



EFNI:

Heilsa og félagsleg staða	bls. 1
Fyrri rannsóknir á heilsu og líðan Íslendinga	bls. 3

Ritstjórn

Sigríður Haraldsdóttir
sviðsstjóri, ábm.
Hildur Björk Sigbjörnsdóttir

Ritstjóri
Jónína M. Guðnadóttir

EMBÆTTI LANDLÆKNIS HEILBRIGÐISUPPLÝSINGAR

Barónsstíg 47
101 Reykjavík
Sími: 510 1900
Bréfasími: 510 1919

Netfang: mottaka@landlaeknir.is
Veffang: www.landlaeknir.is

Heimilt er að nota efni þessa fréttabréfs, sé heimildar getið.

HEILSA OG FÉLAGSLEG STAÐA

Um þessar mundir stendur yfir gagnaöflun rannsóknarinnar *Heilsa og líðan Íslendinga 2012*. Upplýsingum sem snerta almennt heilsufar og tengda áhrifþætti heilbrigðis er nú safnað hjá ríflega 10.000 Íslendingum, en hluti þeirra svaraði sömu spurningakönnun bæði 2007 og 2009. Mikilvægi þessara upplýsinga er ótvírátt þar sem rannsóknin á engan sinn líka hér á landi og veitir því yfirvöldum, fræðsamfélaginu og ekki síst landsmönnum sjálfum tækifæri til að fylgjast með almennri þróun á heilsu og líðan Íslendinga.

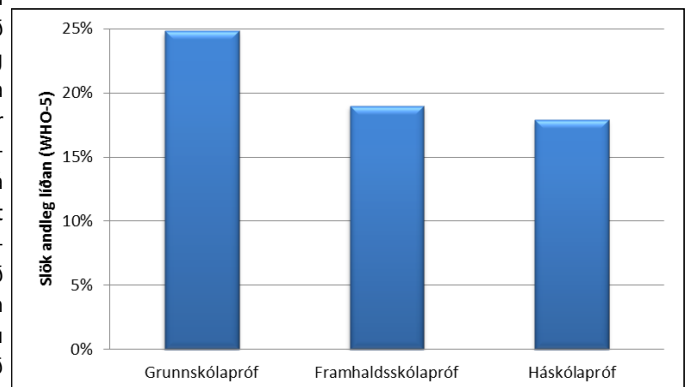
Niðurstöður úr rannsókninni frá árunum 2007 og 2009 hafa verið birtar víða, bæði í skýrslum og vísindagreinum. Niðurstöðurnar hafa einnig verið nýttar til stefnumótunar í heilsuefingarstarfi Embættis landlæknis og hafa því haft bein áhrif á viðfangsefni embættisins. Eitt meginmarkmið heilsuefingarverkefna á vegum embættisins er að tryggja öllum markhópum jafnan aðgang að upplýsingum, þjónustu og aðgerðum sem miða að því að bæta heilsu landsmanna. Helsta ástæða þessa er sú að sýnt hefur verið fram á að félagsleg staða fólks tengist heilsufari með margvíslegum hætti.

Þær niðurstöður úr *Heilsu og líðan Íslendinga* frá 2009 sem hér eru kynntar gefa mynd af því hvernig heilsufarslegir þættir tengjast menntun fólks, sem er einn þáttur í því að meta félagslega stöðu fólks. Tíðni þeirra þátta sem lýst er að neðan er vegin þannig að úrtakið endurspeglir aldur, kyn og búsetu Íslendinga árið 2007, þ.e. við fyrstu fyrirlögn spurningalistans.

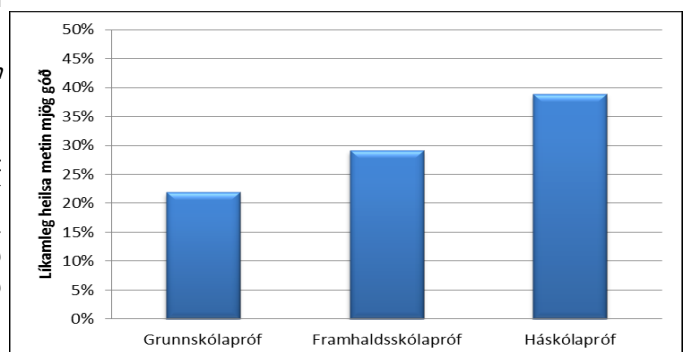
Mynd 1 gefur til kynna jákvæð tengsl milli andlegrar líðanar (mældri á WHO-5 kvarða¹) og menntunar

einstaklinga. Þannig eru einstaklingar sem hafa eingöngu lokið grunnskólaprófi eða ígildi þess líklegri en aðrir til að meta andlega líðan sína verri.

Að sama skapi sýndu niðurstöðurnar frá 2009 að jákvæð tengsl voru á milli mats einstaklinga á líkamlegri heilsu þeirra og menntunarstigs. Eftir því sem menntun einstaklinga er meiri, því betri meta þeir líkamlega heilsu sína.



Mynd 1. Hlutfall einstaklinga eftir menntunarstigi sem mátu andlega líðan sína slaka árið 2009



Mynd 2. Hlutfall einstaklinga eftir menntunarstigi sem mátu líkamlega heilsu sína mjög góða árið 2009

¹ WHO-5 kvarðanum er ætlað að mæla líðan einstaklinga með mati viðkomandi á fimm jákvæðum staðhæfingum um líðanina undanfarnar tvær vikur. Þættirnir fimm tengjast því hversu oft viðkomandi hafi verið glöð/glaður í skapi, verið róleg(ur) og afslöppuð/afslappaður, verið iðin(n) og full(ur) orku, hafi vaknað hress og vel hvíld(ur), og upplifað daglegt líf sitt áhugavert.

Einstaklingar sem eingöngu hafa lokið grunnskólaprófi eða igildi þess eru líklegri en aðrir til að meta andlega líðan sína verri.

Eftir því sem menntun einstaklinga er meiri, því betri meta þeir líkamlega heilsu sína.

Tafla 1. Hlutfallsleg dreifing svara sem tengjast algengri heilsuhegðun fólks árið 2009, eftir menntunarstigi

	Grunnskólapróf	Framhaldsskólapróf	Háskólapróf
Reykja daglega*	20,1%	13,3%	6,0%
Reynt að hætta að reykja með hjálp lyfja*	3,2%	9,6%	13,7%
Gátu ekki hætt að drekka áfengi eftir að hafa byrjað	6,5%	8,3%	6,3%
Heimsókn til tannlæknis einu sinni á ári*	61,4%	69,5%	75,8%
Bursta tennur daglega*	95,8%	97,6%	99,6%
Nota tannþráð daglega	20,2%	18,8%	21,2%
Blóðþrýstingur mældur á undanförunum tveimur árum	85,7%	85,5%	84,1%
Minnst 8 tíma svefn/nótt*	39,1%	32,6%	30,8%
Sjaldan/aldrei úthvöld(ur) eftir nætursvefn	20,5%	18,2%	19,5%

* $p < 0,0001$

Tafla 1 hér að ofan gefur svo mynd af tengslum algengrar heilsuhegðunar og menntunar. Almennir benda þessar niðurstöður frá árinu 2009 frekar til þess að jákvæðari heilsuhegðun megi finna hjá þeim sem hafa meiri menntun en minni, hverjar svo sem ástæður þess eru.

Túlkun með fyrirvara

Tvennt ber að varast þegar þessar niðurstöður eru túlkaðar. Í fyrsta lagi er ekki hægt að segja til um að orsakasamband sé á milli þeirra heilsufarslegu þátta sem skoðaðir eru og menntunarstigs. Ástæða þess er hönnun rannsóknarinnar auk áhrifa gruggandi þátta á þau sambönd sem lýst er. Mögulegur aldursmunur milli einstaklinga með mismunandi mikla menntun gæti til dæmis útskýrt hluta þessara tengsla. Í öðru lagi byggja niðurstöðurnar á upplýsingum frá aðeins um helmingi þess úrtaks sem upphaflega var boðin þátttaka í sömu rannsókn árið 2007. Því ber að taka niðurstöðunum með þeim fyrirvara að yfirfærslugildi þeirra á þjóðina er ekki fullkomið. Í þessu

samhengi má benda á að þegar litið er til dreifingar menntunar innan úrtaksins var heldur hærra hlutfall (tvö prósentustig) þeirra sem svöruðu bæði árin með háskólamenntun og heldur færri einungis með grunnskólamenntun (um tvö prósentustig) samanborið við þá sem eingöngu tóku þátt 2007.

Þrátt fyrir þessa fyrirvara við túlkun gagnanna skal því haldið til haga að rannsóknin *Heilsa og líðan Íslendinga* er besta heimild sem völ er á um stöðu þessara mála sem að ofan er lýst. Það verður því fróðlegt að fylgjast áfram með þróun mála þegar niðurstöður núverandi rannsóknar á heilsu og líðan Íslendinga líta dagsins ljós á fyrri hluta næsta árs. Þær niðurstöður munu veita landsmönnum og Embætti landlæknis verðmætar upplýsingar um heilsu, líðan og lífsgæði Íslendinga auk þess sem þær munu nýtast til að bæta heilsuefingarstarf á komandi árum.

*Kristján Þór Magnússon
Jón Óskar Guðlaugsson*

FYRRI RANNSÓKNIR Á HEILSU OG LIÐAN ÍSLENDINGA

*Niðurstöðurnar
hafa verið nýttar
bæði af
háskólasamfélaginu
og opinberum
aðilum,
þ.á m.
í lýðheilsustarfi
Embættis
landlæknis.*

Rannsóknin *Heilsa og líðan Íslendinga* var fyrst framkvæmd á vegum Lýðheilsustöðvar (nú Embætti landlæknis) síðari hluta árs 2007. Spurningalistar voru þá sendir til 9.807 manna tilviljunarúrtaks á aldrinum 18–79 ára og var svarhlutfall 60,3%. Af þeim sem svöruðu könnuninni árið 2007 samþykktu flestir að taka þátt í framhaldsrannsókn að 4–6 árum liðnum með það að markmiði að kanna breytingar á heilsu og líðan Íslendinga.

Í ljósi breyttra aðstæðna í íslensku samfélagi haustið 2008 var ákveðið að fara af stað með framhaldsrannsókn síðla árs 2009, þ.e. nokkru fyrr en áætlað var. Í endanlegu úrtaki árið 2009 voru 5.294 Íslendingar sem höfðu samþykkt þátttöku í framhaldsrannsókn með undirskrift sinni í könnuninni árið 2007. Svarhlutfall árið 2009 var 77,3%.

Af þeim sem tóku þátt í könnuninni Heilsa og líðan Íslendinga árið 2009 samþykktu 3.811 einstaklingar að taka þátt í næstu rannsókn. Seinni hluta októbermánaðar 2012 fengu þessir þátttakendur sendan spurningalista varðandi heilsu og líðan en að auki var bætt við nýju 6.500 manna tilviljunarúrtaki einstaklinga á aldrinum 18–79 ára til þess að vega upp á móti uppsöfnuðu brottfalli.

Nýting gagna

Eins og greint er frá í fyrri grein þessa tölublaðs hafa gögn rannsóknarinnar *Heilsa og líðan Íslendinga* verið nýtt bæði af háskólasamfélaginu og opinberum aðilum. Rannsóknin hefur þegar nýst stjórnvöldum og öðrum þeim sem koma að mikilvægum ákvörðunum er varða heilsu og velferð landsmanna. Þá hefur háskólasamfélagið nýtt gögn rannsóknarinnar til þess að öðlast betri skiling á samspili félags- og efnahagslegra þátta í mótun hegðunar, heilsu og velferðar. Loks hafa niðurstöðurnar verið nýttar í lýðheilsustarfi hjá Embætti landlæknis, sem felur það m.a. í sér að viðhalda og bæta heilbrigði, líðan og aðstæður þjóðarinnar með heilsuefningu, forvörnum og heilbrigðisþjónustu.

Nánari upplýsingar um rannsóknina *Heilsu og líðan Íslendinga* má nálgast á meðfylgjandi slóð. Þar er enn fremur að finna lista yfir þau rannsóknarverkefni sem byggja á gögnum úr *Heilsu og líðan Íslendinga* 2007 og 2009.

<http://www.landlaeknir.is/tolfraedi-og-rannsoknir/rannsoknir/heilsa-og-lidan-islendinga/>

Hildur Björk Sigbjörnsdóttir

Jón Óskar Guðlaugsson