

# Stigende usikkerhed om sundhed – det mener danskerne

*Mens mængden af information om, hvad man selv kan gøre for at holde sig sund, bare vokser og vokser, oplever et stigende antal danskere, at det er svært at finde rundt i sundhedsjunglen. På trods af en udbredt skepsis over for sundhedsvæsenet, foretrækker danskerne at få viden fra sundhedsprofessionelle, som de finder klart mere troværdige end sundhedsportaler, medier, patientforeninger og sociale fora som Facebook, hvis troværdighed skraber bunden.*

Skal man lade sit barn vaccinere? Er cannabis i virkeligheden god medicin? Kan den rette kost kurere autisme? Spørgsmål er der nok af – og mange byder ind med svar.

Godt hjulpet på vej af informationsteknologien er danskerne nu kun få klik fra et hav af kilder med viden om sundhed. Døgnet rundt kan vi søge information om sygdom og behandling i et hastigt voksende sundhedsmarked. Og sociale medier sikrer, at alt fra støtte og råd til rygter og udokumenterede påstande er nemme at finde og sprede.

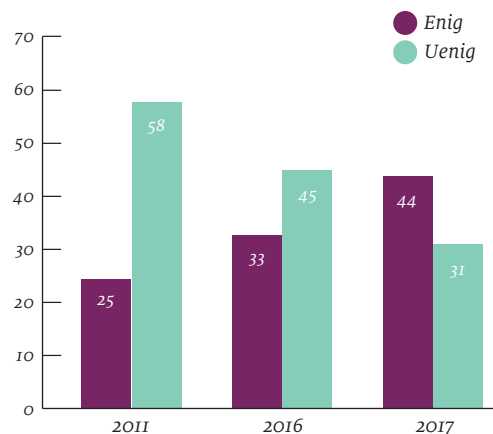
De sundhedsrelaterede aktiviteter på internettet er et område i stærk vækst.<sup>1</sup> Seks ud af ti voksne danskere (61 pct.) søgte i 2016 helbredsmæssige informationer på internettet. Samme år havde 40 pct. af danskerne en motions- eller sundheds-app på deres smartphone eller tablet.<sup>2</sup>

Men gør al denne viden danskerne mere oplyste og bedre i stand til at træffe de rette valg? Eller risikerer den overvældende strøm af kilder at forvirre dem?

Denne analyse stiller skarpt på, hvordan danskerne håndterer og reagerer på den øgede mangfoldighed af kilder og information på sundhedsområdet. Den giver et billede af en befolkning, der i stigende grad er usikker på, hvad der er sundt og usundt. Og

## En stigende usikkerhed blandt danskerne

*"Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn: Jeg synes, det er svært at finde rundt i, hvad der er sundt og usundt."*



FIGUR 1A — Sammenlignet med 2011 og 2016 er et stigende antal danskere enige i udsagnet "Jeg synes, det er svært at finde rundt i, hvad der er sundt og usundt".

NOTE — n 2011 = 2.022; n 2016 = 5.029; n 2017 = 995. "Ved ikke"-svar: 1-2 pct. Figuren viser de andele, der er hhv. enige og uenige i udsagnet. "Enig" udgør en sammenlægning af svarkategorierne "meget enig" og "enig", mens "Uenig" udgør en sammenlægning af svarkategorierne "meget uenig" og "uenig". Respondenter, der har svaret "hverken enig eller uenig", er ikke medtaget.

KILDE — Userneeds for TrygFonden og Mandag Morgen, 2017.

<sup>1</sup> Danmarks Statistik: 'Især kvinder tjekker sundhed digitalt', 2016.

<sup>2</sup> Deloitte: 'Connected health – How digital technology is transforming health and social care', 2016.

den viser, at danskerne i deres søgning efter viden om sygdom og behandling foretrækker de sundhedsprofessionelle, som de også tillægger størst troværdighed. En troværdighed, der dog står i skyggen af en udbredt skepsis over for sundhedsvæsenet – det system, de sundhedsprofessionelle arbejder i.

### Svært at finde rundt i sundhedsjunglen

Danskeres usikkerhed om deres sundhed er tilsyneladende i markant stigning i disse år. I 2011 var hver fjerde (25 pct.) enig i udsagnet "Jeg synes, det er svært at finde rundt i, hvad der er sundt og usundt". I 2016 var det hver tredje (33 pct.), og et år senere – i 2017 – er det hele 44 pct. af danskerne, der oplever, at det er svært at finde ud af, hvad der er sundt og usundt. *Se figur 1a side 1.*

Udviklingen i tallene rejser et vigtigt spørgsmål om, hvad det er, der gør danskerne usikre. Det er der næppe én entydig forklaring på.

Mens en tidligere undersøgelse<sup>3</sup> viste, at usikkerheden om, hvad der er sundt og usundt, steg samtidig med en stigning i mistilliden til de traditionelle sundhedseksperter, er dette ikke tilfældet i den nyeste måling. Fra 2011 til 2016 steg andelen af danskere, der var enige i udsagnet "I virkeligheden ved læger og forskere meget lidt om, hvad der er sundt og usundt" fra 19 til 30 pct. Men denne andel er i 2017-undersøgelsen faldet igen, så 21 pct. nu er enige i udsagnet. *Se figur 1b.*

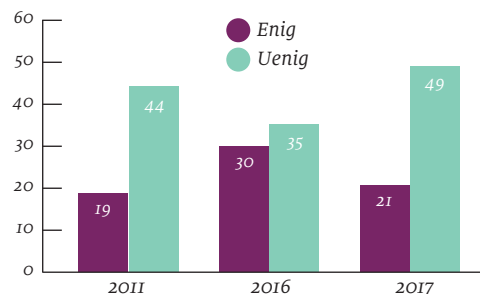
### Danskerne foretrækker traditionelle sundhedsaktører

På trods af en voksende mangfoldighed af kilder og mere tilgængelig information, indhenter størstedelen af danskerne deres viden om sygdom og behandling hos de traditionelle sundhedsaktører. Næsten to ud af tre danskere (63 pct.) angiver "sundhedspersonalet, f.eks. læger, sygeplejersker eller sundhedsplejersker" som en kilde, de benytter. *Se tabel A side 3.* Et resultat, der formentlig skal ses i lyset af, at der spørges til *viden om sygdom og behandling*, som er opgaver, der typisk forbindes med sundhedsvæsenet.

Den næstmest brugte kilde til viden om sygdom og behandling er "online sundhedsportaler, f.eks. netdoktor.dk eller sundhed.dk", som omkring halvdelen af danskerne (48 pct.) benytter. I modsætning til den mest brugte kilde, sundhedspersonalet, hvis troværdighed vurderes helt i top, ligger troværdigheden længere nede for online-portaler.

### Færre danskere tvivler på sundhedsautoriteters sagkundskab

"Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn: I virkeligheden ved læger og forskere meget lidt om, hvad der er sund og usund livsstil."



FIGUR 1B — Sammenlignet med 2016 er færre danskere enige i udsagnet "I virkeligheden ved læger og forskere meget lidt om, hvad der er sund og usund livsstil".

NOTE — n 2011 = 2.022; n 2016 = 5.029; n 2017 = 986. "Ved ikke"-svar: 3-8 pct. Figuren viser de andele, der er hhv. enige og uenige i udsagnet. "Enig" udgør en sammenlægning af svarkategoriene "meget enig" og "enig", mens "Uenig" udgør en sammenlægning af svarkategoriene "meget uenig" og "uenig". Respondenter, der har svaret "hverken enig eller uenig", er ikke medtaget.

KILDE — *Userneeds for TrykFonden og Mandag Morgen, 2017.*

### Udbredt bekymring over sundhedsvæsenets intentioner

At danskerne anser sundhedspersonalet for at være den mest troværdige aktør på sundhedsområdet, er ikke ensbetydende med, at de har stor tillid til det system, sundhedspersonalet arbejder i. Tværtimod er der tegn på en udbredt skepsis over for, hvorvidt man kan regne med, at sundhedsvæsenet som udgangspunkt tjener patientens behov.

Dels har et stort flertal af danskerne en oplevelse af, at man skal kæmpe for sin ret i sundhedsvæsenet. 64 pct. er enige i, at "Man bliver nødt til at insistere, hvis man vil have de rette behandlinger og undersøgelser i sundhedsvæsenet". *Se figur 2, side 3.*

Dels er en væsentlig andel af danskerne usikre på, hvilke motiver der styrer sundhedsvæsenets beslutninger. 71 pct. er enige i udsagnet "Medicinalindustrien har for stor indflydelse på myndighedernes anbefalinger til, hvilken medicin patienter tilbydes". At så mange har denne bekymring, kan være udtryk for, at danskerne oplever, at der mangler gennemsigtighed i et system, som bør være uvildigt.

Svarene tegner grundlæggende samme billede som i 2015, hvor 6.000 repræsentativt udvalgte danskere tilkendegav deres oplevelser med og forventninger til sundhedsvæsenet.<sup>4</sup> Her gav danskerne på flere punkter udtryk for en betydelig mistillid til sundhedsvæsenets evne til at give danskerne den rette behandling.

<sup>3</sup> TrykFonden og Mandag Morgen: 'Mellem broccoli og bajere – forebyggelse ifølge danskerne', 2017.

<sup>4</sup> TrykFonden og Mandag Morgen: 'Sundhedsvæsenet – ifølge danskerne', 2016.

## Traditionelle sundhedsautoriteter er blandt danskernes foretrukne kilder og de mest troværdige

- a) Kilder: "Hvorfra får du din viden om sygdom og behandling? Sæt maks. 5 krydser."  
 b) Troværdighed: "Hvor højt vurderer du følgende aktørers troværdighed på sundhedsområdet?"

Anvendte videnkilder	Vurdering af troværdighed
1 Sundhedspersonale, f.eks. læger, sygeplejersker eller sundhedsplejersker (63 pct.)	1 Sundhedspersonale, f.eks. læger, sygeplejersker eller sundhedsplejersker (84 pct.)
2 Online sundhedsportaler, f.eks. netdoktor.dk eller sundhed.dk (48 pct.)	2 Patientforeninger, f.eks. Kræftens Bekæmpelse eller Hjerteforeningen (73 pct.)
3 Myndigheder, f.eks. Sundhedsstyrelsens pjecer eller anden information herfra (32 pct.)	3 Myndigheder, f.eks. Sundhedsstyrelsens pjecer eller anden information herfra (70 pct.)
4 Nyhedsmedier, f.eks. aviser, tv eller radio (30 pct.)	4 Forskere, der udtaler sig i medierne (63 pct.)
5 Forskere, der udtaler sig i medierne (26 pct.)	5 Online sundhedsportaler, f.eks. netdoktor.dk eller sundhed.dk (44 pct.)
6 Patientforeninger, f.eks. Kræftens Bekæmpelse eller Hjerteforeningen (25 pct.)	6 Sundhedstilbud uden for det offentlige sundhedsvæsen, f.eks. alternative behandlere (24 pct.)
7 Sundhedstilbud uden for det offentlige sundhedsvæsen, f.eks. alternative behandlere (9 pct.)	7 Nyhedsmedier, f.eks. aviser, tv eller radio (17 pct.)
8 Debatfora på internettet, f.eks. grupper på Facebook m.v. (8 pct.)	8 Debatfora på internettet, f.eks. grupper på Facebook m.v. (6 pct.)
9 Ugeblade og magasiner, f.eks. SE og HØR, SØNDAG, Billed-Bladet eller ALT for damerne (5 pct.)	9 Ugeblade og magasiner, f.eks. SE og HØR, SØNDAG, Billed-Bladet eller ALT for damerne (4 pct.)
10 Udenlandske sundhedsaktører, f.eks. myndigheder eller behandlingssteder (3 pct.)	

TABEL A — De traditionelle sundhedsautoriteter er blandt danskernes foretrukne kilder til viden om sygdom og behandling. De er samtidig også blandt de mest troværdige.

NOTE — n = 1.012. "Ved ikke"-svar: 1-8 pct. Respondenterne har ikke kunnet vurdere troværdigheden for "udenlandske sundhedsaktører ...", hvorfor ingen værdi herfor er angivet.

Tabellen viser i venstre spalte de procentdele af danskerne, der har angivet pågældende kilde som én af fem foretrukne kilder til viden om sygdom og behandling, samt i højre spalte de procentdele, der tilskriver pågældende aktør "meget høj" eller "høj" troværdighed. Kategorierne "neutral" og "lav" troværdighed er ikke medtaget her.

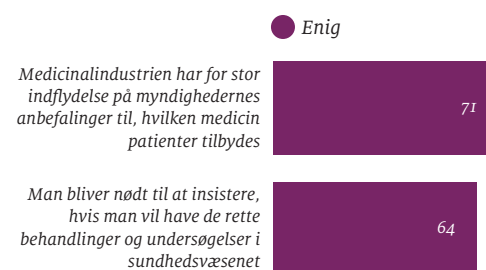
KILDE — Userneeds for TrygFonden og Mandag Morgen, 2017.

Der er også en række aktører uden for den etablerede sundhedssektor, som en mindre, men dog betydelig, andel af danskerne benytter. Det gælder særligt "nyhedsmedier, f.eks. aviser, tv og radio", som 30 pct. af danskerne svarer, at de får deres viden fra, ligesom 26 pct. angiver "forskere, der udtaler sig i medierne" som kilder. Næsten lige så mange – 25 pct. – angiver "patientforeninger, f.eks. Kræftens Bekæmpelse eller Hjerteforeningen" som kilder, de benytter.

De mindst brugte kilder er til sammenligning "debatfora på internettet, f.eks. grupper på Facebook m.v." (8 pct.), "ugeblade og magasiner, f.eks. SE og HØR, SØNDAG, Billed-Bladet eller ALT for damerne" (5. pct.) samt "udenlandske sundhedsaktører, f.eks. myndigheder eller behandlingssteder" (3 pct.). Tilsvarende er debatfora og ugeblade og magasiner også de lavest rangerende på troværdighed.

## Man bliver nødt til at insistere i sundhedsvæsenet

"Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn:"



FIGUR 2 — Et stort flertal af danskerne er skeptiske over for sundhedsvæsenets intentioner.

NOTE — n = 1.012. "Ved ikke"-svar: 4-8 pct. Figuren angiver for hvert udsagn de procentdele, der er enige. "Enig" udgør en sammenlægning af svar-kategorierne "helt enig" og "delvist enig". Svar-kategorierne "uendig", "delvist uendig" og "hverken enig eller uendig" er ikke medtaget.

KILDE — Userneeds for TrygFonden og Mandag Morgen, 2017.

Mens de sundhedsprofessionelle er danskerne mest foretrukne kilder til viden om sygdom og behandling, og samtidig er de mest troværdige, vidner brugen af andre kilder også om, at mange danskere har en åben tilgang til, hvor de kan hente denne viden.

### Sociale medier giver støtte og omsorg

Debatfora på internettet, f.eks. grupper på Facebook, er blandt danskernes mindst foretrukne kilder til viden og vurderes tilsvarende også at være blandt de mindst troværdige.

Selv om debatforas troværdighed som kilde til viden om sygdom og behandling ikke er høj, er der dog en betydelig andel af danskerne, som mener, at de tjener nogle andre, vigtige funktioner i forhold til sundhed.

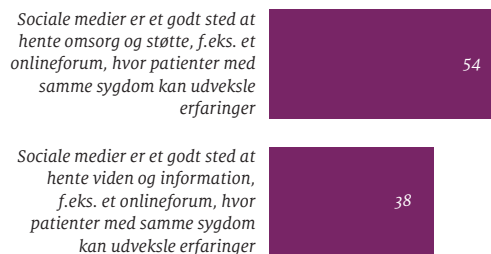
Mere end halvdelen af danskerne (54 pct.) er enige i udsagnet "Sociale medier er et godt sted at hente omsorg og støtte, f.eks. et onlineforum, hvor patienter med samme sygdom kan udveksle erfaringer". Hver femte (20 pct.) er uenig i dette. *Se figur 3.*

38 pct. er desuden enige i, at "Sociale medier er et godt sted at hente viden og information, f.eks. et onlineforum, hvor patienter med samme sygdom kan udveksle erfaringer". Her er der 32 pct., som er uenige.

Umiddelbart kan det undre, at knap fire ud af ti danskere tillægger sociale medier en vigtig rolle som kilde til viden og information, når relativt få samtidig svarer, at de selv bruger debatfora på

### Sociale medier er bedre til omsorg og støtte end til viden og information

"Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn:"



FIGUR 3 — Danskerne finder i højere grad, at sociale medier er et godt sted at hente omsorg og støtte, end de mener, det er et godt sted at hente viden.

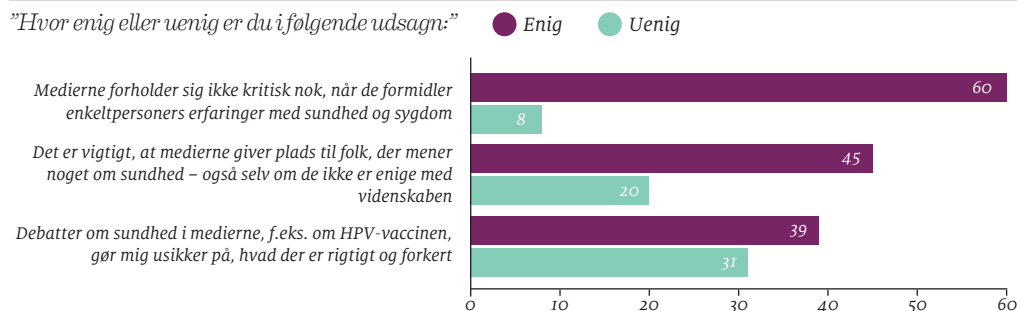
NOTE —  $n = 1.012$ . "Ved ikke"-svar: 8-9 pct. Figuren viser for hvert udsagn de procentdele af danskerne, der er enige. Svarkategoriene "uenig", "delvist uenig" og "hverken enig eller uenig" er ikke medtaget.

KILDE — Userneeds for TrygFonden og Mandag Morgen, 2017.

internettet som kilde til viden om sygdom og behandling, jf. tabel A. Forklaringen skal dog nok findes i, at spørgsmålet går på en generel vurdering og ikke den enkeltes egen adfærd. Det kan også være et udtryk for, at "viden og information" i spørgsmålet om sociale medier er eksemplificeret med "et onlineforum, hvor patienter med samme sygdom kan udveksle erfaringer". Den form for viden er en anden og mere personlig viden end den mere faktuelle viden om sygdom og behandling,

### Danskerne om mediernes rolle i sundhedsdebatten

"Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn:"



FIGUR 4 — Næsten fire ud af ti danskere er enige i, at "Debatter om sundhed i medierne, f.eks. HPV-vaccinen, gør mig usikker på, hvad der er rigtigt og forkert".

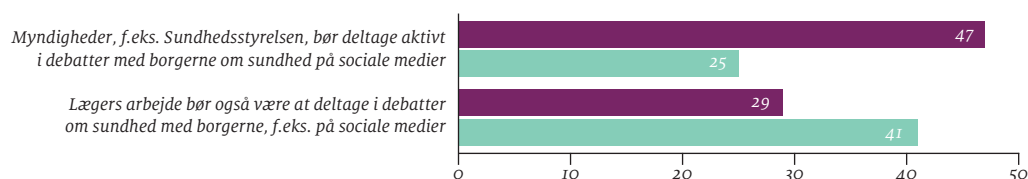
NOTE —  $n = 1.012$ . "Ved ikke"-svar: 6-11 pct. Figuren angiver for hvert udsagn de procentdele af danskerne, der er hhv. enige og uenige. "Enig" udgør en sammenlægning af svarkategoriene "helt enig" og "delvist enig", mens "Uenig" udgør en sammenlægning af "helt uenig" og "delvist uenig". Svarkategoriene "hverken enig eller uenig" er ikke medtaget.

KILDE — Userneeds for TrygFonden og Mandag Morgen, 2017.

## Myndigheders og lægers deltagelse på sociale medier

”Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn:”

● Enig ● Uenig



FIGUR 5 — Danskerne mener i højere grad, at myndighederne, f.eks. Sundhedsstyrelsen, bør deltage i sundhedsdebatter med borgerne på sociale medier, end de mener, det er noget, læger bør gøre.

NOTE — n = 1.012. ”Ved ikke”-svar: 6-8 pct.

Figuren viser for hvert udsagn de procentdele af danskerne, der er hhv. enige og uenige. ”Enig” udgør en sammenlægning af svarkategoriene ”helt enig” og ”delvist enig”, mens ”Uenig” udgør en sammenlægning af ”helt uenig” og ”delvist uenig”. Svar kategorien ”hverken enig eller uenig” er ikke medtaget.

KILDE — Userneedsfor TrykFonden og Mandag Morgen, 2017.

og de sociale medier kan således udfylde et andet videnbehov end bl.a. sundhedsprofessionelle og myndigheder.

### Medierne bidrager til usikkerheden

Skal man forstå, hvorfor danskernes usikkerhed om, hvad der er sundt og usundt, er steget, kan medierne behandling af sundhedsstoffet være en del af forklaringen. Næsten fire ud af ti (39 pct.) oplever, at ”Debatter om sundhed i medierne, f.eks. HPV-vaccinen, gør mig usikker på, hvad der er rigtigt og forkert”. 31 pct. er uenige. Se figur 4 side 4.

Selv om debatten kan forvirre, ønsker danskerne dog ikke en begrænsning af, hvem der må mene noget i medierne. 45 pct. er enige i udsagnet ”Det er vigtigt, at medierne giver plads til folk, der mener noget om sundhed – også selv om de ikke er enige med videnskaben”. 20 pct. er uenige.

Dér, hvor danskerne har en finger at sætte, er til gengæld på mediernes formidling af enkelthistorier. 60 pct. er enige i udsagnet ”Medierne forholder sig ikke kritisk nok, når de formidler enkeltpersoners erfaringer med sundhed og sygdom”. Kun 8 pct. er uenige i dette.

Samlet set tegner svarene et billede af en befolkning, der sætter pris på en nuanceret debat – men efterspørgslen efter medier, der udøver en tydelig kildekritik, er samtidig stor.

### Myndighederne bør være på sociale medier

Det er ikke kun medierne, danskerne kunne ønske sig noget andet af i formidlingen af sundhedsstof. Også andre aktører kan gøre noget.

Knap halvdelen af danskerne mener, at myndig-

hederne bør indgå i andre sammenhænge, end de gør i dag: 47 pct. er enige i udsagnet ”Myndigheder, f.eks. Sundhedsstyrelsen, bør deltage aktivt i debatter med borgerne om sundhed på sociale medier”. 25 pct. er uenige i dette. Se figur 5.

Den samme forventning har danskerne ikke helt

### Danskere, der har det dårligt, er mere usikre og skeptiske

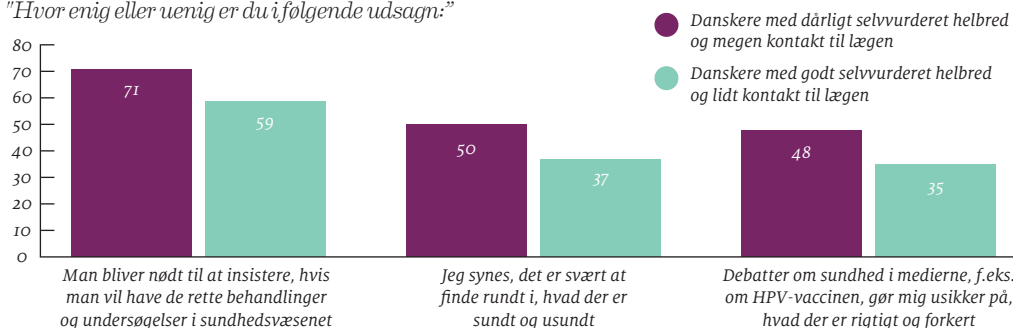
Et af undersøgelsens mere bemærkelsesværdige resultater finder man, når man zoomer ind på gruppen af danskere med dårligt selv vurderet helbred og megen kontakt til egen praktiserende læge. Sammenlignet med danskere med godt selv vurderet helbred og lidt kontakt til egen læge er denne gruppe på flere parametre betydeligt mere usikker og skeptisk på spørgsmål om sundhedsviden. Se figur 6 side 6.

Gruppen af danskere, der har det dårligt, synes i højere grad, at ”Det er svært at finde rundt i, hvad der er sundt og usundt”, end gruppen af danskere, der har det godt. Mens 50 pct. af danskerne, der har det dårligt, er enige i udsagnet, gør det sig kun gældende for 37 pct. af dem i den anden ende af spektret. Samme tendens viser sig i spørgsmålet om, hvorvidt man er enig i, at ”Debatter om sundhed i medierne, f.eks. om HPV-vaccinen, gør mig usikker på, hvad der er rigtigt og forkert”. Her er 48 pct. af danskerne, der har det dårligt, enige, mens det kun gælder for 35 pct. af danskerne, der har det godt.

Også skepsissen over for sundhedsvæsenet er højere i gruppen af danskere, der har det dårligt: 71 pct. er enige i, at ”Man bliver nødt til at insistere, hvis man vil have de rette behandlinger og undersøgelser i sundhedsvæsenet”. Det gælder for 59 pct. af danskerne med et godt helbred.

## De usikre og skeptiske danskere

"Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn:"



FIGUR 6 — Danskere med dårligt selv vurderet helbred og megen kontakt til egen praktiserende læge er mere usikre og skeptiske end danskere med godt selv vurderet helbred og lidt kontakt til lægen.

NOTE — Danskere med dårligt selv vurderet helbred og megen kontakt til egen praktiserende læge: n = 123; danskere med godt selv vurderet helbred og lidt kontakt til egen praktiserende læge: n = 343. "Ved ikke"-svar: 2-6 pct.

Figuren viser for hvert udsagn de procentdele af danskerne der er enige – fordelt på danskere med dårligt selv vurderet helbred og megen kontakt til lægen og danskere med godt selv vurderet helbred og lidt kontakt til lægen. "Dårligt selv vurderet helbred" udgør svar kategorierne "mindre godt" og "dårligt", mens "Godt selv vurderet helbred" udgør "vældig godt" og "fremragende". Den neutrale midterkategori "godt" er ikke inkluderet. "Uenig", "delvis uenig" og "hverken enig eller uenig" er ikke illustreret.

KILDE — Userneeds for TrykFonden og Mandag Morgen, 2017.

til de sundhedsprofessionelle. Tre ud af ti (29 pct.) er enige i udsagnet "Lægers arbejde bør også være at deltage i debatter om sundhed med borgerne, f.eks. på sociale medier". Væsentligt flere, 41 pct., er uenige i dette.

De forskellige forventninger til myndigheder og

læger kan ses som et udtryk for bekymring for, at lægers tilstedeværelse på sociale medier kan gå ud over deres tid til det fysiske møde med patienterne. Hvorvidt man som borger vil miste noget, ved at myndighederne begyndte at deltage i debatter på sociale medier, er formentlig svært at gennemskue •

## Om analysen

Analysen er gennemført i samarbejde mellem TrykFonden og Tænk tanken Mandag Morgen. Den er udarbejdet på grundlag af en mindre befolkningsundersøgelse, der kortlægger, hvor og hvordan danskerne indhenter viden om sundhed.

Undersøgelsen er gennemført som webbaseret survey, og indsamlingen blev foretaget i perioden 25. september til 1. oktober 2017. Dataindsamlingen tog udgangspunkt i Userneeds' Danmarkspanel med mere end 92.000 aktive danske medlemmer. Der blev i alt indsamlet besvarelser fra 1.012 respondenter i alderen 18-70 år. Indsamlingen blev foretaget efter nationalt repræsentative kvoter for at sikre, at stikprøven afspejlede den danske befolkning som helhed på parametrene alder, køn, region og uddannelse. Da stikprøven er nationalt repræsentativ, har der efterfølgende ikke været behov for at vægte data. Analyserne bygger på frekvenstabeller.

For at illustrere en tidlig udvikling er der enkelte steder foretaget sammenligninger med andre stikprøver. Der kan være udfordringer ved at sammenligne

på tværs af forskellige stikprøver. Derfor har vi testet denne stikprøves repræsentativitet mod Den Nationale Sundhedsprofil på variabelen selv vurderet helbred. Der er i denne stikprøve tale om en lille afvigelse: I stikprøven vurderer 79 pct. deres helbred som "godt", "vældig godt" eller "fremragende", hvilket er 6,5 pct. færre end i Den Nationale Sundhedsprofil.

Gruppen af danskere med dårligt selv vurderet helbred og megen kontakt til lægen udgøres af de respondenter, der har vurderet deres helbred som "mindre godt" eller "dårligt" og samtidig har angivet en årlig kontakt med egen praktiserende læge på "4-6 gange" eller "flere end 6 gange". I analyserne har vi sammenholdt gruppen med de danskere, der har et selv vurderet helbred, der er "vældig godt" eller "fremragende" og samtidig har angivet en årlig kontakt med lægen på enten "1-3 gange" eller "ingen kontakt". Analyserne af de to grupper bygger på krydstabeller med signifikantest (minimum niveau 0,05).

Ved spørgsmål kontakt Lea Grønfeldt, Tænk tanken Mandag Morgen, lgr@mm.dk.