



Opinion:

Solvaneundersøkelsen 2026

Rapport

Mai 2026

Formål og bakgrunn

Norge er blant landene i verden med høyest forekomst og dødelighet av melanom. Hudkreft (melanom og plateepitelkreft) er i tillegg blant kreftformene som har økt mest i Norge de siste tiårene. Ultrafiolett (UV) stråling fra sol og solarier og mangel på adekvat solbeskyttelse ansees å være de viktigste risikofaktorene til hudkreft. Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet (DSA) er gitt ansvar for å følge opp den nasjonale UV- og hudkreftstrategien. Hensikten med strategien er å redusere forekomst og dødelighet av hudkreft grunnet eksponering for sol og solarium.

DSA har i flere år gjennomført solvaneundersøkelsen sammen med Kreftforeningen. Undersøkelsen har vært gjennomført annethvert år. DSA står nå alene om undersøkelsen, da spørsmålene i større grad enn tidligere er knyttet til mål og tiltak i Hudkreftstrategien.

Opinion har på vegne av DSA gjennomført en spørreundersøkelse i den norske befolkningen fra 16 år og oppover. Undersøkelsen spør om solvaner, som soling, bruk av solbeskyttelse, solariebruk og hudsjekk for tidlig oppdagelse av hudkreft. Undersøkelsen dekker også tema som kjennskap, tillit til og bruk av informasjonskilder om solbeskyttelse og risiko ved soling.

Prosjektleder hos Opinion har vært Sara Thorvik Andersson, og prosjektteamet har bestått av Reidar Dischler og Hege Skar. Ansvarlig fra Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet er Lill Tove Nilsen.



Metode og gjennomføring

Solvaneundersøkelsen er gjennomført som en web-basert spørreundersøkelse i Norstats befolkningspanel. Undersøkelsen er gjennomført i et representativt utvalg innbyggere i Norge fra 16 år og oppover. Totalt har 1519 personer besvart undersøkelsen.

Spørreskjema besto av ca. 40 spørsmål og tok omkring 11-12 minutter å besvare. Selv om undersøkelsen dekker de fleste av temaene som tidligere solvaneundersøkelser, er skjema i stor grad revidert. Derfor er det ikke mulig å sammenligne resultater med tidligere undersøkelser.

Utvalget er vektet på kjønn, geografi og alder for å justere for utvalgsskjevheter.

Datainnsamlingen ble gjennomført 16.-28. mars 2026.

Om rapporten

I rapporten vises funn fra undersøkelsen fremstilt i figurer og grafer, med tilhørende kommentarer.

På grunn av avrundinger av desimaler samlet i summene og for hver av scorene i svarskalaen, kan det for enkelte spørsmål bli et avvik på ett prosentpoeng mellom verdiene i grafen og tilhørende sum.

For noen spørsmål er basen omregnet slik at kun de som spørsmålet er relevant for, er inkludert i beregningen. Det gjelder side 13, 20 og 42. På slide 13 har vi for utsagn 1 fjernet de som i tidligere spørsmål har oppgitt at de ikke soler seg. For utsagn 4 og 5 har vi fjernet de som ikke er i jobb og ikke studerer/går på skole, slik at kun relevante respondenter er med i basen.

Der basen er omregnet, er dette oppgitt i bunntekst.

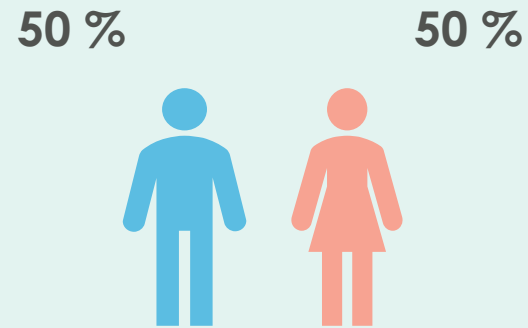
Undersøkelser med 1519 intervju har samlet feilmarginer på +/- 1,1 til +/- 2,6 prosentpoeng. Se feilmargintabell i vedlegg.

Forskjeller mellom undergrupper blir omtalt i teksten. Kun statistisk signifikante utslag er kommentert.

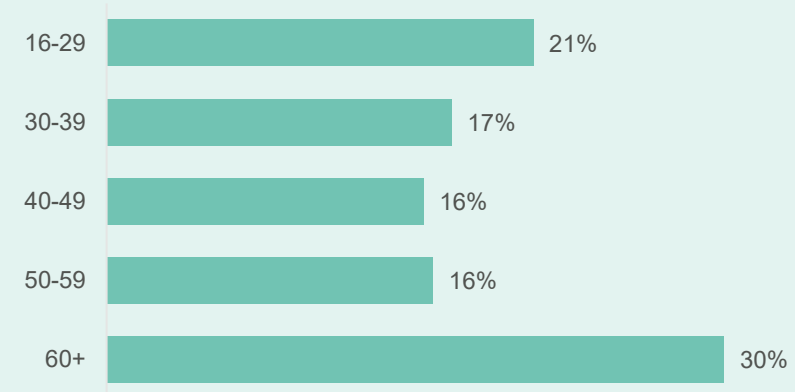


Utvalgssammensetning

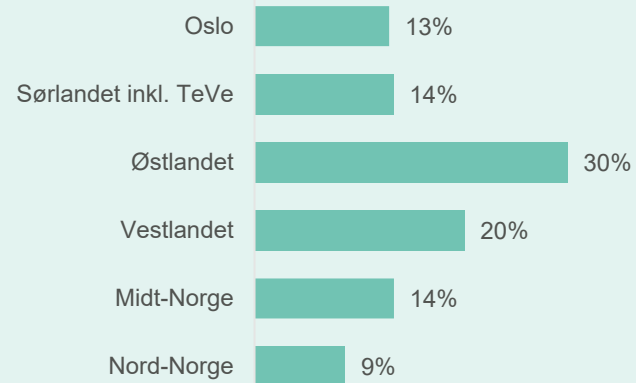
Kjønn



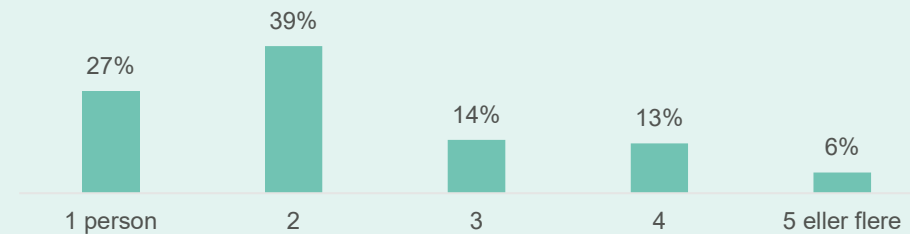
Alder



Landsdel

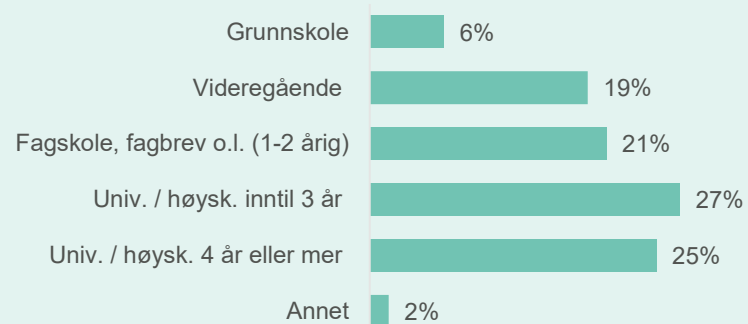


Antall personer i husstanden

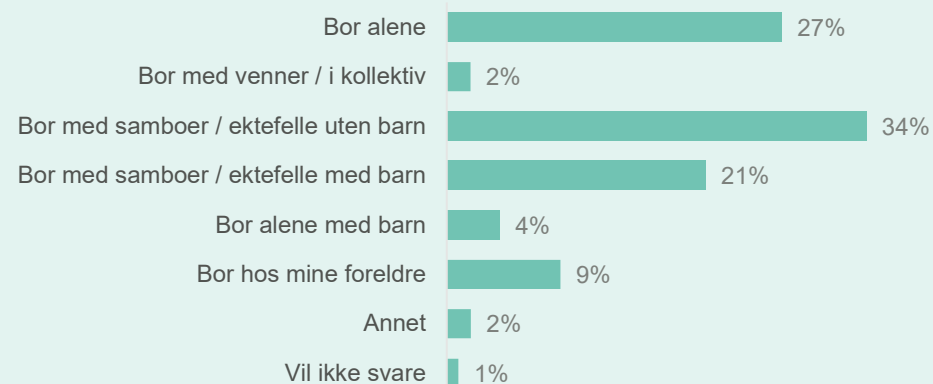


Utvalgssammensetning

Utdanning



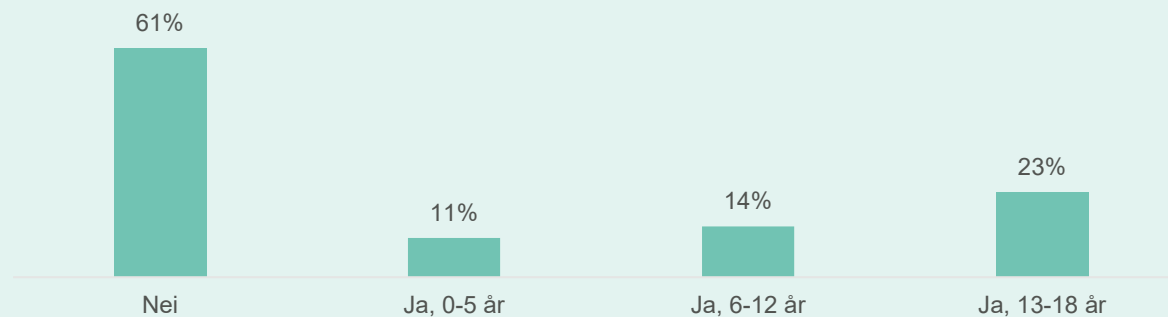
Husstandstype



Husstandsinnntekt



Barn i husstanden



Sammendrag

Opinion har på vegne av Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet (DSA) gjennomført en spørreundersøkelse om solvaner i den norske befolkningen. Undersøkelsen dekker temaer som solingsvaner, solbeskyttelse, solariebruk, hudsjekk og bruk av informasjonskilder. Totalt 1 519 personer fra 16 år og oppover deltok.

Solingsvaner og solbrenthet

Tre av fire nordmenn soler seg. Å bli brun er den vanligste årsaken – oppgitt av halvparten av befolkningen – etterfulgt av velvære og ønske om å få vitamin D. Én av fire soler seg ikke.

Én av tre ble solbrent i Norge i løpet av det siste året. Blant de under 30 år gjelder dette over halvparten. Forekomsten er nesten like høy som blant dem som ferierte i varme og solrike land, der fire av ti ble solbrent. Solbrenthet forekommer ikke bare når folk aktivt soler seg – mange blir også brent i hverdagssituasjoner som hagearbeid, båttur og bading.

Solbeskyttelse

Solkrem og solbriller er de vanligste formene for solbeskyttelse. Bruken er høyere i varme og solrike land enn i Norge: 78 prosent bruker alltid eller ofte solkrem i utlandet, mot 66 prosent i Norge om sommeren. Kvinner bruker solkrem langt oftere enn menn – i Norge svarer 79 prosent av kvinner at de alltid eller ofte bruker solkrem, mot 53 prosent av menn.

Foreldre med barn under 18 år passer godt på solbeskyttelse for de minste, men innsatsen avtar tydelig med barnas alder. Foreldre til barnehagebarn er mest aktive – 85 prosent sender alltid eller ofte med solkrem. Blant foreldre til skolebarn er tilsvarende andel 61 prosent. Foreldre opplever også at skolen i liten grad legger til rette for solbeskyttelse: et klart flertall av skoleforeldre mener tilbudet er begrenset eller fraværende, mens nesten ni av ti barnehageforeldre opplever at slike tiltak finnes.

Solkremvaner

Flertallet bruker høy solfaktor (30 eller høyere) – særlig i utlandet, der syv av ti gjør dette. I Norge bruker 56 prosent høy faktor. Mindre enn halvparten påfører solkrem på nytt når de er lenge ute, noe som er en av de anbefalte praksisene. Den vanligste årsaken til ikke å bruke solkrem er at man glemmer det, etterfulgt av at man dekker seg til med klær eller ikke har med solkrem når man trenger det.



Sammendrag forts.

Holdninger og kunnskap

Ni av ti er enige i at solbrenthet øker risikoen for hudkreft, og et tilsvarende flertall mener solariebruk øker hudkreft risikoen. Det er imidlertid mer usikkerhet knyttet til solkrem: én av tre tror solkrem inneholder ingredienser som er skadelige for dem selv, og enda flere mener solkrem er skadelig for miljøet. 44 prosent er enige i påstanden om at huden etter hvert tåler sol dersom man er mye ute.

UV-indeks

Mer enn åtte av ti har hørt om UV-indeks, og litt over halvparten av disse sjekker den. Den vanligste grunnen er å vite når man bør begrense tiden i sola. Blant de under 30 år oppgir imidlertid 41 prosent at de sjekker UV-indeks for å se når den er høy – en praksis som nesten ikke forekommer i eldre aldersgrupper.

Hudsjekk

Nesten to av tre sjekker huden sin for forandringer – som endringer i føflekker – minst én gang i året. Kvinner gjør dette langt oftere enn menn: 73 prosent av kvinner sjekker minst årlig, mot 54 prosent av menn. 16 prosent av menn har aldri sjekket huden for forandringer, mot 7 prosent av kvinner.

Informasjonskilder og tillit

Apotek er den kilden flest har fått informasjon om solbeskyttelse og risiko ved soling fra. Deretter følger redaksjonelle medier og internett. Likevel oppgir to av tre at de ikke aktivt har oppsøkt slik informasjon det siste året. Andelen som ikke søker aktivt er høyest blant menn over 60 år. Blant de yngste er TikTok en viktig informasjonskanal – 53 prosent av unge som har fått informasjon via sosiale medier oppgir TikTok som kilde.

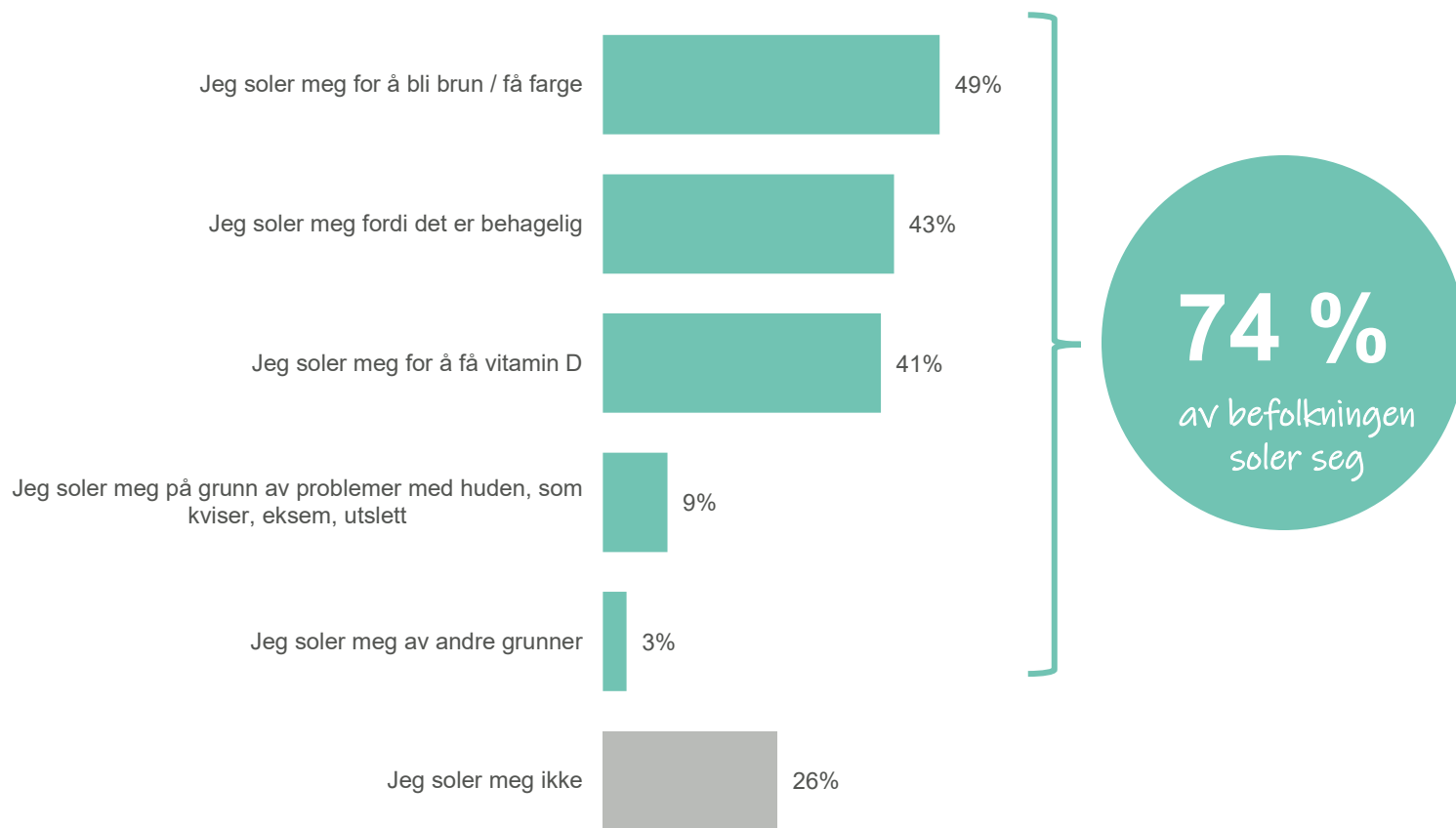
Tilliten til offentlige helsemyndigheter, fastlegen og organisasjoner som Kreftforeningen er høy: rundt ni av ti har stor eller noen grad av tillit til disse som kilder til informasjon om solbeskyttelse og risiko ved soling. Til sammenligning har kun 4 prosent stor tillit til kunstig intelligens på dette området, og nesten én av fire har ingen tillit til KI som informasjonskilde. Bare 1 prosent har besøkt DSAs egen nettside for å søke informasjon.

Viktigste gruppeforskjeller

To grupper peker seg ut som særlig viktige å nå med forebyggende tiltak: unge (16–29 år) og menn. Unge blir hyppigst solbrent, sjekker sjeldnest huden og bruker UV-indeks for å se når man bør begrense tiden i sola. Menn bruker sjeldnere solkrem, bruker lavere solfaktor og er langt mindre tilbøyelige til å sjekke huden – på tvers av nesten alle målte indikatorer i undersøkelsen.



Flest soler seg for å få farge, mens én av fire nordmenn soler seg ikke



Å bli brun er den vanligste årsaken til å sole seg — halvparten av befolkningen oppgir dette som en grunn. Rundt fire av ti soler seg fordi det er behagelig, og like mange oppgir ønske om å få vitamin D.

Én av fire soler seg ikke. Menn er noe mer tilbakeholdne enn kvinner — 29 mot 22 prosent oppgir at de ikke soler seg. Andelen som ikke soler seg er også markant høyere blant personer med svært lys eller lys hud.

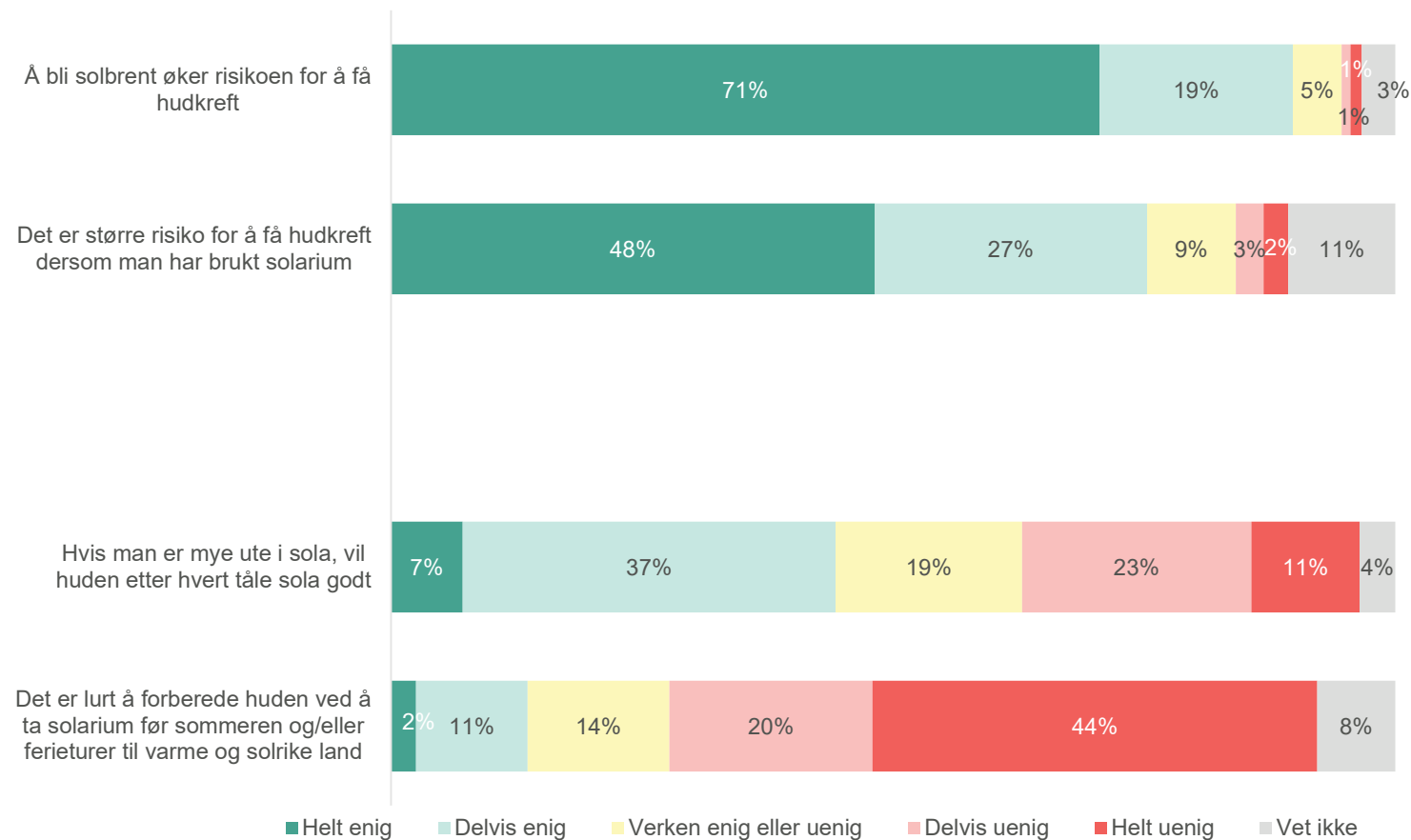
Kvinner soler seg i større grad enn menn for å bli brun og for å få vitamin D.

Unge under 30 år skiller seg ut ved at de i større grad enn eldre aldersgrupper oppgir hudproblemer — som kviser, eksem eller utslett — som årsak til å sole seg.

De som har vært på utenlandsferie til varme og solrike land soler seg i større grad for å bli brun, få vitamin D og fordi det er behagelig.



Ni av ti mener at det å bli solbrent øker risikoen for hudkreft



n= 1519

? Hvor enig eller uenig er du i følgende utsagn?

Fire utsagn belyser hva befolkningen mener om risikoen ved soling og solbrenthet, og om huden kan tilvennes sol ved å være mye ute i sola.

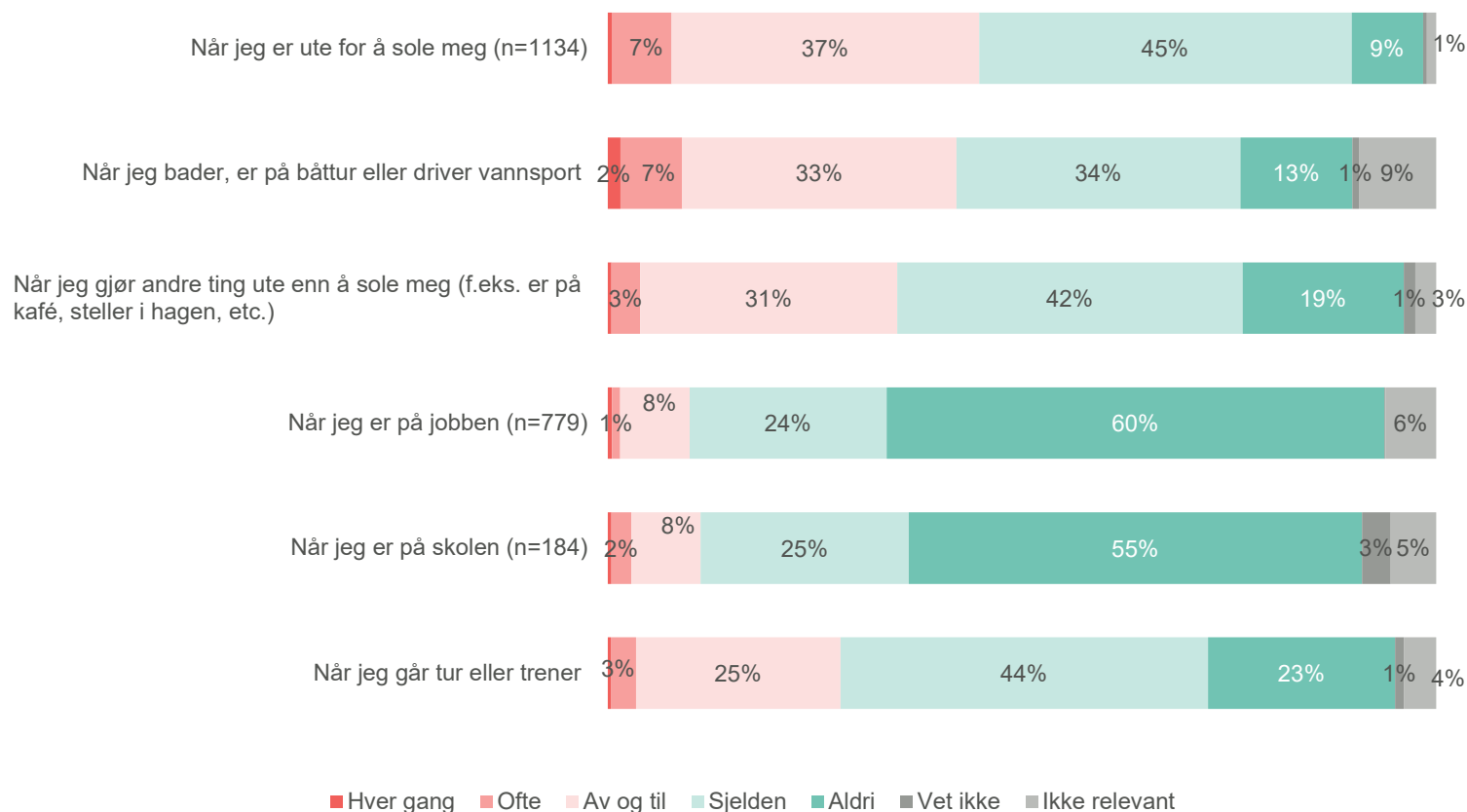
Ni av ti er enige i at solbrenthet øker risikoen for hudkreft, og kun 2 prosent er uenige. Et nesten like stort flertall mener også at risikoen for hudkreft er større dersom man har brukt solarium. Rundt ti prosent svarer verken enig eller uenig, eller at de ikke vet.

Kvinner er i større grad enn menn både enige i at solbrenthet og solariebruk øker risikoen for hudkreft.

Befolkningen er mer delt i synet på hudens evne til å tilpasse seg soleksponering. 44 prosent er enige i at huden etter hvert tåler sol godt dersom man er mye ute — men flertallet av disse er bare *delvis* enige. Nesten én av fire svarer verken/eller, noe som kan tyde på usikkerhet eller en oppfatning om at svaret avhenger av situasjonen. Kvinner er i større grad uenige enn menn i dette utsagnet.

Omtrent to av tre er uenige i at solarium er en lur måte å forberede huden på sol. 13 prosent stiller seg imidlertid positive til dette. En relativt stor andel svarer verken/eller eller vet ikke, noe som kan tyde på at mange er usikre på sammenhengen mellom solariumsbruk og hudskader.

Omtrent fire av ti blir ofte eller av og til solbrent når de soler seg



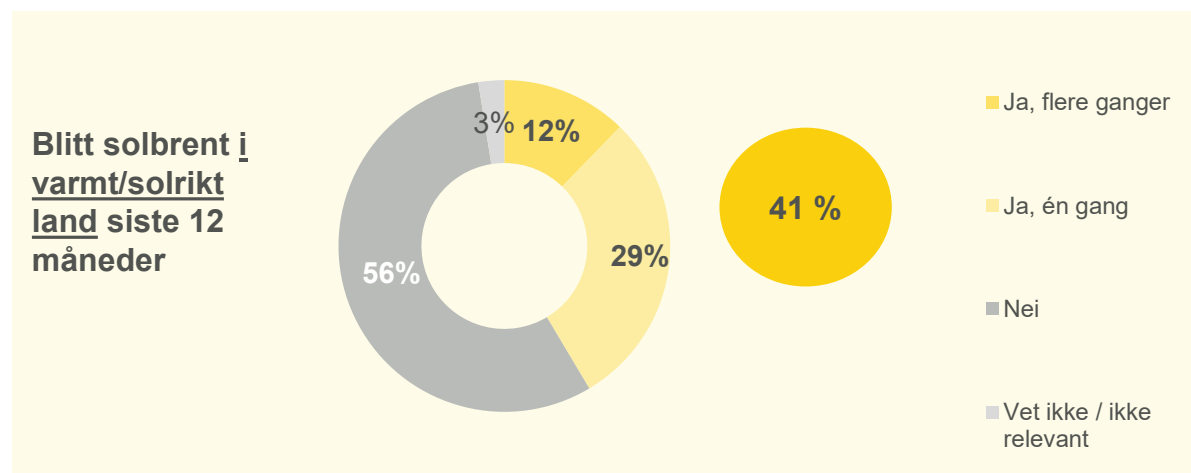
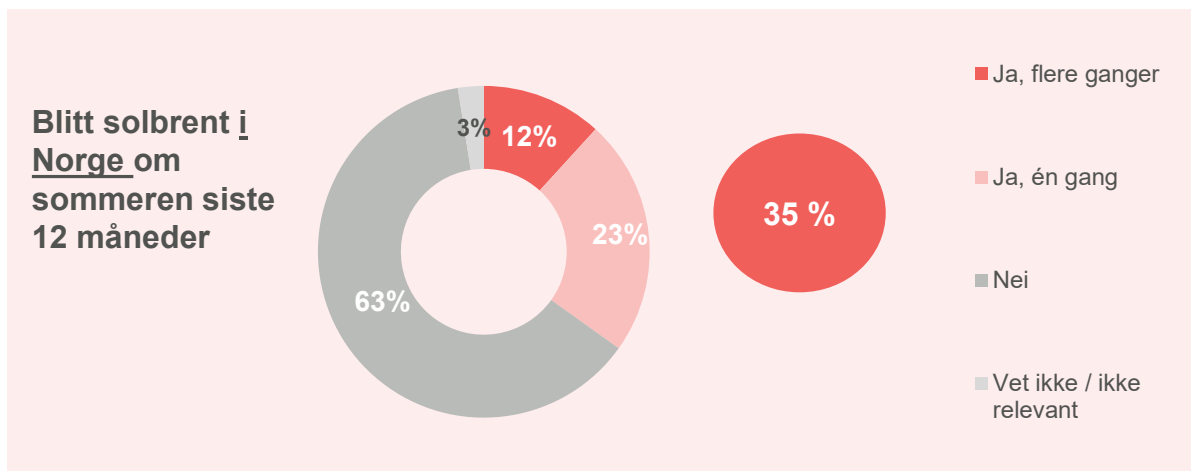
Syv prosent av befolkningen blir ofte solbrent når de soler seg, og ytterligere 37 prosent blir av og til solbrent i samme situasjon. Omtrent like mange blir solbrent ved vannaktiviteter som bading, båttur eller vannsport. Bare henholdsvis 9 og 13 prosent svarer at de aldri blir solbrent i disse situasjonene.

Det er mindre vanlig å bli solbrent på jobb eller på skole. Åtte prosent svarer at de av og til blir solbrent når de er på jobb eller skole og ytterligere 1-2 prosent svarer at de ofte blir solbrent på jobb eller skole.

De over 60 år blir sjeldnest solbrent, uavhengig av situasjon. Dette kan henge sammen med at eldre i større grad unngår direkte sol eller er mer bevisste på beskyttelse.



Omtrent én av tre er blitt solbrent i Norge i løpet av det siste året



Totalt oppgir 35 prosent at de er blitt solbrent i Norge det siste året — 12 prosent flere ganger og 23 prosent én gang.

Forskjellen i forekomst av solbrenthet mellom Norge og varme, solrike land er mindre enn man kanskje skulle forvente. Blant de som har vært på ferie i varme land, oppgir omtrent fire av ti at de ble solbrent én eller flere ganger — og andelen som ble solbrent *flere ganger* er omtrent den samme som for solbrenthet i Norge.

Forekomsten av solbrenthet i Norge er høyest blant de yngste. Blant dem under 30 år oppgir 55 prosent at de er blitt solbrent én eller flere ganger det siste året. Andelen synker med økende alder.

Også for solbrenthet i varme og solrike land er andelen høyest blant de yngste — 62 prosent i aldersgruppen 16–29 år. Forskjellene mellom aldersgruppene er imidlertid mindre tydelige enn for solbrenthet i Norge, noe som kan tyde på at alder spiller en mindre rolle når man er på ferie i sterk sol.

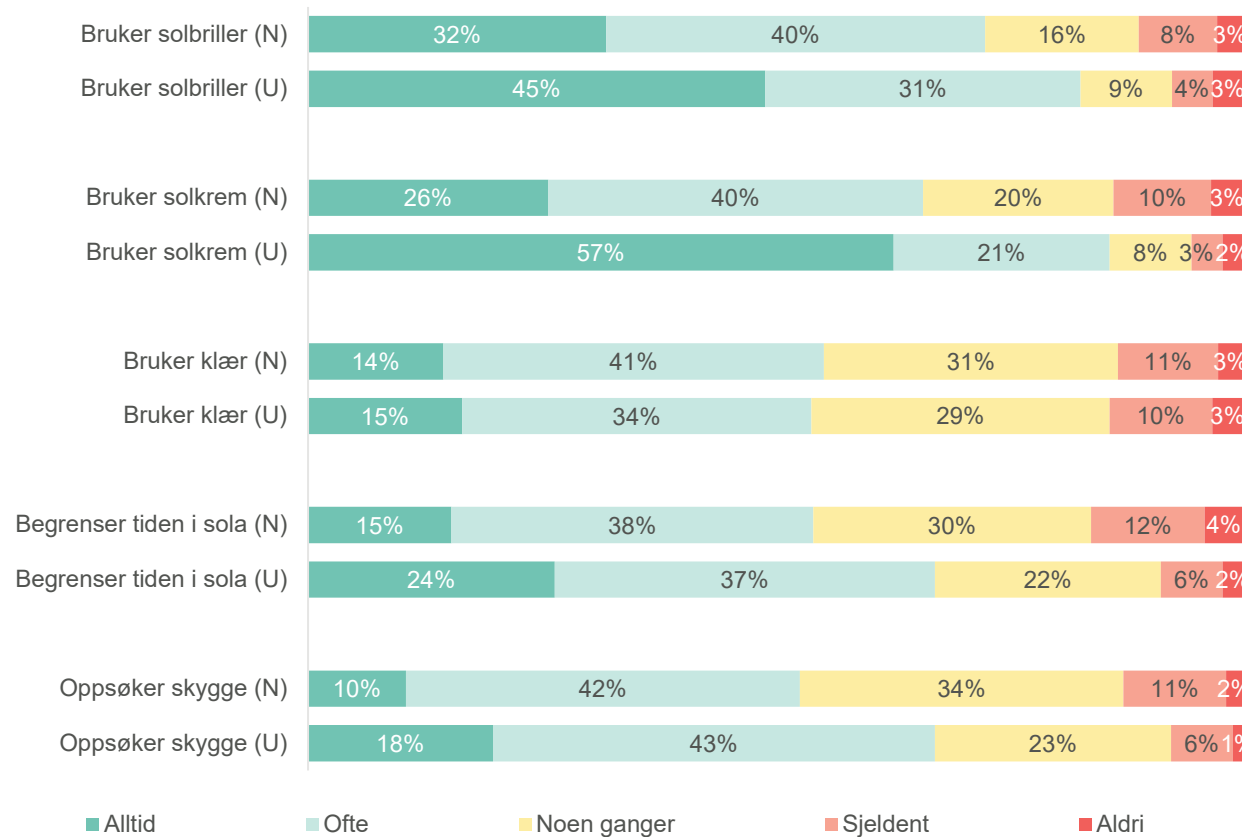
n= 1519 / 788

?

Har du opplevd å bli solbrent i Norge om sommeren de siste 12 månedene?
Har du opplevd å bli solbrent når du har feriert eller oppholdt deg i et varmt og solrikt land de siste 12 månedene?
Filter: Vært på ferie eller oppholdt seg i varme og solrike land siste 12 mnd



Mer aktiv solbeskyttelse i varme solrike land enn i Norge



Solbriller og solkrem er de vanligste formene for solbeskyttelse både i Norge om sommeren og på ferie i varme og solrike land. Bruken er imidlertid gjennomgående høyere i utlandet enn hjemme.

Nesten åtte av ti (76 prosent) bruker alltid eller ofte solbriller i varme og solrike land, og nesten like mange (72 prosent) gjør det i Norge. For solkrem er forskjellen større: 78 prosent oppgir at de alltid eller ofte bruker solkrem i «Syden», og 57 prosent av disse bruker alltid solkrem. I Norge svarer 66 prosent at de alltid eller ofte bruker solkrem.

Kvinner bruker solkrem oftere enn menn i begge kontekster — i Norge svarer 79 prosent av kvinner at de alltid eller ofte bruker solkrem, mot 53 prosent blant menn. I varme og solrike land er andelene henholdsvis 85 og 72 prosent.

n= 1519

? På hvilke måter beskytter du deg mot sola i Norge om sommeren?/
På hvilke måter beskytter du deg mot sola når du er i varme og solrike land?

N=Norge
U=Varme og solrike land



Det er mindre vanlig å unngå sola, som å oppsøke skygge og begrense oppholdstiden i sola, enn å bruke beskyttelsesprodukter som solbriller og solkrem. Også her er det tydelige forskjeller i praksis når man er i Norge om sommeren og når man er i varme, solrike land. I Norge oppsøker omtrent halvparten alltid eller ofte skygge, mens andelen i varme og solrike land er det 61 prosent som sier de gjør dette.

Tilsvarende begrenser 61 prosent alltid eller ofte hvor lenge de er i sola når de er i «Syden», noe som kan henge sammen med at solstyrken er høyere og risikoen for solbrenthet mer merkbar. Kvinner begrenser tiden i sola i større grad enn menn, både i Norge og i utlandet.

Bruk av klær som beskyttelse er omtrent like vanlig i begge kontekster. Rundt halvparten oppgir dette som en beskyttelsesform i varme og solrike land.

Blant familier med barn i alderen 0–5 år er det å unngå sola vanligere. 73 prosent oppsøker alltid eller ofte skygge når de er i varme og solrike land.

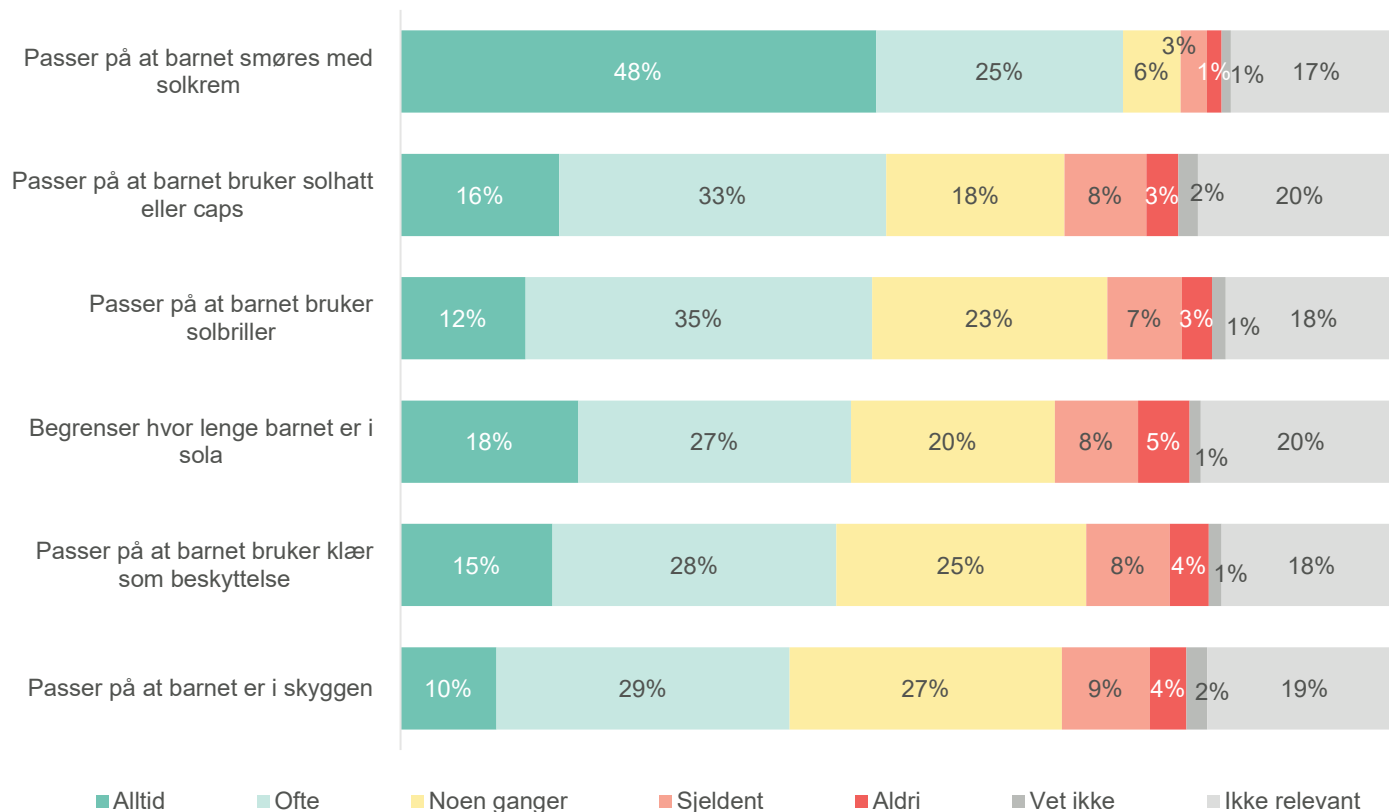
Uansett beskyttelsesform er det svært få — maksimalt 4 prosent — som aldri beskytter seg mot sola i Norge om sommeren eller når de er i varme, solrike land.

73 %

av småbarns-
foreldre
oppsøker ofte
skygge



Halvparten med barn under 18 år passer alltid på at barna smøres med solkrem i Norge sommerstid



Det å passe på at barnet smøres med solkrem, er det solbeskyttelsestiltaket flest foreldre gjør. 73 prosent svarer at de alltid eller ofte passer på solkrem for barna i Norge om sommeren. Deretter er det mellom 39 og 49 prosent som ofte eller alltid sørger for de andre formene for beskyttelse det er spurt om, som bruk av solhatt/caps, solbriller, klær som beskyttelse og begrense tiden i sol.

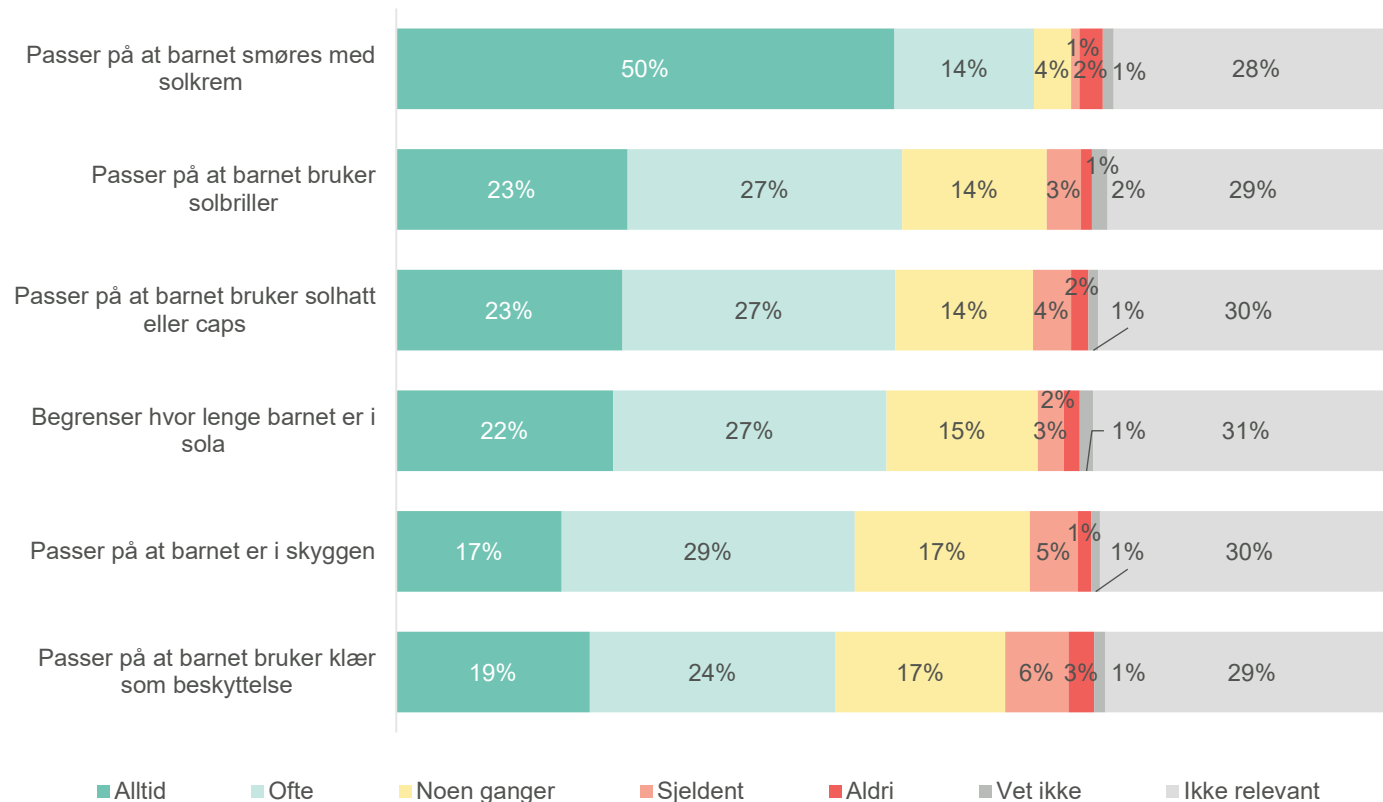
Svarene om hvordan foreldre beskytter barna mot sol i Norge om sommeren varierer en del med alder på barna. Blant foreldre til barn under 5 år, svarer 68 prosent at de *alltid* passer på at barna smøres. Blant de med barn mellom 6 og 12 år er andelen 58 prosent. De som har tenåringsbarn passer i mindre grad på dette, her er andelen som svarer alltid 34 prosent. Det samme mønsteret er gjennomgående for alle typer solbeskyttelse.

Kvinner passer i større grad enn menn på alle områdene som er listet opp, med unntak av at barnet bruker solbriller.

For alle typer solbeskyttelse unntatt solkrem er det relativt stor andel som svarer *noen ganger*. Det tyder på at vanene rundt solbeskyttelse av barn varierer. Det er også nokså store andeler som svarer *ikke relevant*, og her er foreldre til tenåringsbarn overrepresentert.



Foreldre beskytter yngre barn mer enn eldre barn i varme, solrike land



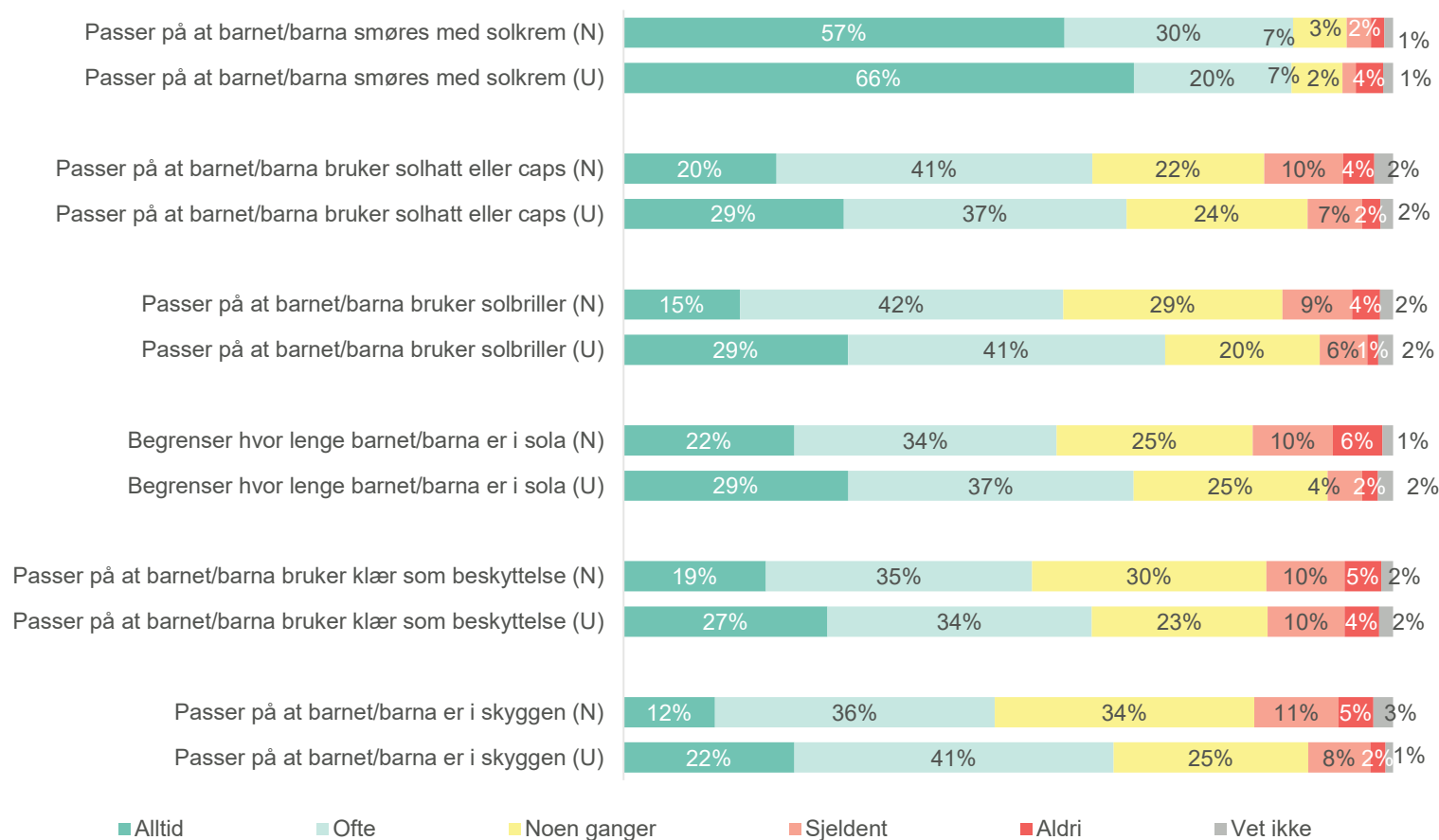
Alle med barn under 18 år er også spurt om hvordan de beskytter barnet i varme og solrike land. Halvparten svarer at de alltid eller ofte passer på at barnet smøres med solkrem. Blant de med barn i alderen 13-18 år er andelen signifikant lavere (57 prosent) enn blant familier med barn i alderen 6-12 år (73 prosent). For familier med barn i alderen 0-5 år er andelen 69 prosent.

For alle øvrige utsagn er det signifikante forskjeller mellom de som svarer *alltid* blant de som har barn 0-5 år og barn i alderen 13-18 år: En høyere andel av familier med små barn svarer alltid.

Rundt 30 prosent svarer «ikke relevant» på spørsmålene. Det kan blant annet skyldes at man sjelden reiser til varme, solrike land, eller at man vurderer at barna er for gamle til at man som forelder ser til at de bruker solbeskyttelse. Tenåringsforeldre er overrepresentert i gruppen som svarer «ikke relevant».



Halvparten med barn under 18 år passer alltid på at barna smøres med solkrem i Norge sommerstid



N=Norge
U=Varme og solrike land

Som vist på de to foregående sidene, svarte mellom 17 og 20 prosent «ikke relevant» på spørsmålet om solbeskyttelse for barn i Norge, og 28-31 prosent svarte det samme om spørsmålene om å beskytte barn i varme, solrike land. Grafen til venstre viser imidlertid spørsmålene om solbeskyttelse av barn i Norge om sommeren og i varme solrike land kun blant respondenter som anser spørsmålet som relevant.

Vi ser at bildet blir et annet når vi kun regner med de foreldrene som anser spørsmålet som relevant. 87 prosent passer på at barna smøres med solkrem i Norge om sommeren, 89 prosent gjør det samme når de er i varme, solrike land.

n= 431

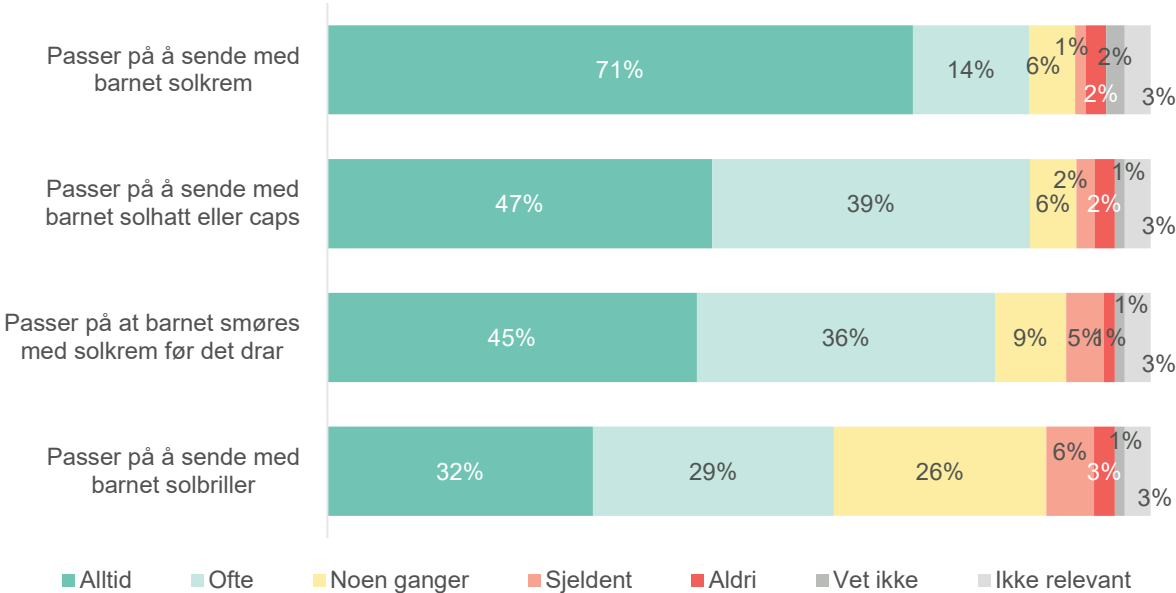
?

Hvordan beskytter du barnet / barna mot sola i Norge om sommeren? Filter: Har barn i alderen 0-18 år
På hvilke måter beskytter du barnet / barna mot sola når dere er i varme og solrike land? Filter: Har barn i alderen 0-18 år
Merk at basen er omregnet og ikke har med de som har svart «ikke relevant».

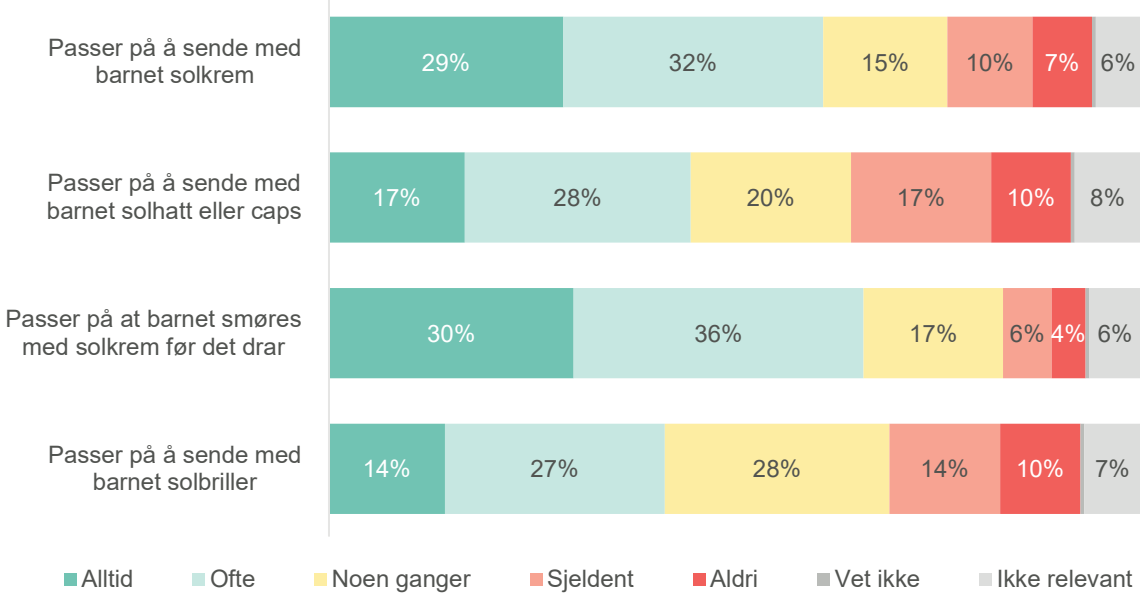


Langt flere foreldre passer på solbeskyttelse av barnehagebarn enn skolebarn

I barnehagen



På skolen



Det er klare forskjeller på hvordan foreldre svarer om solbeskyttelse ut fra om de har barn i barnehage eller i grunnskolen. 85 prosent passer ofte eller alltid på å sende med barnet solkrem i barnehagen, og omtrent like mange sender med barnet caps eller solhatt. Blant foreldre til skolebarn er andelen 61 (solkrem) prosent og 45 prosent (solhatt/caps). Det tiltaket flest foreldre til skolebarn gjør er å smøre barnet før det drar (66 prosent). For barnehagebarn er det flere enn halvparten som svarer at de ofte eller alltid gjør alle tiltakene for solbeskyttelse av barnet, mens for foreldre til skolebarn varierer det mer, og særlig er andelen som svarer «noen ganger» nokså store. Mellom 7 og 10 prosent av foreldre til skolebarn sender aldri med barna solkrem, passer på å beskytte hodet mot sol eller sender med solbriller.

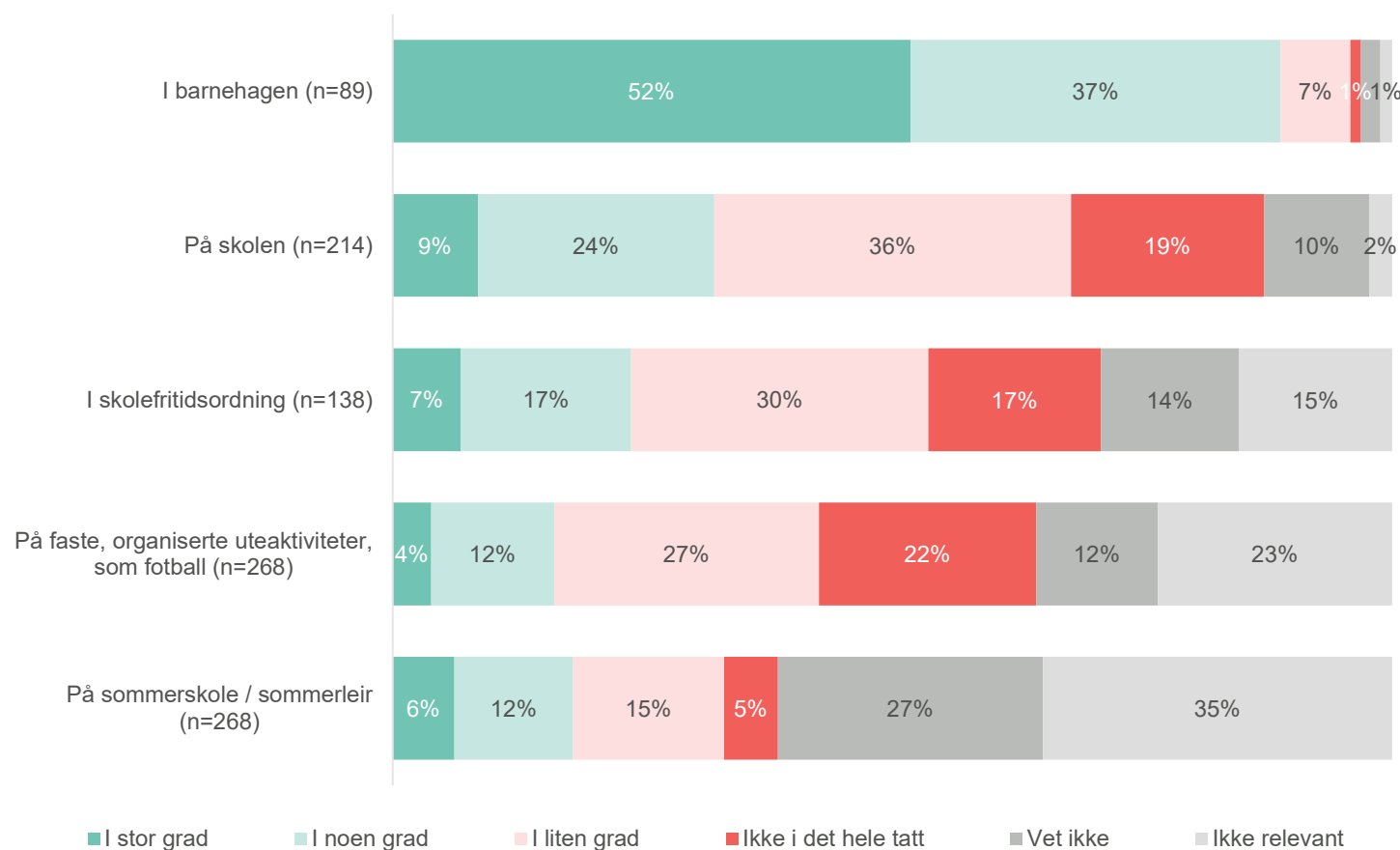
n= 89 / 214

?

På hvilke måter beskytter du barnet / barna mot sola om sommeren når de er i barnehagen? Filter: Har barn i barnehage (n=89)
På hvilke måter beskytter du barnet / barna mot sola om sommeren når de er på skolen? Filter: Har barn i grunnskolen (n=214)



Rundt én av tre foreldre opplever at det i liten grad er tiltak for solbeskyttelse av barn på skolen og skolefritidsordning (SFO)



Foreldre med barn i barnehagen opplever i stor grad at det finnes tiltak for solbeskyttelse — nesten ni av ti svarer at slike tiltak eksisterer i stor eller noen grad.

Bildet er betydelig mer negativt for foreldre med skolebarn. Litt over én av tre svarer at det i *liten* grad finnes tiltak for solbeskyttelse på skolen, og to av ti at det ikke finnes slike tiltak i det hele tatt. Én av ti svarer vet ikke. Samlet sett opplever altså et klart flertall av skoleforeldre at tilbudet om solbeskyttelse på skolen er begrenset eller fraværende.

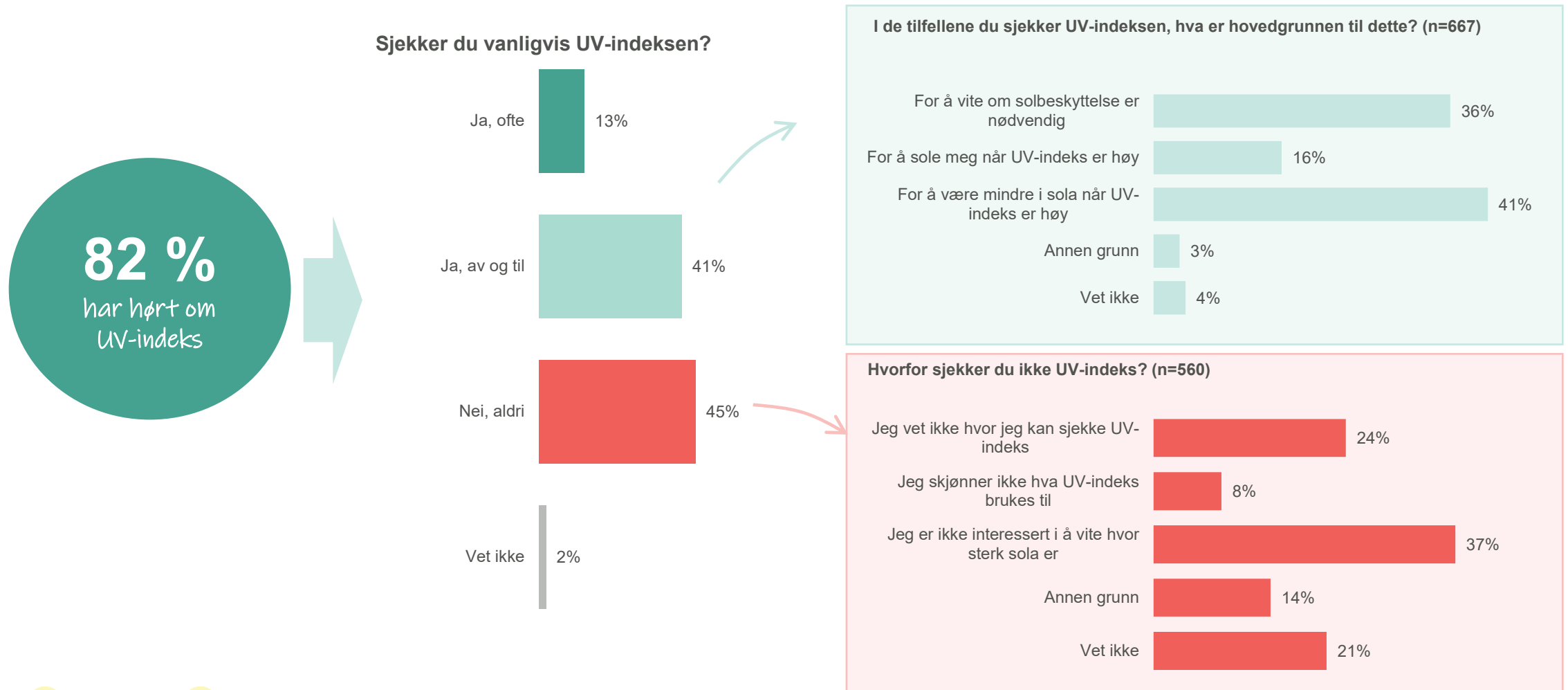
For skolefritidsordningen (SFO) og organiserte fritidsaktiviteter oppgir rundt én av fem foreldre at det ikke finnes tiltak for solbeskyttelse i det hele tatt. I tillegg er andelen som svarer vet ikke eller ikke relevant høy. Dette kan skyldes flere ting: én mulighet er at foreldrene har begrenset kjennskap til praksisen på disse arenaene, eventuelt at barnet ikke deltar på fritidsaktiviteter eller SFO.

For faste, organiserte uteaktiviteter er det overvekt av de som mener at det i liten grad / ikke i det hele tatt er tiltak, men her er også vet ikke / ikke relevant andelen store.

Det er ikke signifikante forskjeller i hvordan menn og kvinner svarer på dette spørsmålet.



8 av 10 har hørt om UV-indeks, og over halvparten bruker den



n= 1519 / 1247

?

Har du hørt om UV-indeks? (n=1519)
Sjekker du vanligvis UV-indeksen? Filter: Har hørt om UV-indeks (n=1247)



Mer enn åtte av ti har hørt om UV-indeks. Kjennskapen er noe lavere blant de over 60 år og blant de med lav utdanning, henholdsvis 76 og 78 prosent.

Litt over halvparten av de som kjenner UV-indeks, oppgir at de sjekker den. De fleste gjør det av og til, mens 13 prosent sjekker den ofte. Kvinner sjekker oftere enn menn; 16 prosent mot 9 prosent. Blant de under 30 år er det én av fire som sjekker den ofte.

Nesten halvparten av de som kjenner til UV-indeks, sjekker den aldri. Denne andelen er særlig høy i Nord-Norge, der 64 prosent oppgir at de aldri sjekker den, mot 45 prosent i befolkningen som helhet.

Den vanligste grunnen til å sjekke UV-indeksen er for å vite når man bør begrense tiden i sola. 41 prosent oppgir dette som grunn, og praksisen er betydelig vanligere blant kvinner enn blant menn, 47 mot 34 prosent. Også de over 60 år sjekker i stor grad UV-indeksen av denne grunn. Menn oppgir derimot i større grad enn kvinner at hovedgrunnen er for å vite om solbeskyttelse er nødvendig (44 mot 30 prosent).

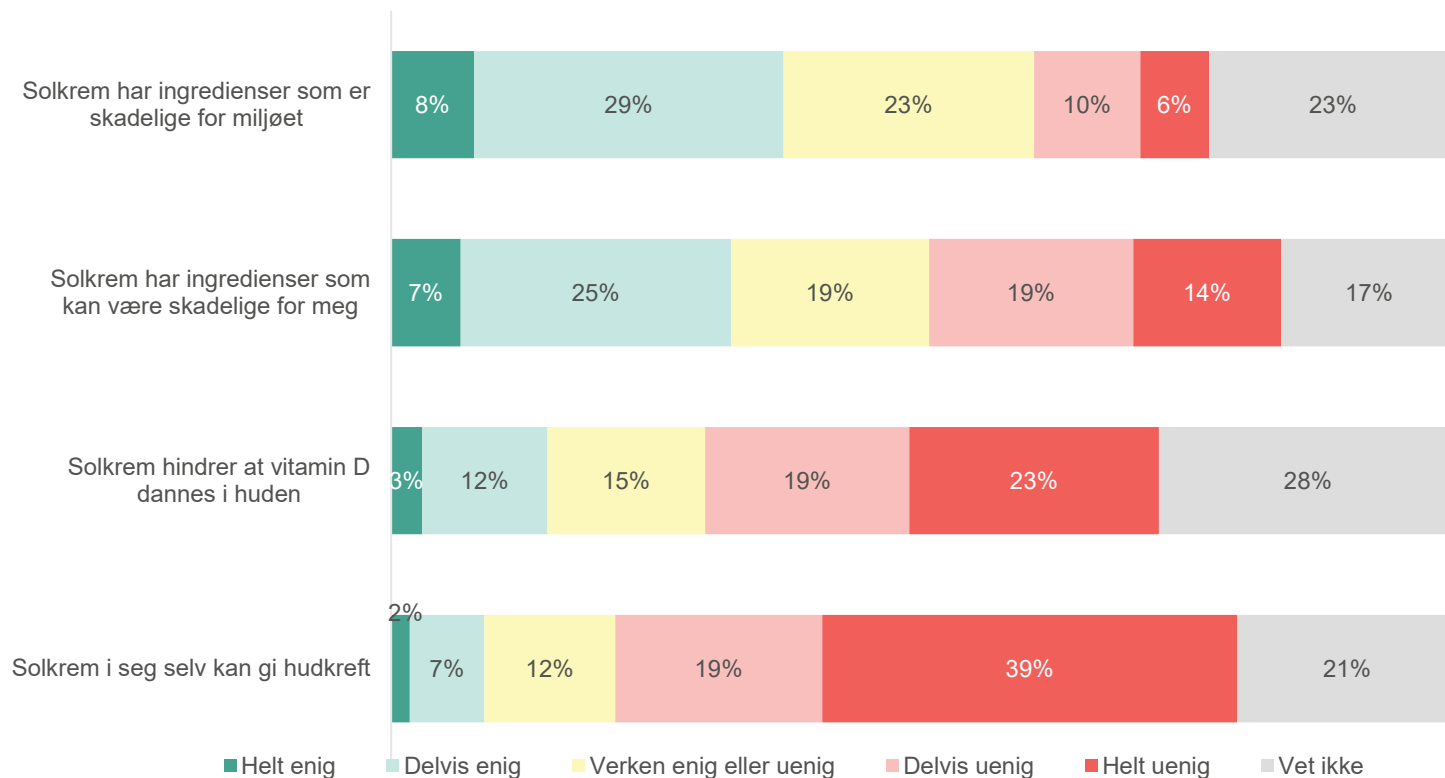
I befolkningen som helhet er det 16 prosent som sjekker UV-indeks for å sole seg når denne er høy. Her er det imidlertid svært ulik praksis blant de yngste. Hele 41 prosent i aldersgruppen 16-29 år oppgir dette som grunn, mot bare 11 prosent blant de i trettiårene. For førtiåringer og eldre er andelen bare på rundt 6 prosent. Det er altså de unge som trekker opp snittet for befolkningen som helhet.

Blant de som kjenner til UV-indeksen, men aldri sjekker den, er den vanligste grunnen rett og slett at de ikke er interessert i å vite hvor sterk sola er — 37 prosent oppgir dette. 24 prosent vet ikke hvor de kan sjekke den, og denne andelen er særlig høy blant foreldre med barn i barnehagealder (42 prosent). 8 prosent forstår ikke hva UV-indeksen brukes til — denne andelen er lavest blant de over 60 år, der kun 2 prosent svarer det samme. Én av fem som kjenner til UV-indeksen men ikke sjekker den, vet ikke hvorfor de ikke gjør det — noe som kan tyde på lav bevissthet om temaet.

**4 av 10
unge**

*sjekker UV-indeks
for å sole seg når
den er høy*

Rundt én av tre tror solkrem har ingredienser som kan være skadelige



Fire påstander skal fange opp befolkningens holdninger og grad av enighet når det gjelder myter om solkrem. Flest er enig i at solkrem har miljøskadelige ingredienser (nesten fire av ti er enig). Omtrent like mange mener at solkrem har ingredienser som kan være skadelig for den som bruker den.

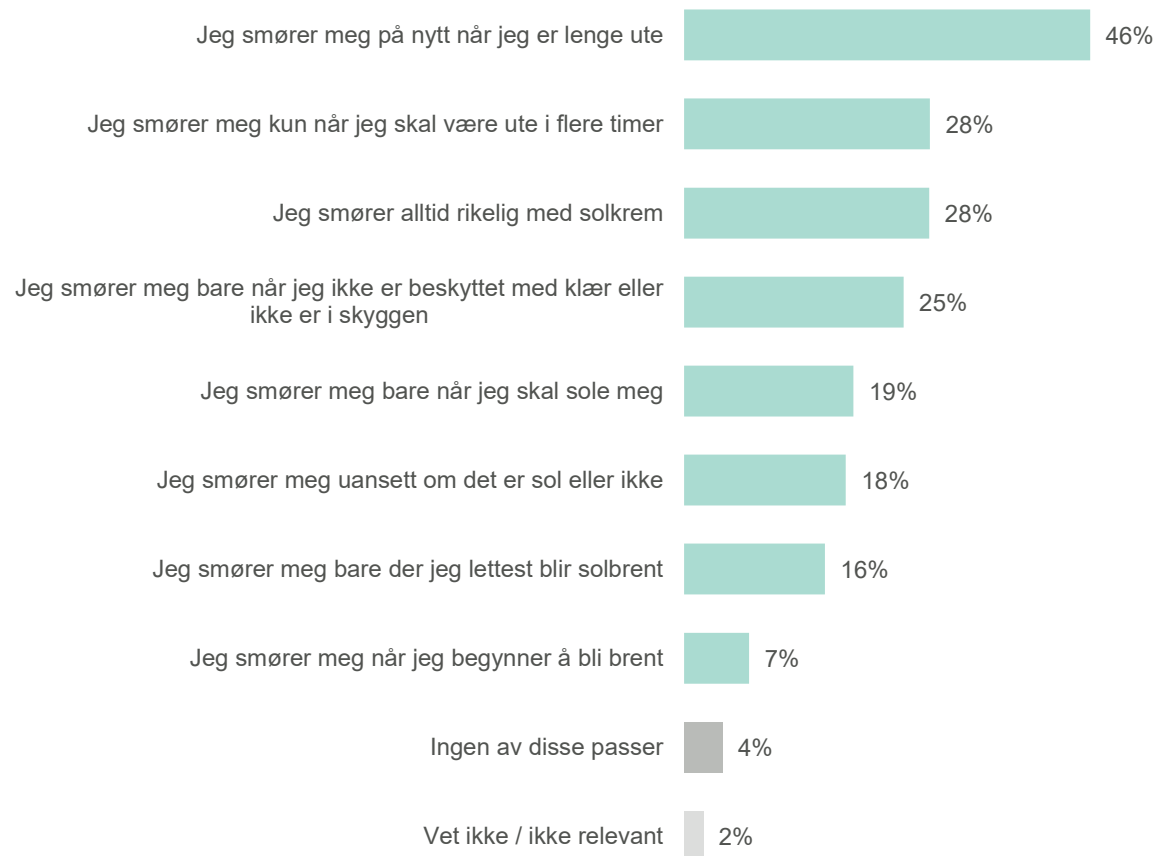
Det er få som tror at solkrem hindrer at vitamin D dannes i huden, men det er også en nokså stor andel som er usikre. 9 prosent tror solkrem i seg selv kan gi hudkreft, mens et stort flertall på 58 prosent er uenig. Én av fem svarer vet ikke.

Kvinner er i større grad enn menn enig i at solkrem er skadelig for miljøet og den som bruker den. Også de som har små barn (under 5 år), er overrepresentert blant dem som mener at solkrem har ingredienser som er skadelige for miljøet.

Når det gjelder utsagnet om at solkrem hindrer D-vitamin i å dannes i huden er kvinner i større grad enn menn *uenige* i dette.



Mindre enn halvparten av befolkningen påfører solkrem på nytt når de er lenge ute i sola



Befolkningen er spurt om en rekke utsagn som beskriver ulike vaner knyttet til solkrembruk. Noen av utsagnene gjenspeiler anbefalte praksiser — som å alltid smøre rikelig med solkrem — mens andre beskriver vaner som avviker fra anbefalingene, som å smøre seg først når man allerede begynner å bli brent.

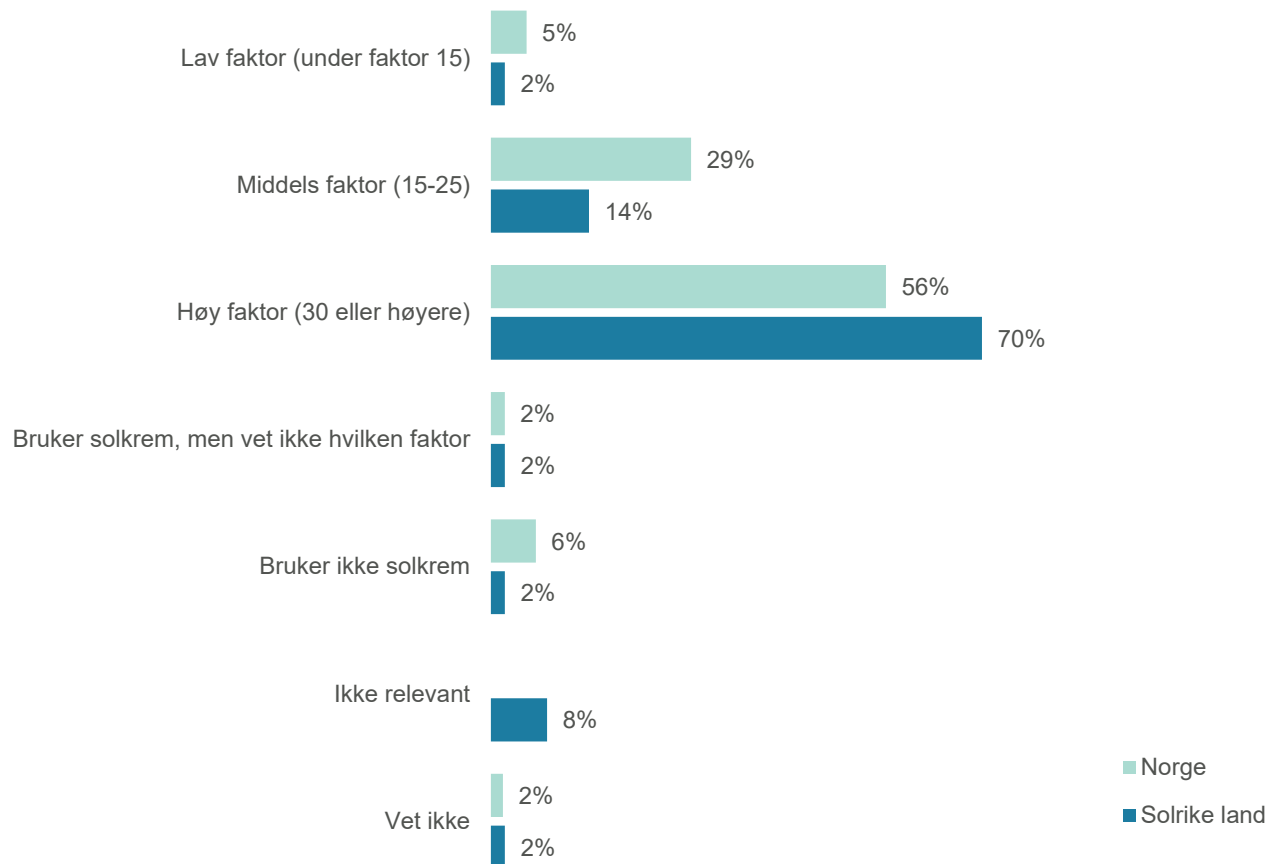
Kvinner følger i større grad enn menn de anbefalte praksisene for solkrembruk. 55 prosent av kvinner smører seg på nytt når de er lenge ute, mot 37 prosent blant menn. Tilsvarende oppgir 35 prosent av kvinner at de alltid smører rikelig med solkrem, mot 21 prosent blant menn.

I befolkningen totalt sett svarer 28 prosent at de kun smører seg når de skal være lenge ute, og menn i større grad enn kvinner (34 mot 22 prosent). Omtrent like mange svarer at de bare smører seg når de ikke er beskyttet med klær eller av skygge.

Én av fem smører seg med solkrem uansett om det er sol eller ikke — en vane som er langt vanligere blant kvinner enn menn (26 mot 11 prosent). Dette er en av de største kjønnsforskjellene i undersøkelsen.



Flertallet bruker høy solfaktor – særlig i varme og solrike land



I Norge om sommeren bruker 85 prosent av befolkningen solkrem med faktor 15 eller høyere. Lav faktor er relativt uvanlig, og 6 prosent bruker ikke solkrem i det hele tatt.

Kvinner bruker i større grad enn menn høy faktor (61 mot 52 prosent), og menn er langt oftere enn kvinner blant dem som ikke bruker solkrem i det hele tatt (10 mot 3 prosent).

Blant de over 60 år er bruken av høy faktor lavest, og denne gruppen har også den høyeste andelen som ikke bruker solkrem i det hele tatt.

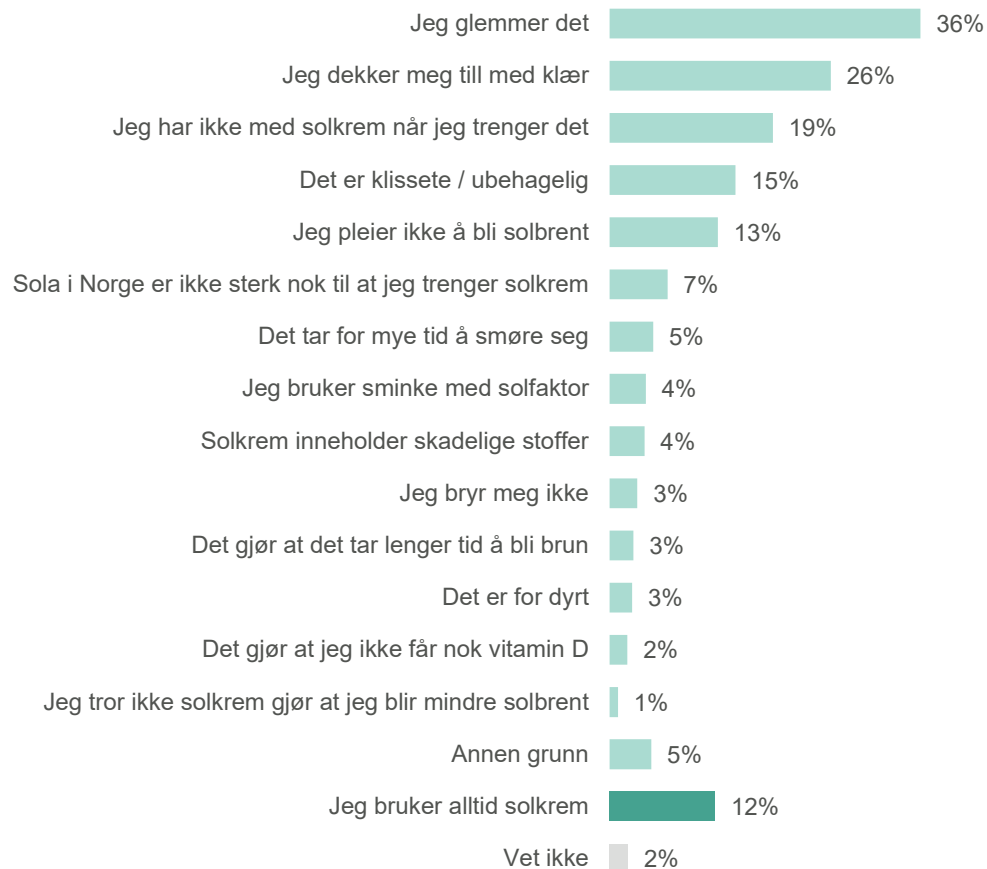
De med svært lys eller lys hud bruker også i større grad høy faktor.

I varme og solrike land bruker syv av ti høy faktor (30 eller høyere) — en markant høyere andel enn i Norge. Kvinner bruker høy faktor i noe større grad enn menn også her (76 mot 65 prosent).

Også i utlandet er de over 60 år den gruppen som i minst grad bruker høy faktor — men de bruker til gjengjeld middels faktor (15–25) i større grad enn andre aldersgrupper. 13 prosent i denne aldersgruppen svarer at spørsmålet ikke er relevant, noe som trolig gjenspeiler at en del eldre ikke reiser til varme og solrike land.



De fleste som ikke bruker solkrem oppgir at de glemmer det



I tilfeller der man ikke bruker solkrem er den vanligste årsaken at man glemmer det. Det er også en god del som dekker seg til med klær i stedet for å smøre seg. Slik spørsmålet er stilt, kan vi anta at de som svarer dette bevisst velger bort solkrem fordi de opplever at klærne beskytter dem mot sol.

To av ti svarer at de ikke har med solkrem når de trenger det, som også er en variant av glemsomhet som årsak.

15 prosent synes solkrem er klissete og ubehagelig, og blant 16-29 åringer er denne andelen 23 prosent.

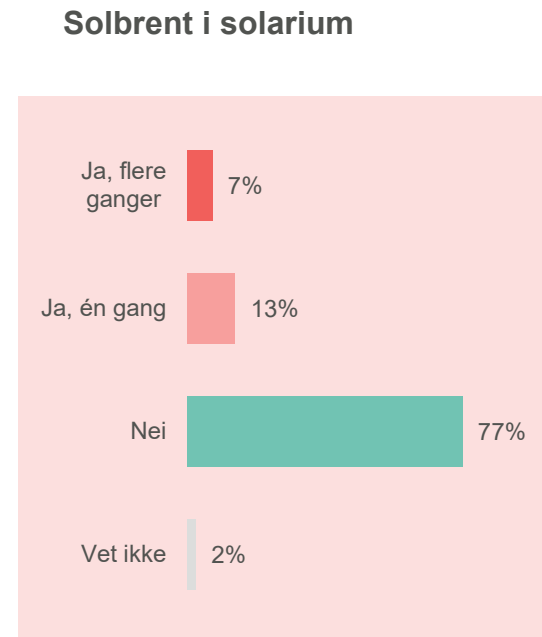
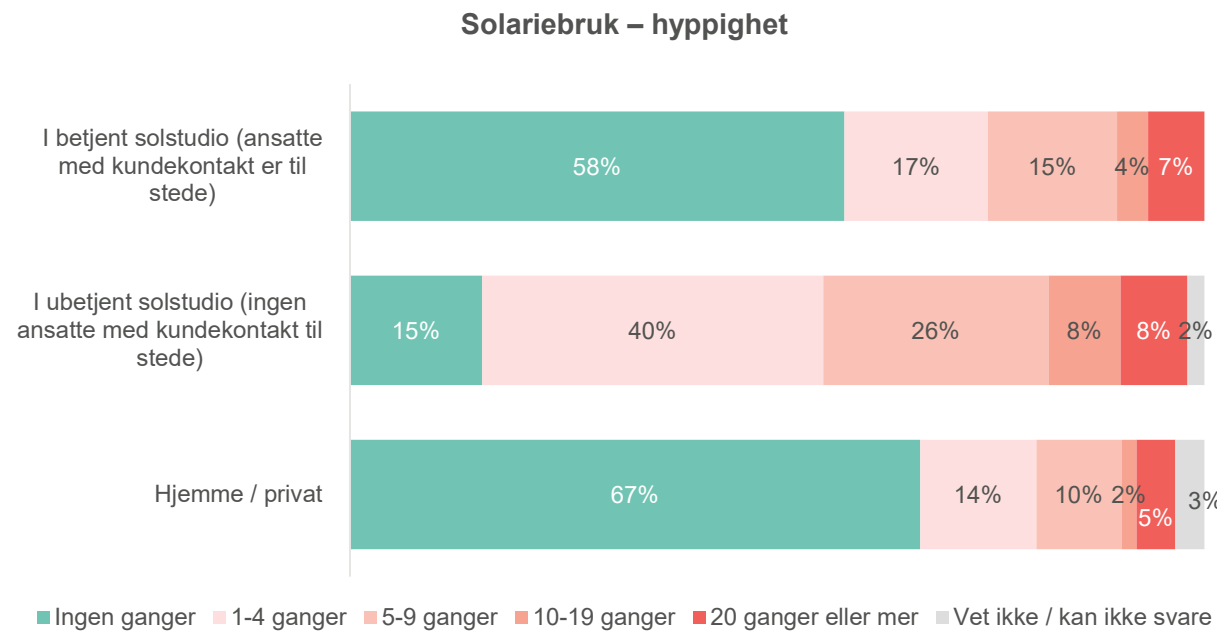
13 prosent oppgir at de ikke pleier å bli solbrent og derfor ikke bruker solkrem. Dette er en litt hyppigere årsak blant de over 60 år.

Totalt sier 12 prosent at de alltid bruker solkrem, men måten spørsmålet er stilt på gjør at det ikke er egnet til å si noe sikkert om andel som bruker solkrem. For tall på dette viser vi til andre resultater i rapporten, side 16 og 27.



Seks prosent har tatt solarium siste 12 måneder – de fleste i ubetjent solstudio

6 %
har tatt
solarium siste
12 måneder



Seks prosent av befolkningen har tatt solarium i løpet av det siste året. Flest tar solarium i ubetjente solstudioer. 42 prosent av de som tar solarium har tatt det fem ganger eller mer i løpet av det siste året. 26 prosent har tatt solarium i betjent solstudio mer enn fem ganger siste år, og 17 prosent har gjort det privat. Nokså små baser gjør at vi ikke finner signifikante forskjeller i solariebruk blant undergrupper.

20 prosent er blitt solbrent i solarium i løpet av det siste året, og 7 prosent av disse er blitt solbrent flere ganger. Flere unge enn eldre blir solbrent i solarium. Blant de under 30 år svarer 46 prosent at de er blitt solbrent enten en eller flere ganger. Merk at basene her er små og feilmarginene er større enn på andre spørsmål.

n= 1519 / 91

?

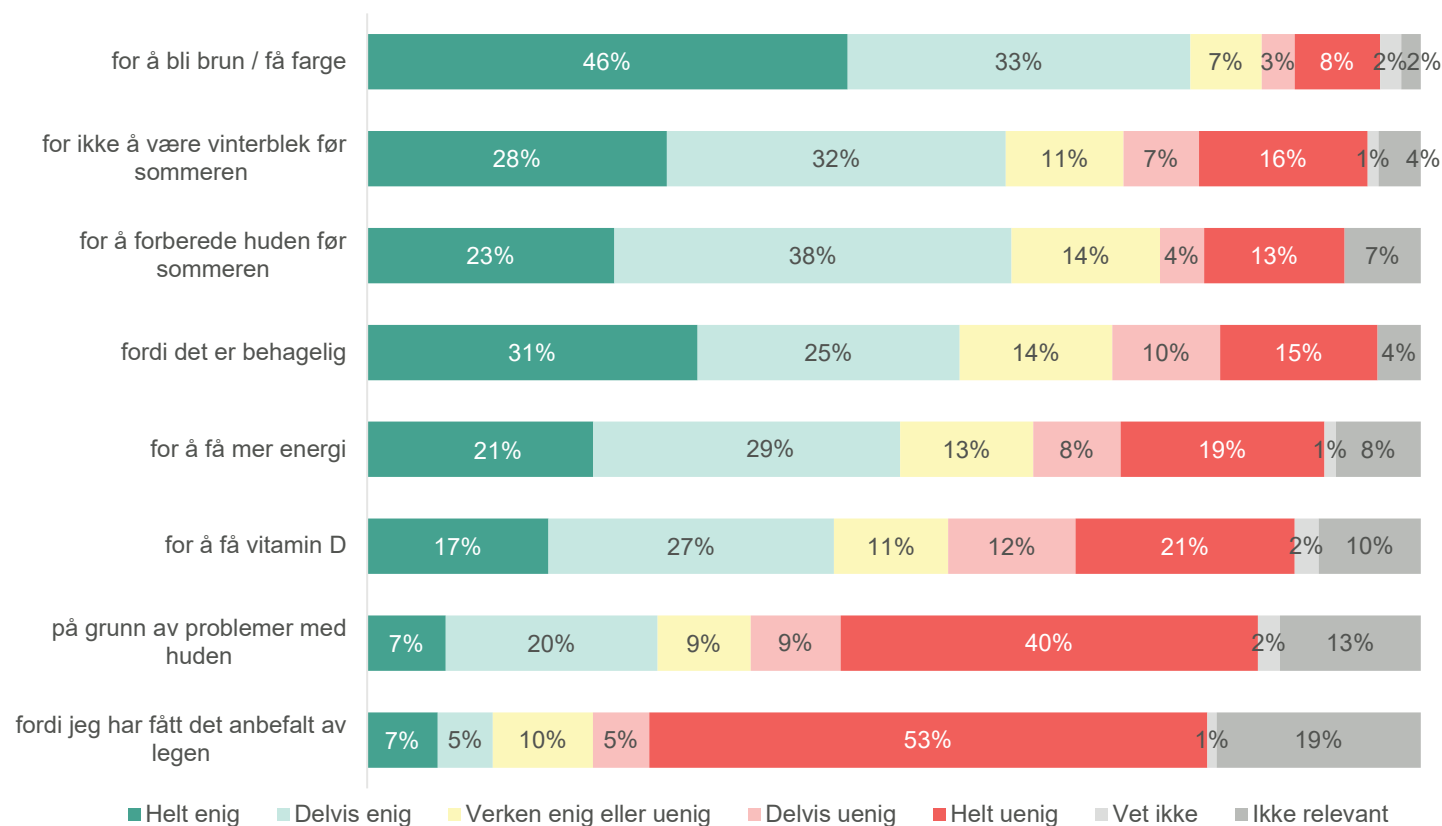
Har du tatt solarium i løpet av de siste 12 månedene?

Omtrent hvor mange ganger har du tatt solarium de siste 12 månedene? Filter: Tatt solarium siste 12 måneder (n=91)

Har du opplevd å bli solbrent etter å ha tatt solarium i løpet av de siste 12 månedene? Filter: Har tatt solarium siste 12 måneder (n=91)



De viktigste grunnene til å ta solarium handler om å bli brun eller unngå å være blek



De vanligste årsakene til å ta solarium handler alle om noe av det samme: å få farge/bli brun (78 prosent), unngå å være vinterblek (61 prosent) og forberede huden før sommeren (61 prosent).

Over halvparten bruker solarium fordi det er behagelig eller for å få mer energi. 44 prosent gjør det for å få vitamin D.

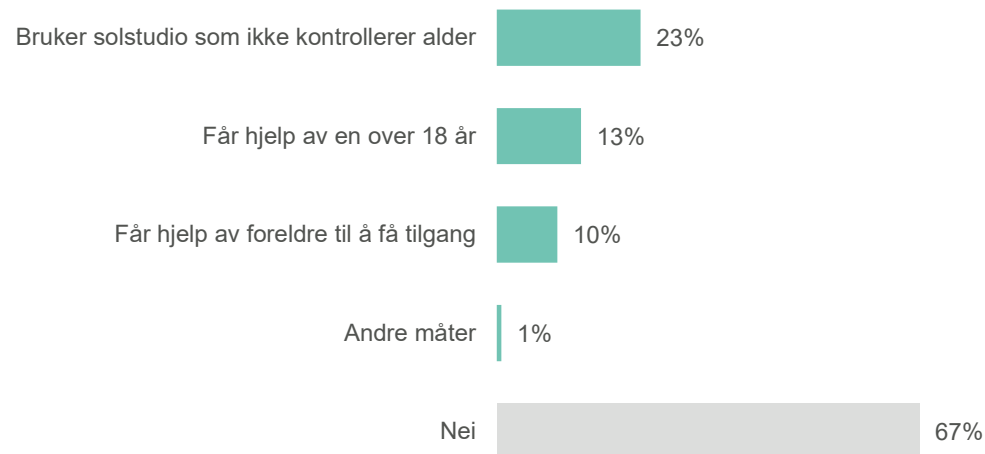
28 prosent er helt eller delvis enig i at de tar solarium på grunn av problemer med huden mens kun 12 prosent sier grunnen er at de har fått det anbefalt av legen.

Merk at spørsmålet kun er stilt til de som har tatt solarium siste 12 måneder, og antall intervju er for lavt i denne gruppen til at vi kan avdekke eventuelle forskjeller mellom undergrupper.

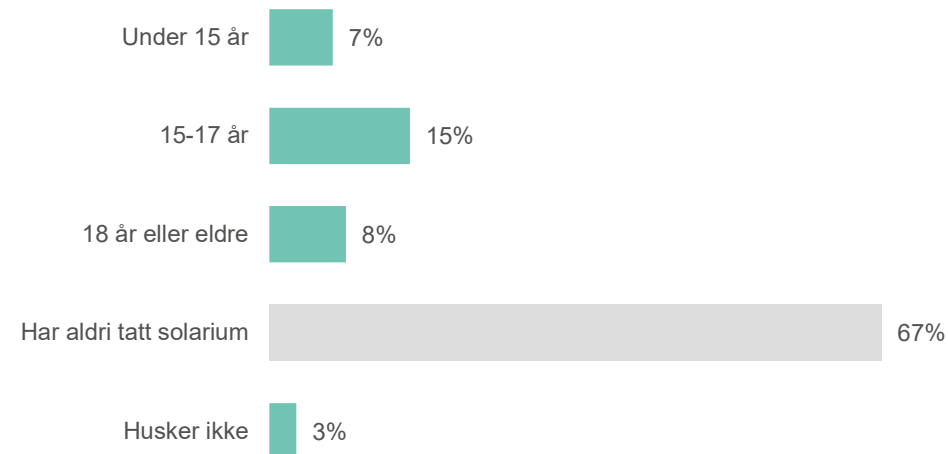


Nesten én av fire unge tok solarium første gang da de var under 18 år

Hvordan unge under 18 år får tatt solarium



Alder ved førstegangssolariebruk



I befolkningen som helhet svarer det store flertallet, 67 prosent, at de ikke vet hvordan unge som ikke er myndige får tatt solarium. Én av fire tror unge får tilgang ved å bruke solstudioer som ikke kontrollerer alder. Like mange tror unge får hjelp av en forelder eller andre voksne over 18 år. De over 60 svarer i langt større grad enn andre at de ikke vet hvordan unge får tilgang til solarium. Blant de under 30 år, er det 54 prosent som svarer at de ikke vet. 30 prosent mener unge bruker solstudio som ikke kontrollerer alder, mens 35 prosent tror unge får hjelp av foreldre eller andre over 18 år.

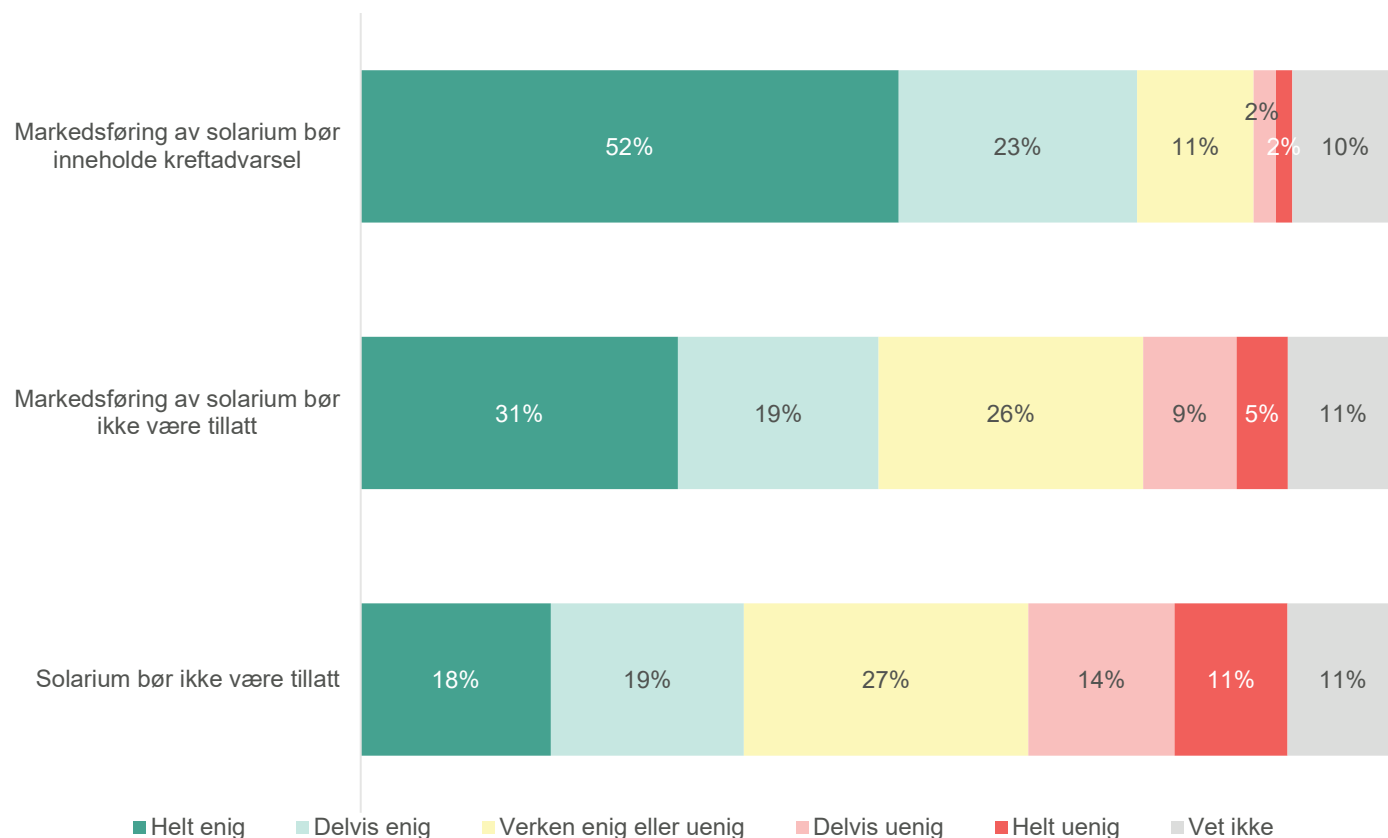
Unge mellom 16 og 29 år er spurt hvor gamle de var første gang de tok solarium. 67 prosent svarer at de ikke har tatt solarium, som betyr at én av tre unge har tatt solarium. 22 prosent var under 18 år første gang.

n= 1519 / 326

? I Norge er det 18-årsgrense for å bruke solarium. Vet du hvordan unge under 18 år likevel får tatt solarium? (n=1519)
Hvor gammel var du første gang du tok solarium? / Filter: Alder 16-29 år (n=326)



Et klart flertall i befolkningen mener markedsføring av solarium bør inneholde kreftadvarsel



Det er høy tilslutning til at markedsføring av solarium bør inneholde kreftadvarsel. 11 prosent svarer verken enig eller uenig, som kan være et uttrykk for at man ikke har gjort seg opp en klar mening om saken. Kun 4 prosent er *mot* kreftadvarsel i markedsføring av solarium.

Halvparten av befolkningen mener det bør være forbudt å markedsføre solarium. 14 prosent er uenig. En nokså stor andel på 26 prosent svarer midtpunktet og 11 prosent svarer vet ikke.

Det er langt større variasjon i holdningene til å forby solarium. Flere er enige enn uenige i at solarium *ikke* bør være tillatt. 38 prosent svarer verken/eller eller vet ikke.

50 prosent er *helt eller delvis enig* i at markedsføring av solarium ikke burde være tillatt.

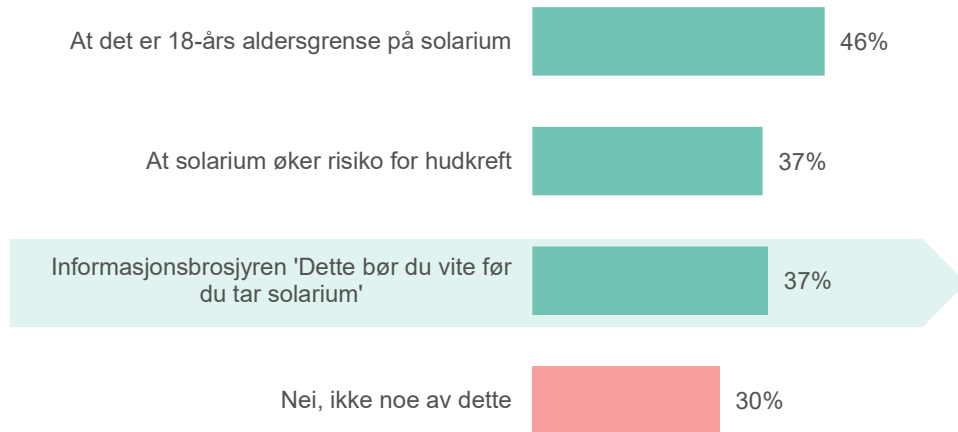
Kvinner er i større grad enn menn for kreftadvarsel, markedsføringsforbud og forbud av solarium generelt. Kjønnsskjellen er størst i spørsmålet om det å forby markedsføring av solarium. 59 prosent av kvinner er enig i utsagnet, mot 41 prosent blant menn.

Blant de med lav utdanning er det færre som er enige i utsagnene om kreftadvarsel og forbud mot markedsføring.

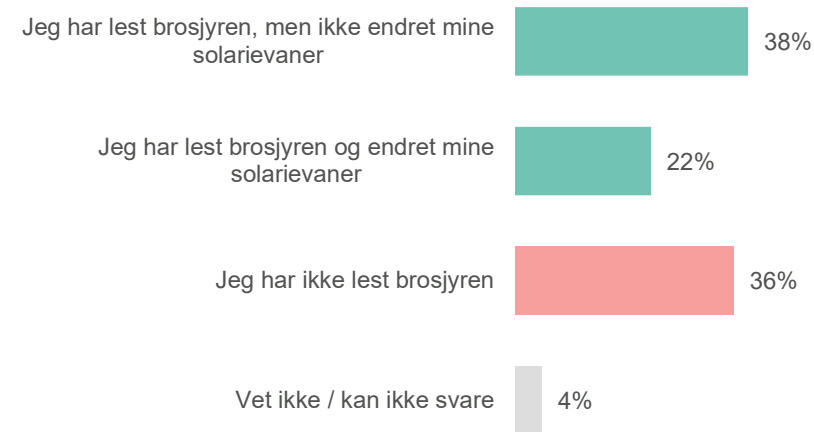


37 prosent har lagt merke til brosjyren «Dette bør du vite før du tar solarium»

Lagt merke til ved solariumbesøk



Lagt merke til informasjonsbrosjyre



De som har tatt solarium i løpet av det siste året ble spurt om hva slags informasjon de har lagt merke til i solstudio. Flest har lagt merke til informasjon om at solarium har 18-årsgrense. Nesten fire av ti har sett informasjon om at solarium øker risiko for hudkreft, og like mange har sett informasjonsbrosjyren «Dette bør du vite om før du tar solarium» som er utarbeidet av DSA. 30 prosent av solariebrukere har ikke lagt merke til de nevnte informasjonstypene.

Blant de som har lagt merke til informasjonsbrosjyren fra DSA, oppgir 22 prosent at de har lest den og endret sine solvaner som følge av dette. 38 prosent har lest, men ikke endret vaner, og omtrent like mange har ikke lest brosjyren.

n= 91 / 33

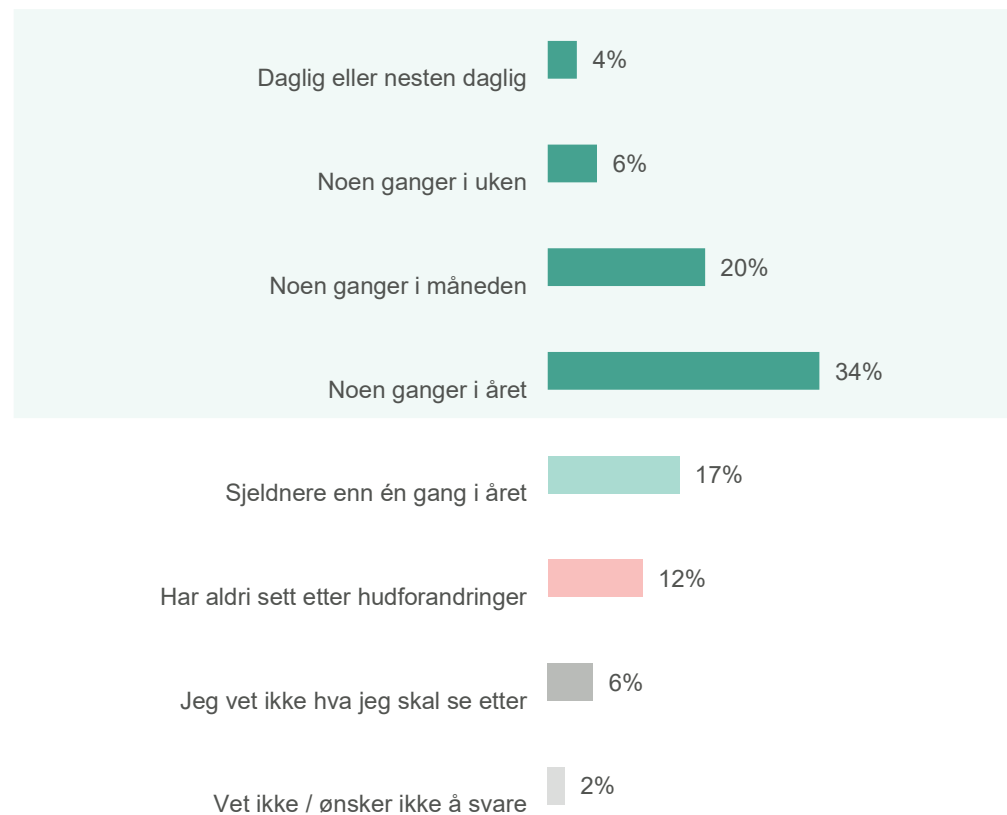
?

Har du lagt merke til informasjon om noe av det følgende når du har besøkt et solstudio de siste 12 månedene? / Filter: Har tatt solarium siste 12 mnd (n=91)
Du har svart at du har lagt merke til infobrosjyren «Dette bør du vite før du har tatt solarium». Hvilket av svaralternativene stemmer best for deg? Filter: Tatt solarium siste 12 mnd og lest Informasjonsbrosjyren "Dette bør du vite før du tar solarium« (n=33)



7. Hudforandringer og hudsjekk

To av tre ser etter forandringer i huden minst årlig



64 %
ser etter
hudforandringer
minst årlig

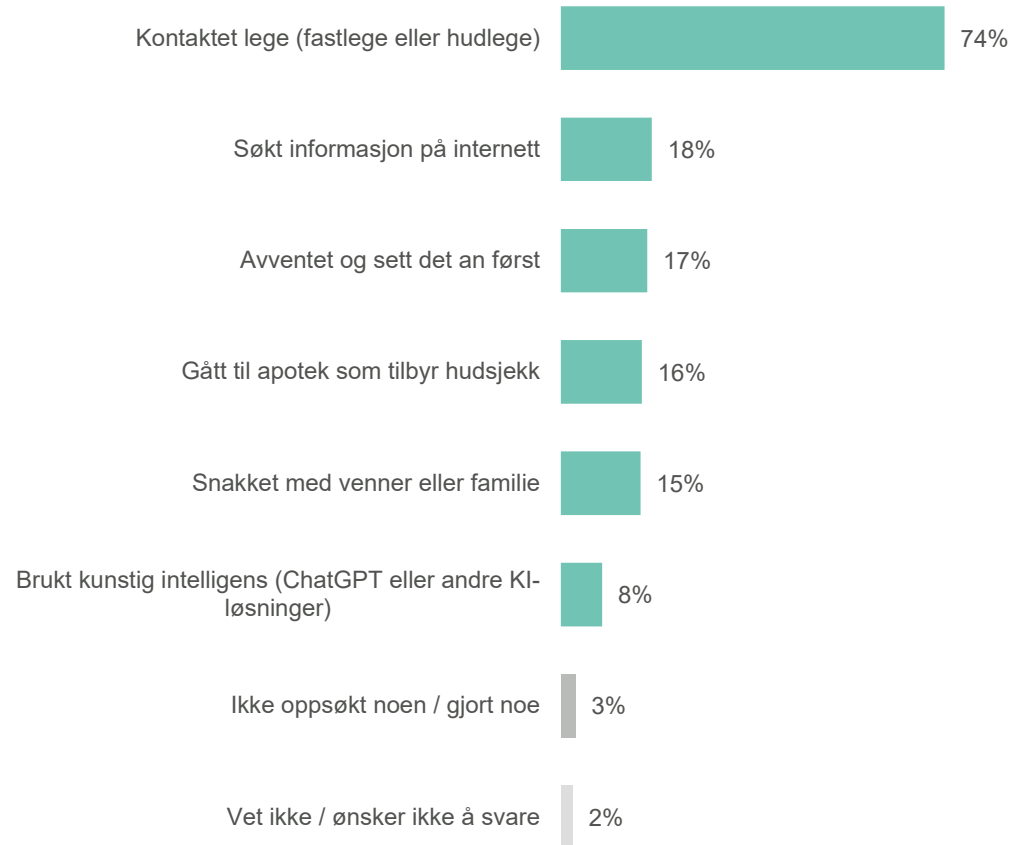
Nesten to av tre i befolkningen ser etter hudforandringer, som forandringer i føflekker eller lignende minst årlig. Det vanligste er å gjøre dette noen ganger i året, mens to av ti sjekker månedlig og én av ti sjekker enda oftere.

Kvinner sjekker hyppigere enn menn: 73 prosent av kvinner sjekker minst årlig, mot 54 prosent av menn. De yngste (16–29 år) er minst tilbøyelige til å sjekke huden sin – bare 52 prosent gjør det årlig eller oftere. Blant de over 60 år er andelen høyest, med 74 prosent som sjekker minst noen ganger i året.

12 prosent har aldri sett etter hudforandringer. Dette gjelder flere menn enn kvinner (16 mot 7 prosent), og andelen er høyere blant unge: 16 prosent av de mellom 16 og 29 år har aldri sjekket, mot 7 prosent blant de over 60.



74 prosent ville oppsøkt lege ved oppdagelse av en hudforandring



Et klart flertall ville foretatt seg noe dersom de oppdaget en hudforandring. 17 prosent ville avventet og sett det an, mens 3 prosent ikke ville gjort noe i det hele tatt.

74 prosent ville oppsøkt enten fastlegen eller en hudlege. 16 prosent ville gått til hudsjekk hos et apotek.

18 prosent av befolkningen ville søkt informasjon på internett og 8 prosent ville brukt kunstig intelligens, som for eksempel ChatGPT.

Ettersom spørsmålet er formulert slik at man kan svare flere alternativer, summerer tallene i grafen seg ikke til 100.

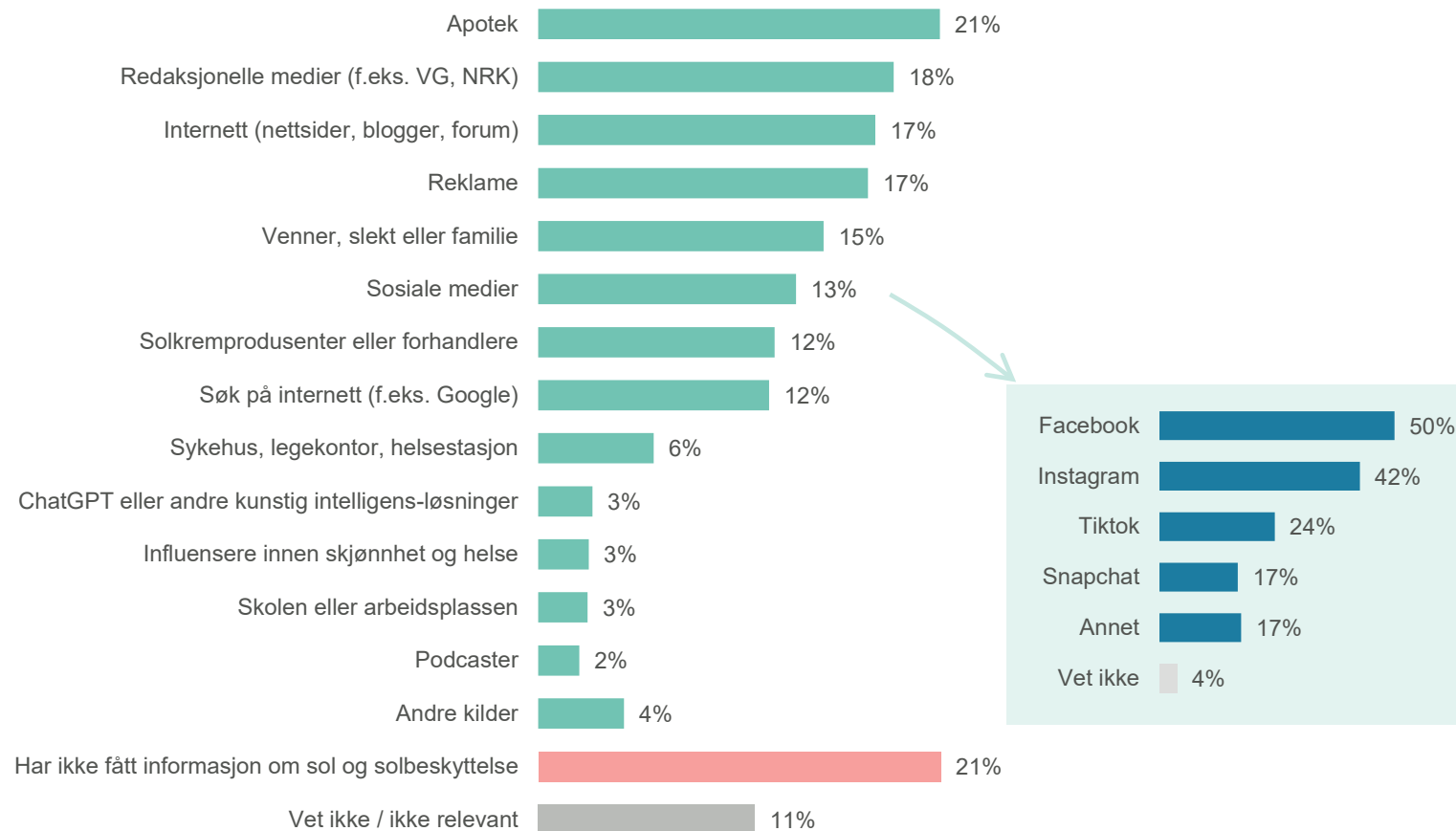
Kvinner er mer tilbøyelige til å kontakte lege enn menn, og menn er mer tilbøyelige til ikke å gjøre noe i det hele tatt.

Det er også en nokså store forskjeller mellom aldersgruppene når det gjelder å følge opp hudforandringer. 52 prosent blant de yngste (under 30 år) ville oppsøkt lege, mot 86 prosent av de over 60 år. Unge svarer i langt større grad enn befolkningen ellers at vi ville snakket med venner/familie, søkt informasjon på nett og brukt kunstig intelligens.

De med lav utdanning er mindre tilbøyelige til å oppsøke lege enn de med høyere utdanning.



Apotek er der flest har fått informasjon om solbeskyttelse og risiko ved soling



Apotek er den informasjonskanalen flest har fått informasjon om solbeskyttelse. Deretter følger redaksjonelle medier og internett. Flere med høy utdanning (27 prosent) enn med lav utdanning (14 prosent) har fått informasjon via redaksjonelle kilder.

En del får slik informasjon gjennom reklame eller solkremprodusenter.

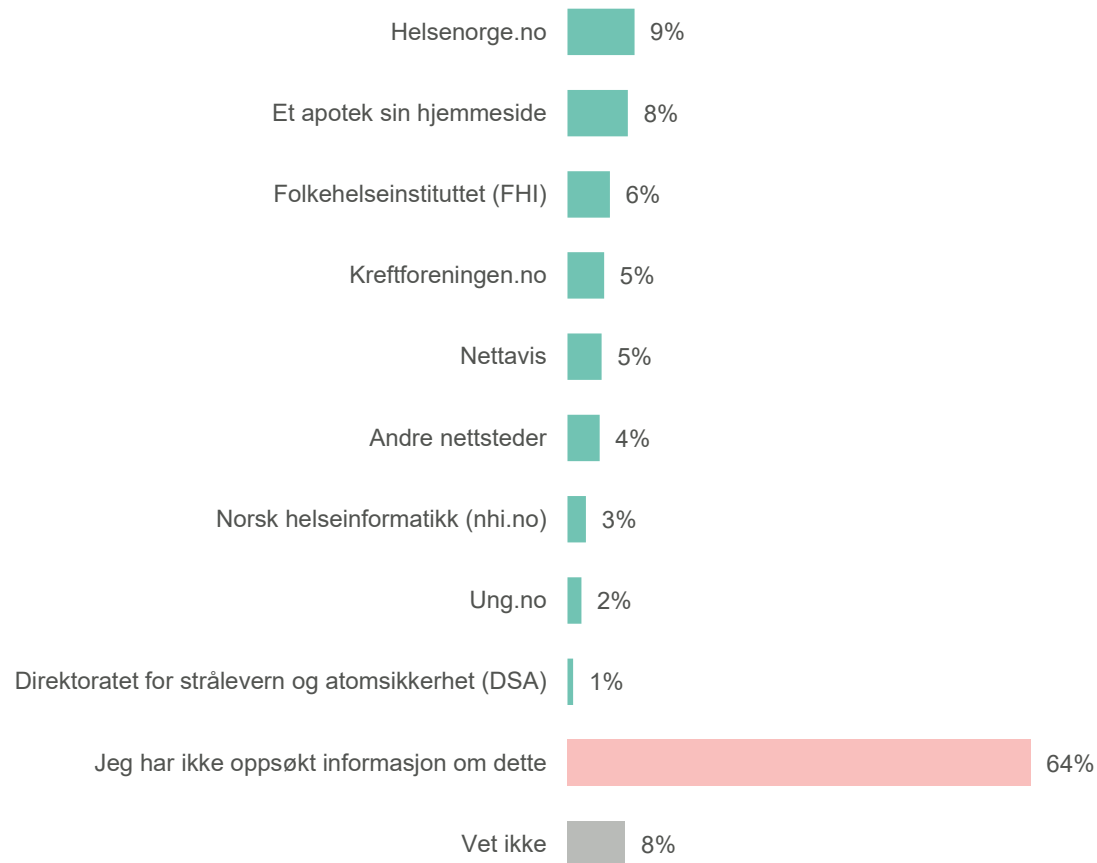
13 prosent svarer sosiale medier, og flere kvinner enn menn oppgir dette som en informasjonskilde. Blant de som har fått informasjon om solbeskyttelse fra sosiale medier er Facebook den viktigste kilden, nokså tett fulgt av Instagram. Aldersmessig er de yngste (16-29 år) sterkt underrepresentert blant de som får informasjon via Facebook, og sterkt overrepresentert blant de som får informasjon fra TikTok. Hele 53 prosent i denne gruppen oppgir TikTok som informasjonskilde.

Den eneste informasjonskilden flere menn enn kvinner oppgir, er venner, slekt eller familie. – 18 prosent blant menn og 12 prosent blant kvinner har fått informasjon om solbeskyttelse via venner og nettverk siste 12 måneder.

21 prosent av befolkningen oppgir at de ikke har fått informasjon om disse temaene fra noen kilde siste 12 år. På neste side viser vi resultatene for spørsmålene om man selv aktivt har oppsøkt informasjon om disse temaene.



To av tre søker ikke aktivt etter informasjon om solbeskyttelse og risiko ved soling



Blant de som svarer at de ikke har oppsøkt slik informasjon siste 12 måneder er andelen høyest blant menn over 60 år. Blant de yngste er det 47 prosent som svarer at de ikke søker etter slik informasjon.

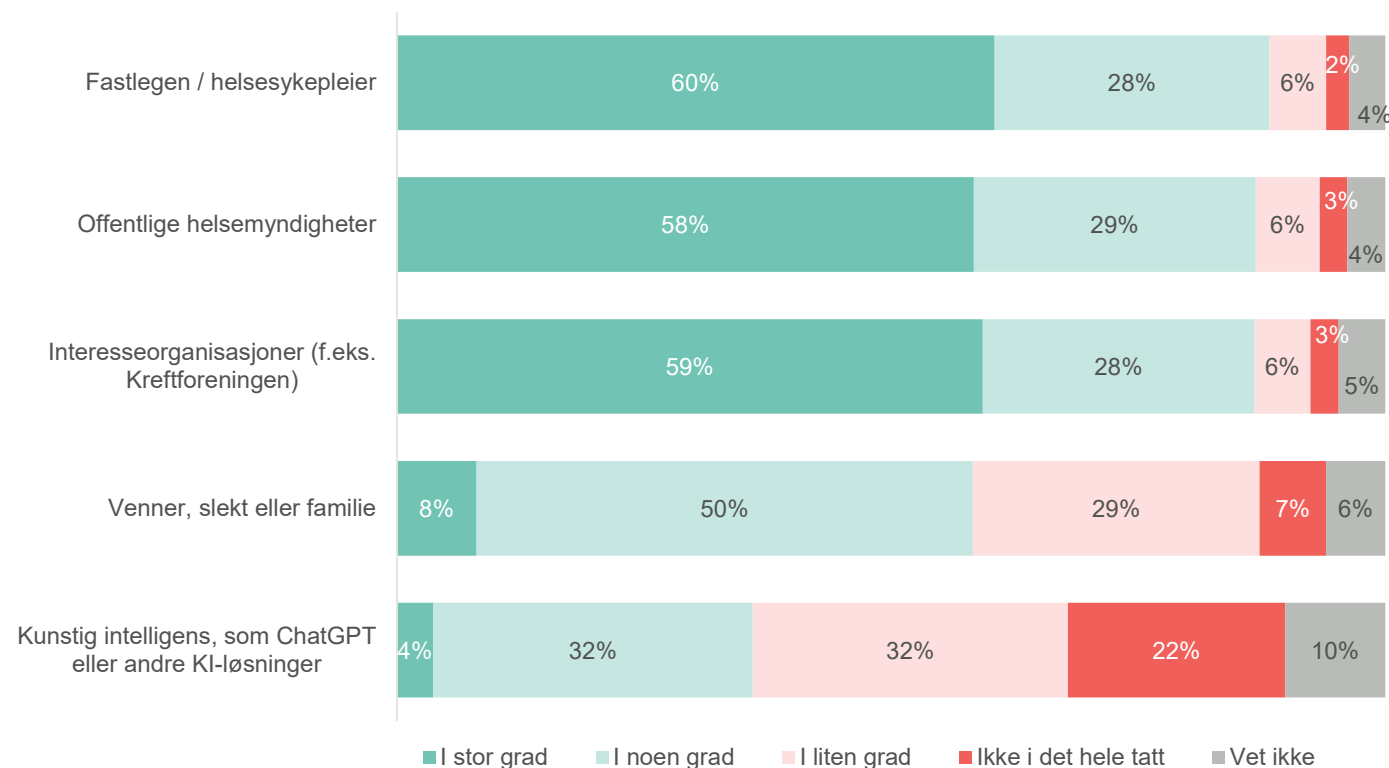
De yngste har i større grad enn andre aldersgrupper søkt informasjon på helsenorge.no (15 prosent) og Folkehelseinstituttet (10 prosent).

Blant kildene og nettstedene som er målt i undersøkelsen, er det færrest som har besøkt nettsiden til DSA.

Flere kvinner enn menn har søkt informasjon fra et apotek sin hjemmeside, 11 prosent mot 6 prosent).



Høy grad av tillit til helsepersonell, helsemyndigheter og interesseorganisasjoner



Det er høy grad av tillit i befolkningen til at både helsepersonell som fastlege og helsesykepleier, offentlige helsemyndigheter og interesseorganisasjoner som Kreftforeningen, gir informasjon om solbeskyttelse og risiko ved soling som man kan stole på.

Godt over halve befolkningen har i stor grad tillit til disse aktørene, og samlet svarer rundt ni av ti at de i stor eller noen grad har tillit.

8-9 prosent av befolkningen har liten eller ingen tillit til offentlige myndigheter og helsepersonell i spørsmål om risiko ved soling.

Svarfordelingen ser nokså annerledes ut for kunstig intelligens som informasjonskilde. Kun 4 prosent har i stor grad tillit, mens en relativt stor andel har i noen grad tillit til ChatGPT eller andre KI-løsninger. Nesten en av fire har ingen tillit til kunstig intelligens på dette området.

Kvinner utviser i større grad enn menn at de har full tillit til offentlige helsemyndigheter og interesseorganisasjoner: flere kvinner enn menn svarer «i stor grad» om disse. De yngste (16-29 år) skiller seg ut med litt lavere grad av tillit til interesseorganisasjoner.



Nesten én av tre vil ha mer offentlig opplysning om risiko ved soling



Det ble stilt et åpent spørsmål der respondentene selv kunne skrive inn hva de mener må til for at folk flest skal beskytte seg bedre mot sola. I grafen til venstre er svarene kategorisert etter temaer.

Temaet for flest svar er behovet *mer offentlig informasjon*. De over 60 år er litt overrepresentert blant de som nevner dette som et aktuelt tiltak. Flere av svarene handler om hva som bør være budskapet i informasjonen som gis. Der noen peker på behovet for advarsler og bruk av skremmende virkemidler, mener andre at dette kan virke mot sin hensikt. Flere skriver at informasjon og kommunikasjon bør flytte oppmerksomhet til andre type og mindre alvorlige risikofaktorer enn hudkreft, som pigmentflekker, aldringstegn mv.

Relativt mange svar handler om at solkremer på markedet må bli både billigere, mer tilgjengelig og holde bedre kvalitet. Flere peker for eksempel på at solkrem kan inneholde hormonforstyrrende stoffer, være ubehagelig på huden eller være skadelig for miljøet.

Blant de som svarer *vet ikke*, er menn litt overrepresentert (46 prosent svarer dette, mot 35 prosent blant kvinner).

«Mange soler seg av estetiske grunner, så jeg mener at effektiv forebygging bør i større grad spille på de samme motivasjonene. Tydelige visuelle eksempler på de synlige konsekvensene av sol og solarium over tid, særlig aldring av huden og rynker. Hudkreft kan virke abstrakt og noe som rammer «andre», mens endringer i utseende er mer konkret og relevant for folk flest».

«Mer opplysning og reklame, det har hjulpet meg til bedre kunnskap og flinkere med smøring. Men det finnes fortsatt for mang produkter som ikke holder mål! Produktene må være lette å smøre/ta på og ikke oppleves tett/klissete eller hemmende».

«Sist jeg kjøpte solkrem var da jeg så tilbud på miljøvennlig solkrem (Ånglamark) på framtreddende plass i butikken. De fleste trenger en påminnelse, gjerne kombinert med tilbud. Ellers lar folk seg lett avskrekke av prisen».

«Starte gode rutiner allerede i barnehage dvs bruk av solhatt/caps/solbriller samt sørge for solbeskyttelse ute i form av skyggelagte lekesoner - og ikke være ute hele dagen sørge for å gå inn å ta pauser».

«Folk undervurderer UV-stråling i Norge fordi de fokuserer på temperatur i stedet for UV-indeks. Konsekvent bruk av solbeskyttelse som solkrem og klær er avgjørende. UV-eksponering øker risikoen for malignt melanom selv i nordlige områder. Refleksjon fra snø og vann kan forsterke strålingen betydelig. Endring av holdninger til soling er nødvendig for bedre forebygging».

9. Oppsummering av viktige funn



TRE

VIKTIGE INNSIKTER OG FUNN

1

Unge er mest utsatt – og minst beskyttet

De under 30 år skiller seg negativt ut på tvers av nesten alle tema i undersøkelsen: De er blant dem som sjeldnest sjekker huden for forandringer, hyppigst blir solbrent (55 prosent i Norge, 62 prosent i utlandet), og 41 prosent av de yngste sjekker UV-indeks for å sole seg *mer* – ikke for å beskytte seg.

Når det gjelder barn, tyder funnene på at rutiner for solbeskyttelse er langt mer etablert i barnehagen enn i skolen og på andre arenaer der barn tilbringer tid utendørs.

2

Høy tillit til helsemyndigheter – men få oppsøker informasjon aktivt

Ni av ti har stor eller noen grad av tillit til offentlige helsemyndigheter, fastlegen og organisasjoner som Kreftforeningen som kilder til informasjon om solbeskyttelse. Likevel oppgir to av tre at de ikke aktivt har oppsøkt slik informasjon det siste året.

3

Store kjønnsforskjeller i solbeskyttelse

Kvinner beskytter seg konsekvent bedre enn menn – på tvers av alle målte indikatorer: bruk av solkrem, solfaktor, sjekk av hudforandringer og UV-indeks. 79 prosent av kvinner bruker alltid eller ofte solkrem i Norge, mot 53 prosent av menn. 16 prosent av menn har aldri sjekket huden for forandringer, mot 7 prosent av kvinner.



Feilmargintabell

Alle undersøkelser er beheftet med feilmarginer. Feilmarginene knytter seg i hovedsak til statistisk usikkerhet. Dette er utvalgsskjevheter, som medfører at utvalget ikke er identisk med universet eller målgruppen. Ulikheter kan knytte seg til bestemte kjennetegn eller adferd.

Feilmarginene ved ulike utvalgsstørrelser og prosentresultat ved 95 % signifikansnivå er vist i tabellen til høyre.

Ved en base på **1000 (n=1000)** kan vi med 95 % sannsynlighet si at det riktige resultatet ligger innenfor $\pm 1,4$ og $\pm 3,1$ prosentpoeng, avhengig av prosentresultatets størrelse. Usikkerheten er størst ved et prosentresultat på 50 % og minst ved prosentresultater på 5 % / 95 %.

	Prosentresultat									
	5/95 %	10/90 %	15/85 %	20/80 %	25/75 %	30/70 %	35/65 %	40/60 %	45/55 %	50 %
Utvalgs- størrelse										
25	8,5 %	11,8 %	14,0 %	15,7 %	17,0 %	18,0 %	18,7 %	19,2 %	19,5 %	19,6 %
50	6,0 %	8,3 %	9,9 %	11,1 %	12,0 %	12,7 %	13,2 %	13,6 %	13,8 %	13,9 %
75	4,9 %	6,8 %	8,1 %	9,1 %	9,8 %	10,4 %	10,8 %	11,1 %	11,3 %	11,3 %
100	4,3 %	5,9 %	7,0 %	7,8 %	8,5 %	9,0 %	9,3 %	9,6 %	9,8 %	9,8 %
150	3,5 %	4,8 %	5,7 %	6,4 %	6,9 %	7,3 %	7,6 %	7,8 %	8,0 %	8,0 %
200	3,0 %	4,2 %	4,9 %	5,5 %	6,0 %	6,4 %	6,6 %	6,8 %	6,9 %	6,9 %
250	2,7 %	3,7 %	4,4 %	5,0 %	5,4 %	5,7 %	5,9 %	6,1 %	6,2 %	6,2 %
300	2,5 %	3,4 %	4,0 %	4,5 %	4,9 %	5,2 %	5,4 %	5,5 %	5,6 %	5,7 %
400	2,1 %	2,9 %	3,5 %	3,9 %	4,2 %	4,5 %	4,7 %	4,8 %	4,9 %	4,9 %
500	1,9 %	2,6 %	3,1 %	3,5 %	3,8 %	4,0 %	4,2 %	4,3 %	4,4 %	4,4 %
600	1,7 %	2,4 %	2,9 %	3,2 %	3,5 %	3,7 %	3,8 %	3,9 %	4,0 %	4,0 %
700	1,6 %	2,2 %	2,6 %	3,0 %	3,2 %	3,4 %	3,5 %	3,6 %	3,7 %	3,7 %
800	1,5 %	2,1 %	2,5 %	2,8 %	3,0 %	3,2 %	3,3 %	3,4 %	3,4 %	3,5 %
900	1,4 %	2,0 %	2,3 %	2,6 %	2,8 %	3,0 %	3,1 %	3,2 %	3,3 %	3,3 %
1000	1,4 %	1,9 %	2,2 %	2,5 %	2,7 %	2,8 %	3,0 %	3,0 %	3,1 %	3,1 %
1200	1,2 %	1,7 %	2,0 %	2,3 %	2,5 %	2,6 %	2,7 %	2,8 %	2,8 %	2,8 %
1400	1,1 %	1,6 %	1,9 %	2,1 %	2,3 %	2,4 %	2,5 %	2,6 %	2,6 %	2,6 %
1600	1,1 %	1,5 %	1,7 %	2,0 %	2,1 %	2,2 %	2,3 %	2,4 %	2,4 %	2,5 %
1800	1,0 %	1,4 %	1,6 %	1,8 %	2,0 %	2,1 %	2,2 %	2,3 %	2,3 %	2,3 %
2000	1,0 %	1,3 %	1,6 %	1,8 %	1,9 %	2,0 %	2,1 %	2,1 %	2,2 %	2,2 %





Opinion:

INNSIKT SOM BRINGER DEG VIDERE



www.opinion.no



hei@opinion.no



[@opinion-as](https://www.linkedin.com/company/opinion-as)