hørt om kampagnen, bruger slet ikke solhat, mens det kun gælder for 68,6 % for dem, som har hørt om kampagnen.

Tabel 3.7 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Brugte du solhat?

Har du hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler?

	Ja	Nej	Ved ikke
Ja, ofte	14,4 %	10,3 %	11,3 %
Ja, sommetider	17,0 %	14,3 %	16,0 %
Nej	68,6 %	75,4 %	72,7 %
Total	100,0 % (n=3668)	100,0 % (n=378)	100,0 % (n=231)

Tøj, der dækker krop, overarme og lår

55,0 % har svaret, at de ofte eller sommetider bruger tøj, der dækker krop, overarme og lår, mens 45,0 % har svaret nej til, at de brugte tøj mellem 12 & 15.

Tabel 3.8 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Brugte du tøj, der dækkede krop, overarme og lår?

	Alle	Mænd	Kvinder
Ja, ofte	20,5 %	23,7 %	17,2 %
Ja, sommetider	34,5 %	34,6 %	34,4 %
Nej	45,0 %	41,7 %	48,4 %
Total	100,0 % (n=4277)	100 % (n=2133)	100,0 % (n=2144)

Mænd bruger oftere tøj mellem 12 & 15 end kvinder. Det betyder også noget, om man er forældre eller ej. Forældre bruger i højere grad tøj til at beskytte sig end dem uden børn. For de andre solråd har alderen betydning, men det gælder ikke for rådet om at bruge tøj.

Mænd bruger i højere grad tøj, der dækker

Mændene er oftere beskyttet af tøj end kvinder. 58,3 % af mændene bruger sommetider eller ofte tøj, der dækker krop, overarme og lår, mens det er 51,6 % af kvinderne (tabel 3.8).

Dem, der kender kampagnen, bruger i højere grad tøj, der dækker

Vi kan desuden se, at dem, der kender kampagnen, i højere grad end andre følger rådet om at bruge tøj, der dækker krop, overarme og lår. Blandt dem, der har hørt om kampagnen, er det 55,5 %, der bruger tøj (sometider eller ofte), mens det kun er 48,9 % af dem, der ikke kender til kampagnen.

Tabel 3.9 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Brugte du tøj, der dækkede krop, overarme og lår?

	Har du hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler?		
	Ja	Nej	Ved ikke
Ja, ofte	20,5 %	19,3 %	21,2 %
Ja, sommetider	35,0 %	29,6 %	35,1 %
Nej	44,5 %	51,1 %	43,7 %
Total	100,0 % (n=3668)	100,0 % (n=378)	100,0 % (n=231)

Forældre bruger tøj, der dækker oftere end dem uden børn

Blandt forældrene er der flere, der følger rådet om at bruge tøj, der dækker end blandt dem uden børn. 23,1 % af forældrene har svaret, at de ofte bruger tøj, der dækker, mens andelen blandt dem, der ikke er forældre er 19,2 %.

Tabel 3.10 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Brugte du tøj, der dækkede krop, overarme og lår?

	Ingen børn	Forældre
Ja, ofte	19,2 %	23,1 %
Ja, sommetider	34,4 %	34,8 %
Nej	46,4 %	42,1 %
Total	100,0 % (n=2919)	100,0 % (n=1358)

Solcreme

Solcreme er det råd næstflest følger (efter råddet om at søge skygge mellem 12 & 15). 42,0 % svarer, at de ofte bruger solcreme, og 29,4 % svarer, at de sommertider bruger solcreme. 28,7 % svarer, at de ikke bruger solcreme.

Tabel 3.11 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Brugte du solcreme?

	Alle	Mænd	Kvinder
Ja, ofte	42,0 %	27,7 %	56,2 %
Ja, sommetider	29,4 %	31,1 %	27,5 %
Nej	28,7 %	41,1 %	16,3 %
Total	100,0 % (n=4277)	100 % (n=2133)	100,0 % (n=2144)

Kvinder bruger solcreme i langt højere grad end mænd

Der er stor forskel på de to køns brug af solcreme. 56,2 % af kvinderne bruger ofte solcreme, mens det kun er 27,7 % af mændene. Blandt mændene er det 41,1 %, der ikke bruger solcreme, mens det kun er 16,3 % af kvinderne.

Unge bruger langt mere solcreme end de ældre

Unge bruger i langt højere grad solcreme end ældre. De to yngste aldersgrupper 15-19 år og 20-29 år bruger mest solcreme, hhv. 82,6 % og 83,0 % af dem har svaret, at de bruger solcreme ofte eller sommetider. Derimod er det 59,5 % blandt de 50-64-årige, som har svaret at de bruger det ofte eller sommetider.

Tabel 3.12 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Brugte du solcreme?

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja, ofte	45,5 %	49,1 %	48,6 %	39,5 %	35,5 %
Ja, sommetider	37,1 %	33,9 %	29,9 %	29,7 %	24,0 %
Nej	17,4 %	17,0 %	21,5 %	30,9 %	40,5 %
Total	100,0 % (n=431)	100,0 % (n=770)	100,0 % (n=692)	100,0 % (n=988)	100,0 % (n=1396)

Solbaderne bruger solcreme

Dem, der har svaret, at de solbader, bruger i langt højere grad solcreme end dem, der ikke solbader. 49,2 % af dem, som solbader, bruger solcreme ofte, mens det kun er 28,5 % af dem, som ikke solbader. Solbaderne bruger derfor solcremen som solbeskyttelse samtidig med, at de søger solen.

Tabel 3.13 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Brugte du solcreme?

	Jeg udnyttede alle muligheder for at solbade	Jeg solbadede ca. en gang om ugen	Jeg solbadede sjældent	Jeg solbadede ikke
Ja, ofte	51,3 %	54,0 %	45,0 %	28,5 %
Ja, sommetider	26,9 %	28,1 %	31,7 %	28,5 %
Nej	21,7 %	17,8 %	23,3 %	43,0 %
Total	100,0 % (n=676)	100,0 % (n=835)	100,0 % (n=1269)	100,0 % (n=1465)

Kendskab til kampagnen og solcreme

Kampagnekendskab har også en selvstændig betydning for, om man bruger solcreme. Blandt dem, der ikke kender kampagnen, bruger 28,8 % ofte solcreme, hvorimod det er 43,9 % af dem, der kender kampagnen, som har svaret, at de ofte bruger solcreme.

Tablet 3.14 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Brugte du solcreme?

Har du hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler?

	Ja	Nej	Ved ikke
Ja, ofte	43,9 %	28,8 %	32,0 %
Ja, sommetider	29,0 %	31,2 %	32,9 %
Nej	27,1 %	39,9 %	35,1 %
Total	100,0 % (n=3668)	100,0 % (n=378)	100,0 % (n=231)

Fædre, bruger mere solcreme end andre mænd

Fædre bruger mere solcreme end mænd uden børn. Blandt fædre er det 34,9 % som ofte bruger solcreme, mens det blandt mændene uden børn er 24,1 %.

Tablet 3.15 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinner og klokken er mellem 12 & 15. Brugte du solcreme?

	Mænd uden børn	Fædre
Ja, ofte	24,1 %	34,9 %
Ja, sommetider	30,9 %	31,9 %
Nej	45,0 %	33,2 %
Total	100,0 % (n=1425)	100,0 % (n=708)

Solcreme bliver brugt til at forlænge tiden, man er i solen

Blandt dem, der har svaret, at de bruger solcreme som solbeskyttelse, har 68,4 % svaret, at de bruger solcremen til at forlænge den tid, de er i solen.

Tablet 3.16 Brugte du solcreme for at forlænge den tid, din hud kan tåle at være i solen?

	Procent
Ja	68,4 %
Nej	29,5 %
Ved ikke	2,1 %
Total	100,0 % (n=3051)

4. Børns solvaner

Resumé

- 33,3 % har haft deres yngste barn skoldet en gang eller mere
- Jo ældre børn, desto mere solbader de. 97,0 % af børn i alderen 0-6 år solbader sjældent eller ikke, mens det er 91,5 % af børn fra 7-12 år og 71,4 % af børn i alderen 13-18 år
- 5,0 % svarer, at deres ældste barn udnytter alle muligheder for at solbade.

Solskoldninger i barndommen synes at have en særskilt betydning for udviklingen af kræft i huden senere i livet⁹, og Solkampagnen har derfor haft særligt fokus på børnefamiliers solvaner.

I kapitel 3 så vi, at forældrene generelt ser ud til at efterleve kampagnens budskaber, og i højere grad følger rådet om at søge skygge, rådet om at bruge tøj, der dækker og rådet om solcreme. I dette kapitel ser vi nærmere på, hvordan de har svaret på spørgsmål om deres børns solvaner.

Børn og skoldninger

Til trods for at forældre i højere grad efterlever kampagnens solråd, er der stadigvæk en stor andel, som har oplevet, at deres børn bliver skoldede.

En tredjedel af alle børn bliver solskoldet

Respondenterne bliver spurgt ”*Hvor mange gange blev dit barn forbrændt/solskoldet i sommer*”. Respondenterne er blevet bedt om at besvare spørgsmålet med udgangspunkt i yngste barn og forbrændt/solskoldet er defineret som ”*enhver form for rødme, ubehagelighed, smerte eller blære på huden*”.

De fleste (64,6 %) angiver, at deres barn ikke er blevet skoldet, mens 30,9 % angiver, at deres yngste barn blev skoldet 1-2 gange. 2 % har oplevet, at deres yngste barn har været skoldet mere end 3 gange. I alt har 33,3 % oplevet at have deres yngste barn skoldet i løbet af sommeren 2008.

Tabel 4.1 *Hvor mange gange blev dit barn forbrændt/solskoldet i sommer?*

	Procent
Mere end 5 gange	0,4 %
3-5 gange	2,0 %
1-2 gange	30,9 %
Aldrig	64,6 %
Ved ikke	2,1 %
Total	100,0 % (n=1358)

⁹ Marks 2000; Whiteman & Whitemann 2001

Det er især ældre børn, der oplever skoldninger

Det er især forældre med børn i alderen 13-18 år, som har oplevet, at deres børn er blevet forbrændt/solskoldet.

Tabel 4.2 *Hvor mange gange blev dit barn forbrændt/solskoldet i sommer?(besvaret for yngste barn)*

	Yngste barns alder		
	0-6 år	7-12 år	13-18 år
Mere end 5 gange	0,0 %	1,0 %	0,4 %
3-5 gange	0,0 %	2,2 %	4,0 %
1-2 gange	17,9 %	34,4 %	40,0 %
Aldrig	81,2 %	60,9 %	51,9 %
Ved ikke	0,9 %	1,5 %	3,6 %
Total	100,0 % (n=447)	100,0 % (n=407)	100,0 % (n=445)

Børn i solen

Et andet spørgsmål går på, hvor mange timer børnene er i solen på dage, hvor familien har fri og solen skinner. Her ser vi, at børnene fra 7-12 år er dem, der mest ude. Halvdelen 50,4 % er ude ½ -2 timer mellem 12 & 15 på deres fridage.

Tabel 4.3 *Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. I har fri og solen skinner. Vi vil gerne vide, hvor mange timer dagligt, dit yngste barn typisk var i solen på sådan en dag?*

	Yngste barns alder		
	0-6 år	7-12 år	13-18 år
Han/hun var aldrig i solen mellem kl.12 og 15	24,2 %	6,7 %	6,0 %
Mindre end 30 min.	28,4 %	15,8 %	22,5 %
½ -1 time	23,9 %	31,0 %	30,1 %
1-2 timer	16,3 %	29,4 %	23,9 %
2-3 timer	4,2 %	11,8 %	11,6 %
Ved ikke	3,0 %	5,1 %	5,8 %
Total	100,0 % (n=331)	100,0 % (n=374)	100,0 % (n=585)

Børn og solbadning

Forældrene er blevet bedt om at svare på, hvor ofte deres barn solbader. Hvis de har flere børn, er de blevet bedt om at besvare spørgsmålet med udgangspunkt i deres ældste barn under 18 år. 38,3 % af alle børnene solbadede i sommeren. Heraf svarede 5 % af forældrene, at deres barn udnyttede alle muligheder for at solbade.

Tabel 4.4 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. På en dag, hvor I havde fri og solen skinnede. Vi vil gerne vide, hvor ofte dit barn solbadede - dvs. var i solen for at blive brun? Hvis du har flere børn, beder vi dig besvare spørgsmålet med udgangspunkt i dit ældste barn

	Procent
Han/hun udnyttede alle muligheder for at solbade	5,0
Han/hun solbadede ca. en gang om ugen	9,2
Han/hun solbadede sjældent	24,0
Han/hun solbadede ikke	59,3
Ved ikke	2,5
Total	100,0 % (n=1277)

Solbadning på ferierejser

Vi har spurgt til, om respondenternes børn har været på solferie. I forlængelse heraf har vi spurgt, om respondenternes ældste barn solbadede. 42,7 % af forældrene angav, at deres ældste barn under 18 år solbadede på ferierejsen. Det ser derfor ud til, at der er flere børn, som solbader på ferierejser, end når vi ser på solbadning hjemme i Danmark.

Tabel 4.5 Solbadede dit barn på ferierejsen.

	Procent
Ja	42,7 %
Nej	55,7 %
Husker ikke	1,6 %
Total	100,0 % (n=492)

5. Solferie

Resumé

- 44,5 % har været på solferie i 2008
- 24,7 % blev solskoldet på solferie. Blandt de 15-19-årige er det 42,6 %
- De fleste solbader (66,9 %), når de er på ferie, og 42,7 % svarer, at deres ældste barn under 18 år solbader på ferien
- Mænd og kvinder samt de forskellige aldersgrupper følger solrådene forskelligt på solferier.

Mange danskere tager på solferie. På solferier vil man være steder, hvor UV-strålingen er højere end i Danmark samtidig med, at mange vil have en adfærd, hvor de søger solen og bevidst solbader. Solkampagnen har derfor forsøgt at lave en kampagne, der også er rettet mod folks adfærd på solferien. Undersøgelsen indeholder derfor også forskellige spørgsmål om solvaner på solferier.

Mange tager på solferie

44,5 % af undersøgelsens respondenter har været på solferie inden for de seneste 12 måneder. Af destinationer sydpå angav de fleste respondenter, at de rejste til Spanien, Italien, Frankrig og Grækenland.

Tabel 5.1 Tænk tilbage på de seneste 12 måneder. Har du været sydpå - f.eks. Spanien, Tyrkiet, Thailand, og været ude i solen?

	Procent
Ja	44,5 %
Nej	55,0 %
Ved ikke	0,4 %
Total	100,0 % (n=4277)

Solskoldninger på solferien

Blandt de respondenter, som har været på solferie, har ca. en fjerdedel oplevet at blive skoldet på deres solferie.

Tabel 5.2 Hvor blev du forbrændt/solskoldet? På solferie i udlandet

	Procent
Ja	24,7 %
Nej	75,3 %
Total	100,0 % (n=1905)

De yngste bliver oftest skoldet på solferie

Der er flere af de yngre, der bliver skoldet. 42,6 % af respondenterne på 15-19 år har oplevet at blive skoldet på en ferierejse, sammenlignet med 11,8 % af de 50-64-årige.

Tabel 5.3 *Hvor blev du forbrændt/solskoldet? På solferie i udlandet*

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja	42,6 %	37,4 %	25,3 %	20,9 %	11,8 %
Nej	57,4 %	62,6 %	74,7 %	79,1 %	88,2 %
Total	100,0 % (n=263)	100,0 % (n=361)	100,0 % (n=261)	100,0 % (n=416)	100,0 % (n=604)

De fleste solbader, når de er på solferie

Hovedparten (66,9 %) af dem, som tager på ferierejser, solbader i løbet af deres ferie.

Tabel 5.4 *På den/de pågældende ferierejse(r), Solbadede du - dvs. var i solen for at blive brun?*

	Procent
Ja	66,9 %
Nej	32,8 %
Husker ikke	0,4 %
Total	100,0 % (n=1905)

Solrådene på solferie

Respondenterne er blevet spurgt, om de følger solrådene, når de befinder sig under sydens sol. Spørgsmålet er stillet til alle undersøgelsens respondenter og vedrører derfor solferier generelt og ikke kun den solferie, som respondenterne netop har været på.

Tabel 5.5 *Hvis du er på ferierejse i udlandet på solrige steder*

	Søger du skygge?	Bruger du solhat?	Bruger du tøj, der dækker krop, overarme og lår?	Bruger du solcreme?
Ja, ofte	49,0 %	21,7 %	28,9 %	64,2 %
Ja, sommetider	42,0 %	22,5 %	38,7 %	20,2 %
Nej	9,0 %	55,8 %	32,4 %	15,5 %
Total	100,0 % (n=4277)	100,0 % (n=4277)	100,0 % (n=4277)	100,0 % (n=4277)

Langt de fleste (91 %) følger rådet om at søge skygge, når de er på ferierejser og 84,4 % svarer, at de bruger solcreme. Derimod er det under halvdelen som bruger solhat, mens 67,6 % bruger tøj, der dækker.

Kvinder, mænd og solråd på solferien

Generelt ser vi, at mænd og kvinder efterlever solrådene forskelligt. Kvinderne søger i højere grad skygge og bruger i langt højere grad solcreme. 91,7 % af kvinderne bruger solcreme ofte eller sommetider på ferierejser, sammenlignet med 77,24 % af mændene. Mændene bruger i højere grad bruger solhat og tøj, der dækker krop, overarme og lår på ferierejser på solrige steder.

Tabel 5.6 Hvis du er på ferierejse i udlandet på solrige steder Mænd

	Søger du skygge?	Bruger du solhat?	Bruger du tøj, der dækker krop, overarme og lår?	Bruger du solcreme?
Ja, ofte	46,9 %	23,9 %	30,8 %	52,4 %
Ja, sommetider	42,4 %	25,1 %	37,6 %	24,8 %
Nej	10,7 %	51,0 %	31,7 %	22,8 %
Total	100,0 % (n=2133)	100,0 % (n=2133)	100,0 % (n=2133)	100,0 % (n=2133)

Tabel 5.7 Hvis du er på ferierejse i udlandet på solrige steder Kvinder

	Søger du skygge?	Bruger du solhat?	Bruger du tøj, der dækker krop, overarme og lår?	Bruger du solcreme?
Ja, ofte	51,2 %	19,5 %	27,0 %	76,0 %
Ja, sommetider	41,7 %	19,9 %	39,9 %	15,7 %
Nej	7,2 %	60,6 %	33,1 %	8,3 %
Total	100,0 % (n=2144)	100,0 % (n=2144)	100,0 % (n=2144)	100,0 % (n=2144)

Alder og solråd på ferien

I forbindelse med ferierejser spiller alder en rolle for efterlevelsen af kampagnens solråd. Unge bruger i mindre omfang skygge, let tøj og solhat end de ældre aldersgrupper. Til gengæld bruger de unge i højere grad solcreme.

Skygge

Der er flere af de ældre respondenter, der svarer, at de søger skygge, når de er på ferier sydpå. Blandt de 50-64-årige er det 55,8 %, som ofte søger skygge, mens det kun er 27,8 % af de 15-19-årige.

Tabel 5.8 Hvis du er på ferierejse i udlandet på solrige steder. Søger du skygge?

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja, ofte	27,8 %	43,6 %	47,0 %	54,4 %	55,8 %
Ja, sommetider	59,6 %	48,6 %	44,1 %	36,6 %	35,7 %
Nej	12,5 %	7,8 %	8,9 %	9,0 %	8,5 %
Total	100,0 % (n=431)	100,0 % (n=770)	100,0 % (n=692)	100,0 % (n=988)	100,0 % (n=1396)

Solhat

Solhat på solferien bliver også mere populær med alderen. Blandt de 50-64-årige er det 53 % som ofte eller sommetider bruger solhat, når de er på ferie på solrige steder, sammenlignet med kun 21,6 % af de 15-19-årige.

Tabel 5.9 Hvis du er på ferierejse i udlandet på solrige steder. Bruger du solhat?

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja, ofte	6,3 %	11,7 %	18,2 %	26,0 %	30,7 %
Ja, sommetider	15,3 %	22,5 %	27,0 %	22,7 %	22,3 %
Nej	78,4 %	65,8 %	54,8 %	51,3 %	47,0 %
Total	100,0 % (n=431)	100,0 % (n=770)	100,0 % (n=692)	100,0 % (n=988)	100,0 % (n=1396)

Tøj

70,0 % af de 50-64-årige bruger tøj, der dækker krop, overarme og lår, når de er på ferierejse i udlandet på solrige steder (ofte eller sommetider). Det gør derimod kun 53,8 % af de 15-19-årige.

Tabel 5.10 Hvis du er på ferierejse i udlandet på solrige steder. Bruger du tøj, der dækker krop, overarme og lår?

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja, ofte	12,5 %	20,5 %	30,6 %	31,2 %	36,0 %
Ja, sommetider	41,3 %	46,1 %	39,7 %	37,8 %	34,0 %
Nej	46,2 %	33,4 %	29,6 %	31,1 %	29,9 %
Total	100,0 % (n=431)	100,0 % (n=770)	100,0 % (n=692)	100,0 % (n=988)	100,0 % (n=1396)

Solcreme

I modsætning til de andre solråd, bruger de unge i højere grad solcreme. Blandt de 15-19-årige bruger 92,8 % solcreme ofte eller sommetider, hvis de er på ferierejser til solrige steder sammenlignet med 74,5 % af de 50-64-årige.

Tabel 5.11 Hvis du er på ferierejse i udlandet på solrige steder. Bruger du solcreme?

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja, ofte	71,0 %	74,0 %	71,5 %	64,0 %	53,3 %
Ja, sommetider	21,8 %	19,5 %	19,1 %	19,5 %	21,3 %
Nej	7,2 %	6,5 %	9,4 %	16,5 %	25,4 %
Total	100,0 % (n=431)	100,0 % (n=770)	100,0 % (n=692)	100,0 % (n=988)	100,0 % (n=1396)

6. Solarium

Resumé

- Det er udbredt at bruge solarium, idet 25,0 % af undersøgelsens respondenter har været i solarium inden for det seneste år
- Solarium er specielt populært (at bruge) blandt de unge; 43,9 % af de 15-19-årige har brugt solarium inden for de seneste 12 måneder, og 15,1 % af de 15-19-årige bruger solarium oftere end én gang om måneden
- Der er en faldende debutalder for første solariebesøg. Blandt respondenterne over 40 år er der næsten ingen, som har prøvet at bruge solarium før de fyldte 14 år. Blandt respondenterne i alderen 15-19 år er det derimod hver femte (21,4 %).

Vi betragter brug af solarium som en selvstændig risikofaktor til kræft i huden. Der er en øget risiko for at udvikle modermærkekræft, hvis man bruger solarium¹⁰. Risikoen ved brug af solarium er større, desto yngre man er ved første solariebesøg¹¹.

Brug af solarium

En fjerdedel bruger solarium

Undersøgelsen viser et generelt højt forbrug af solarium. En fjerdedel (25,1 %) af alle respondenterne har brugt solarium inden for de seneste 12 måneder. Knap 3 % af respondenterne anvender solarium flere gange om ugen eller ugentligt, mens 4,6 % bruger solarium flere gange om måneden.

Tabel 6.1 *Hvor tit har du brugt solarium inden for de seneste 12 måneder?*

	Procent
Flere gange om ugen	0,7 %
Ugentligt	1,9 %
Flere gange om måneden	4,6 %
Månedligt	5,5 %
Fire gange om året eller mindre	12,3 %
Jeg har ikke brugt solarium inden for de seneste 12 måneder, men har tidligere brugt solarium	30,3 %
Jeg har aldrig brugt solarium	44,3 %
Ved ikke	0,2 %
Total	100,0 % (n=4277)

Solariebrug afhænger af køn, alder og uddannelse. Vi fandt ingen sammenhænge mellem brug af solarium og kampagnekendskab og viden om kræftirisiko.

¹⁰ Veierød et al 2003

¹¹ IARC 2006

Kvinder bruger hyppigere solarium end mænd

Dobbelt så mange kvinder som mænd bruger solarium. 18 % af de kvindelige respondenter har brugt solarium månedligt eller hyppigere, mens det kun gør sig gældende for 7,6 % af de mandlige respondenter. I forlængelse heraf har 28,4 % af kvinderne aldrig brugt solarium, hvilket er betydeligt færre end blandt mændene, hvor hele 60,3 % aldrig har brugt solarium.

Tabel 6.2 *Hvor tit har du brugt solarium inden for de seneste 12 måneder? Fordelt på køn*

	Mænd	Kvinder
Flere gange om ugen	0,4 %	1,0 %
Ugentligt	0,9 %	3,0 %
Flere gange om måneden	3,3 %	6,0 %
Månedligt	3,0 %	8,0 %
Fire gange om året eller mindre	8,3 %	16,2 %
Jeg har ikke brugt solarium inden for de seneste 12 måneder, men har tidligere brugt solarium	23,6 %	37,1 %
Jeg har aldrig brugt solarium	60,3 %	28,4 %
Ved ikke	0,1 %	0,3 %
Total	100 % (n=2133)	100,0 % (n=2144)

Unge bruger hyppigst solarium

Solarium er specielt populært at bruge blandt de unge, hvor 43,9 % af de 15-19-årige har brugt solarium inden for de seneste 12 måneder. Denne andel falder op gennem aldersgrupperne, og blandt de 50-64-årige er det 12,8 %, som har brugt solarium inden for de seneste 12 måneder.

De unge bruger også solarium hyppigere end de ældre aldersgrupper. 15,1 % af de unge i den yngste aldersgruppe bruger solarium oftere end én gang om måneden.

Tabel 6.3 *Hvor tit har du brugt solarium inden for de seneste 12 måneder?*

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Flere gange om ugen	0,7 %	0,9 %	0,9 %	0,9 %	0,4 %
Ugentligt	4,4 %	2,9 %	1,6 %	1,8 %	0,9 %
Flere gange om måneden	10,0 %	7,0 %	4,9 %	4,3 %	1,8 %
Månedligt	12,3 %	7,9 %	6,8 %	4,7 %	2,0 %
Fire gange om året eller mindre	16,5 %	18,8 %	13,6 %	10,9 %	7,7 %
Jeg har ikke brugt solarium inden for de seneste 12 måneder, men har tidligere brugt solarium	16,2 %	31,9 %	43,4 %	34,8 %	24,2 %
Jeg har aldrig brugt solarium	39,2 %	30,4 %	28,5 %	42,4 %	62,8 %
Ved ikke	0,7 %	0,1 %	0,4 %	0,2 %	0,1 %
Total	100,0 % (n=431)	100,0 % (n=770)	100,0 % (n=692)	100,0 % (n=988)	100,0 % (n=1396)

Unge kvinder

Solarieforbruget blandt yngre kvinder er specielt højt. Blandt 15-19-årige kvinder har over halvdelen (51,1 %) brugt solarium inden for de seneste 12 måneder, og 17,7 % har brugt det oftere end en gang om måneden.

Tabel 6.4 Kvinder. Hvor tit har du brugt solarium inden for de seneste 12 måneder?

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Flere gange om ugen	1,0 %	1,0 %	1,4 %	1,2 %	0,7 %
Ugentligt	5,7 %	2,9 %	3,1 %	3,2 %	1,4 %
Flere gange om måneden	11,0 %	7,1 %	4,7 %	6,2 %	2,8 %
Månedligt	14,0 %	9,8 %	8,9 %	7,0 %	3,2 %
Fire gange om året eller mindre	19,4 %	23,1 %	15,3 %	13,2 %	11,0 %
Jeg har ikke brugt solarium inden for de seneste 12 måneder, men har tidligere brugt solarium	17,4 %	38,0 %	49,2 %	44,8 %	33,5 %
Jeg har aldrig brugt solarium	30,8 %	17,9 %	16,7 %	24,1 %	47,3 %
Ved ikke	0,7 %	0,2 %	0,8 %	0,2 %	0,0 %
Total	100,0 % (n=299)	100,0 % (n=519)	100,0 % (n=360)	100,0 % (n=402)	100,0 % (n=1396)

Lavt uddannede går mere i solarium

Undersøgelsen viser også en sammenhæng mellem uddannelse og brug af solarium; Jo kortere uddannelse man har, desto hyppigere brugere man solarium. Blandt dem, der har mere end to års videregående uddannelse, er det 19,7 %, som har været i solarium inden for de seneste 12 måneder sammenlignet med 26,6 % af dem med en kortere uddannelse. Sammenhængen mellem solariebrug og uddannelse er også signifikant, når der kontrolleres for alder og køn.

Tabel 6.5 Hvor tit har du brugt solarium inden for de seneste 12 måneder?

	Mindre end 2 års videregående uddannelse	Mere end 2 års videregående uddannelse
Flere gange om ugen	0,9 %	0,2 %
Ugentligt	2,3 %	0,7 %
Flere gange om måneden	5,2 %	2,5 %
Månedligt	5,6 %	5,1 %
Fire gange om året eller mindre	12,6 %	11,2 %
Jeg har ikke brugt solarium inden for de seneste 12 måneder, men har tidligere brugt solarium	28,7 %	36,9 %
Jeg har aldrig brugt solarium	44,6 %	43,2 %
Ved ikke	0,2 %	0,2 %
Total	100,0 % (n=3408)	100,0 % (n=869)

Debutalder for solarium

Vi har spurgt de respondenter, der bruger eller har brugt solarium, om deres debutalder for solarium. 1 ud af 10 af respondenterne (11,7 %) begyndte i alderen 8-13 år, mens den største andel (42,9 %) begyndte i alderen 14-19 år. Kun en fjerdedel af de respondenter (26,4 %), der har brugt solarium, havde deres debutalder for solarium efter deres 25 års fødselsdag.

Tabel 6.6 *Hvor gammel var du, første gang du gik i solarium?*

	Procent
8-13 år	11,7 %
14-19 år	42,9 %
20-25 år	19,0 %
Over 25 år	26,4 %
Total	100 % (n=2354)

Debutalderen for solarium er faldende

Undersøgelsen viser en tendens til, at man begynder at bruge solarium i en yngre alder. En større andel af de yngste aldersgrupper angiver, at deres debutalder for solarium var mellem 8-13 år sammenlignet med de ældre aldersklasser. Blandt respondenterne over 40 år er der næsten ingen, som har prøvet at bruge solarium, før de blev 14 år.

Tabel 6.7 *Hvor gammel var du, første gang du gik i solarium?*

Debutalder	Alder nu		
	15-19 år	20-29 år	30-39 år
8-13 år	36.1 %	26.1 %	17.5 %
14-15 år	41.9 %	38.8 %	34.6 %
16-18 år	22.1 %	35.1 %	47.9 %
Total	100 % (n=258)	100 % (n=459)	100 % (n=338)

Skoldninger og solarium

Ca. halvdelen af de respondenter (49,3 %), der har brugt solarier, har oplevet skoldninger i solarierne på et tidspunkt, heraf har 14,8 % oplevet det flere gange.

Tabel 6.8 Er du nogensinde blevet forbrændt/solskoldet efter solariebesøg?

	Procent
Ja, en enkelt gang	34,5 %
Ja, flere gange	14,8 %
Nej	49,9 %
Ved ikke	0,8 %
Total	100 % (n=2371)

Begrundelser for at bruge solarium

De respondenter, som har brugt solarium inden for de seneste 12 måneder, er blevet spurgt, hvorfor de bruger solarium.

De mest almindelige begrundelser for at bruge solarium er ”for at blive brun” og ”for ikke at være bleg”. De fleste af respondenterne har nævnt en af disse begrundelser eller begge to, men der er samtidig en gruppe på 17 %, som bruger solarium af andre grunde.

De andre begrundelser er først og fremmest, at de bruger solarium til at forberede sig til ferien (40,2 %), og at det er dejligt (36,0 %). Endvidere svarer 11,0 %, at de bruger solarium for at få D-vitamin, selvom solarier frarådes som kilder til D-vitamin af Sundhedsstyrelsen.

Tabel 6.9 Hvorfor bruger du solarium?

	Procent
For at blive brun	61,7 %
For ikke at være bleg	61,1 %
For at forberede mig til ferien	40,2 %
Det er dejligt	36,0 %
For at se sund ud	27,4 %
På grund af hudproblemer	17,9 %
For at få D-vitamin	11,0 %
Ved ikke	1,0 %

Respondenterne har kunnet give flere begrundelser, og derfor summer tallene i tabellen ikke op til 100 %.

n=2371

Vi har også spurgt om årsagen til solariebrug i et åbent spørgsmål, hvor der er mange, der svarer, at de har brugt solarium, fordi de skulle konfirmeres eller giftes. Det ser derfor ud til, at mange bruger solarium ved særlige lejligheder. Især konfirmationen ser ud til at være et kritisk tidspunkt. ”Skulle have farve til min konfirmation” er et eksempel på en hyppigt anvendt begrundelse.

Konsekvenser af solarium

De fleste mener, at solarium kan forårsage hudforandringer og kræft. 86,1 % har svaret ja til spørgsmålet ”Mener du, at solarium kan give hudforandringer som fx rynker, læderagtig hud og pletter”, mens 83,5 % mener, at solarium kan give kræft i huden. Solariebrugerene mener i lidt højere grad end dem, der ikke bruger solarium, at solarium kan give hudforandringer. Solariebrugerne ved i samme omfang som dem, der ikke bruger solarium, at solarium kan give kræft i huden.

Tabel 6.10 Mener du, at solarium kan give hudforandringer som fx rynker, læderagtig hud og pletter?

	Alle	Bruger ikke solarium	Bruger solarium
Ja	86,1 %	85,4 %	88,1 %
Nej	1,8 %	1,4 %	3,1 %
Ved ikke	12,1 %	13,2 %	8,9 %
Total	100,0 % (n=4267)	100 % (n=3194)	100,0 % (n=1073)

Tabel 6.11 Mener du, at solarium kan give kræft i huden?

	Alle	Bruger ikke solarium	Bruger solarium
Ja	83,5 %	83,3 %	83,8 %
Nej	1,6 %	1,3 %	2,5 %
Ved ikke	14,9 %	15,3 %	13,7 %
Total	100,0 % (n=4267)	100 % (n=3194)	100,0 % (n=1073)

Solarieforbud for unge

Undersøgelsen viser, at de fleste respondenter (45,5 %) mener, at det skal være forbudt for unge under 18 år, at gå i solarium.

Tabel 6.12 Mener du, at det skal være forbudt for unge under 18 år at gå i solarium?

	Procent
Ja	45,5 %
Nej	31,4 %
Ved ikke	23,2 %
Total	100 % (n=4277)

De fleste forældre mener ikke, at deres ældste barn under 18 år må bruge solarium

En langt overvejende del af forældrene (63,2 %) svarer, at deres ældste barn under 18 år ikke må bruge solarium, mens knap hver femte af forældrene (19,2 %) svarer, at deres ældste barn

gerne må gå i solarium. Samtidig har en stor del af forældrene (17,6 %) ikke taget stilling til deres børns brug af solarium.

Tabel 6.13 *Må dit ældste barn under 18 år bruge solarium?*

	Procent
Ja	19,2 %
Nej	63,2 %
Har ikke taget stilling	17,6 %
Total	100,0 % (n=979)

Børn og solarium

16,3 % af respondenterne har svaret, at deres barn under 18 år har brugt solarium inden for de seneste 12 måneder.

Tabel 6.14 *Hvor ofte har dit ældste barn under 18 år brugt solarium inden for de seneste 12 måneder?*

	Procent
Flere gange om ugen	0,4 %
Ugentligt	0,9 %
Flere gange om måneden	2,1 %
Månedligt	3,5 %
Fire gange om året eller mindre	9,4 %
Jeg har ikke brugt solarium inden for de seneste 12 måneder, men har tidligere brugt solarium	3,0 %
Jeg har aldrig brugt solarium	78,8 %
Ved ikke	1,9 %
Total	100,0 % (n=979)

Vi kan se, at der er en sammenhæng mellem forældrenes uddannelsesniveau og børnenes solariebrug. Godt hver femte barn (21,8 %) af forældre med mindre end 2 års videregående uddannelse har været i solarium sammenlignet med 13,4 % af børn, der har forældre med mellemlang eller lang videregående uddannelse.

Indsæt 6.15 *Brug af solarium blandt børn. Fordelt på forældres uddannelse*

	Mindre end 2 års videregåendeuddannelse	Mere end 2 års videregående uddannelse
Barn bruger ikke solarium	78,2 %	86,6 %
Barn bruger solarium	21,8 %	13,4 %
Total	100,0 % (n=721)	100,0 % (n=239)

7. Viden og holdninger

Resumé

- 39,5 % mener, at det signalere, at man har et kunstigt udseende, hvis man er solbrændt og 38,5 % synes, at det signalere, at man sætter sit udseende højere end sin sundhed
- 89,5 % kender til sammenhængen mellem sol og risikoen for at udvikle kræft i huden
- 11,5 % ved ikke, om det er nødvendigt at opholde sig i solen mellem 12 & 15 for at få nok D-vitamin
- Næsten en fjerdedel (23,2 %) har haft hudkræft tæt inde på livet, idet nogen i den nærmeste omgangskreds/familie har fået konstateret kræft i huden
- 25,9 % mener det signalerer naturlighed at være bleg og 21,8 % at man passer på sin hud.

De fleste respondenter har en risikofyldt adfærd i solen og solarieret, fordi de mener deres udseende bliver forbedret, hvis de er solbrændte. Vi har derfor undersøgt, hvilke opfattelser folk har af et blegt og et solbrændt udseende. Derudover har vi spurgt til folks viden i forhold til sol, og deres personlige erfaring med kræft i huden.

Hudfarvens signaler

Hvad signalerer det at være bleg

At være bleg signalerer ifølge de fleste respondenter (41,4 %), at man er meget inden døre og/eller, at det ikke sender nogen signaler (41 %).

Endvidere er der en fjerdedel (25,9 %), som mener, at man ser naturlig ud, når man er bleg og 21,8 % af respondenterne mener, at det sender et signal om, at man passer på sin hud.

Tabel 7.1 Hvilke signaler synes du, det sender at være bleg?

	Procent
At man ser syg ud	23,6 %
At man har selvtillid	2,9 %
At man er meget indendørs	41,4 %
At man er naturlig	25,9 %
At man holder sig meget for sig selv	6,9 %
At man passer på sin hud	21,8 %
Synes ikke, det sender nogen signaler	41,0 %

Det har været muligt at angive flere forskellige signaler, hvorfor procenttallene ikke summer til 100 %.

Hvad signalerer det at være solbrændt?

Det hyppigste svar er, at solbrændthed signalerer, at man har et kunstigt udseende (39,8 %), og at man sætter sit udseende højere end sundhed (38,5 %). 30,5 % har dog en positiv vurdering, og mener det signalerer ”at man tænker over sit udseende”, mens der også er en stor del (23,5 %), som mener det signalerer, at man er en ”aktiv person”.

Tabel 7.2 Hvilke signaler synes du, det sender at være meget solbrændt?

	Procent
At man tænker på sit udseende	30,5 %
At man er ligeglad med sin hud	26,0 %
At man er sund	14,6 %
At man har råd til ferie	8,8 %
At man har et kunstigt udseende	39,8 %
At man er en aktiv person	23,5 %
At man sætter sit udseende højere end sundhed	38,2 %
At man er festlig	3,9 %
At man har lav selvtillid	5,8 %
Synes ikke, det sender nogen signaler	18,4 %

Viden og holdninger til sol

Langt de fleste af respondenterne (85,4 %) er godt klar over, at sollys kan give hudforandringer som fx rynker, læderagtig hud og pletter. Hovedparten (89,5 %) er også klar over sammenhængen mellem sol og risikoen for kræft i huden.

Tabel 7.3 Mener du, at sollys kan give hudforandringer?

	Procent
Ja	85,4 %
Nej	4,5 %
Ved ikke	10,1 %
Total	100 % (n=4277)

Tabel 7.4. Mener du, at sollys kan give kræft i huden?

	Procent
Ja	89,5 %
Nej	2,2 %
Ved ikke	8,3 %
Total	100 % (n=4277)

D-vitamin og sol

Respondenterne er blevet spurgt ”Tror du, at det er nødvendigt at opholde sig i solen mellem kl. 12 & 15 for at få nok D-vitamin?”. De fleste respondenter (85,3 %) tror ikke, at det er nødvendigt at være i solen mellem 12 & 15, mens 11,5 % svarer ”ved ikke”. En lille andel (3,2 %) tror, at det er nødvendigt at opholde sig i solen mellem kl. 12 & 15 for at få nok D-vitamin.

Tabel 7.5 Tror du, der er nødvendigt at opholde sig i solen mellem kl. 12 og 15 for at få nok D-vitamin?

	Procent
Ja	3,2 %
Nej	85,3 %
Ved ikke	11,5 %
Total	100 % (n=4277)

Kendskab til kræft i huden

Næsten en fjerdedel af respondenterne (23,2 %) har kendskab til kræft i huden (hudkræft eller modermærkekræft), idet nogen i deres nærmeste omgangskreds har fået konstateret kræft i huden. Samtidig har 1,8 % af respondenterne, der er 15-64 år, selv fået konstateret kræft i huden på et tidspunkt.

Tabel 7.6 Har nogen i din nærmeste omgangskreds/familie fået konstateret kræft i huden?

	Procent
Ja	23,2 %
Nej	71,5 %
Ved ikke	5,3 %
Total	100 % (n=4277)

Tabel 7.7 Har du nogensinde fået konstateret kræft i huden?

	Procent
Ja	1,8 %
Nej	97,8 %
Ved ikke	0,4 %
Total	100 % (n=4277)

8. Kendskab til kampagnen

Resumé

- Der er et generelt højt kendskab til Solkampagnen, idet 85,8 % har hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler. Derudover har 73,3 % hørt sloganet ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”
- 18,5 % har svaret, at de har ændret adfærd som følge af kampagnen
- Det er især de unge mellem 15-19 år og forældre med små børn, der svarer, at de har ændret adfærd i solen på grund af kampagnen
- 71,9 % synes, at en kampagne, der gør opmærksom på solens farlige stråler, er relevant eller meget relevant.

Kendskabet til Solkampagnen kan måles på forskellige måder. Vi har valgt at undersøge, om folk overhovedet har hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man kan beskytte sig mod solens stråler. Derudover kan man tale om et mere specifikt kendskab, hvis folk kan huske kampagnens budskab ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”. Man kan også tale om et kendskab til kampagnen, hvis folk kan huske kampagnens solråd: Siesta, solhat, solcreme og sluk solariet.

Kendskab til Solkampagnen og kampagnens budskaber

Langt de fleste af undersøgelsens respondenter (85,8 %) har hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler. Det er dog kun hver tiende (10,9 %), som kan huske sloganet på kampagnen.

Tabel 8.1 Har du hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler?

	Procent
Ja	85,8 %
Nej	8,8 %
Ved ikke	5,4 %
Total	100 % (n=4277)

Tabel 8.2 Kan du huske navnet/sloganet på kampagnen?

	Procent
Ja	10,9 %
Nej	89,1 %
Total	100 % (n=3668)

73,3 % af undersøgelsens respondenter har set eller hørt Solkampagnens slogan ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”, mens over halvdelen (53,8 %) kan huske nogle af budskaberne fra kampagnen.

Tabel 8.3 Har du set eller hørt sloganet "Skrud ned for solen mellem 12 & 15"?

	Procent
Ja	73,3 %
Nej	15,9 %
Ved ikke	10,7 %
Total	100 % (n=4277)

Tabel 8.4 Kan du huske nogle af "Skrud ned for solen"-kampagnens budskaber?

	Procent
Ja	53,8 %
Nej	46,2 %
Total	100 % (n=3668)

Kendskab til kampagnens budskaber

Det budskab, som flest respondenter kan huske, er "Smør dig med rigelig solcreme" (61,8 %), mens godt halvdelen (54,3 %) har læst eller hørt "Hold siesta mellem 12 og 15".

42,5 % af undersøgelsens respondenter kan huske "Tag solhat på, mens det budskab, som færrest kan huske er "Sluk solariet" (18,3 %).

Godt hver femte (22,6 %) af de adspurgte rapporterer, at de hverken har læst eller hørt kampagnens budskaber.

Tabel 8.5 Kan du huske du har læst eller hørt nogle af disse budskaber?

	Procent, som svarende ja
Hold siesta mellem 12 og 15	54,3 %
Tag solhat på	42,5 %
Smør dig med rigelig solcreme	61,8 %
Sluk solariet	18,3 %
Nej	22,6 %
	n=4277

Ændring af adfærd i solen

De respondenter, som har hørt om kampagnen eller genkender kampagnens budskaber eller slogan, er blevet spurgt, om de har ændret deres adfærd i solen. Hertil svarer 18,5 %, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen, mens 73,7% svarer, at kampagnen ikke har ændret deres adfærd.

Tabel 8.6 Har kampagnen været med til at ændre din adfærd i solen?

	Procent
Ja	18,5 %
Nej	73,7 %
Ved ikke	7,8 %
Total	100,0 % (n=4118)

Solkampagnen når ud til de 15-19-årige

Solkampagnen når i højere grad den yngste aldersgruppe. Desto yngre undersøgelsens respondenter er, jo større andel rapporterer, at Solkampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen. 24,4 % af de 15-19-årige svarer, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen sammenlignet med f.eks. 14,4 % af de 50-64-årige.

Tabel 8.7 Har kampagnen været med til at ændre din adfærd.

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja	24,4 %	22,8 %	22,0 %	16,2 %	14,4 %
Nej	65,0 %	68,6 %	70,5 %	76,6 %	78,6 %
Ved ikke	10,6 %	8,6 %	7,5 %	7,2 %	7,0 %
Total	100,0 % (n=406)	100,0 % (n=745)	100,0 % (n=665)	100,0 % (n=952)	100,0 % (n=1350)

Solkampagnen når ud til småbørnsfamilierne

Småbørnsfamilier med yngste barn under 6 år rapporterer, at Solkampagnen i højere grad har været med til at ændre deres adfærd i solen sammenlignet med familier, hvor den yngste er 7 år eller derover. Det fremgår af tabel 8.8, som f.eks. viser, at hver fjerde respondent (24,8 %) med barn under 6 år, rapporterer, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen.

Tabel 8.8 Har kampagnen været med til at ændre din adfærd. Fordelt på alder for yngste hjemmeboende barn

	0-6 år	7-12 år	13-14 år
Ja	24,8 %	17,7 %	17,3 %
Nej	66,9 %	72,8 %	75,5 %
Ved ikke	8,3 %	9,5 %	7,2 %
Total	100,0 % (n=432)	100,0 % (n=401)	100,0 % (n=433)

Adfærdsændringer

Respondenterne er derefter blevet bedt om at svare på, hvordan kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen. 13,3 % af hele undersøgelsespopulationen angiver, at de som følge af kampagnen er blevet mere opmærksomme på at søge skygge mellem klokken 12 og 15, mens 12,1 % svarer, at de er blevet mere opmærksomme på at bruge solcreme.

Tabel 8.9 *Jeg er blevet mere opmærksom på at...*

<i>Jeg er blevet mere opmærksom på...</i>	Alle (n=4277)	Har ændret adfærd i solen (n=763)
Søge skygge mellem kl. 12 og 15	13,3 %	74,7 %
Tage bukser/nederdel på mellem kl. 12 og 15	1,7 %	9,4 %
Tage hat på mellem kl. 12 og 15	3,7 %	21,0 %
Bruge solcreme mellem kl. 12 og 15	12,1 %	67,9 %
Beskytte mine børn i solen	6,3 %	35,3 %
Undgå solarieret	5,4 %	30,5 %

Blandt de respondenter, som rapporterer, at de har ændret deres adfærd i solen *blandt andet på grund af kampagnen*, er 74,4 % blevet mere opmærksomme på at søge skygge mellem klokken 12 & 15, mens næsten 7 ud af 10 (67,9 %) er blevet mere opmærksomme på at bruge solcreme. Endvidere er 35,3 % af disse respondenter blevet mere opmærksomme på at beskytte deres børn i solen, mens hver tredje (30,5 %) er blevet mere opmærksomme på at undgå solarieret.

De unge er blevet opmærksomme på at bruge solcreme, søge skygge og undgå solarium

De unge, der har ændret adfærd i solen pga. kampagnen, er blevet mere opmærksomme på at bruge solcreme mellem 12 & 15 (78,8 %), søge skygge (56,6 %) og undgå solarieret (38,4 %).

Tabel 8.10 *Jeg er blevet mere opmærksom på at...*

	Alle 15-19-årige (n=431)	15-19-årige, der har ændret adfærd i solen (n=99)
Søge skygge mellem kl. 12 og 15	13,0 %	56,6 %
Tage bukser/nederdel på mellem kl. 12 og 15	2,1 %	9,1 %
Tage hat på mellem kl. 12 og 15	3,2 %	14,1 %
Bruge solcreme mellem kl. 12 og 15	18,1 %	78,8 %
Beskytte mine børn i solen	2,1 %	9,1 %
Undgå solarieret	8,8 %	38,4 %

Forældrene er blevet opmærksomme på at søge skygge og beskytte børnene i solen

Tabel 8.11 *Jeg er blevet mere opmærksom på at...*

<i>Jeg er blevet mere opmærksom på...</i>	Alle forældre (n=1358)	Procent, som svarende ja Forældre, der har ændret adfærd i solen (n=264)
Søge skygge mellem kl. 12 og 15	15,4 %	79,2 %
Tage bukser/nederdel på mellem kl. 12 og 15	1,7 %	8,7 %
Tage hat på mellem kl. 12 og 15	3,8 %	19,3 %
Bruge solcreme mellem kl. 12 og 15	12,9 %	66,3 %
Beskytte mine børn i solen	15,0 %	77,3 %
Undgå solarieret	4,8 %	24,6 %

Forældre, der har ændret adfærd på baggrund af kampagnen, svarer især, at de er blevet mere opmærksomme på søge skygge mellem kl. 12 & 15, beskytte børnene i solen samt bruge solcreme mellem kl. 12 & 15. Derudover er 24,6 %, af forældrene, der har ændret adfærd pga. kampagnen, blevet mere opmærksomme på at undgå solarieret.

Solkampagnens relevans

7 ud af 10 (71,9 %) af respondenterne i undersøgelsen finder en kampagne, der gør opmærksom på solens farlige stråler, er relevant eller meget relevant.

Tabel 8.12 *Hvor relevant er en kampagne, der gør dig opmærksom på solens farlige stråler?*

	Procent, som svarende ja
Meget relevant	30,5 %
Relevant	41,4 %
Ikke relevant	18,3 %
Slet ikke relevant	6,3 %
Ved ikke	3,5 %
Total	100 % (n=4277)

9 Udvikling over tid

Resumé

- På grund af metodiske problemer og vejrforforskelle i 2006, 2007 og 2008 er det svært at sammenligne adfærd i solen hen over årene. Sommeren 2008 var meget solrig og folk blev først spurgt om sommeren 2006 i foråret 2007
- Der var flere, der blev skoldede i 2008 sammenlignet med 2007 og 2006
- Flere bruger solcreme og søgte skygge i 2008 sammenlignet med 2007
- Flere brugte solhat i 2006 sammenlignet med 2007 og 2008
- Færre unge har brugt solarium inden for de seneste 12 måneder.

I dette afsluttende kapitel sammenligner vi solundersøgelsen 2008 med de to solundersøgelser, som blev gennemført i 2007. Den første solundersøgelse blev gennemført i april 2007, hvor respondenterne blev bedt om at huske tilbage til sommeren 2006. Den anden undersøgelse blev gennemført i august og vedrørte den netop overståede sommer. I det følgende ser vi på udviklingen over årene i forhold til skoldninger, solarium og mht. at følge solrådene.

Metodiske problemer med sammenligningen

Den danske sommer er foranderlig, og det er sandsynligt, at noget af det, der påvirker vores soladfærd allermest er vejret. Vi ved desværre endnu ikke, hvordan danskernes adfærd i solen påvirkes af sommeren. Det er rimeligt at antage, at der er stor risiko for at blive solskoldet de år, hvor der er meget sol. De somre, der indgår i vores undersøgelse, er somrene 2006, 2007 og 2008. For at illustrere, hvor forskellige somrene har været, har vi set på det samlede antal soltimer i maj, juni, juli og august.

Tabel 9.1 Somrene 2006-2008 i maj til august

	2006	2007	2008	Gennemsnit (1961-1990)
Solskinstimer	961	796	1.069	800

Sommeren 2008 er den bedste sommer med 1.069 solskinstimer fra maj-august. Man kan forestille sig, at der også er andre parametre, som har betydning for, om man oplever solskoldning i løbet af sommeren. Eksempelvis om der kommer kraftig sol tidligt på året, eller om der er mange solskinstimer i ferier og på weekender.

Vi har brug for at følge udviklingen over tid i Danmark for at få et klarere billede af, hvordan sommerens udsving har betydning for danskernes adfærd, og for at kunne udvikle metoder til at korrigere for sommerens karakteristika i analyserne.

Derudover ser vi også, at undersøgelsen, der skulle kortlægge sommeren 2006 – tiden før Solkampagnens begyndelse – først blev gennemført, før Solkampagnen begyndte i foråret 2007. Folk er derfor blevet bedt om at huske tilbage til sidste sommer, 8–9 måneder efter sommeren. Marc A. Adams m.fl. har fundet, at tidspunktet, hvor man spørger folk retrospektivt om deres soladfærd, har betydning for, hvordan de svarer på spørgsmål omkring solbeskyttelsesstrategier i løbet af sommeren¹². Solundersøgelsen for 2006 blev først gennemført i marts-april 2007 (som en baseline undersøgelse), hvilket er endnu en grund til, at det er problematisk at sammenligne med udviklingen henover somrene.

Solskoldninger

Der er en lidt højere andel af vores respondenter, som oplevede at blive solskoldede i 2008 sammenlignet med i 2007 og 2006.

43,6 % af respondenterne angav i 2008, at de havde oplevet at være forbrændt eller solskoldet én gang eller mere de seneste 12 måneder mod 30,9 % af respondenterne i 2007 og 39,4 % i 2006.

Tabel 9.2 Forbrændt/skoldet den seneste sommer

	2006	2007	2008
Forbrændt/skoldet én gang eller mere	39,4 %	30,9 %	43,6 %
Ikke forbrændt/skoldet	59,7 %	68,6 %	55,7 %
Ved ikke	1,0 %	0,5 %	0,7 %
Total	100,0 % (n=4303)	100,0 % (n=4451)	100,0 % (n=4277)

Børns solskoldninger

Ligesom for gruppen af de 15-64-årige ser vi en stigning i andelen, der svarer, at deres yngste barn blev skoldet i løbet af sommeren.

Tabel 9.3 Hvor mange gange blev dit barn forbrændt/skoldet de seneste 12 måneder?

	2006	2007	2008
Mere end 5 gange	0,2 %	0,2 %	0,4 %
3-5 gange	1,1 %	0,6 %	2,0 %
1-2 gange	26,8 %	19,9 %	30,9 %
Aldrig	70,7 %	79,3 %	64,6 %
Ved ikke	0,9 %	0,1 %	2,1 %
Total	100,0 % (n=1505)	100,0 % (n=1273)	100,0 % (n=1358)

¹² Adams et al. 2009

Solarium

Tabel 9.4 Brug af solarium inden for det seneste år

	Før kampagnestart (april 2007)	August 2007	2008
Flere gange om ugen	1,1 %	1,0 %	0,7 %
Ugentligt	2,4 %	1,7 %	1,9 %
Flere gange om måneden	4,0 %	4,1 %	4,6 %
Månedligt	6,2 %	5,2 %	5,5 %
Fire gange om året eller mindre	12,1 %	11,4 %	12,3 %
Jeg har ikke brugt solarium inden for de seneste 12 måneder, men har tidligere brugt solarium	29,7 %	29,1 %	30,4 %
Jeg har aldrig brugt solarium	44,2 %	47,2 %	44,3 %
Ved ikke	0,3 %	0,3 %	0,2 %
Total	100,0 % (n=4303)	100,0 % (n=4451)	100,0 % (n=4277)

Der tegner sig ikke et entydigt billede i udviklingen af respondenternes solarievaner fra 2006 til 2008. Solarieforbruget ser ud til at være lidt lavere i 2007 end i 2008 og 2006.

Solarium blandt unge

Når vi ser på solarieforbruget blandt yngre, ser det imidlertid anderledes ud. I alderen 15-19 år er andelen, der har brugt solarium inden for de seneste 12 måneder faldet fra 51,1 % fra kampagnestart april 2007 til 43,5 % i august 2008.

Tabel 9.5 Brug af solarium inden for det seneste år blandt de 15-19-årige

	Før kampagnestart (april 2007)	August 2007	2008
Flere gange om ugen	4,9 %	3,3 %	1,1 %
Ugentligt	4,9 %	3,6 %	4,3 %
Flere gange om måneden	7,7 %	11,9 %	9,3 %
Månedligt	13,9 %	13,8 %	11,9 %
Fire gange om året eller mindre	19,7 %	15,2 %	16,9 %
Jeg har ikke brugt solarium inden for de seneste 12 måneder, men har tidligere brugt solarium	7,9 %	9,4 %	16,9 %
Jeg har aldrig brugt solarium	41,0 %	42,7 %	39,2 %
Ved ikke	0,0 %	0,3 %	0,6 %
Total	100,0 % (n=366)	100,0 % (n=363)	100,0 % (n=539)

Efterlevelse af solråd

Tabel 9.6 Søgte du skygge?

	2006	2007	2008
Ja	84,1 %	86,0 %	88,8 %
Nej	15,9 %	14,0 %	11,2 %
Total	100,0 % (n=4303)	100,0 % (n=4451)	100,0 % (n=4277)

Næsten 9 ud af 10 respondenter søgte skygge mellem 12 & 15 i 2008 (88,8 %), hvilket er en større andel end i 2007 (86,0 %) og 2006 (84,1 %). Det tyder derfor på, at der er en stigende tendens til at følge rådet om at søge skygge mellem 12 og 15.

Færre bruger solhat i 2007 og 2008 end i 2006

Tabel 9.7 Brugte du solhat?

	2006	2007	2008
Ja	40,5 %	30,3 %	30,6 %
Nej	59,5 %	69,7 %	69,4 %
Total	100,0 % (n=4303)	100,0 % (n=4451)	100,0 % (n=4277)

Tabel 9.7 viser fordelingen af, hvorvidt undersøgelsens respondenter brugte solhat en vilkårlig sommerdag mellem klokken 12 & 15. Siden 2006 er der sket et fald i andelen, der bruger solhat. I 2006 brugte 40,5 % solhat sammenlignet med kun 30,3 % i 2007 og 30,6 % i 2008.

Tøj

Det er ikke muligt at sammenligne spørgsmålet om, hvorvidt folk har brugt let tøj. I 2007 blev folk spurgt, om de brugte let tøj mellem 12 & 15, hvilket ikke var præcist nok i forhold til, om de brugte tøj som solbeskyttelsesstrategi. I 2008 har vi derfor spurgt ”*Brugte du let tøj, der dækkede krop, overarme og lår*”. Ændringen i spørgsmålsformuleringen har haft stor betydning for besvarelsene, og det giver derfor ingen mening at se på udviklingen over tid.

Tabel 9.8 Anvendelse af let tøj

	2006	2007	2008
Ja	93,3 %	88,3 %	55,0 %
Nej	6,7 %	11,8 %	45,0 %
Total	100,0 % (n=4303)	100,0 % (n=4451)	100,0 % (n=4277)

Flere bruger solcreme i 2008**Tabel 9.9** Brugte du solcreme?

	2006	2007	2008
Ja	79,3 %	68,2 %	71,3 %
Nej	20,7 %	31,8 %	28,7 %
Total	100,0 % (n=4303)	100,0 % (n=4451)	100,0 % (n=4277)

I 2008 brugte 71,3 % af undersøgelsens respondenter solcreme. Det er en stigning i forhold til i 2007, hvor 68,2 % angav, at de ofte eller sommetider brugte solcreme. For 2006 svarede 79,3 %, at de brugte solcreme.

10. Metode

Dataindsamling

Solundersøgelsen er blevet gennemført tre gange og består derfor af tre forskellige dataindsamlinger. I 2007 blev to dataindsamlinger gennemført – en i marts-april, vedrørende solvaner sommeren 2006, og en i uge 35-38, der afdækkede sommeren 2007. De to første undersøgelser blev gennemført af Epinion. Undersøgelsen fra 2008 er gennemført i uge 35-38 af Userneeds.

Repræsentativitet

Solundersøgelsen 2008 er repræsentativ på køn, alder, uddannelse (max 5 % afvigelse) i forhold til den danske befolkning, ligesom undersøgelsen for sommeren 2007, mens undersøgelsen for 2006, var repræsentativ på køn, alder og geografi.

Undersøgelserne for somrene 2006 og 2007, som er foretaget af Epinion, er en kombination af CAWI (computer assisted web interviews) og CATI (computer assisted telephone interviews). Undersøgelsen i 2008, som er gennemført af Userneeds, består udelukkende af CAWI. Undersøgelserne 2006, 2007 og 2008 består af hhv. 4.303, 4.451 og 4.277 respondenter.

Spørgeskemaet

Det spørgeskema, der er blevet brugt i undersøgelsen, er udviklet på baggrund af et spørgeskema, der blev brugt i undersøgelsen ”Danskernes Solvaner” fra 1994, 1999 og 2004. På baggrund af de første års dataindsamlinger er spørgeskemaet korrigeret en smule i 2008-udgaven. Spørgsmålet om, hvorvidt respondenterne bruger tøj som solbeskyttelse, er blevet ændret i en sådan grad, at besvarelsene ikke kan sammenlignes på tværs af de tre år.

Vejr

Som vi gennemgik i kapitel 9 har sommerens vejr formentlig stor betydning for soladfærd og for, om man oplever solskoldninger. Vi har brug for at følge udviklingen over tid i Danmark for at få et klarere billede af, hvordan sommerens udsving har betydning for danskernes adfærd, og for at kunne udvikle metoder til at korrigere for sommerens karakteristika i analyserne.

Måling af individuel solbeskyttelse

Selvrapporeret adfærd er det mest brugte i undersøgelser om folks adfærd i solen, og det er også denne metode, der er brugt i Solundersøgelsen 2008. Selvom det er almindeligt at spørge til folks sædvanlige eller typiske adfærd¹³, er der naturligvis nogle problemer forbundet med sådanne spørgsmål. For det første kan det være svært selv at angive, hvad ens typiske adfærd er. Ligesom ved lignende livsstilsundersøgelser kan man have en tendens til at svare det, man oplever som mest socialt acceptabelt. Der vil eksempelvis være en risiko for, at folk i højere grad afrapporterer at benytte solrådene, efter kendskabet til dem er steget – alene fordi de er

¹³ Glanz og Mayer 2005: 134

blevet gjort opmærksomme på, at det er sundere – uden at det nødvendigvis afspejler egentlige adfærdsændringer.

Ved spørgeskemaundersøgelser, hvor spørgsmålene er stillet retrospektivt, fx således at folk er blevet bedt om at huske på deres adfærd og forbrændinger i løbet af sommeren, vil der være en risiko for afvigelser i svarene i forhold til den egentlige adfærd. Spørgsmålet er, om folk virkelig kan huske, hvad der er sket i løbet af sommeren. Man kan eksempelvis have været forbrændt i maj uden at kunne huske det, når man bliver spurgt i august. Marc A. Adams m.fl. har fundet, at tidspunktet, hvor man spørger folk retrospektivt om deres soladfærd, har betydning for, hvordan de svarer på spørgsmål omkring solbeskyttelsesstrategier i løbet af sommeren¹⁴. Solundersøgelsen for 2006 blev først gennemført i marts-april 2007 (som en baseline undersøgelse), hvilket gør det problematisk at sammenligne med udviklingen henover sommeren.

Ideelt set burde de selvrapporterede data om solbeskyttelse og eksponering for UV-stråling være komplementeret af mere objektive metoder, som eksempelvis observationsstudier eller egentlige undersøgelser af huden¹⁵. På den måde kunne vi få indblik i, hvor valide folks selvrapporteringer er. Det har dog ikke været muligt med de rammer, der har været for denne undersøgelse.

Hudtype inddeling

Folks solvaner og tendens til skoldninger afhænger af, hvilken hudtype de har. Til at inddele folk i forskellige hudtyper har vi brugt Fitzpatrick's hudtypeinddeling. Ifølge Fitzpatrick kan man inddele folk i fire hudtyper bestemt af, hvordan deres hud reagerer i begyndelsen af solsæsonen.

Hudtype 1 – Altid skoldet, aldrig brun

Hudtype 2 – Somme tider skoldet, sjældent brun

Hudtype 3 – Sjældent skoldet, somme tider brun

Hudtype 4 – Aldrig skoldet, altid brun

Vi har bestemt folks hudtype ud fra deres selvrapporteringer af, hvordan deres hud reagerer på solen. Respondenterne er blevet bedt om at besvare det samme spørgsmål to gange med forskellige svarkategorier: *"I starten af solsæsonen, når din hud ikke har taget farve. Hvordan reagerer din hud ved den første sol?"* De første svarkategorier er: *"Bliver altid skoldet"*; *"Bliver somme tider skoldet"*; *"Bliver sjældent skoldet"*; *"Bliver aldrig skoldet"*. Til det andet spørgsmål er svarkategorierne: *"Bliver aldrig brun"*; *"Bliver sjældent brun"*; *"Bliver somme tider brun"*; *"Bliver altid brun"*.

¹⁴ Adams et al. 2009

¹⁵ Glanz & Mayer 2005

Alle dem, hvis besvarelser ligger i det røde felt, er blevet kategoriseret som hudtype 1, dem i det gule som hudtype 2, de grønne er hudtype 3, blå er hudtype 4.

Tabel 10.2 Vores inddeling i hudtyper

Hudtype	Altid skoldet	Sommetider skoldet	Sjældent skoldet	Aldrig skoldet
Altid brun				X
Sommetider brun			X	
Sjældent brun		X		
Aldrig brun	X			

Blandt vores respondenter er hudtype 2 og 3 de hyppigste. Selvvurderingen af hudtype giver enkelte afvigelser, eksempelvis er der personer, som både mener, de bliver skoldet og brune ved den første sol eller omvendt.

Panelundersøgelser og bortfaldsproblematik

Det er almindeligt for større spørgeskemaundersøgelser, at forholde sig til bortfaldet. Idet vores undersøgelser er baseret på webinterview blandt respondenter, der er udtrukket fra et panel, er der imidlertid andre kriterier for at vurdere kvaliteten af undersøgelsen.

Webinterview er nyere end eksempelvis postale interview og telefoninterview og har indtil for få år siden været omgivet af skepsis i forhold til at foretage befolkningsrepræsentative undersøgelser. Der er imidlertid sket en positiv udvikling i kvaliteten af webundersøgelser. Til dels fordi langt størstedelen af danskerne er jævnlige internetbrugere, til dels fordi man har fået større erfaring med kvalitetsdimensionerne i webinterviewet.

Når vi vurderer kvaliteten af paneler, ser vi på om det er godt opbygget og vedligeholdt. Det indebærer i praksis, at panelet skal være tilstrækkeligt stort; at der ikke må være sket selvrekuttering til panelet; at der skal være faste procedurer for vedligeholdelsen, og at der tages hånd om de panelmedlemmer, der svarer på alle undersøgelser eller aldrig svarer.

Kvalitetsdimensionerne for webundersøgelser er hovedsageligt procedureafhængige, snarere end substantielle (fx svarprocent), som det er tilfældet ved telefoniske og postale undersøgelser. Dette er ikke ensbetydende med, at svarprocenten for web-undersøgelser er ligegyldige. En web-undersøgelse med meget lav svarprocent vil lide under en bortfaldsproblematik, som det er tilfældet for alle typer undersøgelser.

De anvendte webpaneler i de tre undersøgelser opfylder alle kravene i forhold til deres opbygning, vedligeholdelse, størrelse, rekruttering og håndtering af panellister. Svarprocenten har i alle tre tilfælde været over 30 %, hvilket er acceptabelt i forhold til normalen for den slags undersøgelser¹⁶.

¹⁶ Dobrow MJ et al. e30

Litteraturliste

Adams MA, Mayer JA, Bowen DJ Ji M Season of interview and self-report of summer sun protection behaviours. *Cancer Causes Control*. 2009 Mar;20(2):153-62.

Bech-Thomsen N, Wulf HC. Sunbathers' application of sunscreen is probably inadequate to obtain the sun protection factor assigned to the preparation. *Photodermatol Photoimmunol Photomed* 1993; 9: 242-244.

Berrino, Franco; De Angelis, Roberta, Sant, Milena, Rosso, Stefano, Lasota, Magdalena B., Coeberg, Jan W, Santaquilani and the EUROCARE Working group.
Survival for eight major cancers and all cancers combined for European Adults diagnosed in 1995-99: results of a EUROCARE-4-study
Lancet Oncol 2007;8:773-783.

Dobrow MJ, et al. "Response audit of an internet survey of health care providers and administrators: implications for determination of response rates." *j med internet res* 10.4 (2008): e30.

Faktaark, Solkampagnen
www.cancer.dk/skrunedforsolen/Faktaark.htm

Farr PM and Diffey BL: How reliable are sunscreen protection factors? *Br. J Dermatol* 1985; 112:

Fitzpatrick TB. "The validity and practicality of sun-reactive skintypes I through VI." *Arch.Dermatol.* 124 (1988): 869.

Glanz, K., and Mayer, J.A. (2005) Reducing UVR exposure to prevent skin cancer: Methodology and measurement. *American Journal of Preventive Medicine.* 29: 131-142.

Globocan 2002
www-dep.iarc.fr/globocan/database.htm

World Health Organization, International Agency for Research on Cancer: Solar and Ultraviolet Radiation, IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans, last updated 11. November 1997 *Research on Cancer* 1997.

IARC- International Agency for Research on Cancer; 2006. Exposure to Artificial UV Radiation and Skin Cancer. Report No.: 1.

Køster, B. Thorgaard, C, Clemmesen, I & Philip A:
Sunbed use in the Danish population in 2007: A cross-sectional study
Preventive Medicine Volume 48, Issue 3, March 2009, Pages 288-290

Marks R. Epidemiology of melanoma. *Clin Exp Dermatol* 2000 Sep;25(6):459-63.

NORDCAN
http://www.ancr.nu/default_old.asp .

Solundersøgelsen, forår 2007

www.cancer.dk/NR/rdonlyres/0A53CF70-4DE5-4184-85A7-C63FA0556784/0/solundersogelse_forar_07.pdf

Stokes RP, Diffey BL: How well are sunscreen users protected? *Photodermatol Photoimmunol Photomed* 1997; 13:186-188.

The International Agency for Research on Cancer Working Group on Artificial Ultraviolet (UV) Light and Skin Cancer (2006) "The Association of Use of Sunbeds with Cutaneous Malignant Melanoma and Other Skin Cancers: A Systematic Review" *International Journal of Cancer* 120: 116-1122.

Veierød, M.B. et al (2003) A prospective Study of Pigmentation, Sun Exposure, and Risk of Cutaneous Malignant Melanoma in Women. *Journal of National Cancer Institute* 95 (20):1530-1538.

Whiteman DC, Whiteman CA, Green AC. *Childhood Sun Exposure as a Risk Factor for Melanoma: a Systematic Review of*. *Epidemiologic Studies. Cancer Causes Control* 2001 Jan;12(1):69-82.