

Frågeområde Kost

Nationella folkhälsoenkäten HLV 2022 Gävleborg

I den nationella folkhälsoenkäten ingår två delfrågor om hur ofta man äter grönsaker och rotfrukter samt frukt och bär. Delfrågorna summeras och redovisas exempelvis som den andel som äter frukt och grönsaker minst 5 gånger per dag och därmed uppnår rekommendationen på cirka 500 gram per dag. En relativt låg andel, 3 procent av männen och 8 procent av kvinnorna i länet når denna rekommendation. Motsvarande andelar i riket är 4 och 9 procent.

Andelen som äter lite frukt och grönsaker, dvs 0-1,3 gång per dag i genomsnitt, redovisas också. Män är sämre på att äta frukt och grönsaker än kvinnor. 39 procent av männen och 26 procent av kvinnorna äter lite frukt och grönt. Jämfört med riket är det lägre för kvinnorna där motsvarande andel är 21 procent. Männen är mer i nivå med rikets genomsnitt, 37 procent.

Andelen som äter lite frukt och grönsaker har ökat något bland kvinnor och minskat något bland män jämfört med första mätningen 2004. Förutom könsskillnaderna är yngre sämre än äldre på att äta frukt och grönsaker och gruppen med förgymnasial och gymnasial utbildning är sämre på att äta frukt och grönt jämfört med gruppen med eftergymnasial utbildning.

Två andra kostfrågor handlar om fisk och skaldjurskonsumtion samt konsumtion av läsk, saft och andra sötade drycker. Dessa frågor är relativt nya i undersökningen och det finns enbart möjlighet att jämföra med 2018 års undersökning.

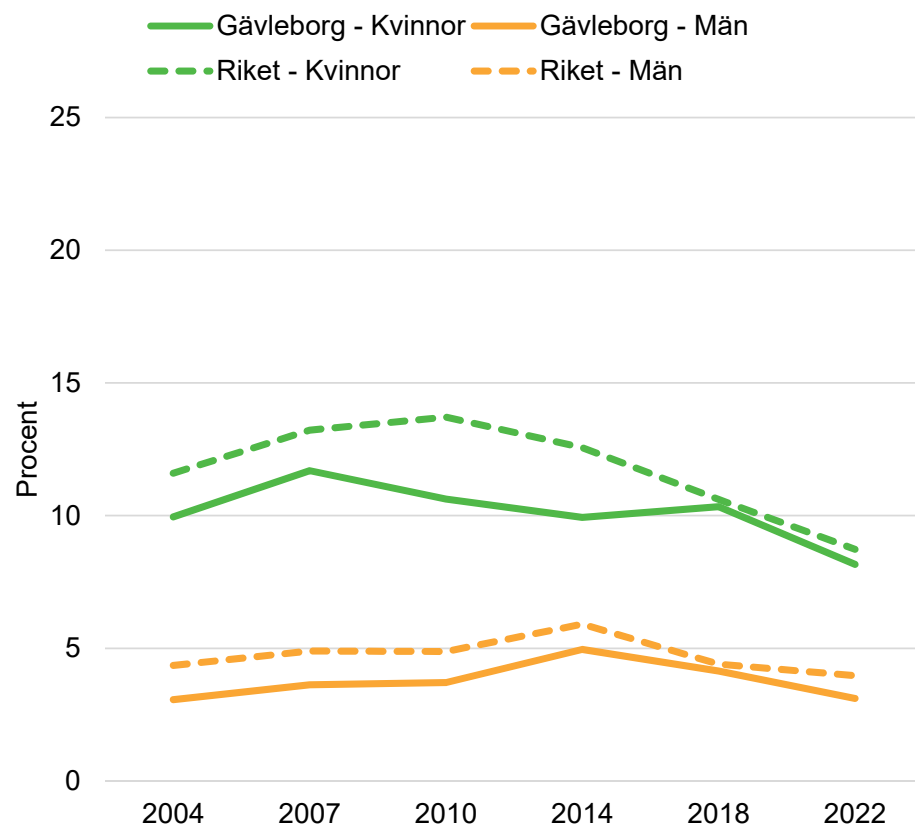
Andelen som dricker läsk eller sötade drycker 2 gånger eller mer i veckan har ökat bland både män och kvinnor i länet och riket sedan 2018. 37 procent av männen och 26 av kvinnorna i länet mellan 16-84 år anger detta och nivåerna är i stort i nivå med

riksgenomsnittet.

När det gäller ingen eller låg konsumtion av fisk och skaldjur är andelarna i länet ungefär som i riket (cirka 30 procent). Andelarna har ökat något som helhet sedan 2018 i både länet och riket.

Det kan noteras att procentandelarna varierar något mellan de olika diagrammen. I tidsserierna inkluderas endast befolkningen 16-84 år, för att möjliggöra jämförelsen bakåt i tiden. I 2022 års undersökning har även befolkningen 85+ inkluderats, och de finns med i jämförelsetalen mellan kommunen. Spridningsdiagrammen visar åldersstandardiserade värden senaste året för hela åldersgruppen.

Äter frukt och grönsaker minst 5 ggr per dag



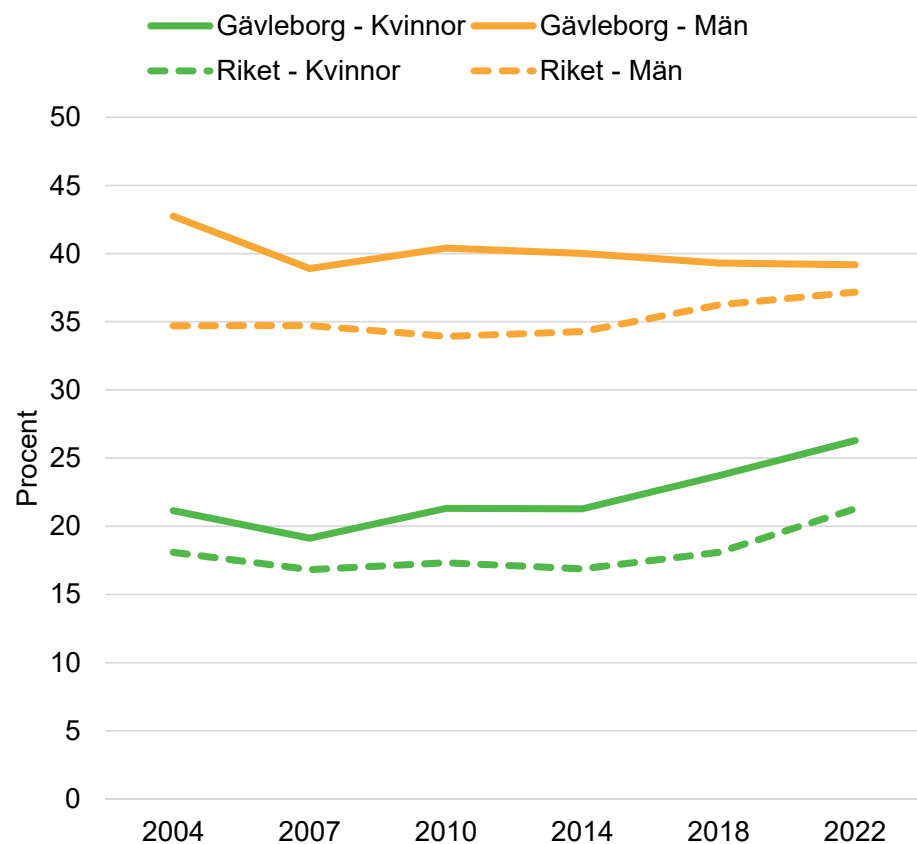
Äter frukt och grönsaker minst 5 ggr per dag

		Män		Kvinnor		Totalt		Ber antal
		%	95 % KI	%	95 % KI	%	95 % KI	
GÄVLEBORG	2004	3 *	2,4 - 3,8	10	8,9 - 11,1	7 *	5,9 - 7,2	13 800
	2007	4	3,0 - 4,3	12	10,7 - 12,8	8 *	7,0 - 8,3	16 600
	2010	4	3,1 - 4,5	11 *	9,6 - 11,7	7 *	6,5 - 7,8	15 700
	2014	5	4,3 - 5,7	10 *	8,9 - 11,0	7 *	6,8 - 8,1	16 400
	2018	4	3,5 - 4,9	10	9,3 - 11,5	7	6,6 - 7,9	16 300
	2022	3	2,6 - 3,8	8	7,2 - 9,2	6	5,0 - 6,2	12 700
RIKET	2004	4	3,8 - 4,9	12	10,8 - 12,4	8	7,5 - 8,5	546 500
	2007	5	4,1 - 5,8	13	12,1 - 14,5	9	8,3 - 9,9	647 500
	2010	5	4,3 - 5,5	14	12,8 - 14,6	9	8,7 - 9,9	684 000
	2014	6	5,3 - 6,6	13	11,7 - 13,5	9	8,7 - 9,8	700 000
	2018	4	4,0 - 4,9	11	10,0 - 11,3	7	7,1 - 7,9	592 500
	2022	4	3,6 - 4,4	9	8,1 - 9,3	6	5,9 - 6,7	517 000

Kommuntabeller nationella folkhälsoenkäten Hälsa på lika villkor Gävleborg. Män och kvinnor 16-85 år
95 % konfidensintervall. Sign.test mot rikets värde samma år. Källa: Samhällsmedicin, Region Gävleborg. Variabel=kost5

Källa: HLV 2022 16-84 år Gävleborg och Samhällsmedicin

Äter lite frukt och grönsaker (högst 1,3 ggr/dag)



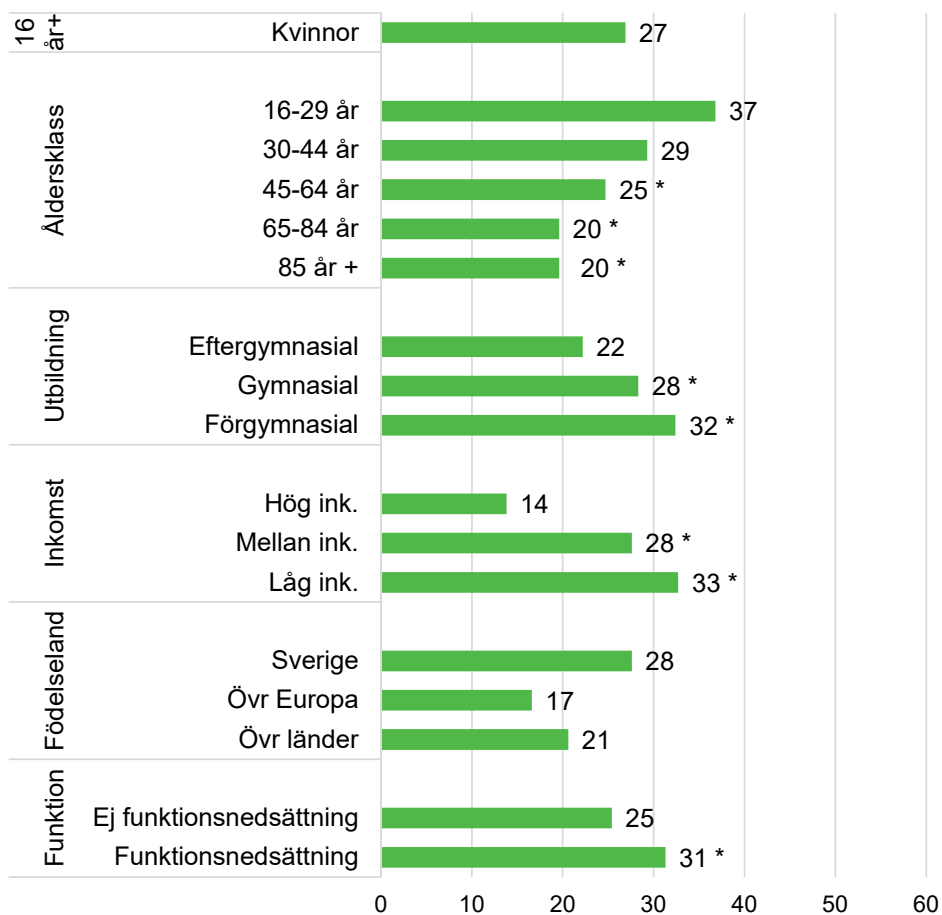
Äter lite frukt och grönsaker (högst 1,3 ggr per dag)

	År	Män		Kvinnor		Totalt		Ber antal
		%	95 % KI	%	95 % KI	%	95 % KI	
GÄVLEBORG	2004	43 *	40,9 - 44,6	21 *	19,7 - 22,6	32 *	30,7 - 33,1	67 800
	2007	39 *	37,2 - 40,6	19	17,9 - 20,4	29 *	28,0 - 30,2	63 400
	2010	40 *	38,6 - 42,2	21 *	20,0 - 22,7	31 *	29,8 - 32,1	68 100
	2014	40 *	38,3 - 41,8	21 *	20,0 - 22,6	31 *	29,6 - 31,8	67 900
	2018	39 *	37,5 - 41,2	24 *	22,3 - 25,2	32 *	30,4 - 32,8	71 500
	2022	39	37,3 - 41,1	26 *	24,8 - 27,9	33 *	31,6 - 34,1	74 600
RIKET	2004	35	33,5 - 36,0	18	17,2 - 19,0	26	25,6 - 27,1	1 797 000
	2007	35	32,9 - 36,6	17	15,6 - 18,1	26	24,7 - 26,9	1 839 500
	2010	34	32,6 - 35,3	17	16,4 - 18,3	26	24,8 - 26,5	1 887 500
	2014	34	32,9 - 35,7	17	15,9 - 17,9	26	24,8 - 26,5	1 942 500
	2018	36	35,2 - 37,3	18	17,3 - 18,9	27	26,6 - 27,9	2 159 000
	2022	37	36,1 - 38,3	21	20,5 - 22,1	29	28,7 - 30,0	2 398 000

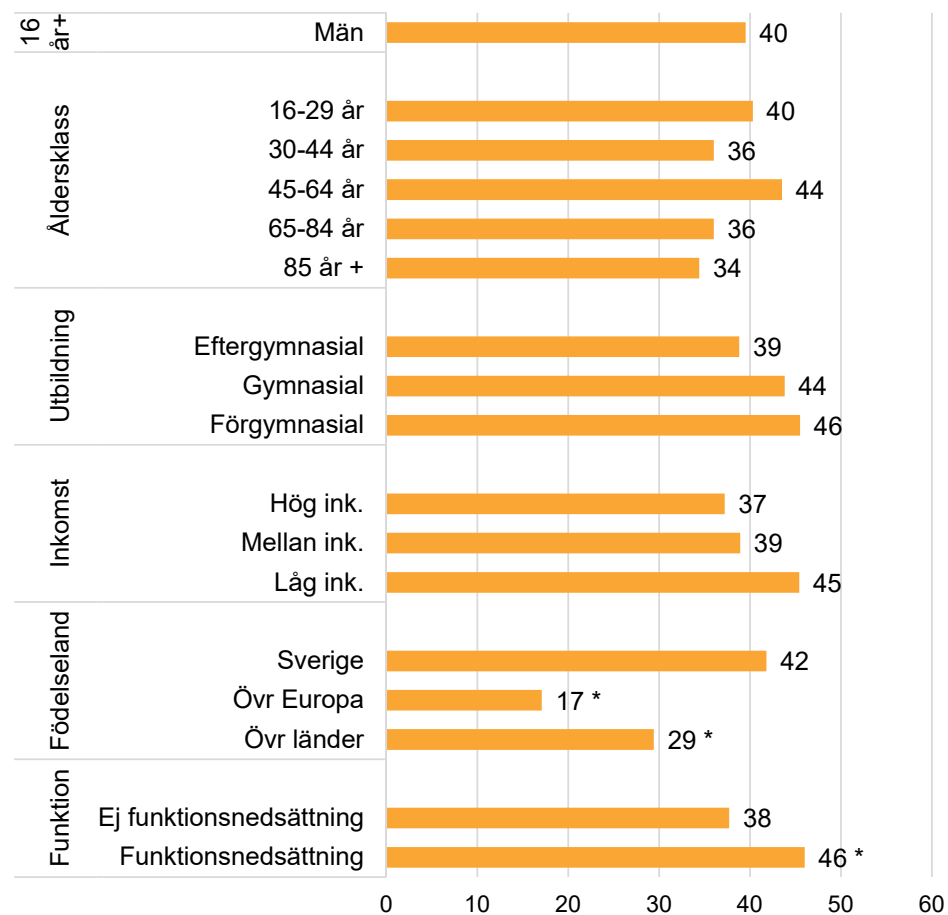
Kommuntabeller nationella folkhälsoenkäten Hälsa på lika villkor Gävleborg. Män och kvinnor 16-85 år
95 % konfidensintervall. Sign.test mot rikets värde samma år. Källa: Samhällsmedicin, Region Gävleborg. Variabel=kost0_1

Källa: HLV 2022 16-84 år Gävleborg och Samhällsmedicin

Äter lite frukt och grönsaker (högst 1,3 ggr/dag)



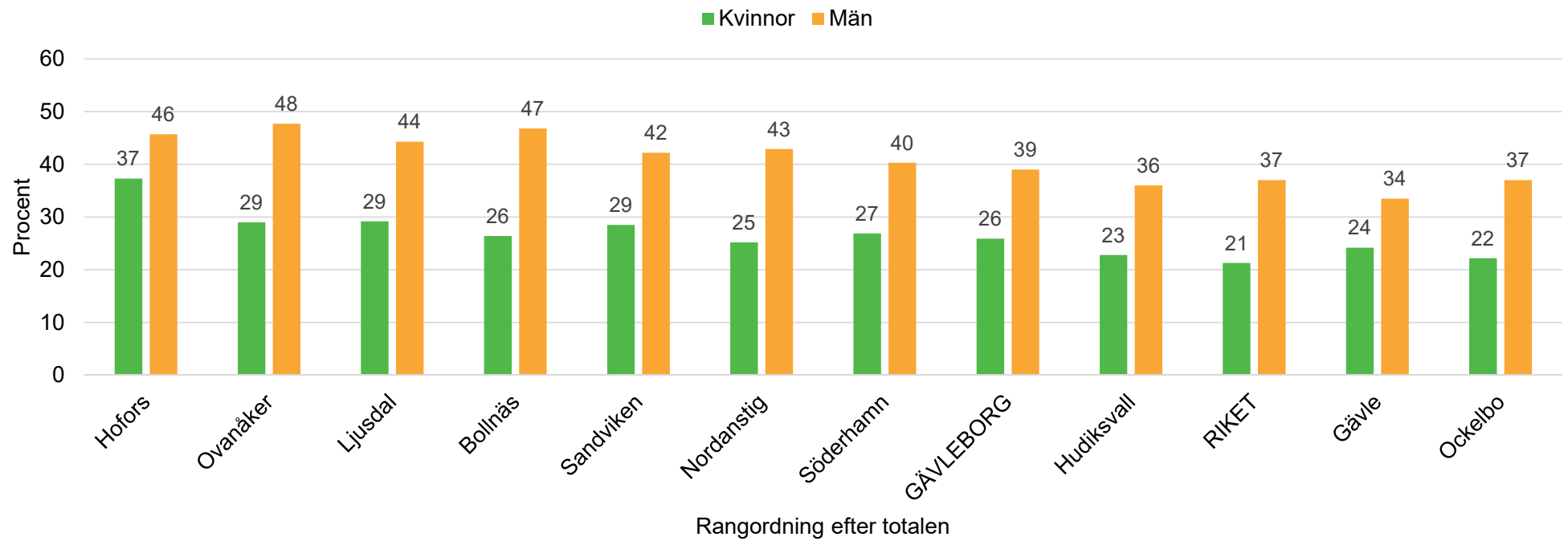
Äter lite frukt och grönsaker (högst 1,3 ggr/dag)



Källa: HLV 2022 Gävleborg 16 år + och Samhällsmedicin.

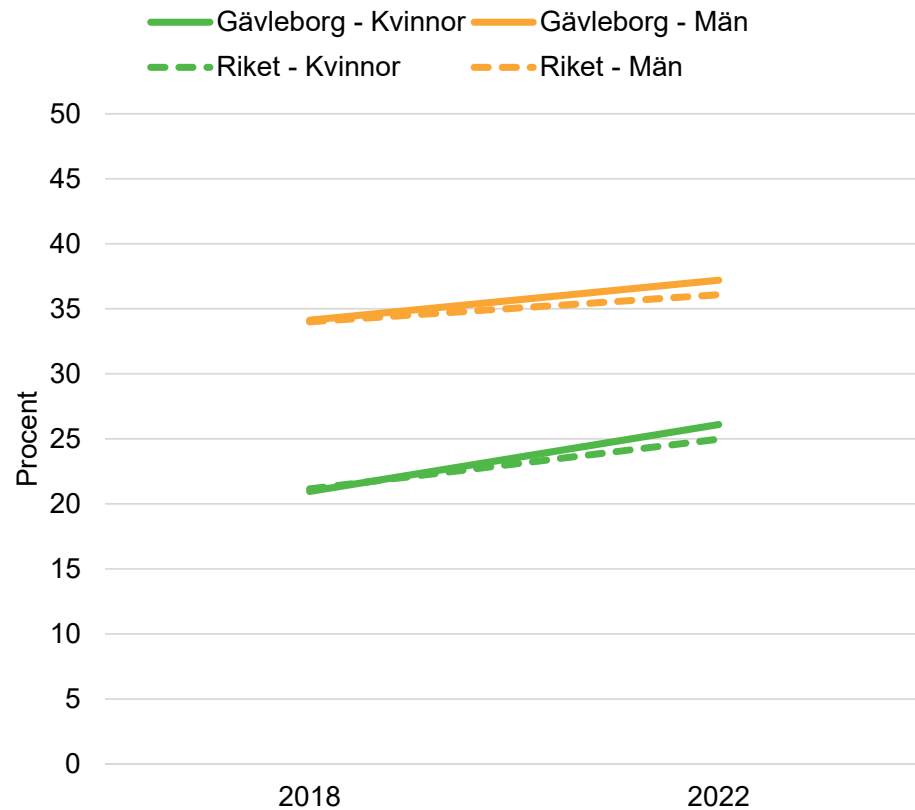
Allt utom åldersklasser åldersstandardiserat. Signifikansmarkering (*) jämfört med översta kategorin i åldersgrupp, utbildning, inkomst och födelseland.

Äter lite frukt och grönsaker (högst 1,3 ggr/dag)



Källa: HLV 2022 Gävleborg 16 år + och Samhällsmedicin

Dricker läsk, saft eller sötade drycker 2 ggr per vecka eller oftare



Dricker läsk, saft eller sötade drycker 2 ggr per vecka eller oftare

		Män		Kvinnor		Totalt		Ber antal
		%	95 % KI	%	95 % KI	%	95 % KI	
GÄVLEBORG	2018	34	32,4 - 35,9	21	19,7 - 22,3	28	26,6 - 28,8	62 000
	2022	37	35,5 - 39,0	26	24,7 - 27,6	32	30,6 - 32,9	71 700
RIKET	2018	34	33,0 - 35,0	21	20,4 - 21,9	28	27,0 - 28,3	2 176 000
	2022	36	35,1 - 37,1	25	24,2 - 25,8	31	29,9 - 31,3	2 494 000

Kommuntabeller nationella folkhälsoenkäten Hälsa på lika villkor Gävleborg. Män och kvinnor 16-85 år
95 % konfidensintervall. Sign.test mot rikets värde samma år. Källa: Samhällsmedicin, Region Gävleborg. Variabel=lask2

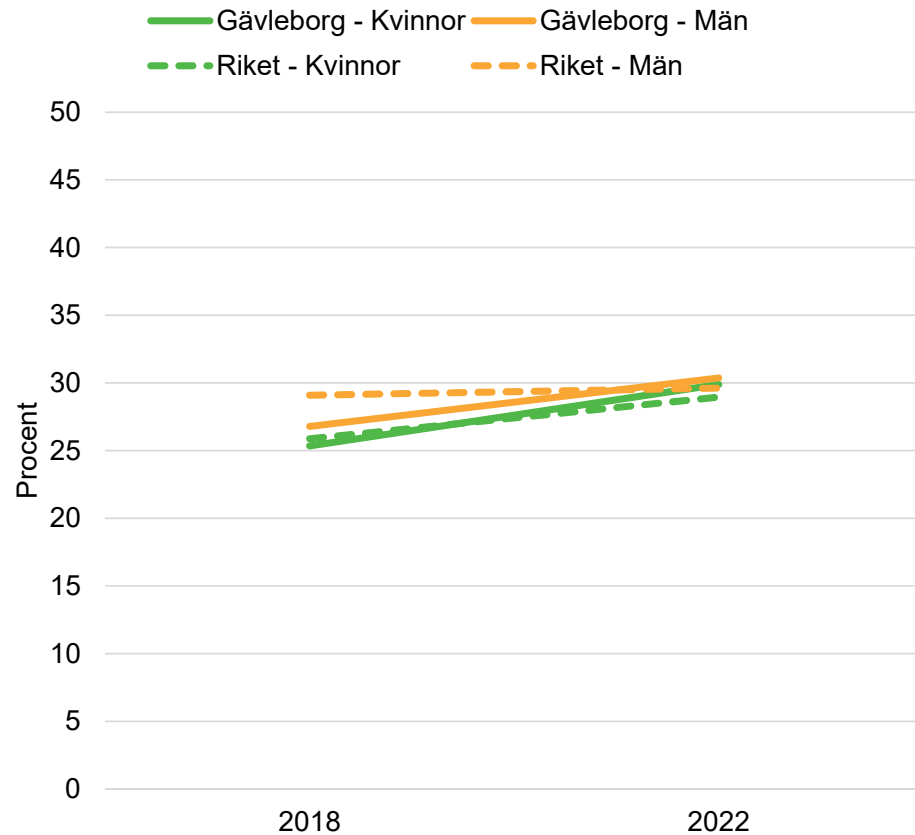
Källa: HLV 2022 16-84 år Gävleborg och Samhällsmedicin

Dricker läsk, saft eller sötade drycker 2 ggr per vecka eller oftare



Källa: HLV 2022 Gävleborg 16 år + och Samhällsmedicin

Äter fisk eller skaldjur mindre än en gång per vecka eller aldrig



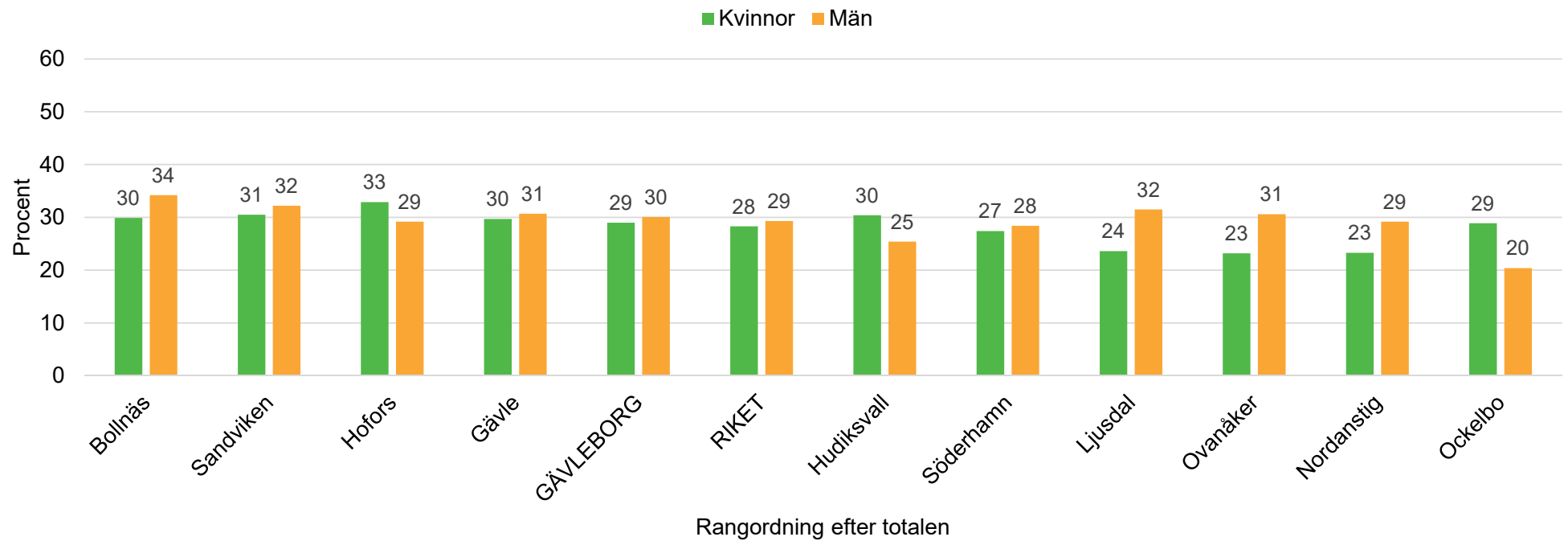
Äter fisk eller skaldjur mindre än en gång per vecka eller aldrig

		Män		Kvinnor		Totalt		Ber antal
		%	95 % KI	%	95 % KI	%	95 % KI	
GÄVLEBORG	2018	27	25,2 - 28,4	25	23,9 - 26,8	26	25,0 - 27,2	58 000
	2022	30	28,7 - 32,1	30	28,4 - 31,5	30	29,0 - 31,3	67 300
RIKET	2018	29	28,2 - 30,1	26	25,0 - 26,7	27	26,9 - 28,1	2 150 500
	2022	30	28,7 - 30,6	29	28,1 - 29,9	29	28,6 - 30,0	2 372 500

Kommuntabeller nationella folkhälsoenkäten Hälsa på lika villkor Gävleborg. Män och kvinnor 16-85 år
95 % konfidensintervall. Sign test mot rikets värde samma år. Källa: Samhällsmedicin, Region Gävleborg. Variabel=fisk0

Källa: HLV 2022 Gävleborg 16-84 år och Samhällsmedicin

Äter fisk eller skaldjur mindre än en gång per vecka eller aldrig



Källa: HLV 2022 Gävleborg 16 år + och Samhällsmedicin