

Solundersøgelsen 2010

- En kortlægning af danskernes solvaner i den danske sommer



Solundersøgelsen 2010

Forfattere:

Anne Friis Krarup
Christine Lind Behrens (att. Behrens@cancer.dk – tlf. 35 25 77 25)
Camilla Thorgaard
Brian Køster
Lilie Darsøe

Ansvarshavende: Anja Philip

Copyright ©
Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden smba (TryghedsGruppen smba)
Maj 2011

Uddrag, herunder figurer, tabeller og kortere citater, er tilladt med kildeangivelse:
Krarup FA et al.
Solundersøgelsen 2010
Kræftens Bekæmpelse og Trygfonden smba (TryghedsGruppen SMBA), 2011

Forsidebillede: *Colorbox*

ISBN:

Kræftens Bekæmpelse: ISBN 978-87-7064-145-6

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

Forord

I Danmark lever mere end 100.000 mennesker med kræft i huden. Hvert år bliver mere end 9.000 nye tilfælde konstateret. Mange får sygdommen gentagende gange, hvorfor det årlige antal tilfælde af kræft i huden af hudlæger anslås til at ligge omkring 20.000. Kræft i huden har den højeste stigning af samtlige typer kræft – også blandt unge. Dette er en stærkt bekymrende udvikling.

Kræft i huden er hovedsagelig forårsaget af for høj eksponering af UV-stråling fra den naturlige sol og fra solariet. Den triste udvikling i Danmark skyldes derfor danskernes solvaner med for mange solskoldninger og for store doser UV-stråling i den danske sommervildest, på solferien og i solariet. Denne rapport kortlægger danskernes vaner i den danske sol i år 2010, mens to andre rapporter kortlægger danskernes vaner på solferien og i solariet.

I rapporten kan man bl.a. læse, at store dele af befolkningen, særligt kvinder og unge mellem 15-19 år, oplever at blive solskoldet i løbet af sommeren. Det gør de især, når de bevidst lægger sig for at solbade. Det er derfor fortsat relevant og nødvendigt at målrette kommunikation til forskellige grupper af danskere og formidle både, hvorfor det er vigtigt at undgå solskoldninger, men også hvordan man kan undgå det.

Siden 2007 har Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden samarbejdet om at ændre den uheldsmæssige udvikling i kræft i huden, og har i fællesskab igangsat den omfattende kampagne ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”. Kampagnen arbejder for at kortlægge danskernes solvaner, for at oplyse om risikoen ved overdreven UV-eksponering og for at give gode råd til, hvordan man kan omgå solen med sund fornuft. Derudover arbejder kampagnen også for at skabe bedre rammer for en solsikker hverdag og fritid.

Det er meget glædeligt, at arbejdet bl.a. har resulteret i mere viden om UV-stråling og hudkræft blandt danskerne, at flere benytter sig af solrådene, at færre unge lægger sig og solbader, at mange udendørsarbejdere har taget solrådene til sig og at børneinstitutioner lever op til de fleste forældres ønsker. Særligt kampagnens primære målgruppe (familier med børn) er blevet nået. En fortsat markant indsats med målrettede budskaber, der tilgodeser specifikke målgrupper, er dog fortsat nødvendig, idet kampagnekendskabet er let faldende og mange danskere fortsat får mange kræftfremkaldende solskoldninger. Forhåbentligt vil de mange initiativer efterhånden bygge oven på hinanden, så danskernes fremover får lettere ved at træffe det sunde valg til forebyggelse af Danmarks hyppigste kræftform.

København, maj 2011

Anja Philip, projektchef for Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”.

Sammenfatning

Denne rapport giver et billede af, hvordan danskernes solvaner var i sommeren 2010. Formålet med kortlægningen er at få mere viden om danskernes solvaner, så de mest hensigtsmæssige initiativer kan igangsættes til forebyggelse af kræft i huden. Rapporten bygger på resultaterne fra en repræsentativ undersøgelse med 4.156 respondenter i alderen 15-64 år. Undersøgelsen blev gennemført efter sommeren i september måned 2010. I undersøgelsen er respondenterne blevet spurgt til deres solvaner, når de er ude i den danske sommervarm sol. Derudover er de blevet spurgt til deres holdning til solbeskyttelse og deres kendskab til Solkampagnen og kampagnens solråd. I rapporten sammenligner vi besvarelserne på udvalgte spørgsmål med besvarelserne for somrene 2006-2010.

Soleksponering i fritiden

Undersøgelsen viser, at syv ud af ti danskere i aldersgruppen 15-64 år opholder sig ude i solen 30 minutter eller mere mellem klokken 12 & 15 om sommeren på fridage, hvor solen skinner. Derfor peger undersøgelsen på, at det er relevant at kommunikere solbeskyttelse til størstedelen af danskerne, idet de befinder sig i solen, når UV-strålingen er kraftigst.

Det er specielt mændene og de 15-19-årige, der angiver, at de er i solen 30 minutter eller mere om dagen mellem klokken 12 & 15 på fridage, hvor solen skinner. Ifølge forældrene i undersøgelsen, var 52 % af de yngste børn i alderen 0-6 år ude i solen 30 minutter eller mere sammenlignet med hhv. 77 % af de 7-12-årige og 61 % af de 13-18-årige

Solskoldninger

Solskoldninger er en risikofaktor for at få kræft i huden. Undersøgelsen viser, at 41 % af de 15-64-årige respondenter oplevede at blive solskoldet i løbet af sommeren 2010. Især de 15-19-årige (73 %) oplevede at blive solskoldet.

Respondenterne oplevede især at blive solskoldet i juni og juli måned, og de fleste af dem, der blev solskoldet, angiver, at de var på stranden/legepladsen/parken (34 %) eller i haven/gården (34 %), da det skete.

Undersøgelsen viser desuden, at 1 ud af 3 børn under 18 år (30 %) ifølge deres forældre havde oplevet mindst én solskoldning i løbet af sommeren.

Risikoadfærd for solskoldninger

Den vigtigste risikofaktor for at blive solskoldet er, at man solbader. Det betyder, at når man bevidst går ud i solen for at blive brun, risikerer man i mange tilfælde at få en solskoldning. Blandt de respondenter, der udnyttede alle muligheder for at solbade, blev 46 % solskoldet mindst én gang i løbet af sommeren 2010 sammenlignet med 31 % af de, som ikke solbadede.

Kampagnens solråd og solskoldninger

Solcreme er det af kampagnens solråd, som flest følger. Knap halvdelen af respondenterne (47 %) angiver, at de ofte bruger solcreme som solbeskyttelse, 41 % at de ofte bruger skygge, 24 % at de ofte bruger tøj, der dækker krop overarme og lår og 15 %, at de ofte bruger solhat, når de har fri og solen skinner.

De respondenter, der brugte solrådene *skygge* og *tøj* som solbeskyttelse, blev i mindre grad solskoldet, mens de, som brugte solrådet *solcreme*, i højere grad blev solskoldet sammenlignet med dem, der ikke brugte solrådene som solbeskyttelse. At solcreme bliver brugt mest af de, der solskoldes, skyldes formentlig, at solcremen bruges i kombination med solbadning eller anden adfærd, hvor man er i direkte sol. En anden forklaring kan være, at mange smører for sent og/eller bruger utilstrækkelige mængder af solcreme, hvilket medfører, at de ikke er beskyttet mod solskoldninger i tilstrækkeligt omfang¹. Undersøgelsen viser også, at 63 % af de respondenter, der bruger solcreme som solbeskyttelse, bruger solcremen til at forlænge den tid, som deres hud kan tåle i solen, hvilket også kan være med til at forklare, at en stor del af solcremebrugerne har oplevet solskoldninger.

Resultaterne peger således på, at det er nødvendigt 1) at kommunikere vigtigheden af de andre solråd, 2) at gøre folk opmærksomme på risikoen ved solbadning (også selvom man måske bruger noget solcreme) og 3) at give en vejledning i hvordan solcreme skal bruges for at opnå effektiv solbeskyttelse.

Undersøgelsen viser, at forældre, der er en del af kampagnens primære målgruppe (familier med børn) i højere grad følger solrådene om skygge, solhat, tøj, der dækker og solcreme end de respondenter, der ikke har børn under 18 år.

Næsten hver femte respondent angiver, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen (19 %), og andelen er endnu større, hvis der fokuseres på forældre med små børn (0-6 år), hvor næsten hver fjerde respondent angiver, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen (23 %).

Kampagnen har også fået fat i de unge. Blandt de 15-19-årige angiver 23 %, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen, sammenlignet med 16 % af de 40-49-årige. Det er dog fortsat en lavere andel af de unge respondenter, der følger solrådene, sammenlignet med de ældre respondenter.

¹ Bech-Thomsen N & Wulf HC 1992/1993; Wulf HC, Stender IM, Lock-Andersen J 1997; Thieden E et al. 2005; Faurschou A & Wulf HC 2007.

Kampagnekendskab

Kendskabet til Solkampagnen er generelt højt, idet 81 % af undersøgelsens respondenter har hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig i solen, mens 74 % har hørt sloganet ”Skru ned for solen mellem 12 & 15”. Derudover angiver knap en fjerdedel af respondenterne (23 %) hjulpet, at de kan huske alle kampagnens fire solråd.

En femtedel af de respondenter (19 %), der har kendskab til kampagnen, kampagnens slogan eller solråd, svarer, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen. Undersøgelsen viser også, at de, der kender til kampagnen, i højere grad følger solrådene om at søge skygge og bruge solcreme end de, der ikke kender kampagnen.

Udvikling fra 2007 til 2010

I perioden 2008-2010 ses ikke en udvikling i andelen, der er blevet solskoldet den seneste sommer. I 2007 var andelen, der oplevede solskoldninger betydeligt lavere, hvilket antageligt skyldes, at sommeren i 2007 var koldere og havde færre solskinstimer end somrene i perioden 2008-2010.

Andelen af unge ’soldyrkere’ dvs. personer, som angiver, at de udnyttede alle muligheder for at solbade i løbet af sommeren, er faldet hen over årene. I 2008 angav en tredjedel af de 15-19-årige (34 %), at de udnyttede alle muligheder for at solbade, mens det var en femtedel i 2010 (20 %).

Siden 2007 er der sket en stigning i andelen, der bruger solcreme, og der er en svag stigning i andelen, der bruger tøj, som dækker krop, overarme og lår. Der ses næsten ingen ændring i andelen af respondenter, der har svaret, at de følger solrådene om at bruge solhat og søge skygge.

Indholdsfortegnelse

Sammenfatning.....	3
Indholdsfortegnelse	6
1. Indledning.....	7
Forebyggelse af kræft i huden.....	8
D-vitamin og solbeskyttelse	9
2. Solskoldninger.....	10
Resumé	10
3. Solvaner.....	17
Resumé	17
Sol og udendørsarbejde	17
Soleksponering i fritiden	18
Solbadning.....	20
4. Solbeskyttelse.....	23
Resumé	23
Skygge mellem 12 & 15	23
Solhat.....	25
Tøj, der dækker krop, overarme og lår	26
Solcreme.....	27
5. Børns solvaner.....	29
Resumé	29
Børn og solskoldninger	29
Børn i solen	31
Børn og solbadning	32
Institutioners solbeskyttelse	33
6. Holdninger.....	34
Resumé	34
7. Kendskab til kampagnen	37
Resumé	37
Kendskab til Solkampagnen og kampagnens budskaber	37
Ændring af adfærd i solen	40
Solkampagnens relevans	44
8. Udvikling over tid	45
Resumé	45
Solskoldninger.....	46
Solbadning.....	47
Efterlevelse af solråd.....	48
Kampagnekendskab	50
9. Metode.....	51
Litteraturliste	57

1. Indledning

Solkampagnen ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15” er iværksat i 2007 i et samarbejde mellem TrykFonden og Kræftens Bekæmpelse med det formål at forebygge kræft i huden gennem en række forskellige initiativer. Kræft i huden forårsages af for megen eksponering for UV-stråling, som både findes i den naturlige sol og solarier. Solkampagnen arbejder for, at danskerne udsættes for mindre UV-stråling ved at skabe adfærdsmæssige og strukturelle forandringer.

I 2010 gennemførte Solkampagnen en række forskellige initiativer, bl.a. tre kampagneindsatser (*solferie*, *sommer* og *sluk solariet*) og en omfattende informationsindsats. Kampagnen arbejder også løbende på at skabe strukturelle forandringer, og samarbejder med kommuner og Kræftens Bekæmpelses frivillige om at få solbudskaberne kommunikeret og implementeret lokalt. Solkampagnen arbejder desuden med at opbygge det generelle videns- og kompetenceniveau i befolkningen – bl.a. igennem udvikling af undervisningsforløb til børn, unge og relevante professionelle. .

Baggrunden for denne rapport er at få afdækket danskernes solvaner og udviklingen heraf samt få større indsigt i, hvilke faktorer, der påvirker danskernes adfærd i solen. Solkampagnen har siden 2007 gennemført årlige monitoringer af danskernes solvaner, hvilket gør det muligt at følge danskernes solvaner henover tid i perioden 2006-2010². Denne rapport bygger på den femte dataindsamling baseret på et repræsentativt udsnit af den danske befolkning i alderen 15-64 år³ i 2010 og sammenligninger med data fra de forudgående år.

Kræft i huden

’Kræft i huden’ dækker over flere forskellige sygdomme, som kan inddeles i to hovedtyper:

- Modermærkekræft
- Almindelig hudkræft

I Danmark lever over 100.000 mennesker, der på et tidspunkt har fået konstateret ”kræft i huden”⁴, og hvert år registreres mere end 9.000 nye tilfælde af kræft i huden. Af disse tilfælde udgør modermærkekræft ca. 1350⁵. Modermærkekræft betragtes som den mest alvorlige og aggressive type kræft i huden. Cirka 18 % af mændene og 9 % af kvinderne, der har fået

² Undersøgelsen, der blev gennemført i april 2007, spurgte ind til respondenternes solvaner i sommeren 2006.

³ Undersøgelsen er overordnet repræsentativ på køn, alder og geografi (region). Dog er 15-19-årige mænd fra hhv. Region Sjælland, Region Midtjylland og Region Nordjylland underrepræsenteret i forhold til Danmarks Statistik (jf. metodeafsnit).

⁴ Specialberegning af kræft i huden på NORDCAN-data for udgangen af 2008 baseret på Det Danske Cancerregister

⁵ Specialberegning af kræft i huden på NORDCAN-data for 2004-2008 baseret på Det Danske Cancerregister

konstateret modermærkekræft, dør af sygdommen inden for 5 år⁶. Antallet af nye tilfælde af kræft i huden er støt stigende, og over de sidste 30 år er antallet tredoblet blandt kvinder og mere end fordoblet blandt mænd. Modermærkekræft er en af de kræftformer, der er i størst stigning i Danmark, og sygdommen er blevet den hyppigste kræftform blandt unge kvinder i aldersgruppen 15-34 år og den næsthypigste blandt unge mænd⁷. Når vi sammenligner antallet af nye tilfælde af modermærkekræft i Danmark med tilfældene i andre lande, ser vi, at Danmark ligger på en international fjerdeplads i antal nye tilfælde af modermærkekræft⁸.

Forebyggelse af kræft i huden

UV-stråling anses som hovedårsagen til udviklingen af kræft i huden, idet op til 90 % af samtlige tilfælde af kræft i huden direkte kan tilskrives UV-stråling⁹. UV-stråling kommer fra solen, men kan også komme fra elektriske apparater som f.eks. solarier og svejseapparater. UV-stråling er nødvendig for alt liv på jorden, men der er samtidig evidens for, at UV-stråling er kræftfremkaldende¹⁰.

Risikoen for at udvikle kræft i huden stiger med antallet af solskoldninger¹¹ og ens livstidsdosis af UV-stråling¹². Derudover er der flere forskellige risikofaktorer for udviklingen af kræft i huden. For det *første* har hudtypen betydning: Jo lysere hud, jo større risiko. For det *andet* har arvelige faktorer så som antal modermærker samt kræft i huden i den nærmeste familie en betydning¹³.

Børn og unge er særligt udsatte, når de udsættes for UV-stråling, og UV-stråling i barndommen øger risikoen for at udvikle modermærkekræft senere i livet¹⁴.

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 og på ferierejser sydpå samt at undgå solarieret. Soleksponering kan også påvirkes af de fysiske rammer. Børns soleksponering kan eksempelvis påvirkes af, om der er mulighed for at lege i skyggen på legepladser, om der er tilgængelig skygge på strande og andre rekreative områder, samt om børnene er beskyttede af solcreme og beklædning.

⁶ Storm et al. 2010

⁷ Specialberegning af kræft i huden på NORDCAN-data for 2004-2008 baseret på Det Danske Cancerregister

⁸ Ferlay et al. 2010

⁹ World Health Organisation 2009

¹⁰ World Health Organisation 1997

¹¹ Elwood & Jopson 1997

¹² Diepgen & Mahler 2002

¹³ Marks 2000

¹⁴ Armstrong & Krickler 1996

D-vitamin og solbeskyttelse

Kroppen danner vitalt D-vitamin ved ophold i solen. Sollys er derfor essentielt for mennesket. Solkampagnen tilstræber på denne baggrund en afbalanceret kommunikation, der formidler 'sol med sund fornuft' som på én gang tilgodeser opbygning af D-vitamin niveau¹⁵ og forebyggelse af kræft i huden. De konkrete handlingsanvisninger er, at man beskytter sig i solen i tidsrummet mellem klokken 12 og 15, når man vil være ude mere end 10-20 minutter (afhængig af hudtype), og når UV-indexet er 3 eller mere.

Solkampagnen kommunikerer betydningen af at få tilstrækkeligt med D-vitamin ved at være i solen med omtanke – og altid uden at blive solskoldet. Konkrete anvisninger er, at det ikke er nødvendigt at ligge og solbade i længere tid for at sikre sig D-vitamin¹⁶ og solarier frarådes som kilde til D-vitamin.

Vi mangler fortsat mere viden om, hvilke D-vitaminsniveauer, der er de mest optimale, og hvilken adfærd, der er mest hensigtsmæssig for at opnå det tilstrækkelige niveau. Det anslås p.t., at der i sommerhalvåret – fra maj til september – kun skal 5-30 minutters ophold i solen med ubeskyttet ansigt, hænder og underarme nogle gange om ugen til at få nok D-vitamin¹⁷. Studier har vist, at folk der regelmæssigt bruger solcreme, har samme eller højere D-vitamin niveauer som andre¹⁸.

Det skal bemærkes, at D-vitamin også dannes i skyggen, da strålingen reflekteres fra omgivelserne. Man udsættes således stadig for UV-B-stråling, som er den type UV-stråling, der danner D-vitamin, selvom man sidder i skygge. Intensiteten af UV-B-strålingen bliver ca. halveret i skygge¹⁹.

¹⁵ Sundhedsstyrelsen 2011a

¹⁶ Faktaark om D-vitamin.

¹⁷ Sundhedsstyrelsen 2011b .

¹⁸ Marks et al., 1995; Marks 1999; Farrerons et al., 1998.

¹⁹ Chadysiene & Girgzdys, 2008

2. Solskoldninger

Resumé

- 41 % af de 15-65-årige oplevede at blive solskoldet i løbet af sommeren 2010. Især de 15-19-årige blev solskoldet (73 %)
- De, der solbadede i løbet af sommeren, blev i højere grad solskoldet. 46 % af de, der udnyttede alle muligheder for at solbade, blev solskoldet mindst en gang sammenlignet med 31 % af de, som ikke solbadede
- De, der brugte solrådene *skygge*, *solhat* og *tøj* blev i mindre grad solskoldet, mens de, som brugte solrådet *solcreme*, i højere grad blev solskoldet. Efter justering for alder, køn, hudtype og om man solbader, havde rådet om *solhat* ikke længere betydning
- En tredjedel af de respondenter, der har oplevet solskoldninger, var på stranden (34 %) og/eller solbadede, da de blev solskoldede (32 %).

Solskoldning som indikator

Vi har valgt, at bruge *forbrændt/solskoldet* som indikator for en risikofyldt soladfærd, fordi der er solid evidens for, at der er sammenhæng mellem solskoldninger og risikoen for at få kræft i huden²⁰.

Indledningsvis har vi spurgt undersøgelsens respondenter, om de har oplevet at blive forbrændt/solskoldet i løbet af sommeren. Derefter har vi undersøgt, hvordan deres adfærd i solen og deres efterlevelse af solrådene har betydning for, om de bliver 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

Fire ud af ti af undersøgelsens respondenter (41 %) angiver, at de har været forbrændt/solskoldet i sommeren 2010. De fleste af dem, der blev solskoldede, blev det 1-2 gange.

²⁰ World Health Organisation 1997; Marks R 2000

Tabel 2.1 *Hvor mange gange har du været forbrændt/solskoldet i sommer?*

	Procent
Mere end 5 gange	2,5 %
3-5 gange	4,1 %
1-2 gange	34,6 %
Aldrig	57,9 %
Ved ikke	0,9 %
Total	100 % (n=4.156)

Især de yngste bliver solskoldet

Mere end syv ud af ti af de 15-19-årige (73 %) har angivet, at de blev forbrændt/solskoldet mindst én gang i løbet af sommeren sammenlignet med fx 22 % af de 50-65-årige. Det er især de 15-29-årige, som oplevede at blive solskoldet mere end tre gange.

Tabel 2.2 *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	4,4 %	3,2 %	1,7 %	2,8 %	1,8 %
3-5 gange	7,7 %	8,6 %	3,5 %	3,3 %	1,5 %
1-2 gange	60,6 %	48,7 %	40,7 %	29,9 %	18,5 %
Aldrig	26,2 %	39,0 %	53,5 %	63,5 %	76,8 %
Ved ikke	1,1 %	0,6 %	0,5 %	0,9 %	1,4 %
Total	100 % (n=363)	100 % (n=723)	100 % (n=874)	100 % (n=934)	100 % (n=1.262)

Kvinder bliver i højere grad solskoldet

Mere end fire ud af ti kvinder (44 %) angiver, at de blev forbrændt/solskoldet i løbet af sommeren mindst én gang sammenlignet med 39 % af mændene.

Tabel 2.3 *Hvor mange gange har du været forbrændt/solskoldet i sommer?*

	Kvinde	Mand
Mere end 5 gange	3,1 %	1,8 %
3-5 gange	4,4 %	3,8 %
1-2 gange	36,3 %	32,9 %
Aldrig	55,7 %	60,1 %
Ved ikke	0,5 %	1,3 %
Total	100 % (n=2.074)	100 % (n=2.082)

Solbaderne oplever oftere solskoldninger

Repondenterne bliver i undersøgelsen 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?”. Folk havde fire svarmuligheder fra ”Jeg udnyttede alle muligheder for at solbade” til ”Jeg solbadede ikke”.

Der er sammenhæng mellem, hvor ofte man solbader og risikoen for at opleve solskoldninger således, at de, der solbadede, i højere grad blev forbrændt/solskoldet i løbet af sommeren end de, der ikke solbadede. Blandt de respondenter, der udnyttede alle muligheder for at solbade, angiver 46 %, at de blev solskoldet mindst én gang sammenlignet med 31 % af de, som ikke solbadede.

Tabel 2.4 Hvor mange gange har du været forbrændt/solskoldet 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 %	2,6 %	2,2 %	2,1 %	4,3 %
3-5 gange	6,7 %	4,6 %	4,3 %	2,7 %	4,3 %
1-2 gange	35,5 %	42,5 %	37,8 %	26,6 %	26,1 %
Aldrig	54,0 %	49,5 %	55,0 %	67,5 %	54,3 %
Ved ikke	0,2 %	0,8 %	0,8 %	1,1 %	10,9 %
Total	100 % (n=541)	100 % (n=887)	100 % (n=1.270)	100 % (n=1.412)	100 % (n=46)

Solrådene og solskoldninger

For alle solrådene er respondenterne blevet spurgt ”Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15”, hvorefter de kan angive, hvor vidt de brugte de forskellige solråd.

Skygge og solskoldninger

En tredjedel af de respondenter (35 %), der angiver, at de ofte søgte skygge i sommeren 2010, blev solskoldet mindst én gang i løbet af sommeren sammenlignet med halvdelen af de respondenter (51 %), der ikke søgte skygge.

Tabel 2.5 *Hvor mange gange er du blevet forbrændt/solskoldet i sommer?*

	<i>Søgte du skygge?</i>		
	Ja, ofte	Ja, sommetider	Nej
Mere end 5 gange	2,6 %	2,3 %	2,7 %
3-5 gange	2,9 %	4,4 %	6,7 %
1-2 gange	29,4 %	37,3 %	41,2 %
Aldrig	64,2 %	55,1 %	48,4 %
Ved ikke	0,8 %	1,0 %	1,1 %
Total	100 % (n=1.704)	100 % (n=1.886)	100 % (n=566)

Brug af solhat og solskoldninger

Knap en tredjedel af de respondenter (32 %), der angiver, at de ofte brugte solhat i løbet af sommeren 2010, blev solskoldet sammenlignet med 44 % af de respondenter, der ikke brugte solhat.

Tabel 2.6 *Hvor mange gange er du blevet forbrændt/solskoldet i sommer?*

	<i>Brugte du solhat?</i>		
	Ja, ofte	Ja, sommetider	Nej
Mere end 5 gange	3,3 %	2,0 %	2,4 %
3-5 gange	2,8 %	3,8 %	4,5 %
1-2 gange	25,4 %	34,6 %	36,7 %
Aldrig	67,0 %	58,8 %	55,6 %
Ved ikke	1,4 %	0,8 %	0,8 %
Total	100 % (n=637)	100 % (n=755)	100 % (n=2.764)

Brug af tøj og solskoldninger

Mere end en tredjedel af de respondenter (35 %), der angiver, at de ofte brugte tøj, der dækker krop, overarme og lår i løbet af sommeren 2010, blev solskoldet sammenlignet med 44 % af de respondenter, der sommetider brugte tøj og 42 % af de respondenter, som ikke brugte tøj.

Tabel 2.7 *Hvor mange gange er du blevet forbrændt/solskoldet i sommer?*

	<i>Brugte du let tøj?</i>		
	Ja, ofte	Ja, sommetider	Nej
Mere end 5 gange	2,6 %	2,2 %	2,7 %
3-5 gange	3,0 %	4,5 %	4,4 %
1-2 gange	29,4 %	37,2 %	35,1 %
Aldrig	64,4 %	55,5 %	56,9 %
Ved ikke	0,6 %	1,1 %	0,9 %
Total	100 % (n=999)	100 % (n=1.650)	100 % (n=1.507)

Flere af de, der bruger solcreme, bliver solskoldede

Mere end fire ud af ti af de respondenter, der ofte (44 %) eller sommetider (46 %) brugte solcreme, angiver, at de mindst én gang i løbet af sommeren 2010 blev solskoldet sammenlignet med 31 % af de, som ikke brugte solcreme.

Tabel 2.8 *Hvor mange gange er du blevet forbrændt/solskoldet i sommer?*

	Brugte du solcreme?		
	Ja, ofte	Ja, sommetider	Nej
Mere end 5 gange	2,8 %	3,2 %	1,0 %
3-5 gange	4,0 %	5,7 %	2,4 %
1-2 gange	36,8 %	36,8 %	27,5 %
Aldrig	55,7 %	53,6 %	67,8 %
Ved ikke	0,8 %	0,8 %	1,3 %
Total	100 % (n=1.942)	100 % (n=1.236)	100 % (n=976)

Hvordan kan man forstå sammenhænge?

Ovenstående tabeller viser, hvordan respondenternes brug af solrådene er associeret med solskoldninger. Ud fra tabellerne kan det imidlertid ikke afgøres, om der er en direkte kausal sammenhæng mellem det at følge solrådene og det at blive solskoldet. Når der kontrolleres for alder, køn, hudtype og om man solbader har efterlevelse af Solkampagnens solråd om at søge skygge, bruge tøj og bruge solcreme fortsat betydning i forhold til danskernes risiko for solskoldninger. Rådet om at bruge solhat har imidlertid ikke længere betydning.

Sammenhængen mellem brug af solcreme og solskoldninger tyder på, at de, der bruger solcreme har en mere solopsøgende adfærd end de, der ikke bruger solcreme. De, der bruger solcreme, bruger det således fordi de er i solen med bar hud, og de har dermed en risikoadfærd. Det er dog bekymrende, at så mange af dem, der bruger solcreme, oplever solskoldninger, idet de, som bruger solcreme som solbeskyttelse, antageligt har en intention om at beskytte sig mod solen. Bruger man solcreme i utilstrækkelige mængder, f.eks. inkonsekvent, for sent eller i for tyndt et lag, eller bruger man solcreme til at forlænge den periode, man opholder sig i solen²¹, kan det føre til en falsk tryghed. I sådanne tilfælde vil man reelt kunne udsættes for højere UV-eksponering, og dermed i højere grad opleve at blive solskoldet.

²¹ Se nærmere i rapportens kapitel 4 under afsnittet Solcreme.

Der er flest, der bliver solskoldet i juni og juli

De respondenter, der blev solskoldet i løbet af sommeren 2010, er efterfølgende blevet spurgt til, hvilke(n) måned(er), de blev solskoldet. Juli måned er den måned, hvor flest er blevet solskoldet (64 %) efterfulgt af juni måned (36 %).

Tabel 2.9 Hvilke(n) måned(er) blev du solskoldet? Blandt respondenter, der blev solskoldet i sommeren 2010

	Procent (n=1.711)
Maj	11,1 %
Juni	36,1 %
Juli	64,3 %
August	16,4 %
September	1,1 %

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

Stranden og solbadning øger risiko for solskoldninger

De respondenter, der blev solskoldet i løbet af sommeren 2010, er efterfølgende blevet spurgt, hvad de lavede, da de blev solskoldede.

En tredjedel af respondenterne, der har oplevet solskoldninger i løbet af sommeren 2010, svarer, at de var på stranden (34 %) og/eller solbadede (32 %), mens en femtedel arbejdede i haven (22 %) og en femtedel deltog i udendørsarrangementer (21 %).

Tabel 2.10 Hvad lavede du, da du blev solskoldet? Blandt respondenter, der blev solskoldet i 2010

	Procent (n=1.711)
Var på stranden	33,7 %
Solbadede (var i solen, for at blive brun)	31,9 %
Arbejde i haven	21,7 %
Deltog i udendørsarrangementer	21,2 %
Gik en tur	11,1 %
Dyrkede sport	7,1 %
Sejlede	6,8 %
Cyklede	5,4 %
Andet	14,4 %

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

Flest bliver solskoldede på stranden, legepladsen og i parken

Respondenter, der blev solskoldet i løbet af sommeren 2010, er efterfølgende blevet spurgt, hvor de var henne, da de blev solskoldede.

Tabel 2.11 *Hvor blev du forbrændt/solskoldet? Blandt respondenter, der blev solskoldet i 2010*

	Procent (n=1.711)
Stranden/legepladsen/i parken	34,0 %
Haven/gården	33,7 %
På solferie i udlandet	24,7 %
Andet	9,7 %
Mens jeg dyrkede sport	7,9 %
På cykeltur	5,9 %
På arbejdet	5,6 %
Sejlede	6,1 %
I forlystelsespark	4,3 %
I solarium	2,0 %
I vandland	1,9 %
På café	1,6 %
Andet	15,5 %

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

Der var flest, der oplevede at blive solskoldet på stranden/legepladsen/parken (34 %), i haven/gården (34 %) og på solferier til udlandet (25 %).

3. Solvaner

Resumé

- 69 % af de 15-65-årige respondenter er i solen mere end 30 minutter om dagen mellem klokken 12 og 15, når de har fri og solen skinner. Især mændene og de 15-19-årige opholder sig meget ude i sommersolen
- 13 % af de 15-65-årige respondenter udnyttede i sommeren 2010 alle muligheder for at solbade. Især kvinderne og de 15-19-årige udnytter alle muligheder for at solbade.
- Fire ud af ti af solbaderne solbader "for at få D-vitamin" (39 %), og hver femte gør det for at være sammen med venner/familie (21 %).
- De, som ofte solbader, solbader som regel også i lang tid.

Der er stor forskel på mønsteret for soleksponering for forskellige grupper af respondenter. Der er en gruppe, der arbejder udenfor, og som derfor er i solen mellem klokken 12 og 15 på hverdage. Men der er især en stor andel af respondenterne, som opholder sig meget i solen i deres fritid.

Sol og udendørsarbejde

En femtedel af undersøgelsens respondenter (19 %) har et job, som betyder, at de arbejder udendørs om sommeren. Flere mænd end kvinder arbejder udendørs (27 % sammenlignet med 10 %).

Tabel 3.1 Har du et job, som betyder, at du arbejder udendørs om sommeren?

	Mand	Kvinde
Ja	26,9 %	10,2 %
Nej	73,1 %	89,8 %
Total	100 % (n=2.082)	100 % (n=2.074)

Udendørsarbejdere bliver ikke mere solskoldede end indendørsarbejdere

Det lader ikke til, at de respondenter, der arbejder ude om sommeren, blev mere solskoldede i løbet af sommeren end indendørsarbejdere. Dette kan muligvis skyldes, at udendørsarbejdere får opbygget farve langsomt, og dermed får en naturlig beskyttelse mod solskoldninger.

Udendørsarbejdere og solrådene

En anden forklaring kan være, at udendørsarbejderne følger mange af solrådene, når de er på arbejde. De respondenter, der har angivet, at de har et job, som betyder, at de arbejder udendørs om sommeren, har efterfølgende fået spørgsmålet: "Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du er på arbejde udendørs, solen skinner og klokken er mellem 12 og 15", og er blevet bedt om at forholde sig til, om de bruger solrådene.

Tre fjerdedele (76 %) af udendørsarbejderne bruger ofte eller sommetider tøj, der dækker krop, overarme og lår, mens 64 % ofte eller sommetider søger skygge. Mere end halvdelen af udendørsarbejderne (53 %) angiver, at de ofte eller sommetider bruger solcreme, mens 37 % ofte eller sommetider bruger solhat.

Tabel 3.2 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	21,9 %	20,7 %	44,4 %	29,7 %
Ja, sommetider	42,4 %	16,3 %	31,1 %	23,4 %
Nej	35,8 %	63,0 %	24,5 %	46,9 %
Total	100 % (n=772)	100 % (n=772)	100 % (n=772)	100 % (n=772)

De kvindelige udendørsarbejdere er mere tilbøjelige til at følge solrådene om skygge og solcreme end mændene. 77 % af kvinderne søger ofte eller sommetider skygge sammenlignet med 59 % af mændene, og 74 % af kvinderne bruger ofte eller sommetider solcreme sammenlignet med 45 % af mændene. Der er ingen kønsforskel i brug af solhat og tøj, der dækker blandt udendørsarbejdere (tal fremgår ikke af tabel).

Soleksponering i fritiden

For at undersøge soleksponering i fritiden, er respondenterne blevet spurgt, hvor mange timer de typisk var i solen mellem klokken 12 og 15 på dage, hvor de havde fri og solen skinnede. Hvis vi skelner mellem, om folk har været i solen mere eller mindre end 30 minutter, ser vi, at hovedparten (69 %) er i solen mere end 30 minutter om dagen mellem klokken 12 og 15, når de har fri og solen skinner, mens 14 % af respondenterne har svaret, at de er ude i solen mellem 2 og 3 timer mellem klokken 12 og 15.

Tabel 3.3 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 klokken 12 og 15?

	Procent
Jeg var stort set aldrig i solen mellem klokken 12 og 15	11,1 %
Mindre end 30 min.	18,1 %
½ - 1 time	29,8 %
1-2 timer	24,9 %
2-3 timer	13,9 %
Ved ikke	2,2 %
Total	100 % (n=4.156)

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 kraftigst. Omvendt synes der ikke at være en bred gruppe af danskere, som i

forhold til den nuværende viden om sol og D-vitamin er i risiko for D-vitamin mangel, hvis de bruger solbeskyttelse²².

Mænd er mere ude end kvinder

De mandlige respondenter har været mere ude end de kvindelige, idet 72 % af mændene har været ude i solen mere end 30 minutter på deres fridage sammenlignet med 66 % af kvinderne.

Tabel 3.4 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 klokken 12 og 15? Fordelt på køn.

	Mænd	Kvinder
>30 min.	71,5 %	65,6 %
<30 min.	26,1 %	32,3 %
Ved ikke	2,4 %	2,1 %
Total	100 % (n=2.082)	100 % (n=2.074)

Især de yngste er ude i sommersolen

Knap otte ud af ti af de 15-19-årige respondenter (79 %) har været ude i solen i mere end 30 minutter om dagen sammenlignet med 65-70 % i de øvrige aldersgrupper.

Tabel 3.5 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 klokken 12 og 15? Fordelt på alder.

	15-19-årige	20-29-årige	30-39-årige	40-49-årige	50-64-årige
>30 min.	79,1 %	69,8 %	65,7 %	69,7 %	66,0 %
<30 min.	17,6 %	27,7 %	31,9 %	28,9 %	31,8 %
Ved ikke	3,3 %	2,5 %	2,4 %	1,4 %	2,2 %
Total	100 % (n=363)	100 % (n=723)	100 % (n=874)	100 % (n=934)	100 % (n=1.262)

²² Sundhedsstyrelsen, 2011a

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’ (13 %), som efter eget udsagn udnyttede alle muligheder for at solbade, mens ca. en tredjedel af respondenterne (34 %) angiver, at de ikke solbadede i løbet af sommeren. Solbadning er en stærk risikofaktor for at blive solskoldet (se kapitel 2).

Tabel 3.6 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?

	Procent
Jeg udnyttede alle muligheder for at solbade	13,0 %
Jeg solbadede ca. en gang om ugen	21,3 %
Jeg solbadede sjældent	30,6 %
Jeg solbadede ikke	34,0 %
Ved ikke	1,1 %
Total	(n=4.156)

Kvinder solbader mere end mænd

De kvindelige repondenter solbader mere end de mandlige, idet 18 % af kvinderne angiver, at de udnyttede alle muligheder for at solbade sammenlignet med 9 % af mændene. Samtidigt svarer 42 % af mændene, at de ikke solbadede, mens det er 26 % af kvinderne (tal fremgår ikke af tabel).

Teenagerne solbader mest

Det er især den yngste aldersgruppe, som solbader, idet en femtedel af de 15-19-årige (20 %) angiver, at de udnyttede alle muligheder for at solbade sammenlignet med hhv. 8 % af de 30-39-årige og 14 % af de 40-49-årige (tal fremgår ikke af tabel).

Begrundelser for at solbade

De respondenter, der angiver, at de solbader, bliver spurgt, hvorfor de solbader. Den hyppigste begrundelse er ”For at blive brun” (70 %) samt ”Det er dejligt” (61 %). Det er desuden bemærkelsesværdigt, at fire ud af ti af solbaderne svarer ”For at få D-vitamin” (39 %). Det ses også, at solbadning tilsyneladende er en social aktivitet, idet hver femte respondent angiver, at de solbader ”for at være sammen med venner/familie” (21 %).

Tabel 3.7 *Hvorfor solbader du?* (n=2.698)

	Procent
For at blive brun	69,1 %
Det er dejligt	60,5 %
For at få D-vitamin	39,3 %
For at være sammen med venner/familie	21,4 %
På grund af hudproblemer	6,7 %
Andre årsager	6,1 %
Ved ikke	1,4 %
Total	

Solbadning i tid

De respondenter, som har angivet, at de solbader, er også blevet spurgt, hvor mange timer de dagligt solbadede mellem klokken 12 & 15 på dage, hvor de havde fri og solen skinnede. Knap halvdelen af respondenterne (44 %), der solbadede, angiver, at de solbadede mindre end 30 minutter, mens 52 % svarer, at de dagligt solbadede mere end en halv time. Knap hver tiende (7 %) angiver, at de dagligt solbadede 2-3 timer på fridage mellem klokken 12 og 15.

Tabel 3.8 *Tænk tilbage på denne sommer herhjemme. På en dag, hvor du havde fri og solen skinnede. Hvor mange timer dagligt solbadede du cirka mellem klokken 12 og 15?*

	Procent
Mindre end 30 min.	44,1 %
½ - 1 time	30,5 %
1-2 timer	14,8 %
2-3 timer	6,7 %
Ved ikke	3,9 %
Total	100 % (n=2698)

De, der solbader ofte, gør det også i lang tid

De, der solbader ofte, solbader også i længere tid. For eksempel ser vi, at 22 % af de, der udnyttede alle muligheder for at solbade, angiver, at de solbadede 2-3 timer mellem 12 og 15 på dage, hvor de havde fri og solen skinnede.

Tabel 3.9 Tænk tilbage på denne sommer herhjemme. På en dag, hvor du havde fri og solen skinnede. Hvor mange timer daglig, solbadede du cirka mellem klokken 12 og 15?

	Jeg udnyttede alle muligheder for at solbade	Jeg solbadede ca. en gang om ugen	Jeg solbadede sjældent
Mindre end 30 min.	11,6 %	35,1 %	64,2 %
½ - 1 time	30,7 %	43,2 %	21,6 %
1-2 timer	34,2 %	15,0 %	6,3 %
2-3 timer	21,8 %	4,1 %	2,2 %
Ved ikke	1,7 %	2,7 %	5,7 %
Total	100 % (n=541)	100 % (n=887)	100 % (n=1.270)

4. Solbeskyttelse

Resumé

- 47 % af de 15-65-årige anvender ofte *solcreme*
- 41 % af de 15-65-årige søger ofte *skygge*
- 24 % af de 15-65-årige bruger ofte *tøj, der dækker krop, overarme og lår*
- 15 % af de 15-65-årige bruger ofte *solhat*
- Forældre solbeskytter sig mere end respondenter uden børn
- 63 % af de, som ofte eller somme tider bruger solcreme som solbeskyttelse, angiver, at de bruger solcreme til at forlænge den tid, som deres hud kan tåle i solen.

Definitioner

Vi har i denne undersøgelse defineret, at respondenterne bruger solbeskyttelse, hvis de efterlever mindst ét af Solkampagnens fire solråd *Siesta*, *Solhat*, *Solcreme* og *Sluk Solariet*. De fire råd sammenfatter Solkampagnens budskaber om, hvordan man kan beskytte sig i solen, når UV-indexet er 3 eller mere. *Siesta* handler om, at man bør søge skygge mellem klokken 12 og 15. *Solhat*, at man bør dække bar hud til med tøj og hat. *Solcreme* dækker over, at man skal bruge en egnet solcreme med mindst faktor 15, der hvor tøjet eller skyggen ikke dækker. De tre første solråd er nævnt i prioriteret rækkefølge således, at Solkampagnen lægger op til, at den bedste måde at beskytte sig mod solens stråler at søge skygge mellem klokken 12 og 15. Det næstbedste er at beskytte sig med tøj og hat og det tredjebedste er at bruge solcreme. Det fjerde råd, der falder uden for prioriteringen, er *Sluk solariet*, hvor budskabet er, at man helt skal holde sig fra solariet, da selv et moderat forbrug er forbundet med en øget risiko for at udvikle modermærkekræft.

Respondenterne er i undersøgelsen blevet spurgt: ”Brugte du solhat? Brugte du tøj, der dækkede krop, overarme og lår? Brugte du solcreme?” på dage, hvor de havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Respondenterne er også blevet spurgt til, om de bruger solarium, men dette afrapporteres i en særskilt rapport.

Skygge mellem 12 & 15

At søge skygge mellem klokken 12 og 15, er den form for solbeskyttelse, som næstflest af undersøgelsens respondenter angiver, at de ofte brugte, idet 41 % svarer, at de ofte søgte skygge.

Tabel 4.1 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Søgte du skygge?

	Alle	Mænd	Kvinder
Ja, ofte	41,0 %	36,6 %	45,5 %
Ja, sommetider	45,4 %	47,4 %	43,3 %
Nej	13,6 %	16,0 %	11,2 %
Total	100 % (n=4.156)	100 % (n=2.082)	100 % (n=2.074)

Kvinder søger mere skygge mellem klokken 12 og 15 end mænd

Kvinderne fulgte i højere grad end mændene rådet om at søge skygge mellem klokken 12 og 15 idet 46 % af kvinderne angiver, at de ofte søgte skygge sammenlignet med 37 % af mændene.

Ældre søger i højere grad skygge end yngre

De yngre aldersgrupper angiver i mindre omfang, at de søgte skygge mellem klokken 12 og 15 sammenlignet med de ældre aldersgrupper. For eksempel angiver 20 % af de 15-19-årige, at de ofte søgte skygge mellem klokken 12 og 15 denne sommer sammenlignet med 45 % af de 40-49-årige.

Tabel 4.2 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Søgte du skygge?

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja, ofte	19,6 %	27,1 %	43,8 %	46,5 %	49,1 %
Ja, sommetider	52,9 %	48,1 %	46,7 %	45,1 %	41,0 %
Nej	27,5 %	24,8 %	9,5 %	8,5 %	9,9 %
Total	100 % (n=363)	100 % (n=723)	100 % (n=875)	100 % (n=934)	100 % (n=1.262)

Forældre søger i højere grad skygge end respondenter uden børn

Andelen af respondenter, der søgte skygge, er større blandt forældre med hjemmeboende børn under 18 år end blandt respondenter uden børn. 46 % af forældrene angiver, at de ofte søgte skygge mellem klokken 12 og 15, sammenlignet med 38 % af dem uden børn.

Tabel 4.3 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Søgte du skygge?

	Ikke forældre	Forældre
Ja, ofte	38,3 %	46,5 %
Ja, sommetider	45,3 %	45,5 %
Nej	16,4 %	8,0 %
Total	100 % (n=2.786)	100 % (n=1.370)

Solhat

Solhat er det solråd, som færrest respondenter følger. To tredjedele af undersøgelsens respondenter (67 %) har svaret, at de ikke brugte solhat på dage, hvor de havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. 15 % brugte ofte solhat, mens 18 % brugte det sommetider.

Tabel 4.4 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du solhat?

	Alle	Mænd	Kvinder
Ja, ofte	15,3 %	18,7 %	12,0 %
Ja, sommetider	18,2 %	20,6 %	15,8 %
Nej	66,5 %	60,8 %	72,3 %
Total	100 % (n=4.156)	100 % (n=2.109)	100 % (n=2.074)

Mænd bruger i højere grad solhat

Der er en større andel af mænd, som bruger solhat ofte eller af og til (39 %), mens det kun er 28 % af kvinderne (se tabel 4.5).

Specielt ældre bruger solhat som solbeskyttelse

Solhat blev i højere grad brugt af ældre mennesker end af yngre mennesker, idet 44 % af de 50-64-årige ofte eller sommetider brugte solhat som solbeskyttelse mod 17 % af de 15-19-årige.

Tabel 4.5 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du solhat?

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja, ofte	5,0 %	5,9 %	15,2 %	16,0 %	23,3 %
Ja, sommetider	11,6 %	11,6 %	21,2 %	19,5 %	20,8 %
Nej	83,5 %	82,4 %	63,6 %	64,6 %	55,9 %
Total	100 % (n=363)	100 % (n=723)	100 % (n=875)	100 % (n=934)	100 % (n=1.262)

Forældre bruger i lidt højere grad solhat

Der er en lidt større andel af forældre med hjemmeboende børn under 18 år, der bruger solhat som solbeskyttelse, idet 38 % af forældrene angiver, at de ofte eller sommetider brugte solhat mellem klokken 12 og 15, sammenlignet med 31 % af respondenterne uden børn.

Tabel 4.6 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du solhat?

	Ikke forældre	Forældre
Ja, ofte	14,5 %	17,0 %
Ja, sommetider	16,9 %	20,7 %
Nej	68,6 %	62,3 %
Total	100 % (n=2.786)	100 % (n=1.370)

Tøj, der dækker krop, overarme og lår

Knap en tredjedel af undersøgelsens respondenter (64 %) har svaret, at de ofte eller sommetider brugte tøj, der dækkede krop, overarme og lår mellem klokken 12 og 15.

Tabel 4.7 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du tøj, der dækkede krop, overarme og lår?

	Alle	Mænd	Kvinder
Ja, ofte	24,0 %	27,2 %	20,8 %
Ja, sommetider	39,7 %	37,6 %	41,8 %
Nej	36,3 %	35,2 %	37,4 %
Total	100 % (n=4.156)	100 % (n=2.082)	100 % (n=2.074)

Mænd bruger i højere grad tøj, der dækker

Mændene brugte i højere grad tøj som solbeskyttelse, idet 27 % angiver, at de ofte brugte tøj, der dækker krop, overarme og lår sammenlignet med 21 % af kvinderne (se tabel 4.8).

De ældre bruger tøj som solbeskyttelse

Specielt de 30-65-årige angiver, at de brugte tøj som solbeskyttelse. For eksempel angiver en fjerdedel af de 50-65-årige (27 %), at de ofte brugte tøj, der dækkede krop, overarme og lår som solbeskyttelse sammenlignet med kun 14 % af de 15-19 årige (tal fremgår ikke af tabel).

Forældre bruger oftere tøj, der dækker, end dem uden børn

Blandt forældre med hjemmeboende børn under 18 år er der flere, der følger rådet om at bruge tøj, der dækker, end blandt dem uden børn, idet 27 % af forældrene har svaret, at de ofte bruger tøj, der dækker, sammenlignet med 23 % af de, som ikke er forældre.

Tabel 4.8 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du tøj, der dækkede krop, overarme og lår?

	Ikke forældre	Forældre
Ja, ofte	22,7 %	26,7 %
Ja, sommetider	38,8 %	41,5 %
Nej	38,5 %	31,7 %
Total	100 % (n=2.786)	100 % (n=1.370)

Solcreme

Solcreme er det solråd, som de fleste fulgte, når de havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15, idet knap halvdelen (47 %) angiver, at de ofte brugte solcreme som solbeskyttelse, mens knap en tredjedel (30 %) angiver, at de sommetider brugte det. 24 % af undersøgelsens respondenter angiver, at de ikke brugte solcreme som solbeskyttelse

Tabel 4.9 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du solcreme?

	Alle	Mænd	Kvinder
Ja, ofte	46,7 %	35,7 %	57,8 %
Ja, sommetider	29,8 %	32,8 %	26,8 %
Nej	23,5 %	31,6 %	15,4 %
Total	100 % (n=4.156)	100 % (n=2.082)	100 % (n=2.074)

Kvinder bruger solcreme i langt højere grad end mænd

Der er stor kønsforskel i brugen af solcreme som solbeskyttelse, idet 58 % af kvinderne ofte brugte solcreme sammenlignet med 36 % af mændene. Det er kun 15 % af kvinderne, som ikke brugte solcreme, mens det er op i mod en tredjedel af mændene (32 %) (se tabel 4.10).

De 30-39-årige bruger oftest solcreme

Knap seks ud af ti af de 30-39-årige (57 %) angiver, at de ofte brugte solcreme som solbeskyttelse sammenlignet med f.eks. 39 % af de 15-19-årige og 43 % af de 20-29-årige.

Tabel 4.10 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du solcreme?

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-64 år
Ja, ofte	39,4 %	42,5 %	57,1 %	54,2 %	38,6 %
Ja, sommetider	34,4 %	35,8 %	26,2 %	26,2 %	30,1 %
Nej	26,2 %	21,7 %	16,7 %	19,6 %	31,3 %
Total	100 % (n=363)	100 % (n=723)	100 % (n=875)	100 % (n=934)	100 % (n=1.262)

Solbaderne bruger solcreme

De, der har svaret, at de solbader, bruger i højere grad solcreme end de, der ikke solbader.

Halvdelen af de respondenter, der udnyttede alle muligheder for at solbade (51 %) og solbadede ca. en gang om ugen (52 %), brugte solcreme som solbeskyttelse sammenlignet med 39 % af de, som ikke solbader. Undersøgelsen indikerer derfor, at solbaderne bruger solcremen som solbeskyttelse samtidig med, at de søger solen.

Tabel 4.11 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 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	50,6 %	51,9 %	49,7 %	39,4 %
Ja, sommetider	29,6 %	32,2 %	30,1 %	28,2 %
Nej	19,8 %	15,9 %	20,2 %	32,4 %
Total	100 % (n=541)	100 % (n=887)	100 % (n=1.270)	100 % (n=1.412)

Forældre bruger mere solcreme end de øvrige respondenter

De respondenter, der er forældre til børn under 18 år, brugte i højere grad solcreme, sammenlignet med respondenter uden børn under 18 år. Blandt forældrene er det 62 %, som ofte brugte solcreme sammenlignet med 39 % af dem uden hjemmeboende børn.

Tabel 4.12 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du solcreme?

	Ikke forældre	Forældrene
Ja, ofte	39,4 %	61,7 %
Ja, sommetider	31,8 %	25,6 %
Nej	28,8 %	12,7 %
Total	100 % (n= 2.786)	100 % (n=1.370)

Solcreme bruges til at forlænge tiden, man er i solen

Blandt de, der har svaret, at de ofte eller sommetider brugte solcreme, har 63 % svaret, at de brugte solcremen til at forlænge den tid, deres hud kan tåle at være i solen²³.

Tabel 4.13 Brugte du solcreme, for at forlænge den tid, din hud kan tåle at være i solen?

	Procent
Ja	62,7 %
Nej	33,8 %
Ved ikke	3,5 %
Total	100 % (n=3.180)

²³ Der er ingen køns- eller aldersforskel i andelen, der brugte solcreme til at forlænge den tid, som deres hud kan tåle at være i solen (tal fremgår ikke af tabel).

5. Børns solvaner

Resumé

- 30 % af forældrene med hjemmeboende børn under 18 angiver, at deres yngste barn blev solskoldet én gang eller mere i løbet af sommeren 2010
- Børnene blev især solskoldede på stranden og på solferier
- 13 % af forældrene angiver, at deres barn solbadede mindst en gang om ugen. Blandt forældre med børn i alderen 13-17 år, var det 24 % af børnene, der solbadede mindst én gang om ugen
- Børn i alderen 7-12 år er mere udenfor på fridage end børn i aldersgrupperne 0-6 år og 13-18 år
- 8 ud af 10 forældre, hvis barn går i dagpleje, vuggestue eller børnehave, mener, at deres barns institution gør nok for at solbeskytte børnene, mens de er der.

Solskoldninger i barndommen har særlig betydning for udviklingen af kræft i huden senere i livet²⁴, og Solkampagnen har derfor haft fokus på børnefamiliers solvaner. I dette kapitel ser vi nærmere på, hvordan forældrene har svaret på spørgsmål om deres børns solvaner. Det skal bemærkes, at Solundersøgelsen er repræsentativ for den danske befolkning i alderen 15-64 år. Den er derimod ikke repræsentativ for danske forældre og dermed heller ikke for danske børn.

Børn og solskoldninger

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

Tre ud af 10 af de adspurgte forældre (30 %) med hjemmeboende børn under 18 år angiver, at deres yngste barn blev solskoldet i løbet af sommeren 2010. Knap 2 % af forældrene angiver, at deres yngste barn blev solskoldet mere end tre gange, mens 28 % angiver, at deres yngste barn blev solskoldet én til to gange.

²⁴ Marks 2000; Whiteman et al., 2001

Tabel 5.1 *Hvor mange gange blev dit barn forbrændt/solskoldet i sommer?*

	Procent
Mere end 5 gange	0,3 %
3-5 gange	1,5 %
1-2 gange	28,1 %
Aldrig	68,8 %
Ved ikke	1,2 %
Total	100 % (n=1.370)

Stranden og solferier er de primære steder, hvor børn bliver solskoldet

De respondenter, hvis børn blev solskoldet i løbet af sommeren 2010, er blevet spurgt om, hvad børnene lavede, da de blev solskoldede.

Knap fire ud af ti af de børn, der oplevede solskoldninger i løbet af sommeren 2010, var på stranden (38 %), mens en fjerdedel var på solferie i udlandet (25 %) og en femtedel var i haven/gården (22 %).

Tabel 5.2 *Hvor var dit barn henne, da det blev solskoldet? Blandt yngste barn, der blev solskoldet i 2010*

	Procent (n=410)
På stranden/legepladsen/parken	37,8 %
På solferie i udlandet	24,9 %
I haven/gården	21,7 %
I vuggestue/børnehave/skole	13,9 %
I forlystelsespark	6,8 %
Mens det dyrkede sport	6,6 %
I vandland	4,6 %
På vandet	4,6 %
På cykeltur	1,7 %
Sejlede	1,7 %
I solarium	0,2 %
Andet	8,0 %

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

Især ældre børn, oplevede solskoldninger

Det er især forældre med børn i alderen 13-18 år, som har svarer, at deres børn blev forbrændt/solskoldet. 20 % af forældre til 0-6-årige børn har svaret, at deres børn blev solskoldede sammenlignet med 41 % af forældre med børn i alderen 13-18 år.

Tabel 5.3 *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	0,2 %	0,3 %	0,5 %
3-5 gange	0,3 %	2,5 %	2,4 %
1-2 gange	19,0 %	32,4 %	38,4 %
Aldrig	79,8 %	64,1 %	55,9 %
Ved ikke	0,7 %	0,8 %	2,7 %
Total	100 % (n=604)	100 % (n=395)	100 % (n=370)

Børn i solen

Knap hver tiende forælder (9 %) angiver, at deres yngste barn var ude i solen mellem to og tre timer på dage, hvor familien havde fri, og solen skinnede mellem klokken 12 & 15, mens knap en fjerdedel af forældrene (23 %) angiver, at børnene var i solen mellem én og to timer. En tredjedel af forældrene (34 %) svarer, at deres yngste barn enten aldrig var i solen mellem kl. 12 & 15 eller var det mindre end 30 minutter om dagen.

Tabel 5.4 *Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. I har fri og solen skinner. Vi vil gerne vide, hvor mange timer daglig dit yngste barn typisk var i solen på sådan en dag mellem kl. 12 & 15?*

	Procent
Han/hun var aldrig i solen mellem klokken 12 og 15	10,0 %
Mindre end 30 min.	24,0 %
½ - 1 time	29,5 %
1-2 timer	22,9 %
2-3 timer	9,1 %
Ved ikke	4,5 %
Total	100 % (n=1.370)

Det er især ældre børn, der er ude i solen mellem kl. 12 & 15

I følge forældrene er det børn i alderen fra 7-12 år, der er mest ude i solen på fridage om sommeren. Mere end tre fjerdedele af forældrene til de 7-12-årige børn (77 %) svarer, at deres børn er ude mere end en halv time om dagen på fridage, sammenlignet med 52 % af forældrene til børn i alderen 0-6 år og 61 % af forældrene med børn i alderen 13-18 år.

Tabel 5.5 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. I har fri og solen skinner. Vi vil gerne vide, hvor mange timer daglig dit yngste barn typisk var i solen på sådan en dag mellem kl. 12 & 15?

	Yngste barns alder		
	0-6 år	7-12 år	13-18 år
Han/hun var aldrig i solen mellem klokken 12 og 15	17,1 %	3,5 %	5,4 %
Mindre end 30 min.	28,0 %	16,5 %	25,7 %
½ - 1 time	25,5 %	32,4 %	33,0 %
1-2 timer	18,0 %	31,4 %	21,6 %
2-3 timer	8,3 %	13,2 %	6,2 %
Ved ikke	3,1 %	3,0 %	8,1 %
Total	100 % (n=604)	100 % (n=395)	100 % (n=370)

Børn og solbadning

Forældrene bliver i undersøgelsen bedt om at svare på, hvor ofte deres barn solbadede i løbet af sommeren. Hvis de har flere børn, bliver de bedt om at besvare spørgsmålet med udgangspunkt i deres *ældste* barn under 18 år. Lidt mere end hver tiende forældre angiver, at deres ældste barn solbadede mindst en gang om ugen (13 %), imens to tredjedele (66 %) angiver, at deres børn ikke solbadede i sommeren 2010.

Tabel 5.6 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	4,4 %
Han/hun solbadede ca. en gang om ugen	8,3 %
Han/hun solbadede sjældent	19,9 %
Han/hun solbadede ikke	65,8 %
Ved ikke	1,6 %
Total	100 % (n=1.298)

Børnenes alder har stor betydning for, hvor meget de solbader, og solbadning er langt mere udbredt blandt teenagebørn i alderen 13-18 år end blandt de yngre børn. Mere end ni ud af ti (94 %) af børnene i alderen 0-6 år solbadede slet ikke, mens det var 43 % af de 13-18-årige, som ikke solbadede.

Tabel 5.7 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.

	Ældste barns alder		
	0-6 år	7-12 år	13-18 år
Han/hun udnyttede alle muligheder for at solbade	0 %	2,4 %	8,1 %
Han/hun solbadede ca. en gang om ugen	1,2 %	2,9 %	15,7 %
Han/hun solbadede sjældent	3,6 %	17,0 %	30,7 %
Han/hun solbadede ikke	93,6 %	76,9 %	43,2 %
Ved ikke	1,5 %	0,8 %	2,2 %
Total	100 % (n=329)	100 % (n=377)	100 % (n=592)

Institutioners solbeskyttelse

De forældre, der har angivet, at mindst et af deres børn går i dagpleje, vuggestue eller børnehave, er efterfølgende blevet spurgt om de synes, at institutionerne gør nok for at solbeskytte børnene. Undersøgelsen viser, at 78 % af de adspurgte forældre synes, at børnenes institutioner gør nok for at solbeskytte børnene, når de er der, mens 15 % ikke mener, at institutionen gør nok.

Tabel 5.8 Synes du, at dit barns/dine børns børnehave, dagplejer eller vuggestue gør nok for at solbeskytte børnene, når de er der?

	Procent
Ja	78,2 %
Nej	14,6 %
Jeg synes, at de gør for meget for at solbeskytte børnene	3,2 %
Ved ikke	4,0 %
Total	100 % (n=473)

6. Holdninger

Resumé

- 37 % af de 15-65-årige respondenter mener, at det at være meget solbrændt signalerer, at man har et kunstigt udseende, mens 25 % synes det signalerer, at man tænker på sit udseende
- Fire ud af ti respondenter (39 %) mener ikke, at det udsender nogen signaler at være bleg, imens 19 % synes, man ser syg ud, og 26 % synes, man ser naturlig ud
- De ældre aldersgrupper mener i højere grad end de yngre, solbrændt hud udsender signaler om, at man er sund og at man er en aktiv person. De yngre aldersgruppers holdninger går i flere forskellige retninger. De mener i højere grad end de ældre, at solbrændt hud signalerer, at man har et kunstigt udseende, og at man sætter sit udseende højere end sundhed, men også at solbrændt hud signalerer, at man tænker på sit udseende.

De fleste respondents begrundelser for at solbade, er at de gerne vil være brune (se kapitel 3). Vi har i undersøgelsen spurgt ind til, hvilke signaler, undersøgelsens respondenter oplever det signalerer, at være henholdsvis solbrændt eller bleg. I begge spørgsmål indgik både positive, negative og neutrale signaler, det kunne udsende at være hhv. bleg og meget solbrændt.

Hvad signalerer det at være bleg?

Der er størst enighed om, at det at være bleg ikke sender nogen særlige signaler (39 %), eller at det sender et signal om, at man er meget indendørs (33 %). En del af respondenterne opfatter det at være bleg som noget positivt. Eksempelvis mener 26 % af respondenterne, at det signalerer naturlighed, og 20 % af respondenterne, at man passer på sin hud. Til gengæld synes knap en femtedel (19 %), at man ser syg ud, når man er bleg.

Specielt kvinderne synes, at det at være bleg signalerer, at man passer på sin hud og at man ser naturlig ud, men samtidig er der også flest kvinder, der synes, at man ser syg ud, når man er bleg. Flere mænd end kvinder mener ikke, at det sender nogle signaler, og der findes ingen særlig forskel mellem forskellige aldersgrupper på, hvilke signaler, det udsender at være bleg (tal fremgår ikke af tabel).

Tabel 6.1 Hvilke signaler synes du, det sender at være bleg?(n=4156)

	Procent
Synes ikke, at det sender nogle signaler	39,1 %
At man er meget indendørs	33,1 %
At man er naturlig	25,9 %
At man passer på sin hud	20,0 %
At man ser syg ud	18,8 %
At man holder sig meget for sig selv	5,4 %
At man har selvtillid	3,8 %
Andet	3,8 %

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

Hvilke signaler sender det at være meget solbrændt?

De fleste respondenter svarer, at det at være meget solbrændt signalerer, at man har et kunstigt udseende (37 %), at man sætter sit udseende højere end sit helbred (37 %) og/eller at man er ligeglad med sin hud (27 %). Samtidig er der dog også mange, der mener, at solbrændthed signalerer, at man tænker på sit udseende (25 %), eller at man er en aktiv person (21 %).

Der er overordnet ingen kønsforskel i, hvilke signaler, respondenterne mener det sender at være solbrændt. Dog er der en større andel mændene (7 %), der mener, at solbrændthed signalerer, at man har lav selvtillid sammenlignet med kvinderne (4 %) (tal fremgår ikke af tabel).

De ældre aldersgrupper mener i højere grad end de yngre, at det at være meget solbrændt signalerer, at man er sund, og at man er en aktiv person. De yngre aldersgrupper har mere spredte holdninger. De mener i højere grad end de ældre respondenter, at solbrændthed signalerer at man har et kunstigt udseende og at man sætter sit udseende højere end sundhed. Samtidig er der dog også en gruppe yngre respondenter, der i højere grad end de ældre mener, at solbrændthed signalerer, at man tænker på sit udseende (tal fremgår ikke af tabel).

Tabel 6.2 *Hvilke signaler synes du, det sender at være meget solbrændt?*

	Procent
At man har et kunstigt udseende	37,1 %
At man sætter sit udseende højere end sundhed	36,9 %
At man er ligeglad med sin hud	26,5 %
At man tænker på sit udseende	25,3 %
At man er en aktiv person	20,7 %
Synes ikke, det sender nogle signaler	20,2 %
At man er sund	12,2 %
At man har råd til ferie	8,2 %
At man har lav selvtillid	5,6 %
Andet	5,6 %
At man er festlig	2,8 %

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

7. Kendskab til kampagnen

Resumé

- 81 % af undersøgelsens respondenter har hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig i solen, mens 74 % har hørt sloganet ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”
- 23 % af respondenterne angiver hjulpet, at de kan huske alle kampagnens fire solråd
- 19 % af de respondenter, der har kendskab til kampagnen, kampagnens slogan eller solråd, angiver, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen
- Det er især de yngre aldersgrupper og forældre med små børn, der angiver, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen.

Vi har spurgt respondenterne, om de har hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man kan beskytte sig i solen. Derudover har vi undersøgt, om respondenterne har et mere specifikt kendskab, ved at spørge, om de kan huske kampagnens budskab ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”. Vi har desuden spurgt til, om respondenterne kan huske kampagnens solråd.

Kendskab til Solkampagnen og kampagnens budskaber

Hovedparten af undersøgelsens respondenter (81 %) har hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig i solen. Det er specielt kvinderne (87 %), der angiver, at de har kendskab til kampagnen sammenlignet med mændene (74 %). Ligeledes viser undersøgelsen, at der er lidt flere ældre end yngre, der har kendskab til kampagnen (tal fremgår ikke af tabel).

Tabel 7.1 Har du hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler?

	Procent
Ja	80,6 %
Nej	11,5 %
Ved ikke	7,9 %
Total	100 % (n=4.156)

De, der har hørt om kampagnen søger mere skygge og bruger mere solcreme

Kendskabet til Solkampagnen ser ud til at have en betydning for, om man søger skygge mellem klokken 12 og 15. Af de, der har hørt om kampagnen, søger 41 % ofte skygge sammenlignet med 37 % af de, der ikke har hørt om kampagnen.

Tabel 7.2 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 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	41,3 %	37,2 %	43,0 %
Ja, sommetider	45,9 %	43,5 %	42,4 %
Nej	12,7 %	19,2 %	14,5 %
Total	100 % (n=3.348)	100 % (n=478)	100 % (n=330)

Kampagnekendskabet ser også ud til at have en selvstændig betydning for, om man bruger solcreme. Halvdelen af de respondenter (49 %), der har hørt om kampagnen, angiver, at de ofte bruger solcreme sammenlignet med 36 % af dem, som ikke kender kampagnen.

Tabel 7.3 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 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	49,3 %	36,2 %	36,4 %
Ja, sommetider	29,1 %	29,5 %	37,3 %
Nej	21,7 %	34,3 %	26,4 %
Total	100 % (n=3.348)	100 % (n=478)	100 % (n=330)

Der blev ikke fundet nogen association mellem kendskab til kampagnen og brug af hhv. solhat og tøj.

Uhjulpet kendskab til kampagnens navn/slogan

De respondenter, som har angivet, at de har hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler, er efterfølgende blevet spurgt, hvorvidt de kan huske navnet/sloganet på kampagnen. Lidt mere end hver tiende af de adspurgte (13 %) mener, at de kan huske navnet eller sloganet på kampagnen.

Tabel 7.4 Kan du huske navnet/sloganet på kampagnen?

	Procent
Ja, noter venligst	13,3 %
Nej	86,7 %
Total	100 % (n=3.348)

Det er specielt kvinderne, der angiver, at de kan huske navnet/sloganet på kampagnen (17 %) sammenlignet med mændene (9 %). Ligeledes viser undersøgelsen en aldersforskel i andelen, der uhjulpet har kendskab til kampagnens slogan, idet en større andel af de yngste

aldersgrupper svarer, at de kan huske kampagnens slogan. For eksempel angiver en fjerdedel af de 20-29-årige (25 %), at de kan huske sloganet/navnet på kampagnen sammenlignet med 14 % af de 30-39-årige og 9 % af de 40-49-årige (tal fremgår ikke af tabel). De respondenter, der har angivet at de kan huske navnet/sloganet på kampagnen, er efterfølgende blevet bedt om at notere navnet/sloganet. Det er de færreste, der helt præcist har skrevet ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”, men de fleste nævner enten variationer heraf (f.eks. ”Bliv i skyggen mellem 12 og 15”), nævner et eller flere af de fire solråd (f.eks. ”De fire Sér”) eller nævner variationer af sommerkampagnens budskab ”Når først du er rød, er skaden sket” (f.eks. ”Det er for sent, når du er rød”).

Hjulpent kendskab til kampagnens navn/slogan

Når undersøgelsens respondenter får hjælp og bliver spurgt: ”Kan du huske at have set eller hørt sloganet ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”? svarer 74 % af respondenterne ”Ja” (hjulpent kendskab).

Det er specielt kvinderne (85 %), der har set eller hørt kampagnens slogan sammenlignet med mændene (64 %). Undersøgelsen viser endvidere, at betydeligt flere unge har hjulpent kendskab til kampagnens navn/slogan. Blandt de 15-19-årige er det f.eks. 83 %, der angiver, at de har set eller hørt sloganet ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15” mod 75 % af de 30-39-årige og 69 % af de 50-65-årige (tal fremgår ikke af tabel).

Tabel 7.5 Har du set eller hørt sloganet ”Skrud ned for solen mellem 12 & 15”?

	Procent
Ja	74,1 %
Nej	16,1 %
Ved ikke	9,9 %
Total	100 % (n=4.156)

Kendskab til kampagnens budskaber

De respondenter, som har angivet, at de har hørt om en kampagne, der beskriver, hvordan man beskytter sig mod solens stråler er endvidere blevet spurgt, om de kan huske nogle af ”Skrud ned for solen”-kampagnens budskaber.

De budskaber, som fleste af undersøgelsens respondenter kan huske, er *Siesta – søg skygge mellem 12 & 15* (61 %) og *Solcreme - smør dig med rigelig solcreme* (60 %). Mere end halvdelen af respondenterne kan huske rådet *Solhat – brug hat og tøj til at solbeskytte dig med* (52,5 %), mens en tredjedel kan huske *Sluk Solariet – undgå at bruge solarium* (33 %). En fjerdedel af alle undersøgelsens respondenter (25 %) angiver, at de ikke kan huske nogle af kampagnens budskaber.

Tabel 7.6 Skru ned for solen mellem 12 & 15 har nogle råd til, hvordan du kan beskytte dig mod solens stråler. Kan du huske, at du har læst eller hørt nogle af de nedenstående budskaber?

	Procent
Siesta – søg skygge mellem 12 & 15	60,7 %
Solhat – brug hat og tøj til at solbeskytte dig med	52,5 %
Solcreme - smør dig med rigelig solcreme	59,4 %
Sluk solariet – undgå at bruge solarium	32,7 %
Jeg kan ikke huske nogle af kampagnens budskaber	24,8 %
Det har været muligt at angive flere svarmuligheder, hvorfor procenttallene ikke summer til 100 %. (n= 4.156)	

Mere end en femtedel af respondenterne angiver hjulpet, at de kan huske alle fire solråd (23 %), og samme andel (23 %) kan huske tre af kampagnens solråd. 14-15 % kan huske et eller to solråd, mens hver fjerde (25 %), som nævnt ovenfor, ikke kan huske nogen af solrådene.

Det er især kvinderne og de 15-19-årige, som svarer, at de kan huske solrådene (tal fremgår ikke af tabel).

Tabel 7.7 Skru ned for solen mellem 12 & 15 har nogle råd til, hvordan du kan beskytte dig mod solens stråler. Antal solråd som kan huskes.

	Procent
Ingen solråd	24,8 %
Ét solråd	14,0 %
To solråd	15,3 %
Tre solråd	23,2 %
Fire solråd	22,8 %
100 % (n=4.156)	

Ændring af adfærd i solen

De respondenter, der har kendskab til kampagnen, kampagnens slogan eller solråd svarende til ni ud af ti af respondenterne (92 %) i undersøgelsen, er efterfølgende blevet spurgt: ”Har kampagnen været med til at ændre din adfærd i solen?”. Til dette har knap hver femte (19 %) svaret ja, mens knap tre fjerdedele (73 %) ikke mener, at kampagnen har ændret deres adfærd. Det er en større andel af kvinder end mænd, der angiver at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen (24 % mod 12 %).

Tabel 7.9 Har kampagnen været med til at ændre din adfærd i solen?

	Procent
Ja	18,6 %
Nej	73,4 %
Ved ikke	7,9 %
Total	100 % (n=3.836)

De yngste har i højere grad ændret adfærd på baggrund af kampagnen

De yngre aldersgrupper angiver i højere grad, at Solkampagnen har været med til at ændre deres adfærd. Mere end en femtedel af de 15-19-årige (23 %) angiver, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd sammenlignet med 16 % af de 40-49-årige.

Tabel 7.10 Har kampagnen været med til at ændre din adfærd i solen? Fordelt på aldersklasser

	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-65 år
Ja	22,9 %	21,9 %	20,3 %	15,6 %	16,6 %
Nej	66,5 %	70,7 %	72,6 %	75,9 %	75,8 %
Ved ikke	10,6 %	7,4 %	7,1 %	8,6 %	7,5 %
Total	100 % (n=340)	100 % (n=661)	100 % (n=806)	100 % (n=874)	100 % (n=1.155)

Solkampagnen når småbørnsfamilierne

Undersøgelsen viser en tendens til, at forældre med børn i alderen 0-6 år i højere grad rapporterer, at Solkampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen, sammenlignet med forældre, der har ældre hjemmeboende børn under 18 år. Mere end en femtedel af forældrene (23 %) med børn i alderen 0-6 år angiver, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen sammenlignet med 18 % af forældrene med yngste barn i alderen hhv. 7-12 år og 13-18 år.

Tabel 7.11 Har kampagnen været med til at ændre din adfærd i solen? Fordelt på alder for yngste hjemmeboende barn.

	0-6 år	7-12 år	13-18 år
Ja	22,6 %	17,8 %	17,6 %
Nej	69,4 %	73,9 %	74,4 %
Ved ikke	8,0 %	8,2 %	8,1 %
Total	100 % (n=572)	100 % (n=376)	100 % (n=347)

Mere opmærksomme på at søge skygge

Undersøgelsens respondenter er blevet bedt om at svare på, hvordan kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen. Mere end hver tiende af de adspurgte angiver, at de er

blevet mere opmærksomme på at søge skygge (13 %) og bruge solcreme (12 %) mellem klokken 12 & 15.

Tabel 7.12 *Jeg er blevet mere opmærksom på at...*

	Alle respondenter	Respondenter, der har ændret adfærd i solen
Søge skygge mellem klokken 12 og 15	12,6 %	73,3 %
Bruge solcreme mellem klokken 12 og 15	11,7 %	67,8 %
Beskytte mine børn i solen	6,0 %	35,0 %
Undgå solariet	6,1 %	35,2 %
Tage en bluse på mellem klokken 12 og 15	5,1 %	29,7 %
Tage hat på mellem klokken 12 og 15	3,8 %	22,0 %
Tage bukser/nederdel på mellem klokken 12 og 15	2,0 %	11,7 %
	(n=4.156)	(n=715)

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

Blandt de respondenter, som rapporterer, at kampagnen har været med til at ændre deres adfærd i solen, har knap tre fjerdedele af de adspurgte svaret (73 %), at de er blevet mere opmærksomme på at søge skygge, mens to tredjedele angiver (68 %), at de er blevet mere opmærksomme på at bruge solcreme. Derudover angiver mere end en tredjedel af de adspurgte, at de hhv. er blevet mere opmærksomme på at beskytte deres børn i solen (35 %) og undgå solariet (35 %).

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

Knap en femtedel af de 15-19-årige (17 %) angiver, at de er blevet mere opmærksomme på at bruge solcreme, mens mere end hver tiende af de 15-19-årige (12 %) er blevet mere opmærksomme på at søge skygge mellem klokken 12 & 15. Derudover angiver 8 % af de 15-19-årige, at de er blevet mere opmærksomme på at undgå solariet.

Hovedparten af de unge, der har tidligere har angivet, at de har ændret adfærd i solen pga. kampagnen, er især blevet mere opmærksomme på at bruge solcreme (81 %). Mere end halvdelen (55 %) angiver, at de er blevet mere opmærksomme på at søge skygge, mens 39 % af de 15-19-årige, der har ændret adfærd, svarer, at de er blevet mere opmærksomme på at undgå solariet.

Tabel 7.13 *Jeg er blevet mere opmærksom på at...*

	Alle 15-19-årige	15-19-årige, der har ændret adfærd i solen
Bruge solcreme mellem klokken 12 og 15	17,4 %	80,8 %
Søge skygge mellem klokken 12 og 15	11,8 %	55,1 %
Undgå solariet	8,3 %	38,5 %
Tage en bluse på mellem klokken 12 og 15	7,7 %	35,9 %
Tage hat på mellem klokken 12 og 15	4,7 %	21,8 %
Tage bukser/nederdel på mellem klokken 12 og 15	3,3 %	15,4 %
Beskytte mine børn i solen	0,8 %	3,8 %
	(n=363)	(n=78)

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

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

Hver syvende forældre med hjemmeboende børn under 18 år (14 %) angiver, at de er blevet mere opmærksomme på at søge skygge mellem klokken 12 & 15, mens 13 % af forældrene angiver, at de er blevet mere opmærksomme på at beskytte deres børn i solen. Derudover svarer hver tiende af forældrene (11 %), at de er blevet mere opmærksomme på at bruge solcreme.

Forældre med hjemmeboende børn under 18 år, der har ændret adfærd på baggrund af kampagnen, angiver, at de især er blevet mere opmærksomme på at søge skygge (76 %), beskytte deres børn i solen (72 %) samt bruge solcreme mellem klokken 12 og 15 (60 %). Derudover angiver en tredjedel af forældrene, der har ændret adfærd på baggrund af kampagnen, at de er blevet mere opmærksomme på at undgå solariet (32 %), mens en fjerdedel angiver, at de er blevet mere opmærksomme på at tage en bluse på (26 %).

Tabel 7.14 *Jeg er blevet mere opmærksom på at...*

	Alle forældre	Forældre, der har ændret adfærd i solen
Beskytte mine børn i solen	13,4 %	72,2 %
Søge skygge mellem klokken 12 og 15	14,2 %	76,1 %
Bruge solcreme mellem klokken 12 og 15	11,1 %	59,6 %
Undgå solariet	6,0 %	32,2 %
Tage en bluse på mellem klokken 12 og 15	4,7 %	25,5 %
Tage hat på mellem klokken 12 og 15	2,8 %	15,3 %
Tage bukser/nederdel på mellem klokken 12 og 15	1,7 %	9,0 %
	(n=1.370)	(n=255)

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

Solkampagnens relevans

Syv ud af ti af undersøgelsens respondenter (71 %) mener, at en kampagne, som gør opmærksom på solens farlige stråling, er meget relevant eller relevant, mens en fjerdedel af respondenterne (26 %) slet ikke eller ikke mener, at det er relevant.

Især kvinderne finder Solkampagnen relevant, mens undersøgelsen ikke viser forskel i, hvor relevant kampagnen opleves på tværs af de forskellige aldersgrupper. Endvidere angiver forældre med små børn (0-6 år) i højere grad, at Solkampagnen er meget relevant eller relevant (76 %) sammenlignet med forældre med børn i alderen 7-12 år (71 %) og 13-18 år (71 %) (tal fremgår ikke af tabel).

Tabel 7.15 *Hvor relevant er en kampagne, der gør dig opmærksom på solens farlige stråling?*

	Procent
Meget relevant	27,8 %
Relevant	42,7 %
Ikke relevant	19,0 %
Slet ikke relevant	6,7 %
Ved ikke	3,8 %
Total	100 % (n=4.156)

8. Udvikling over tid

Resumé

- Andelen, der er blevet solskoldet den seneste sommer, har ikke ændret sig markant i perioden 2008-2010.
- Der er sket et fald i andelen af 'soldyrkere' dvs. de som udnytter alle muligheder for at solbade i perioden 2006-2010.
- Siden 2007 er der sket en stigning i andelen, der bruger solcreme. Derudover ses også en svag stigning i andelen, der bruger tøj, som dækker. Der ses næsten ingen ændring i andelen af respondenter, der følger solrådene om at bruge solhat og skygge.
- Der er metodiske problemer ved at sammenligne resultaterne fra 2006 og 2007 med de efterfølgende år.

I dette kapitel sammenligner vi resultaterne i Solundersøgelsen 2010 med de tidligere solundersøgelser. Den første solundersøgelse blev gennemført i april 2007, hvor respondenterne blev bedt om at huske tilbage til sommeren 2006. I det følgende ser vi på udviklingen hen over årene i forhold til solskoldninger 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 i hvor høj grad danskernes adfærd i solen påvirkes af sommervejret. Man kan eksempelvis forestille sig, at folk bliver mere solskoldede de år, hvor der er meget sol, men sammenhængene kan også være komplekse, og for eksempel afhænge af, hvornår på året, der er mest sol, om forårssolen er ekstra kraftig efter en særlig lang og kold vinter og om der er mange solskinstimer i weekender og ferier, hvor folk har mere tid til at være udenfor mellem klokken 12 & 15.

De somre, der indgår i vores undersøgelse, er somrene 2006-2010. For at illustrere, hvor forskellige somre, der har været, har vi set på to parametre: Gennemsnitstemperatur og antal solskinstimer i de tre sommermåneder: juni, juli og august.

Tabel 8.1 Somrene 2007-2010

	2006	2007	2008	2009	2010	Gennemsnit (1961-1990)
Temp., °C	17,3	16,2	16,4	16,2	16,3	15,2
Solskinstimer	732	579	721	700	645	591

Sommeren 2006 ser umiddelbart ud til at have været den bedste af de fem somre – med flest solskinstimer (732) og den højeste gennemsnitstemperatur (17,3 °C). Sommeren 2007 var derimod en dårlig sommer med forholdsvis få solskinstimer (579) og en gennemsnitstemperatur på 16,2 °C.

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

Udover vejrets udsving, er der endnu et metodisk problem knyttet til at sammenligne resultaterne over tid. Undersøgelsen, der skulle kortlægge sommeren 2006 – tiden før kampagnens begyndelse - blev først gennemført, da Solkampagnen blev igangsat i foråret 2007. Folk er derfor blevet bedt om at huske over et halvt år tilbage. 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 sommeren²⁵. Det er derfor vanskeligt at sammenligne Solundersøgelsen 2006 med resultaterne fra de senere år.

Solskoldninger

Undersøgelsen viser, at udviklingen i andelen af respondenter, der er blevet solskoldet henover sommeren, ikke har ændret sig meget i perioden 2006-2010. I 2010 angav fire ud af ti af respondenterne (41 %), at de havde oplevet at blive forbrændte en eller flere gange i løbet af sommeren. Dette svarer til omtrent samme andel som i 2006 (39 %). En lidt større andel (44 %) oplevede at blive forbrændte i hhv. 2008 og 2009. I 2007 ses, at kun 31 % af undersøgelsens respondenter havde oplevet at blive forbrændte, hvilket sandsynligvis hænger sammen med den vejræssigt dårlige sommer i 2007.

Tabel 8.2 Forbrændt/solskoldet den seneste sommer

	2006	2007	2008	2009	2010
Forbrændt/solskoldet én gang eller mere	39,4 %	30,9 %	43,6 %	43,8 %	41,2 %
Ikke forbrændt/solskoldet	59,7 %	68,6 %	55,7 %	55,6 %	57,9 %
Ved ikke	1,0 %	0,5 %	0,7 %	0,6 %	0,9 %
Total	100 % (n=4.303)	100 % (n=4.451)	100 % (n=4.277)	100 % (n=4.186)	100 % (n=4.156)

²⁵ Adams et al. 2009

Børns solskoldninger

Undersøgelsen viser en tendens til, at andelen af børn, der har oplevet solskoldninger, er en smule lavere i 2010 (30 %) sammenlignet med 2008 og 2009 (hhv. 33 % og 34 %). Andelen af solskoldninger for børn var markant lavere i 2007 (21 %) sammenlignet med de andre år, hvilket sandsynligvis skyldes vejret i sommeren 2007.

Tabel 8.3 Yngste barn forbrændt/solskoldet den seneste sommer (børn i alderen 0-18 år)

	2006	2007	2008	2009	2010
Forbrændt/solskoldet én gang eller mere	28,1 %	20,7 %	33,4 %	34,4 %	30,2 %
Ikke forbrændt/solskoldet	71,1 %	79,3 %	64,6 %	64,6 %	68,6 %
Ved ikke	1 %	0,1 %	2,1 %	1 %	1,2 %
Total	100 % (n=1.502)	100 % (n=1.273)	100 % (n=1.358)	100 % (n=1.383)	100 % (n=1.370)

Solbadning

Rapporten viser, at danskerne fortsat solbader hyppigt. I 2010 solbadede over en tredjedel af danskerne (34 %) en gang om ugen eller hyppigere, hvilket svarer til niveauet for 2008 og 2009 (hhv. 35 % og 34 %). Der ses dog en tendens til, at andelen af 'soldyrkere', som udnyttede alle muligheder for at solbade, er langsomt faldende fra 16 % i 2008 til 13 % i 2010.

Tabel 8.4 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?

	2006	2007	2008	2009	2010
Udnyttede alle muligheder for at solbade	18,2 %	14,5 %	15,8 %	14,3 %	13,0 %
Solbadede ca. en gang om ugen	24,6 %	16,7 %	19,5 %	19,3 %	21,3 %
Solbadede sjældent eller slet ikke	56,3 %	68,1 %	64,0 %	65,6 %	64,6 %
Ved ikke	0,9 %	0,7 %	0,7 %	0,7 %	1,1 %
Total	100 % (n=4.303)	100 % (n=4.451)	100 % (n=4.277)	100 % (n=4.186)	100 % (n=4.156)

Kvinderne er fortsat dem, som solbader mest

Dobbelt så mange kvinder som mænd kan karakteriseres som 'soldyrkere', idet 18 % af kvinderne mod 9 % af mændene udnyttede alle muligheder for at solbade i 2010. Andelen af soldyrkere er faldet for både kvinder og mænd i perioden 2006 til 2010.

Tabel 8.5 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? Fordelt på køn

	2006	2007	2008	2009	2010
Udnyttede alle muligheder for at solbade					
Kvinder	23,0 %	18,8 %	21,9 %	19,4 %	17,6 %
Mænd	12,3 %	9,1 %	9,6 %	9,4 %	8,5 %

Andelen af unge 'soldyrkere' er faldende

Undersøgelsen viser desuden, at andelen af unge mellem 15-19 år, der udnytter alle muligheder for at solbade, er faldende. I 2008 angav en tredjedel af de 15-19-årige (34 %), at de udnyttede alle muligheder for at solbade, sammenlignet med 23 % i 2009 og 20 % i 2010.

Tabel 8.6 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? Blandt 15-19-årige.

	2006	2007	2008	2009	2010
Udnyttede alle muligheder for at solbade	33,3 %	27,0 %	33,9 %	23,2 %	20,1 %
Solbadede ca. en gang om ugen	25,3 %	27,3 %	32,5 %	24,5 %	36,1 %
Solbadede sjældent eller slet ikke	40,8 %	45,5 %	32,5 %	52,0 %	42,7 %
Ved ikke	0,6 %	0,3 %	1,2 %	0,3 %	1,1 %
Total	100 % (n=336)	100 % (n=354)	100 % (n=431)	100 % (n=388)	100 % (n=363)

Efterlevelse af solråd

Skygge

I 2010 svarede 86 % af respondenterne, at de enten ofte eller sommetider søgte skygge mellem klokken 12 og 15. Det er lidt færre end i 2008 (89 %) og på samme niveau som i 2007 og 2009 (hhv. 86 % og 85 %).

Tabel 8.7 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Søgte du skygge?

	2006	2007	2008	2009	2010
Ja	84,1 %	86,0 %	88,8 %	84,7 %	86,4 %
Nej	15,9 %	14,0 %	11,2 %	15,3 %	13,6 %
Total	100 % (n=4.303)	100 % (n=4.451)	100 % (n=4.277)	100 % (n=4.186)	100 % (n=4.156)

Solhat

I perioden 2007-2010 finder vi en tendens til, at andelen, der bruger solhat, når solen skinner mellem klokken 12 og 15, har været stigende fra hhv. 30 % til 35 %.

Tabel 8.8 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du solhat?

	2006	2007	2008	2009	2010
Ja	40,5 %	30,3 %	30,6 %	33,0 %	34,5 %
Nej	59,5 %	69,7 %	69,4 %	67,1 %	66,5 %
Total	100 % (n=4.303)	100 % (n=4.451)	100 % (n=4.277)	100 % (n=4.186)	100 % (n=4.156)

Flere bruger let tøj som solbeskyttelsesstrategi

Det er ikke muligt, at sammenligne spørgsmålet om, hvorvidt folk har brugt let tøj i perioden 2006-2010. I 2006-2007 blev folk spurgt, om de brugte let tøj mellem klokken 12 og 15, hvilket ikke var præcist nok i forhold til, om de brugte tøjet som solbeskyttelsesstrategi. I 2008, 2009 og 2010 har vi derfor spurgt ”*Brugte du let tøj, der dækkede krop, overarme og lår*”. Ændringen i spørgsmålsformuleringen havde naturligvis stor betydning for besvarelsene, og det giver derfor ikke mening at se på udviklingen over tid fra 2006 til 2010. Det giver dog mening at sammenligne 2008, 2009 og 2010. Fra 2008-2010 ser vi en stigning i andelen, der brugte let tøj til at beskytte sig mod solens stråler fra 55 % i 2008 til 64 % i 2010.

Tabel 8.9 Anvendelse af let tøj//Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du tøj, der dækkede krop, overarme og lår?

	2006	2007	2008	2009	2010
Ja	93,3 %	88,3 %	55,0 %	60,2 %	63,7 %
Nej	6,7 %	11,8 %	45,0 %	39,8 %	36,3 %
Total	100 % (n=4.303)	100 % (n=4.451)	100 % (n=4.277)	100 % (n=4.186)	100 % (n=4.156)

Flere bruger solcreme

Andelen af danskere som bruger solcreme ofte eller sommetider har været stigende siden 2007. I 2007 angav 68 % af undersøgelsens respondenter, at de ofte eller sommetider brugte solcreme sammenlignet med 71 % i 2008, 74 % i 2009 og 77 % i 2010.

Tabel 8.10 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du solcreme?

	2006	2007	2008	2009	2010
Ja	79,3 %	68,2 %	71,3 %	74,0 %	76,5 %
Nej	20,7 %	31,8 %	28,7 %	26,0 %	23,5 %
Total	100 % (n=4.303)	100 % (n=4.451)	100 % (n=4.277)	100 % (n=4.186)	100 % (n=4.156)

Flere mænd bruger solcreme

Det er mændene, der har ændret adfærd mht. at bruge solcreme siden 2007. I 2010 brugte 68 % solcreme, mens det kun var 55 % i 2007.

Tabel 8.11 Tænk tilbage på denne sommer i Danmark. Du havde fri, solen skinnede og klokken var mellem 12 og 15. Brugte du solcreme? Mænd

	2006	2007	2008	2009	2010
Ja, ofte	34,5 %	28,1 %	27,7 %	34,7 %	35,7 %
Ja, sommetider	35,9 %	26,6 %	31,3 %	32,6 %	31,8 %
Nej	29,7 %	45,3 %	41,1 %	32,7 %	31,6 %
Total	100 % (n=1.911)	100 % (n=1.976)	100 % (n=2.133)	100 % (n=2.109)	100 % (n=2.082)

Kampagnekendskab

I 2010 var der 74 % der svarede, at de havde hørt eller set sloganet 'Skru ned for solen mellem 12 & 15'. Dette er en mindre andel end i 2009, hvor det hjælpe kampagnekendskab var på 80 %.

Tabel 8.12 Har du set eller hørt sloganet "Skru ned for solen mellem 12 & 15"? (Hjulpent kendskab)

	2006	2007	2008	2009	2010
Ja	19,6 %	73,8 %	73,3 %	80,4 %	74,1 %
Nej	63,1 %	17,1 %	15,9 %	11,0 %	16,1 %
Ved ikke	17,3 %	9,2 %	10,7 %	8,6 %	9,9 %
Total	100 % (n=4303)	100 % (n=4451)	100 % (n=4.277)	100 % (n=4.186)	100 % (n=4.156)

9. Metode

Undersøgelsen blev foretaget som en online spørgeskemaundersøgelse (CAWI) fra den 2. september til den 29. september 2010 blandt 15-64-årige. Undersøgelsen blev foretaget blandt medlemmer af Userneeds' Danmarkspanel.

Målgruppe, screening og invitation

Undersøgelsen blev gennemført blandt 15-64-årige danskere. Der blev kun inviteret personer, der opfyldte målgruppekriteriet om at være mellem 15 og 64 år. Undersøgelsen er gennemført ved brug af kvoter. Kvoterne blev lavet ud fra et opstillet repræsentativitetskrav til undersøgelsen og var baseret på oplysninger om sammensætningen af den danske befolkning fra Danmarks Statistik. Kvoterne blev defineret ud fra den specifikke gruppes profil (f.eks. mænd, 15-19 år, der bor i Region Syddanmark). Hver kvote blev indstillet til at lukke, når der var nok svar fra den givne profil.

Deltagerne blev inviteret pr. mail. Inviterede deltagere, der ikke svarede, blev påmindet. I alle mails, både i invitationer og påmindelser, blev deltagerne gjort opmærksomme på, at undersøgelsen var et samarbejde mellem Userneeds, Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden, samt at de deltog i en lodtrækning om gavekort.

Repræsentativitet

Undersøgelsens deltagere udgør et overordnet repræsentativt udsnit af den danske befolkning mellem 15 og 64 år. Datamaterialet er ikke blevet vejret. Datamaterialet er interlocked national repræsentativt på køn, alder og regioner²⁶. Derudover er datamaterialet samlet set nationalt repræsentativt fordelt på uddannelse og civilstand. Der blev anvendt en tolerance på 5 % afvigelse, forstået som, at antallet af svar i datamaterialet maksimalt måtte afvige 5 % fra den nationalt repræsentative sammensætning. Der var 3 grupper, som afveg mere end 5 % fra den nationalt repræsentative sammensætning ud af 68 kvoter. Især yngre mænd fra Nordjylland var underrepræsenterede i undersøgelsen.

²⁶ Ud af undersøgelsens 68 kvoter er der 3 kvoter, der ligger under den normale 5 % margin. Der er tale om følgende kvoter: Mænd, Region Sjælland, 15-19 år (87 % af svarene er indsamlet); Mænd, Region Midtjylland, 15-19 år (74 % af svarene er indsamlet); Mænd, Region Nordjylland, 16-19 år (50 % af svarene er indsamlet).

Tabel 9.1 Forskel i antal svar (national repræsentativ fordeling af svar og fordelingen af svar i datamaterialet)

Mænd	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-64 år
Region Hovedstaden	0	2	2	1	2	0
Region Sjælland	-4*	-1	1	2	1	0
Region Syddanmark	1	2	2	2	2	1
Region Midtjylland	-12**	2	2	0	-1	0
Region Nordjylland	-11***	1	1	1	1	0

* Afvigelse på 13 %

**Afvigelse på 26 %

***Afvigelse på 50 %

Tabel 9.2 Fordelingen af 15-64-årige kvinder i Danmark

Kvinder	15-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-64 år
Region Hovedstaden	1	1	2	2	2	0
Region Sjælland	0	1	1	0	1	0
Region Syddanmark	1	1	2	2	1	0
Region Midtjylland	1	2	-1	2	2	1
Region Nordjylland	0	0	1	1	0	-1

Tabel 9.3 Fordeling på uddannelse – forskel i antal svar

Grundskole	23
Ungdomsuddannelse	31
Videregående uddannelse	2

Tabel 9.4 Fordeling på civilstand – forskel i antal svar

Gift/samlevende	15
Single	11

Svarprocent

Der er i alt blevet inviteret 24.136 personer til undersøgelsen. 93 % af disse personer er medlem af Userneeds Danmarkspanel, de resterende 7 % er medlemmer af Userneeds godkendte samarbejdspartneres paneller hhv. Research Now og YouGov.

I alt 5.902 personer har påbegyndt spørgeskemaet (svarprocent = 24 pct.), og heraf har 5.277 personer besvaret hele spørgeskemaet (svarprocent = 22 pct.).

Tabel 9.5 Svarprocenter

	Antal personer	Svarprocent
Inviterede til undersøgelsen	24.136	
Påbegyndt spørgeskemaet	5.902	24 %
Gennemførte interviews	5.277	22 %
Delvist gennemførte interviews	625	

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 til vurdering af undersøgelsens kvalitet.

Webinterview er nyere end eksempelvis postale interview og telefoninterview og har indtil for få år siden været set på med 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 panelet, 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 (f.eks. svarprocent), som det er tilfældet ved telefoniske og postale undersøgelser. Dette er ikke ensbetydende med, at svarprocenten for webundersøgelser er ligegyldig. En webundersøgelse med meget lav svarprocent vil lide under en bortfaldsproblematik, ligesom det er tilfældet for alle andre typer af undersøgelser.

De anvendte webpaneler i de fem undersøgelser opfylder alle kravene i forhold til deres opbygning, vedligeholdelse, størrelse, rekruttering og håndtering af panelister. Svarprocenten har for de tre første tilfælde været over 30 %, hvilket er acceptabelt i forhold til normalen for den slags undersøgelser²⁷. Svarprocenten i 2010 var på 22 %, hvilket dog er under normalen.

Det er en styrke for sammenligningsgrundlaget, at Solundersøgelsen er blevet gennemført på samme måde fem år i træk (2006-2010). De problemer, der findes ved webundersøgelser, er de samme for alle år, og derfor vil eventuelle udviklingstendenser sandsynligvis afspejle en reel udvikling i danskernes solvaner.

Spørgeskemaet

Spørgeskemaet, 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.

²⁷ Dobrow MJ et al. 2008

På baggrund af dataindsamlingerne i 2007 er spørgeskemaet blevet korrigeret en smule i 2008, 2009 og 2010. Spørgsmålet om, hvorvidt respondenterne bruger tøj som solbeskyttelse, er blevet ændret i en sådan grad, at besvarelserne ikke kan sammenlignes på tværs af de tre år.

Vejr

Som vi gennemgik i kapitlet om udvikling over tid, har sommerens vejr formentlig stor betydning for danskernes soladfærd, og for, om respondenterne har oplevet solskoldninger. Vi har brug for at følge udviklingen over tid i Danmark for at få et klarere billede af, hvordan sommervejrets udsving har betydning.

Måling af individuel solbeskyttelse

Selvrapporeret adfærd er det mest brugte i undersøgelser af folks adfærd i solen, og det er også denne metode, der er brugt i dataindsamlingen til denne rapport. Selvom det er almindeligt at spørge ind til folks sædvanlige eller typiske adfærd²⁸, 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, som man oplever som mest socialt acceptabelt. Der vil eksempelvis være en risiko for, at respondenterne i højere grad afrapporterer at benytte solrådene, efter kendskabet til dem er steget – alene fordi de er blevet gjort opmærksomme på, at det er sundere – uden, at det nødvendigvis afspejler egentlige adfærdsændringer.

Ved spørgeskemaundersøgelser, hvor spørgsmålene er stillet retrospektivt, f.eks. således at folk er blevet bedt om at huske deres adfærd og forbrændinger i løbet af sommeren, vil der være en risiko for afvigelser i svarene i forhold til respondenternes 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 i september. Adams et al. 2009 har fundet, at tidspunktet, hvor man spørger folk retrospektivt om deres soladfærd, har betydning for, hvordan respondenter svarer på spørgsmål om deres solbeskyttelsesstrategier i løbet af sommeren²⁹. Solundersøgelsen for 2006 blev først gennemført i marts-april 2007 (som en baselineundersøgelse), hvilket gør det problematisk at sammenligne med udviklingen henover somrene.

Ideelt set burde de selvrapporerede data om solbeskyttelse og soleksponering have været komplementeret af mere objektive metoder, som eksempelvis observationsstudier eller egentlige undersøgelser af huden³⁰. På den måde ville man få indblik i, hvor valide folks selvrapporteringer er. Det har dog ikke været muligt at gøre indenfor de rammer, der har været for denne undersøgelse.

²⁸ Glanz og Mayer 2005

²⁹ Adams et al. 2009

³⁰ Glanz og Mayer 2005

Hudtype inddeling

Folks solvaner og tendens til solskoldninger afhænger af, hvilken hudtype de har.

Til at inddele folk i forskellige hudtyper har vi brugt Fitzpatrick's hudtypeinddeling³¹. Ifølge Fitzpatrick kan man inddele folk i seks hudtyper, bestemt af, hvordan deres hud reagerer i begyndelsen af solsæsonen.

Hudtype 1 – Altid solskoldet, aldrig brun

Hudtype 2 – Somme tider solskoldet, sjældent brun

Hudtype 3 – Sjældent solskoldet, somme tider brun

Hudtype 4-6 – Aldrig solskoldet, altid brun

Vi har defineret 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 solskoldet”; ”Bliver sommetider solskoldet”; ”Bliver sjældent solskoldet”; ”Bliver aldrig solskoldet”. Kategorierne svarer således til kategorierne i Fitzpatrick's hudtypeinddeling. Til det andet spørgsmål er svarkategorierne: ”Bliver aldrig brun”; ”Bliver lidt brun”; ”Bliver noget brun”; ”Bliver kraftigt brun”. Hvis det antages, at ”lidt brun” svarer til ”sjældent brun”, ”noget brun” svarer til ”sometider brun” og ”kraftigt brun” svarer til ”altid brun” kan også disse kategorier bruges i Fitzpatrick's hudtypeinddeling.

Alle de, 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, og de blå er hudtype 4-6.

Tabel 9.6 Undersøgelsens inddeling af hudtyper

Hudtype	Altid solskoldet	Sometider solskoldet	Sjældent solskoldet	Aldrig solskoldet
Altid brun				
Sometider brun				
Sjældent brun				
Aldrig brun				

Undersøgelsens besvarelser betyder, at respondenterne hyppigt kategoriseres som hudtype 2 og 3. Selvvurdering af hudtype giver enkelte modsigelser. Eksempelvis er der personer, som både mener, de bliver solskoldet og brune ved den første sol, eller omvendt.

³¹ Fitzpatrick, 1988

Analyser

Alle analyser er blevet gennemført i SPSS/ PASW Statistics 18.0. Til alle analyser, der er blevet udarbejdet for at vurdere, om der er forskel mellem grupper f.eks. køn, alder og forældre, er der blevet anvendt χ^2 -tests med et 95 % konfidensinterval.

Litteraturliste

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

Armstrong BK & Krickler A. Epidemiology of sun exposure and skin cancer. *Cancer surveys* 1996;126:133-53.

Bech-Thomsen N, Wulf HC. Sunbather' application of sunscreen is probably inadequate to obtain the sun protection factor assigned to the preparation. *Photodermatol Photoimmunol Photomed* 1992/1993; 9: 242-244.

Chadysiene R, Girgzdys A. Ultraviolet radiation albedo of natural surfaces. *Journal of environmental engineering and landscape management* 2008. 16(2):83-88.

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

Dobrow MJ, Orchard MC, Golden B, Holowaty E, Paszat L, Brown AD, Sullivan T Response audit of an Internet survey of health care providers and administrators: implications for determination of response rates. *J Med Internet Res* 10:e30, 2008

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

Faktaark om D-vitamin fra Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne. Udviklet i samarbejde med Miljøministeriet, DMI, Dansk Dermatologisk Selskab, Sundhedsstyrelsen: http://www.cancer.dk/NR/rdonlyres/76320DF4-E4D9-4D3C-91B6-793C6E5A7D40/0/FaktaarkomDvitamin_nyanbefalingendelig.pdf

Farrerons J, Barnadas M, Rodríguez J, Renau A, Yoldi B, López-Navidad A, Moragas J. Clinically prescribed sunscreen (sun protection factor 15) does not decrease serum vitamin D concentration sufficiently either to induce changes in parathyroid function or in metabolic markers. *Br. J. Dermatol.* 1998;139:442-7.

Faurschou A & Wulf HC. The relation between sun protection factor and amount of sunscreen applied *in vivo*. *British Journal of Dermatology* 2007: 156; 716-719.

Ferlay J, Shin HR, Bray F, Forman D, Mathers C and Parkin DM. GLOBOCAN 2008, Cancer Incidence and Mortality Worldwide: IARC CancerBase No. 10 [Internet]. Lyon, France: International Agency for Research on Cancer; 2010. Available from <http://globocan.iarc.fr>:

Fitzpatrick TB. The validity and practicality of sun-reactive skin types I through VI. *Arch Dermatol*. 1988;124:869-71.

Glanz K & Mayer JA. Reducing UVR exposure to prevent skin cancer: Methodology and measurement. *American Journal of Preventive Medicine* 2005; 29:131-142.

Marks R, Foley PA, Jolley D, Knight KR, Harrison J, Thompson SC. The effect of regular sunscreen use on vitamin D levels in an Australian population. *Arch Dermatol* 1995;131:415-21.

Marks R. Use of sunscreen does not risk vitamin D deficiency. *BMJ* 1999;319:1066.

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

Storm HH, Gislum M, Kejs AMT, Engholm G. Overlevelse af danske kræftpatienter 1995-2006. *Ugeskr laeger* 2010 April

Sundhedsstyrelsen 2011a: Anbefalinger om D-vitamin. Hentet fra Sundhedsstyrelsens hjemmeside marts 2011:

<http://www.sst.dk/Sundhed%20og%20forebyggelse/Ernaering/D-vitamin.aspx>

Sundhedsstyrelsen 2011b: Kilder til D-vitamin. Hentet fra Sundhedsstyrelsens hjemmeside marts 2011:

<http://www.sst.dk/Sundhed%20og%20forebyggelse/Ernaering/D-vitamin/Kilder%20til%20D-vitamin.aspx>

Thieden E, Philipsen PA, Sandby-Møller, Wulf HC. Sunscreen Use Related to UV Exposure, Age, Sex, and Occupation Based on Personal Dosimeter Readings and Sun-exposure Behavior Diaries. *Arch Dermatol* 2005; 141: 067-973.

Thorgaard C, Køster B, Krarup AF. Solundersøgelsen 2009. Kræftens Bekæmpelse 2010

World Health Organisation 2009: Ultraviolet radiation and human health. Fact sheet N 305. December 2009. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs305/en/print.html>

World Health Organisation 1997: The International Agency for Research on Cancer. IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans. Volume 55. Solar and

Ultraviolet Radiation. Summary of Data Reported and Evaluation. Last updated 11 November 1997.

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.

Wulf HC, Stender IM, Lock-Andersen J. Sunscreens used at the beach do not protect against erythema: a new definition of SPF is proposed. *Photodermatol Photoimmunol Photomed* 1997; 13: 129-32.