

Mat á andlegri heilsu Self-rated mental health

Heimild: Rannsóknin Heilsa og líðan Íslendinga 2007, 2012 og 2017¹

Source: Health and Wellbeing of Icelanders 2007, 2012 and 2017¹

Spurning (breytuheiti): Hvernig metur þú almennt andlega heilsu þína? (heil3)

Question (variable): How is your mental health in general? (heil3)

Frekari upplýsingar: <https://www.landlaeknir.is/tolfraedi-og-rannsoknir/rannsoknir/heilsa-og-lidan-islendinga/>
Further information: <https://www.landlaeknir.is/tolfraedi-og-rannsoknir/rannsoknir/heilsa-og-lidan-islendinga/>

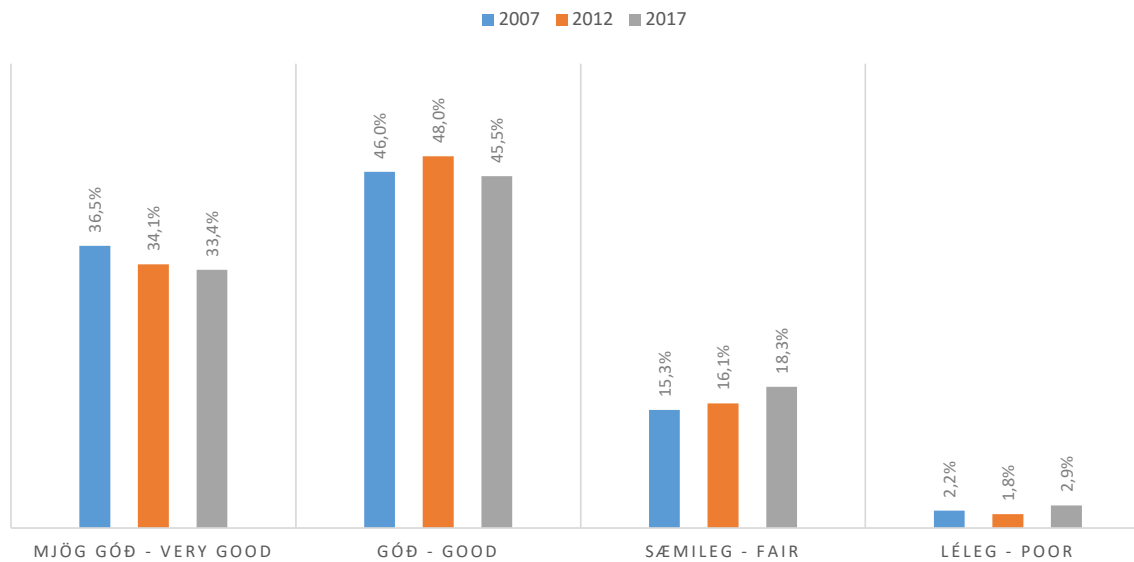
Tölur - Tables

[Mat á andlegri heilsu eftir kyni og aldri](#)

[Self-rated mental health by sex and age](#)

[Mat á andlegri heilsu eftir kyni og menntun](#)

[Self-rated mental health by sex and education](#)



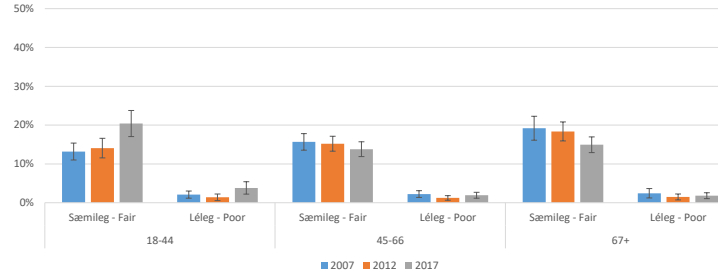
Skýringar - Notes

Mat á andlegri heilsu
Self-rated mental health

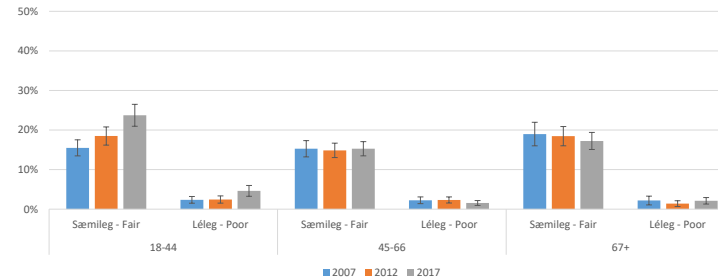
Þrýstu á plúsinn (+) hér að ofan til að sjá óvigttaðar fjöldatölur
Press the plus sign above column M to get unweighted count

Kyn - Sex	Aldur - Age		Hlutföll % ²			95% vkmörk ³		
			2007	2012	2017	2007	2012	2017
Karlar - Males	18-44	Mjög góð - Very good	41,2%	37,1%	32,4%	3,2%	3,5%	3,9%
		Góð - Good	43,6%	47,4%	43,4%	3,2%	3,6%	4,1%
		Sæmileg - Fair	13,2%	14,1%	20,4%	2,2%	2,5%	3,4%
		Léleg - Poor	2,1%	1,4%	3,8%	0,9%	0,8%	1,6%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	45-66	Mjög góð - Very good	36,2%	35,4%	40,7%	2,8%	2,6%	2,7%
		Góð - Good	45,8%	48,2%	43,6%	2,9%	2,7%	2,7%
		Sæmileg - Fair	15,7%	15,2%	13,8%	2,1%	1,9%	1,9%
		Léleg - Poor	2,2%	1,2%	1,9%	0,9%	0,6%	0,8%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	67+	Mjög góð - Very good	30,0%	28,2%	38,1%	3,6%	2,8%	2,8%
		Góð - Good	48,4%	52,0%	45,1%	3,9%	3,2%	2,8%
		Sæmileg - Fair	19,2%	18,4%	14,9%	3,1%	2,4%	2,0%
		Léleg - Poor	2,4%	1,5%	1,8%	1,2%	0,8%	0,8%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Alls - Total	Mjög góð - Very good	38,2%	35,3%	36,4%	1,8%	1,7%	1,7%	
	Góð - Good	44,9%	48,3%	43,8%	1,9%	1,8%	1,8%	
	Sæmileg - Fair	14,7%	15,0%	17,1%	1,3%	1,3%	1,3%	
	Léleg - Poor	2,2%	1,3%	2,8%	0,6%	0,4%	0,6%	
	Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%	
Konur - Females	18-44	Mjög góð - Very good	34,7%	33,4%	24,1%	2,7%	2,8%	2,8%
		Góð - Good	47,4%	45,6%	47,5%	2,8%	2,9%	3,3%
		Sæmileg - Fair	15,5%	18,5%	23,7%	2,0%	2,3%	2,8%
		Léleg - Poor	2,4%	2,4%	4,6%	0,8%	0,9%	1,4%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	45-66	Mjög góð - Very good	36,5%	34,5%	36,7%	2,8%	2,4%	2,4%
		Góð - Good	46,0%	48,3%	46,4%	2,8%	2,6%	2,5%
		Sæmileg - Fair	15,3%	14,9%	15,3%	2,1%	1,8%	1,8%
		Léleg - Poor	2,2%	2,3%	1,6%	0,8%	0,8%	0,6%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	67+	Mjög góð - Very good	29,0%	26,1%	33,0%	3,4%	2,8%	2,7%
		Góð - Good	49,9%	54,0%	47,6%	3,8%	3,1%	2,8%
		Sæmileg - Fair	19,0%	18,5%	17,2%	3,0%	2,4%	2,2%
		Léleg - Poor	2,2%	1,4%	2,1%	1,1%	0,7%	0,8%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Alls - Total	Mjög góð - Very good	34,7%	32,8%	30,4%	1,7%	1,5%	1,5%	
	Góð - Good	47,2%	47,8%	47,2%	1,8%	1,6%	1,6%	
	Sæmileg - Fair	15,8%	17,2%	19,4%	1,3%	1,2%	1,3%	
	Léleg - Poor	2,3%	2,3%	3,0%	0,5%	0,5%	0,6%	
	Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%	
Alls - Total	18-44	Mjög góð - Very good	38,0%	35,3%	28,3%	2,1%	2,2%	2,3%
		Góð - Good	45,5%	46,5%	45,4%	2,1%	2,3%	2,6%
		Sæmileg - Fair	14,3%	16,3%	22,0%	1,5%	1,7%	2,1%
		Léleg - Poor	2,2%	1,9%	4,2%	0,6%	0,6%	1,0%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	45-66	Mjög góð - Very good	36,4%	34,9%	38,7%	2,0%	1,8%	1,8%
		Góð - Good	45,9%	48,3%	45,0%	2,0%	1,9%	1,8%
		Sæmileg - Fair	15,5%	15,0%	14,5%	1,5%	1,3%	1,3%
		Léleg - Poor	2,2%	1,8%	1,7%	0,6%	0,5%	0,5%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	67+	Mjög góð - Very good	29,4%	27,1%	35,4%	2,5%	2,0%	1,9%
		Góð - Good	49,2%	53,0%	46,4%	2,7%	2,2%	2,0%
		Sæmileg - Fair	19,1%	18,4%	16,1%	2,1%	1,7%	1,5%
		Léleg - Poor	2,3%	1,4%	2,0%	0,8%	0,5%	0,6%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Alls - Total	Mjög góð - Very good	36,5%	34,1%	33,4%	1,2%	1,1%	1,1%	
	Góð - Good	46,0%	48,0%	45,5%	1,3%	1,2%	1,2%	
	Sæmileg - Fair	15,3%	16,1%	18,3%	0,9%	0,9%	0,9%	
	Léleg - Poor	2,2%	1,8%	2,9%	0,4%	0,3%	0,4%	
	Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%	

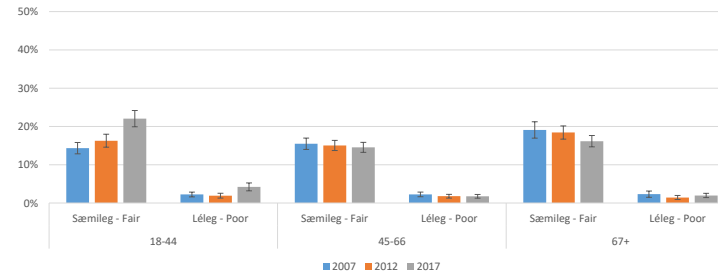
Mat á andlegri heilsu - karlar
Self-rated mental health - males



Mat á andlegri heilsu - konur
Self-rated mental health - females



Mat á andlegri heilsu - allir
Self-rated mental health - total

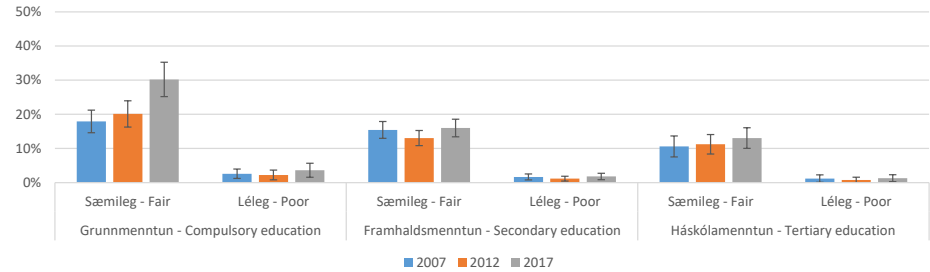


Mat á andlegri heilsu
Self-rated mental health

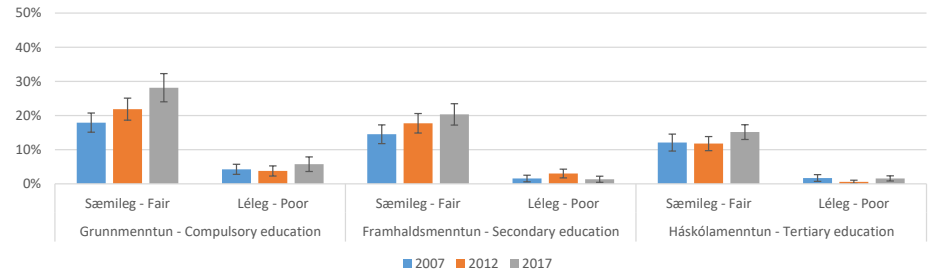
Þrýstu á plúsinn (+) hér að ofan til að sjá óvígtaðar fjöldatölur
Press the plus sign above column M to get unweighted count

Kyn - Sex	Menntun - Education ⁴		Hlutféll % ²			95% vikmörk ³		
			2007	2012	2017	2007	2012	2017
Karlur - Males	Grunnmenntun - Compulsory education	Mjög góð - Very good	32,6%	27,6%	21,2%	4,0%	4,3%	4,5%
		Góð - Good	46,9%	50,0%	45,0%	4,3%	4,8%	5,5%
		Sæmileg - Fair	17,9%	20,1%	30,2%	3,3%	3,8%	5,0%
		Léleg - Poor	2,6%	2,3%	3,6%	1,4%	1,4%	2,0%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	Framhaldsmenntun - Secondary education	Mjög góð - Very good	38,1%	35,8%	36,1%	3,3%	3,2%	3,4%
		Góð - Good	44,8%	49,9%	46,1%	3,4%	3,3%	3,5%
		Sæmileg - Fair	15,4%	13,1%	16,0%	2,5%	2,2%	2,6%
		Léleg - Poor	1,7%	1,2%	1,8%	0,9%	0,7%	0,9%
	Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%	
	Háskólamenntun - Tertiary education	Mjög góð - Very good	43,6%	43,3%	43,2%	4,9%	4,5%	4,4%
		Góð - Good	44,6%	44,7%	42,4%	5,0%	4,5%	4,4%
		Sæmileg - Fair	10,6%	11,2%	13,1%	3,1%	2,9%	3,0%
Léleg - Poor		1,2%	0,8%	1,3%	1,1%	0,8%	1,0%	
Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%		
Konur - Females	Grunnmenntun - Compulsory education	Mjög góð - Very good	29,5%	24,7%	20,2%	3,3%	3,4%	3,7%
		Góð - Good	48,3%	49,6%	45,9%	3,7%	3,9%	4,6%
		Sæmileg - Fair	17,9%	21,9%	28,2%	2,8%	3,2%	4,1%
		Léleg - Poor	4,3%	3,8%	5,7%	1,5%	1,5%	2,1%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	Framhaldsmenntun - Secondary education	Mjög góð - Very good	34,3%	31,4%	31,5%	3,7%	3,5%	3,6%
		Góð - Good	49,6%	47,9%	46,8%	3,9%	3,7%	3,9%
		Sæmileg - Fair	14,5%	17,7%	20,3%	2,7%	2,9%	3,1%
		Léleg - Poor	1,6%	3,0%	1,3%	1,0%	1,3%	0,9%
	Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%	
	Háskólamenntun - Tertiary education	Mjög góð - Very good	43,8%	41,1%	35,6%	3,8%	3,2%	2,9%
		Góð - Good	42,4%	46,5%	47,7%	3,8%	3,2%	3,0%
		Sæmileg - Fair	12,1%	11,8%	15,1%	2,5%	2,1%	2,2%
Léleg - Poor		1,7%	0,6%	1,6%	1,0%	0,5%	0,8%	
Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%		
Alls - Total	Grunnmenntun - Compulsory education	Mjög góð - Very good	30,9%	26,2%	20,7%	2,6%	2,7%	2,9%
		Góð - Good	47,7%	49,8%	45,4%	2,8%	3,0%	3,5%
		Sæmileg - Fair	17,9%	21,0%	29,3%	2,1%	2,5%	3,2%
		Léleg - Poor	3,5%	3,0%	4,6%	1,0%	1,0%	1,5%
		Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	Framhaldsmenntun - Secondary education	Mjög góð - Very good	36,6%	34,1%	34,3%	2,5%	2,3%	2,5%
		Góð - Good	46,8%	49,1%	46,4%	2,6%	2,5%	2,6%
		Sæmileg - Fair	15,1%	14,9%	17,7%	1,8%	1,8%	2,0%
		Léleg - Poor	1,6%	1,9%	1,6%	0,6%	0,7%	0,7%
	Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%	
	Háskólamenntun - Tertiary education	Mjög góð - Very good	43,7%	42,0%	38,7%	3,0%	2,6%	2,4%
		Góð - Good	43,3%	45,8%	45,5%	3,0%	2,6%	2,5%
		Sæmileg - Fair	11,4%	11,6%	14,3%	1,9%	1,7%	1,7%
Léleg - Poor		1,5%	0,7%	1,5%	0,7%	0,4%	0,6%	
Alls - Total	100,0%	100,0%	100,0%	0,0%	0,0%	0,0%		

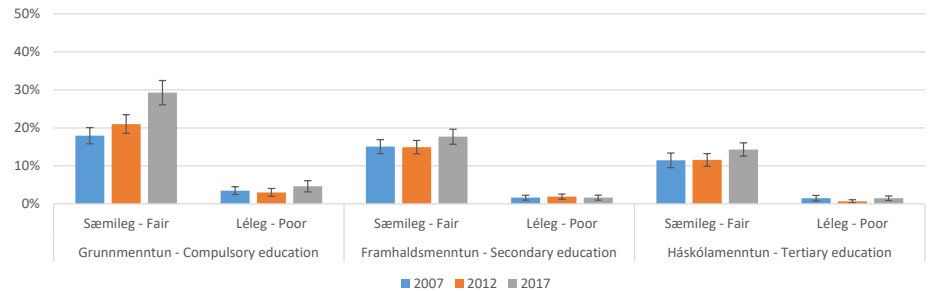
Mat á andlegri heilsu - karlar
Self-rated mental health - males



Mat á andlegri heilsu - konur
Self-rated mental health - females



Mat á andlegri heilsu - allir
Self-rated mental health - total



Skýringar:

¹ Markmið rannsóknarinnar Heilsa og líðan Íslendinga er að leggja mat á heilsu, líðan og lífsgæði fullorðinna landsmanna auk þess að mæla með reglubundnum hætti helstu áhrifaþætti heilbrigðis. Um úrtaksrannsókn er að ræða og þarf að taka niðurstöðum með fyrirvara. Í úrtaksrannsóknnum getur komið fram flökt vegna þess að niðurstöðurnar innihalda ekki mælingar á öllum landsmönnum heldur á tilviljunarúrtaki. Þá getur kerfisbundin skekkja einnig verið fyrir hendi, t.d. ef þeir sem hafna þátttöku eru að einhverju leyti frábrugðnir þeim sem taka þátt í rannsókninni. Þá ber einnig að hafa í huga að samanburður milli ára er ekki að öllu leyti óháður þar sem niðurstöður mismunandi ára byggja að hluta til á sömu einstaklingum. Þannig byggir rannsóknin Heilsa og líðan Íslendinga árið 2017 á þremur aðgreindum tilviljanaúrtökum fullorðinna Íslendinga með búsetu á Íslandi árin 2007, 2012 og 2017. Í greiningum sem þessari er ávallt notast við svör allra þátttakenda, óháð því hvaða úrtaki þeir tilheyra. Kostir þess eru aukinn tölfræðilegur styrkur, ekki hvað síst þegar svör eru greind niður á minni hópa. Ókostirnir eru hins vegar þeir að bjögum getur komið fram þar sem samanburðurinn byggir að hluta til á sömu einstaklingum.

² Hlutföll eru vigtuð til að endurspeglar aldurs-, kynja, og búsetusamsetningu þjóðarinnar.

³ 95% vikiörk fyrir úrtak gefa til kynna neðri og efri mörk öryggisbils fyrir viðkomandi hlutfall (punktspá). Fjöldi í hóp/úrtaki hefur áhrif á stærð vikmarka. Dæmi um túlkun: Ef hlutfall fólks með tiltekinn sjúkdóm er 8,0% og vikörkin +/-1,3% þá er hægt að fullyrða með 95% vissu að hlutfall fólks með þennan tiltekna sjúkdóm sé á bilinu 6,7% (8,0-1,3) til 9,3% (8,0+1,3).

⁴ Rannsóknin Heilsa og líðan Íslendinga er lögð fyrir íslenska ríkisborgara, 18 ára og eldri, með búsetu á Íslandi. Þegar gögnin eru greind eftir menntun er aldursbil þregra en í öðrum greiningum, þ.e. 25-64 ára.

Notes:

¹ *The aim of the study Health and Wellbeing of Icelanders is to assess the health, well-being and quality of life of adult citizens, as well as provide regular measurements on main health determinants. It is a sample study and it is thus necessary to interpret results with caution. Sampling error may occur since the study only measures a random sample from the whole population. Systematic bias may also exist, for example, if those who decline to participate are, to a certain extent, different from those participating in the study. It should also be noted that comparisons between years are not entirely independent since results from different years are partly based on the same individuals. Thus, in 2017, the study is based on three separate random samples of adult Icelanders living in Iceland in 2007, 2012 and 2017. The analysis presented here uses the answers of all participants, regardless of the sample they belong to. The advantage is increased statistical power, not least when answers are analyzed by smaller groups. The disadvantage, however, is the fact that bias can occur as the comparison is based in part on the same individuals.*

² *The proportions are based on a weighted sample so that the sample represents the population composition by age, gender and place of residence.*

³ *The 95% confidence interval provided for the point estimates is affected by the sample size of specific groups. Examples of interpretation: If the percentage of people with a particular disease is 8.0% and the CI is +/- 1.3%, it may be stated with 95% certainty that the percentage of people with this particular disease is in the range of 6.7% (8.0 - 1.3) and 9.3% (8.0 + 1.3).*

⁴ *The participants in the research Health and Wellbeing of Icelanders are residents of Iceland, 18 years and older. Data which is analysed by education covers a narrower age-span than other analyses, i.e. 25-64 years old.*

[← Yfirlit](#)