

Danskernes solvaner i den danske sommer 2013

- en kortlægning



Danskernes solvaner i den danske sommer 2013

- en kortlægning

Denne rapport er udarbejdet af Solkampagnens evalueringsenhed CEDS (Center of Excellence for evaluering og monitorering under den Danske Solkampagne) ved:

Christine Lind Behrens

- Analyse- og evalueringskonsulent, cand.scient.san.publ. (Folkesundhedsvidenskab)
- Ansvarlig kontaktperson for denne kortlægning – kan kontaktes på behrens@cancer.dk og tlf: 35 25 77 36)

Lilie Darsø

- Studentermedhjælper, stud.scient.san.publ. (Folkesundhedsvidenskab)

Uddrag, herunder figurer, tabeller og kortere citater, er tilladt med kildeangivelse:

Behrens CL & Darsø L

Danskernes solvaner i den danske sommer 2013

Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden smba (TryghedsGruppen smba) 2014

Kræftens Bekæmpelse

Forebyggelse & Oplysning

Strandboulevarden 49

2100 København Ø

Tlf: 35 25 75 00

Rapporten findes udelukkende i elektronisk form og er tilgængelig via

www.skrunedforsolen.dk

Forsidebillede: Colourbox

ISBN: 978-87-7064-231-6

Copyright©

Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden smba (TryghedsGruppen smba)

Maj 2014

Alle rettigheder forbeholdes.

Forord

Kræft i huden er den hyppigste kræftform i Danmark, og hvert år registreres der flere end 15.200 nye tilfælde. Det svarer til mere end 40 nye tilfælde hver eneste dag. Det anslås, at op imod 90 procent af alle tilfælde af kræft i huden direkte kan tilskrives uv-stråling fra den naturlige sol og solarier. Det understreger vigtigheden af, at danskerne omgås solen med omtanke og følger solrådene: Skygge, Solhat og Solcreme.

Når den danske sommer viser sig fra sin bedste side, er vi danskere hurtige til at søge udenfor i den lune luft og lade solen skinne på os, mens vi bader ved stranden, tager på udflygt i skoven eller klipper hæk i haven. Det er ganske naturligt, og solen skal nydes. Men det er vigtigt, at den nydes med omtanke. For vi ved, at for meget uv-stråling og solskoldninger er den primære årsag til kræft i huden.

Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne har siden 2007 arbejdet for at forebygge kræft i huden ved at lære danskerne om gode solvaner hvad enten det er i den danske sommer, på solferie i udlandet eller når det gælder danskernes solarievaner. I denne rapport kortlægges danskernes solvaner i den danske sommer 2013.

København, maj 2014

Peter Dalum, Projektchef for Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne

Indholdsfortegnelse

Konklusioner og anbefalinger	1
Sammenfatning	1
1. Indledning.....	4
Voksne danskerses solvaner i den danske sommer (15-64 år)	8
2. Danskernes ophold i solen i den danske sommer.....	8
3. Danskernes kendskab til solrådene og prioritering af dem	10
4. Danskernes brug af solrådene.....	16
5. Solbadning.....	25
6. Solskoldninger og andre gener fra solen.....	28
7. Opfattelser af et ikke-solbrunt og et meget solbrunt udseende	34
Børn og unges solvaner i den danske sommer (0-17 år) – ifølge deres forældre	36
8. Børn og unges ophold i solen	36
9. Børn og unges brug af solrådene	39
10. Solbadning blandt 12-17-årige	44
11. Solskoldninger blandt børn og unge	47
12. Metode	48
Litteratur	52

Konklusioner og anbefalinger

Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne har eksisteret i syv år, og i den periode har danskerne i stigende grad taget kampagnens budskaber til sig. For andet år i træk er tallet rekordlavt, når det kommer til andelen af danskere, der benytter enhver mulighed for at solbade. Andelen er således faldet fra 16 procent i 2008 til 5 procent i 2013. Tendensen ses også i forhold til solskoldninger. Hvor 30 procent af danskerne blev solskoldet i den danske sommer i 2011, var tallet i 2013 faldet til 25 procent.

Det er rigtig positive tendenser. Men at hver fjerde dansker skoldes i den danske sommer, er stadig for mange. Rapporten her viser, at langt de fleste danskere kender til kampagnens solråd, men at mange glemmer at følge dem i praksis, når solen står højt på himlen. 67 procent af de danskere, der blev solskoldet i sommeren 2013 angiver, at de blev solskoldet, fordi de simpelthen glemte at solbeskytte sig.

En anden tendens, vi ser, er, at solcremen er det solråd, der er længst fremme i danskernes solbevidsthed. To ud af tre danskere ser solcreme som beskyttelse på lige fod med de øvrige solråd, selvom skygge, tøj og solhat er mere effektive måder at solbeskytte sig på.

Hvis solcreme skal virke optimalt som solbeskyttelse, er det vigtigt, at det bruges korrekt. 12 procent af danskerne bruger en lavere faktor end anbefalet, og kun hver anden dansker er klar over, hvor meget solcreme der skal til for en sikker beskyttelse. Der ligger for Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne en fortsat kommunikationsopgave i at kommunikere, at solrådene er prioriterede og i at demonstrere, hvordan rådene anvendes i praksis.

Børn og unge er særligt sårbare overfor solens uv-stråling, og derfor er det positivt, at danske forældre generelt er gode til at solbeskytte familiens yngste medlemmer. Til gengæld viser rapporten, at forældre blander sig mindre i deres børns solbeskyttelse, jo ældre de bliver. Det er u hensigtsmæssigt, fordi vi ser, at de 12-17-årige solbader stadig mere. Fra 2012 til 2013 er andelen af 12-17-årige, der solbader ofte eller udnytter enhver mulighed for at solbade, steget fra 18 til 25 procent. Hertil kommer, at 16 procent af teenagerne inden for det seneste år, er blevet solskoldet i den danske sommer.

Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne ønsker, at danskerne skal kunne nyde sommeren på stranden og i haven uden solskoldninger ved at kende og efterleve solrådene. Det gælder både Danmarks børn, voksne – og halv voksne.

Sammenfatning

Der er en klar sammenhæng mellem uv-stråling og udvikling af kræft i huden. Op imod 90 % af alle tilfælde af kræft i huden kan direkte tilskrives uv-stråling, og der er derfor et stort forebyggelsespotentiale i at lære danskerne at omgås solen med omtanke. Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden igangsatte i 2007 kampagnen "Skru ned for solen mellem 12 & 15" (Solkampagnen), der har til formål at nedsætte danskernes udsættelse for uv-stråling.

Solkampagnen måler årligt på danskernes solvaner i den danske sommer, på solferie i udlandet og i solariet for at få et indtryk af, hvor meget uv-stråling, danskerne udsættes for og for at vurdere, hvad den fremtidige kampagneindsats bør fokusere på.

I denne rapport kortlægges danskernes solvaner i den danske sommer 2013. Rapporten er baseret på data fra en webbaseret spørgeskemaundersøgelse blandt 4.022 danskere i alderen 15-64 år. Spørgeskemaundersøgelsen er gennemført af analysebureauet Userneeds og data er nationalt repræsentativt ift. køn, alder og region. Respondenterne spørges til egne solvaner i den danske sommer, og de respondenter, der har hjemmeboende børn under 18 år, spørges desuden til solvaner hos deres børn. Hvor det er muligt og relevant belyses udviklingen i danskernes solvaner i perioden 2007-2013.

VOKSNE DANSKERES SOLVANER I DEN DANSKE SOMMER (15-64 ÅR)

Danskernes ophold i solen i den danske sommer

73 % af de 15-64-årige danskere var ude i solen mere end en halv time mellem kl. 12 og 15 *på fridage* i den danske sommer 2013. Langt de fleste danskere er således ude i solen i så lang tid midt på dagen på fridage, at solbeskyttelse er nødvendig. Samtidig angiver 47 % af de 15-64-årige danskere, at de opholdt sig mere end en halv time i solen kl. 12-15 *på hverdage* i den danske sommer. Det er således også relevant for mange at tænke over solbeskyttelse på hverdage.

Danskernes kendskab til, prioritering af og brug af solrådene

Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne anbefaler, at man følger følgende solråd om sommeren i Danmark, når uv-indekset er 3 eller derover:

- 1) *Skygge (siesta): Søg skygge mellem 12 & 15*
- 2) *Solhat: Brug solhat og tøj, der dækker krop, overarme og lår*
- 3) *Solcreme: Brug solcreme med faktor 15 dér, hvor tøjet ikke dækker.*

Knap to tredjedele (64 %) af undersøgelsens respondenter kan uhjulpent nævne mindst ét af ovenstående solråd, mens en fjerdedel (26 %) kan nævne alle tre solråd. Det uhjulpne kendskab til kampagnens solråd er steget fra 2012 til 2013.

Når respondenterne præsenteres for solrådene, kan 92 % huske at have hørt mindst ét af dem før, mens 65 % kan huske dem alle tre.

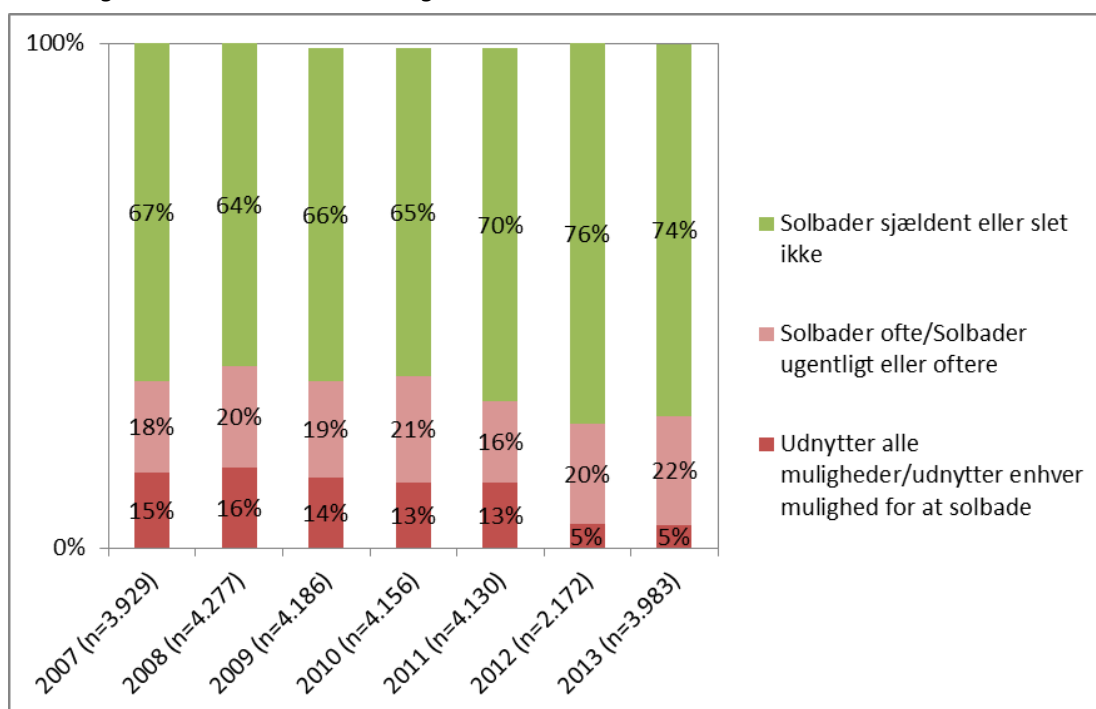
Ifølge Solkampagnen er solrådene prioriterede, således at "Skygge" det er vigtigste solråd, efterfulgt af "Solhat" og "Solcreme". Hver femte af de 15-64-årige (22 %) ved, at solrådene skal prioriteres, mens 68 % mener, at alle solråd er lige vigtige.

"Skygge" og "Solcreme" er de mest anvendte solråd mellem kl. 12 og 15 på solskinsrige fridage i Danmark. Danskerne bruger især solrådene for at undgå rød hud og solskoldninger.

Solbadning

Knap hver fjerde 15-64-årige (23 %) solbader¹ ofte eller udnytter enhver mulighed for at solbade på solskinsrige fridage i den danske sommer. Flere kvinder end mænd solbader, og de yngre respondenter solbader i højere grad end de ældre. Andelen, der udnytter alle muligheder for at solbade, er faldet fra 16 % i 2008 til 5 % i 2013.

Udviklingen i danskernes solbadningsvaner 2007-2013².



Solskoldninger og andre gener fra solen

Andelen af 15-64-årige danskere, der solskoldes³ i Danmark, er faldet fra 30 % i 2011 til 25 % i 2013. Flest solskoldes i juli måned, og den hyppigst angivne årsag til solskoldninger er glemsomhed: To tredjedele (67 %) af de solskoldede respondenter angiver, at de blev solskoldede, fordi de glemte at

¹ Solbadning defineres som at "ligge eller sidde i solen med kun lidt tøj på – for at blive brun".

² På grund af afrundinger, er der flere kolonner, der ikke summerer præcist til 100 %.

³ Ved forbrændt/solskoldet forstås "enhver form for rødme, ubehagelighed, smerte eller blære på huden, der varer længere end 12 timer efter ophold i solen"

solbeskytte sig. Respondenterne angiver, at de især bliver solskoldet i haven/gården, på stranden/ved havnebadet og ved udflugter.

Opfattelser af et ikke-solbrunt og et meget solbrunt udseende

Hvis man ikke er solbrun, synes flest, at det signalerer, at man har en sart hud/ikke kan blive brun, at man passer på sin hud, og/eller at man er meget indendørs.

Hvis man er meget solbrun, synes flest, at det signalerer, at man har et kunstigt udseende, at man sætter sit udseende højere end sundhed, og/eller at man er ligeglad med sin hud.

BØRN OG UNGES SOLVANER I DEN DANSKE SOMMER (0-17 ÅR) – IFØLGE DERES FORÆLDRE

Børn og unges ophold i solen

Ifølge forældre er seks ud af ti (60 %) af de 0-17-årige børn ude i solen mere end en halv time midt på dagen *på fridage*, og halvdelen (49 %) er ude i solen mere end en halv time midt på dagen *på hverdage*.

Børn i alderen 0-11 år er næsten lige meget i solen på fridage og på hverdage, mens børn i alderen 12-17 år er langt mere ude i solen på fridage end på hverdage.

Børn og unges brug af solrådene

Ifølge forældre er "Solcreme" det mest anvendte solråd blandt 0-17-årige børn.

0-11-årige børn og 12-17-årige børn bruger i lige høj grad solrådet "Skygge", men når det kommer til de andre solråd ("Solhat" og "Solcreme"), bruges solrådene i højere grad af de 0-11-årige end af de 12-17-årige.

Solbadning blandt 12-17-årige

Ifølge forældre var der seks ud af ti (64 %) af de 12-17-årige børn, der enten udnyttede enhver mulighed for at solbade, solbadede ofte eller solbadede sjældent i sommeren 2013.

Andelen af 12-17-årige børn, der solbader ofte eller udnytter enhver mulighed for at solbade, er steget fra 18 % i 2012 til 25 % i 2013. Solbadning er mest udbredt blandt de 12-17-årige piger.

Mere end hver tiende (12 %) af de 12-17-årige, der solbadede i sommeren 2013⁴, var 5 år eller yngre, første gang de solbadede – ifølge deres forældre.

Solskoldninger blandt børn og unge

Ifølge forældrene er 11 % af de 0-17-årige børn blevet solskoldet i Danmark i perioden september 2012 til september 2013. Denne andel er ikke signifikant forskellig fra andelen i 2012. 12-17-årige børn bliver i højere grad solskoldet end 0-11-årige børn.

⁴ Unge 12-17-årige har solbadet i sommeren 2013, hvis deres forældre har angivet, at deres 12-17-årige barn udnyttede enhver mulighed for at solbade, solbadede ofte eller solbadede sjældent i den danske sommer 2013.

1. Indledning

I denne rapport kortlægges danskernes solvaner i den danske sommer 2013 samt udviklingen i danskernes solvaner i perioden 2007-2013. Rapporten fokuserer på solvaner blandt voksne i alderen 15-64 år og solvaner blandt deres børn i alderen 0-17 år⁵. Rapporten belyser udelukkende danskernes solvaner i *den danske sommer* 2013. Danskernes solvaner på solferie i udlandet og i solarier belyses i andre rapporter⁶.

Formålet med rapporten er at give offentligheden – herunder politikere og presse – en status på danskernes solvaner i Danmark anno 2013. Rapportens resultater anvendes desuden af Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne til at planlægge den fremtidige kampagneindsats.

Rapporten er udarbejdet af Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagnes evalueringsenhed CEDS (Center of Excellence for evaluering og monitorering under den Danske Solkampagne).

Baggrund

I Danmark har vi relativt få soltimer om året sammenlignet med lande, der ligger tættere på ækvator (Earth Forum, Houston Museum of Natural Science, 2013). De få soltimer betyder, at vi danskere længes efter solen i vinterhalvåret og derfor er tilbøjelige til at dyrke solen, når den endelig kigger frem i den danske sommer, eller når vi er på solferie i udlandet. Nogle danskere opsøger ydermere den kunstige sol i solarieret.

Solens uv-stråling er god for os i mindre doser, men der er samtidig evidens for, at for meget uv-stråling er kræftfremkaldende. Det anslås af WHO, at op mod 90 % af alle tilfælde af kræft i huden direkte kan tilskrives uv-stråling (Lucas et al., 2008). Betegnelsen "kræft i huden" dækker over flere forskellige sygdomme, som kan inddeles i to hovedtyper:

- Modermærkekræft, der er den mest alvorlige form for kræft i huden.
- Almindelig hudkræft, der er den hyppigste form for kræft i huden. Betegnelsen dækker over både basalcelle- og pladecellekræft.

Både solskoldninger og livstidseksponering for uv-stråling har betydning for risikoen for at udvikle kræft i huden (Elwood & Jopson, 1997; Diepgen & Mahler, 2002).

Danskernes adfærd i solen afspejles i kræftstatistikkerne. Kræft i huden er i dag den hyppigste kræftform i Danmark (Engholm et al., 2014), og Danmark har nordisk rekord i forekomsten af modermærkekræft, når der tages højde for aldersfordeling og befolkningsstørrelse i de enkelte lande (Engholm et al., 2014).

⁵ Børnenes solvaner er afrapporteret af deres forældre.

⁶ Alle rapporter fra Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne omhandlende danskernes solvaner i den danske sommer, på solferie i udlandet og i solarieret, kan findes på www.skrunedforsolen.dk → Forskning og evaluering → Rapporter.

Hvert år konstateres over 15.200 nye tilfælde af kræft i huden, hvoraf ca. 1.900 tilfælde er modernærkekræft. Ved udgangen af 2012 levede knap 148.000 danskere med en forudgående diagnose af kræft i huden, og det anslås, at 1 ud af 7 danskere vil få konstateret sygdommen, før de fylder 75 år⁷.

Langt de fleste tilfælde af kræft i huden kan forebygges, hvis vi omgås solen med omtanke og beskytter os mod for megen uv-eksponering ved at følge følgende råd:

- 1) *Skygge (siesta): Søg skygge mellem 12 & 15*⁸
- 2) *Solhat: Brug solhat og tøj, der dækker krop, overarme og lår*
- 3) *Solcreme: Brug solcreme med faktor 15 dér, hvor tøjet ikke dækker*

Og lader være med at gå i solarium.

Sommervejret 2013

Den danske sommer er foranderlig, og danskernes soladfærd om sommeren påvirkes sandsynligvis af vejret. Det er dog ikke indlysende, hvordan danskernes soladfærd påvirkes af vejret. Man kan eksempelvis forestille sig, at folk oftere bliver solskoldede de år, hvor der er mange solskinstimer, da man har mulighed for at være meget i solen. Omvendt er det også muligt, at folk i højere grad bliver solskoldede i de somre, hvor solskinstimerne er sparsomme, fordi de så i højere grad vil opsøge solen, når den endelig er der. Sammenhængene kan samtidig afhænge af, hvornår på året, der er mest sol, om forårssolen er ekstra kraftig efter en lang og kold vinter, og om der er mange solskinstimer i weekender og ferier, hvor folk har mere tid til at være udenfor mellem kl. 12 og 15. Somrene 2007-2013 indgår i Solkampagnens kortlægninger af danskernes solvaner⁹. For at illustrere forskellene i disse somre, er der set på to parametre: Gennemsnitstemperatur og antal solskinstimer i de tre sommermåneder: juni, juli og august¹⁰.

Tabel 1.1 Somrene 2007-2013

	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	Gennemsnit (2007-2012)
Temp., °C	16,2	16,4	16,2	16,3	15,9	15,1	16,1	16,0
Solskinstimer	579	721	700	645	573	621	716	651

Sommeren 2013 var en af de varmere somre og den med flest solskinstimer i de seneste fem år. Antallet af solskinstimer lå langt over gennemsnittet for perioden 2007-2013 (716 solskinstimer

⁷ Specialberegning af kræft i huden på NORDCAN-data baseret på Det Danske Cancerregister (Engholm et al., 2014)

⁸ Ifølge Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne skal solrådene prioriteres. "Skygge" er det vigtigste solråd (solråd 1), efterfulgt af "Solhat" og "Solcreme".

⁹ Denne rapport bygger primært på data fra 2013, men data fra 2007-2012 inddrages i forbindelse med udviklingsanalyser. Rapporter fra 2008-2012 ses på www.skrunedforsolen.dk under "Forskning og evaluering" → "Rapporter" (Thorgaard et al., 2009; Thorgaard et al., 2010; Krarup et al., 2011; Behrens et al., 2012; Behrens et al., 2013). Data indsamlet i efteråret 2007 er ikke afleveret i en separat rapport, men indgår som udviklingsdata i alle nævnte rapporter samt i denne rapport.

¹⁰ Når danskerne i denne rapport spørges til deres solvaner i sommeren 2012, spørges de til månederne maj, juni, juli og august. I tabel 1.1. medtages kun månederne juni, juli og august, hvilket skyldes, at tallene fra tabel 1.1. kommer fra DMI, der udelukkende har inddraget de tre måneder i deres beregninger. Yderligere informationer om gennemsnitstemperatur og antal solskinstimer i somrene 2007-2013 kan findes på www.dmi.dk.

sammenlignet med et gennemsnit på 651 solskinstimer). Kigges der udelukkende på juli måned, blev denne måned den næstmest solrige juli siden 1874 (se www.dmi.dk).

Definitioner

Solbadning

Solbadning defineres som at *"ligge eller sidde i solen med kun lidt tøj på – for at blive brun"*. Respondenterne blev præsenteret for denne definition, da de blev spurgt, hvor ofte de solbadede i Danmark i sommeren 2013.

Solskoldninger

Ved forbrændt/solskoldet forstås *"enhver form for rødme, ubehagelighed, smerte eller blære på huden, der varer længere end 12 timer efter ophold i solen"*. Respondenterne blev præsenteret for denne definition, da de blev spurgt, om de var blevet solskoldet i Danmark inden for de seneste 12 måneder.

Datagrundlag

Rapporten er baseret på data fra en elektronisk spørgeskemaundersøgelse blandt 4.022 danskere i alderen 15-64 år. Undersøgelsen blev gennemført i september 2013 af analysebureauet Userneeds. Data er nationalt repræsentative på køn, alder og region.

Solkampagnen har siden 2007 gennemført årlige målinger af 15-64-årige danskeres solvaner, hvilket gør det muligt at følge udviklingen i danskernes solvaner for perioden 2007-2013. Udviklingen belyses i denne rapport, hvor det er muligt¹¹ og relevant.

I rapporten præsenteres signifikante forskelle i køn, alder og region. Forskelle belyses ved χ^2 -tests, hvor der er valgt et signifikansniveau på 5 %.

For mere information om rapportens datagrundlag og metode – se rapportens kapitel 12: Metode.

Rapportens opbygning

Rapportens resultater præsenteres i to overordnede afsnit:

- 1) Voksne danskeres solvaner i den danske sommer (15-64 år)
- 2) Børn og unges solvaner i den danske sommer (0-17 år) – ifølge deres forældre.

Hvert afsnit indeholder en række kapitler. I hvert kapitel præsenteres resultaterne først skriftligt og herefter grafisk i figurer. I figurerne repræsenterer den grønne farve den viden, holdning eller

¹¹ Ændringer i spørgsmålsformuleringer over tid har gjort, at det ikke for alle variable er muligt at belyse udviklingen i hele perioden 2007-2013.

adfærd, der – ifølge Solkampagnen – er mest hensigtsmæssig, mens den røde farve repræsenterer en uhensigtsmæssig viden, holdning eller adfærd. Blå, lilla og orange farver repræsenterer mere neutrale svar.

Voksne danskeres solvaner i den danske sommer (15-64 år)

2. Danskernes ophold i solen i den danske sommer

Om sommeren i Danmark er solens stråling kraftigst mellem kl. 12 og 15. Det anslås, at ca. 50 % af solens daglige uv-stråling falder i dette tidsrum. De fleste danskere vil få rød hud og solskoldninger, hvis de opholder sig mere end 30 minutter ude i solen mellem kl. 12 og 15 (Wulf & Eriksen, 2010). Solbeskyttelse er derfor vigtigt, hvis man skal opholde sig i solen i længere tid midt på dagen.

Antal timer danskerne var i solen på solskinsdage mellem kl. 12 og 15

Figur 2.1.

- De 15-64-årige danskere er generelt mere ude i solen på fridage end på hverdage. 73 % angiver, at de på solskinsrige *fridage* opholdt sig mere end 30 minutter i solen mellem kl. 12 og 15, hvorimod 47 % opholdt sig mere end 30 minutter i solen mellem kl. 12 og 15 på solskinsrige *hverdage*.
- 21 % opholdt sig i solen i 2-3 timer på solskinsrige *fridage*, mens 10 % opholdt sig i solen 2-3 timer på solskinsrige *hverdage* mellem kl. 12 og 15 i den danske sommer.
- Kun 5 % af de 15-64-årige danskere angiver, at de slet ikke var i solen midt på dagen på solskinsrige fridage.

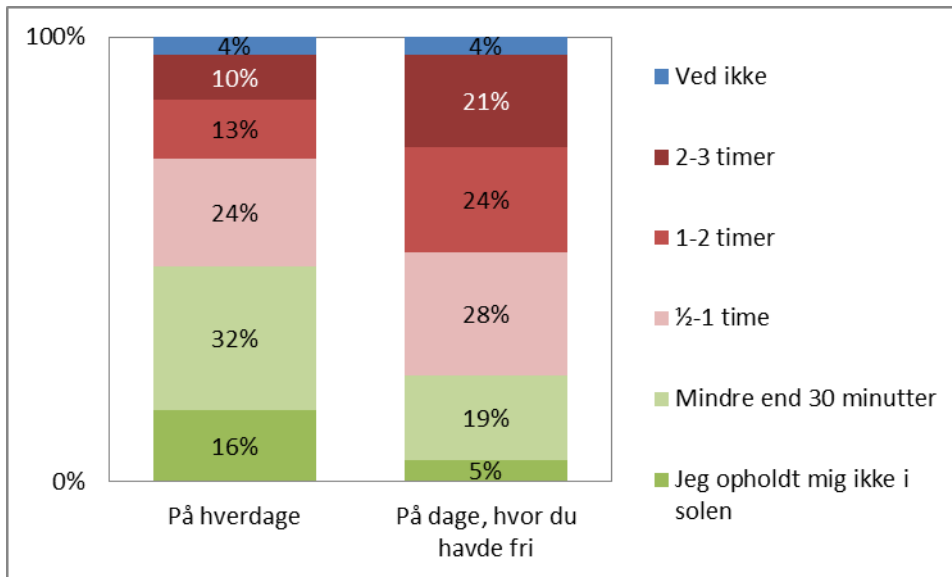
Hvem er ude i solen mere end 30 minutter mellem kl. 12 og 15 på fridage?

Figur 2.2.

- Der er en tendens til, at yngre respondenter er mere i solen end ældre respondenter. Blandt 15-19-årige angiver 84 %, at de var ude i solen mere end 30 minutter på solskinsrige fridage, mens kun 66 % af de 50-64-årige respondenter angiver dette.
- Mænd angiver i højere grad end kvinder, at de er ude i solen mere end 30 minutter mellem kl. 12 og 15 på solskinsrige fridage.

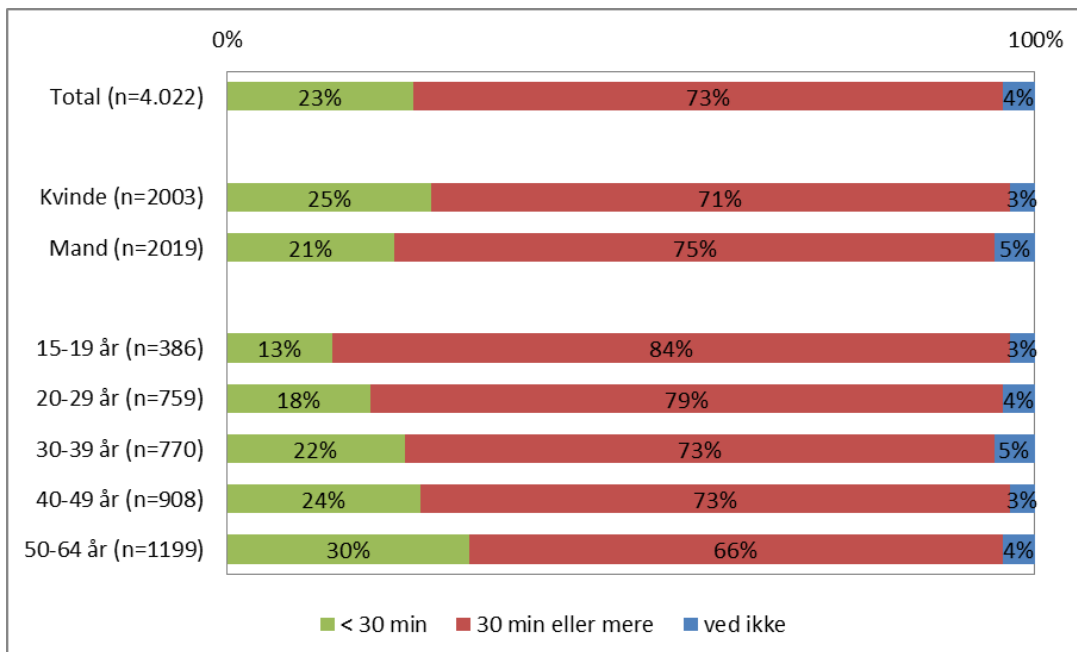
Antal timer danskerne var i solen på solskinsdage mellem kl. 12 og 15

Figur 2.1. Tænk tilbage på en solskinsdag i maj, juni, juli og august i år. Hvor mange timer var du i gennemsnit i solen mellem kl. 12 og 15 i Danmark? (n=4.022).



Hvem er ude i solen mere end 30 minutter mellem kl. 12 og 15 på fridage?

Figur 2.2. Andelen, der er ude i solen mere end 30 minutter på fridage mellem kl. 12 og 15. Fordelt på køn og alder* (n=4.022).



*Ingen regionale forskelle.

3. Danskernes kendskab til solrådene og prioritering af dem

Solkampagnen har følgende tre solråd til, hvordan man beskytter sig mod solens stråling i den danske sommer:

1. Skygge (siesta): Søg skygge mellem 12 & 15
2. Solhat: Brug solhat og tøj, der dækker krop, overarme og lår
3. Solcreme: Brug solcreme med faktor 15 dér, hvor tøjet ikke dækker

Solkampagnens tre solråd er prioriterede i ovenstående rækkefølge ud fra, hvad der giver den mest effektive beskyttelse mod solens stråling.

For mere information om solrådene – se www.skrunedforsolen.dk under "Solbeskyttelse".

Uhjulpet kendskab til kampagnens tre solråd

Undersøgelsens respondenter fik stillet følgende spørgsmål: *Kampagnen "Skrud ned for solen mellem kl. 12 & 15" har flere råd til, hvordan man beskytter sig mod sol- og uv-stråling. Kan du nævne et eller flere af disse råd?*

Figur 3.1.

Flest kan uhjulpet huske solrådet "Solcreme" (49 %), mens lidt færre uhjulpet husker solrådene "Solhat" og "Skygge" (41-43 %)*.

Figur 3.2.

- Knap to tredjedele (64 %) af de 15-64-årige kan uhjulpet huske mindst ét af Solkampagnens solråd, og 26 % kan huske alle tre solråd.
- Flere kvinder end mænd kan uhjulpet huske kampagnens solråd.
- Der er flest 20-29-årige og færrest 50-64-årige, der uhjulpet kan huske mindst ét solråd.
- Der er flest i Region Hovedstaden og færrest i Region Nordjylland, der uhjulpet kan huske mindst ét solråd.

Figur 3.3.

- I perioden 2012-2013 er andelen, der uhjulpet kan huske mindst ét af kampagnens solråd, steget fra 53 % til 64 %, og andelen, der uhjulpet kan nævne alle tre solråd, er steget fra 16 % til 26 %.

*Respondenterne har ikke alle nævnt solrådene ordret. Det har derfor været nødvendigt at omkode nogle af besvarelsenerne. Svar som "Bliv væk fra middagssolen" og "Siesta" er eksempelvis kodet som "Skygge".

Hjulpet kendskab til kampagnens tre solråd

Efter at have svaret på det uhjulpne kendskab til kampagnens solråd, blev respondenterne præsenteret for solrådene. De blev efterfølgende spurgt, om de kunne huske at have læst eller hørt nogle af rådene før.

Figur 3.4.

- Flest kunne hjulpet huske solrådet "Skygge" (83 %), men der var næsten lige så mange, der kunne huske solrådene "Solcreme" (80 %) og "Solhat" (75 %).

Hjulpet kendskab til kampagnens tre solråd - fortsat

Figur 3.5.

- To ud af tre af undersøgelsens respondenter (65 %) kan hjulpet huske alle tre solråd, mens 15 % kan huske to solråd og 11 % kan huske et enkelt. Kun 8 % kunne ikke huske nogen af solrådene.
- Flere kvinder end mænd kan hjulpet huske alle kampagnens solråd.
- Der er flest 20-29-årige og færrest 50-64-årige, der hjulpet kan huske mindst ét solråd.
- Respondenter i Region Hovedstaden, Region Sjælland og Region Midtjylland kan i højere grad huske alle tre solråd end respondenter i Region Syddanmark og Region Nordjylland.

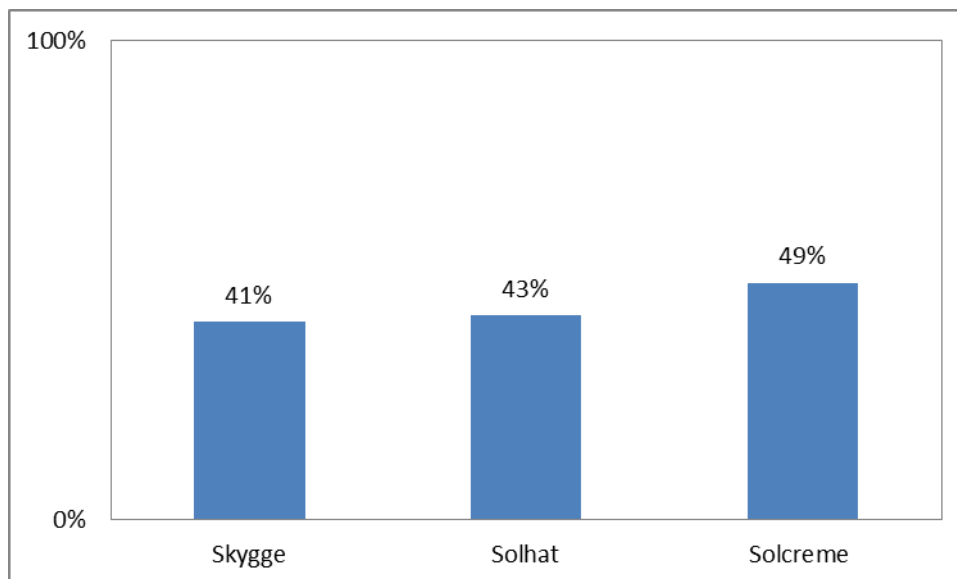
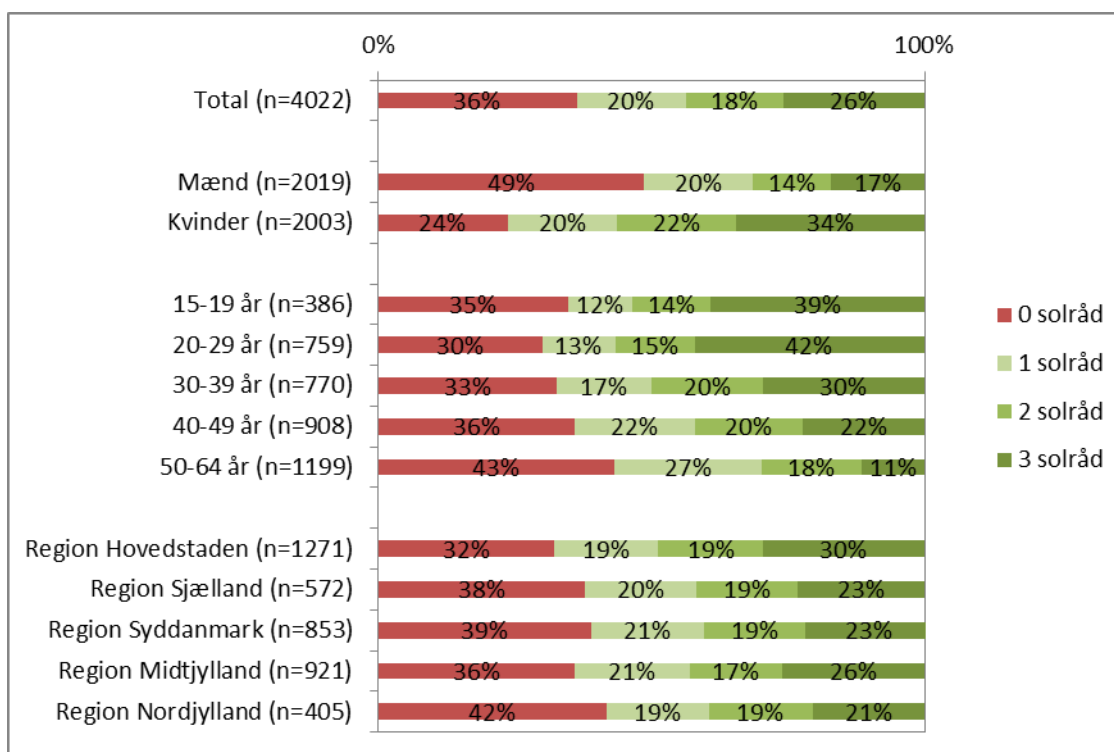
Prioritering af Solkampagnens tre solråd

Figur 3.6.

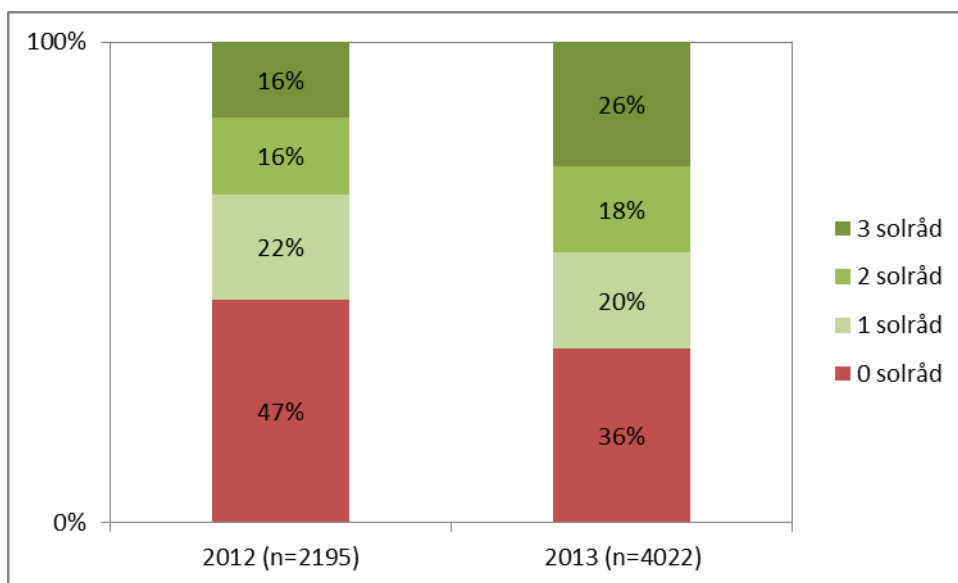
- Hver femte af de 15-64-årige (22 %) ved, at Solkampagnens solråd skal prioriteres, mens 68 % mener, at alle solråd er lige vigtige. Det svarer til andelen i 2012 (fremgår ikke af figur).
- Mænd (25 %) ved i højere grad end kvinder (19 %), at solrådene skal prioriteres.
- Det er især unge i alderen 15-19 år, der ved, at Solkampagnens solråd skal prioriteres (40 % mod 13-29 % i de andre aldersgrupper).

Figur 3.7.

- Blandt dem, der ved, at solrådene skal prioriteres, angiver 58 % korrekt, at "Skygge" er det vigtigste solråd, mens 7 % mener, at "Solhat" er det vigtigste solråd, og 31 % mener, at "Solcreme" er det vigtigste solråd.

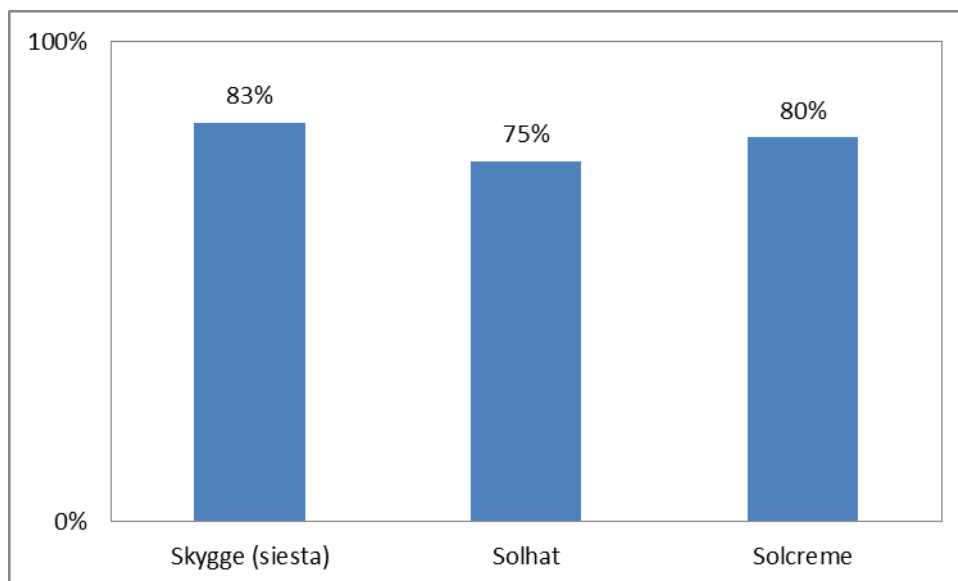
Uhjulpet kendskab til Solkampagnens tre solråd**Figur 3.1.** Andelen, der uhjulpet kan huske de enkelte solråd (n=4.022).**Figur 3.2.** Andelen, der uhjulpet kan huske hhv. 0, 1, 2 eller 3 af Solkampagnens solråd. Fordelt på køn, alder og region (n=4.022).

Figur 3.3. Udviklingen i andelen, der uhjulpet kan huske hhv. 0, 1, 2 eller 3 af Solkampagnens solråd. 2012-2013¹².



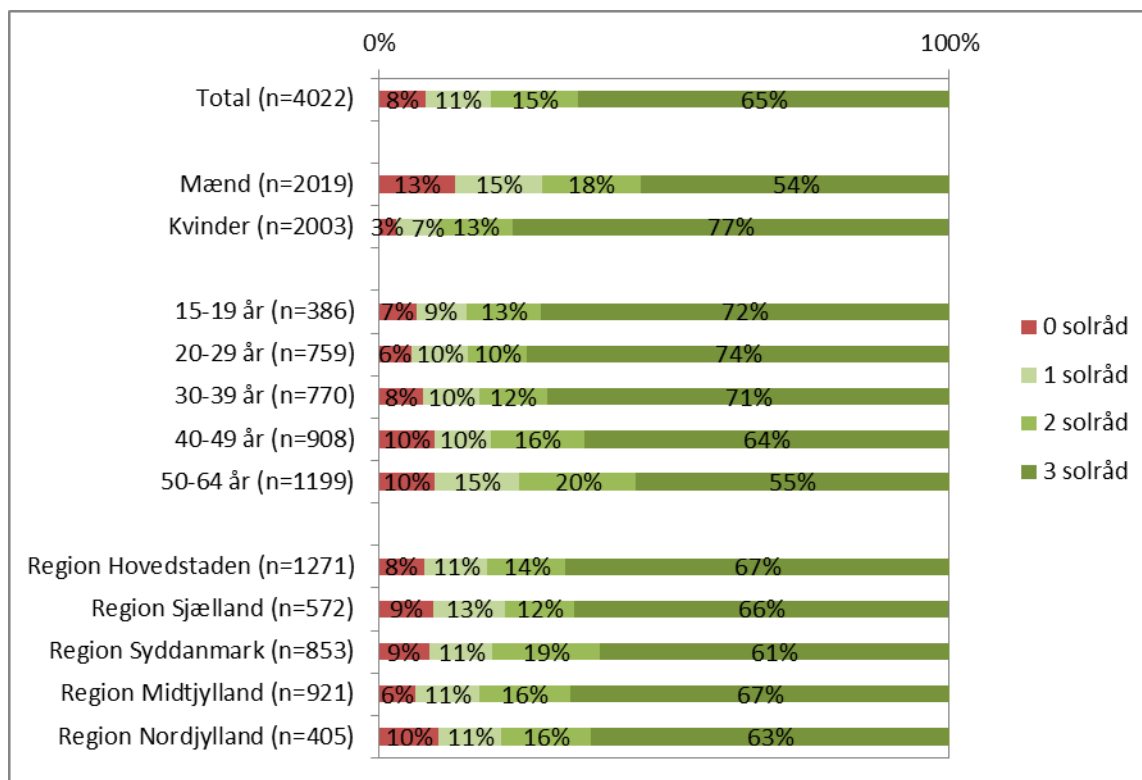
Hjulpet kendskab til kampagnens tre solråd

Figur 3.4. Andelen, der hjulpet kan huske de enkelte solråd (n=4.022).



¹² I 2011 blev der udelukkende spurgt til det hjulpne kendskab til solrådene. Derfor er udviklingen i det uhjulpne kendskab til solrådene kun belyst for perioden 2012-2013.

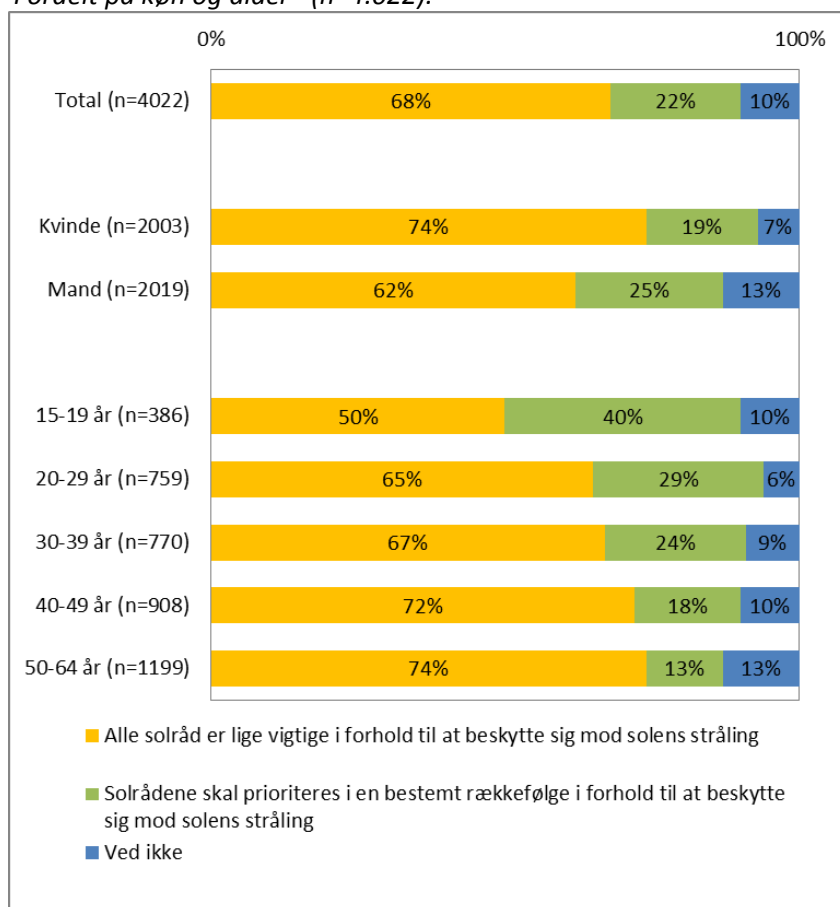
Figur 3.5. Andelen, der hjulpet kan huske hhv. 0, 1, 2 eller 3 af kampagnens solråd. Fordelt på køn, alder og region (n=4.022)¹³.



¹³ I 2012 blev der udelukkende spurgt til det uhjulpne kendskab til solrådene. Derfor er udviklingen i det hjulpede kendskab til solrådene ikke belyst.

Prioritering af Solkampagnens tre solråd

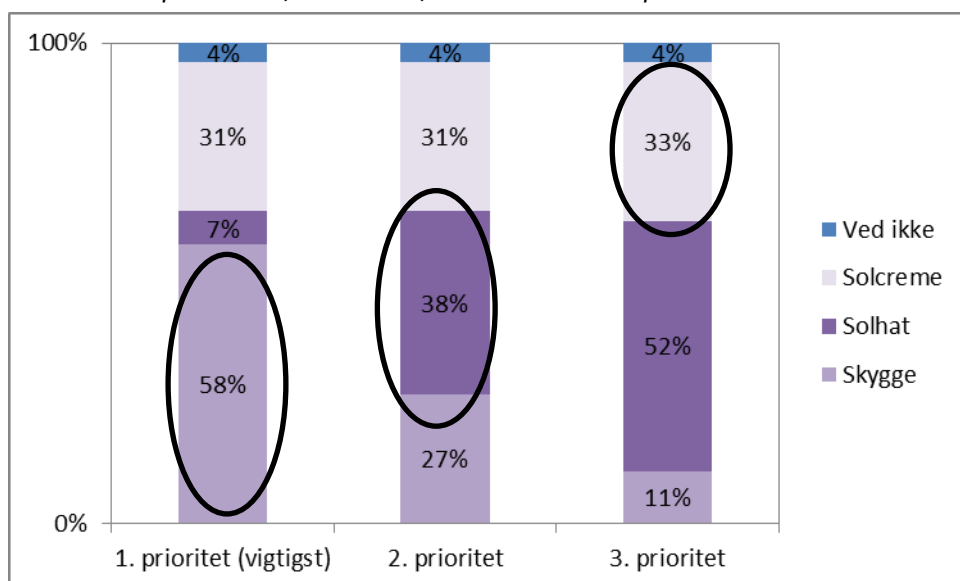
Figur 3.6. Andelen, der mener, at alle solråde er lige vigtige, andelen, der mener, at solrådene skal prioriteres og andelen, der ikke ved, hvorvidt solrådene skal prioriteres eller ej. Fordelt på køn og alder* (n=4.022).



* Ingen regionale forskelle.

Figur 3.7. Respondenternes opfattelse af, hvilken rækkefølge solrådene skal prioriteres i. De korrekte svar er markeret med en sort ring.

Blandt de respondenter, der mener, at solrådene skal prioriteres i en bestemt rækkefølge (n=878).



4. Danskernes brug af solrådene

Brug af skygge og tøj som solbeskyttelse reducerer risikoen for at blive solskoldet (Linos et al., 2011). I befolkningsundersøgelser er det ikke entydigt, hvorvidt brug af solcreme nedsætter risikoen for solskoldninger eller kræft i huden (Linos et al., 2011; Køster et al., 2010; Loden et al., 2011). Dette kan skyldes, at mange bruger solcreme forkert; i for lille mængde og/eller til at forlænge ophold i solen. Laboratorieforsøg, hvor testpersoner får korrekt indsmøring, viser, at solcreme beskytter mod solskoldninger (Wulf et al., 1997; Faurshou & Wulf, 2007).

Det mest og mindst anvendte solråd

Figur 4.1.

- Flest respondenter søger skygge og bruger solcreme på solskinsrige fridage i Danmark kl. 12-15. 39 % angiver, at de ofte eller altid søger skygge kl. 12-15, mens 34 % angiver, at de ofte eller altid bruger solcreme kl. 12-15.
- Færrest respondenter bruger solhat. Kun 13 % af de 15-64-årige angiver, at de ofte eller altid bruger solhat mellem kl. 12 og 15 på solskinsrige fridage i Danmark.

Skygge (solråd 1)

Solrådet "Skygge" indebærer, at man holder sig væk fra direkte sol. Derfor følger man solrådet "Skygge" både når man søger skygge og når man er indendørs.

Andelen, der søger skygge

Figur 4.2.

- 39 % af danskerne søgte ofte eller altid skygge mellem kl. 12 og 15 på solskinsdage i den danske sommer, hvor de havde fri.
- Kvinder søger i højere grad skygge end mænd.
- Andelen, der ofte eller altid søger skygge, stiger med stigende alder.

Figur 4.3.

- Respondenterne søger især skygge for at undgå rød hud og solskoldninger og for ikke at få det for varmt.

Andelen, der er indendørs

Figur 4.4.

- 25 % af danskerne søgte ofte eller altid indendørs mellem 12 og 15 på solskinsdage i den danske sommer, hvor de havde fri.
- Der er lidt flere kvinder end mænd, der angiver, at de ofte eller altid går indendørs midt på dagen.
- Det er især respondenterne i alderen 20-39 år, der angiver, at de ofte eller altid går indendørs midt på dagen.

Figur 4.5.

- Respondenterne går især indendørs for ikke at få det for varmt.

Solhat (solråd 2)

Solrådet "Solhat" indebærer, at man har hat eller tøj på, der skærmer mod solens stråling.

Andelen, der bruger solhat

Figur 4.6.

- Der er kun 12 % af danskerne mellem 15-64 år, som ofte eller altid bruger solhat mellem kl. 12 og 15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.
- Flere mænd end kvinder bruger ofte eller altid solhat midt på dagen.
- Andelen, der ofte eller altid bruger solhat midt på dagen, stiger med stigende alder.
- Der er mindre regionale forskelle i brugen af solhat midt på dagen. Flest bruger solhat i Region Sjælland (15 %), mens færrest bruger solhat i Region Hovedstaden (10 %).

Figur 4.7.

- Respondenterne bruger især solhat for at undgå rød hud og solskoldninger.

Andelen, der bruger tøj, der dækker overarme og lår

Figur 4.8.

- Dækkende tøj bliver ofte eller altid brugt af 26 % af respondenterne mellem kl. 12 og 15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.
- Der er lidt flere mænd end kvinder, der ofte eller altid bruger dækkende tøj midt på dagen.
- Flest 30-39-årige og færrest 15-19-årige bruger ofte eller altid dækkende tøj midt på dagen.
- Flest fra Region Hovedstaden og færrest fra Region Sjælland bruger ofte eller altid dækkende tøj midt på dagen.

Figur 4.9.

- Respondenterne bruger især dækkende tøj for at undgå rød hud og solskoldninger.

Solcreme (solråd 3)

Solrådet "Solcreme" indebærer, at man beskytter sin hud med solcreme.

Andelen, der bruger solcreme

Figur 4.10.

- 34 % af respondenterne bruger ofte eller altid solcreme mellem kl. 12 og 15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.
- Flere kvinder end mænd bruger ofte eller altid solcreme midt på dagen.
- Andelen, der ofte eller altid bruger solcreme midt på dagen, er størst i aldersgruppen 30-49 år, og mindst i aldersgrupperne 15-19 år og 50-64 år.

Figur 4.11.

- Respondenterne bruger især solcreme for at undgå rød hud og solskoldninger.

Hvilken faktor solcreme bruges i Danmark?

Solkampagnen anbefaler, at man i Danmark bruger solcreme med faktor 15, mens man på solferie i udlandet bør bruge en højere faktor.

Figur 4.12.

- 47 % af respondenterne angiver, at de oftest bruger solcreme med faktor 15 i Danmark, men der er også 12 %, der angiver, at de bruger en lavere faktor. De resterende respondenter har enten svaret, at de bruger en højere faktor end faktor 15 (36 %), at de ikke ved hvilken faktor, de bruger (4 %), eller at de slet ikke bruger solcreme (2 %).

Hvilken mængde solcreme bruges i Danmark?

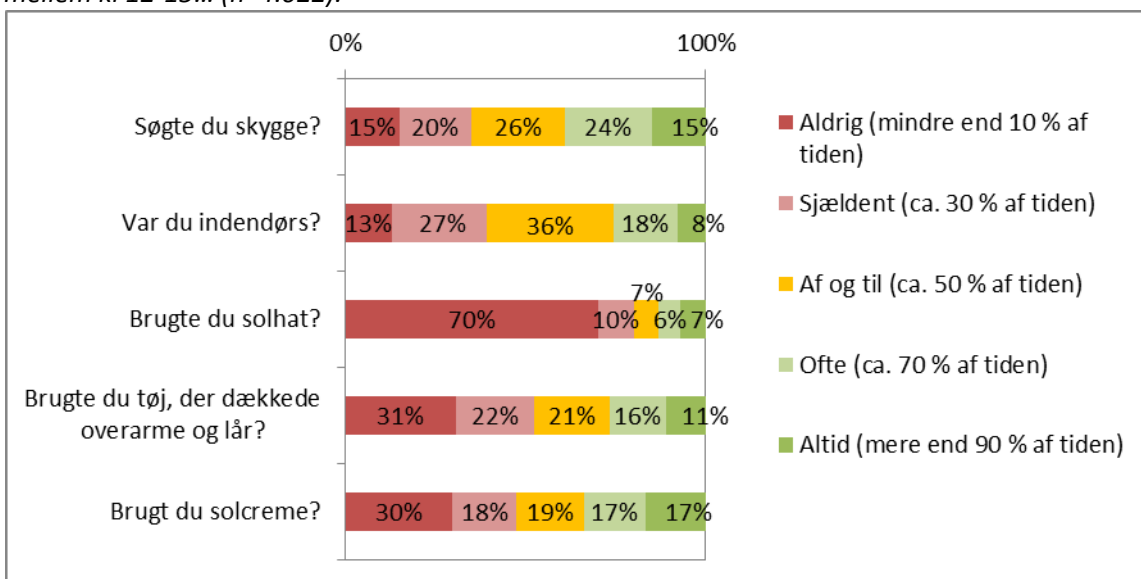
Mængden af solcreme, der anvendes, har betydning for, hvilken faktor solcremen beskytter med. Solkampagnen anbefaler, at man bruger en håndfuld solcreme til en krop. Så beskytter solcremen nemlig med den faktor, der står på emballagen.

Figur 4.13.

- Halvdelen af respondenterne ved, at man skal bruge én håndfuld til hele kroppen for at opnå den faktor, som står på emballagen. 20 % ved ikke, hvor meget solcreme, der skal til og 14 % mener, at det afhænger af ens hud.

Det mest og mindst anvendte solråd

Figur 4.1. Tænk tilbage på solskinsdage i maj, juni, juli og august i år, hvor du havde fri. Hvor ofte mellem kl 12-15... (n=4.022).

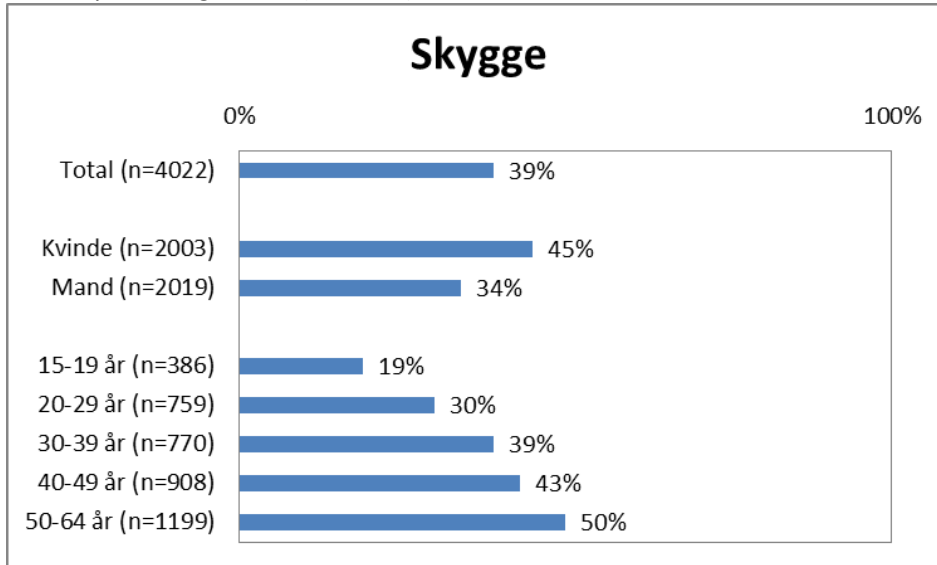


Skygge (solråd 1)

Andelen, der søger skygge

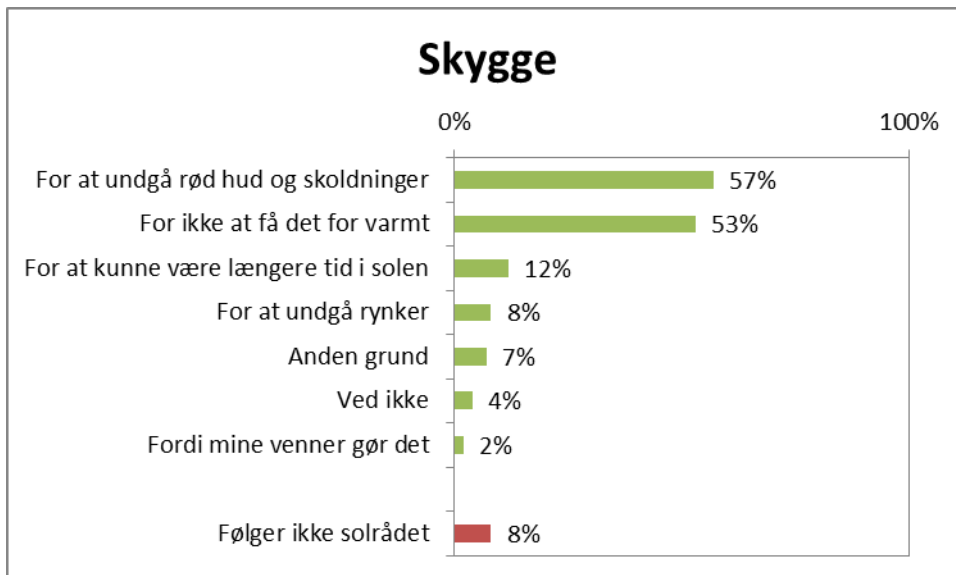
Figur 4.2. Andelen, der ofte eller altid søgte skygge kl. 12-15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.

Fordelt på køn og alder* (n=4.022).



*Ingen regionale forskelle.

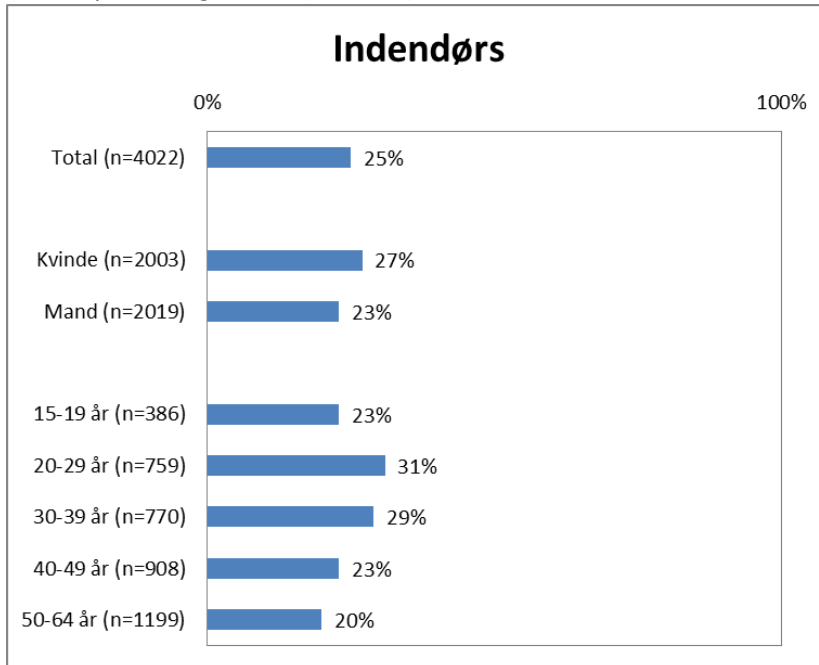
Figur 4.3. Årsager til at søge skygge om sommeren i Danmark. Det var muligt at angive flere svar (n=4.022).



Andelen, der er indendørs

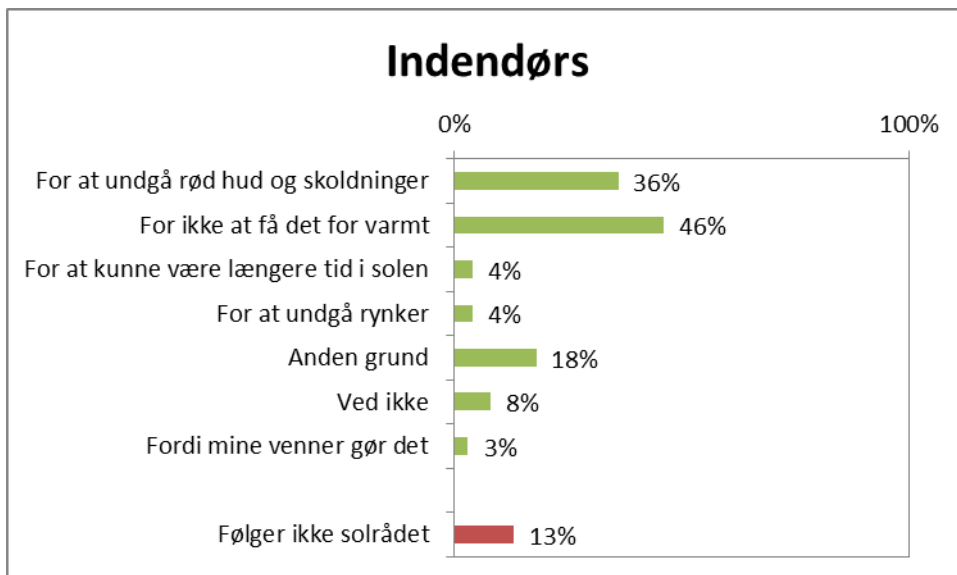
Figur 4.4. Andelen, der ofte eller altid var indendørs kl. 12-15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.

Fordelt på køn og alder* (n=4.022).



*Ingen regionale forskelle.

Figur 4.5. Årsager til at være indendørs om sommeren i Danmark. Det var muligt at angive flere svar (n=4.022).

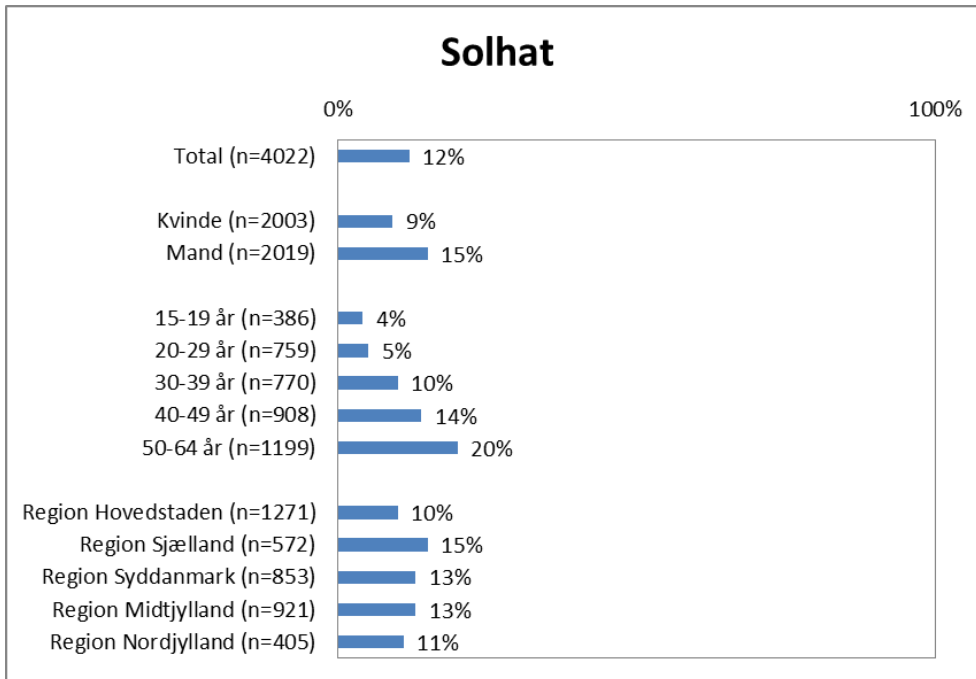


Solhat (solråd 2)

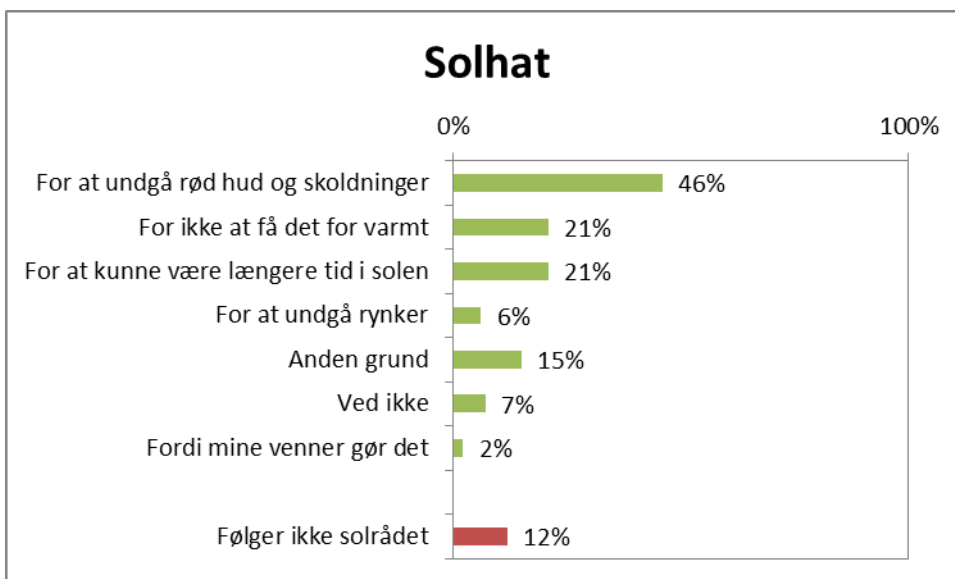
Andelen, der bruger solhat

Figur 4.6. Andelen, der ofte eller altid brugte solhat kl. 12-15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.

Fordelt på køn, alder og region (n= 4.022).



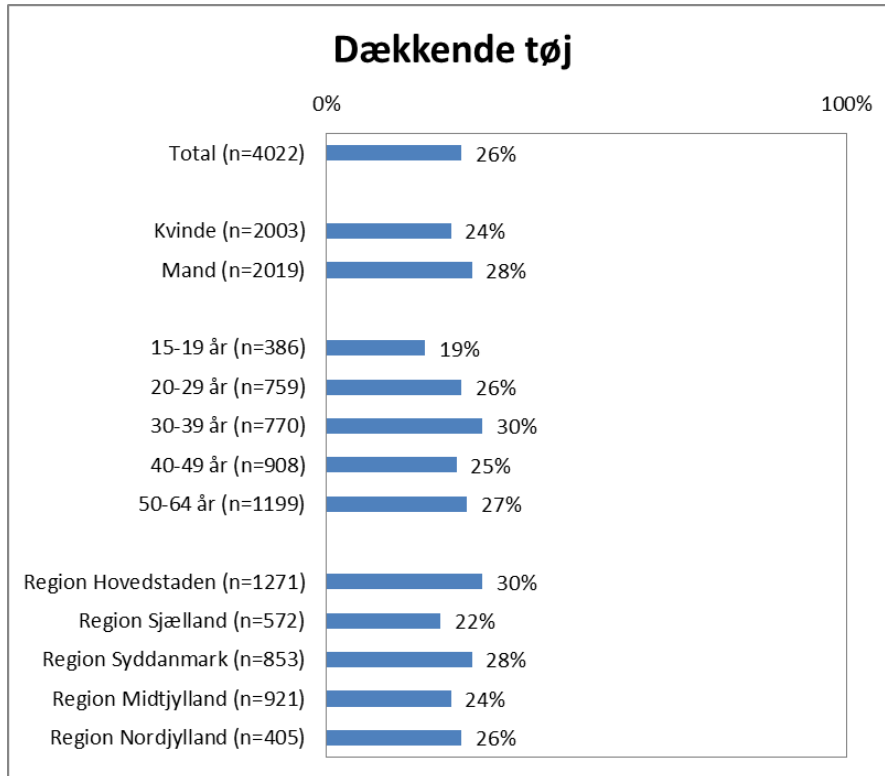
Figur 4.7. Årsager til at bruge solhat om sommeren i Danmark. Det var muligt at angive flere svar (n=4.022).



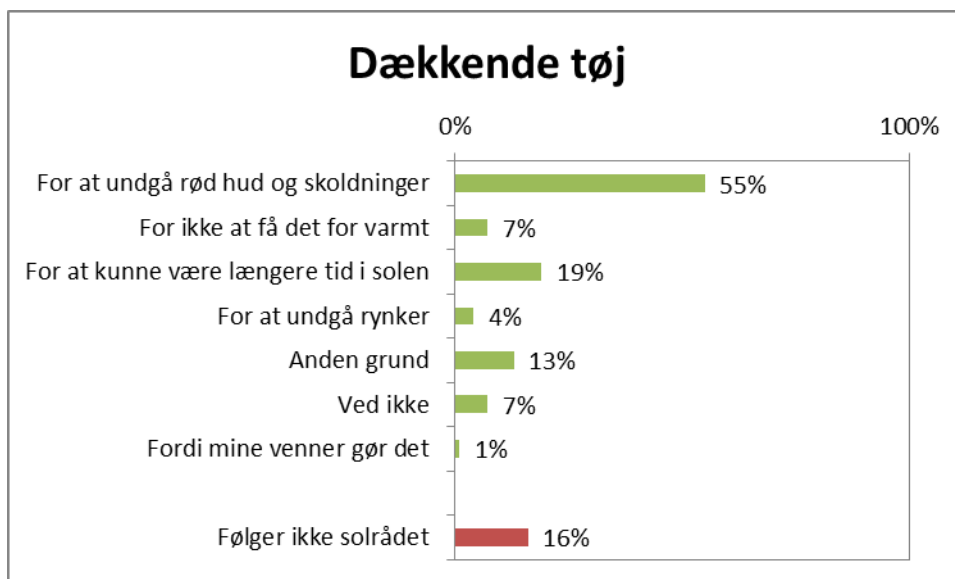
Andelen, der bruger dækkende tøj

Figur 4.8. Andelen, der ofte eller altid brugte dækkende tøj kl. 12-15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.

Fordelt på køn, alder og region (n=4.022).



Figur 4.9. Årsager til at bruge dækkende tøj om sommeren i Danmark. Det var muligt at angive flere svar (n=4.022).

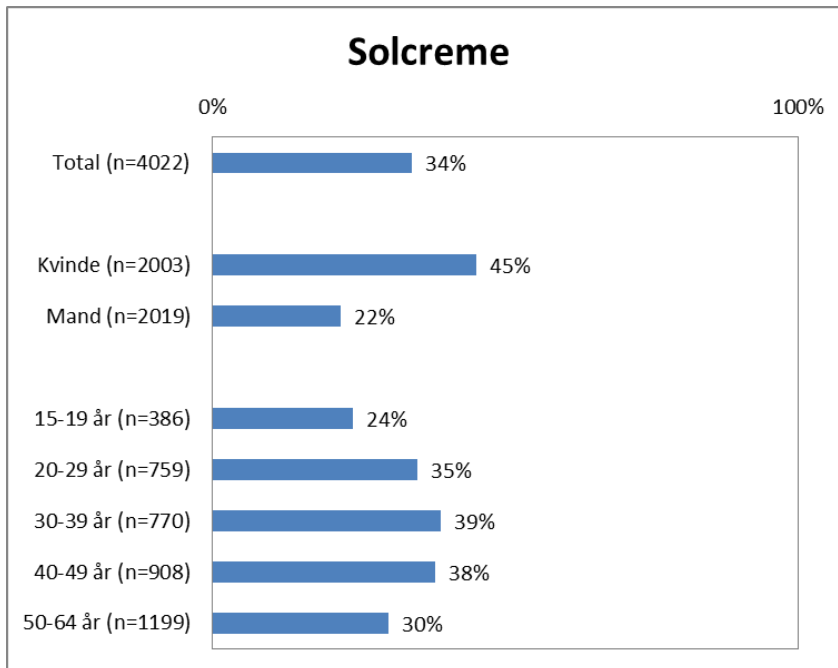


Solcreme (solråd 3)

Andelen, der bruger solcreme

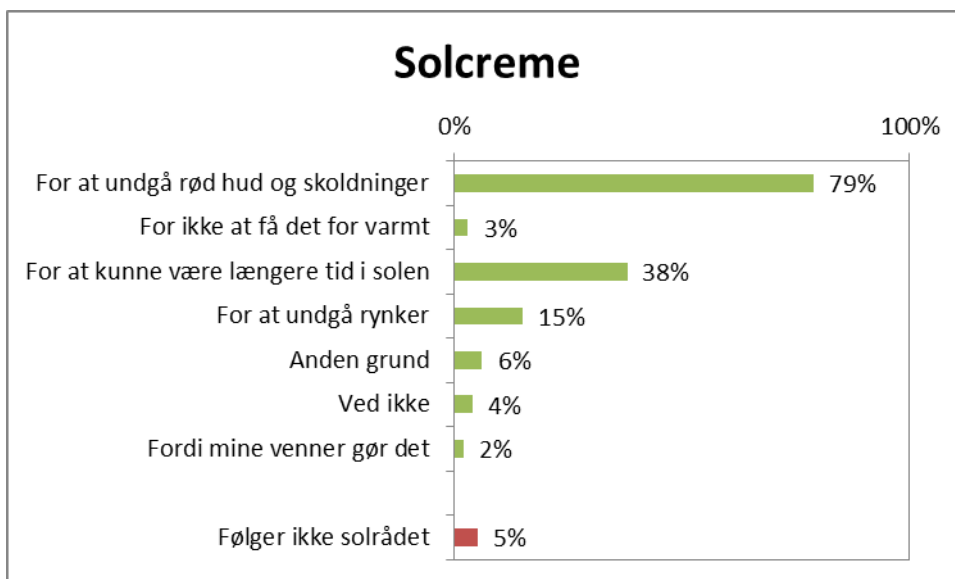
Figur 4.10. Andelen, der ofte eller altid brugte solcreme kl. 12-15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.

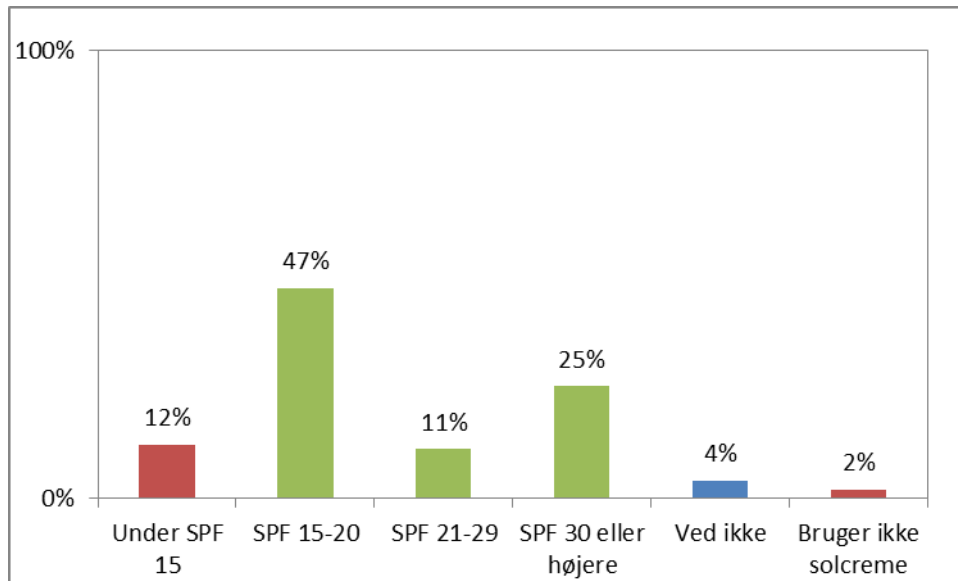
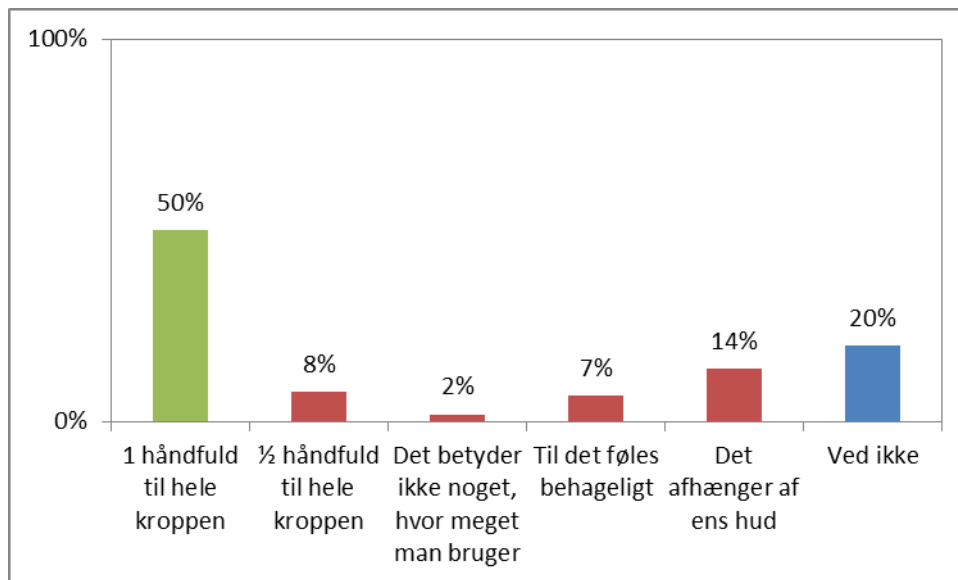
Fordelt på køn og alder (n=4.022)*.



*Ingen regionale forskelle.

Figur 4.11. Årsager til at bruge solcreme om sommeren i Danmark. Det var muligt at angive flere svar (n=4.022).



Hvilken faktor solcreme bruges i Danmark?**Figur 4.12.** Når du bruger solcreme, hvilken faktor (SPF) bruger du så oftest i Danmark? (n=4.022).**Hvilken mængde solcreme bruges i Danmark?****Figur 4.13.** Hvor meget solcreme bør man bruge for at opnå den faktor (SPF), der står på emballagen? (n=4.022).

5. Solbadning

Hvor mange danskere solbader?

Figur 5.1.

- 4 % af de 15-64-årige danskere angiver, at de udnytter enhver mulighed for at solbade i den danske sommer, mens 19 % solbader ofte og 76 % solbader sjældent eller aldrig.
- Flere kvinder end mænd solbader ofte eller udnytter enhver mulighed for at solbade.
- Det er især den 15-19-årige aldersgruppe, der solbader ofte eller udnytter enhver mulighed for at solbade.

Figur 5.2.

- Andelen af danskere, der udnytter alle muligheder/enhver mulighed for at solbade, er faldet fra 16 % i 2008 til 5 %* i 2013. Andelen, der udnytter enhver mulighed for at solbade, er uændret fra 2012 til 2013.

Årsager til at solbade

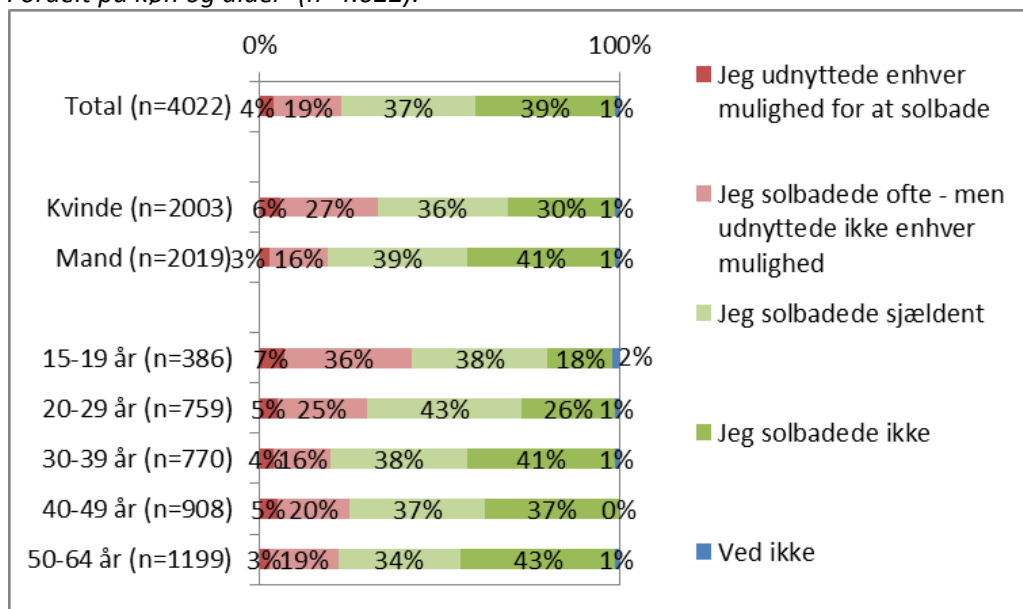
Figur 5.3.

- Flest solbader, fordi det er afslappende (69 %), fordi det er pænt at være solbrun (62 %), og fordi det er dejligt (54 %).
- 3 % af de 15-64-årige, der solbader, har svaret "Andet" til spørgsmålet om, hvorfor de solbader. I det åbne svarfelt nævnes følgende årsager flere gange (fremgår ikke af figur):
 - *Det hjælper på smerter pga. sygdom/ømmе muskler*
 - *For at få lys i de lyse måneder/for at forebygge vinterdepression.*
 - *For at gøre huden mindre sart overfor solen.*
 - Derudover var der flere respondenter, der – i stedet for at svare på, hvorfor de solbadede - pointerer, at de solbader meget lidt. Spørgsmålet blev stillet til alle, der havde solbadet i sommeren 2013 – uanset om det var sjældent eller ofte.

* "Ved ikke"-kategorien er ekskluderet i udviklingsanalyserne. Derfor er andelen, der udnytter enhver mulighed for at solbade i 2013 5 % og ikke 4 % som i analysen ovenfor.

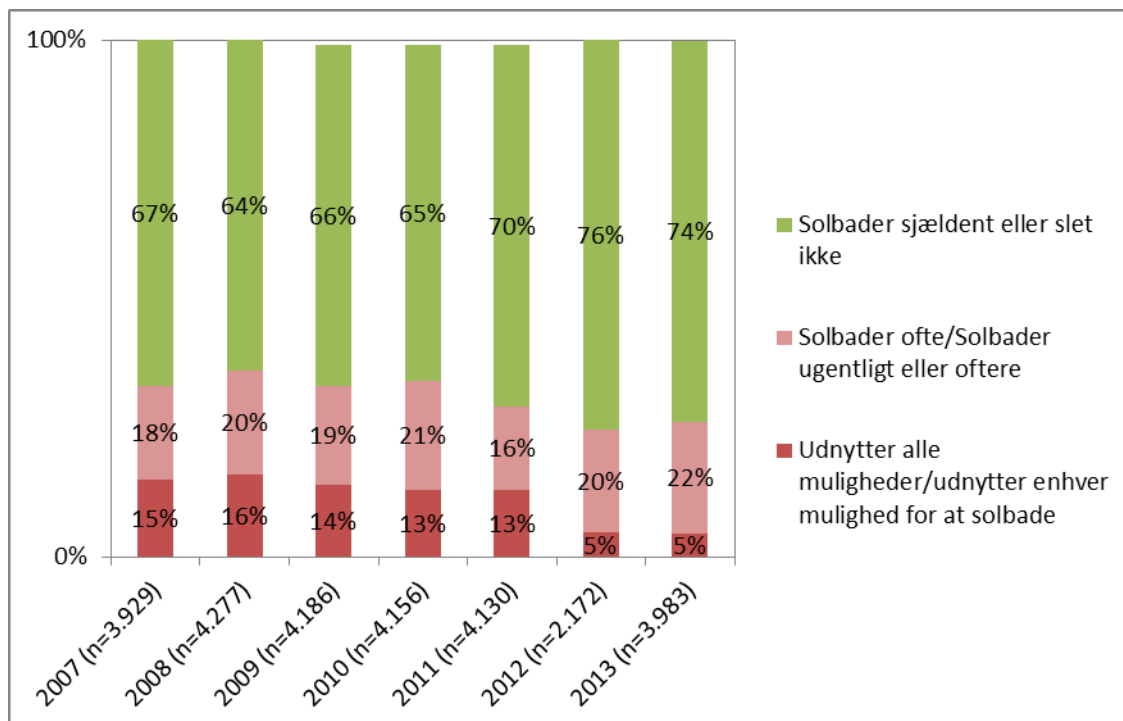
Hvor mange danskere solbader?

Figur 5.1. Tænk tilbage på solskinsdage i maj, juni, juli og august i år, hvor du havde fri og var i Danmark. Hvor ofte solbadede du? Dvs. lå eller sad i solen med kun lidt tøj på – for at blive brun. Fordelt på køn og alder* (n=4.022).



*Ingen regionale forskelle.

Figur 5.2. Udviklingen i danskernes solbadningsvaner 2007-2013^{14,15}.

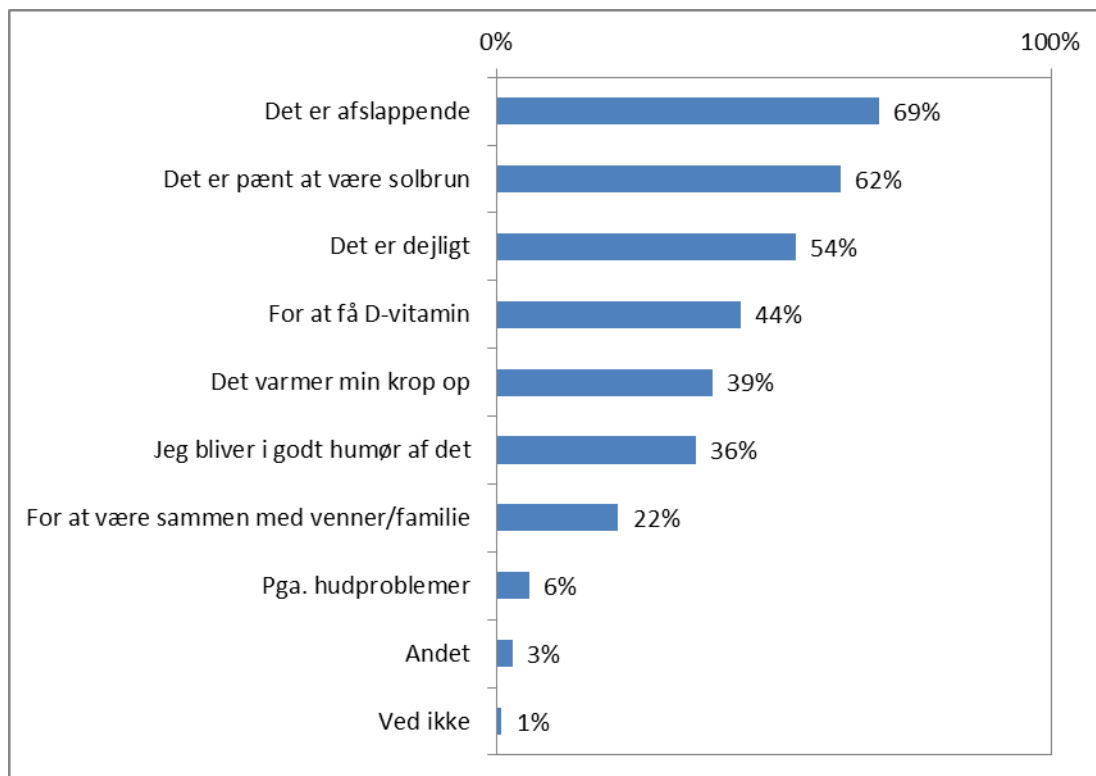


¹⁴ På grund af afrundinger er der flere kolonner, der ikke summerer præcist til 100 %.

¹⁵ I alle årene 2007-2013 er der 1 % af respondenterne, der har svaret "Ved ikke". Disse respondenter er ekskluderet i analyserne for alle seks år.

Årsager til at solbade

Figur 5.3. Hvorfor solbader du? (Angiv gerne flere svar).
Blandt respondenter, der solbader¹⁶ i Danmark (n=2.558)



¹⁶ Respondenter, der har angivet, at de på solskinsrige fridage i Danmark udnytter enhver mulighed for at solbade eller solbader sjældent eller ofte, har fået stillet spørgsmålet om, hvorfor de solbader.

6. Solskoldninger og andre gener fra solen

Det er vanskeligt at måle, hvor meget uv-stråling, folk udsættes for i løbet af en sommer. En solskoldning er et synligt tegn på, at man har fået for meget uv-stråling i forhold til, hvad huden kan tåle. Derfor er andelen af solskoldninger blandt danskerne en målbar indikator for danskernes adfærd i solen. Samtidig er solskoldninger en velkendt risikofaktor for kræft i huden (Marks, 2000).

Hvor mange og hvem solskoldes i Danmark?

Figur 6.1.

- En fjerdedel (25 %) af de 15-64-årige danskere oplevede at blive solskoldet mindst én gang i Danmark i perioden september 2012 til september 2013*.
- Andelen af kvinder, der blev solskoldet, er større end andelen af solskoldede mænd.
- Yngre respondenter i alderen 15-29 år bliver i højere grad solskoldet end ældre respondenter.

Udviklingen i andelen af solskoldede danskere i Danmark 2011-2013

Figur 6.2.

- Andelen af 15-64-årige, der er blevet solskoldet i Danmark, er faldet fra 30 % i 2011 til 25 % i 2013. Der er ikke signifikant forskel på andelen af solskoldede danskere i 2012 (24 %) og 2013 (25 %).

Hvornår bliver man solskoldet i Danmark?

Figur 6.3.

- Juli måned er den måned, hvor flest solskoldes i Danmark. Det er ikke overraskende – dels er uv-indekset typisk højt i juli, og dels har de fleste danskere fri til at nyde solen netop der. Desuden er der blevet spurgt til *seneste* solskoldning, så er man blevet solskoldet *både* i foråret *og* i juli måned, er det udelukkende solskoldningen fra juli måned, der fremgår af figuren.

Hvorfor bliver man solskoldet i Danmark?

Figur 6.4.

- Den mest angivne årsag til solskoldninger i Danmark er glemsheds: 67 % angiver, at de blev solskoldet, fordi de glemte at solbeskytte sig.

*Respondenterne blev i september 2013 spurgt, om de var blevet solskoldet i Danmark inden for det seneste år.

Hvor solskoldes danskere i Danmark?

Figur 6.5.

- Danskerne solskoldes især i haven/gården, når de er på stranden/ved havnebadet, og ved udflugter.

Figur 6.6.

- De danskere, der blev solskoldet i haven/gården, blev efterfølgende spurgt, hvad de lavede i haven/gården, da de blev solskoldede. Flest angiver, at de lavede havearbejde og lidt færre, at de solbadede.

Figur 6.7.

- De danskere, der blev solskoldet på stranden/ved havnebadet, blev efterfølgende spurgt, hvad de lavede på stranden/ved havnebadet, da de blev solskoldede. Flest angiver, at de solbadede.

Andre gener fra solen

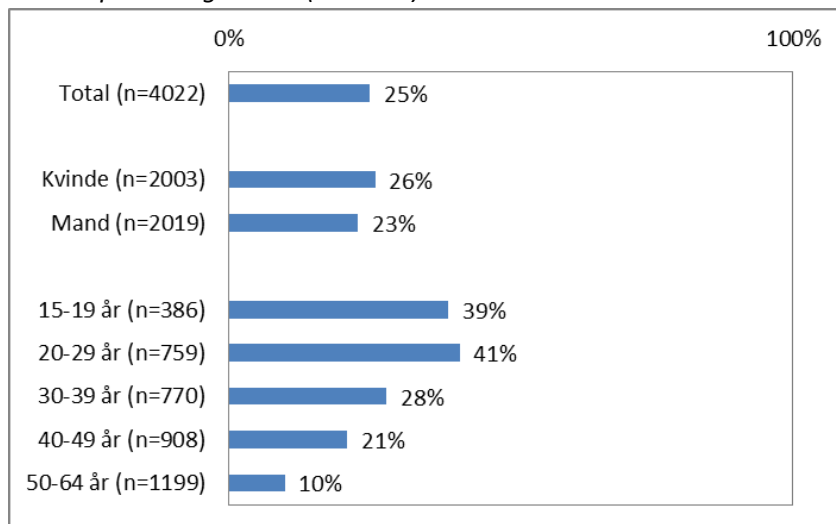
Figur 6.8.

- Solskoldninger er ikke den eneste gene, danskerne oplever efter ophold i solen. De mest angivne andre gener er rød hud, der holder op med at være rød inden for 12 timer (22 %), ondt i hovedet (20 %) og soleksem (10 %).
- Det er i alt 47 % af de 15-64-årige danskere, der oplever gener ud over solskoldninger efter ophold i solen.

Hvor mange og hvem solskoldes i Danmark?

Figur 6.1. Andelen af 15-64-årige, der er blevet forbrændt/solskoldet i Danmark i løbet af de seneste 12 måneder¹⁷.

Fordelt på køn og alder* (n=4.012).

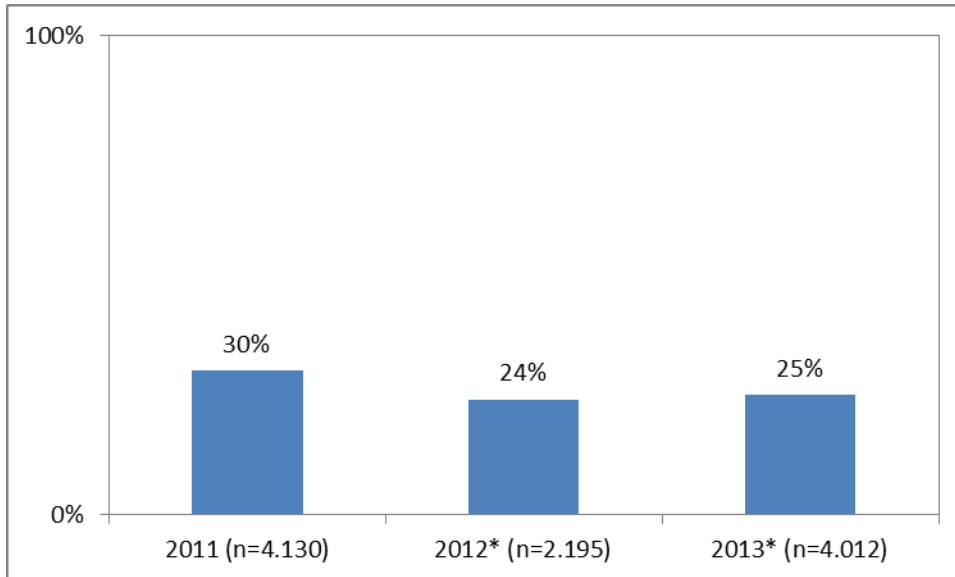


*Ingen regionale forskelle.

¹⁷ Respondenterne fik stillet spørgsmålet i september 2013, så de bliver spurgt til solskoldninger i perioden september 2012 til september 2013.

Udviklingen i andelen af solskoldede danskere i Danmark 2011-2013

Figur 6.2. Udviklingen i andelen af solskoldede danskere i Danmark 2011-2013¹⁸.

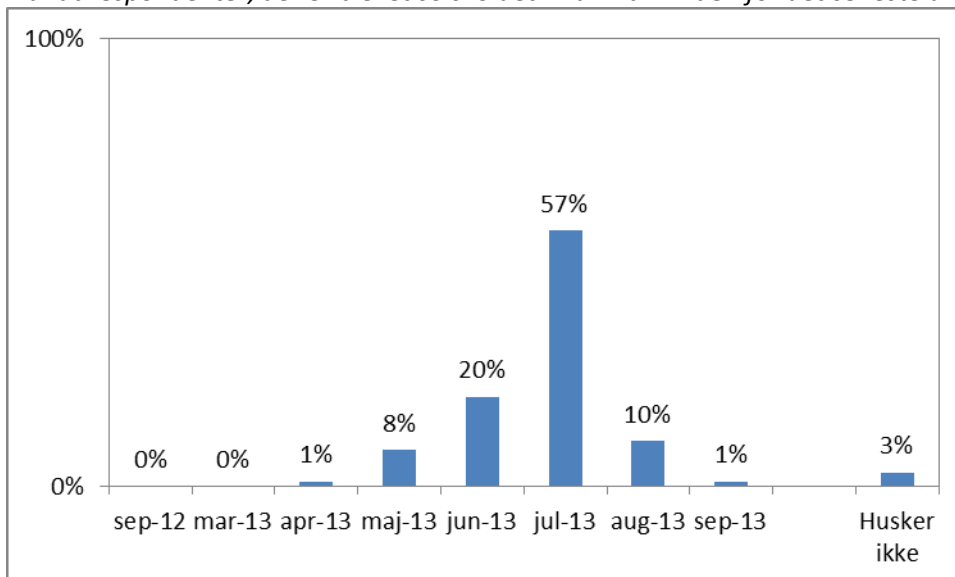


* Der er ikke signifikant forskel på andelen af solskoldede danskere i 2012 (24 %) og 2013 (25 %).

Hvornår bliver man solskoldet i Danmark?

Figur 6.3. I hvilken måned blev du senest forbrændt/solskoldet i Danmark?

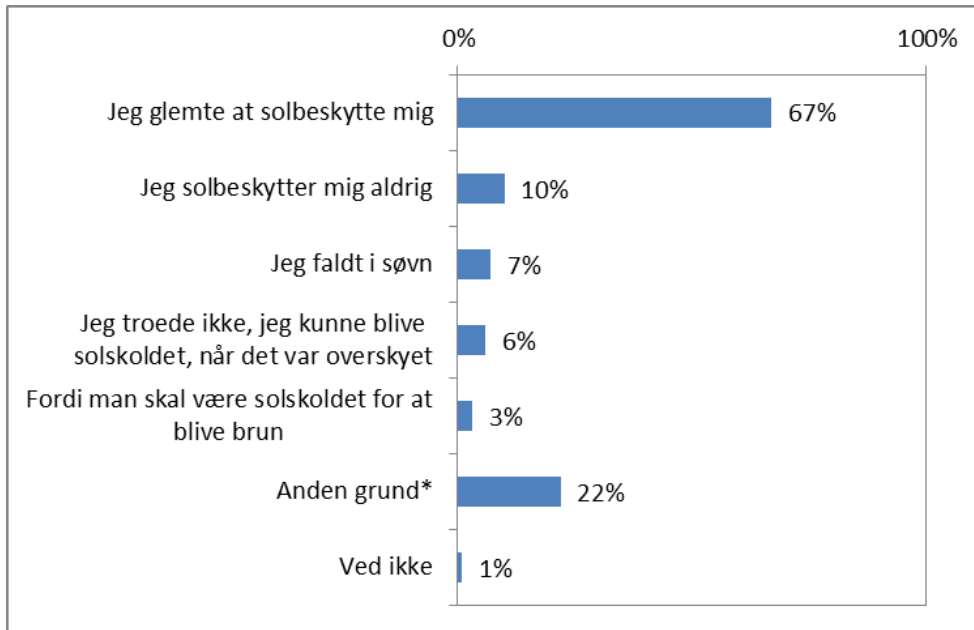
Blandt respondenter, der er blevet solskoldet i Danmark inden for det seneste år (n=989).



¹⁸ I 2010 og tidligere blev der spurgt overordnet til solskoldninger inden for det seneste år – og ikke specifikt til solskoldninger i Danmark. Derfor er udviklingen i andelen af solskoldede danskere udelukkende belyst for perioden 2011-2013.

Hvorfor bliver man solskoldet i Danmark?

Figur 6.4. Hvorfor blev du solskoldet i Danmark? Angiv gerne flere svar. Blandt respondenter, der er blevet solskoldet i Danmark inden for det seneste år (n=989).

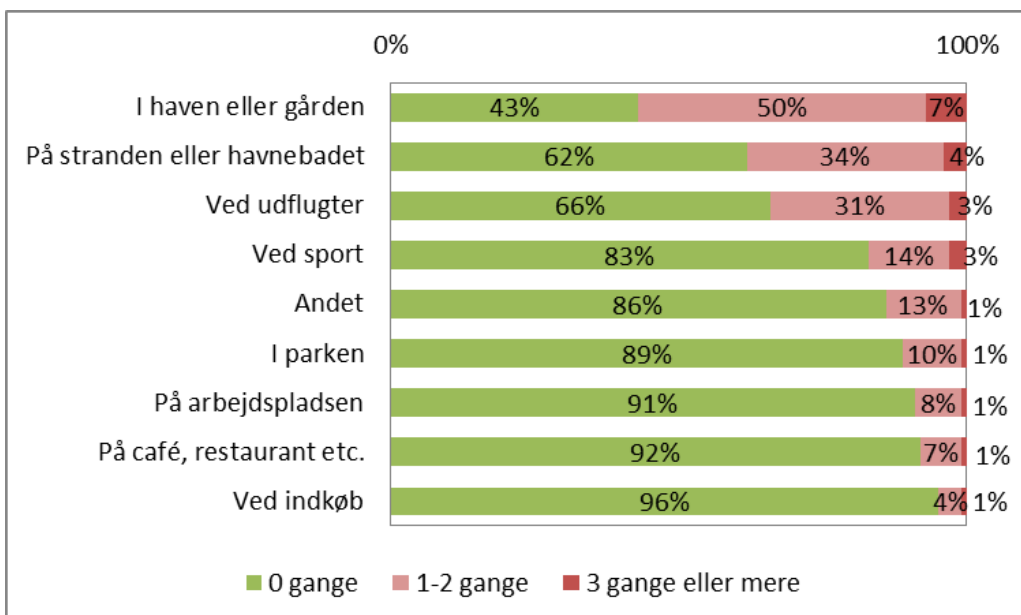


*Respondenter, der havde angivet "Anden grund", blev ikke bedt om at uddybe deres svar.

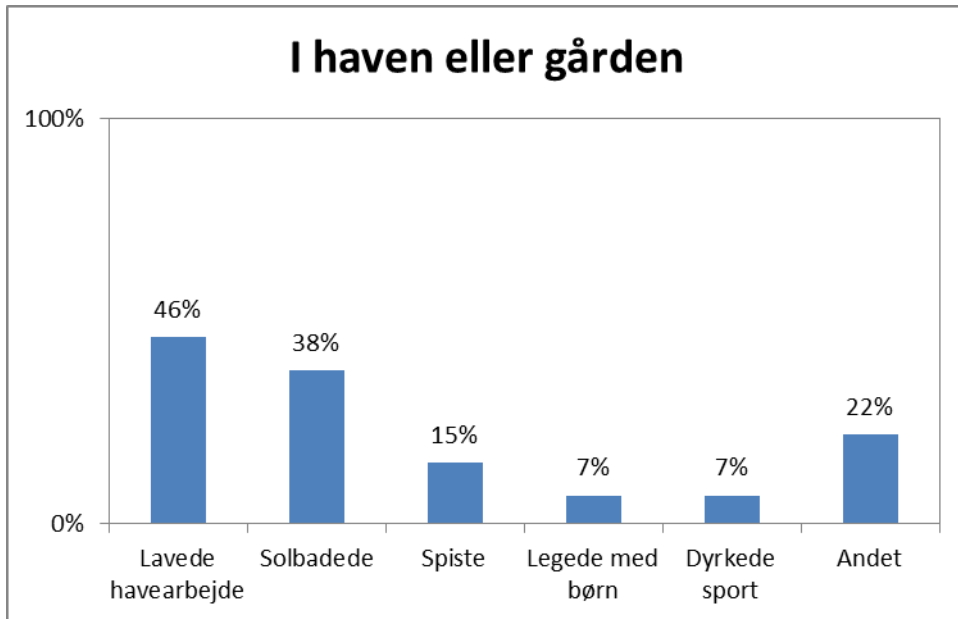
Hvor solskoldes danskere i Danmark?

Figur 6.5. Hvor og hvor mange gange er du blevet forbrændt/solskoldet de seneste 12 måneder i Danmark? (Angiv gerne flere svar).

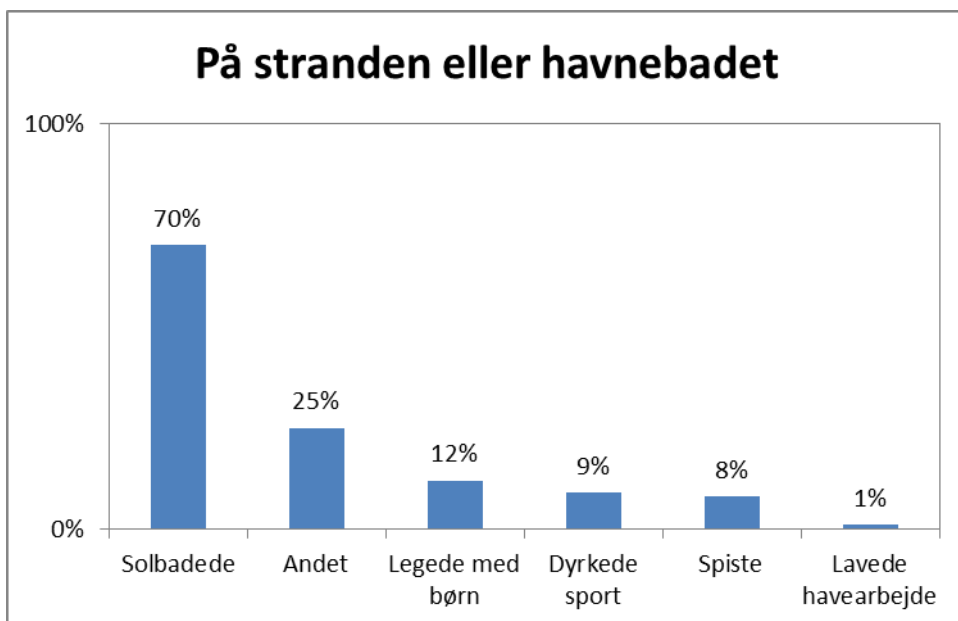
Blandt respondenter, der er blevet solskoldet i Danmark inden for de seneste 12 måneder (n=989).



Figur 6.6. Hvad lavede du, da du blev solskoldet i haven eller gården? (Angiv gerne flere svar). Blandt respondenter, der har angivet, at de blev solskoldet i haven eller gården (n=564).

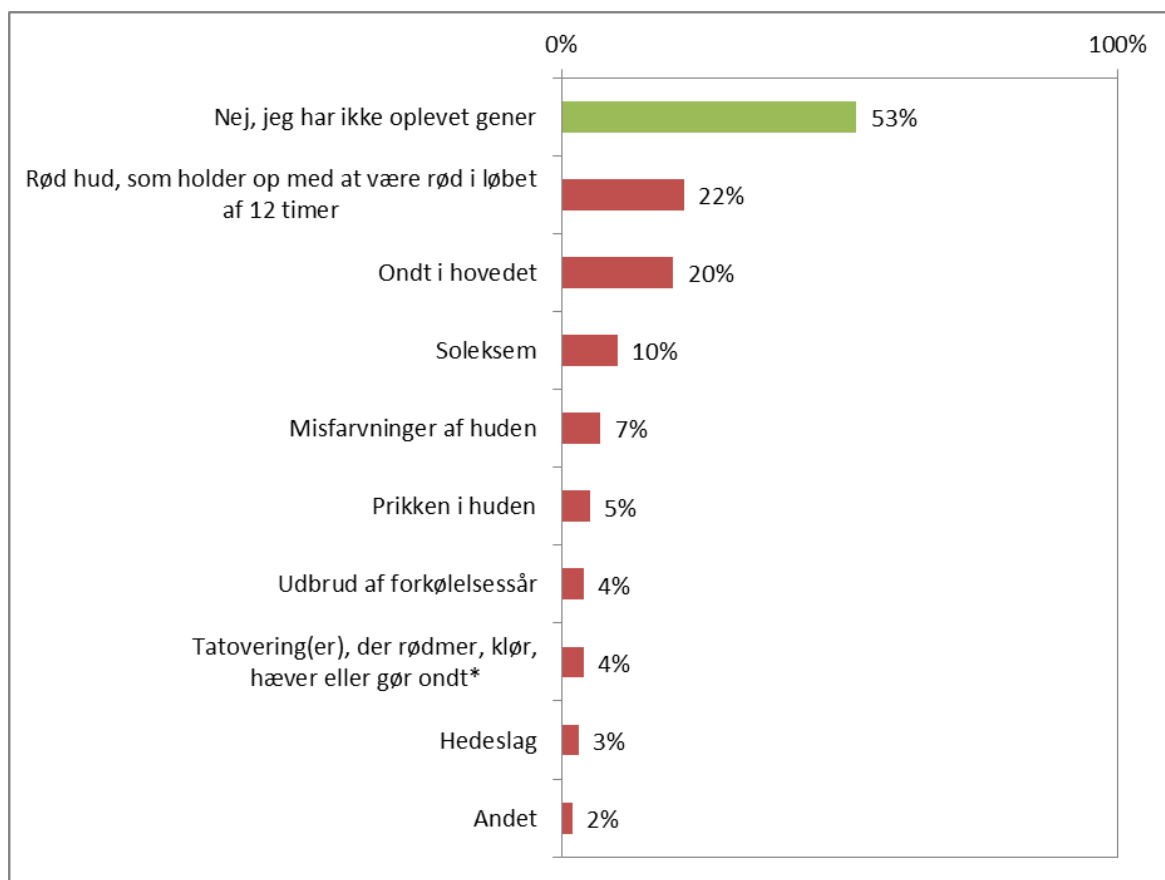


Figur 6.7. Hvad lavede du, da du blev solskoldet på stranden eller havnebadet? (Angiv gerne flere svar). Blandt respondenter, der har angivet, at de blev solskoldet på stranden eller havnebadet (n=374).



Andre gener fra solen

Figur 6.8. Har du de seneste 12 måneder oplevet gener ved at være i solen – bortset fra solskoldning? (Angiv gerne flere svar) (n=4.022).



*Denne svarmulighed blev kun givet til respondenter, der havde angivet, at de havde tatoveringer (n=748).

7. Opfattelser af et ikke-solbrunt og et meget solbrunt udseende

Opfattelser af et ikke-solbrunt udseende

Figur 7.1.

- Hvis man ikke er solbrun, synes flest, at det signalerer, at man har en sart hud/ikke kan blive brun (37 %), at man passer på sin hud (36 %), og at man er meget indendørs (35 %).
- 24 % af de 15-64-årige mener ikke, at det sender nogen signaler, når man ikke er solbrun.
- 2 % har svaret "Andet" og mener således, at det at være ikke-solbrun signalerer noget andet end de angivne svarmuligheder. Følgende svar går igen, når svarene i den åbne "Andet"-kategori gennemgås:
 - Hvis man ikke er solbrun, signalerer det:
 - At man arbejder meget/har travlt
 - At man er solforskrækket
 - At man tænker på sit helbred
 - At man er kedelig
 - Det kommer an på personen, om man ser sund eller usund ud.

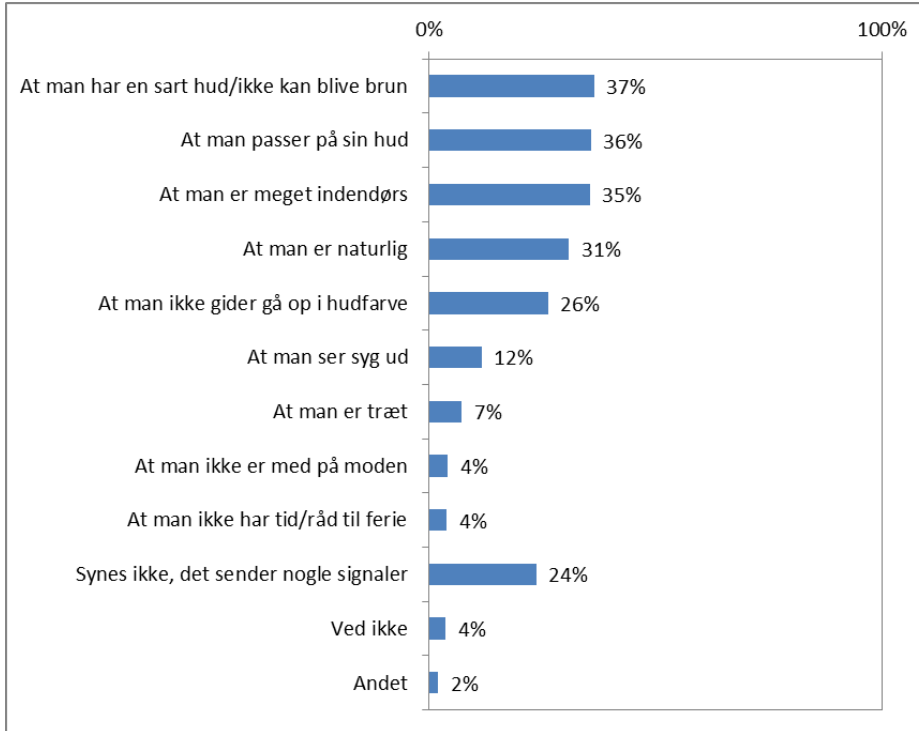
Opfattelser af et meget solbrunt udseende

Figur 7.2.

- Hvis man er meget solbrun, signalerer det især, at man har et kunstigt udseende (52 %), at man sætter sit udseende højere end sundhed (45 %), og at man er ligeglad med sin hud (40 %).
- 12 % mener ikke, at det udsender nogen signaler at være meget solbrun.
- 4 % har svaret "Andet" og mener således, at det at være meget solbrun signalerer noget andet end de angivne svarmuligheder. Følgende svar går igen, når svarene i den åbne "Andet"-kategori gennemgås:
 - Hvis man er meget solbrun, signalerer det:
 - At man er meget udendørs
 - At man godt kan lide at solbade
 - At man har nemt ved at blive brun
 - At man ikke er bange for at få hudkræft
 - Det kan både se kunstigt og aktivt/sundt ud.

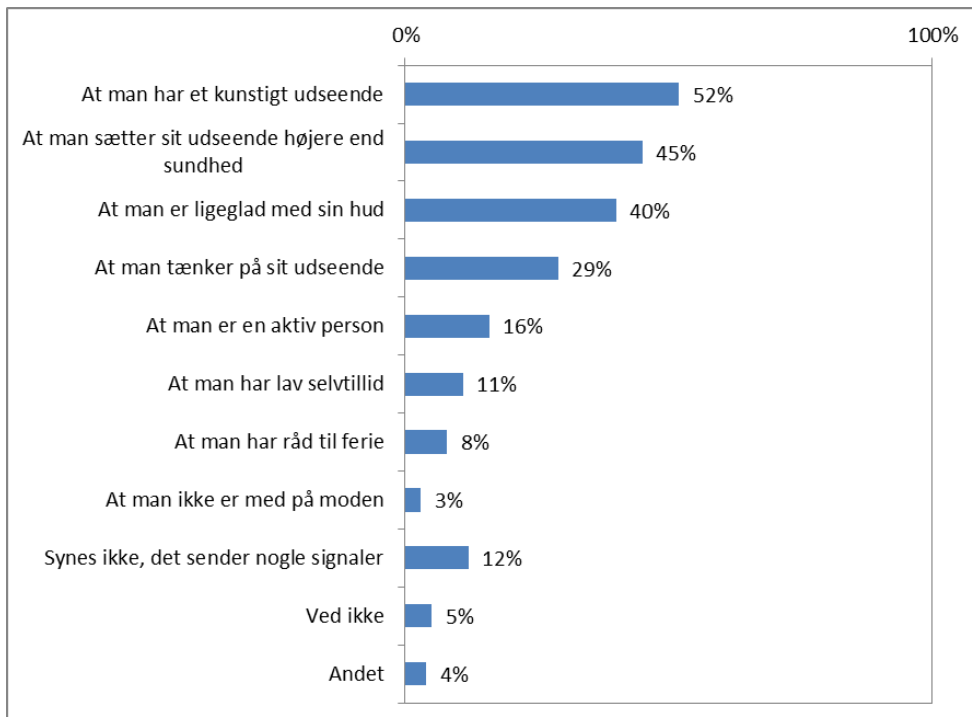
Opfattelser af et ikke-solbrunt udseende

Figur 7.1. Hvilke signaler synes du, det sender ikke at være solbrun? (Angiv gerne flere svar) (n=4.022).



Opfattelser af et meget solbrunt udseende

Figur 7.2. Hvilke signaler synes du, det sender at være meget solbrun? (Angiv gerne flere svar) (n=4.022).



Børn og unges solvaner i den danske sommer (0-17 år) – ifølge deres forældre

8. Børn og unges ophold i solen

Børn er særligt udsatte, når det kommer til eksponering for uv-stråling (Whiteman et al., 2001). Derfor er det ekstra vigtigt, at børn solbeskyttes, når de er udenfor mere end 30 minutter midt på dagen om sommeren.

Antal timer, som børn (0-17 år) opholder sig i solen på solskinsdage mellem kl. 12 og 15

Figur 8.1 og figur 8.2.

- Ifølge forældre er børn mere ude i solen midt på dagen på *fridage* end på *hverdage*. 60 % af forældrene angiver, at deres barn er ude i solen mere end 30 minutter kl. 12-15 på *fridage*, mens 49 % angiver, at deres barn er ude i solen mere end 30 minutter kl. 12-15 på *hverdage*.

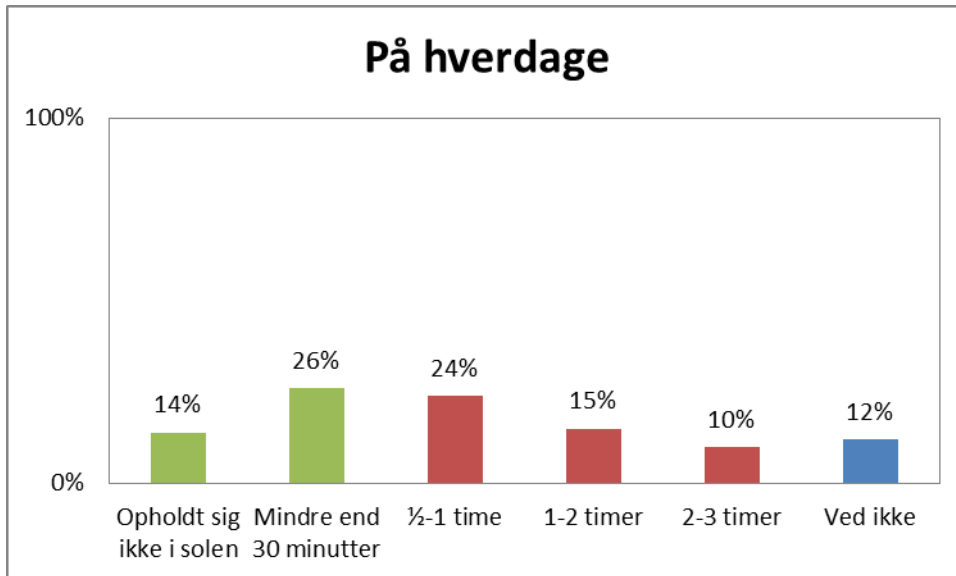
Hvem er ude i solen mere end 30 minutter mellem kl. 12 og 15 på fridage?

Figur 8.3.

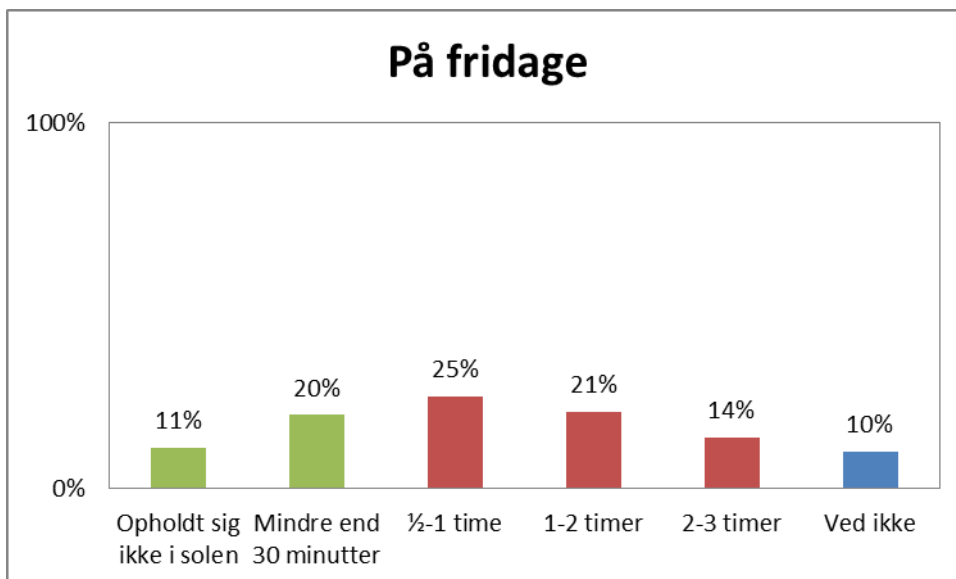
- Andelen af børn i alderen 0-11 år, der er ude i solen mere end 30 minutter mellem 12 og 15, er næsten den samme på hverdage (53 %) og på fridage (56 %).
- Blandt børn i alderen 12-17 år, er flere børn udendørs mere end 30 minutter mellem 12 og 15 på fridage (62 %) end på hverdage (44 %).
- Forældre ved i højere grad, hvor meget deres barn er ude i solen, når barnet er 0-11 år, end når barnet er 12-17 år. Det gælder både på hverdage og på fridage.

Antal timer, som børn (0-17 år) opholder sig i solen på solskinsdage mellem kl. 12 og 15

Figur 8.1. Tænk tilbage på en solskinsdag i maj, juni, juli og august i år. Hvor mange timer var dit barn i gennemsnit i solen mellem kl. 12 og 15 i Danmark? På hverdage. Blandt forældre (n=1.080).

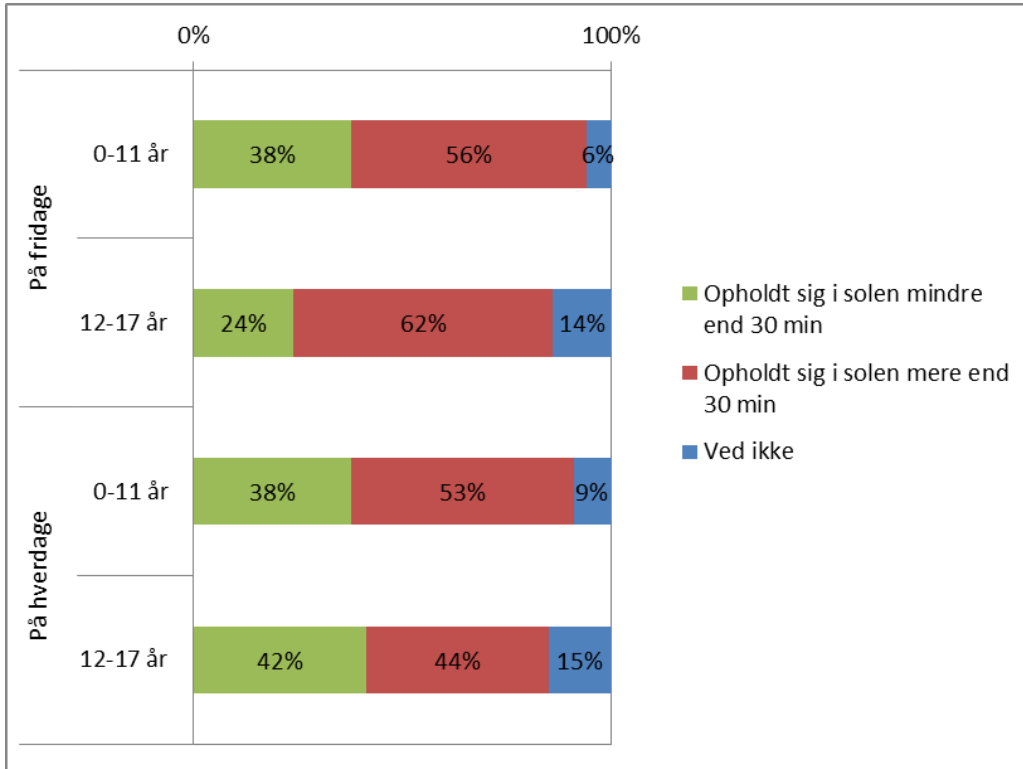


Figur 8.2. Tænk tilbage på en solskinsdag i maj, juni, juli og august i år. Hvor mange timer var dit barn i gennemsnit i solen mellem kl. 12 og 15 i Danmark? På fridage. Blandt forældre (n=1.080).



Hvem er ude i solen mere end 30 minutter mellem kl. 12 og 15 på fridage og hverdage?

Figur 8.3. Andelen af børn, der er ude i solen mere end 30 minutter på fridage og hverdage mellem kl. 12 og 15. Fordelt på barnets alder* (n=493).



*Ingen forskelle ift. børns køn eller region.

9. Børn og unges brug af solrådene

Brug af solrådene

Figur 9.1.

- Forældre til 0-17-årige børn er blevet spurgt til deres børns brug af følgende solråd på solskinsrige fridage mellem kl. 12 og 15:
 - Skygge (solråd 1)
 - Søgte de skygge?
 - Var de indendørs?
 - Solhat (solråd 2)
 - Brugte de solhat?
 - Brugte de tøj, der dækker overarme og lår?
 - Solcreme (solråd 3).
 - Brugte de solcreme?
- Ifølge forældrene bruger de 0-17-årige børn især solcreme. Det at søge skygge er den næstmest anvendte form for solbeskyttelse efterfulgt af brug af dækkende tøj.

Børn og solrådet "Skygge" (Solråd 1)

Solrådet "Skygge" indebærer, at man holder sig væk fra direkte sol. Derfor følger man solrådet "Skygge" både når man søger skygge og når man er indendørs.

Hvor mange søger skygge?

- 40 % af de 0-17-årige børn søger ofte eller altid skygge på solskinsrige fridage mellem kl. 12 og 15.

Hvor mange går indendørs?

Figur 9.2.

- 30 % af de 0-17-årige børn er ofte eller altid indendørs på solskinsrige fridage mellem kl. 12 og 15.
- Drengene er i lidt højere grad end piger ofte eller altid indendørs mellem kl. 12 og 15.

Børn og solrådet "Solhat" (Solråd 2)

Solrådet "Solhat" indebærer, at man har hat eller tøj på, der skærmer mod solens stråling.

Hvor mange bruger solhat?

Figur 9.3.

- 25 % af de 0-17-årige børn bruger ofte eller altid solhat på solskinsrige fridage mellem kl. 12 og 15.
- Solhat bruges i højere grad af 0-11-årige børn end af 12-17-årige børn.

Hvor mange bruger dækkende tøj?

Figur 9.4.

- 34 % af de 0-17-årige børn bruger ofte eller altid dækkende tøj på solskinsrige fridage mellem kl. 12 og 15.
- Drengene bruger i højere grad end piger dækkende tøj.
- 0-11-årige bruger i højere grad end 12-17-årige dækkende tøj.

Børn og solrådet "Solcreme" (Solråd 3)

Solrådet "Solcreme" indebærer, at man beskytter sin hud med solcreme.

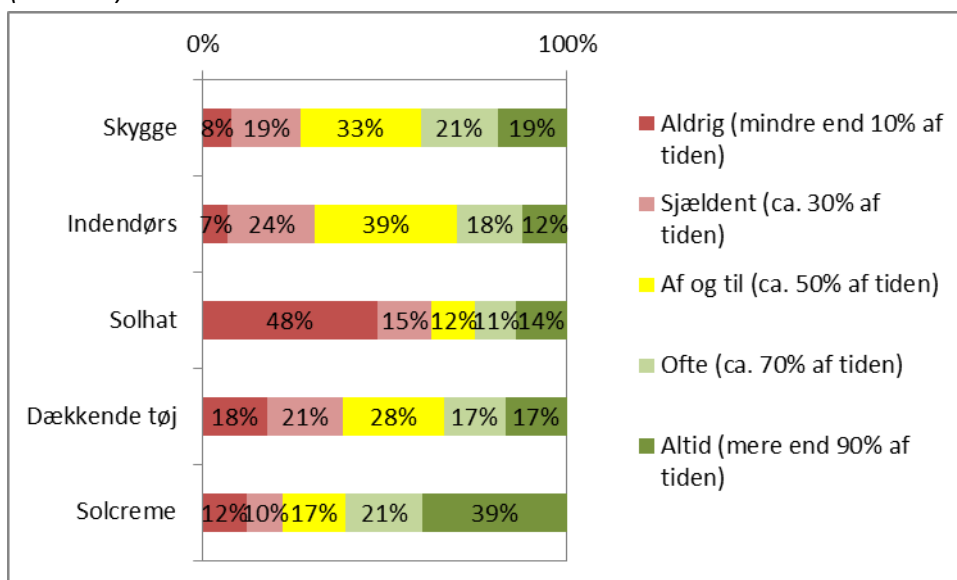
Hvor mange bruger solcreme?

Figur 9.5.

- 60 % af de 0-17-årige børn bruger ofte eller altid solcreme på solskinsrige fridage mellem kl. 12 og 15.
- Solcreme bruges i højere grad af 0-11-årige børn end af 12-17-årige børn.

Brug af solrådene

Figur 9.1. Brug af solrådene kl. 12-15 på fridage. Blandt børn i alderen 0-17 år – ifølge deres forældre (n=1.080).



Børn og solrådet "Skygge" (Solråd 1)

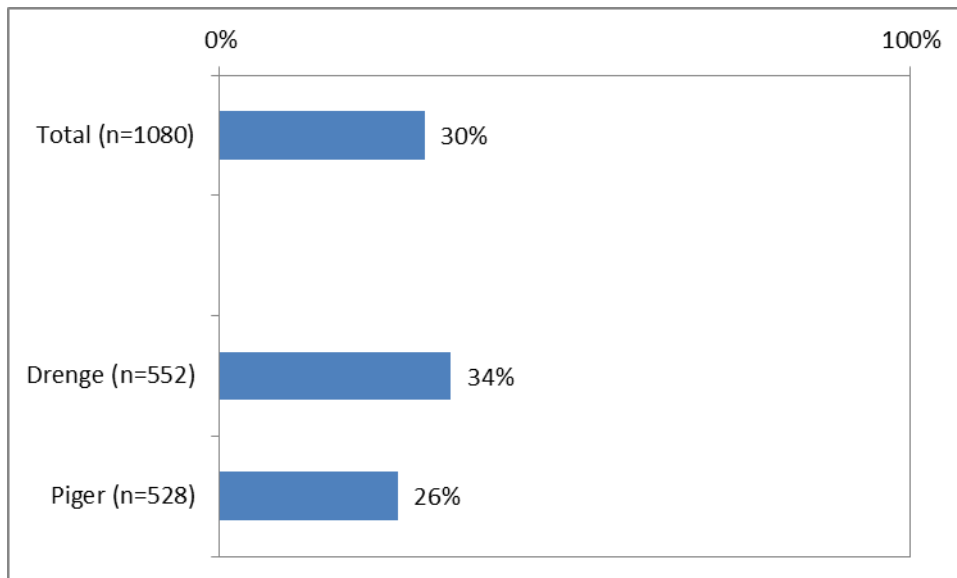
Hvor mange søger skygge?

40 % af de 0-17-årige børn søger skygge ofte eller altid skygge på fridage mellem kl. 12 og 15 – ifølge deres forældre. Der blev ikke fundet nogen forskelle ift. børnenes køn, alder eller region.

Hvor mange går indendørs?

Figur 9.2. Andelen af børn, der – ifølge deres forældre – altid eller ofte var indendørs kl. 12-15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.

Blandt forældre til 0-17-årige børn – fordelt på børnenes køn* (n=1080).



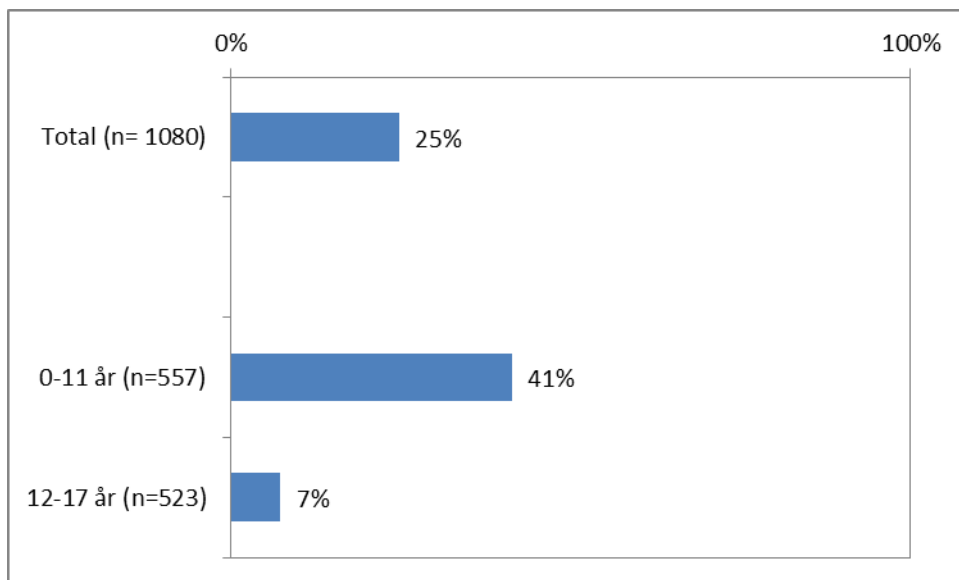
*Ingen forskelle ift. børns alder og region.

Børn og solrådet "Solhat" (Solråd 2)

Hvem bruger solhat?

Figur 9.3. Andelen af børn, der – ifølge deres forældre – altid eller ofte brugte solhat kl. 12-15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.

Blandt forældre til 0-17-årige børn – fordelt på børnenes alder* (n=1080).

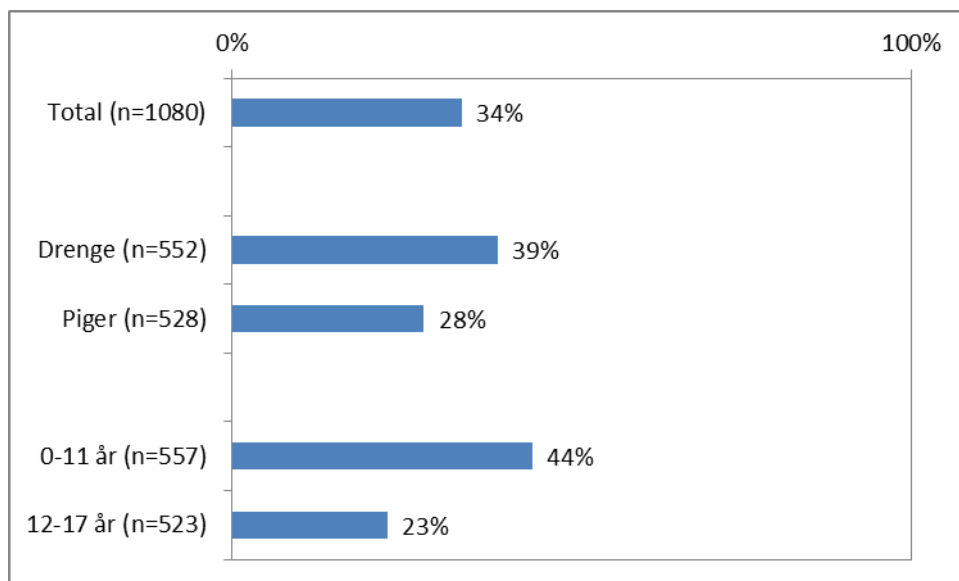


*Ingen forskelle ift. børns køn og region.

Hvem bruger tøj, der dækker overarme og lår?

Figur 9.4. Andelen af børn, der – ifølge deres forældre – altid eller ofte brugte dækkende tøj kl. 12-15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.

Blandt forældre til 0-17-årige børn – fordelt på børnenes køn og alder* (n=1080).

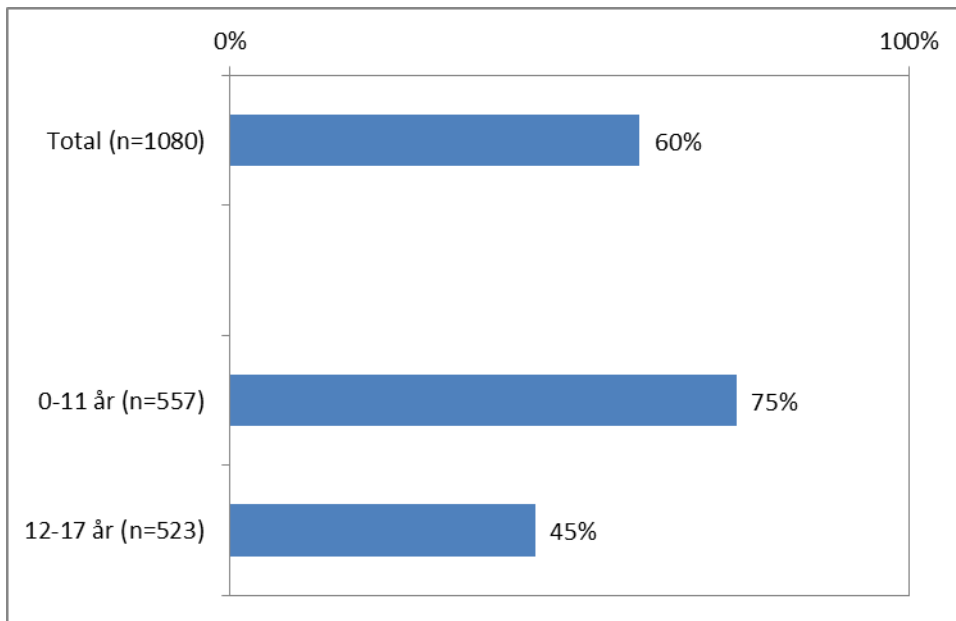


*Ingen regionale forskelle.

Børn og solrådet "Solcreme" (Solråd 3)**Hvem bruger solcreme?**

Figur 9.5. Andelen af børn, der – ifølge deres forældre – altid eller ofte brugte solcreme kl. 12-15 på solskinsrige fridage i den danske sommer.

Blandt forældre til 0-17-årige børn – fordelt på børnenes alder* (n=1080).



*Ingen forskelle ift. børns køn og region.

10. Solbadning blandt 12-17-årige

Hvor ofte solbader 12-17-årige?

Figur 10.1.

- Forældre til børn i alderen 12-17 år blev spurgt om, hvor ofte deres barn solbadede på solskinsrige fridage i den danske sommer 2013. 64 % angav, at børnene solbadede sjældent eller oftere. Kun 5 % angav, at børnene udnyttede enhver mulighed for at solbade.

Figur 10.2.

- Andelen af 12-17-årige, der solbader ofte eller udnytter alle muligheder for at solbade, er steget fra 18 % i 2012 til 25 % i 2013. I perioden 2011-2012 skete der ingen signifikant udvikling i de 12-17-åriges solbadningsvaner.

Hvem solbader blandt 12-17-årige?

Figur 10.3.

- Langt flere piger end drenge udnyttede enhver mulighed for at solbade i den danske sommer – ifølge deres forældre (36 % mod 14 %).

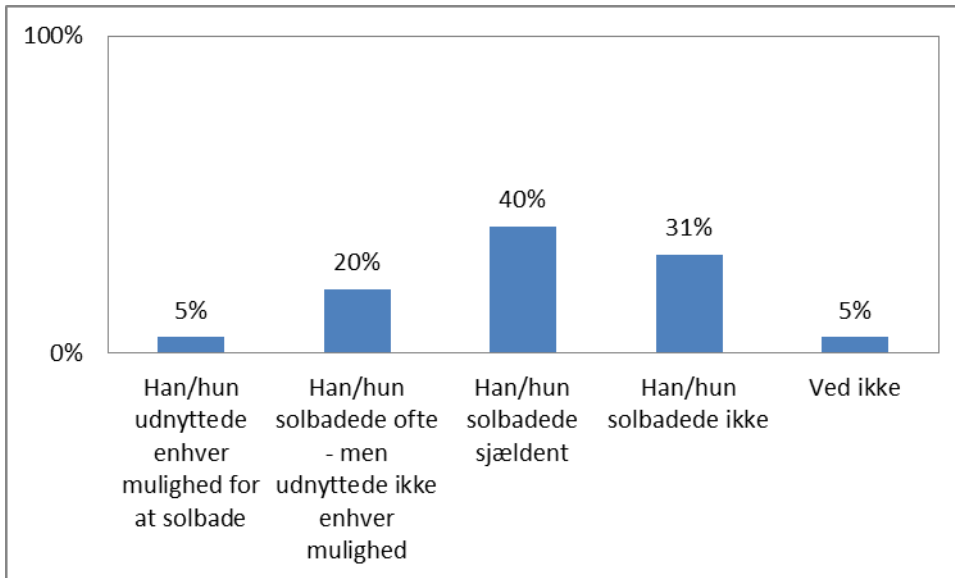
Debutalder for solbadning blandt 12-17-årige

Figur 10.4.

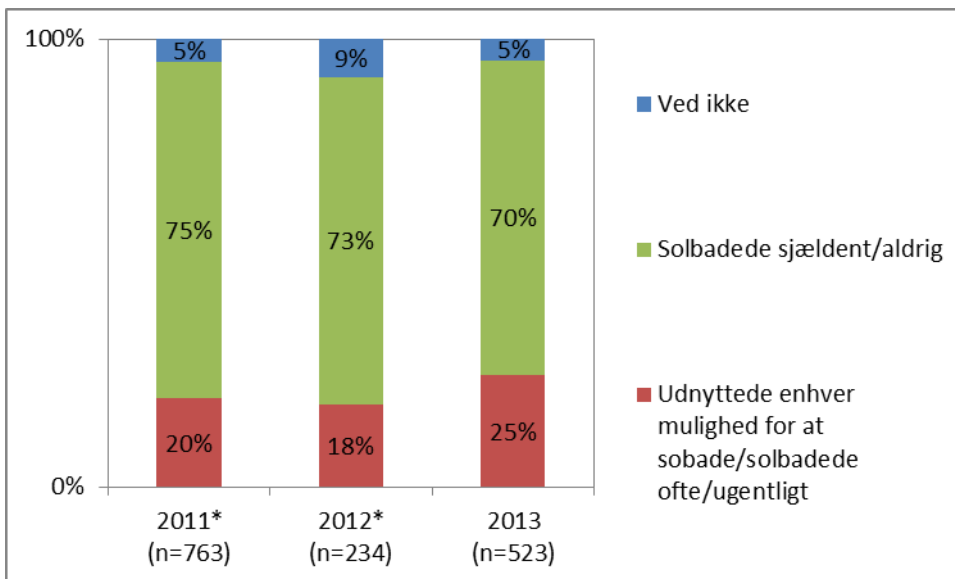
- De forældre, hvis barn havde solbadet i sommeren 2013, blev efterfølgende spurgt om, hvor gammelt deres barn var første gang, han/hun solbadede. Mere end hver tiende (12 %) angav, at barnet var 5 år eller yngre, første gang han/hun solbadede, mens 35 % angav, at barnet var 6-11 år, da han/hun solbadede for første gang.

Hvor ofte solbader 12-17-årige?

Figur 10.1. Tænk tilbage på solskinsdage i maj, juni, juli og august i år, hvor dit barn havde fri og var i Danmark. Hvor ofte solbadede dit barn? Dvs. lå eller sad i solen med kun lidt tøj på – for at blive brun. Blandt forældre til børn i alderen 12-17 år (n=523).



Figur 10.2. Udviklingen i 12-17-åriges solbadningsvaner 2011-2013¹⁹. Blandt forældre til børn i alderen 12-17 år.

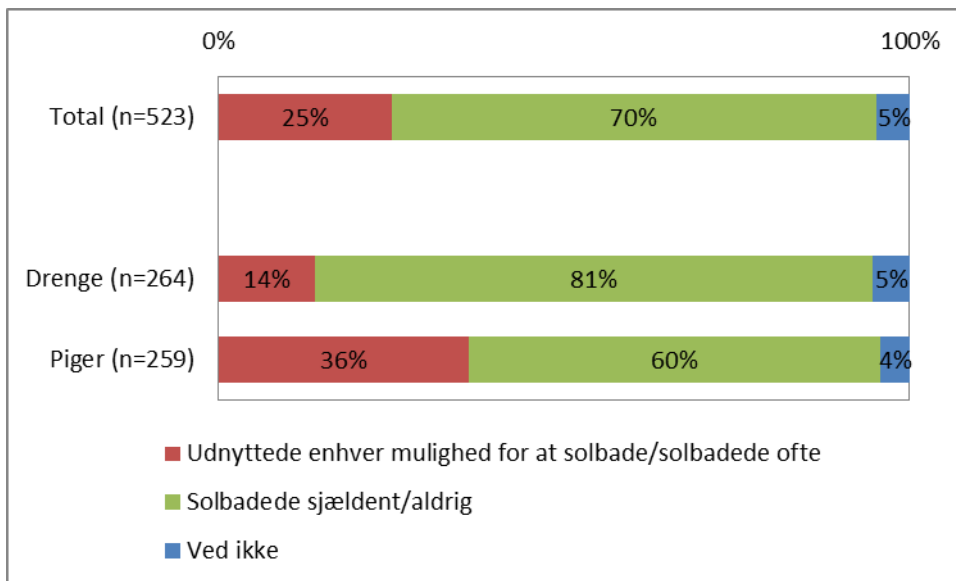


*Ingen signifikant udvikling i perioden 2011-2012.

¹⁹ I 2011 blev der for første gang spurgt ind til solbadning blandt 12-17-årige. I tidligere undersøgelser blev forældre blot bedt om at tage udgangspunkt i deres ældste barn under 18 år. Derfor er det kun muligt at ansue udviklingen i perioden 2011-2013.

Hvem solbader blandt 12-17-årige?

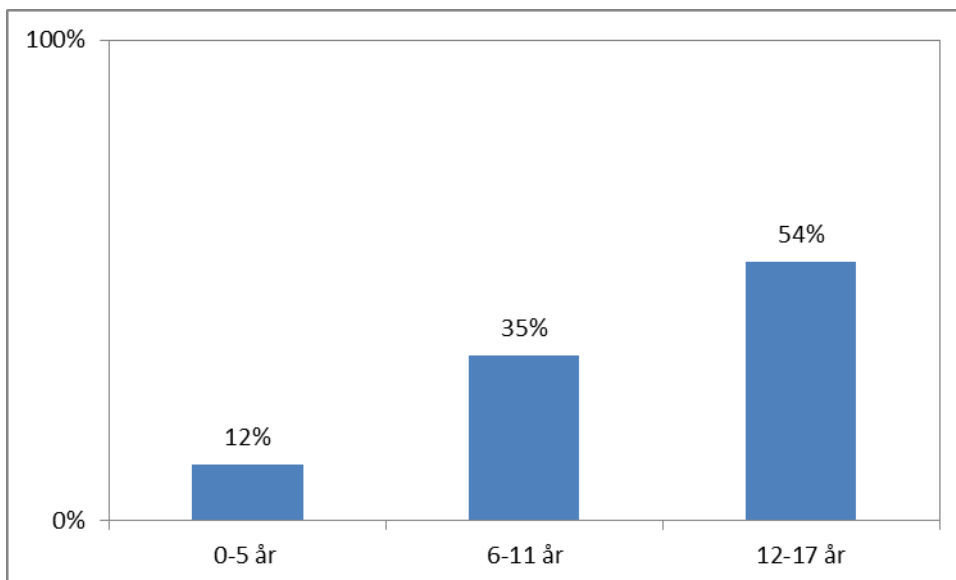
Figur 10.3. Solbadning blandt 12-17-årige på solskinsrige fridage i Danmark i sommeren 2013 – ifølge deres forældre. Fordelt på de 12-17-åriges køn* (n=523).



*Ingen regionale forskelle.

Debutalder for solbadning blandt 12-17-årige

Figur 10.4. Hvor gammel var dit barn første gang han/hun solbadede? Blandt forældre til børn i alderen 12-17 år, som solbadede i sommeren 2013 (n=357).



11. Solskoldninger blandt børn og unge

Hvilke og hvor mange børn solskoldes i Danmark?

Figur 11.1.

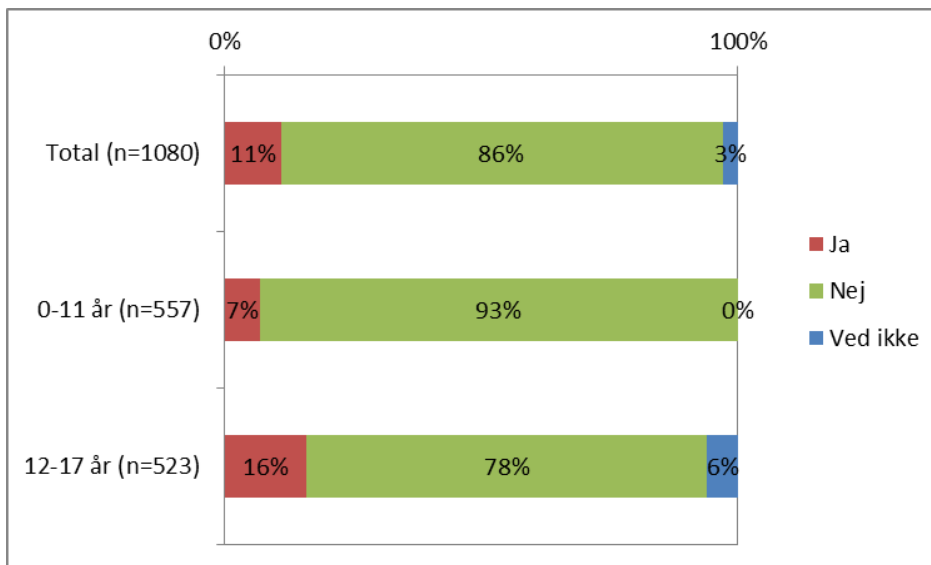
- 11 % af de 0-17-årige børn er blevet solskoldet i Danmark i perioden september 2012 til september 2013.
- I 2012* (september 2011 – september 2012) blev 10 % af de 0-17-årige børn solskoldet (fremgår ikke af figur). Denne andel er ikke signifikant forskellig fra 2013-andelen.
- 12-17-årige børn bliver i højere grad solskoldet end 0-11-årige børn (16 % mod 7 %).
- De forældre til børn i alderen 0-11 år, der angav, at deres barn var blevet solskoldet (n=39), blev efterfølgende spurgt i åbent spørgsmål, hvor deres barn blev solskoldet henne. Følgende tre steder blev nævnt (fremgår ikke af figur):
 - I haven
 - På stranden
 - I institutionen.

*I 2011 blev kun forældre til børn i alderen 0-11 år bedt om at svare på, om deres barn var blevet solskoldet i Danmark. Derfor er det udelukkende udviklingen fra 2012-2013, der er belyst.

Hvilke og hvor mange børn solskoldes i Danmark?

Figur 11.1. Andelen af børn, der er blevet solskoldet i Danmark i perioden september 2012 til september 2013 – ifølge deres forældre.

Blandt forældre til børn i alderen 0-17 år - fordelt på børns alder* (n=1080).



*Ingen forskelle ift. børns køn og region.

12. Metode

Denne rapport bygger på data fra en undersøgelse blandt 4.022 danskere i alderen 15-64 år. Data blev indsamlet i perioden 2. september 2013 til 8. oktober 2013 af analysebureauet Userneeds, og er nationalt repræsentative på køn, alder og region. Dataindsamlingen er foregået gennem et internetbaseret spørgeskema (CAWI²⁰), og alle data om de 15-64-årige respondenter er selvrapporterede²¹.

Denne rapport beskriver udelukkende danskernes solvaner i den danske sommer. Under dataindsamlingen blev der imidlertid også spurgt ind til respondenternes solvaner på solferie i udlandet samt deres solarievaner. Disse data er afrapporteret i rapporterne "Danskernes solvaner på solferie 2013" (Behrens & Jensen, 2014) og "Danskernes solarievaner 2013" (Behrens & Jensen, 2015).

Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne har siden 2007 indsamlet årlige data om 15-64-årige danskeres solvaner. Denne undersøgelse er således den syvende af sin slags.

Spørgeskemaet

Spørgeskemaet, der er brugt til dataindsamlingen, er oprindeligt udviklet på baggrund af et spørgeskema, der blev brugt til at måle danskernes solvaner *før* Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne blev sat i gang i 2007: Senest i 2005 udgav Sundhedsstyrelsen rapporten "Danskernes solvaner 2004" (Sundhedsstyrelsen, 2005), og det var spørgeskemaet herfra, der i 2007 dannede grobund for Solkampagnens første solvaneundersøgelse. Siden 2007 er der løbende kommet nye spørgsmål til og gamle spørgsmål er blevet omformuleret eller slettet i takt med, at Solkampagnen har udviklet sig. Spørgeskemaet fra 2013 ser således på mange punkter anderledes ud end 2007-versionen, og det er derfor, at det i mange tilfælde ikke er muligt at sammenligne data for hele perioden 2007-2013.

Repræsentativitet

Data blev indsamlet via kvoter. Kvoter er en sammensætning af data – f.eks. mænd i alderen 15-19 år fra Region Nordjylland – der svarer til den nationale sammensætning. Denne metode sikrede en nationalt repræsentativ fordeling²² af respondenter i forhold til:

- Køn (mænd/kvinder)
- Alder (15-19 år/20-29 år/30-39 år/40-49 år/50-64 år)
- Region (Hovedstaden/Sjælland/Syddanmark/Midtjylland/Nordjylland).

²⁰ CAWI=Computer Assisted Web Interviewing.

²¹ De respondenter, der er forældre til hjemmeboende børn i alderen 0-17 år, rapporterer samtidig om deres børns solvaner.

²² I forhold til køn, alder og region blev der accepteret en afvigelse på +/- 2 %. 12 kvoter ligger over/under denne margin. Til gengæld er der kun to af disse kvoter udenfor en margin på +/- 3 %. Den største afvigelse fra den repræsentative fordeling ligger i gruppen af 15-19-årige mænd fra Region Nordjylland. Her er der seks besvarelser for lidt.

Datasættet er desuden samlet set repræsentativt på uddannelse²³. Det vil sige, at hele respondentgruppen fordeler sig som i den danske befolkning, når det kommer til disse tre grupper:

Højest afsluttede uddannelse:

- Grundskole
- Ungdomsuddannelse
- Videregående uddannelse.

Kvoterne var baseret på oplysninger om sammensætningen af den danske befolkning fra Danmarks Statistik.

Invitation af deltagere

Personer i alderen 15-64 år fra Userneeds' Danmarkspanel²⁴ blev inviteret pr. mail til at deltage i undersøgelsen. Respondenterne blev gjort opmærksomme på, at undersøgelsen var et samarbejde mellem Userneeds, Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden, og at de ved at besvare spørgeskemaet deltog i lodtrækningen om gavekort.

Userneeds stod også for gennemførelse af undersøgelsen i 2009, 2010, 2011 og 2012. Panel-deltagere, der havde deltaget tidligere år, blev ikke inviteret til denne undersøgelse.

Inddragelse af eksternt panel

På grund af lave svarprocenter i nogle af kvoterne blev to eksterne paneler (YouGov og Cints panel) inddraget for at fylde kvoterne op. Det blev sikret, at der ikke var gengangere mellem panelerne, og de eksterne paneler endte med at bidrage med ca. 22 % af respondenterne.

Svarprocent

Der er i alt blevet inviteret 43.338 personer til undersøgelsen. 6.814 respondenter har påbegyndt spørgeskemaet (16 %). Ud af disse har 5.768 respondenter besvaret hele spørgeskemaet (13 %). Blandt de gennemførte besvarelser er 1.746 besvarelser blevet ekskluderet, fordi respondenterne enten faldt uden for målgruppen, eller fordi respondentens kvote var opfyldt. Det giver et samlet datasæt på 4.022 besvarelser.

²³ I forhold til uddannelse blev der accepteret en afvigelse på +/- 15 % fra den nationale sammensætning. Fordelingen af undersøgelsens respondenter ligger inden for denne margin.

²⁴ Der kan læses mere om Userneeds' Danmarkspanel på www.userneeds.dk under "Vores paneler".

Tabel 12.1. Svarprocenter

	Antal personer (svarprocent)	Frafald
Inviterede til undersøgelsen	43.338	36.524 besvarede ikke spørgeskemaet
	↓	
Respondenter, der har påbegyndt spørgeskemaet	6.814 (16 %)	1.046 besvarede ikke hele spørgeskemaet
	↓	
Respondenter, der har besvaret hele spørgeskemaet	5.768 (13 %)	1.746 blev ekskluderet (uden for målgruppen eller opfyldt kvote)
	↓	
Respondenter i datasæt, der er anvendt i denne rapport	4.022	

Webundersøgelser og bortfaldsproblematik

Webundersøgelser er nyere end eksempelvis postale spørgeskemaer og telefoninterview og er først de senere år anvendt til indsamling af data til befolkningsrepræsentative undersøgelser.

Webundersøgelser er både billigere og mindre tidskrævende end postale undersøgelser og telefoninterview. En ulempe er imidlertid, at svarprocenten for webundersøgelser generelt er lavere end for andre former for undersøgelser (Dobrow et al., 2008). Til gengæld kan dataindsamlingen via kvoter sikre, at det ønskede antal besvarelser fra en bestemt gruppe kan opnås. Dette forhold gør, at bortfaldsproblematikken ikke er så alvorlig i denne type undersøgelser. Det kan dog ikke udelukkes, at respondenter, der vælger at deltage i en undersøgelse som denne, adskiller sig fra den danske befolkning generelt. Da vi ikke har nogen oplysninger om de personer, som ikke har besvaret spørgeskemaet, er det ikke muligt at lave en bortfaldsanalyse. Man kan dog forestille sig, at personer med de – ifølge Solkampagnen – korrekte solvaner vil være overrepræsenteret i undersøgelsen. Det kan opleves som selvbekræftende at udfylde et spørgeskema, hvor man ved, at man svarer det, som afsenderen gerne vil høre. Derfor er det muligt, at danskernes solvaner er mindre hensigtsmæssige i den generelle befolkning end i undersøgelsespopulationen.

Siden 2007, hvor Solkampagnen har indsamlet data om danskernes solvaner, har der været anvendt samme metode: Webundersøgelsen. De fordele og ulemper, der er ved denne metode, går derfor igen i alle år, hvilket styrker sammenligningsgrundlaget.

Statistiske analyser

I rapporten præsenteres signifikante forskelle i køn, alder og region. Når forældre spørges til deres børns solvaner, er det *børnenes* køn, alder og region, der inddrages i analyserne. Forskelle belyses

ved χ^2 -tests, hvor der er valgt et signifikansniveau på 5 %. Alle statistiske analyser er foretaget i PASW Statistics 18 (SPSS Inc.).

Spørgsmål til undersøgelsen, datagrundlag, metode mv. kan rettes til analyse- og evalueringsekspert Christine Lind Behrens (behrens@cancer.dk) ved Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagnes evalueringssenhed CEDS (Center of Excellence for Evaluering og Monitorering under den Danske Solkampagne).

Litteratur

Behrens CL, Darsø L, Schmidt LH (2012): Danskernes solvaner i den danske sommer 2011 – en kortlægning. Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden smba (TryghedsGruppen smba) 2012.

Behrens CL, Brunsgaard S, Darsø L, Schmidt LH (2013): Danskernes solvaner i den danske sommer 2012 – en kortlægning. Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden smba (TryghedsGruppen smba) 2013.

Behrens CL, Jensen MP (2014): Danskernes solvaner på solferie 2013 – en kortlægning. Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden smba (TryghedsGruppen smba) 2014.

Behrens CL, Jensen MP (2015): Danskernes solarievaner 2013 – en kortlægning. Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden smba (TryghedsGruppen smba). *Offentliggøres primo 2015.*

Diepgen TL. & Mahler V (2002): The epidemiology of skin cancer. *British Journal of Dermatology* 2002; 146 (suppl. 61): 1-6.

Elwood JM. & Jopson J (1997): Melanoma and sun exposure: An overview of published studies. *International Journal of Cancer* 1997; 73; 198-203.

Earth Forum, Houston Museum of Natural Science (2013): Data from the World Resources Institute. Tilgængelig fra: <http://earth.rice.edu/mtpe/geo/geosphere/hot/energyfuture/Sunlight.html>. Hentet 08/05/2013.

Engholm G, Ferlay J, Christensen N, Johannesen TB, Khan S., Køtlum JE, Milter MC, Ólafsdóttir E, Pukkala E, Storm HH (2014): NORDCAN: Cancer Incidence, Mortality, Prevalence and Survival in the Nordic Countries, Version 6.1 (25.04.2014). Association of the Nordic Cancer Registries. Danish Cancer Society. Tilgængelig fra <http://www.ancre.nu>. Hentet 02/05/2014.

Faurschou A, Wulf HC (2007): The relation between sun protection factor and amount of sunscreen applied in vivo. *Br J Dermatol* 2007;156:716-9.

Krørup AF, Behrens CL, Thørgaard C, Køster B, Darsø L (2011): Solundersøgelsen 2010 – en kortlægning af danskernes solvaner i den danske sommer. Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden smba (TryghedsGruppen smba), 2011.

Køster B, Thørgaard C, Philip A, Clemmensen IH (2010): Prevalence of sunburn and sun-related behaviour in the Danish population: A cross-sectional study. *Scand J Public Health* 2010;38:548-52.

Linos E, Keiser E, Fu T, Colditz G, Chen S, Tang JY (2011): Hat, shade, long sleeves, or sunscreen? Rethinking US sun protection messages based on their relative effectiveness. *Cancer Causes Control* 2011;22:1067-71.

Loden M, Beitner H, Gonzalez H, Edström DW, Akerström U, Austad J, Buraczewska-Norin I, Matsson M, Wulf HC (2011): Sunscreen use: controversies, challenges and regulatory aspects. *Br J Dermatol* 2011;165:255-62.

Lucas RM, McMichael AJ, Armstrong BK, Smith WT (2008): Estimating the global disease burden due to ultraviolet radiation exposure. *International Journal of Epidemiology* 2008;37:654–667.

Marks (2000): Epidemiology of melanoma. *Clin Exp Dermatol* 25:459-463, 2000.

Sundhedsstyrelsen (2005): Danskernes solvaner 2004. Sundhedsstyrelsen.

Thorgaard C, Køster B, Krarup AF, Philip A (2009): Solundersøgelsen 2008 – en kortlægning af danskernes solvaner. Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden smba (TryghedsGruppen smba), 2009.

Thorgaard C, Køster B, Krarup AF (2010): Solundersøgelsen 2009 – en kortlægning af danskernes solvaner. Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden smba (TryghedsGruppen smba), 2010.

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

Wulf HC & Eriksen P (2010): UV-indeks og dets betydning. *Ugeskrift for læger* 172(17); 5-7.

Wulf HC, Stender IM, Lock-Andersen J (1997): Sunscreen used at the beach do not protect against erythema: a new definition of SPF is proposed. *Photodermatology, photoimmunology & photomedicine* 1997;13:129-32.

I denne rapport kortlægges danskernes solvaner i den danske sommer 2013. Rapporten er baseret på en webbaseret spørgeskemaundersøgelse blandt 4.022 voksne i alderen 15-64 år. Data er nationalt repræsentativt ift. køn, alder og region.

I rapporten kortlægges blandt andet 15-64-årige danskeres:

- Ophold i solen
- Kendskab til, prioritering af og brug af solrådene
- Solbadning og udviklingen siden 2007
- Solskoldninger og udviklingen siden 2011
- Opfattelser af et ikke-solbrunt og et meget solbrunt udseende.

Desuden spørges forældre til børn i alderen 0-17 år til børnenes:

- Ophold i solen
- Brug af solrådene
- Solbadning
- Solskoldninger.

Rapporten er udarbejdet af Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagnes evalueringsenhed, CEDS (Center of Excellence for evaluering og monitorering under den Danske Solkampagne).

**Kræftens Bekæmpelse og
TrygFondens Solkampagne**
Strandboulevarden 49
2100 København Ø
Tlf.: 3525 7500
www.skrunedforsolen.dk