

Svenska skolbarns hälsovanor 1997/98

Tabellrapport

*Health Behaviour
in School-Aged Children
A WHO Collaborative Study*

**Mia Danielson
Ulla Marklund**

Folkhälsoinstitutet 2000:5
ISBN: 91-7257-0628
ISSN: 1104-358X
Första upplagan, första tryckningen (1-700 ex)

Text: Mia Danielson, Ulla Marklund
Tryckning: Elanders Gotab, Stockholm 2000

Förord

I Sverige genomförs sedan 1985 en riksomfattande enkätundersökning vart fjärde år bland landets femte, sjunde och niondeklasser. Undersökningen är internationell och genomfördes nu senast 1997/98 i 28 olika länder eller regioner. I enkäten ställs en rad frågor som rör olika dimensioner av hälsa, hälsobeteende och bakgrundsvariabler som på olika sätt har betydelse för hur vi mår.

Fil. dr. Ulla Marklund är vetenskaplig ledare sedan projektets början. De två senaste undersökningarna har genomförts av Folkhälsoinstitutet.

Denna rapport innehåller resultat från den svenska undersökningen 1997/98 med jämförelser från 1993/94. Fördjupade analyser av olika delar pågår. För resultat från de tidigare undersökningarna hänvisas till ”Skolbarns hälsovanor under ett decennium” (Folkhälsoinstitutets rapportserie 1996:110). De internationella resultaten finns publicerade i en rapport från WHO (Currie et al, 2000).

Genom att denna enkätundersökning genomförts återkommande under en följd av år och även ger möjlighet till jämförelser med andra europeiska länder har det tillskapats en unik resurs när det gäller att följa upp skolungdomars hälsa.

Gunnar Ågren

Innehåll

Undersökningen Skolbarns hälsovanor	7
Bakgrund	
Urval	
Metod	
Enkätens innehåll	
Deltagande länder	
Den svenska undersökningsgruppen	10
Demografiska bakgrundsvariabler	
Allmänt hälsotillstånd	14
Upplevd hälsa	
Mobbning	
Skolan	
Alkohol och Tobak	17
Matvanor och bantning	18
Säkerhetsåtgärder	19
Bilbälte	
Cykelhjälm	
Fritidsvanor	20
Fysisk aktivitet	
Stillasittande fritidsvanor	
Referenser	21

Bilaga 1. Tabell 1 - 5

Bilaga 2. Frågeformulär

Undersökningen Skolbarns hälsovanor

Bakgrund

Forskningsprojektet Skolbarns hälsovanor (Health Behaviour in School-Aged Children) påbörjades i början av 1980-talet. Vid en internationell tobakskonferens konstaterade några tobaksforskare att man saknade data om skolbarns rökvanor jämförbara mellan olika länder. Året därefter genomfördes därför en tobaksvaneundersökning i Finland, Norge, England och Österrike.

Två år senare, 1985/86, gjordes den andra studien. Innehållet hade då utvidgats även om tobaksfrågorna fortfarande var i fokus och elva länder deltog, däribland Sverige. Världshälsoorganisationen, WHO, accepterade studien som en "WHO collaborative study". Detta innebär att WHO publicerar internationella samlingsrapporter samt stöder framför allt f.d. öststater, såväl ekonomiskt som med forskarhjälp.

Studien har nu sedan 1985/86 gjorts vart fjärde år, d.v.s. fyra gånger, i ett växande antal länder. Senaste datainsamlingen genomfördes läsåret 1997/98 i 28 länder. Metod och urvalsförfarande har varit desamma genom åren.

Syftet med studien är dels att öka kunskapen om levnadsvanor och förhållanden som anses viktiga för barns hälsa, dels att följa utvecklingen inom landet över tid och göra jämförelser med andra deltagande länder.

Urval

När man genomför en internationell undersökning av detta slag är det viktigt att så mycket som möjligt sker på samma sätt i alla länder samtidigt som man måste ta hänsyn till det för landet/regionen rådande systemet. Urvalet i denna undersökning görs med en tvåstegs klusterdesign. Först väljs ett antal skolor eller klasser ut på ett slumpmässigt sätt så att de är representativa för respektive land/region. Därefter ingår alla eleverna i klustret, dvs skolan eller klassen, i undersökningen.

Den genomsnittliga åldern är 111/2, 131/2 respektive 151/2 år. Minst 1000 elever från varje åldersgrupp ingår varje gång i undersökningen.

Undersökningen genomförs vid olika tidpunkter i olika länder under ett läsår, vilket styrs av när eleverna i årskurserna har rätt genomsnittsålder.

I Sverige görs undersökningen i årskurserna 5, 7 och 9 i månadsskiftet november-december. Eftersom det vid den tidpunkten inte finns något aktuellt register över hur många klasser det finns per årskurs i varje skola, görs först ett slumpmässigt urval av skolor per årskurs. Detta urval av skolor görs av

Statistiska Centralbyrån. Därefter slumpas en klass på respektive skola i de tre olika urvalen. Samtliga elever i klassen besvarar enkäten.

Metod

Undersökningen görs med hjälp av enkäter. Enkäten fastställs först i en gemensam engelsk version, som översätts till respektive språk varefter den, för språkkontrollens skull, översätts tillbaka till engelska igen.

Enkäten besvaras anonymt av eleverna i klassrummet. I Sverige ansvarar läraren för datainsamlingen i de flesta klasser och därför lämnar eleverna in enkäten i igenklistrade kuvert.

Enkätens innehåll

Enkäten innehåller ett antal basfrågor som ställs i varje land och återkommer vid varje undersökningstillfälle. Dessutom behandlar varje datainsamling ett eller flera fördjupningsteman som är desamma för flera länder. Exempel på sådana specialteman har varit fysisk aktivitet (1985/86), kamratrelationer (1989/90), skolmiljö och skador (1993/94) samt nu i den senaste datainsamlingen återigen skador och skolmiljö samt vikt, längd och kroppsuppfattning.

Till basfrågorna hör olika bakgrundsvariabler såsom kön, ålder, boendeort, socialgrupp (i Sverige även familjekonstellation). Andra basfrågor rör alkohol-, tobaks- och matvanor, fysisk aktivitet, somatiska och psykosomatiska besvär, kroppsuppfattning, självförtroende, mobbning samt relationer till kamrater och föräldrar. Förutom dessa gemensamma två grupper, bas och fördjupningsfrågor, har varje land möjlighet att komplettera enkäten med egna frågor. I den senaste undersökningen hade Sverige med frågor rörande etnisk bakgrund, föräldrars bjudvanor när det gäller alkohol samt allergi.

Deltagande länder

Som framkommit tidigare har antalet länder mer än fördubblats sedan undersökningen startade 1985/86. Studien gjordes då i elva länder/regioner; fransktalande delen av Belgien, Finland, Israel (judiska befolkningen), Norge, Skottland, Schweiz, Spanien, Sverige, Ungern, Wales och Österrike.

Antalet länder/regioner var detsamma 1989/90 men Israel och Schweiz deltog inte. Istället hade Canada och Polen tillkommit.

I undersökningen 1993/94 hade antalet länder/regioner utökats till 25. Förutom att Israel och Schweiz återigen var med hade följande länder tillkommit: Belgien (den flamlänstalande delen), Danmark, Estland, Frankrike (Nancy och Toulouse), Grönland, Lettland, Litauen, Nordirland, Ryssland (St Petersburg-området), Slovakien, Tjeckiska republiken och Tyskland (Nordrhein-Westfalen).

Den senaste undersökningen, 1997/98, genomfördes i ytterligare tre länder, Irland, England och USA. Sammanlagt var 28 länder representerade.

Den svenska undersökningsgruppen

Sverige har, som tidigare nämnts, deltagit i projektet sedan 1984 och har därmed genomfört fyra datainsamlingar. Genom åren har sammanlagt ca 13 900 elever svarat på enkäten. I den första undersökningen, 1985/86, ingick inte lika många elever som senare eftersom elevantalet per klass visade sig vara lägre än man tänkt och därför utökades antalet klasser i urvalet till 1989/90 års undersökning.

Tabell 1. Antal deltagande elever uppdelade på undersökningsår och årskurs. Procenttalen anger andel av undersökningsgruppen

	85/86	89/90	93/94	97/98
Årskurs 5	754 (91%)	1254 (91%)	1225 (85%)	1294 (86%)
Årskurs 7	1102 (89%)	1140 (85%)	1208 (85%)	1357 (93%)
Årskurs 9	1077 (88%)	1159 (80%)	1151 (85%)	1151 (90%)
<i>Totalt</i>	2933 (90%)	3553 (85%)	3584 (85%)	3802 (90%)

Det genomsnittliga bortfallet har genom åren varit mellan 10 - 15%. Bortfallet är beräknat på elevnivå och består dels av de elever som av olika anledningar inte var i skolan den dag då enkäten fylldes i, dels av de relativt få elever som lämnat alltför många basfrågor obesvarade eller som var för gamla/unga (mer än ett år från genomsnittsåldern).

Bortfallet av skolor är också en typ av bortfall men som inte finns med i beräkningen av bortfallet eftersom det inte är systematiskt. Vid den första undersökningen deltog samtliga utvalda skolor. Därefter avböjde 13, 22 respektive 22 av 200 utvalda skolor att delta 1989/90, 1993/94 respektive 1997/98. Detta bortfall har alltså blivit större med åren. Nu senast tog vi kontakt med samtliga skolor som inte svarat på vår förfrågan om att delta. De skäl som uppgavs var att det förekommer många olika undersökningar på skolorna idag och att det finns en viss "enkättrötthet" som någon uttryckte det.

I denna rapport redovisas resultaten från 1997 års undersökning från i första hand de frågor som har varit med vid samtliga fyra undersökningstillfällen. Denna rapport bygger till stor del på den tabellrapport, *Skolbarns hälsovanor under ett decennium* (Marklund, 1997), som publicerades efter 1993/94 års undersökning. I den rapporten gjordes även internationella jämförelser vilket

inte kommer göras i denna eftersom de internationella data presenteras i separat rapport (Currie et al, 2000).

Demografiska bakgrundsvariabler

I undersökningen 1997/98 deltog sammanlagt 3802 elever. Dessa var fördelade enligt tabell 2.

Tabell 2. Antal och andel elever i 1997/98 års undersökning uppdelade på årskurs och kön.

	Årskurs 5	Årskurs 7	Årskurs 9	Totalt
Pojkar	667 52%	709 52%	610 53%	1986
Flickor	627 48%	648 48%	541 47%	1816
<i>Totalt</i>	1294 100%	1357 100%	1151 100%	3802

I urvalet ingår, som tidigare nämnts, elever från hela landet. Detta återspeglas i var och hur de uppger att de bor. Ungefär 60% uppger att de bor i villa, en femtedel bor i lägenhet och resterande 15% i radhus eller kedjehus.

Tabell 3. Andel elever i 1997/98 års undersökning uppdelade på årskurs och plats där de bor.

	Årskurs 5	Årskurs 7	Årskurs 9
Storstad/förort till storstad	33%	23%	26%
Stad	17%	24%	24%
Samhälle	30%	36%	33%
Landsbygd	19%	17%	16%
<i>Totalt</i>	100%	100%	100%

Socioekonomisk bakgrund

Som mått på social klasstillhörighet är typ av arbete den vanligaste klassindelningen. Detta gäller dock den vuxna delen av befolkningen. Barn och ungdomars socioekonomiska bakgrund bygger på vad deras föräldrar gör eller har för utbildning och det är inte helt utan komplikationer att fråga barn och ungdomar om detta. Då 11-åringar får frågan vad deras föräldrar arbetar med får vi ofta svar som: på sjukhus, i skolan, på kontor, på Ericsson etc. Därför blir det interna bortfallet ganska stort och det blir svårare att dra några slutsatser om vilken typ av yrke föräldrarna har. Svaren blir dock något mer informativa med ökad ålder.

Tabell 4. Andel elever i 1997/98 års undersökning uppdelade på årskurs och faderns socioekonomiska status.

	Årskurs 5	Årskurs 7	Årskurs 9
Akademiker/professionella	8%	9%	13%
Tjänstemän	16%	21%	22%
Arbetare	32%	32%	28%
Egna företagare/jordbruk	5%	8%	9%
Arbetslösa, pensionärer, studenter	4%	3%	5%
Vet ej/ ej svar	8%	8%	9%
Oklassificerbara	27%	20%	14%
<i>Totalt</i>	<i>100%</i>	<i>100%</i>	<i>100%</i>

För att komplettera den socioekonomiska bakgrunden ställs därför i undersökningen andra frågor som tillsammans kan ge en bild av de ekonomiska förutsättningarna som familjen har. Exempel på sådana frågor är barnets egna uppskattning av hur bra ställt familjen har det ekonomiskt, hur många gånger man rest bort på semester, om familjen har bil etc. Vid tryckningen av denna rapport pågår fortfarande arbetet med att räkna fram ett index för socioekonomisk bakgrund utifrån dessa frågor.

Förutom familjens sociala position är också den kultur föräldrarna vuxit upp i och den tid man vistats i Sverige viktiga faktorer för barnens hälsa (Barnrapporten, 1998). I den allmänna folkhälsorapporteringen finns ett flertal studier och rapporter som visar att hälsoproblemen ökar i vissa befolkningsgrupper och att invandrare har sämre hälsa än genomsnittsbefolkningen i Sverige (Folkhälsorapporten, 1997). När man ska titta närmare på olika gruppers hälsa stöter man, som tidigare nämnts i samband med socioekonomisk bakgrund, på definitionsproblem.

Statistiska centralbyrån och Invandrarverket har föreslagit en indelning av befolkningen i;

- a. personer med utländsk bakgrund (född utomlands alt. född i Sverige men båda föräldrarna är födda utomlands)
- b. personer med både svensk och utländsk bakgrund (född i Sverige med en svenskfödd och en utrikes född förälder)
- c. personer med svensk bakgrund (född i Sverige och båda föräldrarna är födda i Sverige).

I 97/98 års undersökning fanns två frågor med i enkäten för att mäta etnisk tillhörighet. Dels frågades efter barnets eget födelseland, dels föräldrarnas. Då

SCB's och Invandrarverkets indelning används fördelas svaren enligt följande:

a. 13% har utländsk bakgrund.

b. 10% är födda i Sverige med en svenskfödd och en utrikes född förälder.

c. 77% har svensk bakgrund.

Någon skillnad mellan åldrarna eller mellan könen finns inte.

Allmänt hälsotillstånd

Upplevd hälsa

I enkäten ställs två frågor som försöker mäta den självupplevda hälsan och svaren på dessa två frågor tyder på att de svenska barnen mår relativt bra.

En majoritet, 66%, av barnen anser sig vara helt friska. Det är ingen förändring totalt sett vid en jämförelse med de tidigare åren. Bland 11-åringarna finns inga könsskillnader i svaren på denna fråga, men med ökad ålder är det färre flickor som anser sig vara helt friska (Tabell 1:1) och denna könsskillnad har ökat bland 15-åringarna i den senaste undersökningen.

Drygt hälften, närmare 57%, av barnen trivs också i stort sett mycket bra med livet (Tabell 1:2). Svaren på denna fråga har inte heller förändrats nämnvärt genom åren. Även här finns skillnaden mellan pojkars och flickors svar; pojkarna uppger i högre utsträckning att de trivs mycket bra med livet.

Ett annat sätt att precisera barnens upplevda hälsotillstånd är genom frågor om hur ofta de under de senaste sex månaderna haft olika somatiska och psykosomatiska besvär (Tabell 1:3-1:10). Svaren på dessa frågor visar totalt sett att det blivit försämringar genom åren. Mellan 1985/86 och 1993/94 var det ffa de två äldre åldersgrupperna som oftare sade sig ha besvär (Marklund, 1997). Mellan 1993/94 och 1997/98 kan dock en försämring även ses hos 11-åringarna. Symtomen ökar med ökad ålder och fler flickor än pojkar uppger att de har olika besvär som ont i magen, ont i huvudet, yrsel etc.

En knapp tiondel av barnen uppger att de haft svårt att somna i stort sett varje dag under de senaste sex månaderna (Tabell 1:9). Det finns inte någon större skillnad mellan åldrarna eller mellan pojkar och flickor när det gäller svårigheter att somna. Betydligt fler är dock trötta på morgonen på väg till skolan (Tabell 1:12). De äldre barnen är oftare trötta än de yngre och pojkarna oftare än flickorna. Fram till 1993/94 hade andelen som nästan alltid är trötta på väg till skolan ökat med mellan sex (11-åringarna) och elva (15-åringarna) procentenheter (Marklund, 1997). Mellan de två senaste mätningarna har ingen större förändring skett bland 11-åringarna medan något fler i de två äldre åldersgrupperna säger sig vara trötta.

Mobbning

Frågor om mobbning kom med i undersökningen först 1993/94. De första undersökningarna hade dock frågor om ensamhet, som visade att det fanns elever som ofta kände sig ensamma (Marklund, 1997). 1997/98 uppgav sju procent av barnen att de ganska ofta eller mycket ofta kände sig ensamma. Någon förändring sedan de tidigare undersökningarna kan inte utläsas.

Frågorna om mobbning inleds med en definition av mobbning: ”Här kommer några frågor om mobbning. Vi menar att en elev MOBBAS då en annan elev, eller en grupp elever, säger eller gör elaka och otrevliga saker mot honom eller henne. Det är också mobbning då en elev ständigt blir retad på ett sätt som han eller hon inte tycker om. Men det är INTE MOBBNING då två ganska jämnstarka elever grälar eller slåss”.

Det har inte skett några förändringar mellan 1993/94 och 1997/98 när det gäller frågorna hur ofta man själv blivit mobbad eller hur ofta man mobbat någon. Fortfarande är det pojkarna som oftare är inblandade i mobbning och de äldre uppger oftare än de yngre att de varit med och mobbat.

Tabell 3. Andel svar på frågorna ”Hur ofta har du blivit mobbad i skolan den här terminen?” samt ”Hur ofta har du varit med och mobbat andra?” fördelade på årskurs och kön

		Åk 5		Åk 7		Åk 9	
		Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Hur ofta har du blivit mobbad i skolan den här terminen?	Inte blivit mobbad den här terminen	81	87	82	87	82	88
	En eller ett par gånger	11	7	12	8	12	8
	Några gånger	5	3	4	3	3	2
	En gång i veckan eller mer	2	3	2	2	3	1
	<i>Totalt</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>
Hur ofta har du varit med och mobbat andra?	Inte mobbat den här terminen	87	94	84	90	69	87
	En eller ett par gånger	10	4	12	8	22	9
	Några gånger	2	1	2	1	5	3
	En gång i veckan eller mer	0	0	2	0	4	1
	<i>Totalt</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>

Skolan

I de två senaste undersökningarna har det ställts flera frågor direkt relaterade till skoltrivsel, men i denna rapport presenteras endast de frågor som varit med i alla undersökningar.

Eleverna har fått svara på frågan hur duktiga de tror att deras lärare tycker att de är jämfört med klasskamraterna. Resultaten på denna fråga hade fram till 1993/94 inte förändrats (Marklund, 1997) men 1997/98 har andelen pojkar och flickor som tror att lärarna tycker att de är duktiga ökat betydligt. Någon skillnad mellan pojkars och flickors svarsmönster kan inte heller ses i 1997/98 års undersökning.

Den andra skolfrågan som varit med genom åren är: ”Vad tycker du om skolan

nu för tiden?” (Tabell 1:14). Majoriteten svarar liksom tidigare ”Ganska bra” och flickorna tycker generellt bättre om skolan än pojkarna. Likaså tycker de yngre bättre om skolan än de äldre. Sedan 1993/ 94 har dessutom de äldre som tycker bra om skolan blivit något färre. I årskurs 7 har andelen som tycker mycket bra om skolan minskat med sex procentenheter mellan 1993/94 och 1997/98 och i årskurs 9 har motsvarande andel minskat med tre procentenheter.

Alkohol och tobak

Alkohol- och tobakskonsumtionen hos svenska ungdomar är väl kartlagd jämfört med de flesta andra beteenden. I årskurs 9 undersöker Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN) varje år hur mycket eleverna röker och dricker och vartannat år görs samma undersökning i årskurs 6. Det finns alltså goda möjligheter att jämföra resultaten från Skolbarns hälsovanor med andra undersökningar, men man bör också känna till begränsningarna. Frågorna är inte alltid likadant formulerade, datainsamlingsmetoderna skiljer sig åt och sist men inte minst så görs undersökningarna vid olika tidpunkter på året. Eftersom såväl tobaks- som alkoholkonsumtionen ökar under de aktuella åldrarna kan det vara stor skillnad i svarsmonstret beroende på om undersökningen görs på hösten eller våren i en årskurs.

Genom åren har andelen som någon gång smakat alkohol ökat konstant i årskurs 5 och 7. I den senaste undersökningen uppger 78% av pojkarna och 64% av flickorna i åk 5 att de någon gång smakat alkohol (Tabell 2:1). I årskurs 7 är motsvarande andelar 88% respektive 87% och i årskurs 9 är de 96% och 95%. Tidigare har pojkarna i betydligt högre utsträckning smakat alkohol, men det är flickorna som står för den största ökningen mellan de två senaste undersökningarna. I årskurs 7 finns det ingen könsskillnad alls längre.

Att någon gång ha smakat alkohol säger dock inte så mycket om dryckesvanorna. Betydligt färre har någon gång druckit så mycket att de blivit riktigt fulla (Tabell 2:6). Hälften av eleverna i årskurs 9 har någon gång varit riktigt fulla, 15% av dem i årskurs 7 och 3% i årskurs 5 och det finns ingen skillnad mellan pojkar och flickor.

I undersökningen ställs vidare frågor om hur ofta man dricker olika alkoholsorter som öl, vin, sprit och cider (Tabell 2:2-2:5). Det är inga större förändringar sedan 1993/94, förutom att ciderdrickandet minskat något i årskurs 9.

I den senaste undersökningen 1997/98 är det färre barn som någonsin rökt (minst en cigarett, cigarr eller pipa) än vid någon av de tidigare undersökningarna. I årskurs 5 uppgav 13% att de någonsin rökt, i årskurs 7 var motsvarande andel 39% och i årskurs 9 var andelen 64% (Tabell 2:7). På frågan hur ofta de röker nu för tiden är dock svarsmonstret inte lika positivt (Tabell 2:8). I årskurs 9 är det något fler än tidigare som uppger att de röker minst en gång i veckan. Könsskillnaderna, att pojkarna verkar testa i högre utsträckning men att flickorna börjar röka mer regelbundet då de blir lite äldre, kvarstår.

Matvanor och bantning

Det finns flera frågor som behandlar hur ofta barnen äter eller dricker en rad såväl nyttigheter som onyttigheter och som funnits med i alla fyra undersökningarna (Tabell 3:1-3:14). Över tid har det skett ganska små förändringar, några till det bättre, andra till det sämre (Marklund, 1997). Men det har ändå skett ett par förändringar som är viktiga att understryka. En av de dryckesvanor som förändrats mest över tid, och även mellan de två senaste undersökningarna, är konsumtionen av Coca-Cola/läsk. Vid undersökningen 1985/86 drack 5% i årskurs 5, 10% i årskurs 7 och 13% i årskurs 9 Coca-cola/läsk dagligen. 1997/ 98 är motsvarande andelar 18%, 21% och 25%. Samtidigt har andelen som sällan eller aldrig äter frukt ökat under samma tidsperiod även om det inte skett några större förändringar mellan 1993/94.

Under senare åren har man uppmärksammat barns kroppsuppfattning och bantningsvanor mer, så även i denna undersökning. Frågor kring detta kom med i 1993/94 års undersökning och någon större förändring kan inte utläsas mer än att barnen i årskurs 5 samt pojkarna i samtliga årskurser tenderar att ha blivit mer medvetna om sin vikt. Resultaten på frågan om man tycker sig vara för smal, lagom eller för tjock visar att det knappt finns några könsskillnader i årskurs 5 (Tabell 3:20). Men i årskurs 7 och 9 tycker flickorna oftare att de är för tjocka och pojkarna att de är för smala.

Detta återspeglas också i frågan om de bantar, som inte heller den visar på några större skillnader i svarsmonstret sedan 1993/94 (Tabell 3:19). Ungefär 80% av barnen i årskurs 5 och av pojkarna i årskurs 7 och 9 anser inte att de behöver banta då de tycker att de är lagom som de är. Av flickorna i årskurs 9 håller 8% på att banta medan 43% inte bantar just nu men tycker att de borde gå ned i vikt.

Säkerhetsåtgärder

Bilbälte

Användningen av säkerhetsbälte när man åker bil har ökat under åren, ffa mellan 1985/86 och 1989/90 och detta beror till stor del på den lag om obligatorisk bilbältesanvändning som kom då (Marklund, 1997). Sedan 1993/94 har det inte skett några förändringar; två tredjedelar använder alltid bälte och de yngre använder det oftare än de äldre och flickorna oftare än pojkarna.

Cykelhjälm

Vid de tre senaste undersökningarna har ett par frågor om cykelhjälm funnits med och mellan 1989/90 och 1993/94 fördubblades andelen som ägde en cykelhjälm från 25% till 49% (Marklund, 1997). Sedan dess har ytterligare något fler barn skaffat sig cykelhjälm och vid den senaste undersökningen uppgav 55% av de tillfrågade att de äger en cykelhjälm. Variationen mellan åldrarna är dock fortfarande stor; 91% av dem i årskurs 5 äger en cykelhjälm medan motsvarande andel i årkurs 9 är 23%. Det finns dock inte längre någon större skillnad mellan pojkar och flickor.

Att man äger en hjälm behöver dock inte nödvändigtvis innebära att man använder den när man cyklar. Ungefär 60%, oavsett ålder, av dem som *äger* en cykelhjälm använder den alltid eller ofta. Även när det gäller användningen är skillnaden stor mellan åldrarna. I årskurs 5 använder flickorna sin hjälm i högre utsträckning än pojkarna och bland i årskurs 9 använder pojkarna sin hjälm mer än flickorna. I samtliga årskurser använder eleverna sina hjälmar mer 1997/98 än 1993/94.

Samma svarsmönster fås om man studerar användningen av cykelhjälm när man cyklar *oavsett om man själv äger en hjälm eller inte*: De yngre använder hjälm i högre utsträckning än de äldre; bland de yngre använder flickorna hjälm i högre utsträckning än pojkarna och bland de äldre använder pojkarna hjälm mer. Totalt sett använder 26% av dem som cyklar alltid hjälm, 10% använder oftast hjälm och man kan se en ökning från senaste undersökningen i samtliga åldersgrupper.

Fritidsvanor

Fysisk aktivitet

Att mäta hur mycket barn rör på sig är inte helt enkelt och kräver betydligt fler frågor än de två som funnits med från början i denna undersökning. Men dessa två frågor, som gäller hur många gånger resp. hur många timmar man tränat så att man blivit svettig på sin fritid, kan ändå ge oss en fingervisning om utvecklingen. Mellan 1985/86 och 1993/94 hade det inte skett några förändringar i hur många timmar man tränade men en viss ökning av andelen som tränade två gånger per vecka kunde utläsas (Marklund, 1997). Sedan 1993/94 har det inte skett några större förändringar. Fortfarande visar resultaten att majoriteten tränar minst två gånger i veckan och pojkarna mer än flickorna (Tabell 5:1-2) Det finns dock ett undantag; andelen som *inte* tränat så de svettats på sin fritid har ökat i årskurs 9. År 1993/94 var andelen som tränade mindre än en gång i månaden 9% av pojkarna och 10% av flickorna i årskurs 9. Motsvarande andelar 1997/98 var 14% respektive 19% (Tabell 5:1). Tittar man på hur många timmar de säger att de tränar varje vecka kan man även där se en tendens att man i årskurs 9 tränar mindre (Tabell 5:2).

Stillasittande fritidsvanor

TV-tittandet ökade markant mellan åren 1985/86 och 1989/90; av misstag ställdes inte frågan i 1993/94 års undersökning (Marklund, 1997). Vid en jämförelse mellan 1989/90 och 1997/98 ser man dock att TV-tittandet fortsatt att öka; andelen som tittar minst två timmar per dag har ökat från 54% till 67% och andelen verkliga stortittare (minst fyra timmar/dag) ökade från 18% till 22%. Fortfarande finns det en viss könsskillnad då pojkarna ser något mer på tv än flickorna (Tabell 5:3).

Video-tittandet ökade mellan åren 1985/86 och 1993/94 (Marklund, 1997) men har därefter generellt stannat upp och till och med minskat något (Tabell 5:4). Fortfarande tittar pojkar mer på video än flickor och skillnaden mellan åldrarna är nästan obefintlig.

Om man inte tittar fullt lika mycket på video vid den senaste undersökningen som 1993/94 spelar man i betydligt högre utsträckning dataspel i den senaste undersökningen. 1993/94 ägnade sig 13% av samtliga åt att spela dataspel minst fyra timmar i veckan medan 40% aldrig gjorde det. Motsvarande andelar är 1997/98 20 % respektive 29%. Det är de äldre pojkarna som ffa står för ökningen; exempelvis ägnade sig 35% av pojkarna i årskurs 9 åt att spela dataspel minst 4 timmar i veckan 1997/98 mot 18% år 1993/94.

Referenser

Marklund, U (1997) *Skolbarns hälsovanor under ett decennium*.
Folkhälsoinstitutets rapportserie 110:1996.

Currie, C. et al (eds.) *Health and Health Behaviour Among Young People*.
WHO Policy Series: Health policy for children and adolescents. Issue 1, 2000.
WHO Regional Office for Europe, Copenhagen.

Bilaga 1

Tabell 1-5

Bilaga 2

Frågeformulär

Allmänt hälsotillstånd och skoltrivsel. Tabell 1:1-1:14. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort

	93/94						97/98								
	ÅK 5		ÅK 7		ÅK 9		ÅK 5		ÅK 7		ÅK 9				
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL			
1:1 HUR FRISK TYCKER DU ATT DU ÄR															
INTE SÄRSKILT FRISK	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	4	3
GANSKA FRISK	28	29	29	28	32	30	24	27	25	24	37	30	31	50	40
HELT FRISK	70	69	70	71	66	68	74	72	73	76	61	68	67	46	57
PROCENTBAS	611	606	1217	594	607	1201	658	625	1283	705	647	1352	607	541	1148
1:2 HUR TRIVS DU I STORT SETT MED LIVET JUST NU ?															
INTE ALLS	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3
INTE SÄRSKILT BRA	3	3	3	3	7	5	1	3	2	2	6	4	6	10	8
GANSKA BRA	27	32	29	35	39	37	25	27	26	30	42	35	47	54	50
MYCKET BRA	70	64	67	61	53	57	73	69	71	67	51	60	45	34	39
PROCENTBAS	611	604	1215	596	607	1203	658	622	1280	704	645	1349	605	540	1145
1:3 HUR OFTA HUVUDVÄRK SENASTE 6 MÅNADERNA?															
SÄLLAN/ALDRIG	47	38	42	41	28	35	42	38	40	39	29	34	38	20	29
C:A 1 GG/MÅNAD	30	31	30	34	30	32	31	27	29	32	27	30	35	27	31
C:A 1 GG/VECKA	13	21	17	14	22	18	15	21	18	19	23	21	15	23	19
> 1 GG/VECKA	7	7	7	9	13	11	9	9	9	7	14	10	8	21	14
I STORT SETT VARJE DAG	2	4	3	2	6	4	3	5	4	3	8	5	4	9	6
PROCENTBAS	604	600	1204	588	608	1196	650	621	1271	701	645	1346	605	540	1145
1:4 HUR OFTA MAGONT SENASTE 6 MÅNADERNA?															
SÄLLAN/ALDRIG	51	45	48	50	31	40	50	40	45	48	24	37	47	19	34
C:A 1 GG/MÅNAD	31	34	33	35	43	39	29	29	29	35	43	39	35	50	42
C:A 1 GG/VECKA	11	12	12	10	15	12	12	19	15	11	19	15	11	15	13
> 1 GG/VECKA	4	7	6	3	9	6	6	9	7	5	9	7	4	12	8
I STORT SETT VARJE DAG	2	2	2	1	2	2	3	4	3	1	5	3	3	4	3
PROCENTBAS	602	598	1200	586	608	1194	651	620	1271	698	643	1341	604	540	1144

Allmänt hälsotillstånd och skoltrivsel. Tabell 1:1-1:14. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort (forts.)

	93/94						97/98												
	ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	
1:5 HUR OFTA RYGGONT SENASTE 6 MÅNADERNA?																			
SÄLLAN/ALDRIG	80	75	77	68	64	66	59	54	56	71	70	71	67	56	62	52	51	52	
C:A 1 GG/MÅNAD	11	13	12	19	19	19	23	23	23	18	19	18	19	23	21	23	24	23	
C:A 1 GG/VECKA	5	6	6	7	8	7	9	11	10	5	5	5	7	11	9	12	12	12	
> 1 GG/VECKA	3	4	4	5	6	5	6	8	7	4	4	4	4	6	5	7	7	7	
I STORT SETT VARJE DAG	1	2	2	2	3	3	3	5	4	2	3	2	3	4	3	6	6	6	
PROCENTBAS	601	596	1197	586	608	1194	583	559	1142	649	619	1268	697	643	1340	604	539	1143	
1:6 HUR OFTA KÄNT SIG NERE SENASTE 6 MÅNADERNA?																			
SÄLLAN/ALDRIG	64	52	58	53	37	45	48	26	37	37	45	49	49	33	41	41	22	32	
C:A 1 GG/MÅNAD	22	27	25	30	29	29	31	34	32	28	29	29	34	29	31	33	33	33	
C:A 1 GG/VECKA	7	12	10	11	16	13	13	20	16	11	16	14	10	19	14	14	21	17	
> 1 GG/VECKA	5	7	6	5	14	9	5	15	10	5	6	6	6	13	9	7	16	11	
I STORT SETT VARJE DAG	1	2	2	2	5	3	3	5	4	2	3	3	1	6	4	4	8	6	
PROCENTBAS	599	590	1189	587	607	1194	583	559	1142	649	620	1269	695	641	1336	603	540	1143	
1:7 HUR OFTA KÄNT SIG IRRITERAD/PÅ DÅLIGT HUMÖR SENASTE 6 MÅNADERNA?																			
SÄLLAN/ALDRIG	27	22	25	16	13	14	14	8	11	23	22	22	17	10	14	14	6	11	
C:A 1 GG/MÅNAD	31	30	31	35	30	33	33	30	32	31	24	28	36	31	34	31	28	30	
C:A 1 GG/VECKA	23	25	24	26	28	27	29	29	29	26	27	27	29	28	28	27	31	29	
> 1 GG/VECKA	14	16	15	16	21	19	19	24	21	15	21	18	15	22	19	21	26	23	
I STORT SETT VARJE DAG	4	6	5	6	8	7	5	9	7	4	6	5	2	9	6	7	9	8	
PROCENTBAS	602	597	1199	590	608	1198	584	558	1142	648	622	1270	699	642	1341	604	540	1144	

Allmänt hälsotillstånd och skoltrivsel. Tabell 1:1-1:14. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort (forts.)

	93/94						97/98												
	ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	
1:8 HUR OFTA KÄNT SIG NERVÖS SENASTE 6 MÅNADERNA?																			
SÄLLAN/ALDRIG	47	41	44	30	29	29	30	21	26	41	36	38	33	27	30	26	24	25	
C:A 1 GG/MÅNAD	26	31	29	36	31	33	33	31	32	27	29	28	36	31	34	35	32	33	
C:A 1 GG/VECKA	16	18	17	22	23	23	25	26	26	19	22	20	21	23	22	23	23	23	
> 1 GG/VECKA	10	8	9	10	15	12	9	17	13	12	10	11	7	16	11	12	15	14	
I STORT SETT VARJE DAG	1	1	1	2	3	3	2	4	3	2	4	3	3	4	3	4	5	5	
PROCENTBAS	604	591	1195	586	607	1193	581	559	1140	648	621	1269	698	641	1339	604	540	1144	
1:9 HUR OFTA HAFT SVÅRT ATT SOMNA SENASTE 6 MÅNADERNA?																			
SÄLLAN/ALDRIG	47	45	46	46	43	44	40	39	40	46	43	44	49	41	45	42	40	41	
C:A 1 GG/MÅNAD	18	19	18	22	22	22	24	21	22	22	20	21	21	19	20	25	21	23	
C:A 1 GG/VECKA	12	15	13	13	17	15	18	17	17	12	12	12	15	17	16	15	17	16	
> 1 GG/VECKA	11	12	12	12	11	11	13	14	13	11	15	13	10	16	13	12	12	12	
I STORT SETT VARJE DAG	12	9	11	7	8	8	6	8	7	10	10	10	5	7	6	6	10	8	
PROCENTBAS	604	597	1201	588	607	1195	584	559	1143	648	620	1268	699	644	1343	604	540	1144	
1:10 HUR OFTA KÄNT SIG YR SENASTE 6 MÅNADERNA?																			
SÄLLAN/ALDRIG	67	72	70	70	64	67	68	58	63	67	70	68	68	57	63	58	49	54	
C:A 1 GG/MÅNAD	18	14	16	18	17	17	18	20	19	18	14	16	20	18	19	22	23	22	
C:A 1 GG/VECKA	7	7	7	6	7	7	7	11	9	9	7	8	6	11	8	9	11	10	
> 1 GG/VECKA	5	4	5	5	7	6	4	7	6	4	6	5	4	9	7	8	11	9	
I STORT SETT VARJE DAG	2	2	2	2	5	3	3	4	4	3	3	3	2	5	3	4	7	5	
PROCENTBAS	601	593	1194	586	607	1193	582	559	1141	649	620	1269	696	644	1340	605	540	1145	

Allmänt hälsotillstånd och skoltrivsel. Tabell 1:1-1:14. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort (forts.)

	93/94						97/98												
	ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	
1:11 KÄNNER DU DIG NÅGONSIN ENSAM?																			
NEJ.....	53	41	47	52	40	46	57	29	43	52	41	47	58	44	51	51	35	44	
IBLAND.....	42	51	46	42	51	46	38	58	48	41	53	47	37	48	42	43	51	47	
GANSKA OFTA.....	4	6	5	5	6	6	4	8	6	5	4	4	4	6	5	4	11	7	
MYCKET OFTA.....	1	2	2	2	3	3	1	5	3	3	2	3	1	3	2	2	3	3	
PROCENTBAS.....	610	602	1212	595	605	1200	590	559	1149	656	622	1278	707	644	1351	606	541	1147	
1:12 HUR OFTA TRÖTT PÅ MORGON PÅ VÄG TILL SKOLA?																			
SÄLLAN/ALDRIG.....	27	22	25	17	13	15	12	9	11	24	21	22	14	9	11	7	6	7	
DÅ OCH DÅ.....	44	52	48	35	48	42	31	40	35	48	52	50	39	49	44	30	36	33	
1-3 GGR/VECKA.....	13	12	12	17	21	19	18	22	20	12	12	12	19	19	19	23	26	24	
4 GGR/VECKA EL. MER.....	16	14	15	31	18	25	38	29	34	16	15	15	28	23	26	40	32	36	
PROCENTBAS.....	609	604	1213	597	606	1203	589	559	1148	649	622	1271	700	643	1343	600	537	1137	
1:13 HUR DUKTIG JMF MED KLASSKAMRATER (LÄRARBED.)?																			
UNDER GENOMSNITTET.....	3	1	2	5	2	4	14	7	11	2	1	1	1	1	1	6	5	6	
MEDELBRA.....	36	38	37	47	54	50	44	49	47	24	25	25	35	36	36	41	41	41	
DUKTIG.....	48	51	49	38	38	38	32	38	35	55	55	55	54	51	52	41	45	43	
MYCKET DUKTIG.....	13	11	12	10	7	8	9	6	7	20	20	20	10	12	11	12	9	10	
PROCENTBAS.....	609	597	1206	590	600	1190	591	555	1146	664	622	1286	705	643	1348	610	536	1146	
1:14 VAD TYCKER DU OM SKOLAN NU FÖR TIDEN?																			
INTE ALLS.....	6	1	4	4	1	3	12	5	9	3	2	3	5	3	4	9	6	8	
INTE SÄRSKILT BRA.....	14	9	12	10	7	9	26	23	24	11	7	9	14	12	13	28	25	27	
GANSKA BRA.....	53	53	53	61	60	60	53	59	56	58	53	56	62	60	61	55	61	57	
MYCKET BRA.....	27	36	31	25	32	28	9	14	11	28	38	33	19	25	22	8	9	8	
PROCENTBAS.....	609	602	1211	590	605	1195	586	554	1140	664	627	1291	707	647	1354	607	536	1143	

Alkohol och tobak. Tabell 2:1–2:8. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort

	93/94						97/98												
	ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	
2:1 HAR DU NÅGONSIN SMAKAT ALKOHOL?																			
JA	76	60	68	86	77	82	94	95	95	78	64	71	88	87	87	96	95	95	
NEJ	24	40	32	14	23	18	6	5	5	22	36	29	12	13	13	4	5	5	
<i>PROCENTBAS</i>	585	550	1135	583	584	1167	587	555	1142	662	623	1285	706	648	1354	610	540	1150	
2:2 HUR OFTA DRICKER DU ÖL NU FÖR TIDEN?																			
ALDRIG	61	83	72	50	69	60	25	33	29	68	86	77	55	65	60	29	32	30	
< 1 GG/MÅNAD	26	12	19	34	23	29	33	37	35	24	11	18	30	26	28	31	37	34	
VARJE MÅNAD	7	3	5	10	6	8	25	20	22	5	1	3	8	6	7	24	22	23	
VARJE VECKA	5	1	3	6	2	4	16	10	13	4	1	2	6	4	5	14	9	12	
VARJE DAG	1	1	1	0	0	0	2	0	1	0	0	0	1	0	0	2	0	1	
<i>PROCENTBAS</i>	529	542	1071	545	552	1097	565	533	1098	553	531	1084	621	580	1201	581	491	1072	
2:3 HUR OFTA DRICKER DU SPRIT NU FÖR TIDEN?																			
ALDRIG	89	95	92	76	83	80	40	39	40	92	98	95	78	83	80	41	38	40	
< 1 GG/MÅNAD	9	4	7	16	11	14	34	40	37	6	1	4	14	12	13	32	37	34	
VARJE MÅNAD	1	0	0	6	3	5	19	17	18	1	0	1	5	3	4	18	19	18	
VARJE VECKA	0	1	0	2	1	2	5	4	5	0	0	0	2	2	2	8	6	7	
VARJE DAG	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	2	0	1	
<i>PROCENTBAS</i>	502	528	1030	513	544	1057	529	518	1047	478	514	992	570	553	1123	527	483	1010	
2:4 HUR OFTA DRICKER DU CIDER NU FÖR TIDEN?																			
ALDRIG	27	43	35	18	28	23	13	11	12	37	46	41	27	29	28	19	16	17	
< 1 GG/MÅNAD	33	33	33	31	32	32	28	36	32	39	41	40	37	42	40	38	48	43	
VARJE MÅNAD	22	15	18	31	27	29	30	32	31	16	9	12	22	17	19	27	27	27	
VARJE VECKA	16	8	12	19	11	15	27	20	23	7	4	6	13	11	12	15	9	12	
VARJE DAG	2	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	1	0	1	2	1	1	
<i>PROCENTBAS</i>	597	595	1192	573	594	1167	558	528	1086	585	576	1161	648	609	1257	539	501	1040	

Alkohol och tobak. Tabell 2:1-2:8. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort (forts.)

	93/94						97/98												
	ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	
2:5 HUR OFTA DRICKER DU VIN NU FÖR TIDEN?																			
ALDRIG.....	82	91	87	72	81	76	54	50	52	86	93	89	78	80	79	55	45	50	
< 1 GG/MÅNAD.....	15	7	11	21	16	19	33	40	36	13	6	10	17	17	17	30	37	33	
VARJE MÅNAD.....	3	1	2	6	3	4	11	9	10	0	1	0	4	2	3	11	14	13	
VARJE VECKA.....	1	0	0	1	1	1	2	2	2	0	0	0	1	1	1	3	4	4	
VARJE DAG.....	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	
PROCENTBAS.....	508	535	1043	508	546	1054	503	488	991	488	523	1011	564	551	1115	489	463	952	
2:6 NGN GG DRUCKIT ALKOHOL SÅ ATT DU BLIVIT RIKTIGT FULL?																			
ALDRIG.....	94	98	96	89	90	90	48	52	50	96	98	97	85	85	85	50	47	49	
1-3 GGR.....	5	2	3	9	7	8	25	25	25	4	2	3	11	12	12	27	28	27	
4-10 GGR.....	0	0	0	1	2	2	12	13	13	0	0	0	2	1	2	10	14	12	
> 10 GGR.....	0	0	0	1	1	1	15	10	12	0	0	0	2	1	1	13	12	13	
PROCENTBAS.....	606	607	1213	595	610	1205	585	559	1144	663	627	1290	706	643	1349	606	539	1145	
2:7 HAR DU NÅGONSIN RÖKT NÅGON ENDA GÅNG?																			
JÄ.....	27	15	21	48	44	46	71	70	71	17	9	13	40	37	39	66	63	64	
NEJ.....	73	85	79	52	56	54	29	30	29	83	91	87	60	63	61	34	37	36	
PROCENTBAS.....	610	602	1212	592	607	1199	588	557	1145	663	626	1289	705	644	1349	605	540	1145	
2:8 HUR OFTA RÖKER DU NU?																			
RÖKER INTE.....	98	99	98	93	91	92	77	72	75	97	99	98	91	90	90	73	67	70	
< 1 GG/VECKA.....	1	1	1	4	5	4	8	8	8	2	1	1	6	5	5	10	9	10	
MINST 1 GG/VECKA.....	0	0	0	2	2	2	5	6	5	1	0	0	2	3	2	8	8	8	
VARJE DAG.....	0	0	0	1	2	2	10	13	12	0	0	0	2	2	2	9	16	13	
PROCENTBAS.....	615	604	1219	596	608	1204	590	559	1149	665	623	1288	701	639	1340	601	540	1141	

Matvanor. Tabell 3:1–3:14. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort

	93/94						97/98											
	ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9		
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL
3:1 HUR OFTA DRICKER DU KAFFE?																		
ALDRIG.....	62	70	66	52	68	60	36	47	41	69	82	75	63	77	70	48	58	53
SÄLLAN	25	23	24	32	22	27	25	27	26	22	12	17	20	16	18	21	20	20
VARJE VECKA	8	4	6	10	7	8	17	14	15	5	4	4	9	4	7	15	12	14
1 GG OM DAGEN	3	2	3	4	2	3	12	8	10	3	1	2	3	2	3	9	6	7
MER ÄN 1 GG OM DAGEN	2	1	1	2	1	2	11	5	8	2	1	2	4	1	3	6	4	5
PROCENTBAS.....	614	609	1223	597	610	1207	590	560	1150	663	625	1288	708	648	1356	609	541	1150
3:2 HUR OFTA DRICKER DU COCA-COLA/SOCKRAD LÄSK?																		
ALDRIG.....	3	4	4	2	2	2	1	2	2	4	5	5	2	4	3	2	4	3
SÄLLAN	14	29	21	14	20	17	12	23	17	15	25	19	10	20	15	8	21	14
VARJE VECKA	66	58	62	62	64	63	59	62	61	59	56	58	60	60	60	58	55	56
1 GG OM DAGEN	11	7	9	15	9	12	18	10	14	14	9	11	18	8	13	17	11	14
MER ÄN 1 GG OM DAGEN	6	2	4	8	5	6	10	3	6	8	5	7	10	7	8	14	8	11
PROCENTBAS.....	614	609	1223	597	610	1207	590	560	1150	663	625	1288	708	648	1356	609	541	1150
3:4 HUR OFTA DRICKER DU LÄTTMJÖLK/LÄTTFIL?																		
ALDRIG.....	26	22	24	23	19	21	22	18	20	36	39	37	34	35	34	29	29	29
SÄLLAN	24	24	24	25	27	26	25	21	23	21	24	22	28	28	28	27	24	25
VARJE VECKA.....	10	14	12	15	13	14	13	13	13	9	7	8	8	8	8	11	10	10
1 GG OM DAGEN.....	17	17	17	16	17	17	16	23	19	12	9	11	10	8	10	12	14	13
MER ÄN 1 GG OM DAGEN	24	24	24	21	24	22	24	25	25	23	21	22	20	21	20	21	24	22
PROCENTBAS.....	614	609	1223	597	610	1207	590	560	1150	663	625	1288	708	648	1356	609	541	1150
3:5 HUR OFTA DRICKER DU MJÖLK/FILMJÖLK?																		
ALDRIG.....	10	8	9	6	7	7	6	11	9	8	10	9	7	8	8	9	15	12
SÄLLAN	7	13	10	11	12	12	8	16	12	6	7	7	4	11	8	7	15	10
VARJE VECKA.....	12	16	14	14	14	14	11	12	12	7	8	7	7	8	8	10	10	10
1 GG OM DAGEN.....	26	28	27	26	26	26	20	24	22	17	16	17	18	19	19	20	23	21
MER ÄN 1 GG OM DAGEN	45	35	40	44	41	42	54	37	46	61	60	61	63	53	58	55	38	47
PROCENTBAS.....	614	609	1223	597	610	1207	590	560	1150	663	625	1288	708	648	1356	609	541	1150

Matvanor. Tabell 3:1–3:14. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort (forts.)

	93/94						97/98											
	ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9		
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL
3:6 HUR OFTA ÄTER DU FRUKT?																		
ALDRIG.....	4	3	3	3	2	3	3	1	2	4	0	2	2	1	1	3	1	2
SÄLLAN	5	3	4	5	4	4	8	4	6	9	6	7	8	7	7	9	6	8
VARJE VECKA.....	25	20	22	25	25	25	32	23	27	17	15	16	23	17	21	30	25	28
1 GG OM DAGEN.....	36	37	36	37	36	37	32	38	34	36	36	36	36	37	37	34	35	34
MER ÄN 1 GG OM DAGEN	31	37	34	30	33	32	25	35	30	34	43	39	31	38	34	24	34	29
<i>PROCENTBAS</i>	614	609	1223	597	610	1207	590	560	1150	665	626	1291	708	648	1356	610	541	1151
3:7 HUR OFTA ÄTER DU RÅA GRÖNSAKER?																		
ALDRIG.....	15	9	12	9	6	8	7	4	5	18	11	14	11	7	9	8	3	6
SÄLLAN	29	25	27	30	27	28	30	19	25	23	20	22	21	17	19	20	16	18
VARJE VECKA.....	26	28	27	32	33	32	37	35	36	23	27	25	34	31	32	34	30	32
1 GG OM DAGEN.....	23	32	28	24	29	27	19	34	27	25	28	27	25	34	30	27	35	31
MER ÄN 1 GG OM DAGEN	7	6	6	5	6	5	6	8	7	10	15	12	9	12	10	10	16	13
<i>PROCENTBAS</i>	614	609	1223	597	610	1207	590	560	1150	663	626	1289	708	648	1356	609	541	1150
3:8 HUR OFTA ÄTER DU FULLKORNSBRÖD?																		
ALDRIG.....	23	21	22	13	15	14	12	12	12	19	17	18	13	15	14	10	11	11
SÄLLAN	36	40	38	36	38	37	33	32	33	31	37	34	31	32	31	24	29	26
VARJE VECKA.....	23	25	24	28	30	29	29	37	33	21	27	24	26	30	28	34	35	35
1 GG OM DAGEN.....	14	12	13	16	14	15	18	15	17	18	15	17	22	16	19	21	20	20
MER ÄN 1 GG OM DAGEN	4	2	3	7	4	5	8	4	6	10	4	7	8	7	7	11	5	8
<i>PROCENTBAS</i>	614	609	1223	597	610	1207	590	560	1150	663	625	1288	708	648	1356	609	541	1150
3:10 HUR OFTA ÄTER DU HAMBURGARE/VARMKORV?																		
ALDRIG.....	4	4	4	2	4	3	3	3	3	5	4	5	3	6	4	4	9	6
SÄLLAN	58	71	64	60	70	65	60	71	65	56	67	61	56	65	60	48	63	55
VARJE VECKA.....	35	24	29	37	26	31	35	25	30	33	25	29	38	28	33	44	26	36
1 GG OM DAGEN.....	4	0	2	1	1	1	1	0	1	3	3	3	2	1	1	3	1	2
MER ÄN 1 GG OM DAGEN	0	0	0	1	0	0	1	0	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1
<i>PROCENTBAS</i>	614	609	1223	597	610	1207	590	560	1150	663	625	1288	708	648	1356	609	541	1150

Matvanor. Tabell 3:1–3:14. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort (forts.)

	93/94						97/98											
	ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9		
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL
3:11 HUR OFTA ÄTER DU POMMES FRITES?																		
ALDRIG.....	4	5	4	2	3	2	2	1	2	6	4	5	3	2	3	2	3	3
SÄLLAN	66	74	70	64	72	68	64	74	69	57	67	62	59	65	62	49	66	57
VARJE VECKA.....	27	20	24	32	24	28	32	24	28	30	25	28	35	31	33	44	29	37
1 GG OM DAGEN.....	2	1	2	2	1	1	1	1	1	3	3	3	3	1	2	3	1	2
MER ÄN 1 GG OM DAGEN	0	0	0	1	0	0	1	0	1	3	1	2	1	1	1	2	1	2
<i>PROCENTBAS</i>	614	609	1223	597	610	1207	590	560	1150	663	625	1288	708	648	1356	609	541	1150
3:12 HUR OFTA ÄTER DU CHIPS?																		
ALDRIG.....	4	5	4	3	4	4	3	5	4	6	4	5	4	6	5	4	9	6
SÄLLAN	42	60	51	50	60	55	56	68	62	38	45	41	39	53	45	41	55	48
VARJE VECKA.....	50	34	42	43	34	39	37	26	32	48	46	47	51	39	45	49	33	41
1 GG OM DAGEN.....	3	0	2	2	1	2	2	1	2	4	3	3	3	2	3	3	1	3
MER ÄN 1 GG OM DAGEN	1	0	1	2	0	1	2	0	1	4	1	3	3	1	2	3	2	2
<i>PROCENTBAS</i>	614	609	1223	597	610	1207	590	560	1150	663	625	1288	708	648	1356	609	541	1150
3:14 HUR OFTA ÄTER DU GODIS?																		
ALDRIG.....	4	4	4	3	3	3	2	4	3	5	3	4	3	5	4	2	4	3
SÄLLAN	14	14	14	11	9	10	14	13	13	15	15	15	9	9	9	12	12	12
VARJE VECKA.....	65	71	68	56	62	59	53	60	57	61	68	64	60	59	60	55	56	56
1 GG OM DAGEN.....	11	7	9	20	19	20	22	19	20	10	9	9	19	19	19	21	19	20
MER ÄN 1 GG OM DAGEN	5	3	4	10	7	9	9	4	7	9	5	7	8	8	8	10	9	10
<i>PROCENTBAS</i>	615	609	1224	597	610	1207	590	560	1150	663	626	1289	708	648	1356	609	541	1150

Kroppsuppfattning. Tabell 3:19, 3:20. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort

	93/94						97/98											
	ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9		
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL
3:19 HÅLLER DU PÅ ATT BANTA?																		
NEJ ÄR LAGOM SOM JAG ÄR	82	74	78	82	63	72	83	51	68	82	79	80	81	61	72	81	49	66
NEJ, MEN BORDE GÅ NED I VIKT.....	15	24	20	16	34	25	15	41	28	16	20	18	18	33	25	16	43	29
JÄ PROCENTBAS.....	3	2	3	2	3	3	2	8	4	2	1	2	1	6	3	3	8	5
	606	606	1212	589	604	1193	587	557	1144	662	624	1286	705	644	1349	608	535	1143
3:20 TYCKER DU ATT DU ÄR:																		
ALLDELES FÖR MAGER	2	1	2	4	2	3	6	2	4	2	1	1	2	3	2	3	3	3
LITE FÖR MAGER.....	7	7	7	13	8	10	18	10	14	7	8	8	13	9	11	23	10	16
LAGOM.....	46	41	44	36	41	39	32	29	30	59	52	55	47	36	42	34	27	31
LITE FÖR TJOCK.....	18	27	22	22	32	27	20	42	31	17	25	21	21	36	28	27	48	37
ALLDELES FÖR TJOCK.....	2	4	3	3	8	5	2	12	7	2	3	2	3	8	5	3	9	6
JAG TÄNKER INTE PÅ DET..... PROCENTBAS.....	25	19	22	21	9	15	22	5	14	14	11	13	14	8	11	11	4	8
	600	603	1203	579	593	1172	569	556	1125	658	616	1274	702	634	1336	591	539	1130

Säkerhetsåtgärder. Tabell 4:1–4:3. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort

	93/94						97/98											
	ÅK 5		ÅK 7		ÅK 9		ÅK 5		ÅK 7		ÅK 9							
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL						
4.1 HUR OFTA ANVÄNDER DU SÄKERHETSÅLÅRE NÄR DU ÅKER BIL?																		
FINNS EJ DÄR JAG SITTER	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
SÄLLAN/ALDRIG	2	1	1	1	2	2	7	3	5	2	0	1	3	2	2	6	5	6
IBLAND	9	5	7	8	7	7	10	9	10	7	5	6	8	9	9	12	11	12
OFTA	20	18	19	24	20	22	28	24	26	15	13	14	21	23	22	20	24	22
ALLTID																		
PROCENTBAS.	612	606	1218	595	606	1201	591	560	1151	661	625	1286	707	642	1349	603	536	1139
4.2 HAR DU NÅGON CYKELHJÄLM?																		
JÄ	79	85	82	42	47	45	15	21	18	89	93	91	50	49	49	21	24	23
NEJ	21	15	18	58	53	55	85	79	82	11	7	9	50	51	51	79	76	77
PROCENTBAS.	610	603	1213	591	605	1196	590	556	1146	655	619	1274	702	646	1348	605	539	1144
4.3 HUR OFTA ANVÄNDER DU CYKELHJÄLM NÄR DU CYKLAR?																		
CYKLAR ALDRIG	1	0	1	0	4	2	6	7	7	1	0	0	1	1	1	6	3	5
SÄLLAN/ALDRIG	16	11	13	56	59	57	68	77	73	8	3	6	35	44	39	48	69	59
IBLAND	18	18	18	21	16	18	12	10	11	17	11	14	20	17	19	17	10	14
OFTA	19	20	20	9	12	11	4	1	2	18	19	19	22	15	19	12	9	11
ALLTID	46	50	48	14	9	12	11	5	7	56	67	62	22	23	22	16	9	13
PROCENTBAS.	482	514	996	252	286	538	85	121	206	577	572	1149	348	317	665	128	130	258

Fritidsverksamhet. Tabell 5:1–5:5. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort

	93/94						97/98												
	ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			ÅK 5			ÅK 7			ÅK 9			
	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	P	F	TOTAL	
5:1 HUR OFTA TRÄNING PÅ FRITID (ANDFÄDD/ SVETTAS)?																			
ALDRIG	5	9	7	4	6	5	6	5	5	6	10	8	4	6	5	8	10	9	
< 1 GG/MÅNAD	3	4	4	4	6	5	3	5	4	3	5	4	4	6	5	5	9	7	
1 GG/MÅNAD	3	4	4	4	4	4	3	9	6	2	3	3	3	6	4	3	7	5	
1 GG/VECKA	12	24	18	13	21	17	12	23	17	12	24	18	12	20	16	13	19	16	
2-3 GGR VECKA	36	41	38	35	41	38	36	37	37	40	41	40	39	43	41	34	38	36	
4-6 GGR VECKA	25	14	20	26	17	22	30	18	24	24	14	19	28	14	21	27	14	21	
VARJE DAG	16	3	9	14	5	10	9	3	6	13	4	9	10	5	8	10	3	6	
PROCENTBAS.	606	601	1207	596	608	1204	587	558	1145	666	626	1292	708	646	1354	609	538	1147	
5:2 HUR MÅNGA TIMMAR TRÄNAR DU PÅ FRITIDEN SÅ DU BLIR ANDFÄDD/SVETTAS?																			
INGA	9	16	12	9	12	11	10	12	11	7	14	10	8	11	9	12	15	13	
C:A 1/2 TIMME	13	17	15	13	15	14	10	14	12	12	14	13	9	12	11	7	10	9	
C:A 1 TIMME	19	31	25	15	24	19	10	17	14	24	28	26	16	24	20	13	22	17	
C:A 2-3 TIMMAR	30	22	26	28	27	28	28	29	29	28	27	28	27	30	28	25	27	26	
C:A 4-6 TIMMAR	21	12	16	20	16	18	24	20	22	21	14	17	25	17	21	23	19	21	
7 TIMMAR EL MER	9	3	6	14	6	10	18	8	13	8	3	5	16	7	11	20	7	14	
PROCENTBAS.	605	596	1201	590	603	1193	583	554	1137	660	619	1279	708	645	1353	607	536	1143	
5:3 HUR MÅNGA TIMMAR I VECKAN BRUKAR DU SE PÅ TV?																			
INTE ALLS										0	1	1	0	1	0	1	0	1	
< 1/2 TIMME							5	6	6	5	6	6	3	2	2	4	5	4	
1/2-1 TIMME							32	34	33	32	34	33	24	24	24	25	30	27	
2-3 TIMMAR							43	41	42	43	41	42	46	50	48	45	46	46	
4 TIMMAR							11	11	11	11	11	11	15	12	13	13	11	12	
> 4 TIMMAR							9	7	8	9	7	8	13	12	13	12	8	10	
PROCENTBAS.							645	620	1265	698	641	1339	598	537	1135				

Fritidsverksamhet. Tabell 5:1-5:5. Basvariabler. Procent och procentbas efter kön, årskurs och kohort (forts.)

	93/94						97/98											
	ÅK 5		ÅK 7		ÅK 9		ÅK 5		ÅK 7		ÅK 9							
	P	F	P	F	P	F	P	F	P	F	P	F						
5:4 HUR MÅNGA TIMMAR I VECKAN BRUKAR DU SE PÅ VIDEO?																		
INTE ALLS	7	17	12	9	16	13	8	14	11	10	19	14	7	16	11	10	13	12
< 1 TIMME	25	35	30	20	33	26	20	31	25	27	37	32	24	31	27	24	32	27
1-3 TIMMAR	38	33	36	39	34	37	41	37	39	46	36	41	46	40	43	42	42	42
4-6 TIMMAR	15	9	12	20	9	15	20	14	17	11	6	9	15	8	12	17	9	13
7-9 TIMMAR	6	2	4	6	5	6	6	3	5	3	2	2	5	2	4	4	2	3
> 9 TIMMAR	8	3	6	6	2	4	5	1	3	3	0	2	3	2	2	4	2	3
PROCENTBAS	613	603	1216	595	601	1196	590	558	1148	650	621	1271	701	642	1343	600	538	1138
5:5 HUR MÅNGA TIMMAR I VECKAN BRUKAR DU SPELA DATASPEL?																		
INTE ALLS	16	44	30	16	54	35	36	76	55	15	35	25	10	42	25	18	61	38
< 1 TIMME	30	38	34	30	29	29	28	18	23	28	40	34	21	35	28	22	25	23
1-3 TIMMAR	27	13	20	27	12	20	19	4	12	29	19	24	30	16	24	26	11	19
4-6 TIMMAR	15	3	9	12	3	7	10	1	6	15	3	9	20	5	13	17	2	10
7-9 TIMMAR	5	1	3	8	0	4	4	1	2	6	2	4	9	2	6	7	0	4
> 9 TIMMAR	7	1	4	7	1	4	4	0	2	7	1	4	10	0	5	11	1	6
PROCENTBAS	614	607	1221	595	609	1204	590	559	1149	649	622	1271	702	643	1345	599	538	1137

Bilaga 2

Skolbarns hälsovanor

(Health Behaviour in School-Aged Children)

1997/1998

Åk 7-9

Frågeformulär

Internationell standardiserad version

**En nationsjämförande kartläggning
från Världshälsoorganisationen
(A WHO Cross National Survey)**

Till dig som svarar på denna enkät

Genom att svara på de här frågorna hjälper du oss att få reda på mer om hur unga människor har det idag. Samma frågor ställs till skolbarn i många länder runt om i Europa, USA och Canada.

Du skall inte skriva ditt namn - dina svar kommer att hållas hemliga.

Läs frågorna i tur och ordning. Försök svara så ärligt du kan.

När du fyllt i formuläret, lägger du det i kuvertet du fått och klistrar igen det.

Ingen i skolan kommer att få se ditt ifyllda frågeformulär.

Tack på förhand för din medverkan!

Ulla Marklund

Forskningsledare

1. Är du pojke eller flicka

- 1 Pojke 2 Flicka

2. Vilken månad är du född?

.....

3. Vilket år är du född?

.....

4. Vilken årskurs går du i?

- 1 Årskurs 5
2 Årskurs 7
3 Årskurs 9

5. I vilket land är du född?

- 1 I Sverige
2 I Norge, Danmark, Finland eller Island
3 I ett annat land i Europa
4 I ett land utanför Europa

6. Var är dina föräldrar födda?

	I Sverige	I Norge, Finland, Danmark, eller Island	I annat land i <u>Europa</u>	I annat land <u>utanför Europa</u>
Pappa	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Mamma	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>

7. Hur bor du?

- 1 I lägenhet
2 I radhus/kedjehus
3 I villa

8. Hurdan plats bor du på?

- 1 Storstad
2 Förort till en storstad
3 Stad
4 Samhälle
5 Landsbygd

9. Vad tror du att du kommer att göra när du slutat grundskolan?

- 1 Gå på något av gymnasiets teoretiska program
2 Gå på något av gymnasiets praktiska program
3 Få ett arbete
4 Få praktik- eller lärlingsjobb
5 Bli arbetslös
6 Jag vet inte

10. Hur duktig tror du din/dina lärare/ klassföreståndare tycker du är i skolan jämfört med dina klasskamrater?

- 1 Mycket duktig
2 Duktig
3 Medelbra
4 Under genomsnittet

11. Vad tycker du om skolan nu för tiden?

- 1 Jag tycker mycket bra om den
2 Jag tycker ganska bra om den
3 Jag tycker inte särskilt bra om den
4 Jag tycker inte alls om den

12. Hur mycket pengar får du varje vecka? (Det gäller både fickpengar och pengar som du själv tjänar)

.....kronor

13. Har du någonsin rökt? (Minst en cigarett, cigarr eller pipa)

1 Ja 2 Nej

14. Hur ofta röker du nu för tiden?

- 1 Varje dag
2 Minst en gång i veckan, men inte varje dag
3 Mindre än en gång i veckan
4 Jag röker inte

15. Hur många cigaretter i veckan röker du vanligtvis?

..... cigaretter i veckan

16. Har du någonsin smakat alkohol?

(Med alkohol menas öl, vin, sprit, cider, alkoholäsk)

1 Ja
2 Nej

17. Hur ofta dricker du alkohol nu för tiden, som t ex öl, vin, sprit, cider, alkoholäsk?

Försök att även ta med de gånger då du bara dricker lite grann (sätt ett kryss på varje rad).

	Varje dag	Varje vecka	Varje månad	Mer sällan än en gång i månaden	Aldrig
	1	2	3	4	5
Öl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sprit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cider	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkoholäsk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18. Har du någonsin druckit så mycket alkohol att du blivit riktigt full?

- 1 Nej, aldrig
2 Ja, en gång
3 Ja, 2-3 gånger
4 Ja, 4-10 gånger
5 Ja, mer än 10 gånger

19. Blir du bjuden på alkohol av din mamma/pappa då de själva dricker?

- 1 Min mamma/pappa dricker inte alkohol
2 Nej, aldrig
3 Ja, någon enstaka gång
4 Ja, ofta
5 Ja, men jag får bara smaka ur deras glas

20. Har det hänt att din mamma/pappa köpt hem öl, starköl, vin eller sprit till dig?

(Här kan du sätta fler än ett kryss)

- 1 Jag dricker inte alkohol
2 Ja, öl
3 Ja, starköl
4 Ja, vin
5 Ja, sprit
6 Nej, det har de aldrig gjort

21. Vad tror du din mamma/pappa tycker om att man dricker alkohol när man är i din ålder?

- 1 De tycker inte det gör något om man dricker sig full ibland
2 De tycker inte det gör något om man dricker, bara man inte dricker så mycket att man blir full
3 De tycker inte man ska dricka alkohol alls när man är i min ålder

22. Berättar du för din mamma/pappa hur mycket alkohol du dricker?

- 1 Jag dricker inte alkohol
2 Jag berättar precis som det är
3 Jag berättar att jag dricker, men inte hur mycket
4 Jag berättar ingenting om mina alkoholvanor

23. Hur ofta brukar du träna på din fritid, (dvs utanför skoltid,) så att du blir anfdådd eller svettas?

- 1 Varje dag
- 2 4-6 gånger i veckan
- 3 2-3 gånger i veckan
- 4 En gång i veckan
- 5 En gång i månaden
- 6 Mindre än en gång i månaden
- 7 Aldrig

24. Hur många timmar i veckan brukar du träna på din fritid, (dvs utanför skoltid), så att du blir andfdådd eller svettas?

- 1 Aldrig
- 2 Ungefär en halvtimme
- 3 Ungefär en timme
- 4 Ungefär 2-3 timmar
- 5 Ungefär 4-6 timmar
- 6 Mer än 7 timmar

25. Hur ofta håller du på med annat som ger motion som ex promenerar, cyklar, åker rullskridskor, hoppar rep osv på din fritid, dvs utanför skoltid?

- 1 Varje dag
- 2 4-6 gånger i veckan
- 3 2-3 gånger i veckan
- 4 En gång i veckan
- 5 En gång i månaden
- 6 Mindre än en gång i månaden
- 7 Aldrig

26. Hur ofta borstar du tänderna?

- 1 Mer än en gång om dagen
- 2 En gång om dagen
- 3 Åtminstone en gång i veckan, men inte varje dag
- 4 Mindre än en gång i veckan
- 5 Aldrig

27. Hur ofta äter eller dricker du något av följande?

(Sätt ett kryss på varje rad.)

	Mer än en gång om dagen	En gång om dagen	Varje vecka	Sällan	Aldrig
	1	2	3	4	5
Frukt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Råa grönsaker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kokta grönsaker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Coca cola eller andra sockrade läskedrycker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Godis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kakor eller tårter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chips	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pommes frites	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hamburgare eller varm korv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fullkornsbröd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lättmjölk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mjök	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kaffe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

28. Håller du på att banta?

- 1 Nej, för jag tycker att jag är lagom som jag är
- 2 Nej, men jag borde gå ner i vikt
- 3 Ja

29. Hur ofta använder du säkerhetsbälte när du åker bil?

- 1 Alltid
- 2 Ofta
- 3 Ibland
- 4 Sällan eller aldrig
- 5 Det finns oftast inget säkerhetsbälte där jag sitter
- 6 Jag åker aldrig bil

30. Har du någon cykelhjälm?

- 1 Ja
- 2 Nej

31. Hur ofta använder du cykelhjälm när du cyklar?

- 1 Alltid
- 2 Ofta
- 3 Ibland
- 4 Sällan eller aldrig
- 5 Jag cyklar aldrig

32. Hur frisk tycker du att du är?

- 1 Mycket frisk
- 2 Ganska frisk
- 3 Inte särskilt frisk

33. Hur trivs du i stort sett med livet just nu?

- 1 Jag trivs mycket bra
- 2 Jag trivs ganska bra
- 3 Jag trivs inte så bra
- 4 Jag trivs inte alls

34. Känner du dig någonsin ensam?

- 1 Ja, mycket ofta
- 2 Ja, ganska ofta
- 3 Ja, ibland
- 4 Nej

35. Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna haft följande besvär?

(Sätt ett kryss på varje rad)

	I stort sett varje dag	Mer än en gång i veckan	Ungefär en gång i veckan	Ungefär en gång i månaden	Sällan eller aldrig
	1	2	3	4	5
Huvudvärk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ont i magen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ont i ryggen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Känt mig nere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Varit irriterad eller på dåligt humör	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Känt mig nervös	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haft svårt att somna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Känt mig yr	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

36. Hur ofta känner du dig trött när du går till skolan på morgonen?

- 1 Sällan eller aldrig
- 2 Då och då
- 3 1-3 gånger i veckan
- 4 4 gånger i veckan eller mer

37. Har du under den senaste månaden ätit tabletter eller någon annan medicin mot följande besvär?

(Sätt ett kryss på varje rad)

	Nej	Ja, en gång	Ja, mer än en gång
	1	2	3
Huvudvärk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ont i magen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Svårt att somna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nervositet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

38. Hur många timmar om dagen brukar du titta på TV?

- 1 Inte alls
- 2 Mindre än en halv timme
- 3 1/2 - 1 timme
- 4 2-3 timmar
- 5 4 timmar
- 6 Mer än fyra timmar

39. Hur många timmar i veckan brukar du se på video?

- 1 Inte alls
- 2 Mindre än 1 timme i veckan
- 3 1-3 timmar
- 4 4-6 timmar
- 5 7-9 timmar
- 6 10 timmar eller mer

40. Hur många timmar i veckan brukar du spela dataspel?

- 1 Inte alls
- 2 Mindre än 1 timme i veckan
- 3 1-3 timmar
- 4 4-6 timmar
- 5 7-9 timmar
- 6 10 timmar eller mer

41. Kryssa för de personer som bor hemma hos dig. Om din mamma och pappa bor på olika ställen, ska ditt svar gälla det hem där du bor mest.
(Sätt ett kryss på varje rad.)

	1	2
Jag bor med:	Ja	Nej
Mamma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pappa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Styvpappa (mammans nya man eller sambo)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Styvmamma (pappas nya fru eller sambo)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

42. Hur många av följande personer bor hemma hos dig?

Systrar

Bröder

Far-/morföräldrar

Andra personer

43. Vad gör din pappa?

- 1 Arbetar på heltid
- 2 Arbetar på deltid
- 3 Är arbetslös
- 4 Studerar
- 5 Är barnledig/hemmaman
- 6 Är pensionär/sjukpensionär
- 7 Vet inte

44. Vad gör din mamma?

- 1 Arbetar på heltid
- 2 Arbetar på deltid
- 3 Är arbetslös
- 4 Studerar
- 5 Är barnledig/hemmafru
- 6 Är pensionär/sjukpensionär
- 7 Vet inte

45. Vad har dina föräldrar för arbete?

Försök beskriv deras arbete så noga du kan, t ex sekreterare, jordbrukare, lastbilschaufför, läkare, hårfrisörska, lärare

Min pappas arbete:

.....

Min mammas arbete:

.....

46. Hur lätt har du för att prata med följande personer om saker som bekymrar dig?

(Sätt ett kryss på varje rad.)

	Mycket lätt	Lätt	Svårt	Mycket svårt	Har ingen/vi träffas inte
	1	2	3	4	5
Pappa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mamma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Äldre bror/ bröder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Äldre syster/ systar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vänner av samma kön	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vänner av motsatt kön	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

47. Hur många nära vänner har du?

- 1 Ingen
- 2 En
- 3 Två
- 4 Tre eller fler

48. Har du lätt eller svårt för att skaffa nya vänner?

- 1 Mycket lätt
- 2 Lätt
- 3 Svårt
- 4 Mycket svårt

49. Hur ofta är du tillsammans med kompisar direkt efter skolan?

- 1 4-5 dagar i veckan
- 2 2-3 dagar i veckan
- 3 1 gång i veckan eller mindre
- 4 Har inga kompisar just nu

50. Hur många kvällar i veckan brukar du vara ute med kompisar?

0 1 2 3 4 5 6 7 kvällar

51. Finns det något du skulle vilja ändra på när det gäller din kropp?

- 1 Ja
2 Nej

52. Tycker du att du är:

- 1 Alldeles för mager
2 Lite för mager
3 Lagom
4 Lite för tjock
5 Alldeles för tjock
6 Jag tänker inte på det

53. Tycker du att du:

- 1 Ser mycket bra ut
2 Ser ganska bra ut
3 Ser ut som de flesta andra
4 Inte ser speciellt bra ut
5 Inte alls ser bra ut
6 Jag tänker inte på hur jag ser ut

54. Hur ofta känner du dig

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
	1	2	3	4	5
...utanför?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...hjälplös?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...säker på dig själv?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

55. Hur många gånger har du varit i slagsmål under de senaste 12 månaderna?

- 1 Jag har inte varit i slagsmål
2 1 gång
3 2 gånger
4 3 gånger
5 4 eller fler gånger

56. Läs noga igenom följande påståenden om din skola.

Kryssa i en ruta för varje påstående

	Instämmer absolut	Instämmer	Tveksam	Instämmer inte	Instämmer absolut inte
	1	2	3	4	5
På vår skola är eleverna med och bestämmer reglerna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eleverna behandlas för strängt på den här skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reglerna är rättvisa på den här skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vår skola är ett trevligt ställe att vara på	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag känner att jag hör hemma på den här skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

57. Kryssa i en ruta för varje påstående om dina lärare. Om du bara har en lärare, tänk då på den personen när du svarar på frågorna.

	Instämmer absolut	Instämmer	Tveksam	Instämmer inte	Instämmer absolut inte
	1	2	3	4	5
Jag uppmantras till att säga vad jag tycker i klassen/klasserna.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Våra lärare behandlar oss rättvist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Om jag behöver extra hjälp, så får jag det.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mina lärare är intresserade av mig som person.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

58. Kryssa i en ruta för varje påstående om dina klasskamrater.

	Alltid 1	Ofta 2	Ibland 3	Sällan 4	Aldrig 5
Eleverna i min klass trivs tillsammans	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
De flesta av mina klasskamrater är snälla och hjälpsamma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mina klasskamrater accepterar mig som jag är	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

59. Hur ofta tycker du att det är tråkigt att gå i skolan?

- Mycket ofta
- Ofta
- Ibland
- Sällan
- Aldrig

Här kommer några frågor om mobbning. Vi menar att en elev MOBBAS då en annan elev, eller en grupp elever, säger eller gör elaka och otrevliga saker mot honom eller henne. Det är också mobbning då en elev ständigt blir retad på ett sätt som han eller hon inte tycker om. Men det är INTE MOBBNING då två ganska jämnstarka elever grälar eller slåss.

60. Hur ofta har du blivit mobbad i skolan den här terminen?

- Jag har inte blivit mobbad i skolan den här terminen
- En eller ett par gånger
- Några gånger
- Ungefär en gång i veckan
- Flera gånger i veckan

61. Hur ofta har du varit med och mobbat andra elever i skolan den här terminen?

- Jag har inte mobbat någon i skolan den här terminen
- En eller ett par gånger
- Några gånger
- Ungefär en gång i veckan
- Flera gånger i veckan

62. Hur ofta händer det att andra elever inte vill vara med dig i skolan och att du blir lämnad ensam?

- Det har inte hänt någon gång den här terminen
- En eller ett par gånger
- Några gånger
- Ungefär en gång i veckan
- Flera gånger i veckan

63. Hur många dagar har du skolkat från skolan under den här terminen?

- Ingen dag
- 1 dag
- 2 dagar
- 3 dagar
- 4 dagar eller fler

64. Kryssa i en ruta för varje påstående om dina föräldrar. Om din mamma och pappa bor på olika platser, ska dina svar gälla det hem där du bor mesta tiden.

	Alltid 1	Ofta 2	Ibland 3	Sällan 4	Aldrig 5
Om jag har problem i skolan försöker mina föräldrar hjälpa mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mina föräldrar kommer gärna till skolan och pratar med mina lärare	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mina föräldrar uppmuntrar mig att vara duktig i skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

65. Känner du dig säker i skolan?

- Alltid
- Ofta
- Ibland
- Sällan
- Aldrig

66. Kryssa i en ruta för varje påstående:

	Instämmer absolut	Instämmer 1	Tveksam 2	Instämmer inte 3	Instämmer absolut inte 4	Instämmer absolut inte 5
Mina föräldrar väntar sig för mycket av mig i skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mina lärare väntar sig för mycket av mig i skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

67. Hur pass stressad känner du dig av ditt skolarbete?

- 1 Inte alls
- 2 Lite grann
- 3 Ganska mycket
- 4 Mycket

68. Hur ofta brukar du skolka?

- 1 Nästan varje dag
- 2 Ett par gånger i veckan
- 3 Några gånger i månaden
- 4 Några gånger per termin
- 5 En gång per termin eller mindre
- 6 Aldrig

69. Har din familj någon dator?

- 1 Nej
- 2 Ja

70. Har din familj någon bil?

- 1 Nej
- 2 Ja, en bil
- 3 Ja, två bilar eller fler

71. Har du ett eget rum?

- 1 Ja
- 2 Nej



72. Hur pass bra ställt ekonomiskt tycker du att din familj har det?

- 1 Mycket bra
- 2 Bra
- 3 Genomsnittligt
- 4 Inte så bra
- 5 Inte alls bra

73. Hur många gånger har du rest bort på semester med din familj under det senaste året?

- 1 Ingen gång
- 2 En gång
- 3 Två gånger
- 4 Mer än två gånger

74. Har du någon form av allergi?

- 1 Ja  Svara också på fråga 75-79
- 2 Nej  Gå vidare till fråga 80

75. Vad är du allergisk mot? (här kan du sätta fler än ett kryss)

- 1 Mat
- 2 Pollen
- 3 Pälsdjur
- 4 Damm
- 5 Annat Vad? _____
- 6 Vet ej

76. Tar du medicin mot dina allergiska besvär? (här kan du sätta fler än ett kryss)

- 1 Ja, alltid då jag har besvär
- 2 Ja, ibland då jag har besvär
- 3 Ja, i förväg för att inte få besvär
- 4 Nej, jag tar inte någon medicin

77. Hur många dagar har du under de senaste 12 månaderna varit tvungen att stanna hemma från skolan för din allergi?

_____ dagar

78. Vet dina klasskamrater om att du är allergisk?

- 1 Ja, alla
- 2 Ja, många
- 3 Ja, några
- 4 Ja, en eller ett par
- 5 Nej, ingen
- 6 Vet inte

79. Vet din lärare/klassföreståndare om att du är allergisk?

- 1 Ja
- 2 Nej
- 3 Vet inte

80. Hur mycket väger du utan kläder?

_____ kg

81. Hur lång är du utan skor?

_____ cm

82. Vem på skalan är mest lik dig?

*Kryssa för den figur du tycker
mest liknar din egen.*

Många unga människor gör sig illa eller skadas på gatan, hemma, då de idrottar eller i slagsmål med andra.

Att skada sig kan också innebära att man får i sig något giftigt eller att man bränner sig. Men sjukdomar som mässlingen eller influensa räknas inte hit.

De följande frågorna handlar om skador som du kan ha råkat ut för under de senaste 12 månaderna.

83. Hur många gånger har du under de senaste 12 månaderna skadat dig så illa att du blivit behandlad av en läkare eller sjuksköterska?

- 1 Jag har inte blivit behandlad av läkare eller sjuksköterska för någon skada
- 2 1 gång
- 3 2 gånger
- 4 3 gånger
- 5 4 gånger eller fler

Om du inte har blivit behandlad av en läkare eller sjuksköterska för någon skada under de senaste 12 månaderna behöver du inte svara på några fler frågor. *Bläddra till sista sidan!*

Om du blivit behandlad av en läkare eller sjuksköterska för någon skada under de senaste 12 månaderna, var snäll och svara på följande 6 frågor.

Om du har skadats fler än 1 gång ska du tänka på den svåraste skadan (den skada som tog längst tid att bli bra ifrån) då du svarar på frågorna.

84. Var var du när du skadade dig?

Kryssa i det svar som bäst beskriver din svåraste skada.

- 1 Hemma (hos dig eller hos någon annan)
- 2 I skolan (inom hela skolområdet)
- 3 På en idrottsanläggning (ej i skolan)
- 4 På gatan eller på vägen
- 5 På annan plats (ange var):

.....

85. Vad gjorde du då du blev skadad?

Kryssa i det svar som bäst beskriver din svåraste skada.

- 1 Cyklade
- 2 Åkte skridskor, rullskridskor (roller blades) eller skateboard
- 3 Tävlade eller tränade i någon sport/idrott (inte cykling eller skridskor)
- 4 Åkte bil eller annat motorfordon
- 5 Promenerade/sprang (men inte i idrottslag eller träning)
- 6 Slogs
- 7 Annat (ange vad):

.....

86. Blev du skadad medan du höll på med någon sport eller någon annan fysisk aktivitet?

- 1 Nej
- 2 Ja, i en idrottsförening eller klubb
- 3 Ja, fast inte i en idrottsförening eller klubb

87. Ledde skadan till att du missade åtminstone en hel skoldag eller en hel dags andra normala aktiviteter?

- 1 Ja
 - 2 Nej
- Om svaret är *ja*, hur många dagar missade du? _____

88. Titta på listan och kryssa för vilka följdena blev av din svåraste skada:

- 1 Jag blev gipsad
- 2 Jag blev sydd
- 3 Jag behövde kryckor eller en rullstol
- 4 Jag opererades
- 5 Jag stannade på sjukhus över natten

89. Vilka kroppsskador fick du av din svåraste skada?

- 1 Brutet, urledvridet eller stukat ben
- 2 Vrickning, stukning eller muskelsträckning
- 3 Skär- och sticksår eller annat öppet sår
- 4 Hjärnskakning, nackskada, whiplash eller medvetslöshet
- 5 Blåmärken eller invärtets blödning
- 6 Brännskador
- 7 Annan typ av kroppsskada (ange vilken):

.....

90. Vissa skador behöver inte behandlas av en läkare eller sjuksköterska.

Hur många gånger har du skadats så att du missat en hel dag i skolan eller andra aktiviteter men inte behövt behandlas av en läkare eller sjuksköterska, under de senaste 12 månaderna?

- 1 Ingen gång
- 2 1 gång
- 3 2 gånger
- 4 3 gånger
- 5 4 eller fler gånger

Tack ska du ha för hjälpen!

**Hoppas du tycker
det var intressant
att svara på frågorna.**

**Så småningom kommer du
att få läsa i tidningarna
om hur svenska elever
har svarat jämfört med elever
i andra europeiska länder.**

