



KREFTFORENINGEN

Undersøkelse blant ungdom 15-24 år, april 2014

Solingsvaner og solariumsbruk



Innledning

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

Hovedfunn

Det har vært stabilt de siste årene hvordan ungdom beskytter seg i sola.

Solkrem er den mest brukte måten å beskytte seg på. De som bruker solkrem oftere enn andre blir ikke mindre solbrent enn de som ikke bruker solkrem. Dette kan ha sammenheng med at de som bruker mest solkrem oppholder seg mer i sola. Så mange som 9 av 10 unge blir solbrent årlig. Dette har også vært stabilt de siste årene. Fordi det å bli solbrent og mye intens sol øker risiko for hudkreft, er det her et stort forbedringspotensial. Nesten like mange blir solbrent når de er ute på kafe, driver med sport, er i hagen osv, som når de er ute for å sole seg.

Antallet som bruker solarium er synkende. 35 prosent av ungdom mellom 15-24 år har brukt solarium siste 12 måneder. Jenter bruker mer solarium enn gutter. Til tross for at det ble innført 18-års aldersgrense 1. juni 2012, er likevel drøyt hver femte av dem som har brukt solarium siste 12 måneder under 18 år.

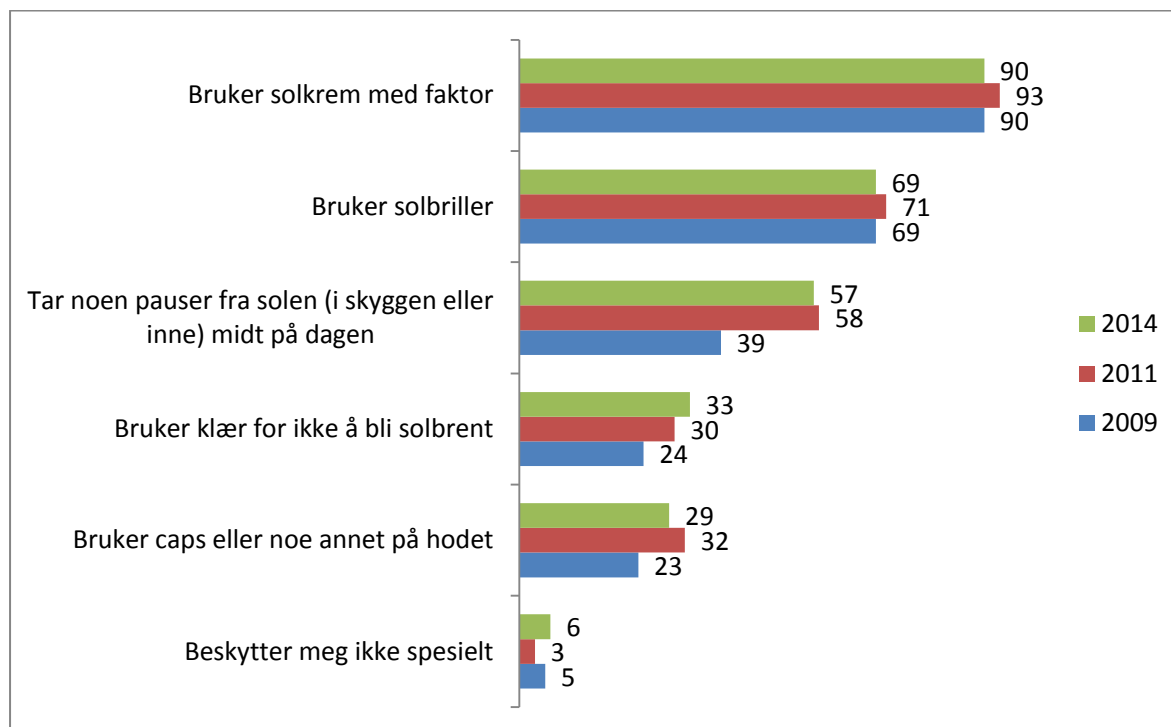
7 av 10 av de unge er helt eller litt enig i at det bør være noen som jobber i solstudioer. Kun 13 prosent er litt eller helt uenig i dette.

Metode

- Vi har spurt ungdom i alderen 15-24 år om vaner når det gjelder mat og drikke, sol og solarium, tobakksbruk, fysisk aktivitet og HPV-vaksinen. Undersøkelsen er gjennomført av TNS Gallup på oppdrag fra Kreftforeningen.
- Formålet med undersøkelsen er å kartlegge ungdoms solingsvaner, kosthold, bruk av og holdninger til tobakk, risikofaktorer knyttet til kreft samt HPV vaksine.
- Undersøkelsen er en landsrepresentativ undersøkelse basert på 1052 intervjuer på TNS Gallups web-panel i uke april 2014. Panelet består av unge fra hele landet og med god spredning på sosioøkonomiske faktorer. Dataene er vektet på kjønn og alder.
- I denne rapporten er resultater fra spørsmålene om sol og solarium presentert.

Resultater

På hvilken måte beskytter du deg i solen? N=997



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

90 prosent bruker solkrem, og jentene i noe større grad enn guttene. Jenter tar også oftere pauser fra sola enn guttene, mens guttene er noe flinkere til å bruke klær som beskyttelse.

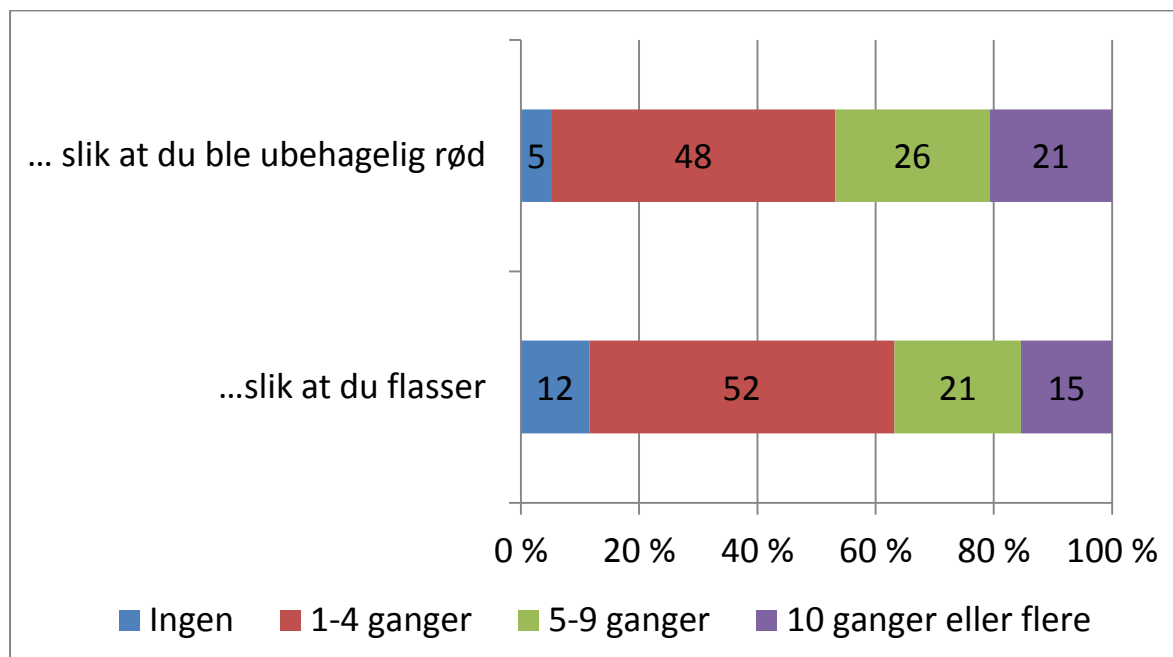
Ser vi på undersøkelsen i 2009, har antall som tar pauser fra sola midt på dagen øket betydelig: fra 39 til 57 prosent (tallet er uforandret fra 2011).

Andelen som ikke bruker noen form for solbeskyttelse i det hele tatt, er lav.

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



Hvor mange ganger har du blitt ubehagelig rød eller solbrent slik at du flasser av etter soling i løpet av de siste 12 månedene? N=1009



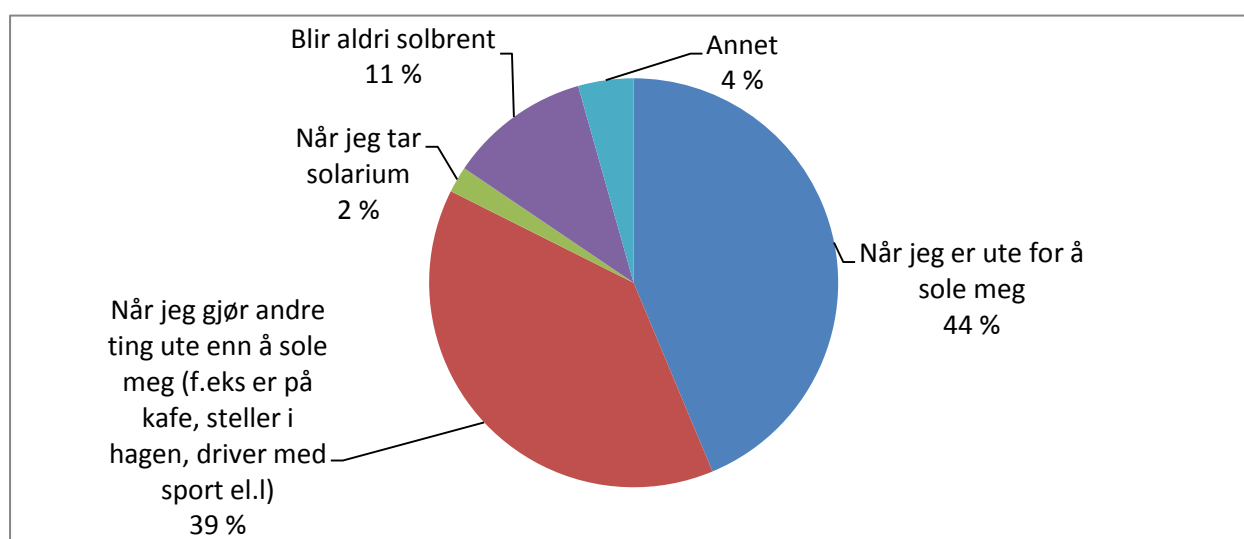
9 av 10 unge blir solbrent årlig. Dette har vært stabilt de siste årene. Fordi det å bli solbrent og mye intens sol øker risiko for hudkreft, er det her et stort forbedringspotensial.

Nesten halvparten har blitt solbrent mer enn 5 ganger det siste året og en av fem har blitt solbrent hele 10 ganger eller flere.

Mer enn 1 av 3 har blitt så solbrent at de har flasset flere ganger.

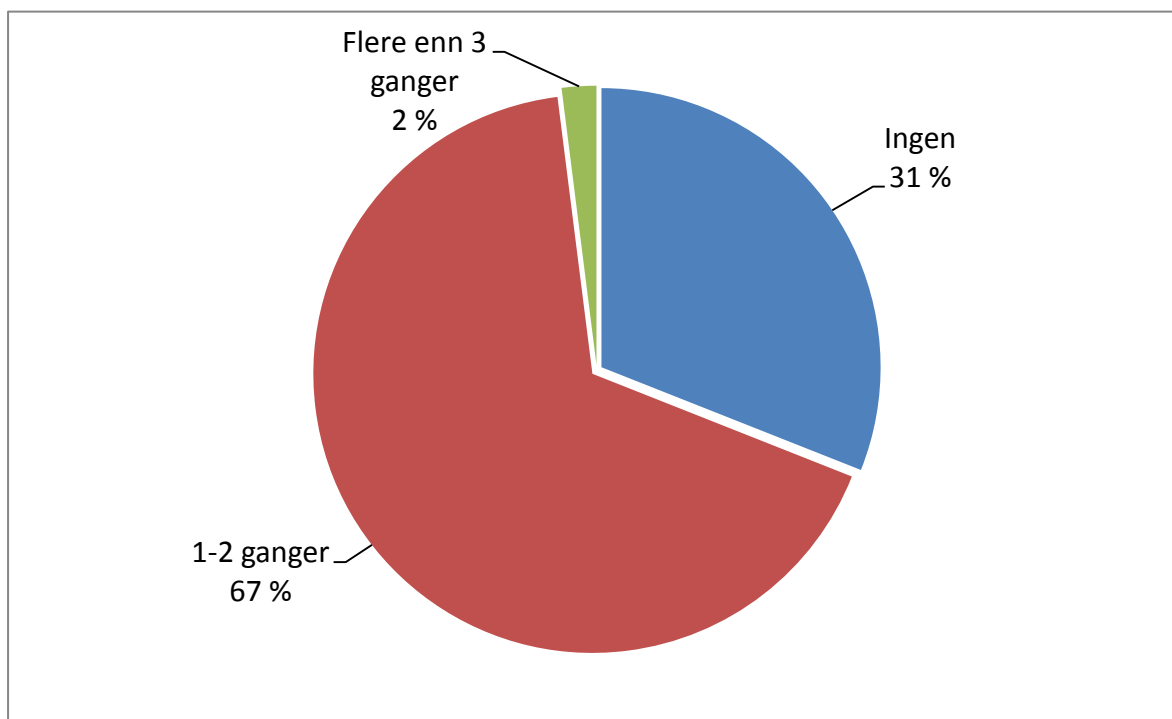
De fleste blir solbrent ute i sola. Antall som har blitt solbrent i solarium er redusert.

I hvilke situasjoner blir du oftest solbrent N=1037



Nesten like mange blir solbrent når de er ute på kafe, driver med sport, er i hagen osv, som når de er ute for å sole seg. Henholdsvis 39 prosent solbrenner seg de gjør andre ting enn å sole seg, og 44 prosent når de er ute for å sole seg. Jenter blir først og fremst solbrent når de soler seg, mens gutter blir mest solbrent når de er ute og gjør andre ting.

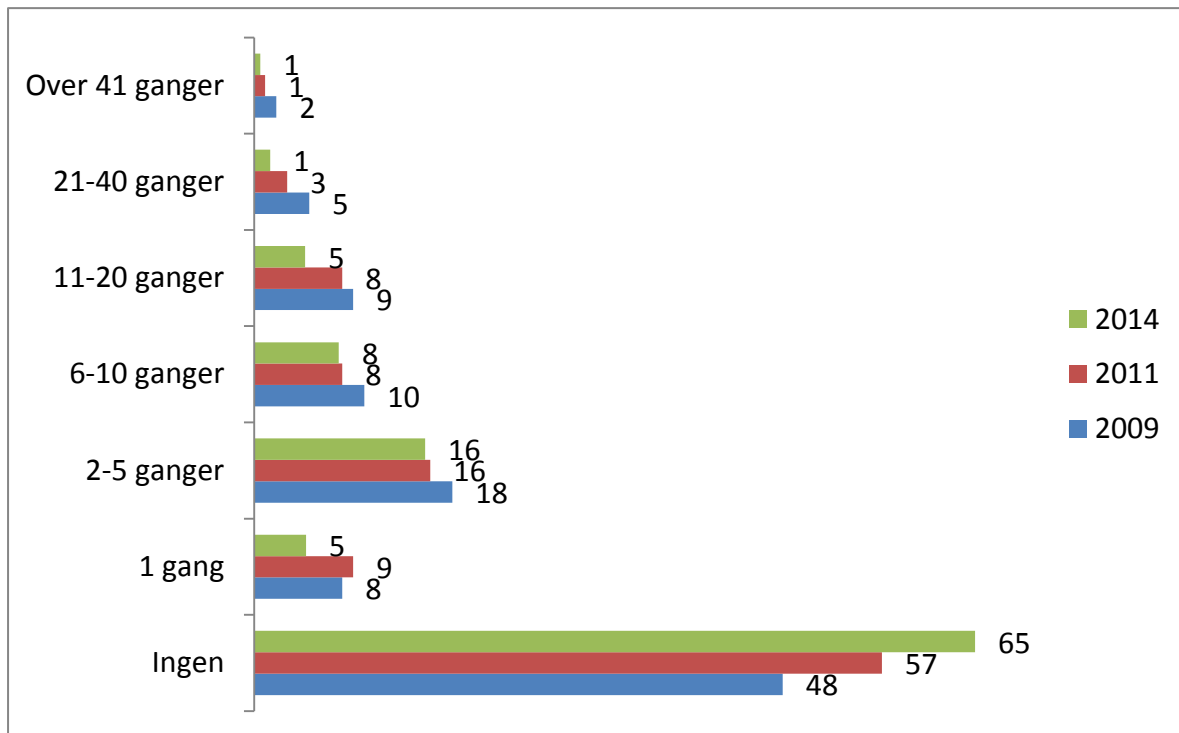
Hvor mange ganger er du vanligvis på solferie/badeferie i utlandet per år? N=992



Nordmenn reiser stadig mer, og også ungdom reiser mye på solferie: 7 av 10 er vanligvis i Syden på solferie 1-2 ganger i året.



Hvor mange ganger har du tatt solarium de siste 12 månedene? N=1045

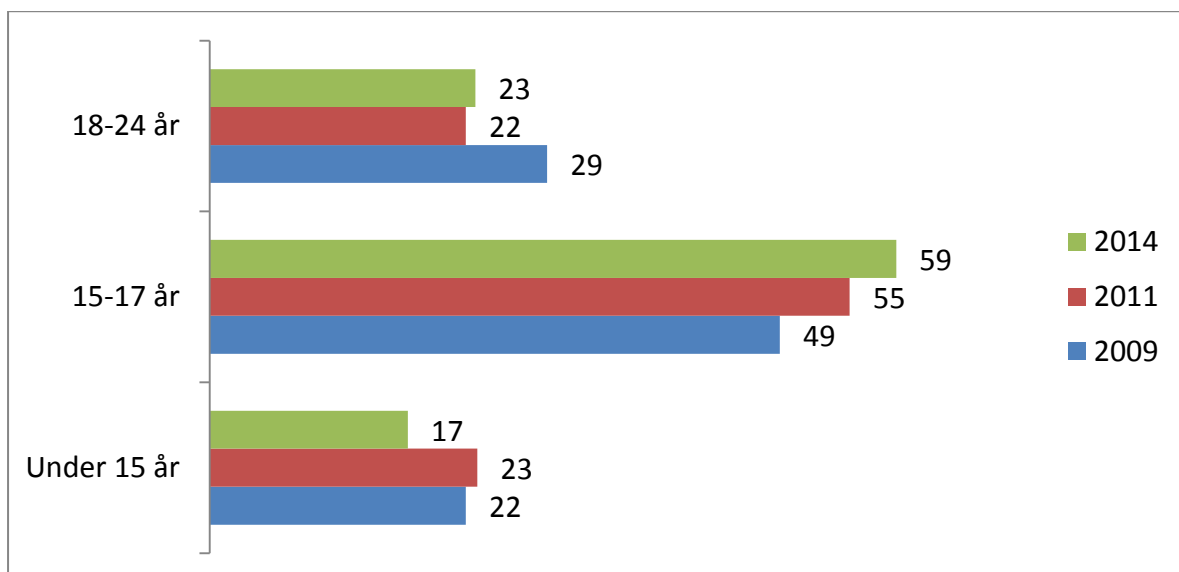


35 prosent av ungdom mellom 15-24 år har brukt solarium siste 12 måneder.

Det er relativt få som bruker solarium mye, 16 prosent har brukt 6 ganger eller mer.

Sammenlikner vi med resultatene i 2011, ser vi at bruk av solarium blant ungdom under 24 år er synkende. Innføringen av 18-års aldersgrense kan ha hatt en signaleffekt også for dem over 18 år. Jenter bruker mer solarium enn gutter, henholdsvis 44 prosent og 25 prosent.

Hvor gammel var du første gang du tok solarium? N=356



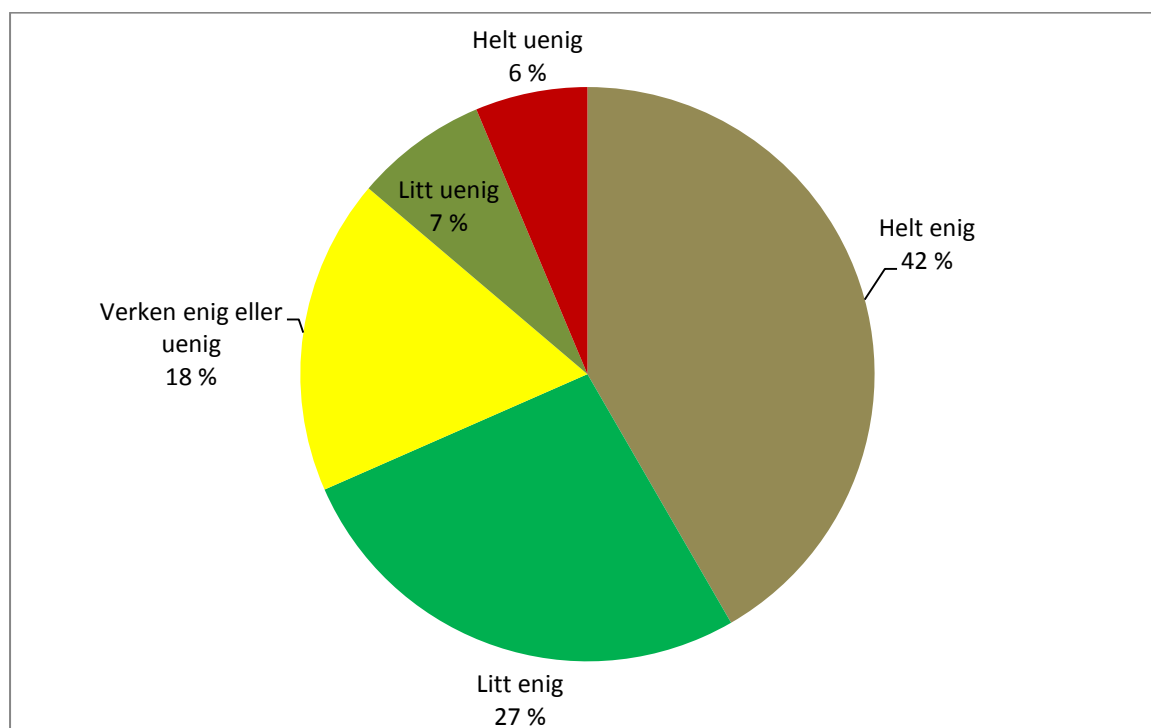


Til tross for at det ble innført 18-års aldersgrense 1. juni 2012, er drøyt hver femte av dem som har brukt solarium siste 12 måneder under 18 år. Dette er ikke overraskende, ettersom aldersgrensen i liten grad blir håndhevet per i dag.

76 prosent av de spurte (15-24 år) som har brukt solarium, tok solarium første gang før de fylte 18 år. Seks av ti av dem tok første gang da de var 15-17 år. 17 prosent startet før de var 15 år, som er en reduksjon fra 23 prosent i 2011. Det er viktig å merke seg at mange av solariumsbrukerne som har begynt før de var 18 år, har gjort dette før aldersgrensen ble innført først i 2012.

Jenter starter tidligere med solarium enn gutter, og de som startet tidlig med solarium tar også solarium oftere enn de som startet senere.

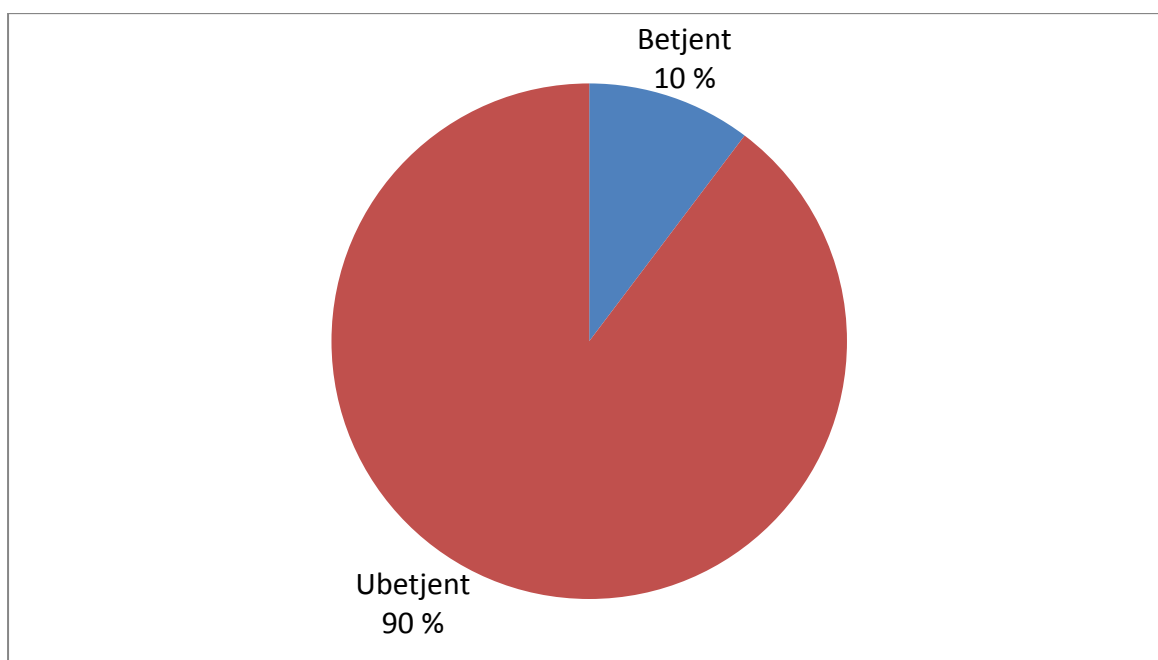
Hvor enig er du i at det bør være noen som jobber i solstudioer, som blant annet kan håndheve 18-årsgrensen, gi råd om soltid, o.l.? N=993



7 av 10 av de unge er helt eller litt enig i at det bør være noen som jobber i solstudioer. Kun 13 prosent er litt eller helt uenig i dette.

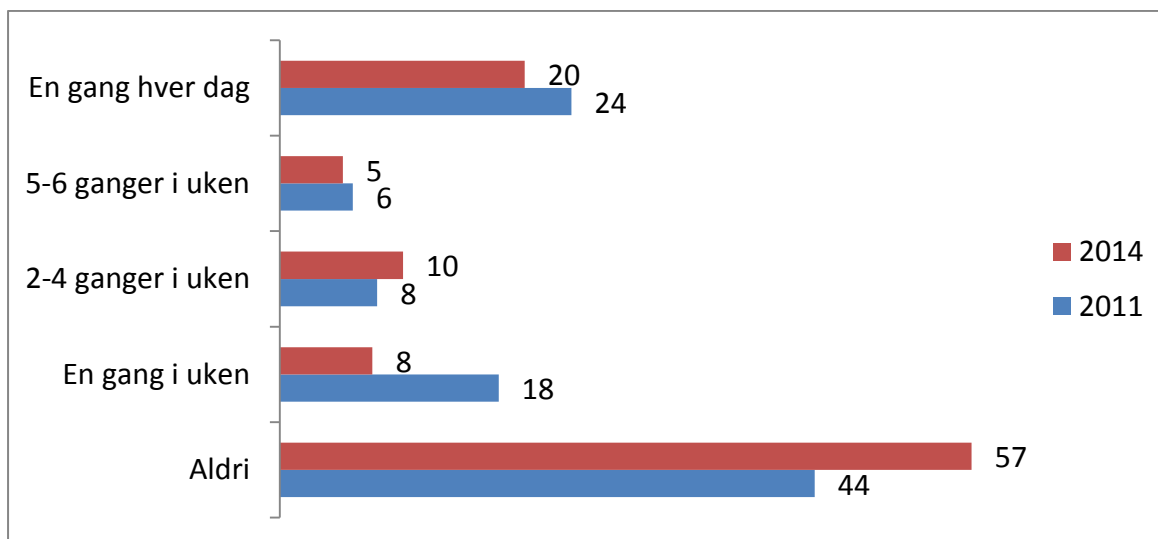
Mange sier de har sett informasjon i solstudioet om aldersgrensen og om solingstider.

Jeg går vanligvis i solstudio som er betjent/ubetjent N=326



De aller fleste går vanligvis i et ubetjent solstudio. Bare 1 av 10 går i betjent studio.

Hvor ofte (mange dager i uken) tar du tran eller annet vitamin D-tilskudd? N=993



Sola er vår viktigste kilde til vitamin D. Andre måter å få vitaminet på er via kosten, som fet fisk, tran eller vitamin D-tilskudd. Vi har derfor også spurt om bruk av tran eller vitamin D-tilskudd. Litt under halvparten tar tran eller annet vitamin D tilskudd ukentlig, og rundt hver fjerde ungdom tar det daglig eller 5-6 ganger i uken. De fleste spiser fisk ukentlig, og over halvparten spiser fisk flere enn 2 ganger i uken. Det er ikke spurt spesielt om det er fet fisk de spiser.