

# Så här vill patienter berätta för sjukvården om sina levnadsvanor

Resultat av en befolkningsundersökning 2016

Denna publikation skyddas av upphovsrättslagen. Vid citat ska källan uppges. För att återge bilder, fotografier och illustrationer krävs upphovsmannens tillstånd.

Publikationen finns som pdf på Socialstyrelsens webbplats. Publikationen kan också tas fram i alternativt format på begäran. Frågor om alternativa format skickas till [alternativaformat@socialstyrelsen.se](mailto:alternativaformat@socialstyrelsen.se)

Artikelnummer 2016-12-13  
Publicering [www.socialstyrelsen.se](http://www.socialstyrelsen.se), december 2016

# Förord

I arbetet med att stödja införandet av nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder har Socialstyrelsen låtit Kantar Sifo (före detta TNS Sifo) genomföra en enkätundersökning under 2016. I enkäten ställdes frågor om hur, när och till vem som individen vill lämna information om sina levnadsvanor gällande tobak, alkohol, fysisk aktivitet och matvanor, till hälso- och sjukvården.

Syftet med undersökningen är att ge kunskap om attityder hos patienterna som hälso- och sjukvården behöver känna till när man utvecklar processer och rutiner för arbetet med sjukdomsförebyggande metoder. Undersökningen ger bland annat information som är viktig för att förebygga en ojämlig hälso- och sjukvård.

Lars-Torsten Larsson  
Avdelningschef  
Socialstyrelsen



# Innehåll

Förord .....	3
Sammanfattning .....	7
Vill du lämna information om dina levnadsvanor när du besöker hälso- och sjukvården? .....	8
På vilket sätt vill du lämna information om dina levnadsvanor? .....	9
Ställs frågor om levnadsvanor före besöket? .....	11
Besvarat frågor inför besöket efter ålder.....	11
Besvarat frågor inför besöket efter bostadsort .....	12
Samtalade du om levnadsvanor vid ditt senaste besök? .....	14
Mer tid att samtala med läkare .....	15
Stort eller litet förtroende.....	16
Tänk framåt.....	17
Bilaga 1 .....	19
Enkätfrågor .....	19



# Sammanfattning

I arbetet med att stödja införandet av nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder har Socialstyrelsen låtit TNS Kantar genomföra en enkätundersökning. I enkäten ställdes frågor om hur, när och till vem i hälso- och sjukvården som individen vill lämna information om sina levnadsvanor gällande tobak, alkohol, fysisk aktivitet och matvanor.

Resultaten visar att nästan alla intervjuade vill lämna information om sina levnadsvanor i samband med besök i hälso- och sjukvården för att de ska få rätt vård och behandling. I undersökningen har de intervjuade fått ange hur de ser på olika sätt att lämna information om sina levnadsvanor på en skala från mycket bra till mycket dåligt. Det sätt som uppskattas mest är att lämna uppgifterna muntligt i möte med läkaren. 85 procent angav att det var ett mycket bra eller ganska bra sätt att lämna information.

Minst uppskattat var att lämna uppgifterna via webblösningar. 36 procent tyckte det var mycket bra eller ganska bra att lämna uppgifterna på webben hemifrån och 40 procent tyckte det var mycket bra eller ganska bra att lämna uppgifterna på en skärm i väntrummet. Samtidigt så var det 41 procent som tycker att det är dåligt eller mycket dåligt att lämna uppgifterna via webben vare sig det är hemifrån eller på skärm i väntrummet.

Hur man vill lämna information varierar bland annat beroende på ålder och utbildning. Yngre är mer villiga att lämna information om levnadsvanor digitalt än äldre. Högutbildade är mer positiva till webblösningar än lågutbildade. Gemensamt för samtliga åldersgrupper och oavsett utbildning är att man helst vill lämna information muntligt vid besök hos läkare.

Det finns anledning för sjukvården att ta hänsyn till att många i dagsläget är negativa till att använda digitala lösningar och att det i högre utsträckning gäller äldre och personer med låg utbildning. Det finns således en risk att en för snabb övergång till digitala lösningar kan bidra till en ökad ojämlikhet i hälsan om man inte skapar bra alternativ. Det är också en viktig signal från befolkningen att man som patient vill ha tid att samtala om sina levnadsvanor med läkaren.

Idag är det många patienter som inte får frågor om sina levnadsvanor. Det gäller i särskilt stor utsträckning personer över 65 år. I den åldersgruppen bör det finnas goda möjligheter att förebygga insjuknande och motverka försämring av kroniska sjukdomar genom att stödja patienterna till hälsosamma levnadsvanor.

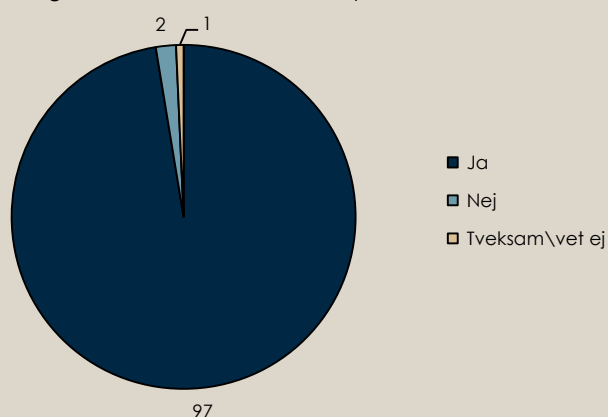
Undersökningen visar också på skillnader mellan olika delar av landet både när det gäller om man frågar om levnadsvanor och hur man i så fall ber patienterna att lämna sina uppgifter.

# Vill du lämna information om dina levnadsvanor när du besöker hälso- och sjukvården?

Den inledande frågan i enkäten handlade om man vill lämna information om sina levnadsvanor för att få rätt vård och behandling.

**Diagram 1. Vill du lämna information om dina levnadsvanor när du besöker hälso- och sjukvården?**

Personer som vill dela med sig info om sina levnadsvanor i procent.



Källa: Socialstyrelsens enkät om att lämna information om levnadsvanor 2016

Totalt 97 % av de tillfrågade svarar ”Ja” på frågan: För att du ska få rätt vård och behandling vid dina vårdkontakter behöver läkaren eller annan vårdpersonal ibland känna till dina levnadsvanor, gällande tobak, alkohol, fysisk aktivitet och matvanor. Kan du tänka dig att dela med dig av sådan information?

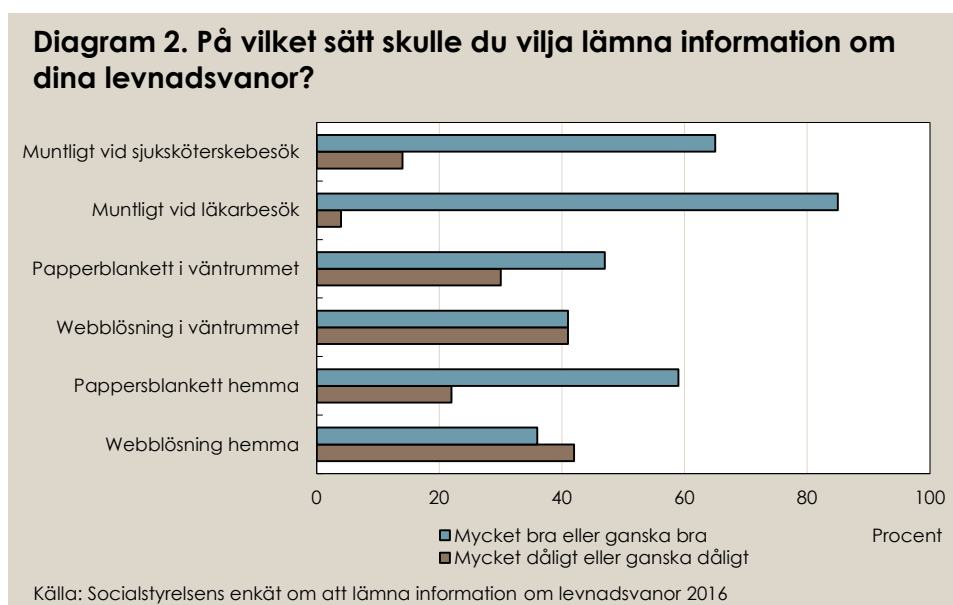
Det finns således inte skäl för vårdpersonalen att oroa sig för att stöta sig med patienter genom att fråga om levnadsvanor. Däremot är det viktigt att fråga med respekt för den enskilde och att förklara varför levnadsvanorna kan ha betydelse för patientens hälsoproblem och hur de kan påverka behandlingsresultatet.



# På vilket sätt vill du lämna information om dina levnadsvanor?

En annan fråga handlade om på vilket sätt den enskilde i så fall skulle vilja lämna information om sina levnadsvanor.

- Någon vecka eller några dagar före besöket via 1177 Vårdguidens e-tjänster som tidigare kallades mina vårdkontakter
- Skriftligt på papper eller blankett som du har fått hemskickad inför besöket och som du tar med ifylld till sjukhuset eller vårdcentralen när du ska göra ditt vårdbesök
- På dator eller skärm i väntrummet på sjukhuset eller på vårdcentralen innan du träffar vårdpersonal
- Skriftligt i väntrummet på sjukhuset eller på vårdcentralen innan du träffar vårdpersonal
- Muntligt vid möte med läkare
- Muntligt vid möte med sjuksköterska eller annan vårdpersonal som inte är läkare



En klar majoritet av de svarande 85 procent, menar att det är mycket bra eller ganska bra att lämna information om levnadsvanor muntligt vid möte med läkare. Något färre 65 procent, tycker det är bra att dela sådan information med sjuksköterska eller annan vårdpersonal.

När det gäller metoder att lämna uppgifter före besöket hos läkare eller sjuksköterska föredrar de flesta pappersblanketter före digitala lösningar. Det

är också till de digitala lösningarna som flest patienter är mest negativt inställda.

Yngre vill lämna information om levnadsvanor vid besök hos med läkare, sjuksköterska eller annan vårdpersonal i större utsträckning än äldre. Några kommentarer från undersökningen:

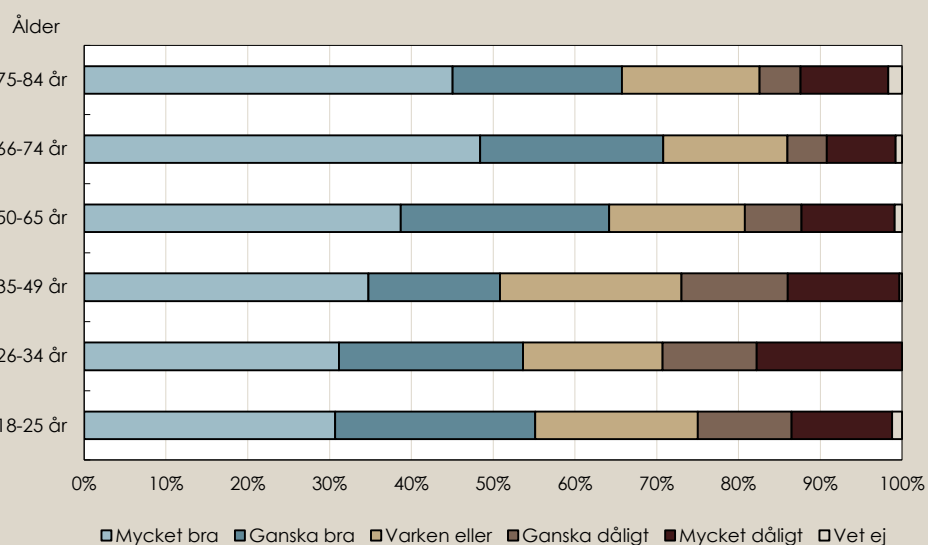
*Det är lättast att få prata mer med läkare, det behövs mer tid där. Blanketten man får hem måste ta upp många olika punkter man kan svara på. Sen ska man ha tiden att gå igenom svaren med läkaren.*

*Jag skulle vilja ha en mer djupgående diskussion om min hälsa. Det går alltid så fort.*

Personer i de äldre åldersgrupperna, 66 år eller äldre, är generellt mer negativa till att lämna information digitalt än skriftligt. Mest positiva till att besvara frågor digitalt är man i åldersgruppen 26 till 49 år. Fler kvinnor än män tycker att det är dåligt att lämna information digitalt (kvinnor 29 %, män 24 %).

### Diagram 3. Skriftligt på papper hemskickat innan besöket

Personer efter ålder och viljan att lämna information via hemskickad blankett i



Källa: Socialstyrelsens enkät om att lämna information om levnadsvanor 2016

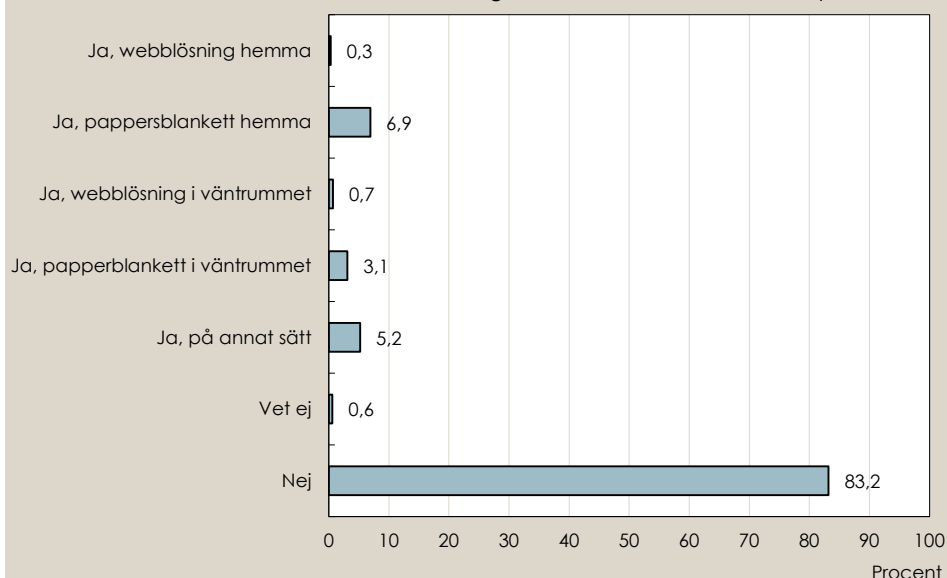
Oavsett utbildningsnivå så tycker fler att det är bra att lämna uppgifterna på papper än via en digital lösning. Det är en större andel av de universitets- och högskoleutbildade som tycker det är bra att lämna information om levnadsvanor digitalt än bland personer med lägre utbildning. Fler av de äldre än de yngre har grundskola som högsta utbildningsnivå vilket kan påverka att gruppen äldre är mer negativa till digitala lösningar än övriga åldersgrupper.

## Ställs frågor om levnadsvanor före besöket?

Respondenterna fick frågan: ”Om du tänker på ditt senaste besök hos hälso- och sjukvården, hade du blivit ombedd att besvara frågor om dina levnadsvanor inför detta besök?”. Drygt åtta av tio besvarar frågan med nej. Bland dem som har lämnat uppgifter i förväg så är det vanligast att man har fått svara på frågor i ett skriftligt frågeformulär, vilket gäller för 7 procent av dem som besvarat frågan i enkäten. Knappt 1 procent av de svarande besvarade frågor på en skärm i väntrummet.

**Diagram 4. Om du tänker på ditt senaste besök hos hälso- och sjukvården, hade du blivit ombedd att besvara frågor om dina levnadsvanor inför detta besök?**

Personer som blivit ombudda att besvara frågor innan det senaste besöket i procent.



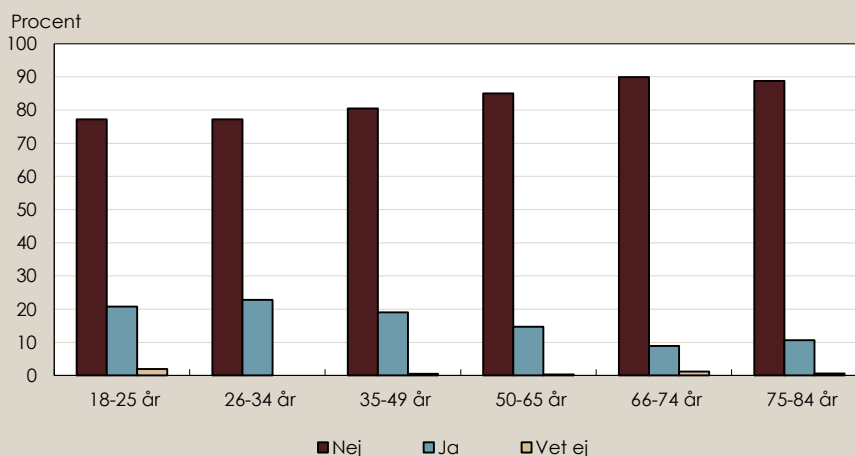
Källa: Socialstyrelsens enkät om att lämna information om levnadsvanor 2016

## Besvarat frågor inför besöket efter ålder

Det är skillnad mellan olika åldersgrupper hur vanligt det är att man får frågor om sina levnadsvanor före besöket i hälso- och sjukvården. Det är fler bland de yngre än bland äldre som får frågan. I ålderskategorin 66–84 år är det 89 procent som inte får frågor om sina levnadsvanor. Väntrumsenkäter är vanligast i gruppen 18–34 år.

### Diagram 5. Besvarat frågor inför besöket

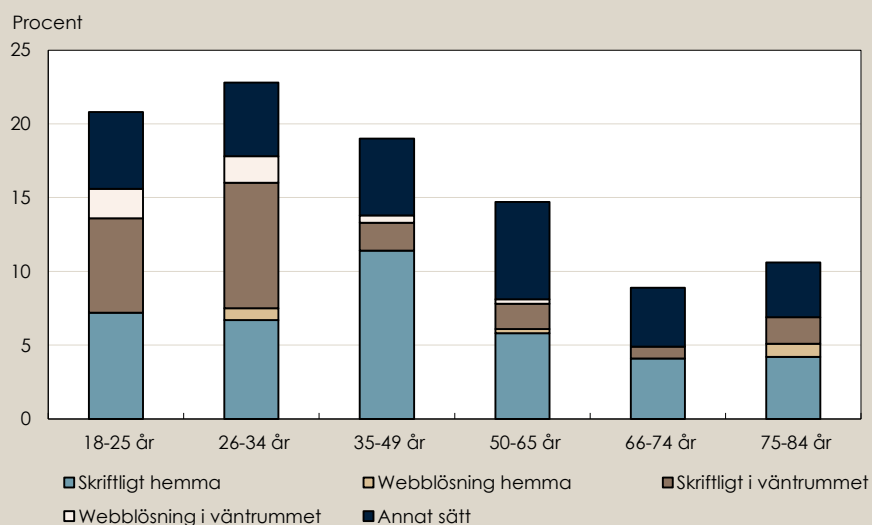
Personer efter ålder som har besvarat frågor om levnadsvanor inför besöket



Källa: Socialstyrelsens enkät om att lämna information om levnadsvanor 2016

### Diagram 6. Besvarat frågor inför besöket

Personer efter ålder, som blivit ombudda att besvara frågor om levnadsvanor inför besöket.



Källa: Socialstyrelsens enkät om att lämna information om levnadsvanor 2016

## Besvarat frågor inför besöket efter bostadsort

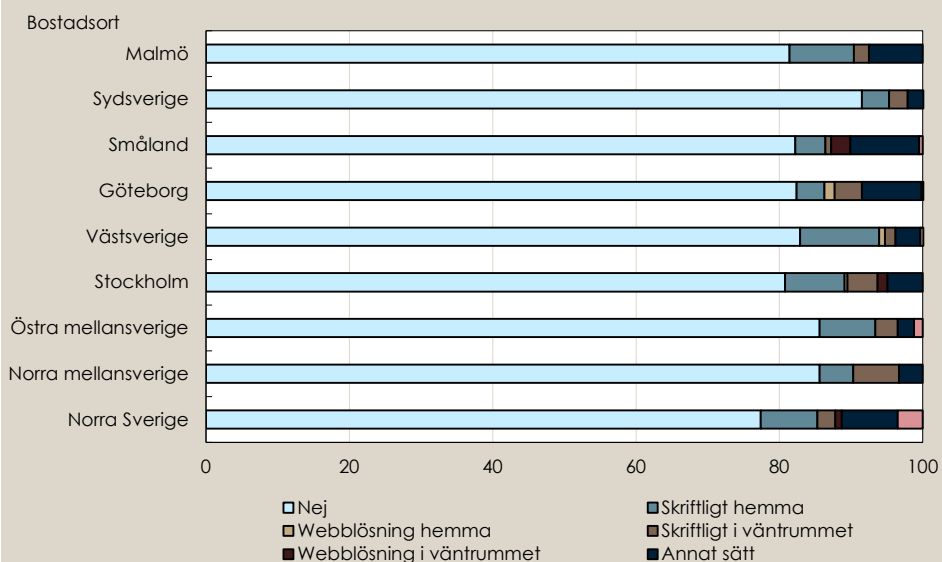
Det finns skillnader i hur vanligt det är att man får frågor om sina levnadsvanor innan besök hos hälso- och sjukvården beroende på var man bor.

9 av 10 boende i Sydsverige får inte frågan om levnadsvanor innan besök i hälso- och sjukvården. I norra Sverige är det knappt 8 av 10 som inte får frågan om levnadsvanor. Metoden för att samla in information skiljer sig åt mellan landsändarna. I Västsverige utom Göteborg är det relativt vanligare med enkäter som sänds ut i förväg. I både Göteborg och övriga Västsverige

använder man sig också av digitala lösningar i väntrummen i större utsträckning än i andra delar av landet. I Norra mellansverige är det relativt vanligare med skriftliga enkäter i väntrummen.

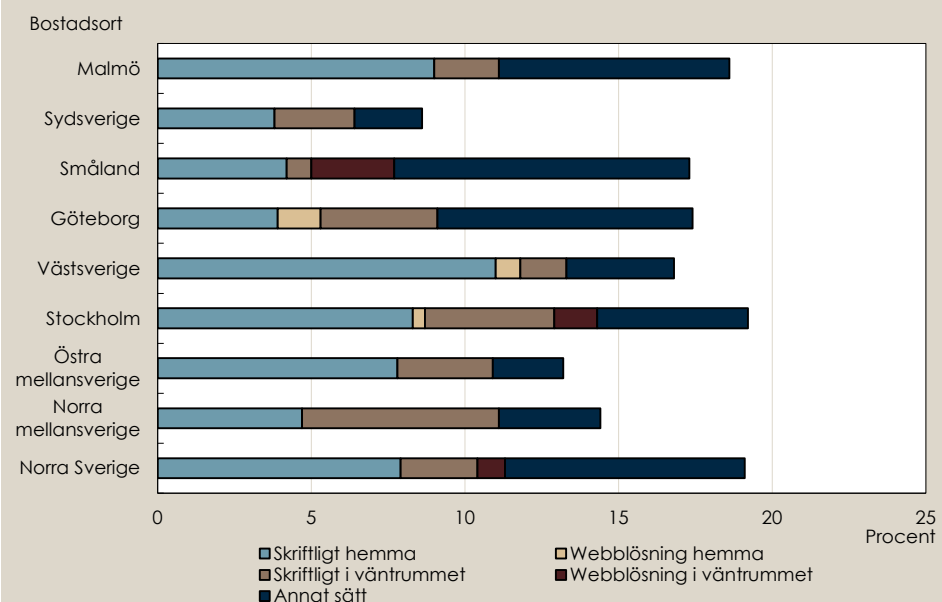
### Diagram 7. Besvarat frågor inför besöket, alla svarsalternativ

Personer efter bostadsort, om de har blivit ombudda att besvara frågor om levnadsvanor inför besöket



### Diagram 8. Besvarat frågor inför besöket

Personer efter bostadsort som har besvarat frågor om levnadsvanor inför besöket

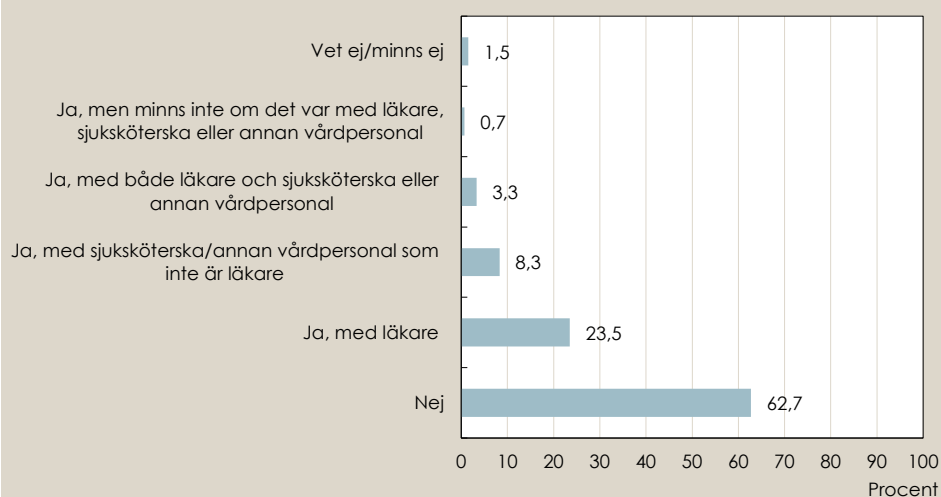


## Samtalade du om levnadsvanor vid ditt senaste besök?

Till de som svarat att de besökt hälso- och sjukvården de senaste sex månaderna ställdes frågan; ”Om du igen tänker på ditt senaste besök hos hälso- och sjukvården, samtalade du då om dina levnadsvanor, t ex gällande tobak, alkohol, fysisk aktivitet och matvanor med läkare eller sjuksköterska/ annan vårdpersonal?”

**Diagram 9. Om du tänker på ditt senaste besök hos hälso- och sjukvården, samtalade du om dina levnadsvanor vid ditt senaste**

Personer som anger att de pratat om sina levnadsvanor vid det senaste besöket i



Källa: Socialstyrelsens enkät om att lämna information om levnadsvanor 2016

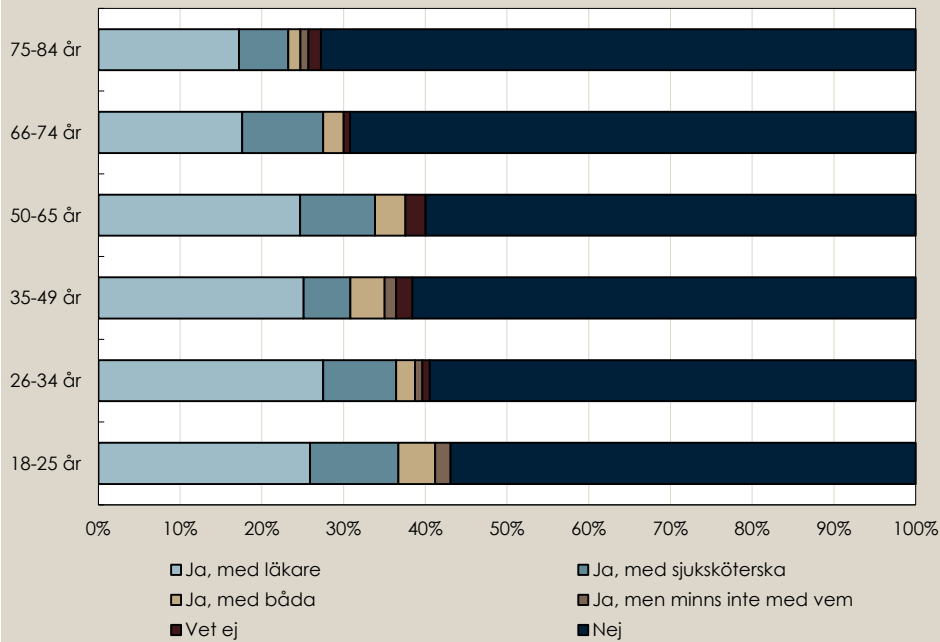
36 procent av de svarande samtalade om sina levnadsvanor vid senaste besöket i hälso- och sjukvården. Det betyder att knappt två tredjedelar inte samtalade om sina levnadsvanor. Det var nästan tre gånger så vanligt att samtala med läkare som med annan vårdpersonal. En mindre grupp samtalade både med läkare och sjuksköterska eller annan vårdpersonal.

Fler boende i Stockholmsområdet, 43 %, samtalar om levnadsvanor med läkare, sjuksköterska eller annan vårdpersonal jämfört med övriga Sverige.

Det är också vanligare att boende i Stockholmsområdet har samtal med läkare än boende i övriga Sverige. Lägst andel som har samtalat med läkare bor i norra Sverige. I västsverige är det vanligare att man samtalar med sjuksköterska/annan vårdpersonal jämfört med resten av landet.

### Diagram 10. Samtalade om levnadsvanor

Personer efter ålder och hur uvida de samtalade om sina levnadsvanor med läkare eller sjuksköterska/annan vårdpersonal vid besöket, procent.



Källa: Socialstyrelsens enkät om att lämna information om levnadsvanor 2016

Åldersgruppen 66–84 år samtalar mer sällan om levnadsvanor med läkare, sjuksköterska eller annan vårdpersonal jämfört med yngre åldersgrupper.

## Mer tid att samtala med läkare

Det fanns möjlighet att lämna egna kommentarer om att samtala om levnadsvanor med vårdpersonal. Av de 1800 tillfrågade lämnade 252 personer synpunkter. Av de 252 personerna sa 24 personer att de upplever att det är stressigt och inte finns tid för att tala om allt man vill nämna eller fråga om.

Mer tid vid läkarbesök var den synpunkt som var mest frekvent bland de som lämnade synpunkter. Några citat från undersökningen:

*Lite bättre med tid för varje patient.*

*Det behöver finnas mer tid med läkare.*

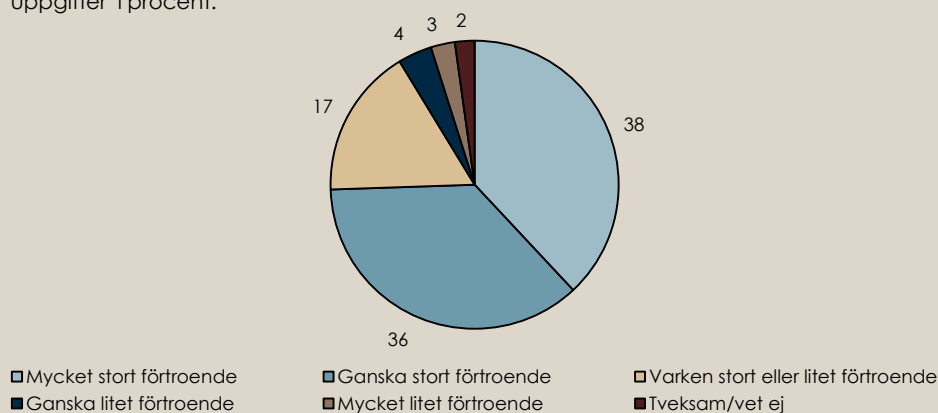
*Allting är så stressat, hinner inte få tala med någon läkare, om det är något man undrar*

## Stort eller litet förtroende

Majoriteten har stort eller ganska stort förtroende för hur hälso- och sjukvården hanterar uppgifter som lämnas. 74 % anger att de har mycket stort eller ganska stort förtroende för hur hälso- och sjukvården hanterar uppgifter som lämnas jämfört med 7 % som har mycket litet eller ganska litet förtroende för hur hälso- och sjukvården hanterar uppgifter som lämnas.

### Diagram 11. Har du stort eller litet förtroende för hur hälso- och sjukvården hanterar uppgifter som du lämnat?

Personer som har stort eller litet förtroende för hur hälso- och sjukvården hanterar uppgifter i procent.



Källa: Socialstyrelsens enkät om att lämna information om levnadsvanor 2016

Det finns vissa skillnader i förtroende mellan olika grupper. Universitets- och högskoleutbildade har i högre grad mycket stort förtroende för hur uppgifterna hanteras än de som har sin högsta utbildning från gymnasium eller grundskola. Något fler boende i norra mellansverige och i Småland samt på Öland och Gotland har mycket litet förtroende för hur uppgifter hanteras. Kanske kan skillnader i utbildningsnivå delvis förklara skillnader i förtroende mellan olika geografiska områden.



## Tänk framåt

Yngre är mer positiva till att besvara frågor digitalt. Därför kan man tänka sig att det går att utveckla och pröva fler digitala lösningar framöver. Några citat från undersökningen:

*Jag tror på digitala samtal.*

*Portal där man själv fyller i sina uppgifter men det bygger då på att patienten själv håller koll på uppdateringen.*

*Internetinloggning med Bank-id.*

*Via email, besvara frågor på datorn.*

*En länk där man kan gå in och göra det själv över dator eller smartphone.*

## **Faktaruta**

### **Om undersökningen**

Kantar Sifo (före detta TNS Sifo) fick uppdrag att genomföra en kvantitativ undersökning/datainsamling i allmänheten, 18-84 år. Eftersom kontakter med vården är mer frekventa i de äldre åldersgrupperna, ville Socialstyrelsen säkerställa en hög statistisk precision bland personer i åldrarna 50-84 år. Av den anledningen gjordes följande fördelning av urvalet (inom parentes antal nettointervjuer):

18-49 år: 613

50-84 år: 1 187

Totalt genomfördes 1800 nettointervjuer. Resultaten vägdes, dels för att skapa korrekta resultat för åldersgruppen 18-84 år som helhet, och dels för att parera mindre snedfördelningar för variablerna ålder, kön och region. Urvalet, slumpmässigt och riksrepresentativt, hämtades från PAR Konsument. Vid kontakt säkerställdes att intervjupersonerna verkligen var i åldern 18-84 år.

### **Nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder**

Nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder innehåller rekommendationer för att förebygga sjukdom genom att stödja förändring av levnadsvanorna tobaksbruk, riskbruk av alkohol, otillräcklig fysisk aktivitet och ohälsosamma matvanor.

För mer information om nationella riktlinjer om sjukdomsförebyggande metoder se:

<http://www.socialstyrelsen.se/nationellariklinjerforsjukdomsforebyggandemetoder>

### **Mer information**

Du hittar fler tabeller, diagram och annan information i Excel-filen:  
[www.socialstyrelsen.se/publikationer2016/2016-12-13](http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2016/2016-12-13)

# Bilaga 1

## Enkätfrågor

Fråga 1. För att du ska få rätt vård och behandling vid dina vårdkontakter behöver läkaren eller annan vårdpersonal ibland känna till dina levnadsvanor, gällande tobak, alkohol, fysisk aktivitet och matvanor. Kan du tänka dig att dela med dig av sådan information?

- Ja
- Nej
- Tveksam/vet inte

Fråga 2. Om respondenten svarat ”Nej” på fråga 1; Av vilken anledning vill du inte lämna sådan information eller är tveksam till det?

Öppet svarsalternativ.

Fråga 3. På vilket sätt skulle du i så fall vilja lämna denna information om dina levnadsvanor?

- Någon vecka eller några dagar före besöket via 1177 Vårdguidens e-tjänster som tidigare kallades mina vårdkontakter
- Skriftligt på papper eller blankett som du har fått hemskickad inför besöket och som du tar med ifylld till sjukhuset eller vårdcentralen när du ska göra ditt vårdbesök
- På dator eller skärm i väntrummet på sjukhuset eller på vårdcentralen innan du träffar vårdpersonal
- Skriftligt i väntrummet på sjukhuset eller på vårdcentralen innan du träffar vårdpersonal
- Muntligt vid möte med läkare
- Muntligt vid möte med sjuksköterska eller annan vårdpersonal som inte är läkare

Fråga 4. Finns det något annat sätt du skulle vilja lämna information om dina levnadsvanor till läkare eller vårdpersonal på?

Öppet svarsalternativ.

Fråga 5. Hur många gånger har du besökt hälso- och sjukvården de senaste sex månaderna? Räkna bara in besök som gällt dig själv, inte där du följt med t ex anhörig eller som förälder.

- Har inte besökt hälso- och sjukvården
- 1–2 gånger
- 3–5 gånger
- 6 gånger eller fler
- Vet ej

Fråga 6. Om du tänker på ditt senaste besök hos hälso- och sjukvården, hade du blivit ombedd att besvara frågor om dina levnadsvanor inför detta besök?

- Ja, jag blev ombedd att svara på frågor i ett skriftligt frågeformulär några veckor eller dagar före vårdbesöket
- Ja, jag blev ombedd att svara på frågor via dator, surfplatta eller mobiltelefon före mötet
- Ja, jag blev ombedd att svara på frågor i ett skriftligt frågeformulär i väntrummet innan jag träffade vårdpersonal
- Ja, jag blev ombedd att svara på frågor på en dator eller surfplatta i väntrummet innan jag träffade vårdpersonal
- Ja, jag blev ombedd att svara på frågor på annat sätt
- Tveksam/vet ej

Fråga 7. Om du igen tänker på ditt senaste besök hos hälso- och sjukvården, samtalande du då om dina levnadsvanor, t ex gällande tobak, alkohol, fysisk aktivitet och matvanor med läkare eller sjuksköterska/ annan vårdpersonal?

- Ja, med läkare
- Ja, med sjuksköterska/annan vårdpersonal som inte är läkare
- Ja, med både läkare och sjuksköterska eller annan vårdpersonal
- Ja, men minns inte om det var med läkare, sjuksköterska eller annan vårdpersonal
- Vet ej/minns ej
- Nej

Fråga 8. Om du sammanfattar dina vårdbesök, har du stort eller litet förtroende för hur hälso- och sjukvården hanterar uppgifter som du har lämnat under dina besök?

- Mycket stort förtroende
- Ganska stort förtroende
- Varken stort eller litet förtroende
- Ganska litet förtroende
- Mycket litet förtroende
- Tveksam/vet ej

Fråga 9. Kön?

- Man
- Kvinna

Fråga 10. Ålder?

- 18–25 år
- 26–34 år
- 35–49 år
- 50–65 år
- 66–74 år
- 75–84 år

Fråga 11. Vad är din högsta utbildning?

- Grundskola
- Gymnasieskola/folkhögskola
- Högskola med slutförd examen
- Högskola utan slutförd examen
- Ej svar

Fråga 12. Vad är din huvudsakliga sysselsättning?

- Arbetar heltid
- Arbetar deltid
- Föräldraledig
- Eget företag
- Studerar
- Pensionär
- Arbetsökande/arbetsmarknadspolitisk åtgärd
- Ej svar

Fråga 13. Var är du född?

- I Sverige
- Annat nordiskt land än Sverige
- Europa, utanför Norden
- Utanför Europa
- Ej svar

Fråga 14. Har du något ytterligare som du vill framföra, t ex när det gäller att samtala om levnadsvanor med vårdpersonal?

Öppet svarsalternativ.