

# Heilsa og líðan Íslendinga 2012

Framkvæmdaskýrsla



Embætti  
**landlæknis**  
Directorate of Health



Embætti  
landlæknis  
Directorate of Health

# Heilsa og líðan Íslendinga 2012

*Heilsa og líðan Íslendinga 2012.  
Framkvæmdaskýrsla*

## Framkvæmdaskýrsla

### Höfundar:

Jón Óskar Guðlaugsson,  
verkefnisstjóri hjá Embætti landlæknis (EL)  
Kristján Þór Magnússon,  
verkefnisstjóri hjá EL og lektor við Háskóla Íslands  
Stefán Hrafn Jónsson,  
félagsfræðingur hjá EL og dósent við Háskóla Íslands  
Höfundar þakka samstarfsfólki hjá Embætti landlæknis  
og öðrum fyrir yfirlestur og ábendingar.

### Ritstjórn:

Dóra Guðrún Guðmundsdóttir, Hildur Björk Sigbjörnsdóttir,  
Jón Óskar Guðlaugsson, Kristján Þór Magnússon,  
Sigríður Haraldsdóttir og Stefán Hrafn Jónsson.

### Útgefandi:

Embætti landlæknis  
Barónsstíg 47  
101 Reykjavík  
[www.landlaeknir.is](http://www.landlaeknir.is)

Reykjavík 2014

© 2014 Embætti landlæknis

Rit þetta má ekki afrita með neinum hætti, svo sem ljósmyndun, prentun, hljóðritun eða á annan sambærilegan hátt, að hluta eða í heild, án þess að geta heimildar.

### Tillaga að tilvitnun:

Jón Óskar Guðlaugsson, Kristján Þór Magnússon og Stefán Hrafn Jónsson (2014). *Heilsa og líðan Íslendinga 2012: Framkvæmdaskýrsla*. Reykjavík: Embætti landlæknis. Sótt [dags.] af <http://www.landlaeknir.is/tolfraedi-og-rannsoknir/rannsoknir/heilsa-og-lidan-islendinga/>

Guðlaugsson, J. O., Magnússon, K. T. and Jonsson, S. H. (2014). *Heilsa og líðan Íslendinga 2012: Framkvæmdaskýrsla*. [Health and Wellbeing of Icelanders 2012. Project Report] Reykjavík: Directorate of Health. Retrieved [date] from <http://www.landlaeknir.is/tolfraedi-og-rannsoknir/rannsoknir/heilsa-og-lidan-islendinga/>

# Efnisyfirlit

|  |     |
|--|-----|
| Töfluyfirlit .....   | 3   |
| Myndayfirlit .....   | 3   |
| Inngangur .....  | 4   |
| Markmið .....  | 5   |
| Þýði og úrtak rannsóknarinnar 2012 .....                                       | 6   |
| Úrtak a frá 2007 úr þýði A. ....   | 7   |
| Úrtak b frá 2012 úr þýði B. ....   | 7   |
| Samsett úrtak (a og b) árið 2012 úr þýði A og þýði B. ....                     | 8   |
| Framvinda.....   | 12  |
| Heimtur .....  | 12  |
| Tenging gagna sömu þátttakenda á milli ára .....                               | 14  |
| Vigt .....   | 15  |
| Aðgangur að gögnum .....   | 15  |
| Spurningalistinn.....  | 16  |
| Skráning og notkun gagna .....   | 21  |
| Uppsetning gagnaskrár.....   | 22  |
| Nafngiftir breyta .....  | 23  |
| Z-breytur og kerfisbundinn svarstíll .....                                     | 24  |
| Hættur í notkun gagnanna .....   | 25  |
| Breytingar á spurningum og svarmöguleikum á milli ára.....                     | 25  |
| Aldursbil í úrtaki breytist milli ára .....                                    | 26  |
| Tvö úrtök .....  | 27  |
| Vigt.....  | 27  |
| Z-breytur og kerfisbundinn svarstíll .....                                     | 28  |
| Viðauki A. Úrvinnsla gagna með vigt.....                                       | 29  |
| Dæmi um úrvinnslu gagna í R.....   | 32  |
| Viðauki B. Fyrirkomulag dulkóðunar samkvæmt umsókn til Vísindasiðanefndar..... | 35  |
| Viðauki C. Um niðurstöður .....  | 36  |
| Viðauki D. Niðurstöður .....   | 39  |
| Töfluyfirlit Viðauka D.....  | 39  |
| Myndayfirlit Viðauka D.....  | 46  |
| Almennt heilsufar .....  | 55  |
| Eigin sjúkdómar, einkenni, verkir og lyf .....                                 | 61  |
| Tóbak og tóbaksnotkun.....   | 113 |
| Áfengi og áfengisnotkun.....   | 119 |

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| Tannvernd .....                  | 125 |
| Mataræði.....                    | 129 |
| Hæð og þyngd .....               | 139 |
| Algengar athafnir.....           | 142 |
| Ofbeldi og slys .....            | 147 |
| Hreyfing og kyrrseta .....       | 162 |
| Líðan og lífsgæði.....           | 168 |
| Svefn.....                       | 199 |
| Sól og sólböð .....              | 204 |
| Tekjur og fjárhagsleg staða..... | 207 |
| Atvinna og menntun.....          | 209 |
| Tilgangur lífsins.....           | 217 |

## Töfluyfirlit

|  |    |
|--|----|
| Tafla 1. Aldur í tvískiptu og samsettu þýði. ....  | 6  |
| Tafla 2. Skipting þýðis B eftir búsetu og kyni.....  | 6  |
| Tafla 3. Skipting þýðis B eftir búsetu, fæðingarári og kyni. ....  | 7  |
| Tafla 4. Skipting úrtaks b (árið 2012) eftir búsetu, fæðingarári og kyni.....  | 9  |
| Tafla 5. Skipting svarenda í úrtaki b (árið 2012) eftir búsetu, fæðingarári og kyni. ....  | 10 |
| Tafla 6. Svarhlutfall karla og kvenna í úrtaki b (árið 2012) eftir lagskiptingu úrtaksins (fæðingarári og búsetu) miðað við upphaflega úrtaksstærð (N=6.486). .... | 11 |
| Tafla 7. Dagsetningar útsendinga.....  | 12 |
| Tafla 8. Fjöldi í úrtaki a og b og svarhlutföll miðað við endanleg úrtök. ....   | 13 |
| Tafla 9. Tenging gagna milli áráanna 2007, 2009 og 2012. ....  | 14 |
| Tafla 10. Uppsetning sameinaðra gagna. ....  | 22 |
| Tafla 11. Dæmi um hvernig breytingar á spurningu birtast sem sitthvor breytan í gögnunum. ....   | 26 |
| Tafla 12. Dæmi um hvernig breytingar á svarmöguleikum í spurningum 6 og 7 birtast í krosstöflu í sameinuðum gögnum fyrir öll þrjú ár rannsóknarinnar. ....         | 26 |
| Tafla 13. Breytingar á aldursbili rannsóknarinnar Heilsa og líðan Íslendinga á milli ára.....  | 27 |

## Myndayfirlit

|   |    |
|---|----|
| Mynd 1. Uppsafnað hlutfall þátttakenda sem svöruðu eftir útsendingu spurningalistans. Hlutföll eru reiknuð á grunni endanlegs fjölda í hvoru úrtaki fyrir sig og samanlögðum fjölda beggja úrtaka, alls 10.093..... | 13 |
| Mynd 2. Dæmi um svarstíl sem krefst nánari úrvinnslu.....   | 24 |

## Inngangur

Rannsóknin Heilsa og líðan Íslendinga hefur nú fest sig í sessi sem mikilvæg uppspretta upplýsinga um heilsu, líðan, lífsgæði og sjúkdóma fólks á Íslandi. Embætti landlæknis stóð fyrir þriðju umferð gagnaöflunar rannsóknarinnar í lok október 2012, en þá voru liðin allmörg ár frá því fyrst var farið var að huga að undirbúningi þessarar rannsóknar á heilsufari fullorðinna Íslendinga.

Spurningalistarannsóknin fékk heitið Heilsa og líðan Íslendinga en hún var fyrst framkvæmd árið 2007 af þáverandi Lýðheilsustöð. Með fyrstu fyrirlögn rannsóknarinnar var lagður grunnur að reglubundnum mælingum á heilsu, líðan og lífsgæðum fólks á Íslandi og á helstu áhrifaþáttum heilbrigðis, þ.e. lífsháttum, aðstæðum og lífsskilyrðum.<sup>1</sup> Önnur umferð gagnaöflunar fór fram árið 2009 meðal þeirra sem samþykkt höfðu áframhaldandi þátttöku tveimur árum áður.<sup>2</sup>

Rannsókninni *Heilsa og líðan Íslendinga 2012* er framkvæmd af Embætti landlæknis í samstarfi við Vinnueftirlit ríkisins, Krabbameinsfélagið, Landspítala, Háskóla Íslands, Háskólann í Reykjavík og Háskólann á Akureyri. Líkt og fyrri ár er rannsókninni meðal annars ætlað að nýtast í opinberri stefnumótun í heilbrigðismálum, við forgangsröðun heilsueflingarverkefna sem og til eflingar rannsóknarstarfi á þessu sviði. Mörg rannsóknarverkefni hafa verið unnin úr gögnum Heilsu og líðan Íslendinga, en lista yfir þessi verkefni má finna [á vef Embættis landlæknis](#).

Hér á eftir verður fjallað um helstu þætti er lúta að framkvæmd rannsóknarinnar árið 2012.

Skýrslunni er ætlað að uppfylla annars vegar þarfir þeirra sem vinna með gögn úr rannsókninni og hins vegar þeirra sem leita upplýsinga um stöðu þeirra málefna sem rannsóknin fjallar um. Í viðauka eru birtar valdar niðurstöður um heilsu og líðan Íslendinga, með áherslu á samanburð milli árana 2007 og 2012. Niðurstöðurnar eru fyrst og fremst lýsandi og eru alls ekki tæmandi, enda er hver og ein breyta aðeins greind eftir kyni, aldri og ári rannsóknar.

---

<sup>1</sup> Heimild: Stefán Hrafn Jónsson, Jón Óskar Guðlaugsson, Haukur Freyr Gylfason og Dóra Guðrún Guðmundsdóttir. (2011). *Heilsa og líðan Íslendinga 2007: Framkvæmdaskýrsla*. Reykjavík: Lýðheilsustöð. Sótt 20. janúar 2014 af <http://www.landlaeknir.is/tolfraedi-og-rannsoknir/rannsoknir/heilsa-og-lidan-islendinga/>

<sup>2</sup> Heimild: Jón Óskar Guðlaugsson og Stefán Hrafn Jónsson. (2012). *Heilsa og líðan Íslendinga - Framhaldsrannsókn 2009: Framkvæmdaskýrsla*. Reykjavík: Embætti landlæknis og Háskóli Íslands. Sótt 20. janúar 2014 af <http://www.landlaeknir.is/tolfraedi-og-rannsoknir/rannsoknir/heilsa-og-lidan-islendinga/>

## Markmið

Markmið rannsóknarinnar er að afla upplýsinga um heilsu, líðan, lífsgæði og sjúkdóma fólks á Íslandi og helstu áhrifaþætti heilbrigðis, þ.e. lífshætti, aðstæður og lífsskilyrði. Í rannsókninni er sérstök áhersla lögð á að mæla þætti sem töluleg gögn íslenska heilbrigðiskerfisins og Hagstofu Íslands ná ekki yfir. Þessi viðtæka gagnasöfnun býður upp á að spyrja megi margra og fjölbreyttra rannsóknarspurninga.

Niðurstöður rannsóknarinnar og gögn hennar munu nýtast þeim stofnunum sem að henni standa. Rannsóknin fellur að lögbundnu hlutverki Embættis landlæknis, þ.e. að safna og vinna upplýsingar um heilsufar, að meta reglulega árangur af lýðheilsustarfi og efla rannsóknir á sviði lýðheilsu. Rannsóknin styður þannig við lýðheilsustarf í samvinnu við háskóla og aðrar stofnanir.

Nánari útlistun á meginmarkmiðum rannsóknarinnar er eftirfarandi:

- að afla upplýsinga um heilsu, líðan, lífsgæði og sjúkdóma fólks, sem og um helstu áhrifaþætti heilbrigðis, þ.e. lífshætti, aðstæður og lífsskilyrði. Áhersla er lögð á þá þætti sem töluleg gögn heilbrigðiskerfisins og Hagstofu Íslands ná ekki yfir
- að leggja mat á umfang og dreifingu heilsusamlegra og óheilsusamlegra lífshátta
- að fylgjast kerfisbundið með þróun heilsufars
- að fylgjast með breytingum á umhverfi, aðstæðum og hegðun fólks sem hefur áhrif á heilsu
- að afla gagna um heilsu, heilsuógnir og líðan fólks sem nýtast stjórnvöldum við stefnumótun, verkefna- og áætlanagerð og við mat á árangri aðgerða. Sérstök áhersla er lögð á að meta jafnræði fólks og einstakra hópa þegar heilsa, lífsskilyrði og heilsutengdir þættir eru annars vegar
- að skapa undirstöðu og almenn viðmið fyrir rannsóknir vísindasamfélagsins í heilbrigðismálum

## Þýði og úrtak rannsóknarinnar 2012

Þýði rannsóknarinnar árið 2007 var íslenskir ríkisborgarar, 18-79 ára, með skráða raunverulega búsetu á Íslandi (þýði A, sjá töflu 1) og nægjanlega íslenskukunnáttu til að svara spurningalistanum.

Þýði rannsóknarinnar 2012 er tvískipt. Það samanstendur annars vegar af nýju þýði 18-79 ára íslenskra ríkisborgara með skráða búsetu á Íslandi 2012 (þýði B í töflu 1), sambærilegu þýði A árið 2007. Hins vegar samanstendur það af þýði A frá árinu 2007, með tveimur lykil breytingum þó. Þýði A árið 2012 er fimm árum eldra en það var árið 2007 (23-84 ára) og það takmarkast við að fólk sé enn á lífi og búi enn á Íslandi árið 2012. Í þýðinu árið 2012 er því hvorki fólk sem er flutt af landi brott né þeir sem fluttu (aftur) til landsins eftir árið 2007. Fólk í samsettu þýði A og B er 18-84 ára gamalt árið 2012.

**Tafla 1. Aldur í tvískiptu og samsettu þýði.**

|              | 2007  | 2012  |
|--------------|-------|-------|
| Þýði A       | 18–79 | 23–84 |
| Þýði B       | -     | 18–79 |
| Samsett þýði | -     | 18–84 |

Í töflu 2 má sjá skiptingu þýðis B eftir búsetu og kyni miðað við skráðar upplýsingar í þjóðskrá 30. september 2012. Í töflu 3 er þessum upplýsingum skipt upp eftir flokkuðum fæðingarárum sem lagskipting nýja úrtaksins byggir á.

**Tafla 2. Skipting þýðis B eftir búsetu og kyni.**

|        | Höfuðborgar-<br>svæði | Utan<br>höfuðb.sv. | Alls    |
|--------|-----------------------|--------------------|---------|
| Karlar | 67.426                | 53.673             | 121.099 |
| Konur  | 68.469                | 51.765             | 120.234 |
| Alls   | 135.895               | 105.438            | 241.333 |

**Tafla 3. Skipting þýðis B eftir búsetu, fæðingarári og kyni.**

|                             |        | Höfuðb.sv | Hlutfall af heild | Utan höfuðb.sv. | Hlutfall af heild | Samtals |
|-----------------------------|--------|-----------|-------------------|-----------------|-------------------|---------|
| Fædd 1.1.1983 – 30.09.1994* | Karlar | 15.936    | 6,6%              | 12.788          | 5,3%              | 28.724  |
|                             | Konur  | 15.680    | 6,5%              | 12.022          | 5,0%              | 27.702  |
| Fædd 1.1.1973 – 31.12.1982  | Karlar | 13.324    | 5,5%              | 9.816           | 4,1%              | 23.140  |
|                             | Konur  | 12.732    | 5,3%              | 9.988           | 4,1%              | 22.720  |
| Fædd 1.1.1963 – 31.12.1972  | Karlar | 12.290    | 5,1%              | 10.389          | 4,3%              | 22.679  |
|                             | Konur  | 12.841    | 5,3%              | 9.819           | 4,1%              | 22.660  |
| Fædd 1.1.1953 – 31.12.1962  | Karlar | 12.053    | 5,0%              | 10.067          | 4,2%              | 22.120  |
|                             | Konur  | 12.408    | 5,1%              | 9.353           | 3,9%              | 21.761  |
| Fædd 1.1.1943 – 31.12.1952  | Karlar | 9.138     | 3,8%              | 6.908           | 2,9%              | 16.046  |
|                             | Konur  | 9.367     | 3,9%              | 6.590           | 2,7%              | 15.957  |
| Fædd 1.1.1933 – 31.12.1942  | Karlar | 4.685     | 1,9%              | 3.705           | 1,5%              | 8.390   |
|                             | Konur  | 5.441     | 2,3%              | 3.993           | 1,7%              | 9.434   |
| Alls                        |        | 135.895   | 56,3%             | 105.438         | 43,7%             | 241.333 |

\* Yngsta fólkíð í úrtaki rannsóknar er fætt 30. september 1994 og því nýlega orðið 18 ára við upphaf rannsóknarinnar til samræmis við skilgreint þýði.

Rannsóknin árið 2012 byggir á tveimur úrtökum, annars vegar úrtaki sem hefur verið fylgt eftir frá árinu 2007 (úr þýði A) og hins vegar nýju lagskiptu tilviljunarúrtaki úr þýði íslenskra ríkisborgara með búsetu á Íslandi 2012 (þýði B).

### Úrtak a frá 2007 úr þýði A.

Úrtak a byggir í grunninn á 3.811 manns úr upprunalegu úrtaki frá 2007 sem í framhaldsrannsókninni árið 2009 samþykktu áframhaldandi þátttöku. Fyrir þriðju umferð rannsóknarinnar höfðu 85 þeirra látist og 50 flust af landinu. Því fengu alls 3.676 manns úr upphaflegu úrtaki sendan spurningalista árið 2012.

### Úrtak b frá 2012 úr þýði B.

Tekið var lagskipt 6.500 manna tilviljunarúrtak meðal íslenskra ríkisborgara á aldrinum 18 til 79 ára með skráða búsetu á Íslandi. Spurningalistar voru sendir út til 6.486 manns þar sem 14 einstaklingar í úrtakinu voru óstaðsettir í hús samkvæmt þjóðskrá. Nýja úrtakið var lagskipt á sama hátt og upprunalegt úrtak frá 2007, þ.e. eftir tvískiptri búsetu og flokkuðum fæðingarárum sbr. taflu 4. Kyn var ekki notað í lagskiptingu en tekið er tillit til mismunandi svarhlutfalls kynjanna þegar gögnin eru vigtuð. Fjölda svarenda eftir sömu skiptingu má finna í töflu 5. Vegna mistaka í úrvinnslu úrtaks var enginn í fæðingarárgangnum 1962 valinn í úrtakið 2012 og sér þess stað í þriðja elsta fæðingarárgangsflokknum í töflum 4 og 5.



Fjöldi í lagskiptingu var ákvarðaður út frá breidd aldursbils. Þannig eru 12 fæðingarárgangar í fyrsta aldursflokki (fædd 1.1.1983 - 30.09.1994) en 10 árgangar í öllum öðrum flokkum. Þess vegna eru 20% fleiri einstaklingar í yngsta lagi úrtaksins. Ákveðið var að hafa jafn stórt úrtak fólks á höfuðborgarsvæðinu og utan þess til að hámarka möguleika á að greina breytileika eftir búsetu.

Meginástæða þess að byggja á lagskiptu úrtaki er að auka möguleika á að greina breytileika eftir aldri og búsetu. Lagskiptingin gerir það að verkum að í úrtakinu eru hlutfallslega fleiri eldri íbúar en finna má í íslensku samfélagi (þýði) og hlutfallslega fleira fólk af landsbyggðinni en skipting í þjóðskrá gefur til kynna. Til að úrtakið endurspegli þýði við punktmat (e. point estimate) þarf að vigta gögnin (sjá kafla um vigt).

### **Samsett úrtak (a og b) árið 2012 úr þýði A og þýði B.**

Notendur gagnanna verða að gera upp við sig þegar þeir greina gögnin fyrir árið 2012 hvort þeir nota eingöngu nýtt úrtak (b) eða hvort þeir nota samsett úrtak (a og b). Kostir þess að nota sameinað úrtak er að tölfræðilegur styrkur er meiri (e. efficiency) með stærra úrtaki en mögulega kemur inn bjögun (e. bias) þar sem samsett úrtak, a og b frá 2012 og úrtak a frá 2007, eru ekki óháð nema að hluta. Þannig að samanburður milli 2007 og 2012 byggir að hluta til á sömu einstaklingum. Við greiningu gagnanna eru rannsakendur hvattir til að nota tölfræðilegar aðferðir sem taka tillit til þessarar uppbyggingar gagnanna.

Kjósi notandi að bera saman úrtak a árið 2007 og úrtak b árið 2012 þarf að velja einstaklinga í gögnunum byggt á breytunum  $z_{porun12}$  eða  $z_{svara}$ . Sé ætlunin að setja fram punktspá fyrir árið 2012 byggða á úrtaki b eingöngu þarf notandi að smíða nýja vigtunar breytu því breytunni  $vigt$  er ætlað að tryggja að sameiginlegt úrtak a og b endurspegli þýði árið 2012 og að úrtak a endurspegli þýði árið 2007. Við smíði nýrrar vigtunar breytu skal miða við skiptingu þýðis B í töflu 3.

Þó breytan  $vigt$  (sjá kafla um vigt) tryggi að úrtak b endurspegli þýði B með tilliti til aldurs, kyns og búsetu þá eru rök á móti því að sameina úrtökin. Sem dæmi þá endurspeglar samsett úrtak a og b ekki fyllilega þann litla hluta íslenskra ríkisborgara sem flutti til landsins eftir árið 2007. Enginn Íslendingur sem bjó erlendis árið 2007 og fluttist til landsins eftir árið 2007 er í úrtaki a og þar með eru litlar líkur á að þeir séu í sameinuðu úrtaki a og b. Það er mat höfunda að sú bjögun (e. bias) sem mögulega kemur fram við að sameina úrtök a og b sé það lítil að aukinn tölfræðilegur styrkur vegi upp gallann. Við samanburð yfir tíma gæti þurft að nota einkvætt einstaklingsnúmer ( $Zrodun$ ) til að tölfræðiúrvinnsla taki tillit til þess að þátttakendur svara bæði árið 2007 og 2012.

Bæði úrtök eru lagskipt. Breytan *strata* er flokkabreyta sem tilgreinir í hvaða lagi úrtaksins (e. *sample strata*) hver þátttakandi er. Breytan er gagnleg fyrir líkanagerð sem tekur tillit til þeirrar úrtaksgerðar sem notuð er í rannsókninni. Breytan er búin til með því að sameina tvískipta búsetubreytu (sem tekur gildið 1 fyrir höfuðborgarsvæði og gildið 2 utan höfuðborgarsvæðis) og aldursflokka (sjá aldursflokka í töflum 3 og 4). Þannig er gildið 11 fyrir yngsta aldursflokk innan höfuðborgarsvæðis, 12 fyrir næst yngsta aldursflokk innan höfuðborgarsvæðis o.s.frv. Gildið 21 er fyrir yngsta aldursflokk utan höfuðborgarsvæðis, 12 fyrir næst yngsta aldursflokk utan höfuðborgarsvæðis o.s.frv.

**Tafla 4. Skipting úrtaks b (árið 2012) eftir búsetu, fæðingarári og kyni.**

|                            |        | Höfuð-<br>borgar-<br>svæði | Hlutfall<br>af<br>heild | Utan<br>höfuð<br>borgar<br>svæðis | Hlutfall<br>af<br>heild | Alls í<br>fæðingar-<br>árgöngum | Hlutfall<br>af<br>heild |
|----------------------------|--------|----------------------------|-------------------------|-----------------------------------|-------------------------|---------------------------------|-------------------------|
| Fædd 1.1.1983 – 30.09.1994 | Karlar | 314                        | 4,8%                    | 328                               | 5,1%                    | 1.257                           | 19,4%                   |
|                            | Konur  | 314                        | 4,8%                    | 301                               | 4,6%                    |                                 |                         |
| Fædd 1.1.1973 – 31.12.1982 | Karlar | 269                        | 4,1%                    | 262                               | 4,0%                    | 1.045                           | 16,1%                   |
|                            | Konur  | 254                        | 3,9%                    | 260                               | 4,0%                    |                                 |                         |
| Fædd 1.1.1963 – 31.12.1972 | Karlar | 270                        | 4,2%                    | 246                               | 3,8%                    | 1.045                           | 16,1%                   |
|                            | Konur  | 252                        | 3,9%                    | 277                               | 4,3%                    |                                 |                         |
| Fædd 1.1.1953 – 31.12.1961 | Karlar | 256                        | 3,9%                    | 262                               | 4,0%                    | 1.046                           | 16,1%                   |
|                            | Konur  | 266                        | 4,1%                    | 262                               | 4,0%                    |                                 |                         |
| Fædd 1.1.1943 – 31.12.1952 | Karlar | 257                        | 4,0%                    | 270                               | 4,2%                    | 1.047                           | 16,1%                   |
|                            | Konur  | 266                        | 4,1%                    | 254                               | 3,9%                    |                                 |                         |
| Fædd 1.1.1933 – 31.12.1942 | Karlar | 225                        | 3,5%                    | 257                               | 4,0%                    | 1.046                           | 16,1%                   |
|                            | Konur  | 298                        | 4,6%                    | 266                               | 4,1%                    |                                 |                         |
| Alls                       |        | 3241                       | 50,0%                   | 3245                              | 50,0%                   | 6.486                           | 100,0%                  |

**Tafla 5. Skipting svarenda í úrtaki b (árið 2012) eftir búsetu, fæðingarári og kyni.**

|                        |                      | Höfuð-<br>borgar-<br>svæði | Utan<br>höfuðb-<br>orgarsv-<br>æðis | Erlendis | Póst-<br>númer<br>ekki til | Ólæsi-<br>legt<br>póstnr. | Svara<br>ekki<br>póstnr. | Alls  |
|------------------------|----------------------|----------------------------|-------------------------------------|----------|----------------------------|---------------------------|--------------------------|-------|
| Fædd 1983 – 1994       | Karlar               | 99                         | 98                                  | 1        | 1                          | 1                         | 0                        | 200   |
|                        | Konur                | 129                        | 105                                 | 2        | 0                          | 0                         | 1                        | 237   |
| Fædd 1973 – 1982       | Karlar               | 76                         | 90                                  | 1        | 0                          | 0                         | 2                        | 169   |
|                        | Konur                | 124                        | 144                                 | 0        | 0                          | 0                         | 1                        | 269   |
| Fædd 1963 – 1972       | Karlar               | 115                        | 118                                 | 0        | 0                          | 0                         | 0                        | 233   |
|                        | Konur                | 146                        | 162                                 | 0        | 0                          | 0                         | 1                        | 309   |
| Fædd 1953 – 1961       | Karlar               | 151                        | 154                                 | 0        | 0                          | 0                         | 4                        | 309   |
|                        | Konur                | 176                        | 181                                 | 0        | 0                          | 0                         | 6                        | 363   |
| Fædd 1943 – 1952       | Karlar               | 173                        | 172                                 | 0        | 0                          | 0                         | 11                       | 356   |
|                        | Konur                | 186                        | 157                                 | 1        | 0                          | 0                         | 9                        | 353   |
|                        | Svara ekki<br>um kyn | 0                          | 1                                   | 0        | 0                          | 0                         | 0                        | 1     |
| Fædd 1933 – 1942       | Karlar               | 149                        | 170                                 | 0        | 1                          | 1                         | 18                       | 339   |
|                        | Konur                | 180                        | 163                                 | 0        | 0                          | 0                         | 17                       | 360   |
| Óvíst um<br>fæðingarár | Karlar               | 2                          | 2                                   | 0        | 0                          | 0                         | 4                        | 8     |
|                        | Konur                | 1                          | 4                                   | 0        | 0                          | 0                         | 2                        | 7     |
|                        | Svara ekki<br>um kyn | 4                          | 7                                   | 0        | 0                          | 0                         | 13                       | 24    |
| Alls                   |                      | 1.711                      | 1.728                               | 5        | 2                          | 2                         | 89                       | 3.537 |

**Tafla 6. Svarhlutfall karla og kvenna í úrtaki b (árið 2012) eftir lagskiptingu úrtaksins (fæðingarári og búsetu) miðað við upphaflega úrtaksstærð (N=6.486).**

|                            |          | Utan              |                        |                 |
|----------------------------|----------|-------------------|------------------------|-----------------|
|                            |          | Höfuðb.-<br>svæði | höfuðborgar-<br>svæðis | Allt<br>landið* |
| Fædd 1.1.1983 – 30.09.1994 | Karlar   | 31,5%             | 29,9%                  | 31,2%           |
|                            | Konur    | 41,1%             | 34,9%                  | 38,5%           |
|                            | Bæði kyn | 36,3%             | 32,3%                  | 34,8%           |
| Fædd 1.1.1973 – 31.12.1982 | Karlar   | 28,3%             | 34,4%                  | 31,8%           |
|                            | Konur    | 48,8%             | 55,4%                  | 52,3%           |
|                            | Bæði kyn | 38,2%             | 44,8%                  | 41,9%           |
| Fædd 1.1.1963 – 31.12.1972 | Karlar   | 42,6%             | 48,0%                  | 45,2%           |
|                            | Konur    | 57,9%             | 58,5%                  | 58,4%           |
|                            | Bæði kyn | 50,0%             | 53,5%                  | 51,9%           |
| Fædd 1.1.1953 – 31.12.1961 | Karlar   | 59,0%             | 58,8%                  | 59,7%           |
|                            | Konur    | 66,2%             | 69,1%                  | 68,8%           |
|                            | Bæði kyn | 62,6%             | 63,9%                  | 64,2%           |
| Fædd 1.1.1943 – 31.12.1952 | Karlar   | 67,3%             | 63,7%                  | 67,6%           |
|                            | Konur    | 69,9%             | 61,8%                  | 67,9%           |
|                            | Bæði kyn | 68,6%             | 63,0%                  | 67,8%           |
| Fædd 1.1.1933 – 31.12.1942 | Karlar   | 66,2%             | 66,1%                  | 70,3%           |
|                            | Konur    | 60,4%             | 61,3%                  | 63,8%           |
|                            | Bæði kyn | 62,9%             | 63,7%                  | 66,8%           |
| Alls                       | Karlar   | 48,1%             | 49,5%                  | 50,2%           |
|                            | Konur    | 57,1%             | 56,5%                  | 58,0%           |
|                            | Bæði kyn | 52,8%             | 53,3%                  | 54,5%*          |

\* Svarhlutfall í heild er hærra en fyrir bæði höfuðborgarsvæði og landsbyggð þar sem 89 manns svara ekki spurningu um póstnúmer og því ekki unnt að tilgreina búsetu þeirra (sjá töflu 5).

Eins og sjá má í töflu 6 er svarhlutfall mishátt eftir kyni og aldri en afar lítill munur er á svarhlutfalli eftir búsetu. Fleiri konur svara könnuninni að jafnaði heldur en karlar og fleira eldra fólk heldur en yngra. Mishátt svarhlutfall eftir þjóðfélagshópum er skýrt merki um mikilvægi þess að nota vigt til að endurspeglja einkenni þýðisins rétt. Ef úrtakið er notað til að meta kynjaskiptingu þjóðarinnar væri hlutfall kvenna af mannfjöldanum ofmetið verulega. Svipað getur komið fram við greiningu á öðrum einkennum sem mæld eru sérstaklega ef þau tengjast aldri eða kyni. Mat á kynjahlutfalli er sett fram sem dæmi en auðvitað er mun betra að nota gögn frá Hagstofu Íslands og Þjóðskrá til að meta aldurs- og kynjasamsetningu þjóðarinnar.

## Framvinda

Fyrirkomulag sendinga og áminninga með pósti var skipulagt eftir aðferð Dillmans<sup>1</sup> með minniháttar frávikum (sjá dagsetningar í töflu 7). Þann 16. október 2012 voru kynningarbréf send til 10.162 Íslendinga og tæpri viku síðar (22. október 2012) var spurningalisti sendur út ásamt bréfi þar sem framkvæmdinni var lýst. Þeir sem voru nýir í úrtaki rannsóknarinnar, alls 6.486, fengu aðra útgáfu kynningarbréfs en þeir sem höfðu verið í úrtakinu frá upphafi (árið 2007). Þakkarbréf voru send til allra í úrtaki rannsóknarinnar þann 1. nóvember 2012. Innihald bréfsins var tvískipt, annars vegar þakkir til þeirra sem höfðu svarað spurningalistanum og hins vegar kurteis áminning til þeirra sem ekki höfðu svarað. Þann 26. nóvember 2012 var nýtt eintak spurningalistans, ásamt áminningu, sent til 3.773 einstaklinga sem ekki höfðu svarað fyrir þann tíma.

**Tafla 7. Dagsetningar útsendinga.**

| Aðgerð                                      | Dagsetning |
|---|------------|
| Kynningarbréf                               | 16.10.2012 |
| Spurningalisti og upplýsingabréf            | 22.10.2012 |
| Þakkarbréf                                  | 01.11.2012 |
| Ítrekunarbréf og nýtt eintak spurningalista | 26.11.2012 |

## Heimtur

Eftir útsendingu kynningarbréfs þann 16.10.2012 og spurningalista 22.10.2012, bárust tilkynningar um 12 einstaklinga í úrtaki a frá 2007 sem ekki gátu svarað spurningalistanum. Þessar 12 tilkynningar voru vegna látinna einstaklinga (2), búsetu erlendis (5) og veikinda (5). Jafnframt bárust 29 tilkynningar um einstaklinga í úrtaki b sem ekki gátu svarað. Þessar 29 tilkynningar voru vegna látinna einstaklinga (2), búsetu erlendis (13), veikinda (12) og tungumálaerfiðleika (2).

Til viðbótar fengust upplýsingar úr Þjóðskrá um 28 einstaklinga sem annað hvort voru látnir eða með aðsetur erlendis. Á tímabilinu frá því að spurningalisti og upplýsingabréf voru send þátttakendum og til loka árs 2012 létust þrjú einstaklingar úr úrtaki a og sex létust úr úrtaki b. Í lok árs 2012 voru tveir

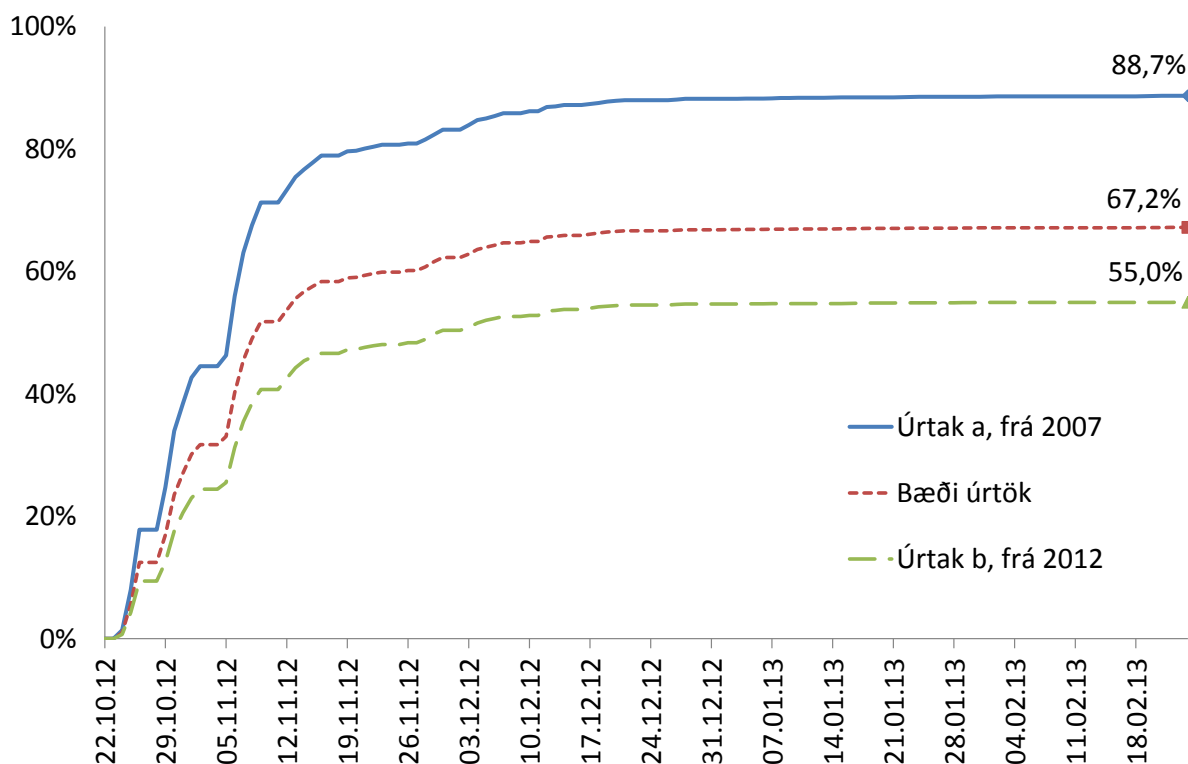
<sup>1</sup> Heimild: Dillman, D. A. (2000). *Mail and Internet surveys: The tailored design method* (2. útgáfa). New York: John Wiley & Sons, Inc.

einstaklingar úr úrtaki a með skráð aðsetur erlendis og 17 úr úrtaki b. Úrtak a frá 2007 telur því endanlega 3.659 einstaklinga og úrtak b frá 2012 telur 6.434 einstaklinga, sjá töflu 8. Svarhlutfall úrtaks a var 88,7%, en 55,0% í úrtaki b.

**Tafla 8. Fjöldi í úrtaki a og b og svarhlutföll miðað við endanleg úrtök.**

|                   | Fjöldi í úrtaki | Endanlegur fjöldi í úrtaki | Fjöldi svara | Svarhlutfall |
|-------------------|-----------------|----------------------------|--------------|--------------|
| Úrtak a, frá 2007 | 3.676           | 3.659                      | 3.246        | 88,7%        |
| Úrtak b, frá 2012 | 6.486           | 6.434                      | 3.537        | 55,0%        |
| Alls              | 10.162          | 10.093                     | 6.783        | 67,2%        |

Á mynd 1 má sjá hversu stór hluti úrtakanna hafði svarað dag hvern á meðan fyrirlögn stóð yfir. Spurningalistar sem bárust eftir 24. febrúar 2013 voru ekki skráðir.



**Mynd 1. Uppsafnað hlutfall þátttakenda sem svöruðu eftir útsendingu spurningalistans. Hlutföll eru reiknuð á grunni endanlegs fjölda í hvoru úrtaki fyrir sig og samanlögðum fjölda beggja úrtaka, alls 10.093.**

## Tenging gagna sömu þátttakenda á milli ára

Félagsvísindastofnun, sem óháðum aðila, var falin skráning og varðveisla greiningarlykils fyrir rannsóknina Heilsa og líðan Íslendinga 2012. Með lyklinum er hægt að tengja saman svör þeirra þátttakenda sem veitt hafa fyrir því samþykki í fyrri rannsóknum haustið 2007 eða 2009, við svör þeirra í rannsókninni 2012, án þess að rannsakendur geti rakið svör til einstaklinga.

Félagsvísindastofnun tók við baksíðum spurningalista rannsóknarinnar og sá um að skrá af þeim raðnúmer og kennitölur sem þátttakendur skrifuðu á baksíðuna ef þeir gáfu samþykki fyrir áframhaldandi þátttöku. Embætti landlæknis fékk svo afhenta tengingu raðnúmera án kennitölu. Út frá þessum ópersónugreinanlegu upplýsingum voru gögn þátttakenda tengd saman á milli ára.

Með undirritun í lok spurningalista samþykkja þátttakendur tengingu gagna fram í tímann (þetta á við öll árin, 2007, 2009 og 2012). Þannig fékkst samþykki fyrir pörun milli gagnanna 2009 og 2012, með undirritun árið 2009.

Afrakstur samtengingarinnar er tekinn saman í breytunni `zporun12` í gögnunum. Í töflu 9 má sjá að unnt var að samtengja svör 3.238 þátttakenda milli áráanna 2007, 2009 og 2012. Þá eru samtengd svör 844 einstaklinga sem svara aðeins 2007 og 2009 en svara ekki 2012.

**Tafla 9. Tenging gagna milli áráanna 2007, 2009 og 2012.**

|   | Fjöldi |
|---|--------|
| Úrtak a, pörun '07,'09 og '12   | 3.238  |
| Úrtak a, pörun '09 og '12 ('07 gögn ekki skráð)   | 4      |
| Úrtak a, aðeins svör frá '12 (tenging var tekin af þar sem annar aðili svaraði '12 heldur en '07/'09) | 4      |
| Upphaflegt úrtak 2007, pörun '07 og '09   | 844    |
| Upphaflegt úrtak 2007, svara aðeins '07   | 1.795  |
| Úrtak b   | 3.537  |
| Úrtak a eða b, engin pörun, uppruni úrtaks óþekktur*  | 21     |

\* Þessir einstaklingar eru hluti af sameiginlegu úrtaki a og b þegar gögn frá 2012 eru greind.

## Vigt

Til þess að úrtakið endurspegli þýðið þarf að vigta svör þátttakenda. Lagskipting úrtaksins og mismunandi brottfall eftir aldri, kyni og búsetu eru þess valdandi að hver þátttakandi í rannsókninni endurspeglar mismunandi marga einstaklinga í þýði. Í gögnum rannsóknarinnar eru tvær vigtunarbreytur.

Breytan `vigt` vigtar fjöldatölur þeirra sem svöruðu árið 2007 eins og kynja-, búsetu- og aldurskipting þjóðarinnar var það ár. Hún vigtar einnig fjöldatölur þeirra sem svöruðu árið 2009 eins og kynja-, búsetu- og aldurskipting þjóðarinnar var árið 2007 þegar úrtakið var tekið. Samsett úrtak a og b sem svaraði árið 2012 er vigtað á breytunni `vigt` til að úrtakið endurspegli kynja-, búsetu- og aldurskiptingu þjóðarinnar árið 2012.

Breytan `vigtpan0709` vigtar fjöldatölur þeirra sem svöruðu bæði árið 2007 og 2009 eins og kynja-, búsetu- og aldurskipting þjóðarinnar var árið 2007. Nánari upplýsingar um `vigt` og `úrvinnslu` gagna með henni (í SPSS og R) má finna í viðauka A. Gildi á breytunni `vigtpan0709` og `vigt` er eins fyrir þá sem svöruðu 2009. Þeir sem svöruðu árið 2007 en ekki árið 2009 eru ekki með gildi á breytunni `vigtpan0709`. Höfundar rannsóknarinnar hafa útbúið sérstaka breytu `vigturtakb` til að úrtak b endurspegli þýði árið 2012 .

## Aðgangur að gögnum

Rannsakendur geta sótt um aðgang að gögnum Heilsa og líðan Íslendinga 2007–2012.

[Umsóknareyðublað](#) er hægt að sækja á heimasíðu Embættis landlæknis en sama eyðublað er notað fyrir önnur gagnasöfn og því þarf að tilgreina nafn rannsóknarinnar og hvaða ár rannsóknarinnar til stendur að greina. Með umsókn þarf m.a. að fylgja lýsing á rannsókn/verkefni og útfyllt tiltekið skjal yfir þær breytur sem óskað er eftir. Þetta skjal, [breytuskrá](#), er einnig að finna á heimasíðu Embættis landlæknis. Allar umsóknir eru teknar fyrir á fundum rannsóknarnefndar Embættis landlæknis þegar fullnægjandi umsóknir hafa borist embættinu.

Umsækjendum er bent á að kynna sér hvað þegar hefur verið unnið úr gögnum rannsóknarinnar og hvaða verkefni eru í vinnslu. [Lista yfir verkefni og stöðu þeirra](#) er að finna á vefsvæði rannsóknarinnar en reynt er að halda listanum uppfærðum eins og kostur er í samvinnu við rannsakendur sem upplýsa embættið ef breytingar verða á stöðu verkefnanna, t.d. þegar því er lokið.



Rannsóknin Heilsa og líðan Íslendinga er leyfisskyld hjá Vísindasiðanefnd. Í upphafi rannsóknarinnar 2012 sótti valinn hópur samstarfsaðila um leyfi fyrir gagnasöfnun og úrvinnslu. Sækja þarf um leyfi til Vísindasiðanefndar fyrir öllum breytingum á rannsóknarhópnum frá upphaflegri umsókn sumarið 2012. Rannsóknin hefur leyfisnúmer hjá Vísindasiðanefnd. Árið 2012 var númerið 12-107, árið 2009 var númerið 09-094 og 07-081 árið 2007.

## Spurningalistinn

Spurningalisti rannsóknarinnar árið 2012 samanstendur af spurningum flokkuðum í 21 undirflokk: Almennt heilsufar; Eigin sjúkdómar, einkenni, verkir og lyf; Reykingar; Áfengi og áfengisnotkun; Tannvernd; Mataræði; Hæð og þyngd; Algengar athafnir; Ofbeldi og sly; Hreyfing og kyrrseta; Líðan og lífsgæði; Félagsleg þátttaka; Svefn; Sól og sólböð; Bakgrunnur; Fjölskylda þín og heimili; Búseta; Tekjur og fjárhagsleg staða; Skuldir; Atvinna og menntun; Samfélagið.

Mismunandi áherslur á hverjum tíma og betrumbætur á mælingum ráða mestu um þær breytingar sem orðið hafa á spurningalistanum milli þeirra þriggja skipta sem hann hefur verið lagður fyrir. Meirihluti spurninga árána 2007 og 2009 er enn að finna í spurningalistanum 2012. Um uppruna þessara spurninga má lesa í framkvæmdaskýrslum rannsókna frá 2007<sup>1</sup> og 2009.<sup>2</sup>

Hér er gerð grein fyrir helstu breytingum sem gerðar voru á spurningalista rannsóknarinnar milli árána 2009 og 2012. Á undirsíðu rannsóknarinnar, [Stoðskjöl rannsókna](#), er vistaður breytulisti sem gefur gott yfirlit yfir hvaða spurningar haldast (nær) óbreyttar milli ára og hvaða spurningar koma nýjar inn eftir árið 2007.

---

<sup>1</sup> Heimild: Stefán Hrafn Jónsson, Jón Óskar Guðlaugsson, Haukur Freyr Gylfason og Dóra Guðrún Guðmundsdóttir. (2011). *Heilsa og líðan Íslendinga 2007: Framkvæmdaskýrsla*. Reykjavík: Lýðheilsustöð. Sótt 20. janúar 2014 af <http://www.landlaeknir.is/tolfraedi-og-rannsoknir/rannsoknir/heilsa-og-lidan-islendinga/>

<sup>2</sup> Heimild: Jón Óskar Guðlaugsson og Stefán Hrafn Jónsson. (2012). *Heilsa og líðan Íslendinga - Framhaldsrannsókn 2009: Framkvæmdaskýrsla*. Reykjavík: Embætti landlæknis og Háskóli Íslands. Sótt 20. janúar 2014 af <http://www.landlaeknir.is/tolfraedi-og-rannsoknir/rannsoknir/heilsa-og-lidan-islendinga/>

- Spurningar í flokknum **Eigin sjúkdómar, einkenni, verkir og lyf**
  - Breytingar á fjölliðaspurningunni “Hefur þú einhvern tíma haft einhvern af eftirtöldum sjúkdómum eða einkennum” (spurningar nr. 6 og 7 árið 2012).
    - Einum svarmöguleika var skipt upp í tvennt til að gögn úr þessari spurningu nýttust Embætti landlæknis betur. Svarmöguleikinn „Hef haft áður en ekki núna“ varð árið 2012 að „Hef ekki núna, en hafði innan síðustu 12 mánaða“ og „Hef ekki núna, en hafði fyrir meira en 12 mánuðum“.
    - Tveir liðir voru teknir út: „Lömun í fótleggjum“ og „Lömun í handleggjum“.
    - Fjórir liðir komu nýir inn: „Athyglisbrest með eða án ofvirkni (ADD/ADHD)“, „Kynsjúkdóm“, „Átröskun“ og „Áfallastreitu“.
    - Árið 2012 bættist við opin spurning um tegund krabbameins (síðasti liður í spurningu 7).
  - Breytingar á fjölliðaspurningunni “Hefur sálfræðingur greint hjá þér einhverja eftirfarandi sjúkdóma eða einkenni?” (spurning 8 árið 2012).
    - Tveir liðir komu nýir inn: "Athyglisbrest með eða án ofvirkni (ADD/ADHD)" og "Áfallastreitu".
  - Spurning 9 um mælingu á blóðþrýstingi tók breytingum frá fyrri árum.
  - Spurning 14 um tíðablæðingar: Svarmöguleikinn “Engar blæðingar en ekki komin í tíðahvörf (t.d. vegna lyfja, brjóstgjafar, legnáms eða sjúkdóms)” kom í stað “Er með barn á brjósti”.
- Spurningar í flokknum **Reykingar**
  - Tvær spurningar sem ekki höfðu verið inni árið 2009, en voru í listanum 2007, komu aftur inn, þ.e. spurningar númer 17 og 18.
  - Ný spurning um neyslu tóbaks í vör var bætt við 2012, þ.e. spurning nr. 22.
  - Nýjar spurningar um á hvaða stigi viðkomandi metur sig m.t.t. þess hvort hann/hún ætli sér að hætta að reykja eða nota tóbak í vör, spurningar nr. 20 og 23 (e. stages of change).<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Heimild: Cancer Prevention Research Center. *Stage of Change*. Sótt 6. mars 2014 af <http://www.uri.edu/research/cprc/Measures/Smoking11.htm>

- Spurningar í flokknum **Áfengi og áfengisnotkun**
  - Ný spurning um neyslu áfengis með mat, spurning nr. 28.
  
- Spurningar í flokknum **Mataræði**
  - Síðustu tveir svarmöguleikar í spurningu 34 breytast frá fyrri árum.
  - Nýjum lið, “Grænmeti (ferskt, fryst, soðið eða matreitt)”, var bætt inn í spurningu 34 og liðirnir “Soðið eða matreitt grænmeti” og “Hrátt grænmeti/salat” voru teknir út.
  
- Spurningar í kaflanum **Ofbeldi og slys**
  - Kaflinn Ofbeldi og slys er nýr og kemur í stað kaflans Meiðsli í fyrri spurningalistum frá 2007 og 2009. Nýju spurningarnar voru samdar í samvinnu við sérfræðing á Landspítalanum um líkamlegt ofbeldi, kynferðislegt ofbeldi og slys.
  
- Spurningar í kaflanum **Hreyfing og kyrrseta**
  - Tvær spurningar frá 2009 voru teknar út: “Hve oft reynir þú á þig líkamlega þannig að þú mæðist verulega eða svitnar?” og “Ef þú reynir á þig líkamlega, hve lengi varir áreynslan í hvert skipti?”
  - Inn komu tvær nýjar spurningar um samanlagðan tíma sem varið var í miðlungserfiða og erfiða hreyfingu í frítíma síðustu 7 daga, spurningar nr. 52 og 53. Þetta eru sömu spurningar og notaðar voru í samnorrænni könnun á mataræði, hreyfingu og holdafari sem framkvæmd var á Íslandi og á Norðurlöndunum síðla árs 2011.<sup>1</sup>
  
- Spurningar í kaflanum **Líðan og lífsgæði**
  - SWLS-kvarðanum var sleppt í spurningalistanum árið 2012. SWLS-kvarðinn (Satisfaction With Life Scale) var notaður í spurningu 60 árið 2007 og spurningu 51 árið 2009.
  - Spurning 64 er breytt frá fyrri árum. Við bættust liðirnir “Við uppeldi barna”, “Í samskiptum við maka” og “Í öðrum þáttum einkalífs”. Liðurinn “Í einkalífi” fór út.
  - Einum lið sem gleymdist í fyrri könnun var bætt við spurningu 66: “Mig langaði til að slá, slasa, eða skaða einhvern”.
  - Ákveðið var að nota styttri útgáfu DASS kvarðans (Depression Anxiety Stress Scales), sjá spurningar 68 og 69. Stutta útgáfan telur 21 atriði í stað 42 atriða sem voru notuð í

<sup>1</sup> Heimild: Rasmussen, L. B., Andersen, L. F., Borodulin, K., Enghardt Barbieri, H., Fagt, S., Matthiessen, J., Sveinsson, T., Thorgeirsdóttir, H. og Trolle, E. (2012). *Nordic monitoring of diet, physical activity and overweight. First collection of data in all Nordic Countries 2011*. Danmörk: Norræna ráðherranefndin. Sótt 10. mars 2014 af <http://www.norden.org/en/publications/publikationer/2012-552>

spurningalistanum árið 2009. Útgefinn breytulisti aðstoðar notendur við að sjá hvaða spurningar eru bæði árið 2009 og 2012.

- Í spurningum 60 og 61 árið 2009 voru alls 23 staðhæfingar. Aðeins 7 þessara staðhæfinga var haldið eftir í spurningalistanum árið 2012, liðir h., i., j., k., l., m. og n. í spurningu 122. Þórólfur Þórlindsson og Jón Gunnar Bernburg og fleiri hafa notað sex þessara atriða til að mæla skort á hegðunarviðmiðum (*e. normlessness*).<sup>1</sup>
- Spurning nr. 70 kom ný inn í spurningalistann árið 2012. Þar er um að ræða undirkvarðann „Appearance Evaluation“ í listanum „Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire“ eftir Thomas Cash.<sup>2</sup>
- Spurningar í kaflanum **Félagsleg þátttaka**
  - Spurningu 65 (í 17 liðum) um þátttöku í félagsstarfi úr spurningalistanum frá 2009 var sleppt árið 2012. Inn kom ný styttri spurning, nr. 74: “Hversu oft á síðustu 12 mánuðum hefur þú unnið sjálfboðastörf eða tekið þátt í starfsemi góðgerðasamtaka?”
- Spurningar í kaflanum **Svefn**
  - Spurning 76 samanstendur af fjórum atriðum úr RHINE spurningalistanum, með eilítið breyttum svarmöguleikum (heimild).<sup>3</sup>
- Spurningar í kaflanum **Sól og sólböð**
  - Spurning um húðlit kom aftur inn í listann árið 2012 (nr. 77). Þessi spurning var ekki notuð árið 2009.
- Spurningar í kaflanum **Bakgrunnur**
  - Ný spurning um þjóðfélagsstétt kom inn í listann árið 2012, nr. 84. Þessi spurning er þýðing á spurningu frá Centers (1949) „the class identification question“.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Heimild: Þórólfur Þórlindsson og Jón Gunnar Bernburg. (2004). Durkheim's theory of social order and deviance: A multi-level test. *European Sociological Review*, 20(4), 271-285.

<sup>2</sup> Heimild: Brown, T. A., Cash, T. F. og Mikulka, P. J. (1990). Attitudinal body-image assessment: factor analysis of the Body-Self Relations Questionnaire. *Journal of personality assessment*, 55(1-2), 135-144.

<sup>3</sup> Heimild: The RHINE study group. Respiratory Health in Northern Europe (RHINE) project. Sótt 6. mars 2014 af <http://www.rhine.nu/pdf/rhine%20icelandic.pdf>

<sup>4</sup> Heimild: Centers, R. (1949). *The Psychology of Social Classes: A Study of Class Consciousness*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

- Spurningar í kaflanum **Fjölskylda þín og heimili**
  - Spurningu um gælundýr frá árinu 2009 var sleppt árið 2012.
  
- Spurningar í kaflanum **Búseta**
  - Ný spurning kom inn árið 2012 (nr. 95) um hve mörg ár samtals viðkomandi hafi átt eigið húsnæði. Þessi spurning kom í stað svipaðrar spurningar frá árinu 2009.
  
- Spurningar í kaflanum **Tekjur og fjárhagsleg staða**
  - Tveir neðstu tekjuflokkarnir voru teknir saman í einn árið 2012; „Minna en 142 þúsund“, í spurningu um heildartekjur allra heimilismanna, sjá spurningu 98.
  - Ný frumsamin spurning (nr. 99) kom inn um ráðstöfunarfé allra heimilismanna.
  - Spurning 105 var árið 2009 undir kaflanum „Áhrif breyttra efnahagsaðstæðna“. Sá kafli var tekinn út árið 2012.
  
- Spurningar í kaflanum **Samfélagið**
  - Í spurningu 118 komu inn þrjár nýjar fullyrðingar, liðir a., b. og c., sem ekki voru í spurningalistanum árið 2009: Flesta daga finnst mér ég hafa áorkað einhverju; almennt séð er ég mjög jákvæð/ur í eigin garð; mér finnst ég oft læra eitthvað nýtt í lífinu.
  - Liðir a.-g. í spurningu 122 komu nýir inn í spurningalistann árið 2012. Liðir h.-n. í sömu spurningu eru hins vegar frá 2009 og voru þá í spurningu 60 undir kaflanum Líðan og lífsgæði (sjá hér að ofan).
  - Spurning 123 var árið 2009 undir kaflanum Tilgangur lífsins. Ákveðið var að sleppa þeim kafla þar sem hann hafði aðeins innihaldið þessa einu spurningu.
  
- Kafliinn Áhrif breyttra efnahagsaðstæðna frá árinu 2009 var tekinn út úr spurningalistanum árið 2012. Einni spurningu úr þeim kafla var þó haldið eftir og henni fundinn staður í kaflanum Tekjur og fjárhagsleg staða (nr. 105).

## Skráning og notkun gagna

Starfsmenn Embættis landlæknis sáu um skráningu gagna. Við skráningu gagna voru aðeins skráð svör einstaklinga við spurningum í spurningahefti og engar upplýsingar um þátttakendur forskráðar, jafnvel þótt upplýsingar um kyn, fæðingarár og búsetu hafi legið fyrir í úrtakslista. Öll svör voru skráð með aðstoð skanna og sérhæfðs forrits (Eyes & Hands, Forms). Forritið las í krossa sem þátttakendur höfðu merkt við fyrirfram gefna svarmöguleika. Svör við opnum spurningum, svo sem um hæð, þyngd, fæðingarár, póstnúmer o.fl. voru skráð handvirkt í sérhæfða forritinu.

Svör við spurningum voru skráð á sama hátt og í fyrri rannsóknum. Í spurningum þar sem gert var ráð fyrir einu svari, var fyrsta svar í flestum tilfellum númer 1 við skráningu gagna, næsta svar númer 2 o.s.frv. (sjá value labels í gagnaskrá). Í nokkrum tilfellum þótti meira viðeigandi að skrá fyrsta svar númer 0, næsta svar númer 1 o.s.frv. Ef merkt var í fleiri en einn reit í spurningum þar sem gert var ráð fyrir einu svari var það svar talið ógilt. Slík svör voru skráð sérstaklega til að eiga möguleika á að nota þau í sértækri úrvinnslu síðar. Ef þátttakandi merkti til að mynda bæði í reit 2 og 3 við spurningu sem gerði ráð fyrir einu svari þá var gildið 23 skráð á viðeigandi breytu í gögnunum en það var jafnframt skilgreint sem ógilt (missing value). Rannsakandi hefur þá möguleika á að taka gildið 23 með gildunum 2 og 3 við endurflokkun á breytu, þ.e. ef nýr flokkur inniheldur bæði svar númer 2 og 3.

Helstu kóðar óskráðra svara í breytum gagnanna:

Kóðinn 9999 stendur fyrir ekkert svar eða eyðu þar sem gert er ráð fyrir að fólk svari. Kóðinn 9998 stendur fyrir að svar sé ógilt og ekki tekist að nota kerfið sem lýst er hér að ofan (t.d. að 23 sé fyrir svar 2 og 3). Kóðinn 8888 er notaður þegar ógerlegt er að lesa í handskrifað svar þátttakanda.

## Uppsetning gagnaskrár

Þegar kom að því að sameina gögnin frá árinu 2012 við þau gögn sem var safnað árin 2007 og 2009 var ákveðið að hafa gögnin tiltæk bæði á víðu sniði (e. wide format) sem og á löngu sniði (e. long format). Við endurteknar mælingar eins og á við um rannsóknina Heilsa og líðan Íslendinga verður æ mikilvægara með hverri framkvæmd að hafa gögnin tiltæk í löngu sniði fyrir innlestur gagnanna í tölfraeðiforrit. Gagnabankinn er því þannig uppbyggður nú að spurning sem helst óbreytt öll árin skráist þannig sem ein breyta í gögnunum en hver einstaklingur (sjá zrodun í töflu 10) fær eina línu fyrir hvert ár mælingar, þ.e. þrjár línur ef hann hefur tekið þátt öll þrjú árin. Þátttakandinn með auðkennisnúmerið 1 í töflu 10 hefur tekið þátt öll árin og er því með skráðar þrjár mælingar á breytunni heil1. Þátttakandi númer 4 tók ekki þátt árið 2012 en er með skráðar mælingar fyrir árin 2007 og 2009.

**Tafla 10. Uppsetning sameinaðra gagna.**

| zrodun | AR   | heil1 |
|--------|------|-------|
| 1      | 2007 | 2     |
| 1      | 2009 | 2     |
| 1      | 2012 | 1     |
| 2      | 2007 | 2     |
| 2      | 2009 | 2     |
| 2      | 2012 | 3     |
| 3      | 2007 | 2     |
| 3      | 2009 | 3     |
| 3      | 2012 | 2     |
| 4      | 2007 | 2     |
| 4      | 2009 | 2     |
| 5      | 2007 | 2     |
| 5      | 2009 | 2     |
| 5      | 2012 | 2     |

## Nafngiftir breyta

Breytunafngiftin í rannsókninni Heilsa og líðan Íslendinga laut ákveðnu kerfisbundnu ferli. Allar grunnbreytur sem finna má í spurningalistum rannsóknarinnar 2007, 2009 og 2012 hafa fjögurra stafa forskeyti sem vísar í þann flokk spurninga sem viðkomandi breyta tilheyrir í listunum. Dæmi: Bakgrunnsbreytur hafa allar forskeytið „bakg“. Breytur úr kaflanum um „Almennt heilsufar“ hafa t.a.m. allar forskeytið „heil“. Breytur sem innihalda upplýsingar úr floknum „Tekjur og fjárhagsleg staða“ hafa forskeytið „tekj“ o.s.frv.

Á eftir fyrstu fjóru bókstöfunum er tölustafur sem vísar í röð spurningarinnar innan viðkomandi flokks spurninga. Spurningalistinn hefur tekið ákveðnum breytingum í hvert sinn eftir 2007, þegar hann var lagður fyrst fram. Skál það tekið fram hér að spurningu sem bætt var við ákveðinn flokk spurninga, t.d. árið 2009, hafði þau áhrif á nafngift breytunnar sem endurspeglar spurninguna, að tölustafurinn á eftir fyrstu fjóru bókstöfum breytuheitisins varð tala einum hærra en fjöldi spurninga innan þessa sama flokks árið 2007 o.s.frv. Segjum sem svo að spurningu hafi verið bætt inn í flokkinn „bakg“ árið 2009. Árið 2007 voru 10 breytur innan þessa flokks en eftir að annarri bakgrunnsspurningu var bætt inn í spurningalistann fær breytan heitið bakg11. Þrátt fyrir að spurningunni hafi verið komið fyrir annarri í röðinni innan þessa flokks árið 2009. Þetta telst ný spurning/breyta árið 2009 og fer því aftast í þennan flokk, óháð því hvar hún var staðsett innan viðkomandi spurningaflokks í listanum 2009.

Þriðji liður nafngiftar breytanna hefur að gera með fjölda liða hvernar spurningar í listanum. Ef að spurning í listanum hafði fleiri en einn lið var hver liður aðgreindur með lágstafa rómverskum tölustaf skv. röð liðanna í spurningalistanum. Dæmi: Breytan sjuk1iv geymir upplýsingar um fyrstu spurninguna í flokkunum „Eigin sjúkdómar“ í spurningalistanum, úr fjórða lið. Fyrsta spurningin er: „Hefur eitthvað af eftirandi ástandi þínu truflað daglegt líf þitt?“ Og liðurinn er „skert hreyfigeta“, sem getur tekið eitt af þremur mögulegum gildum; „Já, á síðustu 12 mánuðum“, „Já, en fyrir meira en 12 mánuðum“ eða „Nei, aldrei“.

Fjórði liður nafngiftarinnar tilgreinir breytur sem annað hvort hafa verið reiknaðar sérstaklega út frá upplýsingum annarra breyta (afleiddar breytur), eða þá að grunnbreytan hefur verið löguð til á einhvern hátt (t.d. hefur sniði hennar – formati – verið breytt). Þessar breytur taka allar forskeytið „z“. Sé um sértæka nýja breytu að ræða sem reiknuð er upp úr öðrum breytum fær hún sértækt nafn á eftir forskeytinu, en ef aðeins er um að ræða smávægilegar lagfæringar á grunnbreytunni fær hún einfaldlega sama heiti og grunnbreytan, að „z“-forskeytinu undanskyldu. Dæmi: zBMI, zsjukiv.



## Z-breytur og kerfisbundinn svarstíll

Eins og í öllum spurningakönnunum þá svara sumir þátttakendur ekki hluta af spurningunum. Með því að rýna í svarstíll þátttakenda við spurningum sem eru í mörgum liðum má greina ákveðinn svarstíll hjá hluta þátttakenda. Um þetta var fjallað í framkvæmdaskýrslu könnunarinnar 2007 og verður endurtekið hér. Þessi svarstíll einkennist af því að svara eingöngu „já“ við fáum eða nokkrum spurningum sem eru settar upp í mörgum liðum. Dæmi um þetta má sjá á mynd 2 þar sem spurt er um 16 mismunandi sjúkdóma og sjúkdómaflokka. Í þessu dæmi svarar þátttakandi aðeins tveimur liðum (liðum g og l) en svarar ekki til um alla hina sjúkdómana. Hér telja höfundar líklegt að þátttakandinn hafi engan af hinum 14 sjúkdómunum sem spurt er um í öðrum liðum spurningar 6. Við úrvinnslu gagna getur vitneskja, sem felst í slíkum svarstíll, haft áhrif á mat á umfangi tiltekinna einkenna eða hegðunar.

|   | 6. Hefur þú einhvern tíma haft einhvern af eftirtöldum sjúkdómum eða einkennum?<br>Ef svo er hefur <u>læknir</u> greint það hjá þér?<br><i>Merktu í einn eða fleiri reiti í hverjum lið, eftir því sem við á.</i> |   |   |                          | Eftir þú hefur haft sjúkdóm / einkenni, hefur læknir greint það? |                          |
|---|---|---|---|--------------------------|--|--------------------------|
|   | Já, hef núna  | Hef ekki núna, en hafði innan síðustu 12 mánaða | Hef ekki núna, en hafði fyrir meira en 12 mánuðum | Nei, hef aldrei haft     | Já   | Nei                      |
| a) Astma  | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| b) Langvinna berkjubólgu, langvinnan lungnateppusjúkdóm eða lungnæpembu | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| c) Kransæðastíflu (hjartaáfall, hjartadrep)                             | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| d) Kransæðasjúkdóm (hjartakveisu, brjóstverk)                           | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| e) Hækkaðan blóðþrýsting (háþrýsting)                                   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| f) Heilaáfall (blóðtappa eða blæðingur í heila)                         | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| g) Liðagigt (bólgur í liðum, iktsýki)                                   | <input checked="" type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| h) Slitgigt   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| i) Vefjagigt  | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| j) Langvinna bakveiki   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| k) Langvinnan sjúkdóm í hálsi   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| l) Sykursýki  | <input checked="" type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| m) Ofnæmi, s.s. nefbólgu, augnbólgu, húðbólgu, fæðuofnæmi og annað      | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| n) Magasár (sár í maga eða skeifugörn)                                  | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| o) Skorpulífur eða aðra skerta starfsemi lifrar                         | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |
| p) Þvagleka eða vandamál við að stjórna þvagblöðru                      | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/> |

Mynd 2. Dæmi um svarstíll sem krefst nánari úrvinnslu.

Höfundar skýrslunnar hafa útbúið nýjar breytur sem bætast við gagnasafnið og hafa forskeytið Z eins og aðrar afleiddar breytur. Í þessum tilteknu Z-breytum hafa auð svör, sem rekja má til ofangreinds svarstíls, verið endurkóðuð í nýtt gildi, „Líklega nei“. Í niðurstöðum í Viðauka D er „líklega nei“ sérstakur flokkur og þar sem höfundar telja þetta bestu leiðina til að leggja mat á umfang sjúkdóma (sé honum sleppt er hætta á ofmati á umfangi sjúkdóms). Þessu fyrirkomulagi var beitt á þær spurningar í rannsókninni sem gáfu þess kost. Með þessari aðferð er meðal annars dregið úr ofmati á tilteknum sjúkdómum. Um ofmat væri að ræða ef slíkt „líklega nei“ væri skráð sem gagnagat, því þá hefði nefnarinn (e. valid cases) minnkað en teljarinn verið óbreyttur. Nauðsynlegt er að útbúa nýjar breytur til þess að virða tvær meginreglur í skráningu og meðferð gagna. Annars vegar að fylla ekki út svar fyrir þátttakendur ef þeir svara ekki sjálfir og hins vegar að geyma alltaf ósnerta breytu úr innslætti. Með þessu fyrirkomulagi veitist öðrum rannsakendum tækifæri til að bregðast á annan hátt við þessum gagnagötum eftir þörfum.

Svarmynstur þátttakanda er ákveðin heimild um áreiðanleika spurninga sem gagnlegt er að geyma fyrir áframhaldandi þróun spurningalista. Ef aðgerðir rannsakanda við að fækka gagnagötum (e. missing values) með endurkóðun (e. recoding) eru vistaðar beint í upprunalega breytu tapast þessi heimild. Skipanaskrár sem notaðar eru við þessa útreikninga, verða aðgengilegar notendum gagnanna á vefsvæði rannsóknarinnar.

## Hættur í notkun gagnanna

Hér að neðan er fjallað um helstu atriði sem ber að hafa í huga við notkun gagnanna. Sumt hefur verið minnst á áður en er engu að síður dregið sérstaklega fram hér.

## Breytingar á spurningum og svarmöguleikum á milli ára

Einstaka spurningar og svarmöguleikar breyttust á milli ára eins og lýst er í kaflanum um spurningalistann. Breytingar sem gerðu spurningu ósamanburðarhæfa á milli ára endurspeglast í gögnunum sem aðgreindar breytur. Sjá dæmi í töflu 11 hér að neðan; breytan `sjuk5i` inniheldur gögn frá 2007 og 2009 en árið 2012 eru gerðar breytingar á spurningunni og ný breyta verður til í gögnunum, `sjuk5ii`.

**Tafla 11. Dæmi um hvernig breytingar á spurningu birtast sem sitthvor breytan í gögnunum.**

| Breyta  | 2007 | 2009 | 2012 | Skýring  |
|---------|------|------|------|--|
| sjuk5i  | x    | x    |      | Hefur blóðþrýstingurinn verið mældur hjá þér á síðustu 2 árum?<br>1 = Já<br>2 = Nei  |
| sjuk5ii |      |      | x    | Hvenær var blóðþrýstingur þinn síðast mældur hjá heilbrigðisstarfsmanni?<br>1 = Á síðastliðnu ári<br>2 = Fyrir 1-2 árum<br>3 = Fyrir 3-5 árum<br>4 = Fyrir meira en 5 árum<br>5 = Aldrei verið mældur hjá heilbrigðisstarfsmanni |

Ákveðið var að útbúa ekki nýjar breytur fyrir alla liði í spurningum númer 6 og 7 þrátt fyrir breytingar sem voru gerðar á svarmöguleikum frá árinu 2009. Svarmöguleikinn sem datt út birtist sem tómur reitur í gögnunum árið 2012 en nýju svarmöguleikarnir birtast tómir fyrir árin 2007 og 2009, sjá dæmi í töflu 12 hér að neðan. Þegar breyta eins og sjuk2i er endurkóðuð er nauðsynlegt að hafa þessar breytingar á svarmöguleikum í huga.

**Tafla 12. Dæmi um hvernig breytingar á svarmöguleikum í spurningum 6 og 7 birtast í krosstöflu í sameinuðum gögnum fyrir öll þrjú ár rannsóknarinnar.**

| Hefur þú einhvern tíma haft – Astma?<br>(sjuk2i)   | AR Ártal rannsóknar |      |      |
|--|---------------------|------|------|
|  | 2007                | 2009 | 2012 |
| 1 Já, hef núna                                     | 359                 | 262  | 356  |
| 2 Hef haft áður en ekki núna                       | 452                 | 331  | 0    |
| 3 Nei, hef aldrei haft                             | 4579                | 3225 | 5305 |
| 4 Hef ekki núna en hafði innan síðustu 12 mánaða   | 0                   | 0    | 113  |
| 5 Hef ekki núna en hafði fyrir meira en 12 mánuðum | 0                   | 0    | 445  |
| Alls   | 5390                | 3818 | 6219 |

### Aldursbil í úrtaki breytist milli ára

Árið 2007 samanstóð úrtak rannsóknarinnar af 18-79 ára íslenskum ríkisborgurum búsettum á Íslandi. Tveimur árum síðar var farið af stað með framhaldsrannsókn byggða á sama úrtaki og 2007.

Aldursbilið þá var því 20-81 árs. Árið 2012 var nýju 18-79 ára úrtaki bætt við, en þeir sem svöruðu árið 2007 og samþykktu áframhaldandi þátttöku, tóku margir hverjir þátt það árið. Þeir elstu árið 2012 voru því 84 ára. Þessi aldursbil eru dregin saman í töflu 13. Mikilvægt er að taka tillit til þessa mismunandi aldursbils við úrvinnslu gagna. Í tölfræðilegri úrvinnslu er unnt að velja aldursbil.

Höfundar leggja til að notendur gagnanna greini alltaf frá því aldursbili sem þeir nota við greiningu gagna þegar niðurstöður eru birtar.

**Tafla 13. Breytingar á aldursbili rannsóknarinnar Heilsa og líðan Íslendinga á milli ára.**

| Ár   | Aldursbil |
|------|-----------|
| 2007 | 18-79 ára |
| 2009 | 20-81 árs |
| 2012 | 18-84 ára |

## Tvö úrtök

Ef öll gögnin 2007, 2009 og 2012 eru notuð er rétt að notendur átti sig á að ekki er um að ræða tvö óháð úrtök. Þátttaka árið 2009 er háð því að fólk hafi tekið þátt árið 2007 og samþykkt áframhaldandi þátttöku. Árið 2012 svöruðu 3.238 þátttakendur úr úrtaki a frá árinu 2007. Þar sem þessir 3.238 einstaklingar svöruðu spurningalistanum árin 2007, 2009 og 2012 er ekki um að ræða óháð úrtök. Ef áhugi er á að greina tvö óháð úrtök þarf að velja út einstaklinga og mögulega að reikna úrtaksvigt aftur fyrir þá sem eru í nýju úrtaki 2012.

## Vigt

Eins og fram hefur komið byggir rannsóknin á lagskiptu tilviljunarúrtaki. Til þess að finna punktspá (t.d. meðaltal eða hlutfall þýðis) fyrir einstaka breytur þarf að vigta gögnin. Fræðimenn eru ekki sammála hvort vigta þurfi gögn þegar unnið er með líkön. Ef vigt er ekki notuð í líkönunum ráðleggja höfundar notendum gagnanna að hafa breytur aldur, kyn og tvískipta búsetu (höfuðborgarsvæðislandsbyggð) í líkaninu þar sem þessar þrjár breytur eru til grundvallar vigtinni. Kjósi notendur að nota vigt er vert að benda á að tölfræðiforrit nota mismunandi aðferðir við að meðhöndla vigt. Grunnpakki tölfræðiforrítsins SPSS gerir sem dæmi ekki greinarmun á úrtaksvigt og endurtekningavigt (e. repetition weights). Séu gögnin vigtuð fyrir fjöldatölur í SPSS eru þau marktæktarpróf sem byggja á vigtuðum gögnum ekki marktæk. Í framkvæmdaskýrslunni fyrir rannsóknina 2007 var fjallað um vigt með einföldum skýringardæmum<sup>1</sup> (Stefán Hrafn Jónsson, Jón Óskar Guðlaugsson, Haukur Freyr Gylfason og Dóra Guðrún Guðmundsdóttir, 2011).

<sup>1</sup> Stefán Hrafn Jónsson, Jón Óskar Guðlaugsson, Haukur Freyr Gylfason og Dóra Guðrún Guðmundsdóttir. (2011). *Heilsa og líðan Íslendinga 2007: Framkvæmdaskýrsla*. Reykjavík: Lýðheilsustöð. Sótt 20. janúar 2014 af <http://www.landlaeknir.is/tolfraedi-og-rannsoknir/rannsoknir/heilsa-og-lidan-islendinga/>

## Z-breytur og kerfisbundinn svarstíll

Eins og lýst er hér að ofan hafa höfundar útbúið svokallaðar Z-breytur. Í ákveðnum breytum er fyllt inn í gagnagöt (e. missing values) með upplýsingum frá öðrum breytum. Í þeim tilfellum er búin til ný breyta með forskeytinu Z. Ósamræmi getur verið á umfangi einkennis eftir því hvort notast er við z-breytu eða breytu áður en fyllt er í gagnagöt.

## Viðauki A. Úrvinnsla gagna með vigt

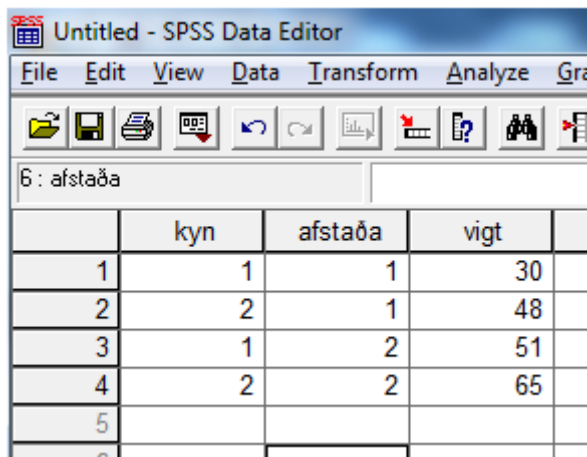
Þegar rætt er um vigt í úrvinnslu gagna í tölfræðiforritum eins og SPSS er mikilvægt að gera greinarmun á tvenns konar vigt: Annars vegar úrtaksvigt (e. sample weight) og hins vegar endurtekningarvigt (e. repetition weight). Til þess að skýra nánar þennan mun eru tekin hér tvö tilbúin dæmi.

### Dæmi 1. Vigt fyrir endurtekningu

Í skoðanakönnun er afstaða karla og kvenna til stjórnar og stjórnarandstöðu mæld. Niðurstöður (fjöldatölur) eru birtar í töflu hér að neðan.

| Afstaða                 | Karlar | Konur |
|-------------------------|--------|-------|
| Styðja stjórn           | 30     | 48    |
| Styðja stjórnarandstöðu | 51     | 65    |

Lesendur geta hæglega slegið þessar tölur í SPSS.



The screenshot shows the SPSS Data Editor interface. The title bar reads 'Untitled - SPSS Data Editor'. The menu bar includes 'File', 'Edit', 'View', 'Data', 'Transform', 'Analyze', and 'Gra'. Below the menu bar is a toolbar with various icons. The main window displays a data table with the following content:

|   | kyn | afstaða | vigt |
|---|-----|---------|------|
| 1 | 1   | 1       | 30   |
| 2 | 2   | 1       | 48   |
| 3 | 1   | 2       | 51   |
| 4 | 2   | 2       | 65   |
| 5 |     |         |      |
| c |     |         |      |

Skipun í SPSS gæti þá verið svona:

```
weight by vigt.
```

```
crosstab table afstada by kyn /cell=col count/ stat = chi.
```

SPSS gefur þá kíkvaðrat-próf með réttum fjölda svarenda og frígráðum.

Þessi notkun endurtekningarvigtar er sérlega heppileg þegar svarfjöldi hleypur á tugum eða hundruðum þúsunda þar sem spara má innslátt verulega.

## Dæmi 2. Úrtaksvigt

Tilbúið dæmi um úrtaksrannsókn um einkenni foreldra sem ættleiða annars vegar börn erlendis frá og hins vegar börn frá Íslandi.

| Þýði/úrtak                | Ísland | Útlönd | Samtals |
|---------------------------|--------|--------|---------|
| Þýði                      | 134    | 322    | 456     |
| Einfalt tilviljunarúrtak  | 29     | 71     | 100     |
| Lagskipt tilviljunarúrtak | 50     | 50     | 100     |

Rannasakandi vinnur með þýði samtals 456 ættleiðinga frá 1990–2008. Fjármagn er takmarkað og aðeins möguleiki á að fram fari viðtalskönnun hjá 100 foreldrum. Til að hámarka möguleika á að greina mun (tölfræðilegt afl), ef einhver er til staðar, er tekið lagskipt úrtak, jafnstór hópur foreldra sem ættleiddu barn frá Íslandi og erlendis frá, 50 foreldrar úr hvorum hóp. Ef um einfalt tilviljunarúrtak hefði verið að ræða mætti búast við 29 foreldrum úr fyrri hópnum og 71 úr þeim seinni. Þegar um samanburð tveggja hópa er að ræða þarf í raun ekki að notast við vigt heldur má gera ráð fyrir tveimur tilviljunarúrtökum úr ólíku þýði (e. independent samples). Ef lýsa á einkennum allra foreldra, sem ættleiða börn, með þessu úrtaki þarf að taka tillit til þess að um er að ræða lagskipt úrtak. Hvert og eitt foreldri í þessu tveggja laga úrtaki endurspeglar ekki 4,56 önnur foreldri líkt og ef valið hefði verið einfalt tilviljunarúrtak (456/100). Lagskiptingin veldur því að hvert foreldri í 50 foreldra úrtaki, sem ættleiðir barn frá Íslandi, endurspeglar 2,68 (134/50) foreldra í þýði. Á sama hátt endurspeglar hvert foreldri í 50 foreldra úrtaki, sem ættleiða barn erlendis frá 6,44 (322/50) foreldra í þýði.

Vogtölur fyrir tvær tegundir úrtaks

|                           | Ísland | Útlönd |
|---------------------------|--------|--------|
| Einfalt tilviljunarúrtak  | 4,6    | 4,6    |
| Lagskipt tilviljunarúrtak | 2,7    | 6,4    |

Þegar um er að ræða einfalt tilviljunarúrtak er vogtölum oftast sleppt í skráningu gagna. Ástæðan er sú að meðaltöl eða hlutföll breytast ekki þegar allir einstaklingar eru með sömu vogtöluna. Því er nægjanlegt að margfalda prósentur með fjölda í þýði til að finna fjölda einstaklinga sem ályktað er að hafi tiltekið einkenni (e. point estimate).

Á þessu eru ýmsar undantekningar. Þegar svarhlutfall er t.d. ójafnt eftir skilgreindum hópum þá er hægt að nota vigt til að koma í veg fyrir að tilteknir hópar hafi of mikið vægi í niðurstöðum.

Hefðbundnar útgáfur af SPSS greina ekki á milli vigtar fyrir endurtekningu og vigtar fyrir úrtaksgerð. Þess vegna er öll staðalvilla (þar með talið staðalvilla meðaltals og hlutfalla) rangt reiknuð ef notast er við vigt. Þetta gerist vegna þess að SPSS gerir ráð fyrir röngum fjöldatölum eins og um væri að ræða endurtekningarvigt (þ.e. reiknað með röngum fjölda einstaklinga sem svara) og því gefa tölfræðipróf á slíkum gögnum rangar niðurstöður. Til þess að bæta úr þessu hafa verið farnar tvær meginleiðir.

Í fyrsta lagi er vogtalan stöðluð; það er gert með því að deila vogtölunni með meðalvigt. Með staðlaðri vogtölu fást sömu meðaltöl og hlutföll og með óstöðluðum vogtölum. Þannig gefa t.d. þrír einstaklingar með vogtölurnar 90, 100 og 110 sömu útreiknuðu meðallaunin ef þeir væru með vogtölurnar 0,9, 1,0 og 1,1. Fjöldatölur eru að meðaltali réttar þar sem vogtölur eru að meðaltali 1,0. Sumir svarendur eru með vogtölu hærri en einn og aðrir með lægri en einn og því er ekki tryggt að staðalvilla sé reiknuð rétt í tölfræðilegum líkönum. Með þessari aðferð eru tölfræðipróf mun nær því að vera rétt en með óstöðluðum vogtölum.

Í öðru lagi hefur þróun í tölfræðiforritum verið mikil og unnar hafa verið viðbætur sem reikna staðalvillu metils (e. standard error of estimate) rétt. Hér er minnst á tvö tölfræðiforrit, annars vegar R-umhverfið og hins vegar SPSS. Kosturinn við R-umhverfið er að það er ókeypis en þykir stundum flókið í notkun. Kosturinn við SPSS er að margir þekkja það forrit en greiða þarf háar upphæðir fyrir viðbótina. Hér á eftir eru birtar vefslóðir þar sem lesa má um áður nefnd forrit.

Umfjöllun um complex survey design í R-umhverfinu:

<http://faculty.washington.edu/tlumley/survey/>

<http://faculty.washington.edu/tlumley/survey/survey-wss.pdf>

IBM SPSS Complex Sample

<http://www.spss.com/software/statistics/complex-samples/>



Umfjöllun um tölfræði flókinna úrtaka í SAS, SPSS og STATA:

<http://scialert.net/fulltext/?doi=ajms.2010.33.39&org=11>

## Dæmi um úrvinnslu gagna í R

Hér er stutt dæmi um tölfræðilega úrvinnslu gagna úr Heilsu og líðan Íslendinga 2007 með R, endurtekið úr framkvæmdaskýrslu rannsóknarinnar 2007. Breytuheiti byggja á eldra nafnakerfi gagna. Hér er brugðið á það ráð að gera gögn til í SPSS, vista út fyrir R og keyra líkön í R. Er það gert til að lágmarka skref sem nauðsynlegt er að vinna í R sem hlotið hefur minni útbreiðslu en SPSS. Forritunarkóði er skrifaður hér með `courier-lettri` til að aðgreina frá öðrum texta. Línur í R, sem byrja á #, eru athugasemdir fyrir þann sem skrifar og les kóðann. Það sama á við um línur sem byrja á \* í SPSS.

### Undirbúningur í SPSS:

\* Hér er búin til breyta fyrir strata sem notuð er í síðari úrvinnslu (gögn frá 2007). Breytan „hofudb“ er tvískipt búsetubreyta (0 = býr utan höfuðborgarsvæðisins, 1 = býr á höfuðborgarsvæðinu).

```
compute strata = hofudb*10+ faer.  
compute id2 = $casenum.
```

\* Hér að neðan eru valdir þeir einstaklingar sem eru með skráð gildi  
\* (valid nonmissing value) á vigt og á fylgibreytu. Þeir eru vistaðir út  
\* í Portable skrá sem R getur lesið.

```
temp.  
sel if vigt gt 0 and offita ge 0.  
EXPORT OUTFILE= "S:\OFFITA.por".
```

### Úrvinnsla í R (texta hér að neðan má afrita í textaskrá, breyta og keyra í R):

```
# ATH Það þarf að vera búin að setja inn foreign og survey-viðbætur  
# áður en þær eru ræstar upp með library-skipun.  
  
# Fyrsta skipun er að opna skipanasafnið  
# foreign til að lesa spss-gögn. Foreign þarf að sækja  
# í fyrsta skipti sem það er notað í R.  
# Eftir það er það ræst með library(foreign).
```

```

# Það sama á við um library(survey) sem er pakki til að
# vinna tölfræði fyrir flókin úrtök sem jafnan má finna í könnunum.

library(foreign)
library(survey)

# Næst er skipun til að lesa inn SPSS portable gagnaskrá.
# Hér eru gögnin sett inn í hlutinn HL07. Notandi gagna þarf að
# sjálfsögðu að skipta um slóð og nafn á skrá til samræmis við sitt
# verkefni og skráaskipulag.
# Staðsetning á drifi hvers og eins er skipt út fyrir staðsetningu
# innan gæsalappa.

HL07 <- as.data.frame(read.spss("S:/R/OFFITA.por",
                               use.value.labels = FALSE))

# Hér er úrtakssnið skilgreint með tilvísun í gögnin, sem skilgreind eru
# hér að ofan (HL07), og nokkrar valdar breytur úr gagnaskrá.
# As.data.frame() er fall til að færa gögn á aðgengilegra format fyrir #
# úrvinnslu í R.

HL7design <- svydesign(id=~1, strata=~STRATA, weights=~VIGT2, data=HL07)

# Ágætt að sjá hvernig þetta lítur út með þessari skipun:
# summary(HL7design)

# Meðaltal o.fl. er reiknað með þessari skipun þar sem kallað
# er á HL7design:

svymean(~OFFITA, HL7design)

# Hér er skilgreint logistic aðhvarfsgreiningarlíkan með
# tilvísun í HL7design.

logisticoffita <- svyglm(OFFITA~KARLAR+EFTIRL+ ALD3039 +
  ALD4049 + ALD5059 + ALD6069 + ALD7079 + HOFUDE +
  FRAMENNT+ HAMENNT + MISMENNT +TEKJUR3 + MTEKJUR+
  EFTIRL + MEFTIRL + REGLBUR + MREGLBUR + TRADREGL +
  TRADSJ + MTRAD + SYKURMIK + MSYKUR + PAKKAAR3 ,
  family=quasibinomial, design=HL7design)

summary(logisticoffita)

```

```
# Glöggir lesendur sjá að notast er við breytur ID2 STRATA og VIGT2
# sem allar koma úr SPSS-skrá.

# Endir á R-skrá.
```

## Viðauki B. Fyrirkomulag dulkóðunar samkvæmt umsókn til Vísindasiðanefndar

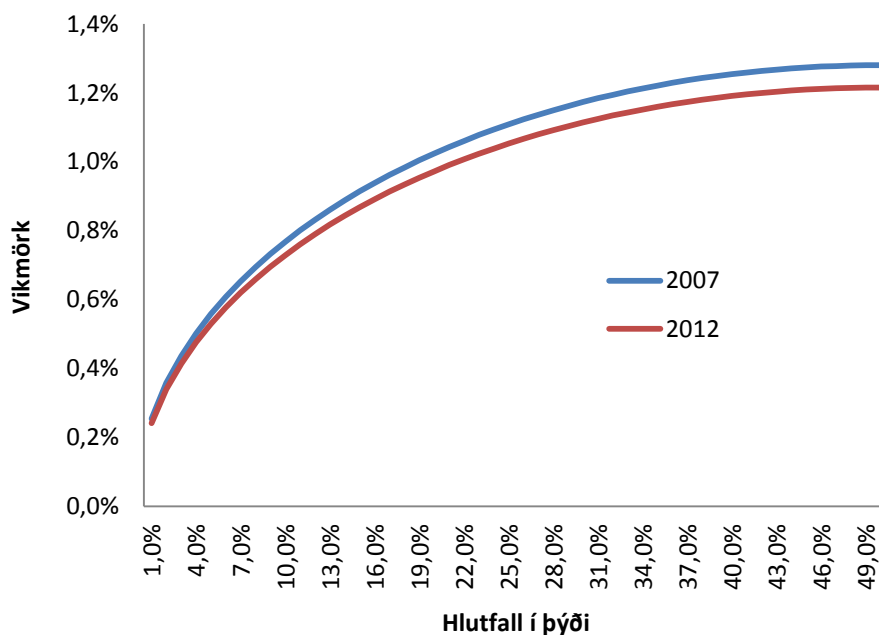
1. Við móttöku útfylltra spurningahefta í fyrstu umferð rannsóknarinnar 2007 var sá háttur hafður á að kápa spurningaheftis var fjarlægð frá svörum, óháð því hvort fólk samþykkti framhaldsrannsókn eða ekki.
2. Raðnúmer var stimplað á kápuna og spurningaheftið við móttöku (hér er ekki átt við útsendinganúmer sem prentað var á baksíðu). Raðnúmerið var í raun dulkóðuð kennitala.
3. Kápur með undirrituðu samþykki voru sendar til vinnsluaðila sem skráði kennitölur og raðnúmer. Kápurar voru með undirritað samþykki fyrir þátttöku í framhaldsrannsókn.
4. Útsendingarnúmer á kápu var tekið af ítrekunarskrá, hvort sem fólk sendi útfylltan spurningalista eða óútfylltan til merkis um höfnun á þátttöku.
5. Eftir skráningu voru kápur skannaðar og rafræn mynd sett á geisladisk til að unnt væri að sýna fram á undirritun, ef þörf væri á slíku við endurtekna rannsókn.
6. Vinnsluaðili geymdi lykil með raðnúmeri og kennitölu, ásamt rafrænum myndum af undirrituðu samþykki.
7. Áður en næstu fyrirlagnir hófust sendi vinnsluaðili stjórnanda rannsóknarinnar lista yfir kennitölur þeirra sem samþykktu þátttöku í framhaldsrannsókn í fyrri fyrirlögn (ath. vinnsluaðili sendir einungis kennitölur, ekki raðnúmer).
8. Útsending spurningalista í annarri og þriðju fyrirlögn fer fram með sama hætti og í þeirri fyrstu, þar sem liðir 1-6 verða endurteknir.
9. Vinnsluaðili mun í lok hverrar fyrirlagnar hafa tvær skrár með kennitölum þátttakanda og raðnúmer. Með því að samkeyra þessar skrár eftir kennitölum og síðan fjarlægja kennitöluna getur vinnsluaðili sent stjórnanda rannsóknarinnar lista þar sem raðnúmer síðustu rannsóknar er tengt raðnúmeri í þeirri rannsókn eða fyrirlögn sem þá stendur yfir.
10. Með þessum lista er unnt að tengja saman svör þátttakanda í mismunandi fyrirlögnum rannsóknarinnar án þess að kennitölur eða nöfn þátttakenda séu nokkurn tíma tengd svörum þeirra.
11. Vinnsluaðili mun aldrei hafa aðgang að gagnaskrá rannsóknarinnar, þ.e. svörum þátttakanda við þeim spurningum sem fyrir þá eru lagðar.

## Viðauki C. Um niðurstöður

Valdar niðurstöður rannsóknarinnar fylgja í næsta viðauka. Allar niðurstöður eru greindar eftir kyni og aldri og einstaka niðurstöður eru greindar eftir heilbrigðisumdæmum. Niðurstöður byggja á vigtuðum gögnum, þ.e. *weight by vigt* í SPSS, til að lagskipt úrtak endurspegli þýði 18–79 ára íslenskra ríkisborgara, búsettra á Íslandi. Allar tölur eru hlutfallstölur þar sem summa niður dálka er 100%. Þetta á alls staðar við nema í niðurstöðum fyrir spurningar sem leyfa fleira en eitt svar, þá er eðlilegt að samtala dálka sé hærri en 100%.

Allar hlutfallstölur hafa verið námundaðar að einum aukastaf en hafa ber í huga að við slíka námundun geta komið fram skekkjur sem nema 1/10 úr prósentu. Þannig er samtala fyrir árið 2012 í töflu D1 99,9% og í öðrum töflum má mögulega sjá útkomuna 100,1% þegar búast má við 100,0%.

Niðurstöðurnar sýna ekki hvort marktækur munur er á hlutfallslegri skiptingu karla og kvenna í einstökum spurningum. Hægt er að nota kí-kvaðrat próf eða vikmörk til að meta hvort svör karla og kvenna við einstökum spurningum séu það frábrugðin að hægt sé að fullyrða að munur sé til staðar í þýði. Það hefur hins vegar ekki ennþá verið gert.



**Mynd C1. Breytingar á 95% vikmörkum eftir því hve hátt hlutfall (x-ás) svara spurningu á ákveðinn hátt.**

Mynd C1 sýnir breytingar sem verða á stærð vikmarka eftir því hve hátt hlutfall svarar spurningu á tiltekinn hátt. Útreikningar vikmarka fyrir hvert prósentustig, frá 1%–50%, byggja á fjöldatölum þeirra

18-79 ára sem svöruðu spurningu um kynferði í rannsókninni árið 2007, alls 5.861, og 2012, alls 6.501. Sömu vikmörk eru fyrir prósentutölur sem eru jafnlangt frá miðju. Þannig eru sömu vikmörk fyrir 40% og 60% og eins sömu vikmörk fyrir 5% og 95%. Ef þátttakendur svara allir tiltekinni spurningu í listanum má lesa vikmörkin fyrir hlutfallstölur beint af kúrfu á mynd C1 sem og fyrir valin hlutföll í töflum sem fylgja hér á eftir. Á undirsíðu rannsóknarinnar, [stoðskjöl rannsakenda](#), er að finna skjal sem tiltekur fjölda svara að baki hverri greiningu í viðauka D. Þar má t.d. sjá að greind eru 6.416 gild svör frá árinu 2012 við spurningunni um mat á líkamlegri heilsu, tafla D1 og mynd D1. Þessi 6.416 svör eru 98,7% af þeim 6.501 sem eru undir í greiningunni fyrir árið 2012.

**Tafla C1. Vikmörk fyrir valin hlutföll árin 2007 og 2012, bæði kyn.**

|      | Fjöldi svara | 1%    | 2%    | 4%    | 8%    | 12%   | 18%   | 24%   | 32%   | 45%   | 50%   |
|------|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 2007 | 5.861        | 0,25% | 0,36% | 0,50% | 0,69% | 0,83% | 0,98% | 1,09% | 1,19% | 1,27% | 1,28% |
| 2012 | 6.501        | 0,24% | 0,34% | 0,48% | 0,66% | 0,79% | 0,93% | 1,04% | 1,13% | 1,21% | 1,22% |

**Tafla C2. Vikmörk fyrir valin hlutföll árin 2007 og 2012, karlar.**

|      | Fjöldi svara | 1%    | 2%    | 4%    | 8%    | 12%   | 18%   | 24%   | 32%   | 45%   | 50%   |
|------|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 2007 | 2.739        | 0,37% | 0,52% | 0,73% | 1,02% | 1,22% | 1,44% | 1,60% | 1,75% | 1,86% | 1,87% |
| 2012 | 2.989        | 0,36% | 0,50% | 0,70% | 0,97% | 1,16% | 1,38% | 1,53% | 1,67% | 1,78% | 1,79% |

**Tafla C3. Vikmörk fyrir valin hlutföll árin 2007 og 2012, konur.**

|      | Fjöldi svara | 1%    | 2%    | 4%    | 8%    | 12%   | 18%   | 24%   | 32%   | 45%   | 50%   |
|------|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 2007 | 3.122        | 0,35% | 0,49% | 0,69% | 0,95% | 1,14% | 1,35% | 1,50% | 1,64% | 1,75% | 1,75% |
| 2012 | 3.512        | 0,33% | 0,46% | 0,65% | 0,90% | 1,07% | 1,27% | 1,41% | 1,54% | 1,65% | 1,65% |

Töflur C1, C2 og C3 nýtast til að fá nálgun á vikmörkin en best er að reikna raunveruleg vikmörk með uppgefnum fjöldatölum í stoðskjali og hlutföllum í viðauka miðað við tilgátur hverju sinni.

Sem dæmi um hvernig nýta má töflu C1 þá má taka dæmi úr töflu D1 í viðaukanum hér að neðan. Árið 2007 mátu 29,2% 18-79 ára Íslendinga líkamlega heilsu sína mjög góða. Vikmörk fyrir hlutfallið 29,2%, þar sem úrtakstærð  $n = 5.861$ , er á milli 1,09% og 1,19% samkvæmt töflu C1. Nákvæmir útreikingar gefa að rétt vikmörk séu 1,17% miðað við að 5792 svara spurningunni og hlutfallið er 29,2. Bilspá fyrir árið 2007 er þá 29,2 +/- 1,17% eða á bilinu 28,03% til 30,37%. Á sama hátt má sjá að árið 2012 töldu 27,3% Íslendinga líkamlega heilsu sína mjög góða. Vikmörk eru +/- 1,09% miðað við að 6416 svara spurningunni og bilspáin því 26,21% til 28,39%. Hér er unnið með 95% öryggisstig. Vikmörk þessara tveggja prósentu skarast (efri mörk árið 2012 eru hærri en neðri mörk árið 2007) og því er ekki tölfræðilega marktækur munur á hlutfalli þeirra Íslendinga sem mátu heilsu sína mjög

góða árin 2007 og 2012. Ef summa vikmarka tveggja hlutfallstalna er hærri en mismunurinn er munurinn ekki tölfræðilega marktækur. Í dæminu hér að ofan er summa vikmarka 2,24% (1,16%+1,08%) en mismunurinn er 1,9% og því er ekki tölfræðilega marktækur munur á milli ára.

Eins og áður hefur komið fram er í öllum spurningakönnunum eitthvað um að þátttakendur svari ekki einstökum spurningum. Stundum má finna ástæður þess í svörum við öðrum spurningum. Sem dæmi má nefna að þátttakendur, sem svara því til að þeir séu ekki í vinnu, svara ekki spurningum um vinnuskilyrði og ferðamáta til og frá vinnu. Þá er enn fremur eitthvað um að þátttakendur svari því játandi að hafa fengið tiltekinn sjúkdóm, en merki ekki í „nei“-dálkinn fyrir þá sjúkdóma sem þeir hafa ekki fengið. Með því að greina þannig „já“-svarstíl má fylla upp hluta af þeim eyðum sem eru í gögnunum (e. missing values). Töflur, þar sem notast hefur verið við svör úr öðrum spurningum til að fylla inn í slíkar eyður, eru stjörnumerktar. Nánari útlitun á þessum eyðufyllingum hafa höfundar skýrslunnar birt í þar tilgerðum skipanaskrá sem munu birtast á vefsíðu rannsóknarinnar .

Í viðauka D eru birtar lýsandi niðurstöður fyrir valdar breytur í rannsókninni með samanburði á milli ára 2007 og 2012. Niðurstöður eru greindar fyrir þá sem eru með skráð svör um kyn og aldur á bilinu 18-79 ára, alls 5.861 árið 2007 og 6.501 árið 2012.

## Viðauki D. Niðurstöður

### Töfluyfirlit Viðauka D

|  |    |
|--|----|
| Tafla D1. Hvernig metur þú almennt líkamlega heilsu þína? Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 55 |
| Tafla D2. Er líkamleg heilsa þín betri eða verri en fyrir ári? Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 57 |
| Tafla D3. Hvernig metur þú almennt andlega heilsu þína? Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 58 |
| Tafla D4. Er andleg heilsa þín betri eða verri en fyrir ári? Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 60 |
| Tafla D5. Blinda eða verulega skert sjón truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 61 |
| Tafla D6. Heyrnarleysi eða verulega skert heyrn truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 62 |
| Tafla D7. Skert hreyfigeta truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 63 |
| Tafla D8. Þrekleysi truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 64 |
| Tafla D9. Vöðvabólga truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 65 |
| Tafla D10. Verkir í baki/herðum truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 66 |
| Tafla D11. Verkir í handleggjum truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 67 |
| Tafla D12. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft astma (hafa núna eða höfðu áður). ....  | 68 |
| Tafla D13. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinna berkjubólgu, langvinnan lungnateppusjúkdóm eða lungnaþembu. .... | 69 |
| Tafla D14. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) kransæðasjúkdóm (hjartakveisu, brjóstverk). ....                           | 70 |
| Tafla D15. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) liðagigt (bólгур í liðum, iktsýki). ....                                   | 71 |
| Tafla D16. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) vefjagigt. ....  | 72 |
| Tafla D17. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinna bakveiki. ....   | 73 |
| Tafla D18. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) sykursýki. ....  | 74 |
| Tafla D19. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) ofnæmi, s.s. nefbólgu, augnbólgu, húðbólgu, fæðuofnæmi og annað. ....      | 75 |
| Tafla D20. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) magasár (sár í maga eða skeifugörn). ....                                  | 76 |
| Tafla D21. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) alvarlegan höfuðverk, s.s. migreni. ....                                   | 77 |
| Tafla D22. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) athyglisbrest með eða án ofvirkni (ADD / ADHD).*                           | 78 |
| Tafla D23. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) kynsjúkdóm.*   | 79 |
| Tafla D24. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) síþreytu. ....   | 80 |
| Tafla D25. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) áfengis- eða fíkniefnasjúkdóm. ....  | 81 |



|  |     |
|--|-----|
| Tafla D26. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) átröskun.* ..  | 82  |
| Tafla D27. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinnan kvíða/spennu.....   | 83  |
| Tafla D28. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) áfallastreitu.* ..   | 84  |
| Tafla D29. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvarandi þunglyndi.....   | 85  |
| Tafla D30. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) krabbamein (illkynja æxli, þ.m.t. hvítblæði og eitlaæxli).*  | 86  |
| Tafla D31. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi* með eftirfarandi sjúkdóma eða einkenni.....  | 87  |
| Tafla D32. Hvenær var blóðþrýstingur þinn síðast mældur hjá heilbrigðisstarfsmanni?* Hlutfallsleg skipting svara.....  | 91  |
| Tafla D33. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við astma? Hlutfallsleg skipting svara.....   | 92  |
| Tafla D34. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við langvinnri berkjubólgu, langvinnum lungnateppusjúkdómi eða lungnabembu? Hlutfallsleg skipting svara.....  | 93  |
| Tafla D35. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við verkjum í liðum (slitgigt, liðagigt, iktsýki)? Hlutfallsleg skipting svara.....   | 94  |
| Tafla D36. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við verkjum í hálsi eða baki? Hlutfallsleg skipting svara. ..   | 95  |
| Tafla D37. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við sykursýki? Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 96  |
| Tafla D38. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við magasári (sári í maga eða skeifugörn)? Hlutfallsleg skipting svara.....   | 97  |
| Tafla D39. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við krabbameini (krabbameinslyfjameðferð)? Hlutfallsleg skipting svara.....   | 98  |
| Tafla D40. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við alvarlegum höfuðverk, s.s. mígreni? Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 99  |
| Tafla D41. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við langvinnum kvíða/spennu? Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 100 |
| Tafla D42. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við langvarandi þunglyndi? Hlutfallsleg skipting svara. ..  | 101 |
| Tafla D43. Hefur þú tekið svefntöflur? Hlutfallsleg skipting svara.....  | 102 |
| Tafla D44. Hefur þú tekið nikótínlyf sem fást án lyfseðils? Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 103 |
| Tafla D45. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf til að hætta að reykja? Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 104 |
| Tafla D46. Hefur þú tekið ofnæmislyf, s.s. við nefbólgu, augnbólgu, húðbólgu, fæðuofnæmi eða öðru? Hlutfallsleg skipting svara.....  | 105 |
| Tafla D47. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því?* Hlutfallsleg skipting svara.....  | 106 |
| Tafla D48. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna kostnaðar?* Hlutfallsleg skipting svara.....  | 107 |
| Tafla D49. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna þess að þú vissir ekki til hvaða læknis þú ættir að leita?* Hlutfallsleg skipting svara. .... | 108 |

|  |                                   |     |
|--|-----------------------------------|-----|
| Tafla D50. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna annarra verkefna?*  | Hlutfallsleg skipting svara. .... | 109 |
| Tafla D51. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna þess að þér fannst of tímafrekt að fara?*                         | Hlutfallsleg skipting svara. .... | 110 |
| Tafla D52. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna þess að þú gast ekki fengið tíma nægilega fljótt?*                | Hlutfallsleg skipting svara. .... | 111 |
| Tafla D53. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna þess að þú taldir að ferð til læknis myndi ekki gera mikið gagn?* | Hlutfallsleg skipting svara.....  | 112 |
| Tafla D54. Reykir þú? Hlutfallsleg skipting svara.....   |                                   | 113 |
| Tafla D55. Hvað reykir þú venjulega mikið? Hlutfallsleg skipting svara*.....   |                                   | 115 |
| Tafla D56. Vilji til að að hætta að reykja (e. stages of change). Hlutfallsleg skipting svara. ....  |                                   | 116 |
| Tafla D57. Hversu oft ert þú að jafnaði innandyra þar sem reykt er? Hlutfallsleg skipting svara.....   |                                   | 117 |
| Tafla D58. Notar þú eða hefur þú notað tóbak í vörina?*  | Hlutfallsleg skipting svara. .... | 118 |
| Tafla D59. Hefur þú einhvern tíma drukkið áfengi? Hlutfallsleg skipting svara. ....  |                                   | 119 |
| Tafla D60. Hversu oft á síðustu 12 mánuðum hefur þú drukkið minnst eitt glas af einhverjum drykk sem inniheldur áfengi? Hlutfallsleg skipting svara.....                                     |                                   | 120 |
| Tafla D61. Hversu oft, á síðustu 12 mánuðum, hefur þú drukkið á einum degi að minnsta kosti 5 áfenga drykki? Hlutfallsleg skipting svara. ....   |                                   | 121 |
| Tafla D62. Hversu oft á síðustu 12 mánuðum hefur þú ekki getað munað það sem gerðist kvöldið áður vegna þess að þú hafðir drukkið áfengi? Hlutfallsleg skipting svara.....                   |                                   | 122 |
| Tafla D63. Hversu oft á síðustu 12 mánuðum hefur þú drukkið áfengi með mat?*   | Hlutfallsleg skipting svara. .... | 124 |
| Tafla D64. Meðalfjöldi tanna í efri og neðri gómi. ....  |                                   | 125 |
| Tafla D65. Hversu oft ferð þú í eftirlit til tannlæknis? Hlutfallsleg skipting svara.....  |                                   | 126 |
| Tafla D66. Hversu oft burstar þú tennurnar? Hlutfallsleg skipting svara.....   |                                   | 127 |
| Tafla D67. Notar þú, og þá hversu oft, tannþráð til að hreinsa á milli tannanna? Hlutfallsleg skipting svara. ....   |                                   | 128 |
| Tafla D68. Hversu oft borðar þú ávexti eða ber? Hlutfallsleg skipting svara. ....  |                                   | 129 |
| Tafla D69. Hversu oft borðar þú fisk, fiskrétti? Hlutfallsleg skipting svara. ....   |                                   | 131 |
| Tafla D70. Hversu oft drekkur þú sykrað gos? Hlutfallsleg skipting svara.....  |                                   | 132 |
| Tafla D71. Hversu oft borðar þú skyndibita (á skyndibitastað eða tekið með heim)? Hlutfallsleg skipting svara.....   |                                   | 133 |
| Tafla D72. Hversu oft tekur þú lýsi, lýsisbelgi? Hlutfallsleg skipting svara.....  |                                   | 134 |
| Tafla D73. Hversu oft að jafnaði borðar þú morgunmat? Hlutfallsleg skipting svara. ....  |                                   | 135 |
| Tafla D74. Ég fæ samviskubit ef ég borða sætindi. Hlutfallsleg skipting svara. ....  |                                   | 136 |
| Tafla D75. Ég er sátt/ur við eigin matarvenjur. Hlutfallsleg skipting svara. ....  |                                   | 137 |
| Tafla D76. Ég reyni að borða hollan mat. Hlutfallsleg skipting svara. ....   |                                   | 138 |
| Tafla D77. Líkamsþyngdarstuðull flokkaður*. Hlutfallsleg skipting í flokka. ....   |                                   | 139 |

|   |     |
|---|-----|
| Tafla D78. Hversu sátt/ur eða ósátt/ur ert þú við eigin líkamsþyngd? Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 140 |
| Tafla D79. Hefur þú reynt að létta þig eða þyngja á síðastliðnum 12 mánuðum? Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 141 |
| Tafla D80. Háir heilsufar þitt eða skert athafnageta þér við mikla áreynslu (t.d. að hlaupa, lyfta þungum hlutum eða taka þátt í erfiðum íþróttum)? Hlutfallsleg skipting svara.....                            | 142 |
| Tafla D81. Háir heilsufar þitt eða skert athafnageta þér við miðlungs áreynslu (t.d. að færa til borð, ryksuga, eða hjóla)? Hlutfallsleg skipting svara.....  | 143 |
| Tafla D82. Háir heilsufar þitt eða skert athafnageta þér við að ganga upp eina hæð í húsi? Hlutfallsleg skipting svara.....   | 144 |
| Tafla D83. Háir heilsufar þitt eða skert athafnageta þér við að ganga meira en einn kílómetra? Hlutfallsleg skipting svara.....   | 145 |
| Tafla D84. Háir heilsufar þitt eða skert athafnageta þér við að klæða þig eða fara í bað? Hlutfallsleg skipting svara.....  | 146 |
| Tafla D85. Hefur þú orðið fyrir líkamlegu ofbeldi (t.d. barsmiðum, þ.m.t. heimilisofbeldi)?* Hlutfallsleg skipting svara.** .....   | 147 |
| Tafla D86. Ef þú hefur orðið fyrir líkamlegu ofbeldi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess? - Líkamlegum vandamálum / áverkum.* Hlutfallsleg skipting svara.....                        | 148 |
| Tafla D87. Ef þú hefur orðið fyrir líkamlegu ofbeldi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess? - Andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum).* Hlutfallsleg skipting svara..    | 149 |
| Tafla D88. Ef þú hefur fundið fyrir vandamálum í kjölfar líkamlegs ofbeldis, hefur þú leitað þér aðstoðar eftirfarandi fagaðila vegna þess? * Hlutfallsleg skipting svara.** .....                              | 150 |
| Tafla D89. Hefur þú orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi (þvingun til samfara, tilraun til nauðgunar eða kynferðislegri snertingu / athöfn gegn vilja þínum)? * Hlutfallsleg skipting svara.** .....               | 151 |
| Tafla D90. Ef þú hefur orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess? - Líkamlegum vandamálum / áverkum.* Hlutfallsleg skipting svara. ....                   | 152 |
| Tafla D91. Ef þú hefur orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess? - Andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum).* Hlutfallsleg skipting svara. | 153 |
| Tafla D92. Ef þú hefur fundið fyrir vandamálum í kjölfar kynferðislegs ofbeldis, hefur þú leitað þér aðstoðar eftirfarandi fagaðila vegna þess? * Hlutfallsleg skipting svara.** .....                          | 154 |
| Tafla D93. Hefur þú orðið fyrir eftirfarandi slysum? – Umferðarslys* Hlutfallsleg skipting svara.....   | 155 |
| Tafla D94. Hefur þú orðið fyrir eftirfarandi slysum? – Fritímaslys (utan heimilis)* Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 156 |
| Tafla D95. Hefur þú orðið fyrir eftirfarandi slysum? – Slys á eða við heimili* Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 157 |
| Tafla D96. Hefur þú orðið fyrir eftirfarandi slysum? – Annað slys (þ.e. annað en umferðarslys, fritímaslys eða slys á eða við heimili)* Hlutfallsleg skipting svara. ....                                       | 158 |
| Tafla D97. Ef þú hefur orðið fyrir slysi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess? - Líkamlegum vandamálum / áverkum.* Hlutfallsleg skipting svara.....                                    | 159 |
| Tafla D98. Ef þú hefur orðið fyrir slysi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess? - Andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum).* Hlutfallsleg skipting svara.....             | 160 |
| Tafla D99. Ef þú hefur fundið fyrir vandamálum í kjölfar slyss, hefur þú leitað þér aðstoðar eftirfarandi fagaðila vegna þess? * Hlutfallsleg skipting svara.** .....   | 161 |

|  |     |
|--|-----|
| Tafla D100. Hve löngum tíma á dag varðir þú að jafnaði sitjandi í síðustu viku? Aðeins skal miða við virka daga. Hlutfallsleg skipting svara. ....                                 | 162 |
| Tafla D101. Hversu oft, ef einhvern tíma, nýtir þú þér að jafnaði útivistarsvæði? Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 164 |
| Tafla D102. Hversu oft, ef einhvern tíma, nýtir þú þér að jafnaði opið náttúrulegt landsvæði? Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 165 |
| Tafla D103. Hver af eftirfarandi lýsingum passar best athöfnum þínum í frítíma, síðustu sjö daga? * Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 166 |
| Tafla D104. Hvað af eftirfarandi lýsir best líkamlegri áreynslu í starfi þínu eða námi? Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 167 |
| Tafla D105. Ég hef litið bjartsýnum augum til framtíðarinnar síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 168 |
| Tafla D106. Mér hefur þótt ég gera gagn síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 169 |
| Tafla D107. Ég hef verið afslöppuð/afslappaður síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 170 |
| Tafla D108. Mér hefur gengið vel að takast á við vandamál síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 171 |
| Tafla D109. Ég hef hugsað skýrt síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 172 |
| Tafla D110. Mér hefur fundist ég nán(n) öðrum síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 173 |
| Tafla D111. Ég hef átt auðvelt með að gera upp hug minn síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 174 |
| Tafla D112. Hversu oft undanfarinn mánuð fannst þér að þú værir að missa stjórn á mikilvægum þáttum í lífi þínu? Hlutfallsleg skipting svara. ....                                 | 175 |
| Tafla D113. Hversu oft undanfarinn mánuð varst þú örugg(ur) með þær ákvarðanir sem þú þurftir að taka til að leysa úr persónulegum vandamálum? Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 176 |
| Tafla D114. Hversu oft undanfarinn mánuð fannst þér að hlutirnir gengju þér í hag? Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 177 |
| Tafla D115. Hversu oft undanfarinn mánuð hefur þú upplifað að vandamálin hrönnuðust upp án þess að þú réðir við þau? Hlutfallsleg skipting svara. ....                             | 178 |
| Tafla D116. Þegar á heildina er litið, hversu hamingjusama(n) telur þú þig vera? Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 179 |
| Tafla D117. Álag vegna atburða eða aðstæðna sem Íslendingar á vinnumarkaði* hafa búið við að undanförunu í vinnu.** Hlutfallsleg skipting svara. ....                              | 180 |
| Tafla D118. Álag vegna atburða eða aðstæðna sem Íslendingar í vinnu eða námi* hafa búið við að undanförunu í að samræma vinnu/nám og einkalíf.** Hlutfallsleg skipting svara. .... | 181 |
| Tafla D119. Undanfarnar 2 vikur var ég glöð/glaður og í góðu skapi. Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 182 |
| Tafla D120. Undanfarnar 2 vikur var ég full/ur af orku og krafti. Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 183 |
| Tafla D121. Undanfarnar 2 vikur leið mér vel og var úthvöld/ur þegar ég vaknaði. Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 184 |
| Tafla D122. Undanfarnar 2 vikur var margt áhugavert að gerast á hverjum degi. Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 185 |
| Tafla D123. Það var auðvelt að pirra mig eða ergja síðastliðna viku.* Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 186 |

|  |     |
|--|-----|
| Tafla D124. Ég fékk reiðiköst sem ég gat ekki stjórnað síðastliðna viku.* Hlutfallsleg skipting svara.   | 187 |
| Tafla D125. Ég virtist alls ekki geta fundið fyrir neinum góðum tilfinningum síðustu 7 daga.*<br>Hlutfallsleg skipting svara.....  | 188 |
| Tafla D126. Mér fannst erfitt að slappa af síðustu 7 daga.* Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 189 |
| Tafla D127. Mér fannst ég ekki geta hlakkað til neins síðustu 7 daga.* Hlutfallsleg skipting svara. ...  | 190 |
| Tafla D128. Mér fannst ég frekar hörundsár síðustu 7 daga.* Hlutfallsleg skipting svara.....   | 191 |
| Tafla D129. Ég var dapur/döpur og niðurdregin/n síðustu 7 daga.* Hlutfallsleg skipting svara.....  | 192 |
| Tafla D130. Ég gat ekki fengið brennandi áhuga á neinu síðustu 7 daga.* Hlutfallsleg skipting svara.<br>.....  | 193 |
| Tafla D131. Ég var ergileg/ur síðustu 7 daga.* Hlutfallsleg skipting svara.....  | 194 |
| Tafla D132. Mér fannst erfitt að hleypta í mig krafti til að gera hluti síðustu 7 daga.* Hlutfallsleg<br>skipting svara.....   | 195 |
| Tafla D133. Ég er ánægð/ur með útlit mitt eins og það er.* Hlutfallsleg skipting svara.....  | 196 |
| Tafla D134. Ég er óánægð/ur með líkamsbyggingu mína.* Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 197 |
| Tafla D135. Ég er líkamlega óaðlaðandi.* Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 198 |
| Tafla D136. Hversu margar klukkustundir sefur þú að jafnaði á nóttu? Hlutfallsleg skipting svara. ...  | 199 |
| Tafla D137. Hversu oft á síðustu 3 mánuðum hefur þú átt erfitt með að sofna? Hlutfallsleg skipting<br>svara. ....  | 201 |
| Tafla D138. Hversu oft á síðustu 3 mánuðum hefur þú vaknað eftir að hafa fest svefn og átt erfitt með<br>að sofna aftur? Hlutfallsleg skipting svara. ....   | 202 |
| Tafla D139. Hversu oft á síðustu 3 mánuðum hefur þú vaknað nokkrum sinnum á nóttu? Hlutfallsleg<br>skipting svara.....   | 203 |
| Tafla D140. Hversu oft hefur þú sólbrunnið í sólbaði á Íslandi síðustu 12 mánuði? Hlutfallsleg skipting<br>svara. ....   | 204 |
| Tafla D141. Hversu oft hefur þú sólbrunnið í sólarlandaferð síðustu 12 mánuði? Hlutfallsleg skipting<br>svara. ....  | 205 |
| Tafla D142. Hversu oft hefur þú sólbrunnið í ljósum (ljósalömpum eða ljósabekkjum) síðustu 12<br>mánuði? Hlutfallsleg skipting svara.....  | 206 |
| Tafla D143. Hversu vel eða illa fjárhagslega stæð telur þú að fjölskylda þín sé miðað við aðrar<br>fjölskyldur á Íslandi? Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 207 |
| Tafla D144. Hversu auðvelt eða erfitt hefur það verið fyrir þig og fjölskyldu þína (ef við á) að ná<br>endum saman fjárhagslega undanfarna 12 mánuði (svo sem að borga fyrir mat, húsnæði og<br>reikninga)? Hlutfallsleg skipting svara..... | 208 |
| Tafla D145. Hvernig hefur þú ferðast til vinnu (eða skóla) undanfarna 30 daga? – Akandi í einkabíl eða<br>vinnubíl. Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða<br>skóla.....                | 209 |
| Tafla D146. Hvernig hefur þú ferðast til vinnu (eða skóla) undanfarna 30 daga? – Gangandi.<br>Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla. ...   | 210 |
| Tafla D147. Hvernig hefur þú ferðast til vinnu (eða skóla) undanfarna 30 daga? – Hjólandi. Hlutfallsleg<br>skipting svara meðal þeirra sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla. ....  | 211 |

|   |     |
|---|-----|
| Tafla D148. Hvernig hefur þú ferðast til vinnu (eða skóla) undanfarna 30 daga? – Með strætisvagni eða öðru almenningsfarartæki. Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla. .... | 212 |
| Tafla D149. Vinnuaðstæður – Verður þú að vinna aukavinnu? Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem eru í launaðri vinnu.....  | 213 |
| Tafla D150. Vinnuaðstæður – Hefur þú of mikið að gera? Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem eru í launaðri vinnu. ....  | 214 |
| Tafla D151. Vinnuaðstæður – Gera tveir eða fleiri ósamræmanlegar kröfur til þín? Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem eru í launaðri vinnu.....   | 215 |
| Tafla D152. Vinnuaðstæður – Metur næsti yfirmaður þinn það við þig þegar þú nærð árangri í starfi? Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem eru í launaðri vinnu. ....  | 216 |
| Tafla D153. Líf mitt hefur augljósan tilgang.* Hlutfallsleg skipting svara. ....  | 217 |
| Tafla D154. Ég hef fundið gefandi hlutverk í lífinu.* Hlutfallsleg skipting svara.....  | 218 |

## Myndayfirlit Viðauka D

|   |    |
|---|----|
| Mynd D1. Hlutfall Íslendinga sem meta líkamlega heilsu sína góða eða mjög góða. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 55 |
| Mynd D2. Hlutfall Íslendinga sem meta líkamlega heilsu sína góða eða mjög góða árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.....   | 56 |
| Mynd D3. Hlutfall Íslendinga sem meta líkamlega heilsu sína góða eða mjög góða árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.....   | 56 |
| Mynd D4. Hlutfall Íslendinga sem telja líkamlega heilsu sína svipaða eða betri en fyrir ári. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 57 |
| Mynd D5. Hlutfall Íslendinga sem meta andlega heilsu sína góða eða mjög góða. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 58 |
| Mynd D6. Hlutfall Íslendinga sem meta andlega heilsu sína góða eða mjög góða árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.....   | 59 |
| Mynd D7. Hlutfall Íslendinga sem meta andlega heilsu sína góða eða mjög góða árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.....   | 59 |
| Mynd D8. Hlutfall Íslendinga sem telja andlega heilsu sína svipaða eða betri en fyrir ári. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 60 |
| Mynd D9. Blinda eða verulega skert sjón truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 61 |
| Mynd D10. Heyrnarleysi eða verulega skert heyrn truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 62 |
| Mynd D11. Skert hreyfigeta truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 63 |
| Mynd D12. Þrekleysi truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 64 |
| Mynd D13. Vöðvabólga truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 65 |
| Mynd D14. Verkir í baki/herðum truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 66 |
| Mynd D15. Verkir í handleggjum truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 67 |
| Mynd D16. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft astma (hafa núna eða höfðu áður). Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 68 |
| Mynd D17. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinna berkjubólgu, langvinnan lungnateppusjúkdóm eða lungnaþembu. Greint eftir ári, aldri og kyni..... | 69 |
| Mynd D18. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) kransæðasjúkdóm (hjartakveisu, brjóstverk). Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                          | 70 |
| Mynd D19. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) liðagigt (bólгур í liðum, iktsýki). Greint eftir ári, aldri og kyni.....                                   | 71 |
| Mynd D20. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) vefjagigt. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 72 |
| Mynd D21. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinna bakveiki. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 73 |
| Mynd D22. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) sykursýki. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 74 |

|   |    |
|---|----|
| Mynd D23. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) ofnæmi, s.s. nefbólgu, augnbólgu, húðbólgu, fæðuofnæmi og annað. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....     | 75 |
| Mynd D24. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) magasár (sár í maga eða skeifugörn). Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                                 | 76 |
| Mynd D25. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) alvarlegan höfuðverk, s.s. migreni. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                                  | 77 |
| Mynd D26. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) athyglisbrest með eða án ofvirkni (ADD / ADHD). Greint eftir ári, aldri og kyni.....                       | 78 |
| Mynd D27. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) kynsjúkdóm. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 79 |
| Mynd D28. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) síþreytu. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 80 |
| Mynd D29. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) áfengis- eða fíkniefnasjúkdóm. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                                       | 81 |
| Mynd D30. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) átröskun. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 82 |
| Mynd D31. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinnan kvíða/spennu. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 83 |
| Mynd D32. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) áfallastreitu. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 84 |
| Mynd D33. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvarandi þunglyndi. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 85 |
| Mynd D34. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) krabbamein (illkynja æxli, þ.m.t. hvítblæði og eitlaæxli). Greint eftir ári, aldri og kyni. ....           | 86 |
| Mynd D35. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með síþreytu. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 87 |
| Mynd D36. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með áfengis- eða fíkniefnavanda. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 88 |
| Mynd D37. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með kvíða eða spennu. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 88 |
| Mynd D38. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með langvarandi þunglyndi. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 89 |
| Mynd D39. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með athyglisbrest með eða án ofvirkni (ADD/ADHD). Greint eftir aldri og kyni. ....  | 89 |
| Mynd D40. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með áfallastreitu. Greint eftir aldri og kyni. ....   | 90 |
| Mynd D41. Hlutfall Íslendinga sem lét mæla blóðþrýsting sinn hjá heilbrigðisstarfsmanni síðastliðið ár. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 91 |
| Mynd D42. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við astma. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 92 |
| Mynd D43. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við langvinnri berkjubólgu, langvinnnum lungnateppusjúkdómi eða lungnaþembu. Greint eftir ári, aldri og kyni..... | 93 |



|  |     |
|--|-----|
| Mynd D44. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við verkjum í liðum (slitgigt, liðagigt, iktsýki). Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 94  |
| Mynd D45. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við verkjum í hálsi eða baki. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 95  |
| Mynd D46. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við sykursýki. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 96  |
| Mynd D47. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við magasári (sári í maga eða skeifugörn). Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 97  |
| Mynd D48. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við krabbameini (krabbameinslyfjameðferð). Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 98  |
| Mynd D49. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við alvarlegum höfuðverk, s.s. migreni. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 99  |
| Mynd D50. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við langvinnum kvíða/spennu. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 100 |
| Mynd D51. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við langvarandi þunglyndi. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 101 |
| Mynd D52. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið svefntöflur. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 102 |
| Mynd D53. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið nikótínlyf sem fást án lyfseðils. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 103 |
| Mynd D54. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf til að hætta að reykja. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 104 |
| Mynd D55. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið ofnæmislyf, s.s. við nefbólgu, augnbólgu, húðbólgu, fæðuofnæmi eða öðru. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 105 |
| Mynd D56. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 106 |
| Mynd D57. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því vegna kostnaðar. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 107 |
| Mynd D58. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því vegna óvissu um til hvaða læknis ætti að leita. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                        | 108 |
| Mynd D59. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því vegna annarra verkefna. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 109 |
| Mynd D60. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því þar sem það þótti of tímafrekt að fara. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                                | 110 |
| Mynd D61. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því vegna þess að þeir gátu ekki fengið tíma nægilega fljótt. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....              | 111 |
| Mynd D62. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því vegna þess að þeir töldu að ferð til læknis myndi ekki gera mikið gagn. Greint eftir ári, aldri og kyni..... | 112 |
| Mynd D63. Hlutfall Íslendinga sem reykja daglega. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 113 |

|   |     |
|---|-----|
| Mynd D64. Hlutfall Íslendinga sem reykja daglega árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö. ....  | 114 |
| Mynd D65. Hlutfall Íslendinga sem reykja daglega árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö. ....  | 114 |
| Mynd D66. Hlutfall Íslendinga sem reykja 15 eða fleiri sigarettur á dag. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 115 |
| Mynd D67. Hlutfall Íslendinga sem ætla að hætta að reykja innan 6 mánaða. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 116 |
| Mynd D68. Hlutfall Íslendinga sem eru nokkrum sinnum í viku eða daglega innandyrá þar sem reykt er. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 117 |
| Mynd D69. Hlutfall Íslendinga sem nota tóbak í vörina daglega. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 118 |
| Mynd D70. Hlutfall Íslendinga sem hafa aldrei drukkið áfengi. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 119 |
| Mynd D71. Hlutfall Íslendinga sem drukku áfengi (a.m.k. eitt glas af áfengum drykk) einu sinni í viku eða oftar síðustu 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                        | 120 |
| Mynd D72. Hlutfall Íslendinga sem drukku einu sinni í mánuði eða oftar a.m.k. 5 áfenga drykki á einum degi, á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                         | 121 |
| Mynd D73. Hlutfall Íslendinga sem einhvern tíma síðustu 12 mánuði gat ekki munað það sem gerðist kvöldið áður vegna þess að hafa drukkið áfengi. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....          | 122 |
| Mynd D74. Hlutfall Íslendinga sem einhvern tíma síðustu 12 mánuði gat ekki munað það sem gerðist kvöldið áður vegna þess að hafa drukkið áfengi, árið 2007 eftir heilbrigðisumdæmunum sjö. .... | 123 |
| Mynd D75. Hlutfall Íslendinga sem einhvern tíma síðustu 12 mánuði gat ekki munað það sem gerðist kvöldið áður vegna þess að hafa drukkið áfengi, árið 2012 eftir heilbrigðisumdæmunum sjö. .... | 123 |
| Mynd D76. Hlutfall Íslendinga sem drukku áfengi með mat einu sinni í viku eða oftar síðustu 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 124 |
| Mynd D77. Meðalfjöldi tanna samanlagt í efri og neðri gómi. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 125 |
| Mynd D78. Hlutfall Íslendinga sem fara í eftirlit til tannlæknis einu sinni á ári eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 126 |
| Mynd D79. Hlutfall Íslendinga sem burstu tennurnar tvisvar á dag eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 127 |
| Mynd D80. Hlutfall Íslendinga sem nota tannþráð einu sinni á dag eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 128 |
| Mynd D81. Hlutfall Íslendinga sem borða ávexti eða ber einu sinni á dag eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 129 |
| Mynd D82. Hlutfall Íslendinga sem borða ávexti eða ber einu sinni á dag eða oftar árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö. ....   | 130 |
| Mynd D83. Hlutfall Íslendinga sem borða ávexti eða ber einu sinni á dag eða oftar árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö. ....   | 130 |
| Mynd D84. Hlutfall Íslendinga sem borða fisk eða fiskrétti tvisvar sinnum í viku eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 131 |
| Mynd D85. Hlutfall Íslendinga sem drekka sykrað gos fjórum sinnum í viku eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 132 |
| Mynd D86. Hlutfall Íslendinga sem borða skyndibita einu sinni í viku eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 133 |

|   |     |
|---|-----|
| Mynd D87. Hlutfall Íslendinga sem taka lýsi eða lýsisbelgi daglega. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 134 |
| Mynd D88. Hlutfall Íslendinga sem borða morgunmat daglega. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 135 |
| Mynd D89. Hlutfall Íslendinga sem telja fullyrðinguna „Ég fæ samviskubit ef ég borða sætindi“ eiga frekar eða mjög vel við um sig. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 136 |
| Mynd D90. Hlutfall Íslendinga sem telja fullyrðinguna „Ég er sátt/ur við eigin matarvenjur“ eiga frekar eða mjög vel við um sig. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 137 |
| Mynd D91. Hlutfall Íslendinga sem telja fullyrðinguna „Ég reyni að borða hollan mat“ eiga frekar eða mjög vel við um sig. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 138 |
| Mynd D92. Hlutfall Íslendinga í offitu. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 139 |
| Mynd D93. Hlutfall Íslendinga sem er mjög eða frekar sátt með eigin líkamsþyngd. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 140 |
| Mynd D94. Hlutfall Íslendinga sem er að reyna að létta sig núna. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 141 |
| Mynd D95. Hlutfall Íslendinga sem telja heilsufar sitt eða skerta athafnagetu há sér mjög eða nokkuð við mikla áreynslu. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 142 |
| Mynd D96. Hlutfall Íslendinga sem telja heilsufar sitt eða skerta athafnagetu há sér mjög eða nokkuð við miðlungs áreynslu. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 143 |
| Mynd D97. Hlutfall Íslendinga sem telja heilsufar sitt eða skerta athafnagetu há sér mjög eða nokkuð við að ganga upp eina hæð í húsi. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 144 |
| Mynd D98. Hlutfall Íslendinga sem telja heilsufar sitt eða skerta athafnagetu há sér mjög eða nokkuð við að ganga meira en einn kílómetra. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 145 |
| Mynd D99. Hlutfall Íslendinga sem telja heilsufar sitt eða skerta athafnagetu há sér mjög eða nokkuð við að klæða sig eða fara í bað. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 146 |
| Mynd D100. Hlutfall Íslendinga sem tilgreina að þeir hafi einhvern tíma hafa orðið fyrir líkamlegu ofbeldi. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 147 |
| Mynd D101. Hlutfall af öllum Íslendingum sem tilgreina að þeir finni núna fyrir eða hafa áður fundið fyrir líkamlegum vandamálum/áverkum í kjölfar líkamlegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni. ..                            | 148 |
| Mynd D102. Hlutfall af öllum Íslendingum sem tilgreina að þeir finni núna fyrir eða hafi áður fundið fyrir andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum) í kjölfar líkamlegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni. .... | 149 |
| Mynd D103. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast hafa leitað sér aðstoðar ólíkra fagaðila vegna vandamála í kjölfar líkamlegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 150 |
| Mynd D104. Hlutfall Íslendinga sem tilgreina að þeir hafi einhvern tíma orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 151 |
| Mynd D105. Hlutfall af öllum Íslendingum sem tilgreina að þeir finni núna fyrir eða hafi áður fundið fyrir líkamlegum vandamálum/áverkum í kjölfar kynferðislegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                      | 152 |
| Mynd D106. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast núna finna fyrir eða hafa áður fundið fyrir andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum) í kjölfar kynferðislegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....       | 153 |
| Mynd D107. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast hafa leitað sér aðstoðar ólíkra fagaðila vegna vandamála í kjölfar kynferðislegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 154 |

|   |     |
|---|-----|
| Mynd D108. Hlutfall Íslendinga sem segjast einhvern tíma hafa orðið fyrir umferðarslysi. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 155 |
| Mynd D109. Hlutfall Íslendinga sem segjast einhvern tíma hafa orðið fyrir frítímaslysi (utan heimilis). Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 156 |
| Mynd D110. Hlutfall Íslendinga sem segjast einhvern tíma hafa orðið fyrir slysi á eða við heimili. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 157 |
| Mynd D111. Hlutfall Íslendinga sem segjast einhvern tíma hafa orðið fyrir öðru slysi heldur en umferðarslysi, frítímaslysi eða slysi á eða við heimili. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....               | 158 |
| Mynd D112. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast núna finna fyrir eða hafa áður fundið fyrir líkamlegum vandamálum/áverkum í kjölfar slyss. Greint eftir ári, aldri og kyni.....                        | 159 |
| Mynd D113. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast núna finna fyrir eða hafa áður fundið fyrir andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum) í kjölfar slyss. Greint eftir ári, aldri og kyni. . | 160 |
| Mynd D114. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast hafa leitað sér aðstoðar ólíkra fagaðila vegna vandamála í kjölfar slyss. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 161 |
| Mynd D115. Hlutfall Íslendinga sem sögðust verja 8 klukkustundum eða meira sitjandi virku dagana í vikunni áður. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 162 |
| Mynd D116. Hlutfall Íslendinga sem sögðust verja 8 klukkustundum eða meira sitjandi virku dagana í vikunni áður árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.....  | 163 |
| Mynd D117. Hlutfall Íslendinga sem sögðust verja 8 klukkustundum eða meira sitjandi virku dagana í vikunni áður árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.....  | 163 |
| Mynd D118. Hlutfall Íslendinga sem nýta sér útivistarsvæði að jafnaði þrisvar sinnum í viku eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 164 |
| Mynd D119. Hlutfall Íslendinga sem nýta sér opið náttúrulegt landsvæði að jafnaði þrisvar sinnum í viku eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 165 |
| Mynd D120. Hver af eftirfarandi lýsingum passar best athöfnum þínum í frítíma, síðustu sjö daga? Hlutfallsleg skipting svara eftir ári, aldri og kyni. ....   | 166 |
| Mynd D121. Hlutfall Íslendinga sem segja kyrrsetuvinnu/nám, sem ekki krefst líkamlegrar áreynslu, best lýsa líkamlegri áreynslu í starfi sínu eða námi. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....               | 167 |
| Mynd D122. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa litið bjartsýnum augum til framtíðarinnar síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                                      | 168 |
| Mynd D123. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa gert gagn síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 169 |
| Mynd D124. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa verið afslappaða síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 170 |
| Mynd D125. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa gengið vel að takast á við vandamál síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 171 |
| Mynd D126. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa hugsað skýrt síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 172 |
| Mynd D127. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa verið nán öðrum síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 173 |
| Mynd D128. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa átt auðvelt með að gera upp hug sinn síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 174 |

|  |     |
|--|-----|
| Mynd D129. Hlutfall Íslendinga sem telja sig nokkuð oft eða mjög oft undanfarinn mánuð hafa verið að missa stjórn á mikilvægum þáttum í lífi sínu. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 175 |
| Mynd D130. Hlutfall Íslendinga sem telja sig nokkuð oft eða mjög oft undanfarinn mánuð hafa verið örugg með þær ákvarðanir sem þeir þurftu að taka til að leysa úr persónulegum vandamálum. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....      | 176 |
| Mynd D131. Hlutfall Íslendinga sem finnast hlutirnir hafa gengið sér í hag nokkuð oft eða mjög oft undanfarinn mánuð. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 177 |
| Mynd D132. Hlutfall Íslendinga sem upplifuðu nokkuð oft eða mjög oft undanfarinn mánuð að vandamálin hrönnuðust upp án þess að ráða við þau. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 178 |
| Mynd D133. Hlutfall Íslendinga sem gefur hamingju sinni einkunnina 9 eða 10 á kvarðanum 1 (mjög óhamingjusöm/-samur) til 10 (mjög hamingjusöm/-samur). Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 179 |
| Mynd D134. Hlutfall Íslendinga á vinnumarkaði sem telur sig hafa orðið fyrir mjög eða frekar miklu álagi vegna atburða eða aðstæðna sem það hefur búið við í vinnu. Greint eftir ári, aldri og kyni.....                               | 180 |
| Mynd D135. Hlutfall Íslendinga í vinnu eða námi sem telur sig hafa orðið fyrir mjög eða frekar miklu álagi vegna atburða eða aðstæðna sem það hefur búið við í að samræma vinnu/nám og einkalíf. Greint eftir ári, aldri og kyni. .... | 181 |
| Mynd D136. Hlutfall Íslendinga sem voru alltaf eða oftast glaðir og í góðu skapi undanfarnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 182 |
| Mynd D137. Hlutfall Íslendinga sem voru alltaf eða oftast fullir af orku og krafti undanfarnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 183 |
| Mynd D138. Hlutfall Íslendinga sem alltaf eða oftast leið vel og voru úthvíldir þegar þeir vöknudu undanfarnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....  | 184 |
| Mynd D139. Hlutfall Íslendinga sem töldu alltaf eða oftast margt áhugavert að gerast á hverjum degi undanfarnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 185 |
| Mynd D140. Hlutfall Íslendinga sem töldu að stundum eða oft síðastliðna viku hafi verið auðvelt að pirra sig eða ergja. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 186 |
| Mynd D141. Hlutfall Íslendinga sem fengu stundum eða oft síðastliðna viku reiðiköst sem þeir gátu ekki stjórnað. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 187 |
| Mynd D142. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að virðast alls ekki hafa getað fundið fyrir neinum góðum tilfinningum. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                    | 188 |
| Mynd D143. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa fundist erfitt að slappa af. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 189 |
| Mynd D144. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa fundist ekki getað hlakkað til neins. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 190 |
| Mynd D145. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa fundist vera frekar hörundsár. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 191 |
| Mynd D146. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa verið dapur eða niðurdreginn. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 192 |
| Mynd D147. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa ekki getað fengið brennandi áhuga á neinu. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 193 |
| Mynd D148. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa verið ergilegir. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 194 |

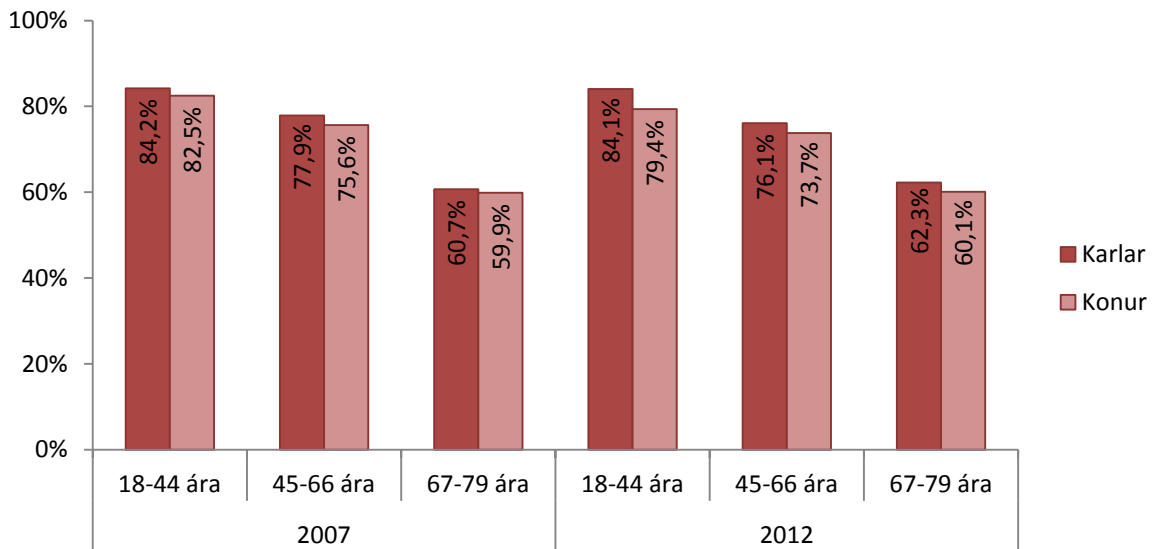
|  |     |
|--|-----|
| Mynd D149. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa fundist erfitt að hleypa í sig krafti til að gera hluti. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 195 |
| Mynd D150. Hlutfall Íslendinga sem eru frekar eða mjög ósammála fullyrðingunni „Ég er ánægð/ur með útlit mitt eins og það er“. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 196 |
| Mynd D151. Hlutfall Íslendinga sem eru frekar eða mjög sammála fullyrðingunni „Ég er óánægð/ur með líkamsbyggingu mína“. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 197 |
| Mynd D152. Hlutfall Íslendinga sem eru frekar eða mjög sammála fullyrðingunni „Ég er líkamlega óaðlaðandi“. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 198 |
| Mynd D153. Hlutfall Íslendinga sem sofa að jafnaði 6 klukkustundir eða minna á nóttu. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 199 |
| Mynd D154. Hlutfall Íslendinga sem sofa að jafnaði 6 klukkustundir eða minna á nóttu árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.....  | 200 |
| Mynd D155. Hlutfall Íslendinga sem sofa að jafnaði 6 klukkustundir eða minna á nóttu árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.....  | 200 |
| Mynd D156. Hlutfall Íslendinga sem hafa oft eða alltaf (á hverri nóttu) á síðustu 3 mánuðum átt erfitt með að sofna. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 201 |
| Mynd D157. Hlutfall Íslendinga sem hafa oft eða alltaf (á hverri nóttu) á síðustu 3 mánuðum vaknað eftir að hafa fest svefn og átt erfitt með að sofna aftur. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 202 |
| Mynd D158. Hlutfall Íslendinga sem hafa oft eða alltaf (á hverri nóttu) á síðustu 3 mánuðum vaknað nokkrum sinnum á nóttu. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 203 |
| Mynd D159. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma sólbrunnið í sólbaði á Íslandi síðustu 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 204 |
| Mynd D160. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma sólbrunnið í sólarlandaferð síðustu 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 205 |
| Mynd D161. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma sólbrunnið í ljósum (ljósalömpum eða ljósabekkjum) síðustu 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 206 |
| Mynd D162. Hlutfall Íslendinga sem telja fjölskyldu sína verr fjárhagslega stæða miðað við aðrar fjölskyldur á Íslandi. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 207 |
| Mynd D163. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa verið frekar eða mjög erfitt fyrir sig og fjölskyldu sína (ef við á) að ná endum saman fjárhagslega undanfarna 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 208 |
| Mynd D164. Hlutfall Íslendinga sem hafa nær daglega undanfarna 30 daga ferðast til vinnu eða skóla akandi í einkabíl eða vinnubíl, af þeim Íslendingum sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla. Greint eftir ári, aldri og kyni.....                | 209 |
| Mynd D165. Hlutfall Íslendinga sem hafa nær daglega undanfarna 30 daga ferðast til vinnu eða skóla gangandi, af þeim Íslendingum sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla. Greint eftir ári, aldri og kyni.....                                      | 210 |
| Mynd D166. Hlutfall Íslendinga sem hafa nær daglega undanfarna 30 daga ferðast til vinnu eða skóla hjólandi, af þeim Íslendingum sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla. Greint eftir ári, aldri og kyni.....                                      | 211 |
| Mynd D167. Hlutfall Íslendinga sem hafa nær daglega undanfarna 30 daga ferðast til vinnu eða skóla með strætisvagni eða öðru almenningsfarartæki, af þeim Íslendingum sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla. Greint eftir ári, aldri og kyni..... | 212 |

|   |     |
|---|-----|
| Mynd D168. Hlutfall Íslendinga sem verða fremur, mjög oft eða alltaf að vinna aukavinnu, af þeim Íslendingum sem eru í launaðri vinnu. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 213 |
| Mynd D169. Hlutfall Íslendinga sem hafa fremur, mjög oft eða alltaf of mikið að gera, af þeim Íslendingum sem eru í launaðri vinnu. Greint eftir ári, aldri og kyni.....  | 214 |
| Mynd D170. Hlutfall Íslendinga sem telja tvo eða fleiri fremur, mjög oft eða alltaf gera ósamræmanlegar kröfur til sín, af þeim Íslendingum sem eru í launaðri vinnu. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....                               | 215 |
| Mynd D171. Hlutfall Íslendinga sem telja næsta yfirmann sinn meta það fremur sjaldan, mjög sjaldan eða aldrei við sig þegar þeir ná árangri í starfi, af þeim Íslendingum sem eru í launaðri vinnu. Greint eftir ári, aldri og kyni. .... | 216 |
| Mynd D172. Hlutfall Íslendinga sem telja staðhæfinguna „Líf mitt hefur augljósan tilgang“ vera frekar eða alveg sanna fyrir sig. Greint eftir ári, aldri og kyni.....   | 217 |
| Mynd D173. Hlutfall Íslendinga sem telja staðhæfinguna „Ég hef fundið gefandi hlutverk í lífinu“ vera frekar eða alveg sanna fyrir sig. Greint eftir ári, aldri og kyni. ....   | 218 |

## Almennt heilsufar

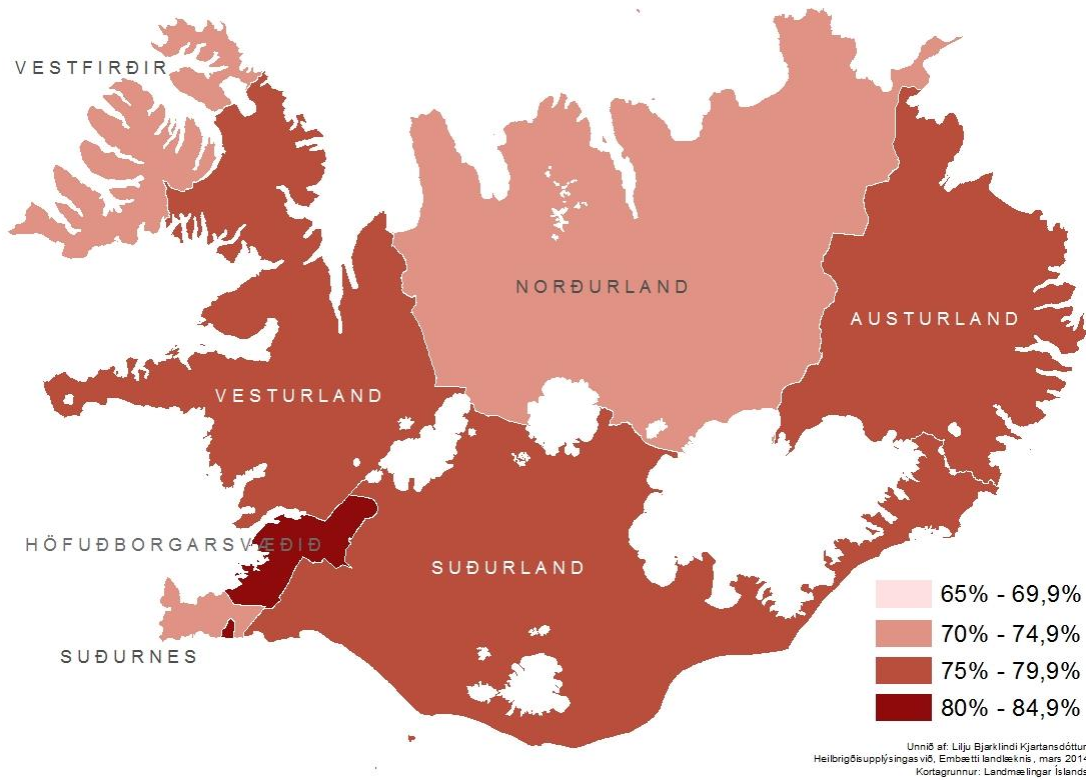
Tafla D1. Hvernig metur þú almennt líkamlega heilsu þína? Hlutfallsleg skipting svara.

|          | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|          | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög góð | 29,2% | 27,3% | 29,8%  | 28,1% | 28,6% | 26,5% |
| Góð      | 49,2% | 49,6% | 49,7%  | 50,7% | 48,8% | 48,6% |
| Sæmileg  | 18,0% | 19,3% | 17,6%  | 18,6% | 18,3% | 20,1% |
| Léleg    | 3,6%  | 3,7%  | 2,9%   | 2,7%  | 4,3%  | 4,8%  |

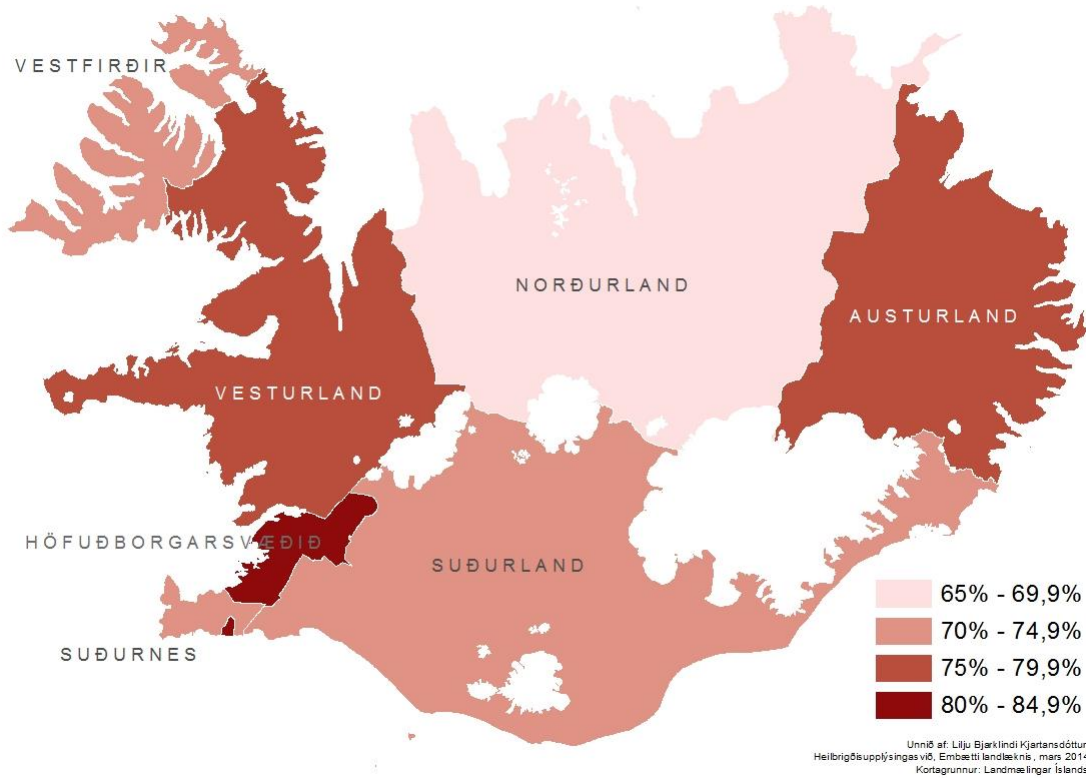


Mynd D1. Hlutfall Íslendinga sem meta líkamlega heilsu sína góða eða mjög góða. Greint eftir ári, aldri og kyni.





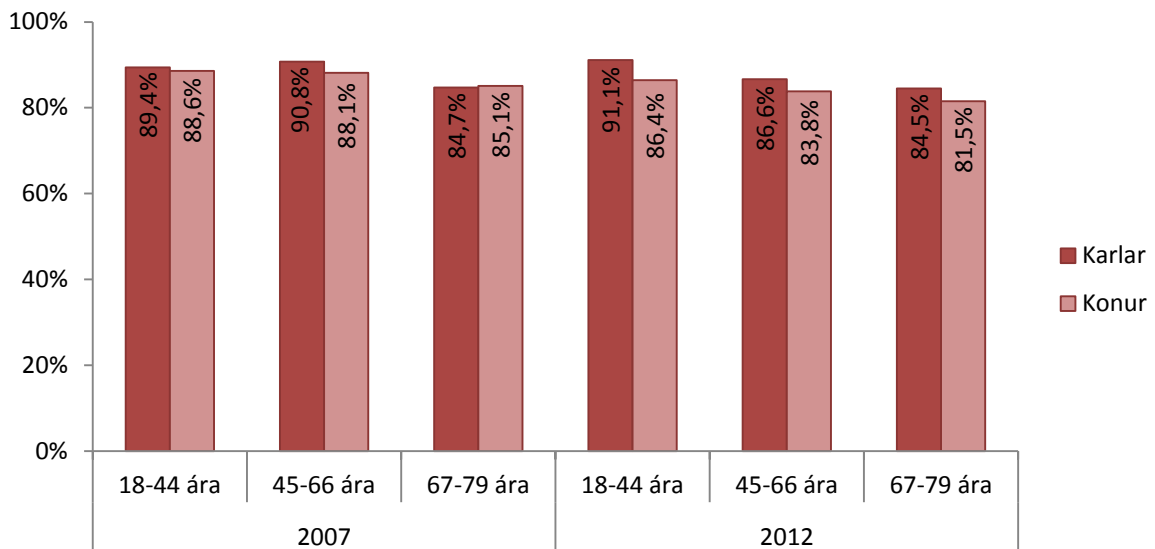
Mynd D2. Hlutfall Íslendinga sem meta líkamlega heilsu sína góða eða mjög góða árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.



Mynd D3. Hlutfall Íslendinga sem meta líkamlega heilsu sína góða eða mjög góða árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.

**Tafla D2. Er líkamleg heilsa þín betri eða verri en fyrir ári? Hlutfallsleg skipting svara.**

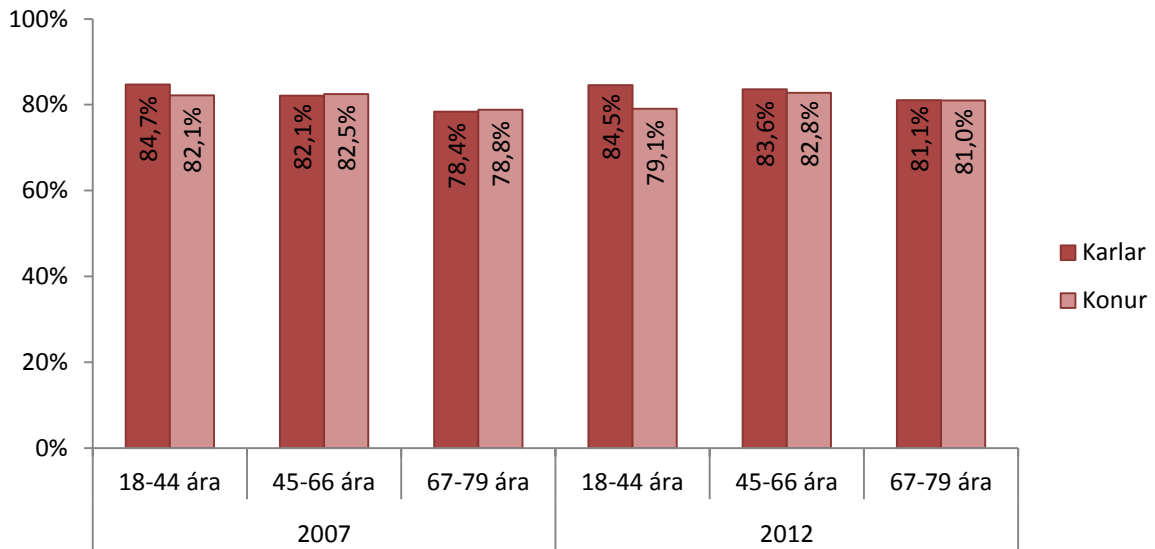
|                           | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                           | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mun betri en fyrir ári    | 4,0%  | 4,5%  | 3,6%   | 4,2%  | 4,4%  | 4,8%  |
| Nokkru betri en fyrir ári | 12,9% | 13,6% | 12,1%  | 13,9% | 13,6% | 13,3% |
| Svipuð og fyrir ári       | 71,8% | 68,7% | 73,7%  | 70,6% | 70,0% | 66,8% |
| Nokkru verri en fyrir ári | 9,9%  | 11,7% | 9,3%   | 10,5% | 10,6% | 13,0% |
| Mun verri en fyrir ári    | 1,3%  | 1,5%  | 1,3%   | 0,8%  | 1,4%  | 2,1%  |



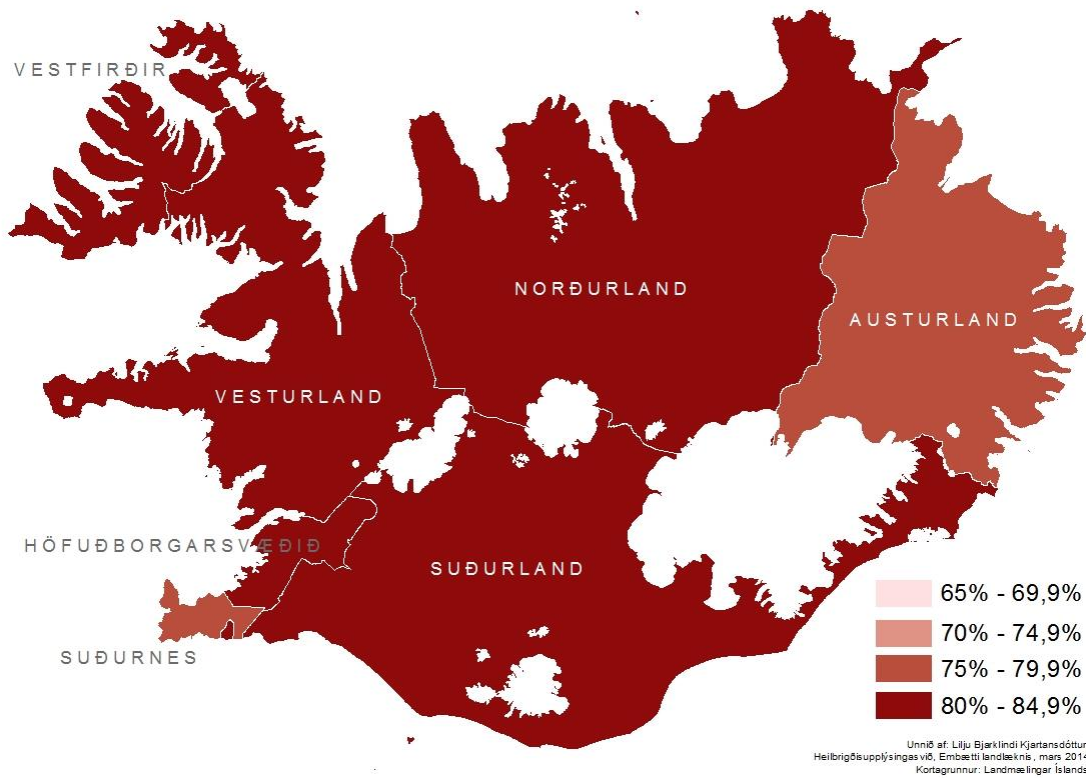
**Mynd D4. Hlutfall Íslendinga sem telja líkamlega heilsu sína svipaða eða betri en fyrir ári. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D3. Hvernig metur þú almennt andlega heilsu þína? Hlutfallsleg skipting svara.**

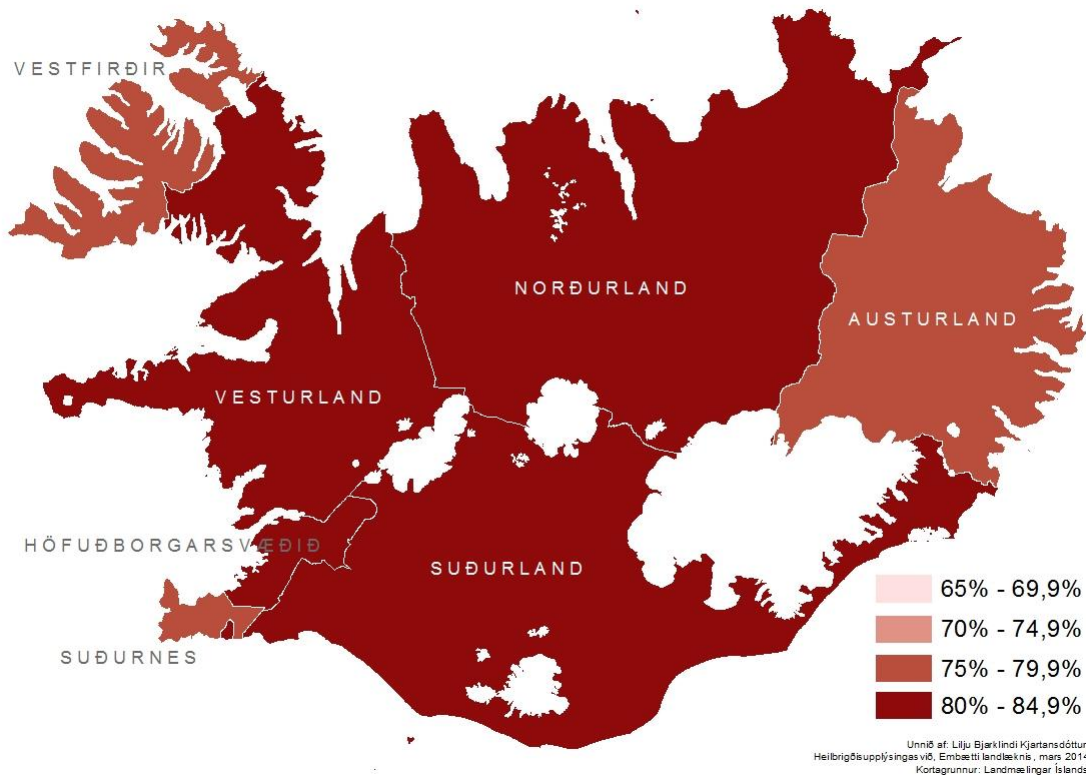
|          | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|----------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|          | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög góð | 36,5% | 34,4% | 38,2%  | 35,6% | 34,7% | 33,2% |
| Góð      | 46,0% | 47,8% | 44,9%  | 48,2% | 47,2% | 47,4% |
| Sæmileg  | 15,3% | 15,9% | 14,7%  | 14,8% | 15,8% | 17,0% |
| Léleg    | 2,2%  | 1,8%  | 2,2%   | 1,4%  | 2,3%  | 2,3%  |



**Mynd D5. Hlutfall Íslendinga sem meta andlega heilsu sína góða eða mjög góða. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



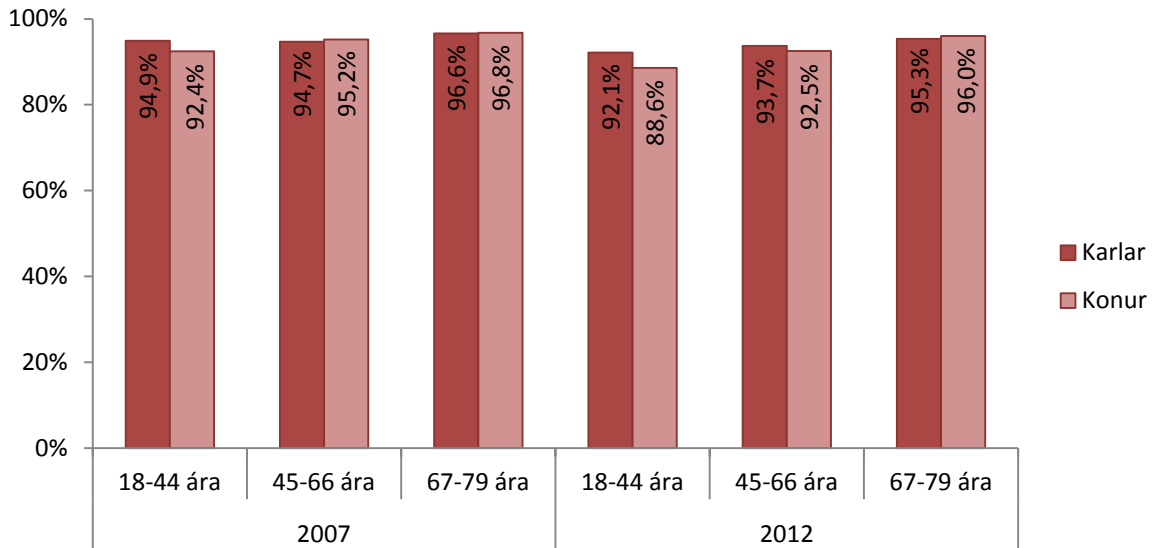
Mynd D6. Hlutfall Íslendinga sem meta andlega heilsu sína góða eða mjög góða árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.



Mynd D7. Hlutfall Íslendinga sem meta andlega heilsu sína góða eða mjög góða árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.

**Tafla D4. Er andleg heilsa þín betri eða verri en fyrir ári? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                           | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                           | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mun betri en fyrir ári    | 5,3%  | 4,2%  | 4,6%   | 3,4%  | 6,0%  | 5,1%  |
| Nokkru betri en fyrir ári | 15,5% | 15,5% | 14,1%  | 14,0% | 16,9% | 17,0% |
| Svipuð og fyrir ári       | 73,7% | 72,2% | 76,3%  | 75,6% | 71,0% | 68,8% |
| Nokkru verri en fyrir ári | 4,9%  | 7,4%  | 4,5%   | 6,5%  | 5,3%  | 8,3%  |
| Mun verri en fyrir ári    | 0,6%  | 0,6%  | 0,4%   | 0,4%  | 0,8%  | 0,8%  |



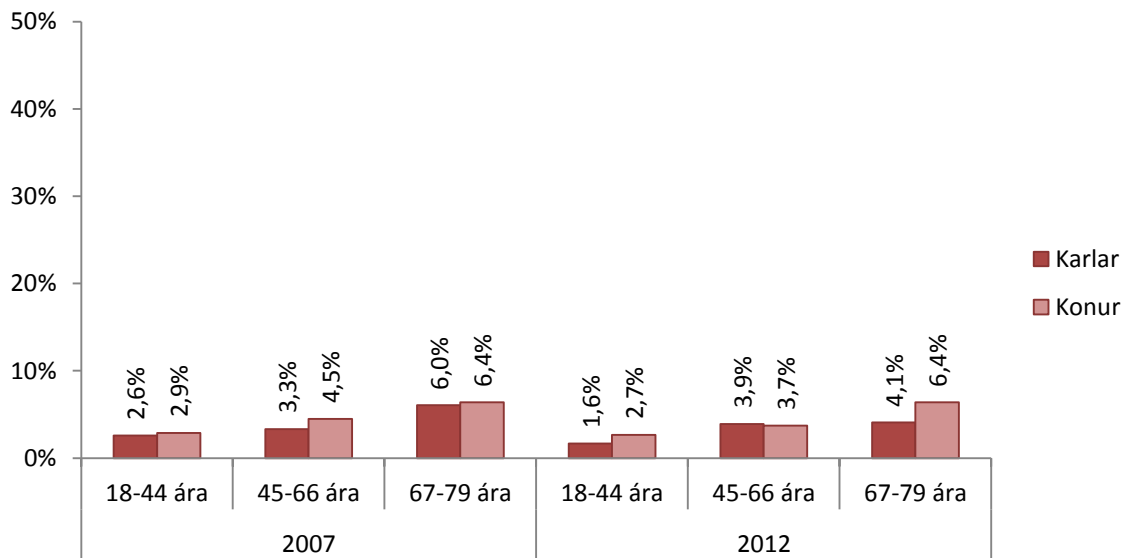
**Mynd D8. Hlutfall Íslendinga sem telja andlega heilsu sína svipaða eða betri en fyrir ári. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

## Eigin sjúkdómar, einkenni, verkir og lyf

Tafla D5. Blinda eða verulega skert sjón truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara.

|                               | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu 12 mánuðum      | 3,5%  | 3,1%  | 3,2%   | 2,8%  | 3,8%  | 3,5%  |
| Já, fyrir meira en 12 mánuðum | 4,0%  | 3,9%  | 3,9%   | 3,4%  | 4,0%  | 4,3%  |
| Nei, aldrei                   | 88,5% | 90,8% | 89,8%  | 92,1% | 87,2% | 89,6% |
| Nei, aldrei (spágildi)*       | 4,0%  | 2,2%  | 3,1%   | 1,7%  | 4,9%  | 2,7%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum líðum sömu spurningar er svarað.

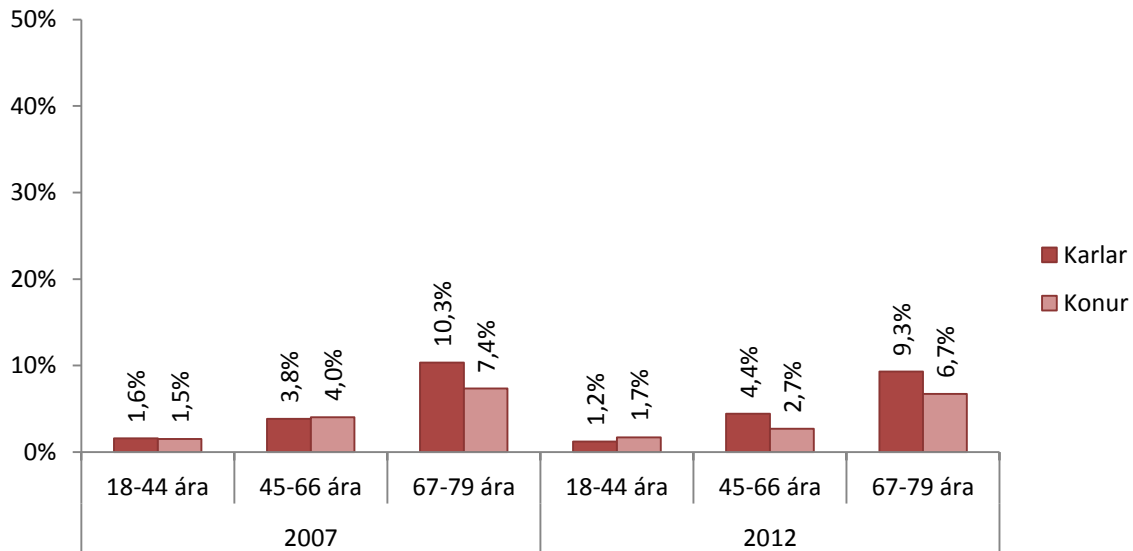


Mynd D9. Blinda eða verulega skert sjón truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D6. Heyrnarleysi eða verulega skert heyrn truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara.**

|                               | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu 12 mánuðum      | 3,2%  | 2,9%  | 3,3%   | 3,3%  | 3,1%  | 2,6%  |
| Já, fyrir meira en 12 mánuðum | 3,7%  | 3,4%  | 4,6%   | 4,2%  | 2,8%  | 2,5%  |
| Nei, aldrei                   | 89,3% | 91,6% | 89,2%  | 90,9% | 89,4% | 92,2% |
| Nei, aldrei (spágildi)*       | 3,8%  | 2,1%  | 2,9%   | 1,7%  | 4,7%  | 2,6%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

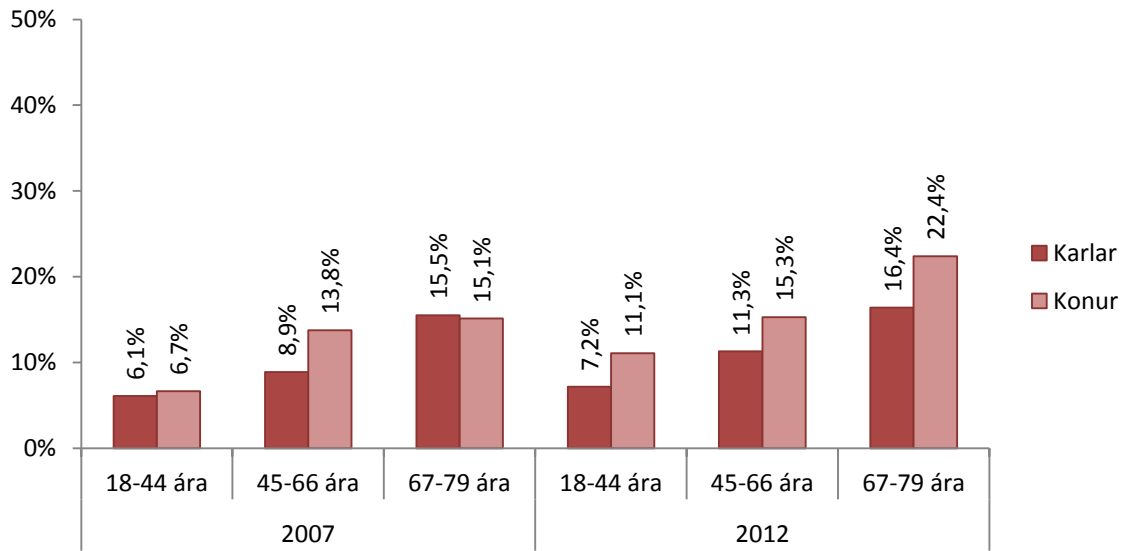


**Mynd D10. Heyrnarleysi eða verulega skert heyrn truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D7. Skert hreyfigeta truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara.**

|                               | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu 12 mánuðum      | 9,1%  | 11,8% | 8,1%   | 9,7%  | 10,1% | 13,9% |
| Já, fyrir meira en 12 mánuðum | 7,4%  | 8,1%  | 7,7%   | 8,3%  | 7,1%  | 7,8%  |
| Nei, aldrei                   | 80,3% | 78,4% | 81,7%  | 80,6% | 78,8% | 76,1% |
| Nei, aldrei (spágildi)*       | 3,3%  | 1,8%  | 2,5%   | 1,4%  | 4,0%  | 2,2%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.



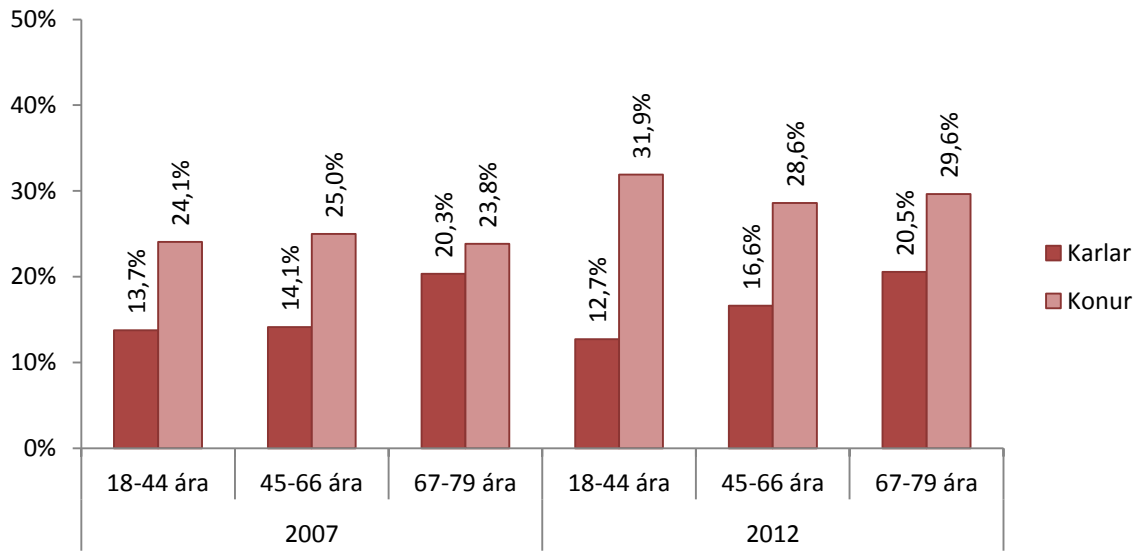
**Mynd D11. Skert hreyfigeta truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Tafla D8. Þrekleysi truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara.**

|                               | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu 12 mánuðum      | 19,4% | 22,6% | 14,5%  | 15,0% | 24,4% | 30,4% |
| Já, fyrir meira en 12 mánuðum | 11,5% | 10,8% | 9,8%   | 9,2%  | 13,3% | 12,5% |
| Nei, aldrei                   | 66,2% | 64,9% | 73,3%  | 74,5% | 59,0% | 55,2% |
| Nei, aldrei (spágildi)*       | 2,9%  | 1,6%  | 2,4%   | 1,3%  | 3,4%  | 1,9%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

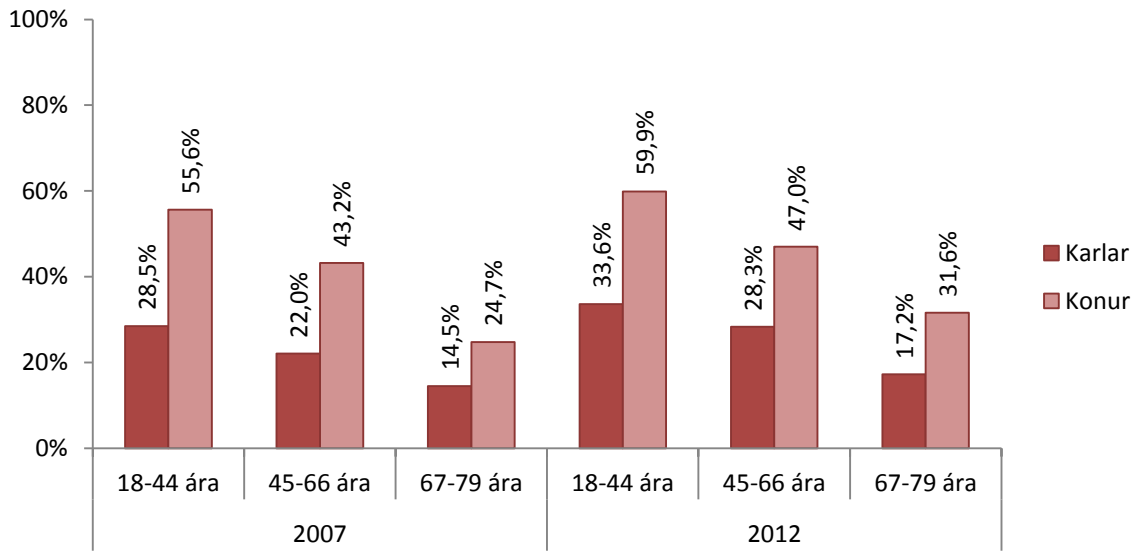


**Mynd D12. Þrekleysi truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D9. Vöðvabólga truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara.**

|                               | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu 12 mánuðum      | 36,1% | 41,0% | 24,7%  | 29,9% | 47,8% | 52,0% |
| Já, fyrir meira en 12 mánuðum | 14,5% | 13,8% | 12,1%  | 11,9% | 16,9% | 15,7% |
| Nei, aldrei                   | 47,1% | 43,9% | 60,8%  | 56,9% | 33,0% | 30,8% |
| Nei, aldrei (spágildi)*       | 2,3%  | 1,4%  | 2,4%   | 1,2%  | 2,2%  | 1,5%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

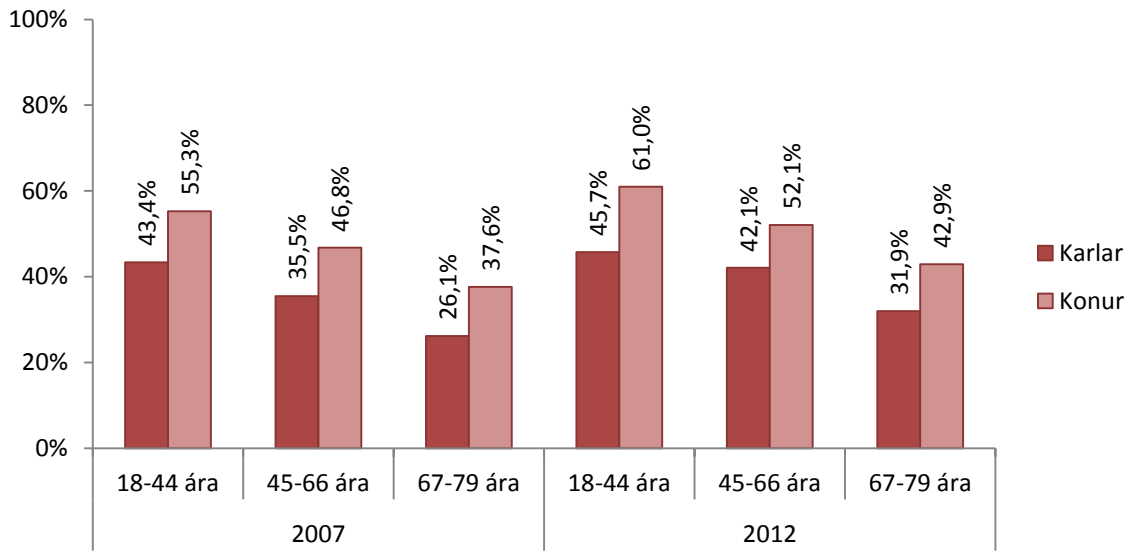


**Mynd D13. Vöðvabólga truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D10. Verkir í baki/herðum truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara.**

|                               | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu 12 mánuðum      | 44,5% | 49,3% | 38,8%  | 42,9% | 50,3% | 55,7% |
| Já, fyrir meira en 12 mánuðum | 17,9% | 16,0% | 19,4%  | 16,8% | 16,3% | 15,3% |
| Nei, aldrei                   | 35,9% | 33,7% | 40,4%  | 39,5% | 31,2% | 27,9% |
| Nei, aldrei (spágildi)*       | 1,8%  | 1,0%  | 1,4%   | 0,8%  | 2,3%  | 1,2%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

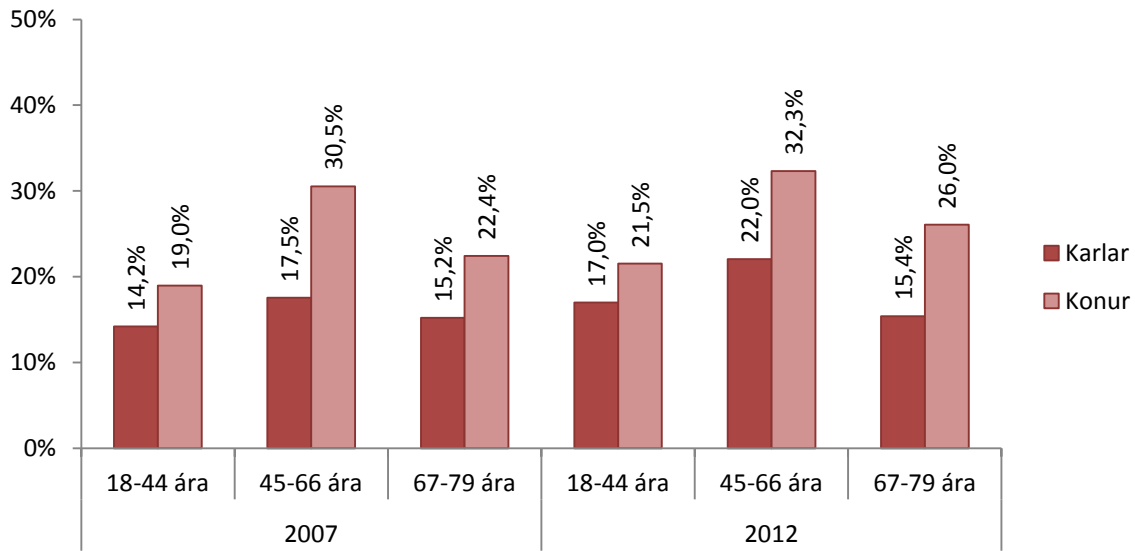


**Mynd D14. Verkir í baki/herðum truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D11. Verkir í handleggjum truflað daglegt líf. Hlutfallsleg skipting svara.**

|                               | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu 12 mánuðum      | 19,4% | 22,4% | 15,5%  | 18,7% | 23,5% | 26,0% |
| Já, fyrir meira en 12 mánuðum | 8,1%  | 7,7%  | 7,6%   | 7,3%  | 8,7%  | 8,0%  |
| Nei, aldrei                   | 69,2% | 68,2% | 74,2%  | 72,6% | 64,1% | 63,8% |
| Nei, aldrei (spágildi)*       | 3,2%  | 1,8%  | 2,7%   | 1,4%  | 3,8%  | 2,1%  |

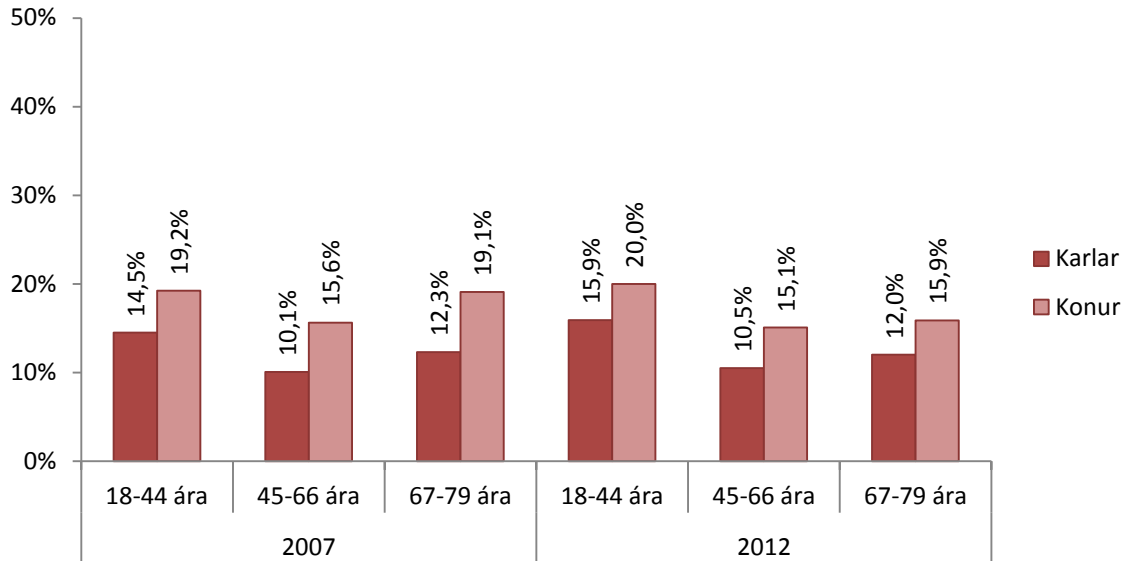
\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.



**Mynd D15. Verkir í handleggjum truflað daglegt líf á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D12. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft astma (hafa núna eða höfðu áður).**

|  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 84,7% | 84,4% | 87,3%  | 86,5% | 82,1% | 82,3% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 13,2% | 14,2% | 10,5%  | 12,2% | 16,0% | 16,3% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 0,7%  | 0,7%  | 0,6%   | 0,8%  | 0,8%  | 0,6%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 1,4%  | 0,6%  | 1,6%   | 0,4%  | 1,2%  | 0,8%  |

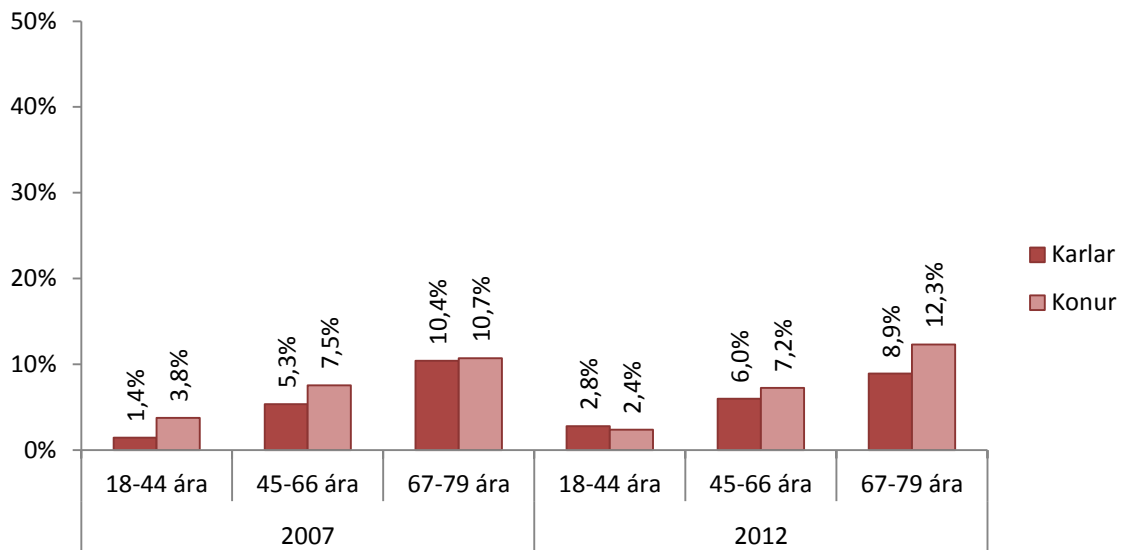


**Mynd D16. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft astma (hafa núna eða höfðu áður). Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D13. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinna berkjubólgu, langvinnan lungnateppusjúkdóm eða lungnaþembu.**

|  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 95,2% | 95,1% | 96,3%  | 95,4% | 94,1% | 94,8% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 3,9%  | 4,1%  | 2,8%   | 3,6%  | 5,1%  | 4,6%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 0,2%  | 0,3%  | 0,3%   | 0,4%  | 0,1%  | 0,2%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 0,6%  | 0,5%  | 0,6%   | 0,5%  | 0,6%  | 0,5%  |

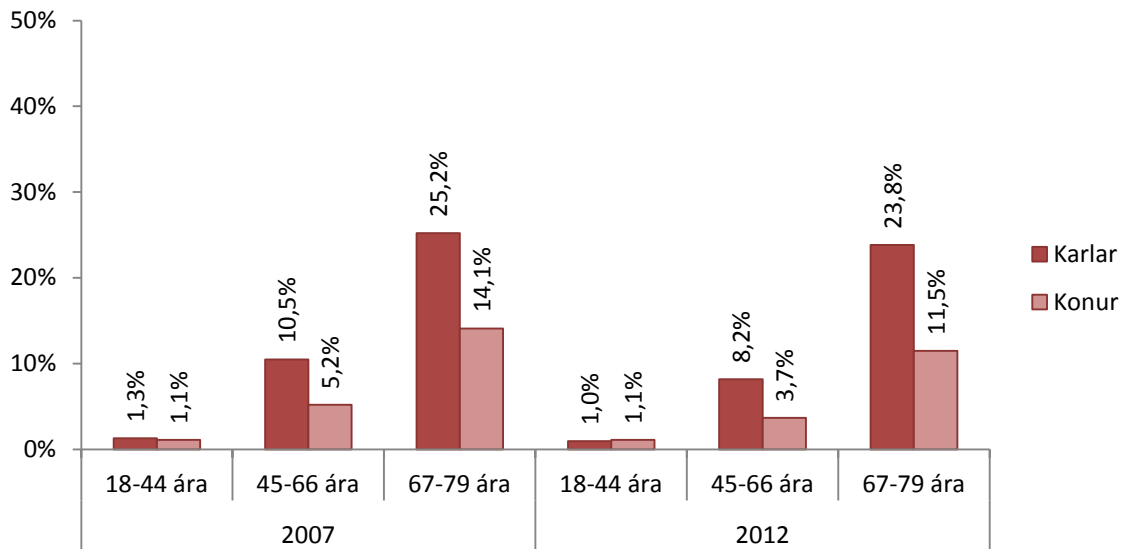
\* Leiðrétt fyrir svarstíl, sjá umfjöllun um



**Mynd D17. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinna berkjubólgu, langvinnan lungnateppusjúkdóm eða lungnaþembu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D14. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) kransæðasjúkdóm (hjartakveisu, brjóstverk).**

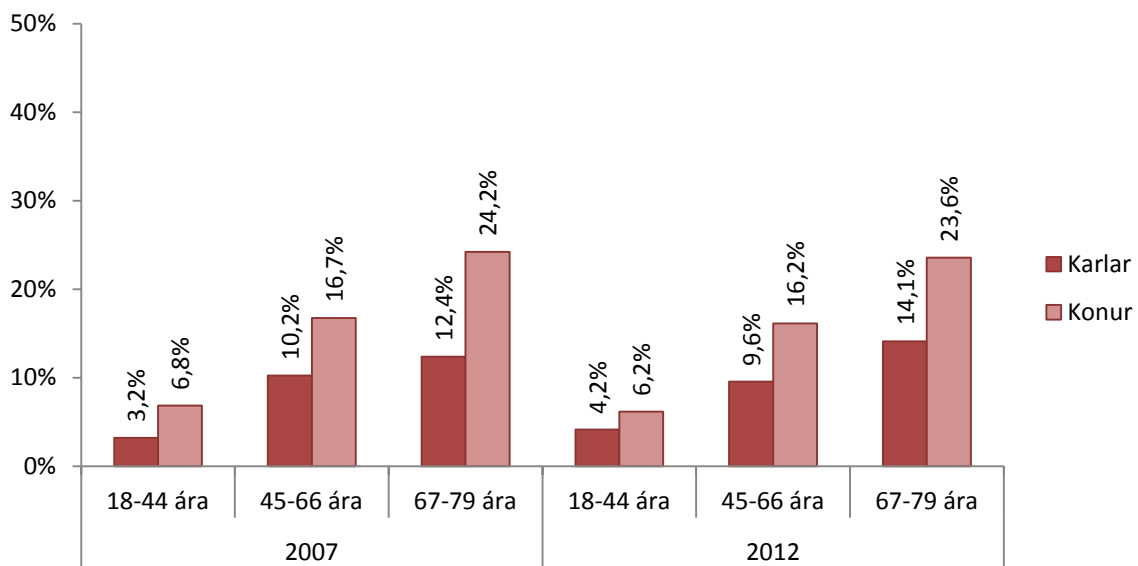
|  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 94,5% | 95,4% | 93,0%  | 94,0% | 96,0% | 96,8% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 4,4%  | 3,5%  | 5,8%   | 4,5%  | 2,9%  | 2,5%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 0,5%  | 0,3%  | 0,4%   | 0,4%  | 0,6%  | 0,2%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 0,7%  | 0,8%  | 0,8%   | 1,2%  | 0,5%  | 0,4%  |



**Mynd D18. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) kransæðasjúkdóm (hjartakveisu, brjóstverk). Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D15. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) liðagigt (bólgur í liðum, iktsýki).**

|   | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|---|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni  | 90,6% | 90,6% | 93,3%  | 92,8% | 87,8% | 88,3% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, lækni hefur greint                     | 6,2%  | 6,0%  | 4,2%   | 4,5%  | 8,3%  | 7,5%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, lækni hefur ekki greint                | 1,7%  | 1,8%  | 1,1%   | 1,4%  | 2,4%  | 2,2%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort lækni hafi greint | 1,4%  | 1,6%  | 1,4%   | 1,3%  | 1,5%  | 1,9%  |

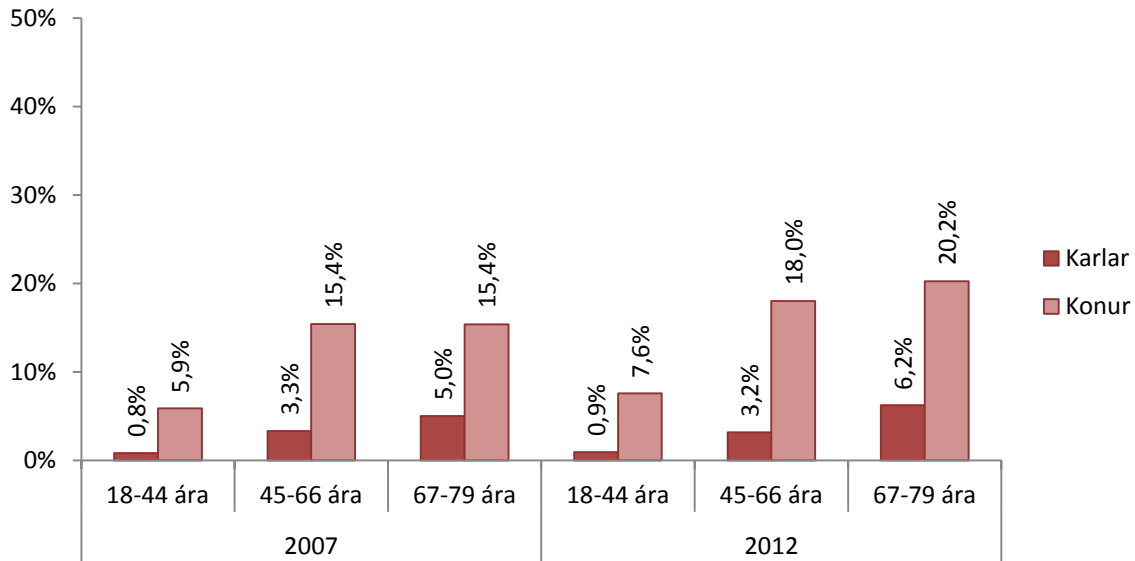


**Mynd D19. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) liðagigt (bólgur í liðum, iktsýki). Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Tafla D16. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) vefjagigt.**

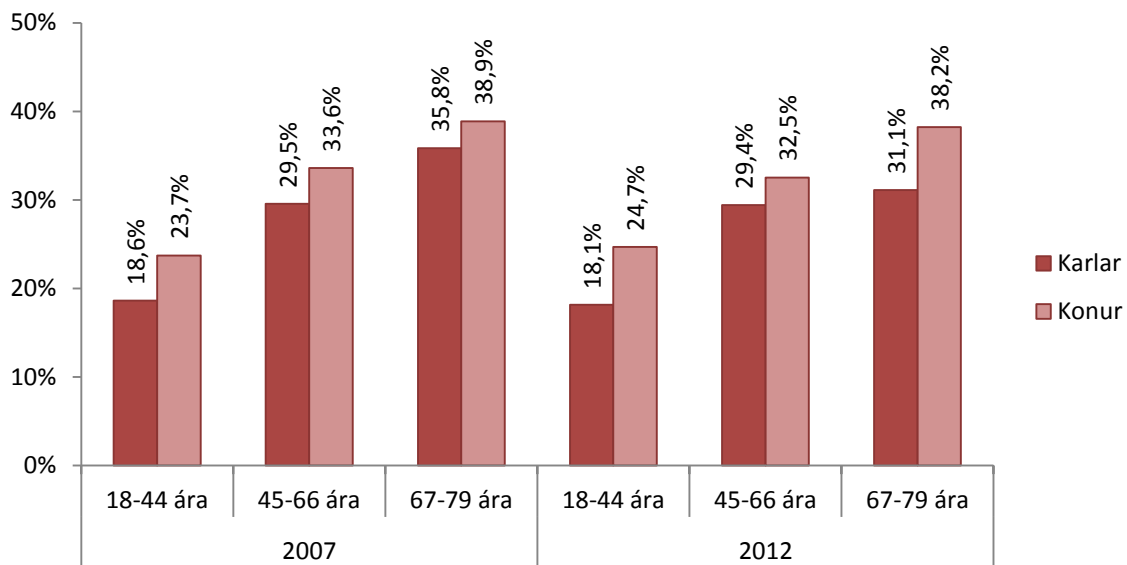
|  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 93,9% | 92,5% | 97,9%  | 97,7% | 89,7% | 87,2% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 4,7%  | 5,9%  | 1,5%   | 1,4%  | 7,9%  | 10,4% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 0,7%  | 0,8%  | 0,3%   | 0,5%  | 1,1%  | 1,0%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 0,8%  | 0,9%  | 0,3%   | 0,4%  | 1,2%  | 1,3%  |



**Mynd D20. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) vefjagigt. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D17. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinna bakveiki.**

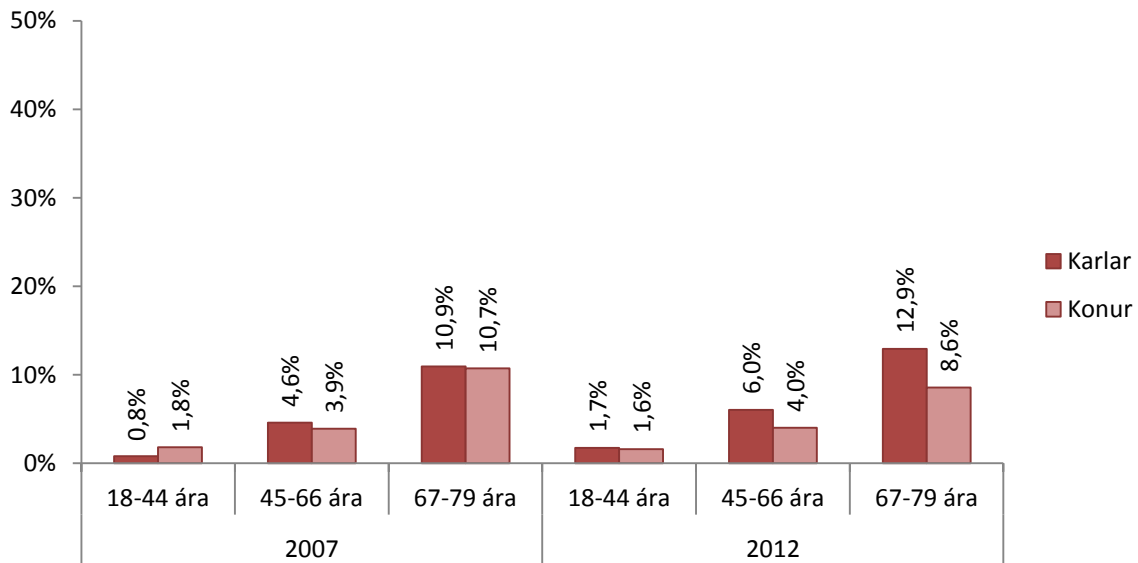
|  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 73,4% | 73,6% | 75,7%  | 76,3% | 71,1% | 70,9% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 18,2% | 17,1% | 16,3%  | 14,6% | 20,2% | 19,6% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 2,9%  | 3,7%  | 2,5%   | 3,6%  | 3,3%  | 3,8%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 5,5%  | 5,6%  | 5,6%   | 5,5%  | 5,4%  | 5,6%  |



**Mynd D21. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinna bakveiki. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D18. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) sykursýki.**

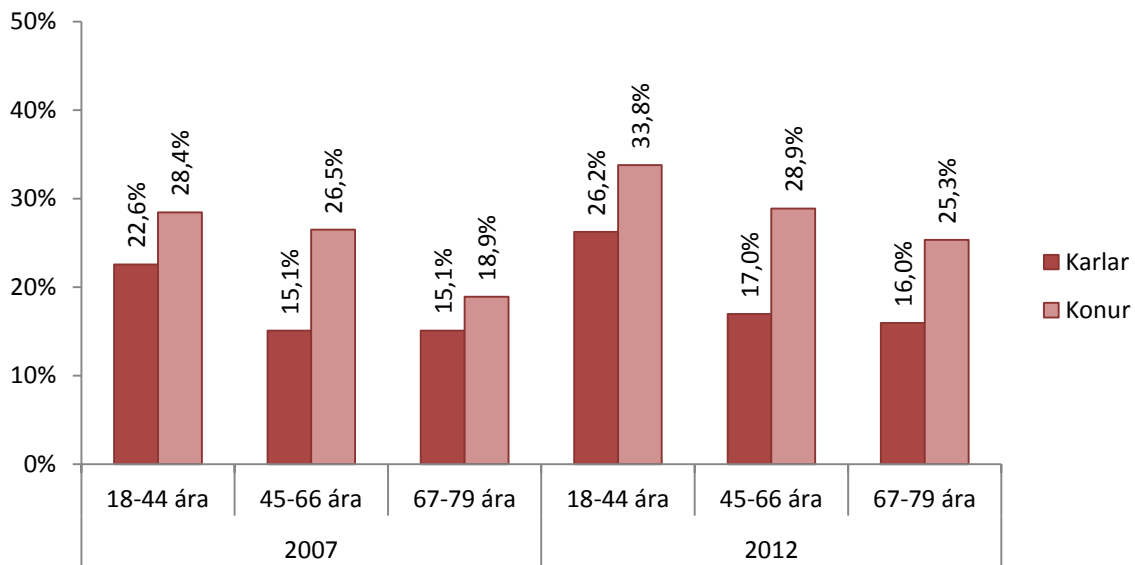
|  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 96,6% | 96,1% | 96,8%  | 95,5% | 96,5% | 96,7% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 3,0%  | 3,3%  | 2,9%   | 3,7%  | 3,0%  | 2,8%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 0,1%  | 0,0%  | 0,0%   | 0,1%  | 0,2%  | 0,0%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 0,3%  | 0,6%  | 0,2%   | 0,7%  | 0,4%  | 0,5%  |



**Mynd D22. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) sykursýki. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D19. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) ofnæmi, s.s. nefbólgu, augnbólgu, húðbólgu, fæðuofnæmi og annað.**

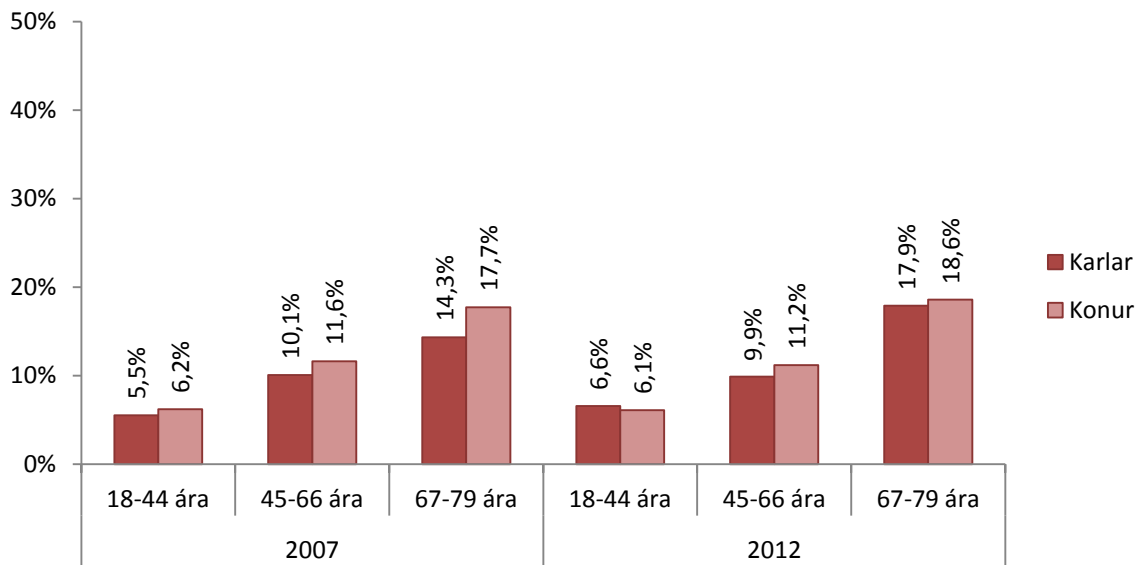
|  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 77,1% | 73,7% | 80,9%  | 78,3% | 73,3% | 69,0% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 15,7% | 18,2% | 12,4%  | 14,5% | 19,0% | 22,0% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 3,9%  | 4,7%  | 3,6%   | 3,9%  | 4,2%  | 5,5%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 3,3%  | 3,4%  | 3,0%   | 3,3%  | 3,5%  | 3,5%  |



**Mynd D23. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) ofnæmi, s.s. nefbólgu, augnbólgu, húðbólgu, fæðuofnæmi og annað. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D20. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) magasár (sár í maga eða skeifugörn).**

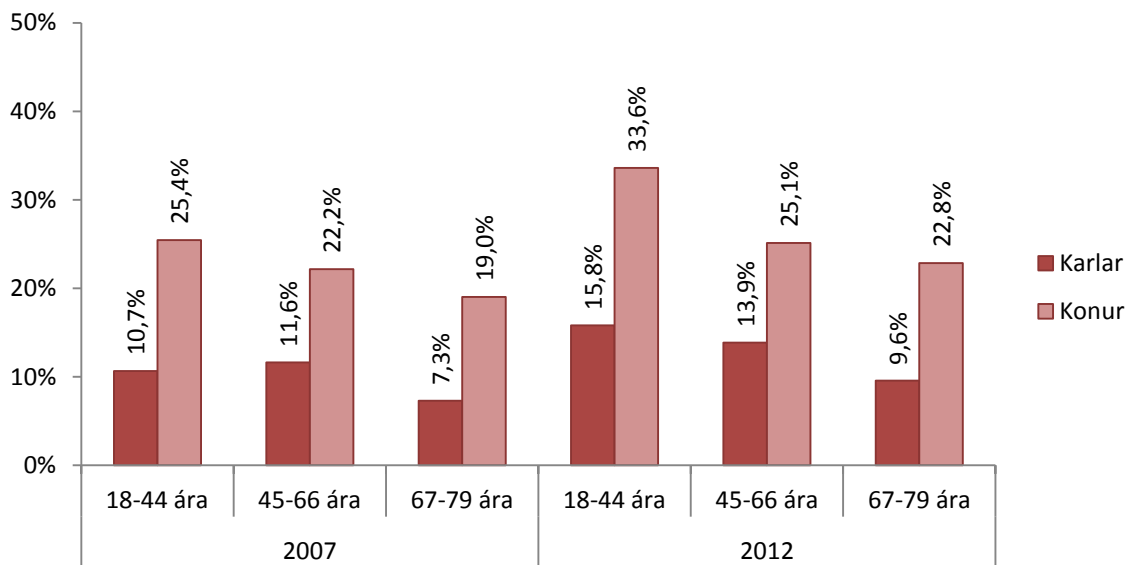
|  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 91,2% | 90,8% | 91,9%  | 91,0% | 90,6% | 90,6% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 7,2%  | 1,7%  | 6,5%   | 1,8%  | 7,9%  | 1,6%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 0,4%  | 6,2%  | 0,5%   | 5,8%  | 0,3%  | 6,6%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 1,2%  | 1,4%  | 1,1%   | 1,5%  | 1,2%  | 1,2%  |



**Mynd D24. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) magasár (sár í maga eða skeifugörn). Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D21. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) alvarlegan höfuðverk, s.s. mígreni.**

|  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 83,0% | 78,2% | 89,3%  | 85,6% | 76,4% | 70,7% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 10,2% | 12,3% | 5,6%   | 6,7%  | 14,9% | 18,0% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 3,5%  | 5,5%  | 2,4%   | 4,6%  | 4,6%  | 6,5%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 3,4%  | 3,9%  | 2,7%   | 3,1%  | 4,1%  | 4,8%  |

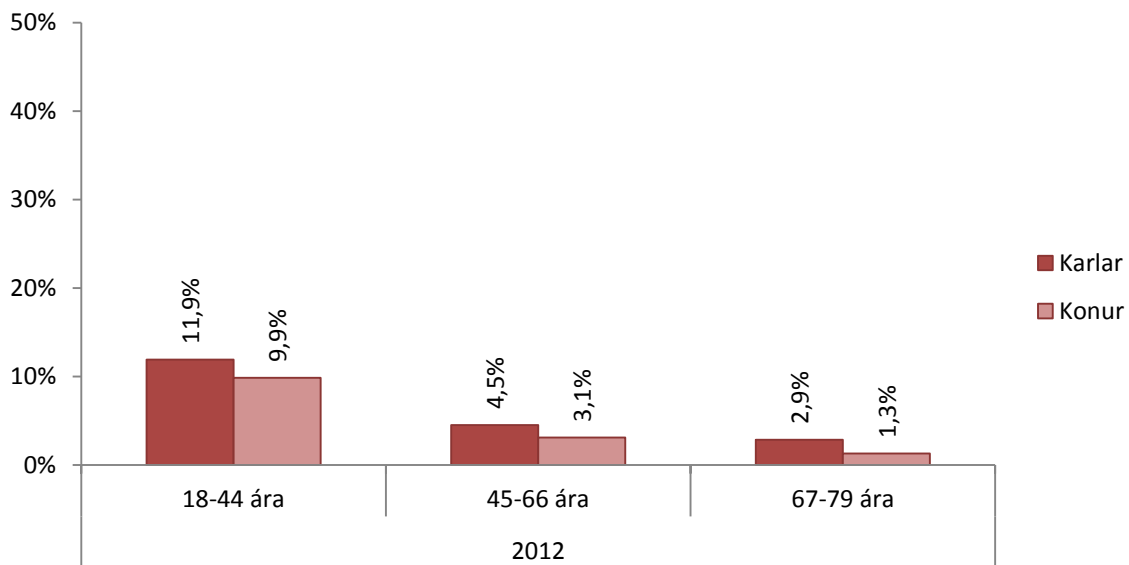


**Mynd D25. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) alvarlegan höfuðverk, s.s. mígreni. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D22. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) athyglisbrest með eða án ofvirkni (ADD / ADHD).\***

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | —    | 92,7% | —      | 91,8% | —     | 93,6% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | —    | 2,7%  | —      | 3,0%  | —     | 2,3%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | —    | 3,8%  | —      | 4,1%  | —     | 3,4%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | —    | 0,9%  | —      | 1,1%  | —     | 0,7%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

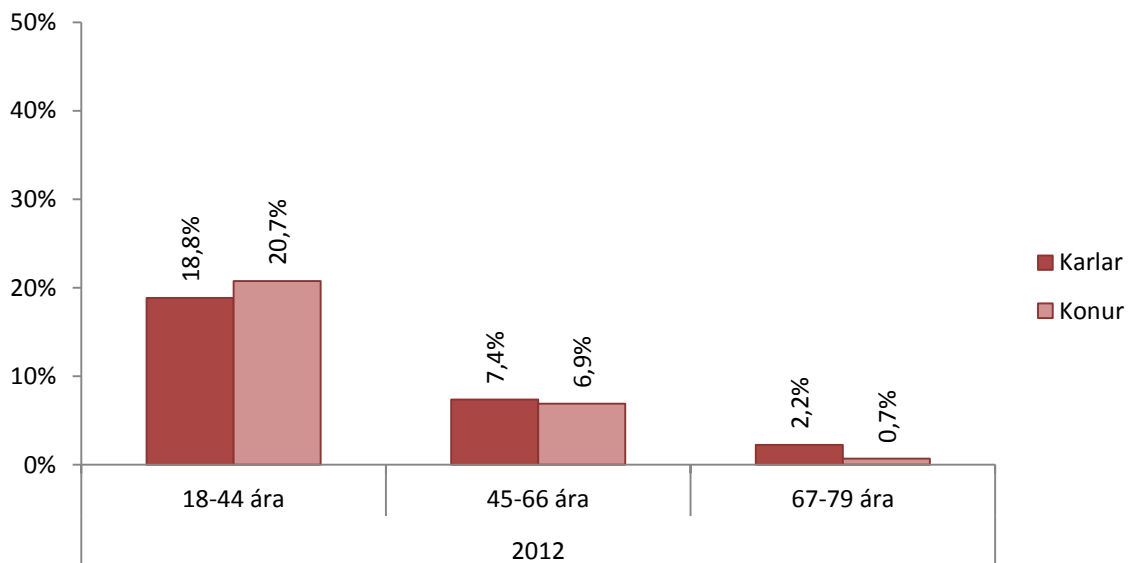


**Mynd D26. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) athyglisbrest með eða án ofvirkni (ADD / ADHD). Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D23. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) kynsjúkdóm.\***

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | —    | 86,9% | —      | 87,3% | —     | 86,6% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | —    | 9,6%  | —      | 8,6%  | —     | 10,7% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | —    | 0,3%  | —      | 0,6%  | —     | 0,1%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | —    | 3,1%  | —      | 3,6%  | —     | 2,7%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

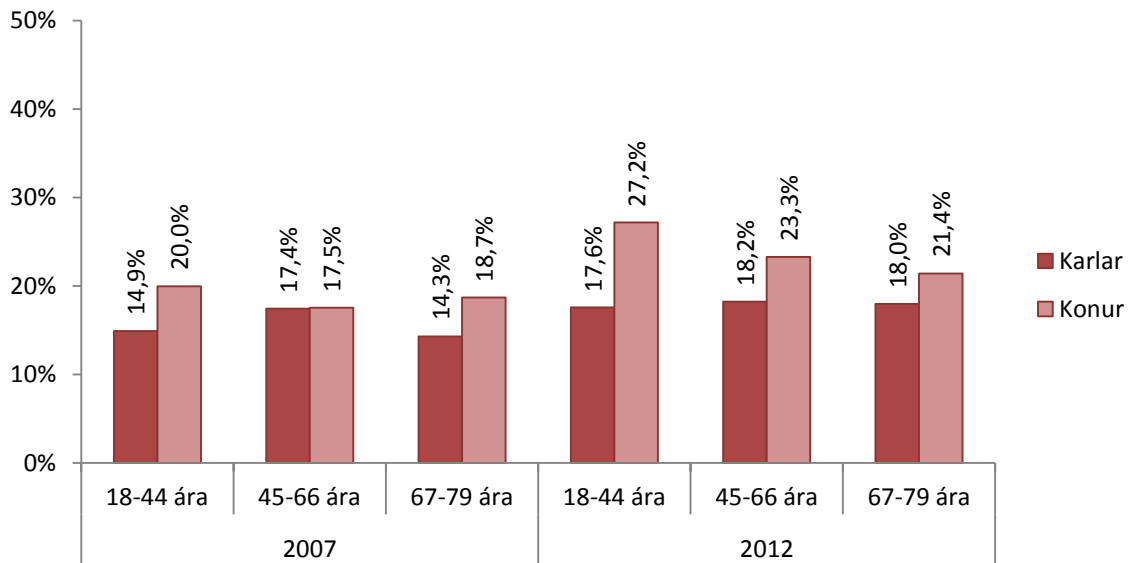


**Mynd D27. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) kynsjúkdóm. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Tafla D24. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) síþreytu.**

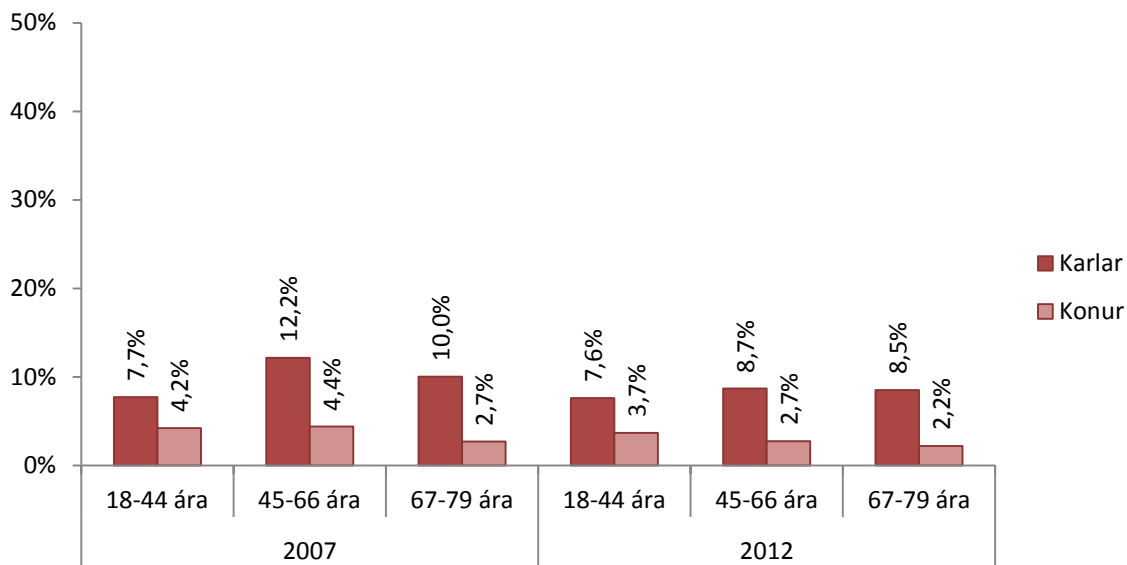
|  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 82,7% | 78,5% | 84,2%  | 82,1% | 81,0% | 74,9% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 4,0%  | 4,5%  | 3,1%   | 2,5%  | 4,9%  | 6,5%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 7,6%  | 9,2%  | 7,2%   | 7,8%  | 8,0%  | 10,6% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 5,7%  | 7,8%  | 5,5%   | 7,6%  | 6,0%  | 8,0%  |



**Mynd D28. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) síþreytu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D25. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) áfengis- eða fíkniefnasjúkdóm.**

|  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 93,1% | 94,3% | 90,4%  | 91,9% | 95,9% | 96,8% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 3,7%  | 2,9%  | 5,2%   | 4,1%  | 2,2%  | 1,6%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 1,8%  | 1,6%  | 2,5%   | 2,3%  | 1,0%  | 0,9%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 1,4%  | 1,2%  | 1,8%   | 1,7%  | 0,9%  | 0,7%  |

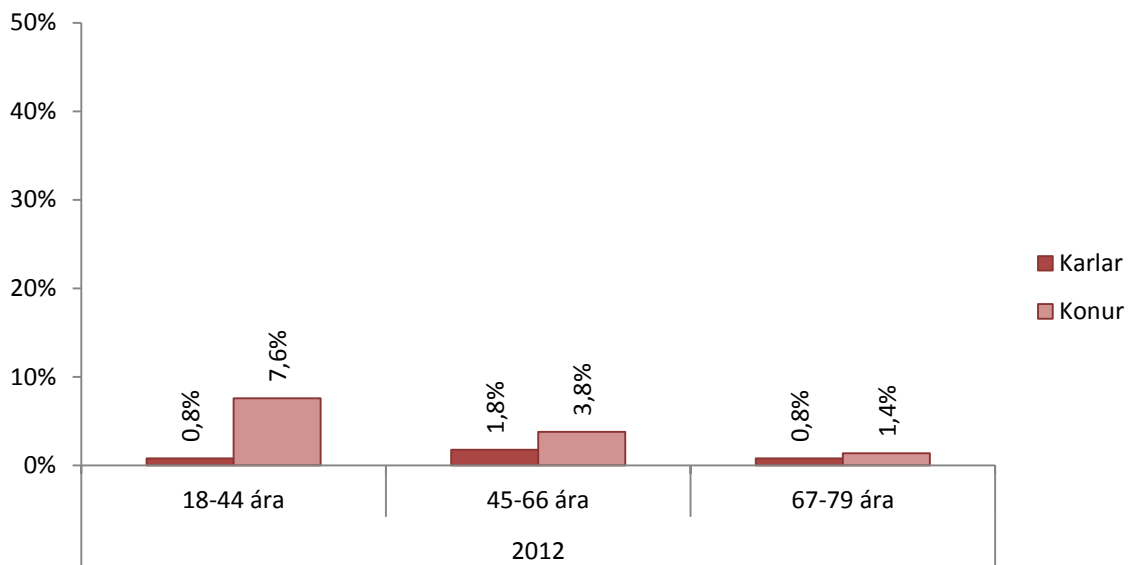


**Mynd D29. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) áfengis- eða fíkniefnasjúkdóm. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D26. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) átröskun.\***

|  | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | —    | 96,7% | —      | 98,8% | —     | 94,5% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | —    | 0,6%  | —      | 0,1%  | —     | 1,2%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | —    | 1,8%  | —      | 0,5%  | —     | 3,0%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | —    | 0,9%  | —      | 0,6%  | —     | 1,3%  |

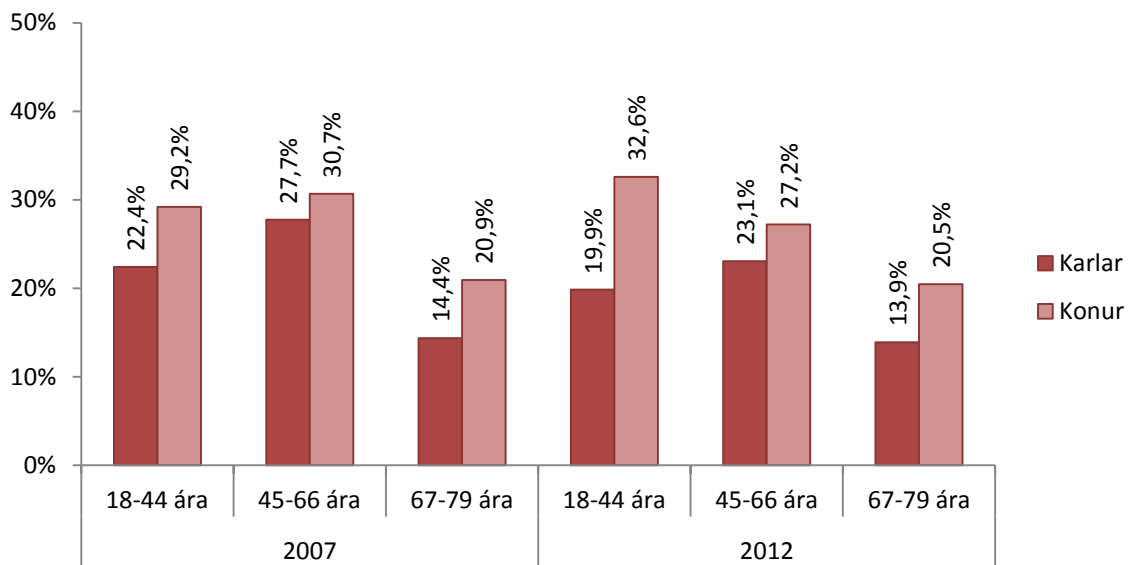
\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



**Mynd D30. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) átröskun. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D27. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinnan kvíða/spennu.**

|  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 73,9% | 75,2% | 76,5%  | 79,5% | 71,2% | 70,7% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 11,8% | 9,9%  | 8,8%   | 6,1%  | 14,8% | 13,8% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 7,3%  | 7,6%  | 7,4%   | 7,4%  | 7,1%  | 7,8%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 7,1%  | 7,3%  | 7,3%   | 7,0%  | 6,9%  | 7,7%  |

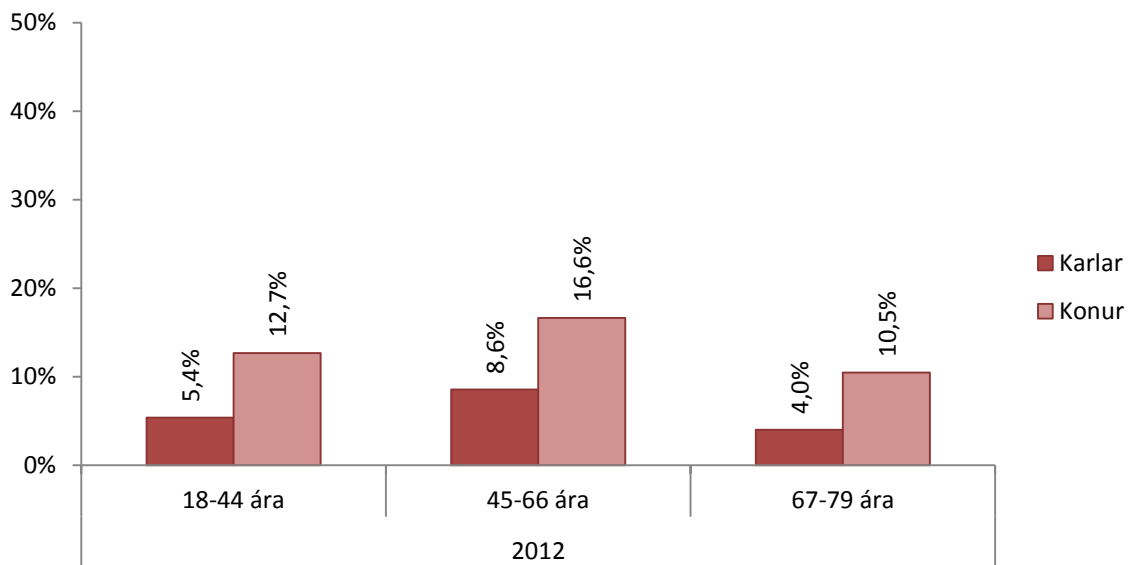


**Mynd D31. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvinnan kvíða/spennu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D28. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) áfallastreitu.\***

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | —    | 89,8% | —      | 93,5% | —     | 86,1% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | —    | 4,0%  | —      | 1,9%  | —     | 6,1%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | —    | 3,0%  | —      | 1,9%  | —     | 4,1%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | —    | 3,2%  | —      | 2,7%  | —     | 3,7%  |

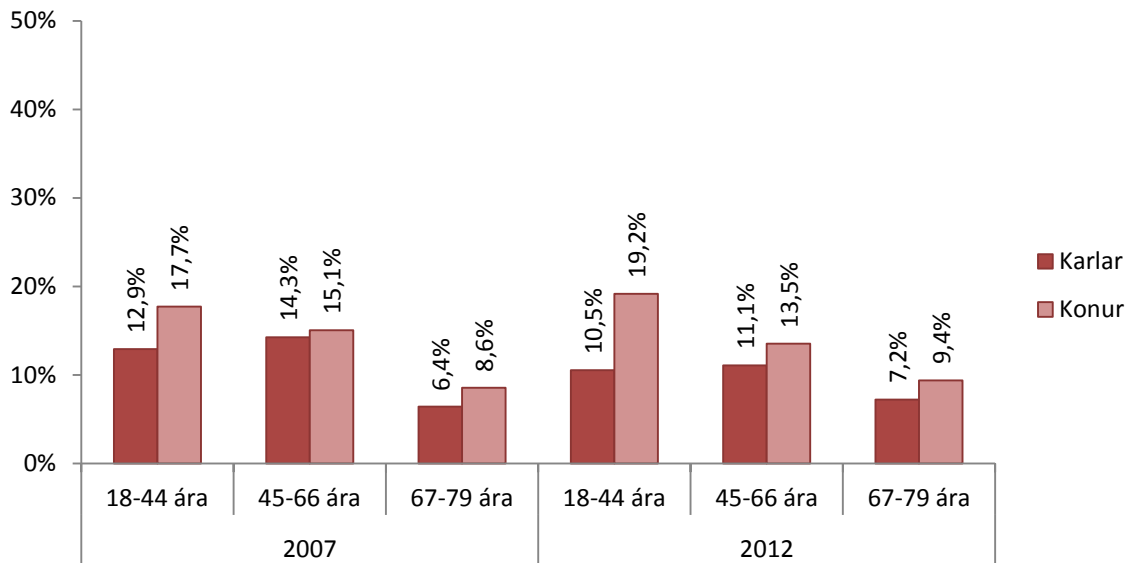
\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



**Mynd D32. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) áfallastreitu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D29. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvarandi þunglyndi.**

|  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni   | 85,8% | 86,8% | 87,2%  | 89,6% | 84,3% | 84,0% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur greint                     | 8,9%  | 8,2%  | 7,0%   | 5,5%  | 10,9% | 10,9% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, læknir hefur ekki greint                | 2,6%  | 2,3%  | 3,1%   | 2,8%  | 2,0%  | 1,8%  |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, ekki tilgreint hvort læknir hafi greint | 2,7%  | 2,7%  | 2,6%   | 2,2%  | 2,8%  | 3,3%  |

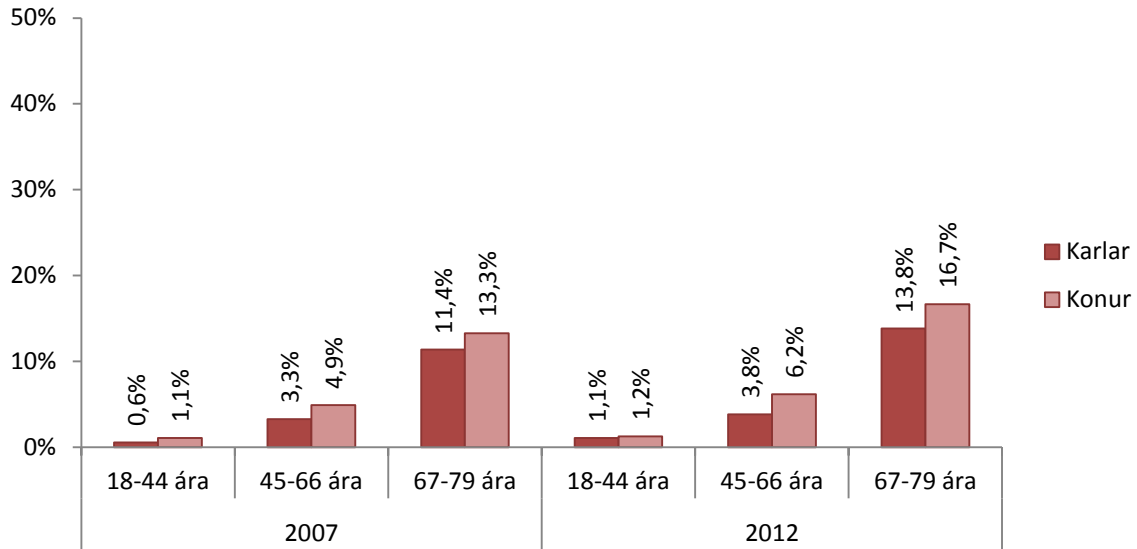


**Mynd D33. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) langvarandi þunglyndi. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D30. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) krabbamein (illkynja æxli, þ.m.t. hvítblæði og eitlaæxli).\***

|   | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei haft sjúkdóm/einkenni  | 96,8% | 95,9% | 97,4%  | 96,6% | 96,2% | 95,2% |
| Einhvern tíma haft sjúkdóm/einkenni, óháð því hvort læknir hafi greint eða ekki | 3,2%  | 4,1%  | 2,6%   | 3,4%  | 3,8%  | 4,8%  |

\* Spurningar eru ekki fullilega samanburðarhæfar yfir tíma þar sem orðalag og samhengi breyttist



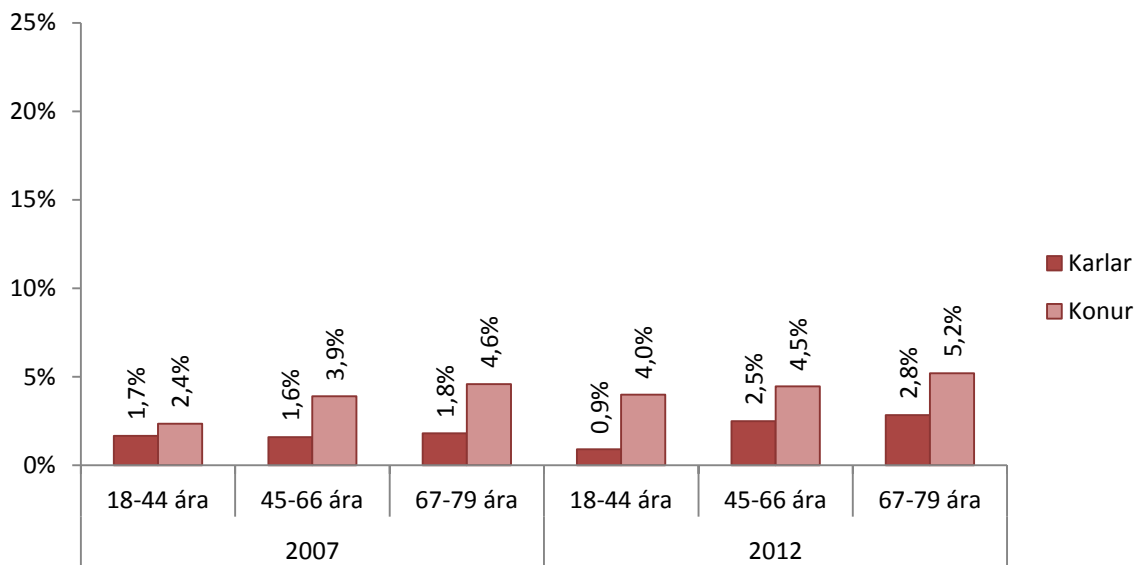
**Mynd D34. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma haft (hafa núna eða höfðu áður) krabbamein (illkynja æxli, þ.m.t. hvítblæði og eitlaæxli). Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D31. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi\* með eftirfarandi sjúkdóma eða einkennum.**

|  | Alls |      | Karlar |      | Konur |       |
|--|------|------|--------|------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012 | 2007   | 2012 | 2007  | 2012  |
| Síþreytu                                       | 2,4% | 3,0% | 1,7%   | 1,7% | 3,1%  | 4,3%  |
| Áfengis- eða fíkniefnavanda                    | 3,3% | 2,7% | 4,5%   | 3,7% | 2,0%  | 1,7%  |
| Langvinnan kvíða/spennu                        | 9,6% | 9,8% | 7,0%   | 6,8% | 12,3% | 12,8% |
| Langvarandi þunglyndi                          | 7,2% | 7,0% | 5,8%   | 5,1% | 8,6%  | 8,8%  |
| Athyglisbrest með eða án ofvirkni (ADD/ADHD)** | —    | 3,3% | —      | 3,5% | —     | 3,0%  |
| Áfallastreitu**                                | —    | 4,5% | —      | 2,2% | —     | 6,7%  |

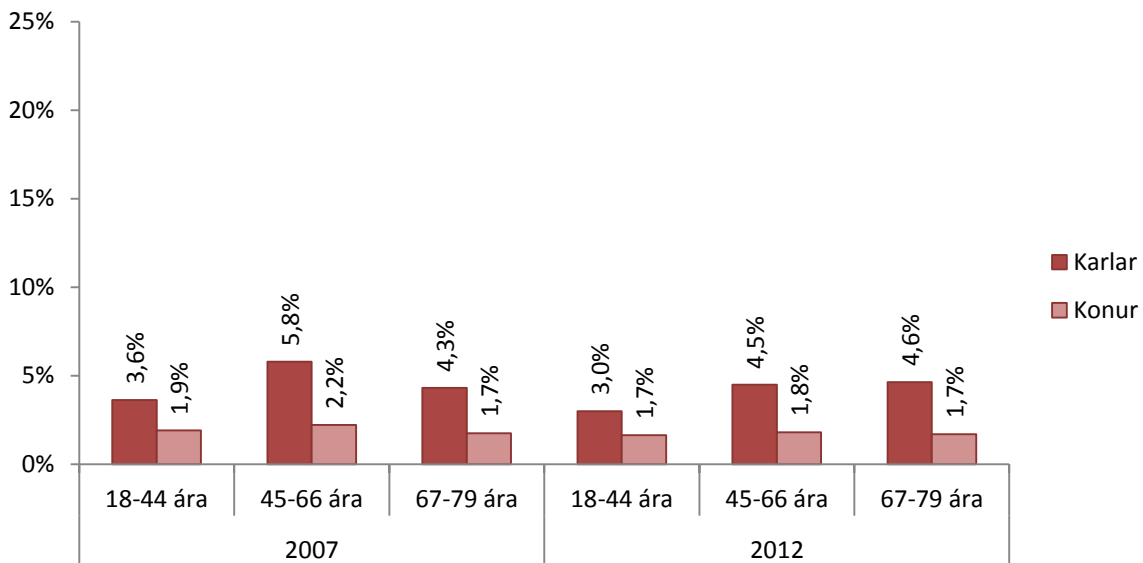
\* Mögulega er þetta að hluta til sama fólk og greint með sjúkdóm eða einkennum hjá lækni.

\*\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

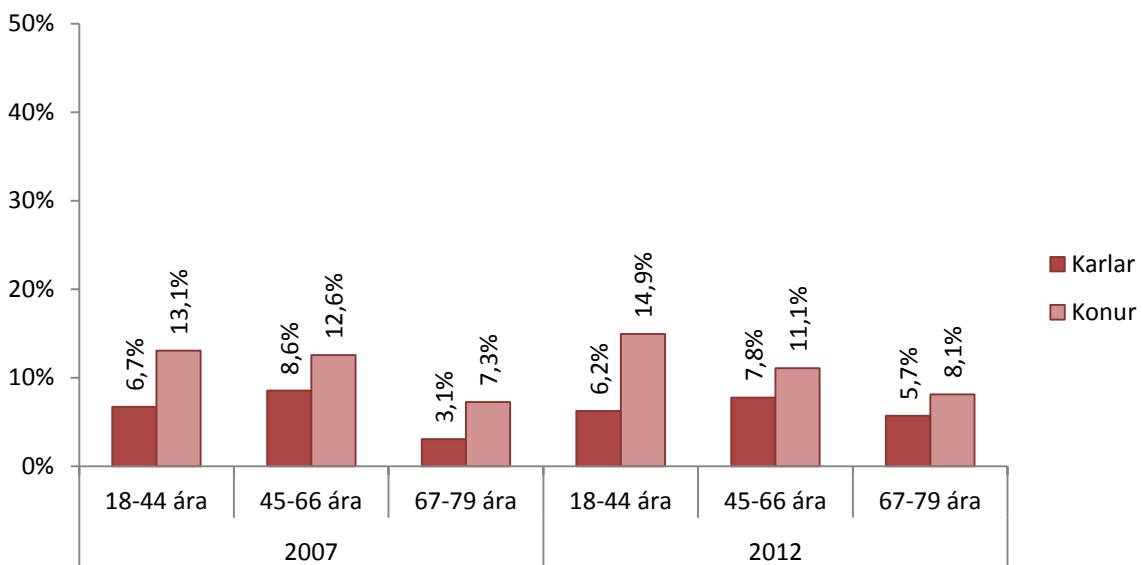


**Mynd D35. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með síþreytu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

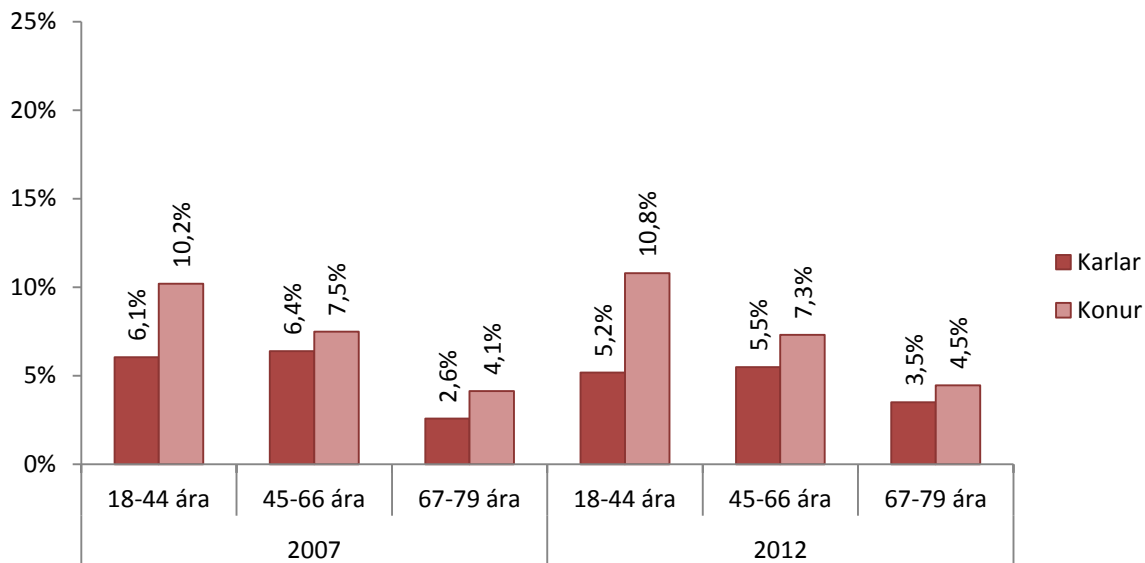




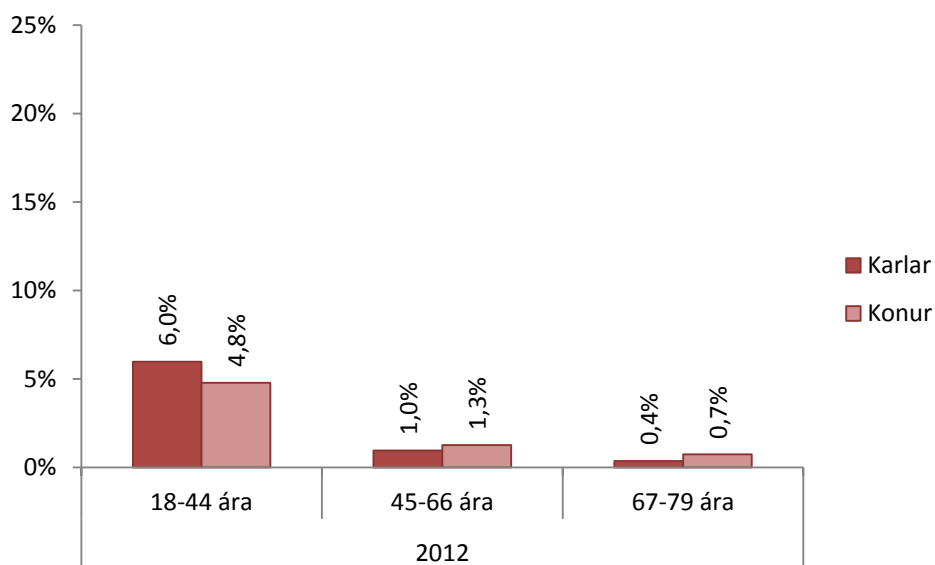
**Mynd D36. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með áfengis- eða fíkniefnavanda. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



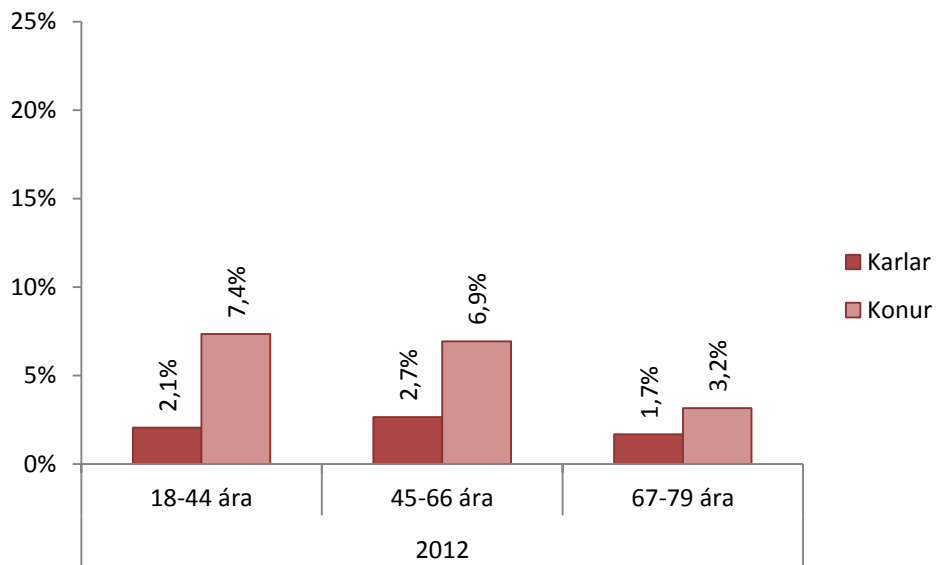
**Mynd D37. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með kvíða eða spennu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Mynd D38. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með langvarandi þunglyndi. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Mynd D39. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með athyglisbrest með eða án ofvirkni (ADD/ADHD). Greint eftir aldri og kyni.**

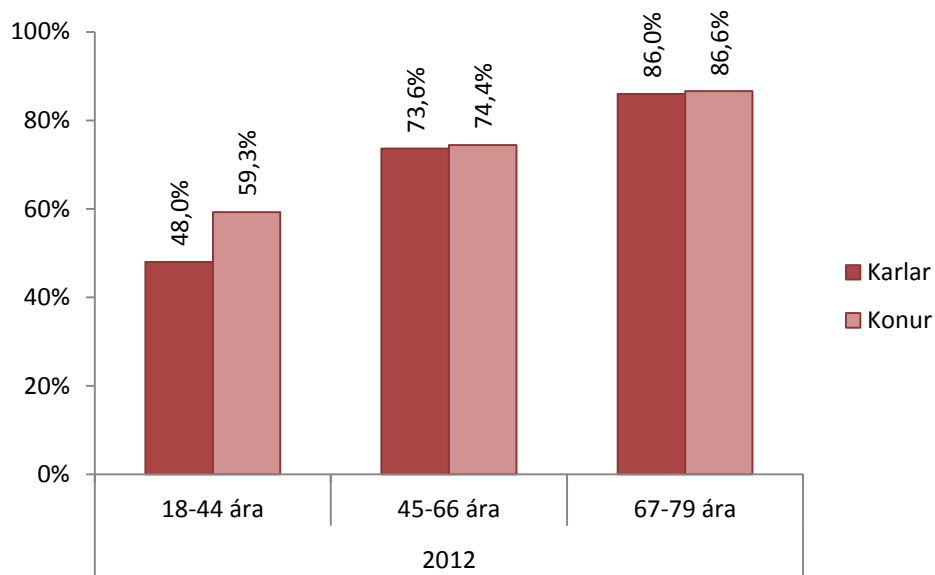


**Mynd D40. Hlutfall Íslendinga sem hefur verið greint af sálfræðingi með áfallastreitu. Greint eftir aldri og kyni.**

**Tafla D32. Hvenær var blóðþrýstingur þinn síðast mældur hjá heilbrigðisstarfsmanni?\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|  | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Á síðastliðnu ári                              | —    | 64,9% | —      | 61,7% | —     | 68,0% |
| Fyrir 1-2 árum                                 | —    | 16,6% | —      | 16,5% | —     | 16,7% |
| Fyrir 3-5 árum                                 | —    | 9,1%  | —      | 10,0% | —     | 8,3%  |
| Fyrir meira en 5 árum                          | —    | 6,4%  | —      | 8,1%  | —     | 4,8%  |
| Aldrei verið mældur hjá heilbrigðisstarfsmanni | —    | 2,9%  | —      | 3,6%  | —     | 2,2%  |

\* Spurningin tók breytingum í spurningalista rannsóknarinnar árið 2012 og er ekki samanburðarhæf við árið 2007.

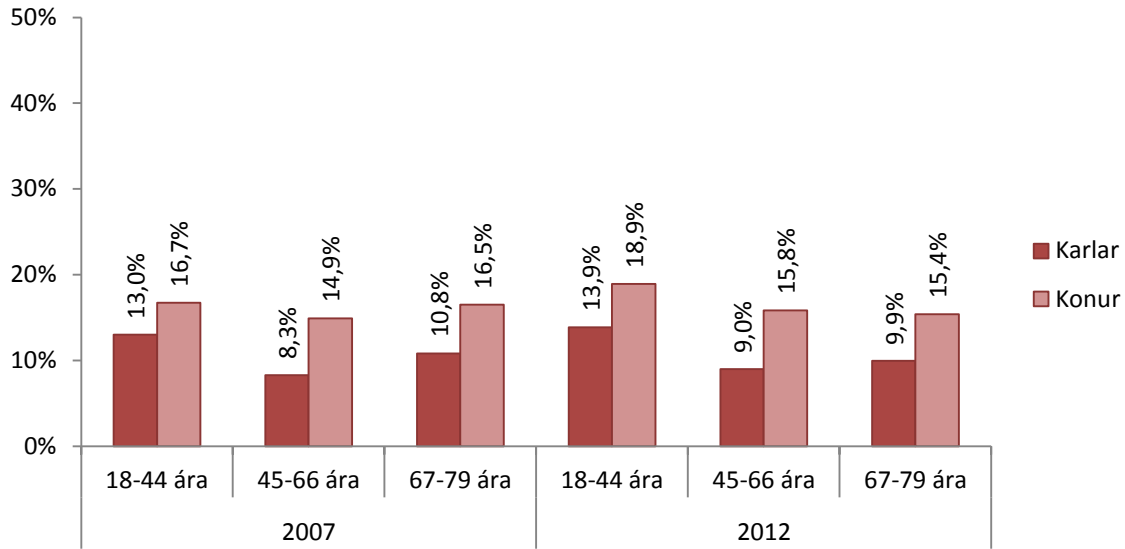


**Mynd D41. Hlutfall Íslendinga sem lét mæla blóðþrýsting sinn hjá heilbrigðisstarfsmanni síðastliðið ár. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D33. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við astma? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 4,4%  | 4,0%  | 3,4%   | 3,2%  | 5,4%  | 4,9%  |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 9,1%  | 10,5% | 7,6%   | 8,4%  | 10,6% | 12,5% |
| Nei, aldrei                      | 83,7% | 84,3% | 86,8%  | 87,3% | 80,5% | 81,3% |
| Nei, aldrei (spágildi)*          | 2,8%  | 1,2%  | 2,1%   | 1,1%  | 3,5%  | 1,3%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

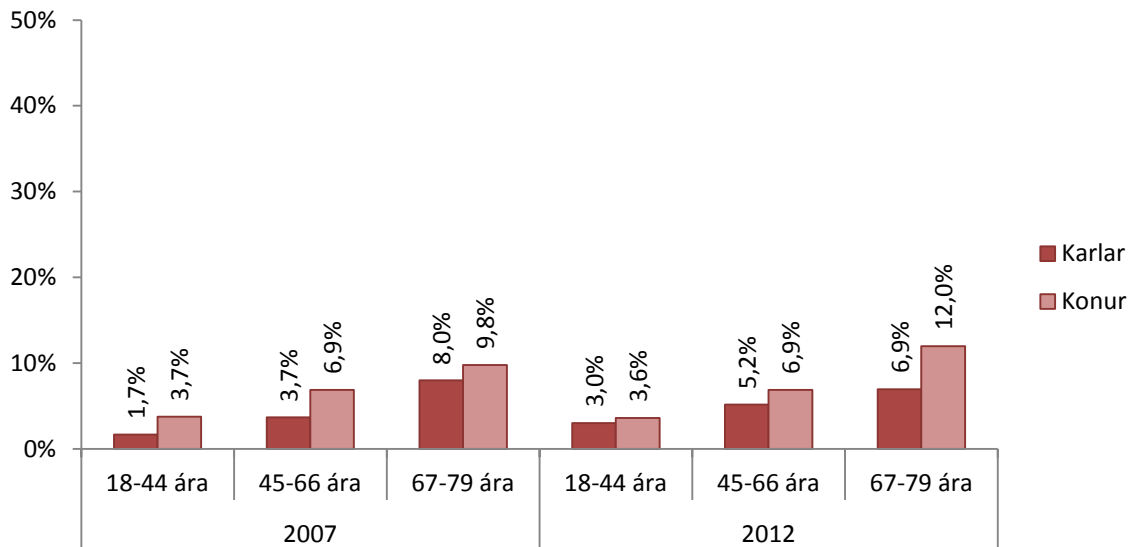


**Mynd D42. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við astma. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D34. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við langvinnri berkjubólgu, langvinnnum lungnateppusjúkdómi eða lungnaþembu? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 1,2%  | 1,3%  | 1,0%   | 1,0%  | 1,4%  | 1,6%  |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 3,0%  | 3,6%  | 2,0%   | 3,2%  | 4,1%  | 4,1%  |
| Nei, aldrei                      | 92,8% | 93,7% | 94,7%  | 94,7% | 90,8% | 92,7% |
| Nei, aldrei (spágildi)*          | 3,0%  | 1,3%  | 2,3%   | 1,1%  | 3,8%  | 1,6%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum líðum sömu spurningar er svarað.

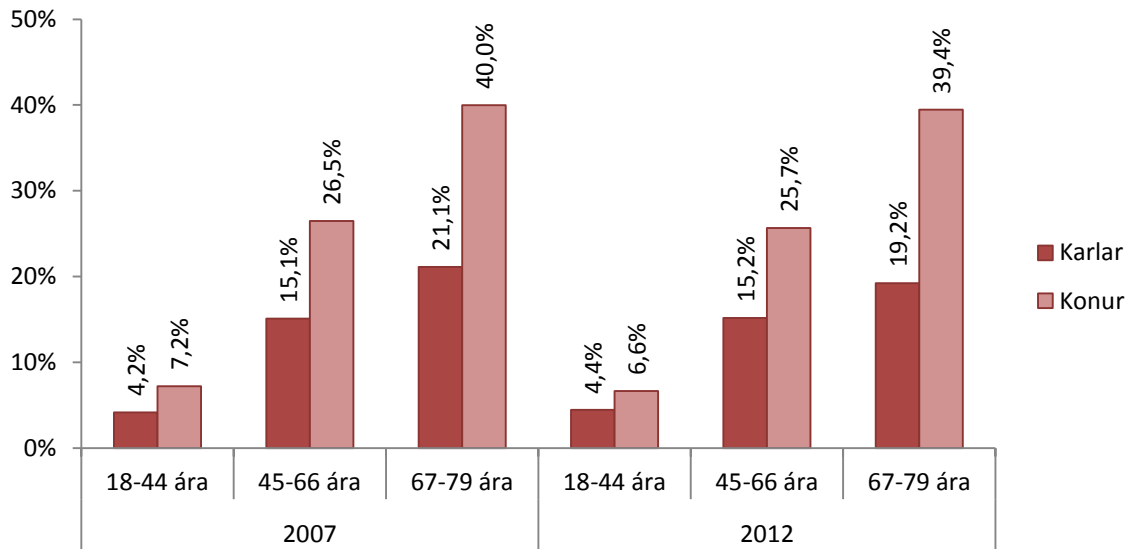


**Mynd D43. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við langvinnri berkjubólgu, langvinnnum lungnateppusjúkdómi eða lungnaþembu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D35. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við verkjum í liðum (slitgigt, liðagigt, iktsýki)? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 6,6%  | 7,5%  | 4,3%   | 4,9%  | 9,0%  | 10,1% |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 7,1%  | 6,1%  | 5,5%   | 5,1%  | 8,7%  | 7,2%  |
| Nei, aldrei                      | 84,0% | 85,4% | 88,4%  | 89,0% | 79,6% | 81,7% |
| Nei, aldrei (spágildi)*          | 2,3%  | 1,0%  | 1,8%   | 0,9%  | 2,7%  | 1,0%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

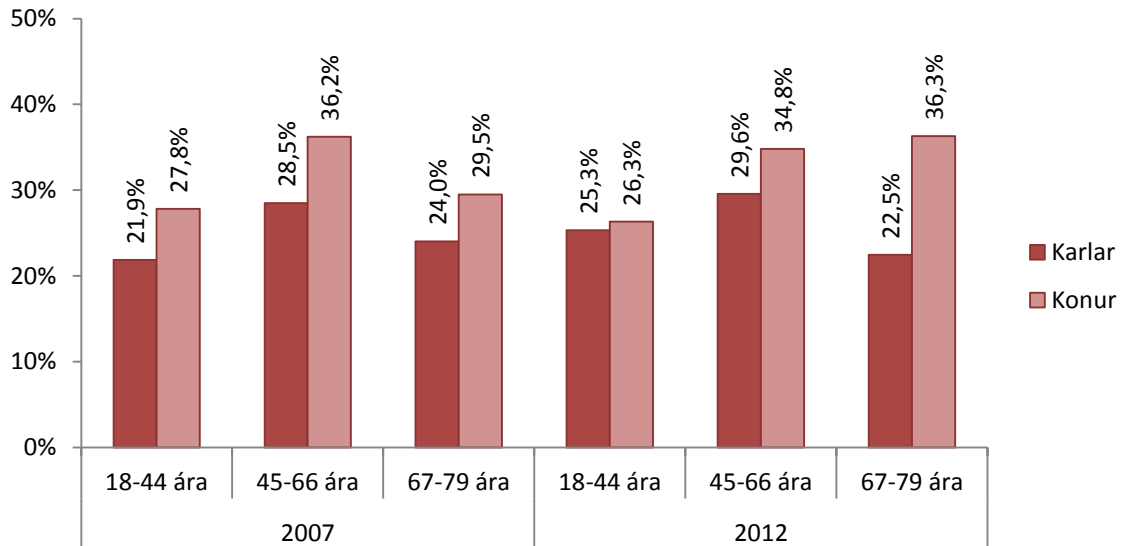


**Mynd D44. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við verkjum í liðum (slitgigt, liðagigt, iktsýki). Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D36. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við verkjum í hálsi eða baki? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 8,2%  | 9,3%  | 6,0%   | 7,0%  | 10,3% | 11,6% |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 19,6% | 19,3% | 18,4%  | 19,7% | 20,7% | 19,0% |
| Nei, aldrei                      | 69,7% | 70,2% | 73,8%  | 72,4% | 65,6% | 68,0% |
| Nei, aldrei (spágildi)*          | 2,5%  | 1,2%  | 1,7%   | 1,0%  | 3,4%  | 1,4%  |

\* Svara ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.



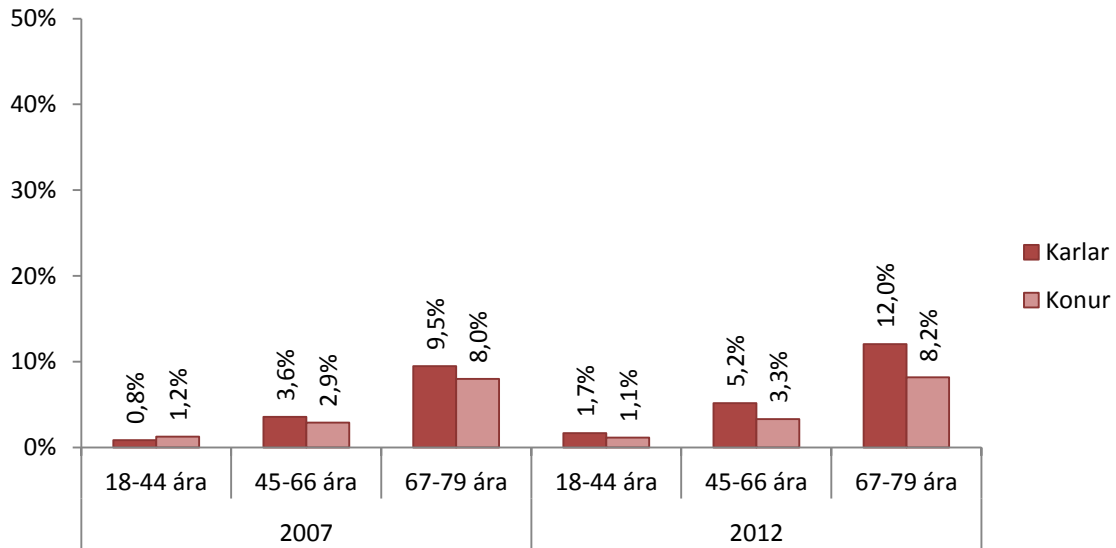
**Mynd D45. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við verkjum í hálsi eða baki. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Tafla D37. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við sykursýki? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 2,0%  | 2,7%  | 2,1%   | 3,4%  | 1,9%  | 2,0%  |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 0,7%  | 0,7%  | 0,6%   | 0,7%  | 0,7%  | 0,7%  |
| Nei, aldrei                      | 94,5% | 95,3% | 95,1%  | 95,0% | 93,8% | 95,7% |
| Nei, aldrei (spágildi)*          | 2,9%  | 1,3%  | 2,2%   | 1,0%  | 3,6%  | 1,6%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

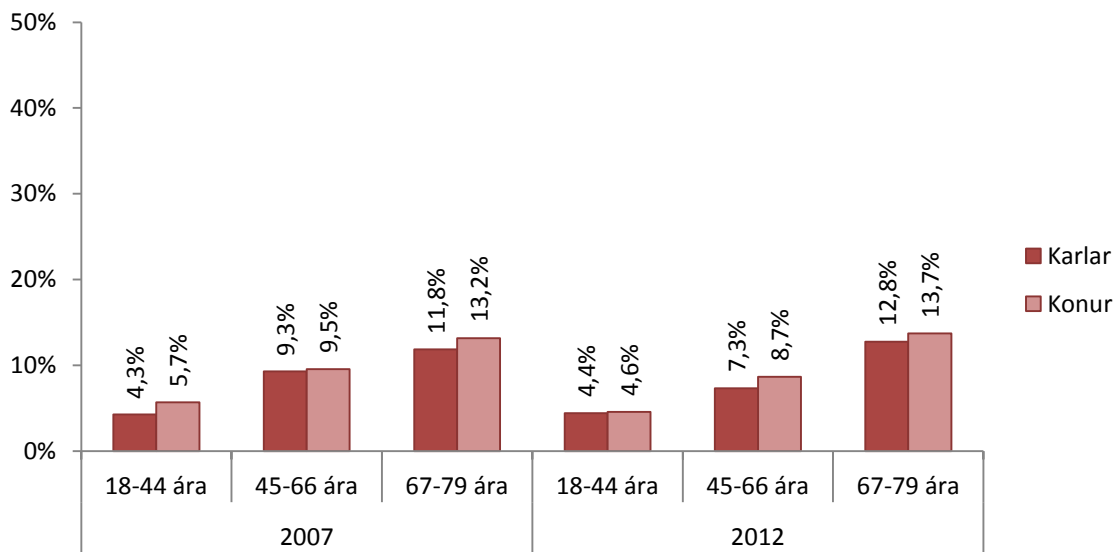


**Mynd D46. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við sykursýki. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D38. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við magasári (sári í maga eða skeifugörn)? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 1,3%  | 1,4%  | 1,1%   | 1,2%  | 1,4%  | 1,6%  |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 6,1%  | 5,3%  | 5,7%   | 5,2%  | 6,5%  | 5,5%  |
| Nei, aldrei                      | 89,8% | 92,0% | 91,0%  | 92,5% | 88,5% | 91,4% |
| Nei, aldrei (spágildi)*          | 2,8%  | 1,3%  | 2,1%   | 1,1%  | 3,6%  | 1,5%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

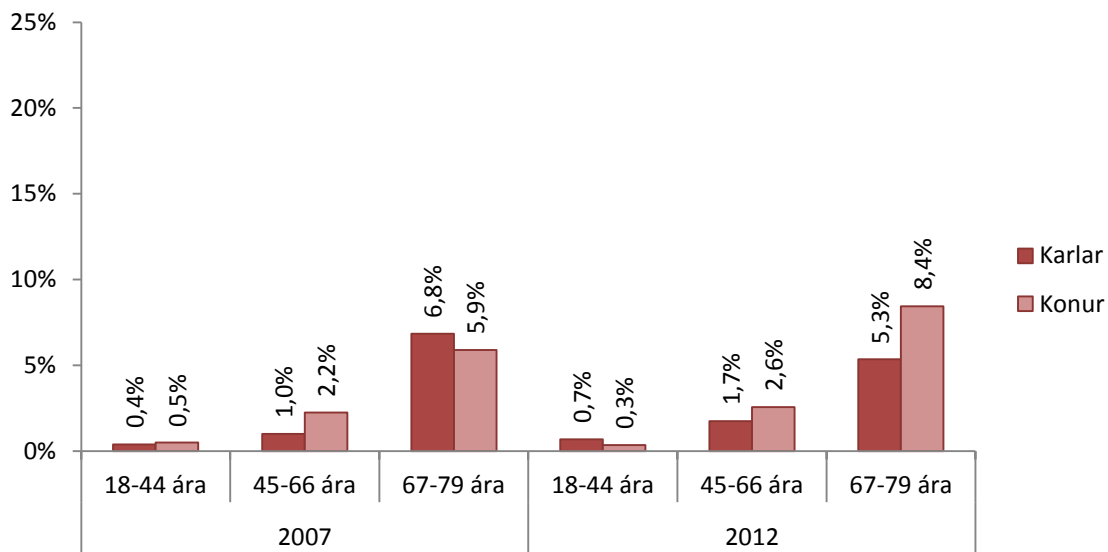


**Mynd D47. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við magasári (sári í maga eða skeifugörn). Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D39. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við krabbameini (krabbameinslyfjameðferð)?  
Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 0,5%  | 0,6%  | 0,5%   | 0,4%  | 0,5%  | 0,7%  |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 1,0%  | 1,3%  | 0,7%   | 1,2%  | 1,2%  | 1,4%  |
| Nei, aldrei                      | 95,4% | 96,8% | 96,4%  | 97,3% | 94,4% | 96,3% |
| Nei, aldrei (spágildi)*          | 3,1%  | 1,4%  | 2,3%   | 1,2%  | 3,9%  | 1,6%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum líðum sömu spurningar er svarað.

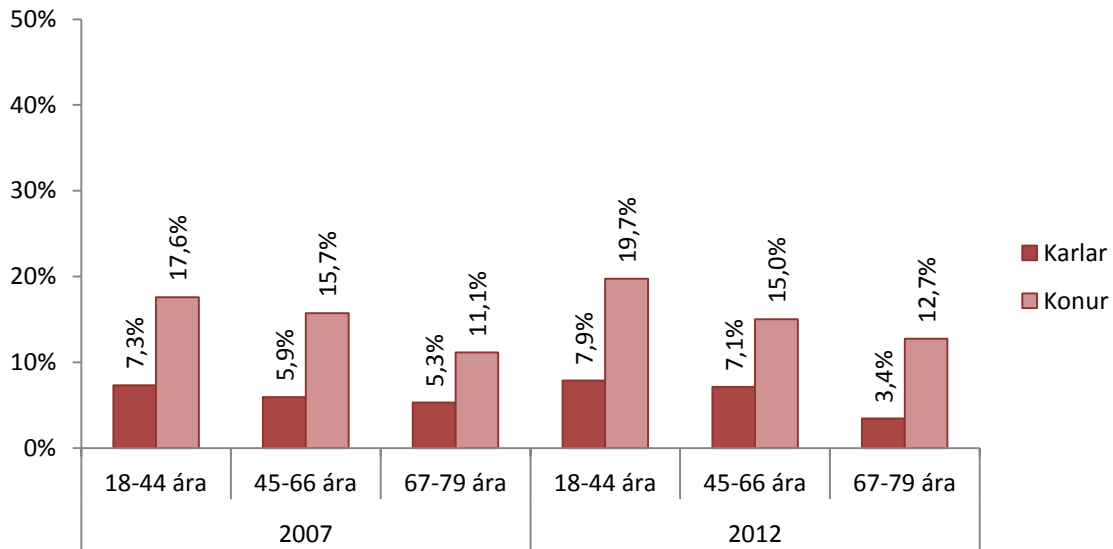


**Mynd D48. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við krabbameini (krabbameinslyfjameðferð). Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D40. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við alvarlegum höfuðverk, s.s. mígreni? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 3,0%  | 2,9%  | 1,8%   | 1,6%  | 4,2%  | 4,2%  |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 8,4%  | 9,2%  | 4,8%   | 5,5%  | 12,0% | 13,0% |
| Nei, aldrei                      | 85,7% | 86,5% | 91,1%  | 91,7% | 80,2% | 81,2% |
| Nei, aldrei (spágildi)*          | 2,9%  | 1,4%  | 2,3%   | 1,1%  | 3,6%  | 1,6%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

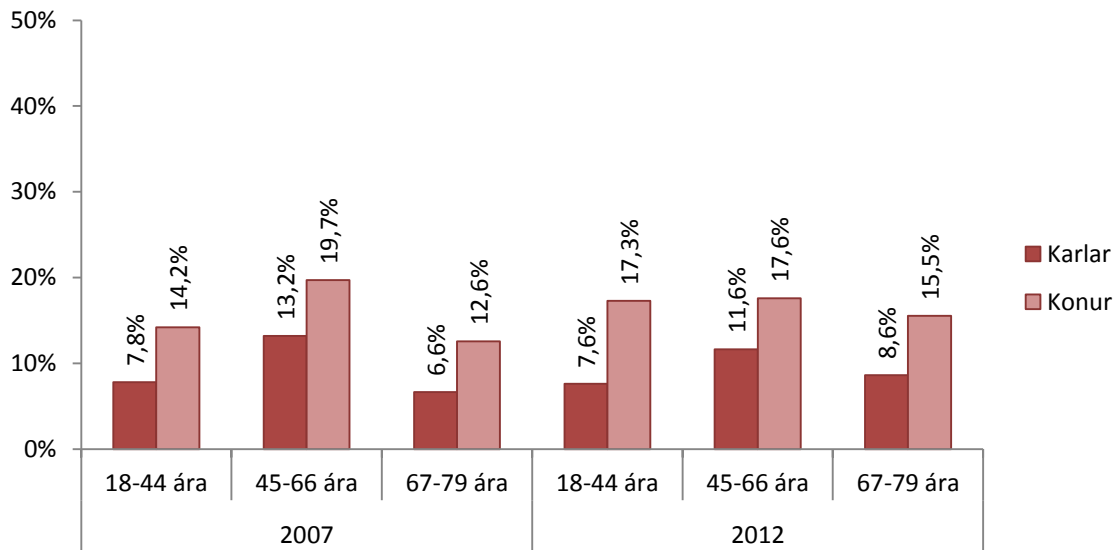


**Mynd D49. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við alvarlegum höfuðverk, s.s. mígreni. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D41. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við langvinnum kvíða/spennu? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 5,8%  | 6,1%  | 4,1%   | 4,3%  | 7,5%  | 7,9%  |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 7,0%  | 7,1%  | 5,5%   | 4,9%  | 8,5%  | 9,3%  |
| Nei, aldrei                      | 84,6% | 85,7% | 88,3%  | 89,8% | 80,9% | 81,5% |
| Nei, aldrei (spágildi)*          | 2,6%  | 1,1%  | 2,1%   | 1,0%  | 3,1%  | 1,3%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

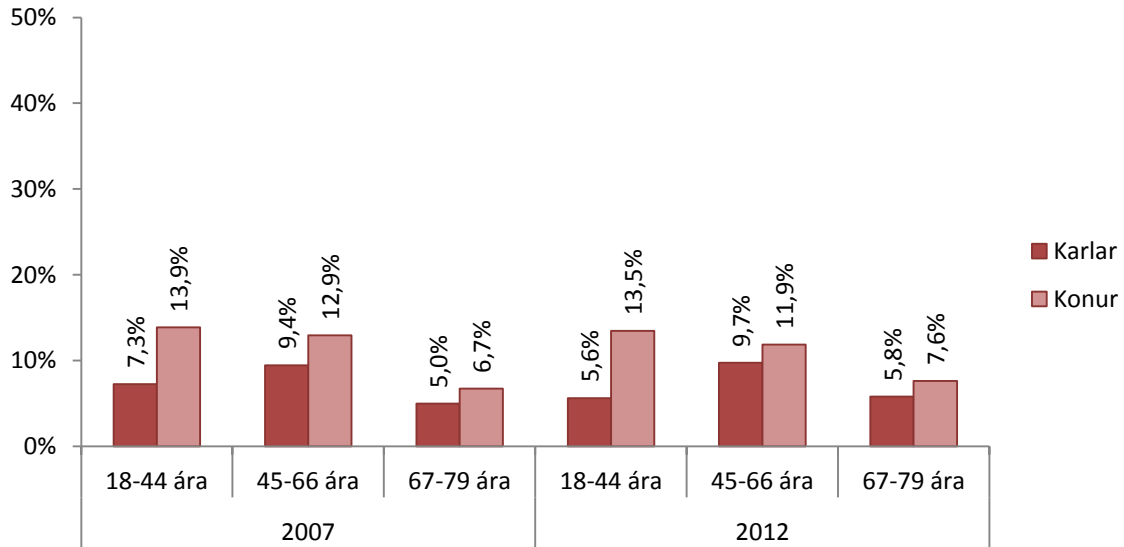


**Mynd D50. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við langvinnum kvíða/spennu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D42. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf við langvarandi þunglyndi? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 5,0%  | 4,7%  | 3,6%   | 3,1%  | 6,4%  | 6,3%  |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 5,2%  | 5,0%  | 4,2%   | 4,1%  | 6,3%  | 6,0%  |
| Nei, aldrei                      | 86,9% | 89,0% | 90,0%  | 91,7% | 83,8% | 86,4% |
| Nei, aldrei (spágildi)*          | 2,8%  | 1,3%  | 2,2%   | 1,1%  | 3,5%  | 1,4%  |

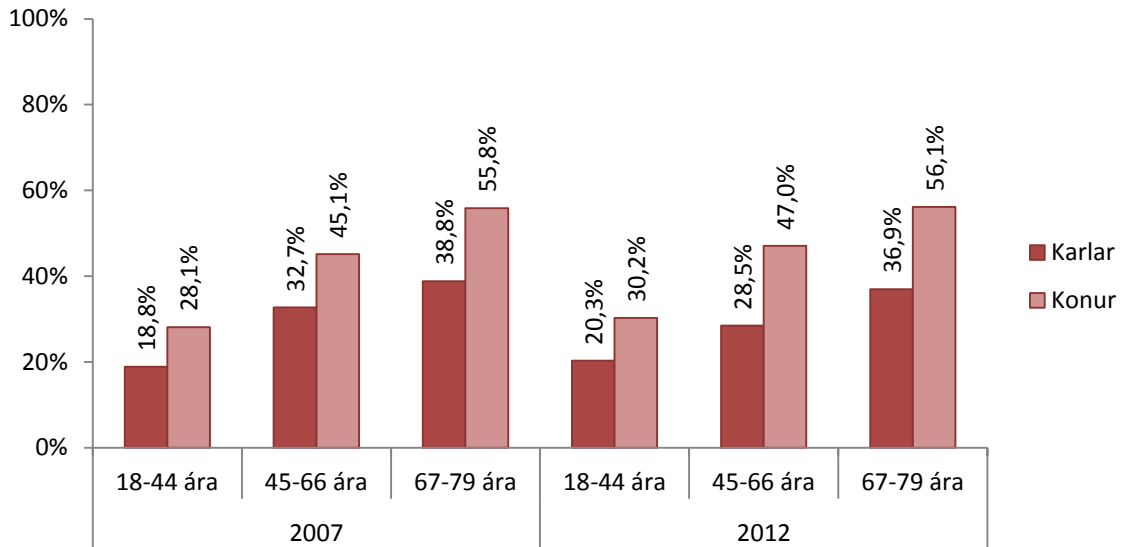
\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Nei, aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.



**Mynd D51. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf við langvarandi þunglyndi. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D43. Hefur þú tekið svefntöflur? Hlutfallsleg skipting svara.**

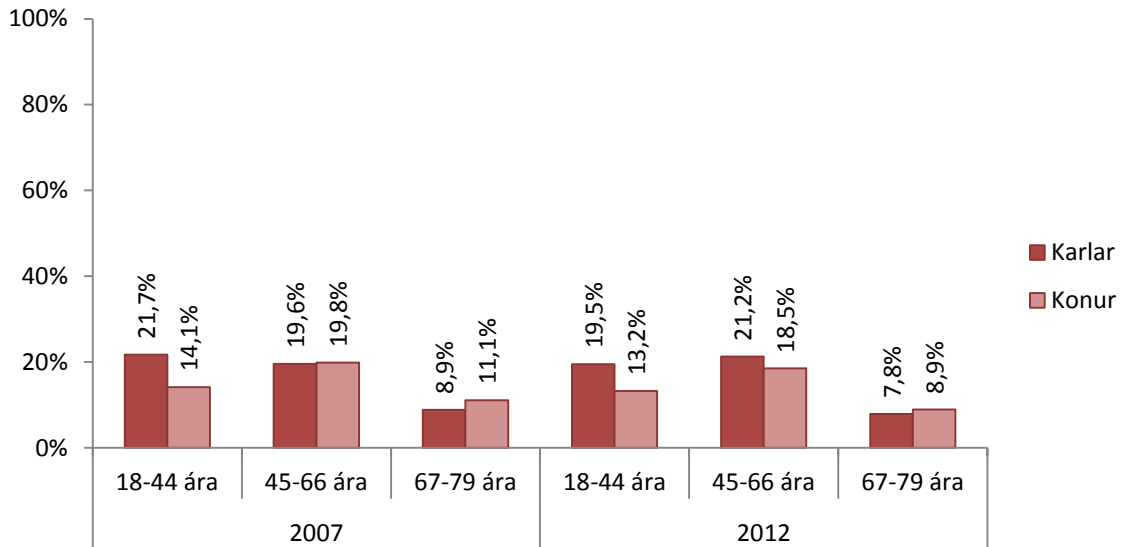
|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 9,6%  | 9,5%  | 6,8%   | 6,6%  | 12,4% | 12,5% |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 21,8% | 22,7% | 19,1%  | 18,5% | 24,7% | 26,8% |
| Nei, aldrei                      | 68,6% | 67,8% | 74,2%  | 74,9% | 62,9% | 60,7% |



**Mynd D52. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið svefntöflur. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D44. Hefur þú tekið nikótínlyf sem fást án lyfseðils? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 4,2%  | 3,2%  | 4,5%   | 3,1%  | 3,8%  | 3,3%  |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 13,6% | 13,7% | 15,1%  | 15,9% | 12,0% | 11,4% |
| Nei, aldrei                      | 82,2% | 83,1% | 80,3%  | 81,0% | 84,2% | 85,3% |

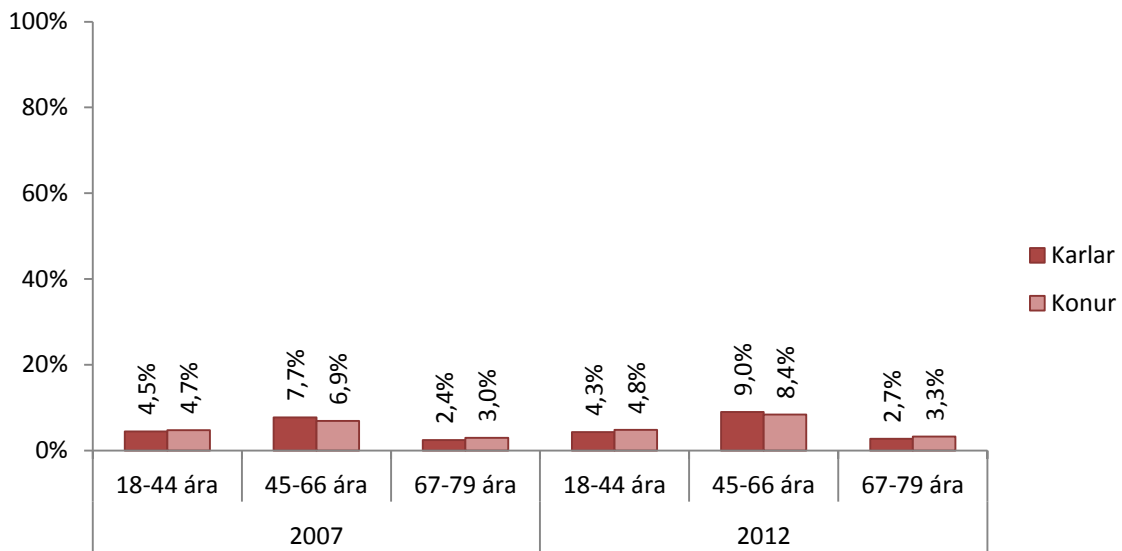


**Mynd D53. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið nikótínlyf sem fást án lyfseðils. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



Tafla D45. Hefur þú tekið lyfseðilsskyld lyf til að hætta að reykja? Hlutfallsleg skipting svara.

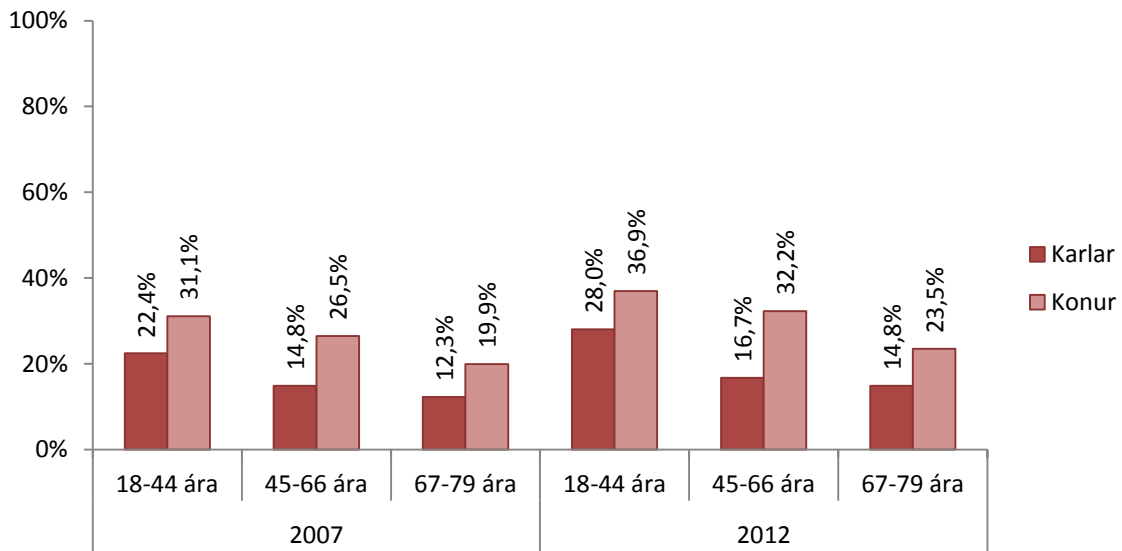
|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 0,8%  | 0,4%  | 0,7%   | 0,6%  | 0,9%  | 0,2%  |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 4,6%  | 5,5%  | 4,8%   | 5,4%  | 4,4%  | 5,7%  |
| Nei, aldrei                      | 94,6% | 94,1% | 94,6%  | 94,1% | 94,7% | 94,1% |



Mynd D54. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið lyfseðilsskyld lyf til að hætta að reykja. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D46. Hefur þú tekið ofnæmislyf, s.s. við nefbólgu, augnbólgu, húðbólgu, fæðuofnæmi eða öðru? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, á síðustu tveimur vikum      | 5,9%  | 7,6%  | 5,5%   | 6,0%  | 6,4%  | 9,2%  |
| Já, fyrir meira en tveimur vikum | 17,5% | 20,4% | 13,2%  | 16,4% | 22,0% | 24,6% |
| Nei, aldrei                      | 76,6% | 71,9% | 81,3%  | 77,6% | 71,7% | 66,2% |

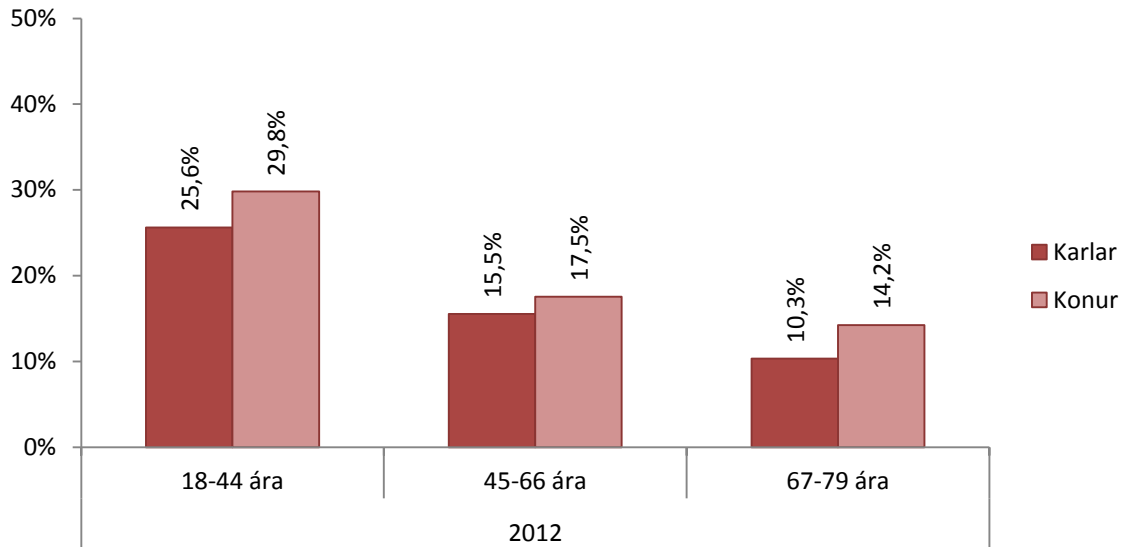


**Mynd D55. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma tekið ofnæmislyf, s.s. við nefbólgu, augnbólgu, húðbólgu, fæðuofnæmi eða öðru. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D47. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því?\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|     | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|-----|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|     | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já  | —    | 21,9% | —      | 20,2% | —     | 23,5% |
| Nei | —    | 78,1% | —      | 79,8% | —     | 76,5% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



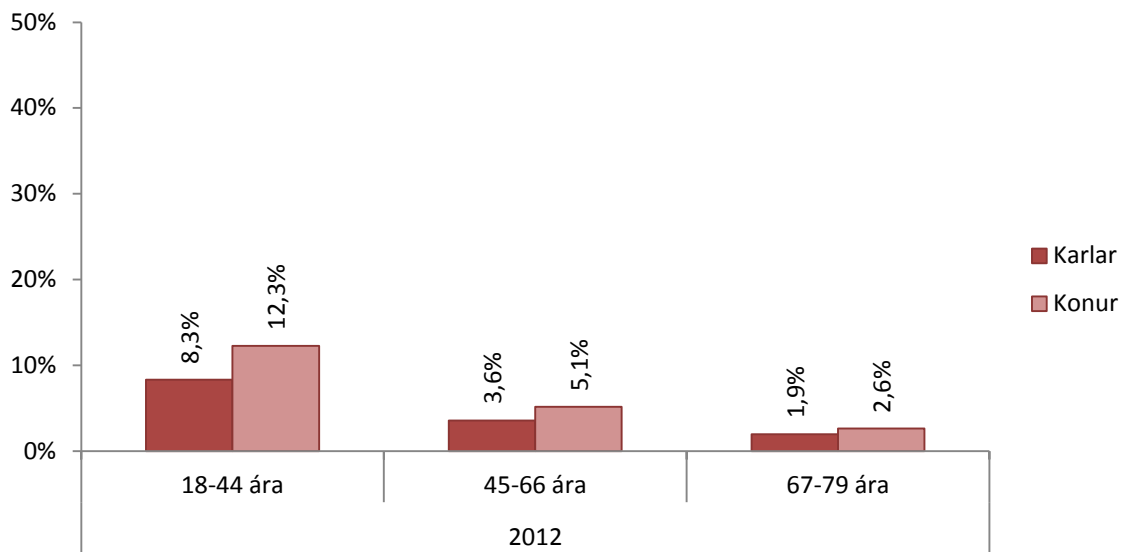
**Mynd D56. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D48. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna kostnaðar?\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|   | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|---|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já  | —    | 7,2%  | —      | 5,9%  | —     | 8,6%  |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars              | —    | 11,1% | —      | 10,7% | —     | 11,5% |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars (spágildi)** | —    | 3,4%  | —      | 3,5%  | —     | 3,3%  |
| Hætti hvorki við né frestaði                          | —    | 78,0% | —      | 79,6% | —     | 76,3% |
| Hætti við eða frestaði en engin ástæða gefin          | —    | 0,3%  | —      | 0,3%  | —     | 0,3%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Svára ekki en eiga líklega við „Nei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.



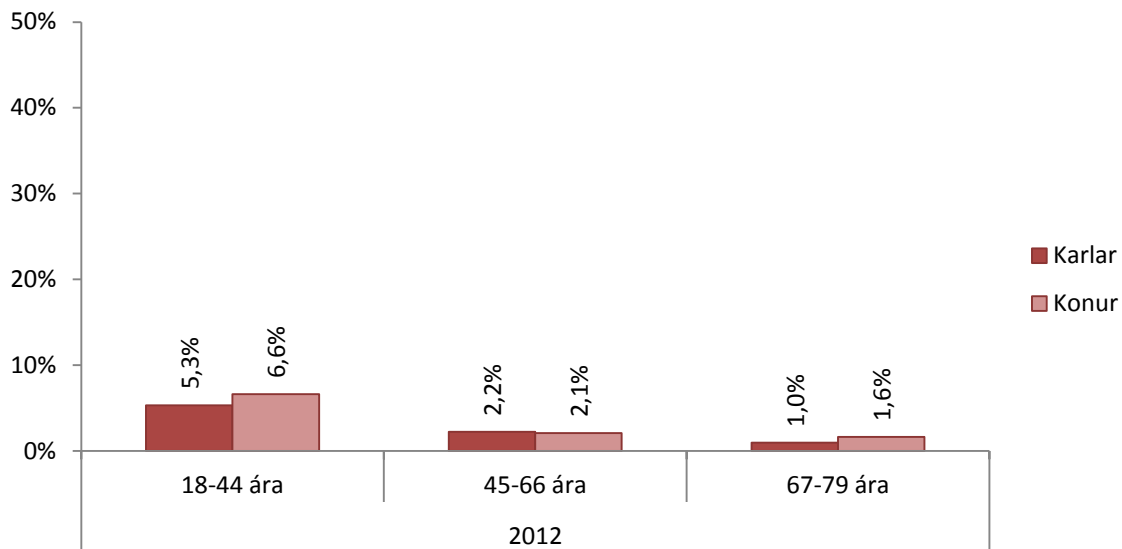
**Mynd D57. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því vegna kostnaðar.** Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D49. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna þess að þú vissir ekki til hvaða læknis þú ættir að leita?\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|   | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|---|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já  | —    | 4,0%  | —      | 3,7%  | —     | 4,4%  |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars              | —    | 13,3% | —      | 11,8% | —     | 14,7% |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars (spágildi)** | —    | 4,4%  | —      | 4,5%  | —     | 4,3%  |
| Hætti hvorki við né frestaði                          | —    | 78,0% | —      | 79,7% | —     | 76,3% |
| Hætti við eða frestaði en engin ástæða gefin          | —    | 0,3%  | —      | 0,3%  | —     | 0,3%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Svára ekki en eiga líklega við „Nei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.



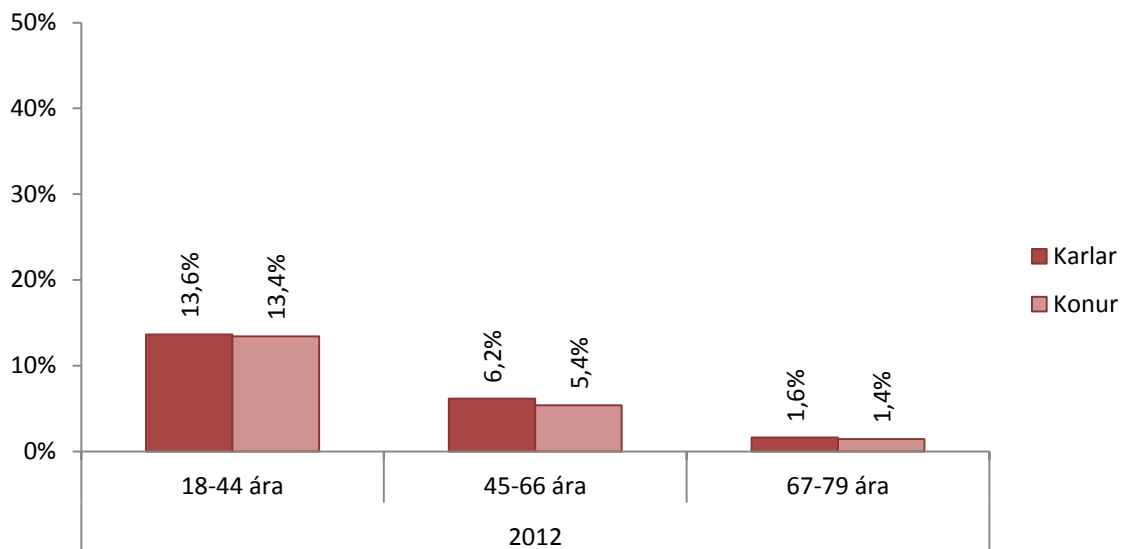
**Mynd D58. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því vegna óvissu um til hvaða læknis ætti að leita. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D50. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna annarra verkefna?\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|   | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|---|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já  | —    | 9,3%  | —      | 9,6%  | —     | 9,1%  |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars              | —    | 8,8%  | —      | 6,8%  | —     | 10,7% |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars (spágildi)** | —    | 3,6%  | —      | 3,6%  | —     | 3,5%  |
| Hætti hvorki við né frestaði                          | —    | 78,0% | —      | 79,7% | —     | 76,3% |
| Hætti við eða frestaði en engin ástæða gefin          | —    | 0,3%  | —      | 0,3%  | —     | 0,3%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Svára ekki en eiga líklega við „Nei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.



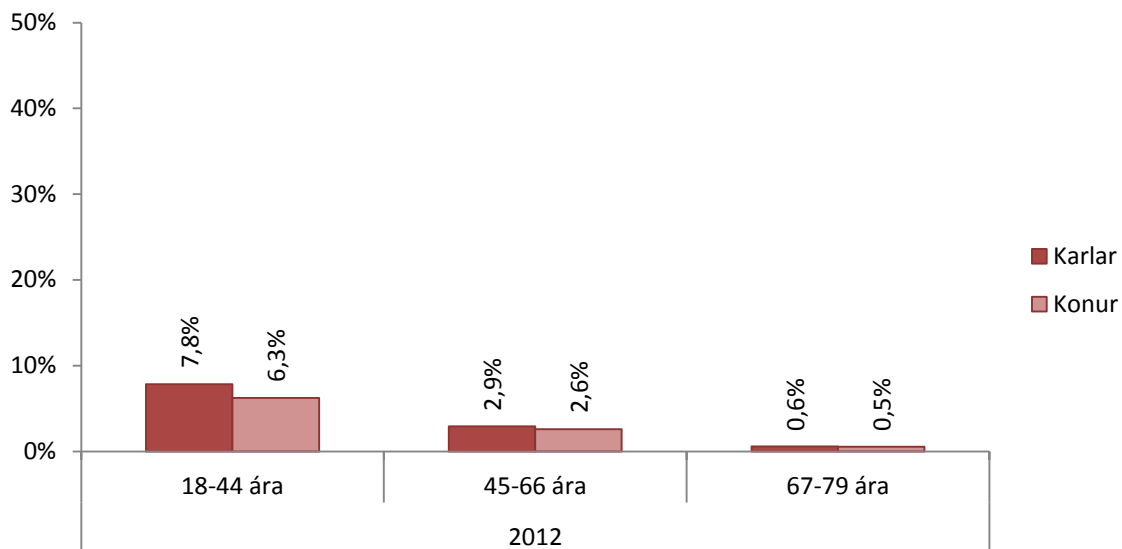
**Mynd D59. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því vegna annarra verkefna. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D51. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna þess að þér fannst of tímafrekt að fara?\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|   | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|---|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já  | —    | 4,7%  | —      | 5,2%  | —     | 4,3%  |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars              | —    | 12,8% | —      | 10,7% | —     | 14,8% |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars (spágildi)** | —    | 4,2%  | —      | 4,1%  | —     | 4,3%  |
| Hætti hvorki við né frestaði                          | —    | 78,0% | —      | 79,7% | —     | 76,3% |
| Hætti við eða frestaði en engin ástæða gefin          | —    | 0,3%  | —      | 0,3%  | —     | 0,3%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Svára ekki en eiga líklega við „Nei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.



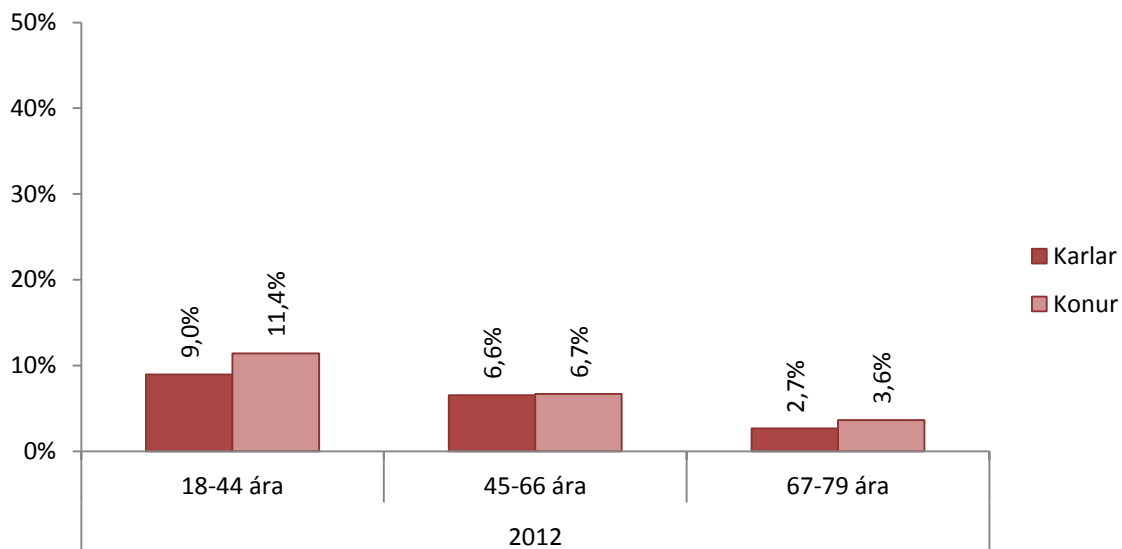
**Mynd D60. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því þar sem það þótti of tímafrekt að fara. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D52. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna þess að þú gæt ekki fengið tíma nægilega fljótt?\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|   | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|---|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já  | —    | 8,1%  | —      | 7,4%  | —     | 8,8%  |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars              | —    | 10,2% | —      | 9,1%  | —     | 11,3% |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars (spágildi)** | —    | 3,4%  | —      | 3,5%  | —     | 3,3%  |
| Hætti hvorki við né frestaði                          | —    | 78,0% | —      | 79,7% | —     | 76,3% |
| Hætti við eða frestaði en engin ástæða gefin          | —    | 0,3%  | —      | 0,3%  | —     | 0,3%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Svára ekki en eiga líklega við „Nei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.



**Mynd D61. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því vegna þess að þeir gátu ekki fengið tíma nægilega fljótt. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

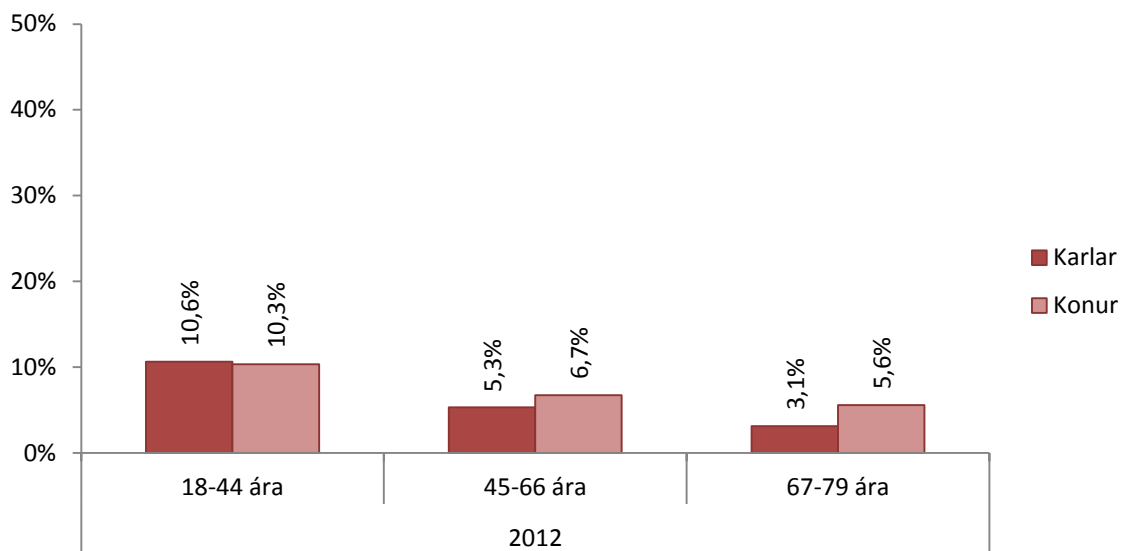


**Tafla D53. Þurftir þú að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættir við það eða frestaðir því vegna þess að þú taldir að ferð til læknis myndi ekki gera mikið gagn?\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|   | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|---|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já  | —    | 8,1%  | —      | 7,8%  | —     | 8,5%  |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars              | —    | 10,2% | —      | 8,8%  | —     | 11,6% |
| Nei, hætti við eða frestaði vegna annars (spágildi)** | —    | 3,3%  | —      | 3,3%  | —     | 3,3%  |
| Hætti hvorki við né frestaði                          | —    | 78,0% | —      | 79,7% | —     | 76,3% |
| Hætti við eða frestaði en engin ástæða gefin          | —    | 0,3%  | —      | 0,3%  | —     | 0,3%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Svára ekki en eiga líklega við „Nei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

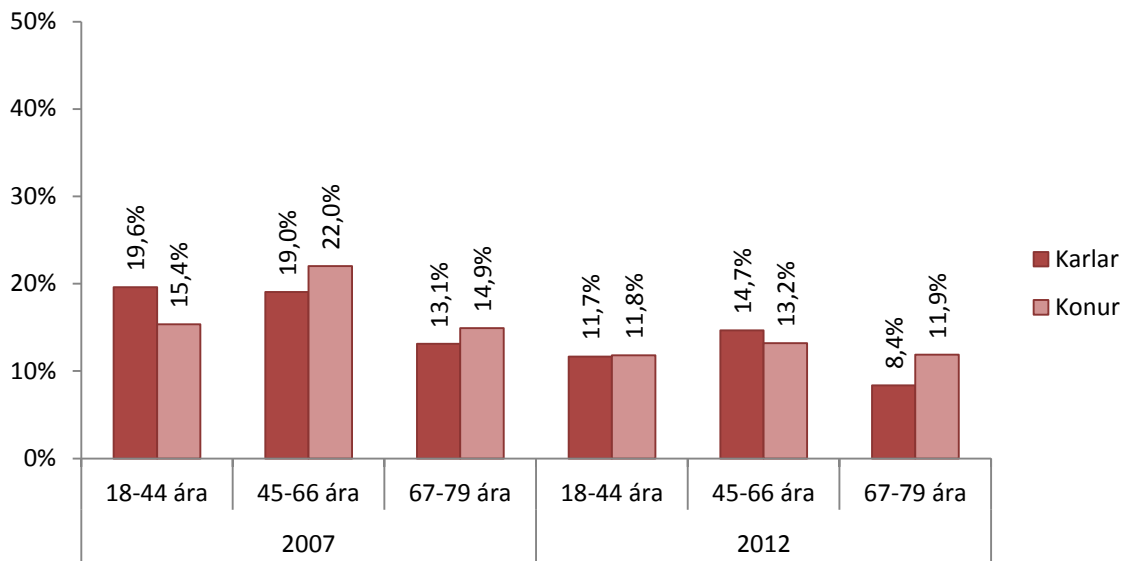


**Mynd D62. Hlutfall Íslendinga sem þurftu að fara til læknis einhvern tíma á síðastliðnum 6 mánuðum, en hættu við það eða frestuðu því vegna þess að þeir töldu að ferð til læknis myndi ekki gera mikið gagn. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

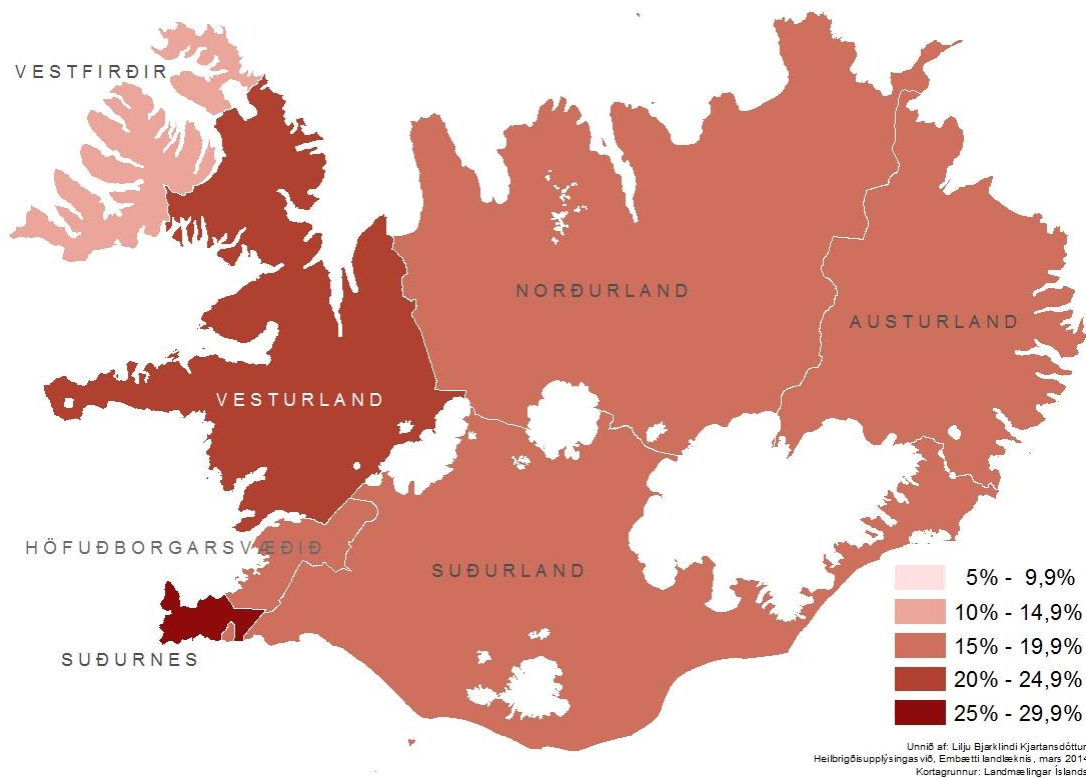
## Tóbak og tóbaksnotkun

Tafla D54. Reykir þú? Hlutfallsleg skipting svara.

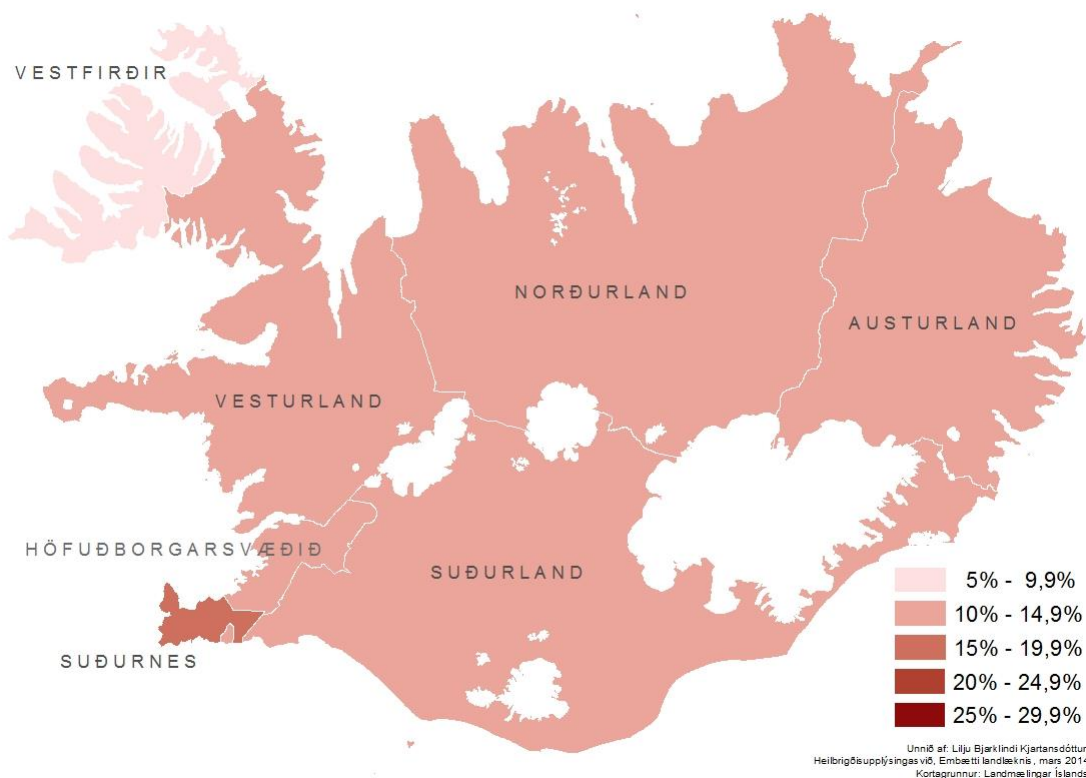
|                             | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|-----------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                             | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Hef/ur aldrei reykt         | 44,0% | 50,1% | 42,3%  | 48,2% | 45,6% | 52,0% |
| Hætt/ur að reykja           | 32,4% | 32,7% | 34,4%  | 34,2% | 30,3% | 31,2% |
| Reykir sjaldnar en vikulega | 3,4%  | 3,1%  | 3,0%   | 3,6%  | 3,8%  | 2,5%  |
| Reykir a.m.k. vikulega      | 2,1%  | 1,7%  | 1,6%   | 1,5%  | 2,6%  | 1,9%  |
| Reykir daglega              | 18,2% | 12,4% | 18,7%  | 12,5% | 17,7% | 12,3% |



Mynd D63. Hlutfall Íslendinga sem reykja daglega. Greint eftir ári, aldri og kyni.



Mynd D64. Hlutfall Íslendinga sem reykja daglega árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.

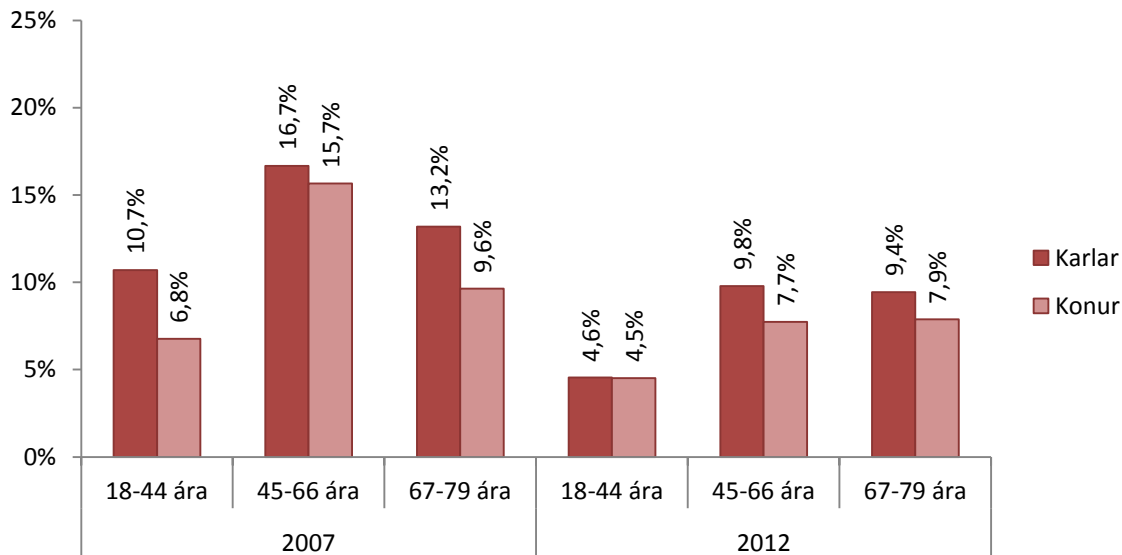


Mynd D65. Hlutfall Íslendinga sem reykja daglega árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.

Tafla D55. Hvað reykir þú venjulega mikið? Hlutfallsleg skipting svara\*.

|  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Minna en eina sígarettu á dag              | 3,3%  | 3,2%  | 2,4%   | 3,0%  | 4,3%  | 3,4%  |
| 1–4 sígarettur á dag                       | 3,1%  | 2,4%  | 1,9%   | 1,9%  | 4,2%  | 2,8%  |
| 5–14 sígarettur á dag                      | 7,3%  | 6,5%  | 5,8%   | 5,6%  | 8,8%  | 7,5%  |
| 15–24 sígarettur á dag                     | 9,0%  | 5,3%  | 9,1%   | 5,1%  | 8,9%  | 5,5%  |
| 25–34 sígarettur á dag                     | 2,1%  | 1,1%  | 3,1%   | 1,6%  | 1,2%  | ,6%   |
| 35 eða fleiri sígarettur á dag             | ,6%   | ,2%   | ,9%    | ,4%   | ,2%   | ,1%   |
| Ég reyki vindla                            | 2,2%  | 1,4%  | 4,2%   | 2,6%  | ,2%   | ,3%   |
| Ég reyki píputóbak                         | ,8%   | ,6%   | 1,5%   | 1,2%  | ,0%   | ,0%   |
| Reyki bæði vindla og pípu                  | ,1%   | ,0%   | ,2%    | ,1%   |       |       |
| Reykir, en ekki ljóst hversu mikið         | 1,1%  | ,7%   | ,9%    | ,8%   | 1,3%  | ,6%   |
| Á ekki við, viðkomandi hættur að reykja    | 26,6% | 28,5% | 27,8%  | 29,7% | 25,4% | 27,4% |
| Á ekki við, viðkomandi hefur aldrei reykst | 43,8% | 50,0% | 42,2%  | 48,1% | 45,5% | 51,9% |

\*Þeir sem hafa aldrei reykst eða reykja ennþá svöruðu ekki spurningu en þeim er bætt inn í sér flokka í töflu (neðstu tvær línur) svo hlutfallstölur endurspeglir alla fullorðna Íslendinga ekki aðeins þá sem eru hættir að reykja. Samskonar útfyllingar eru gerðar víðar í þessum kafla

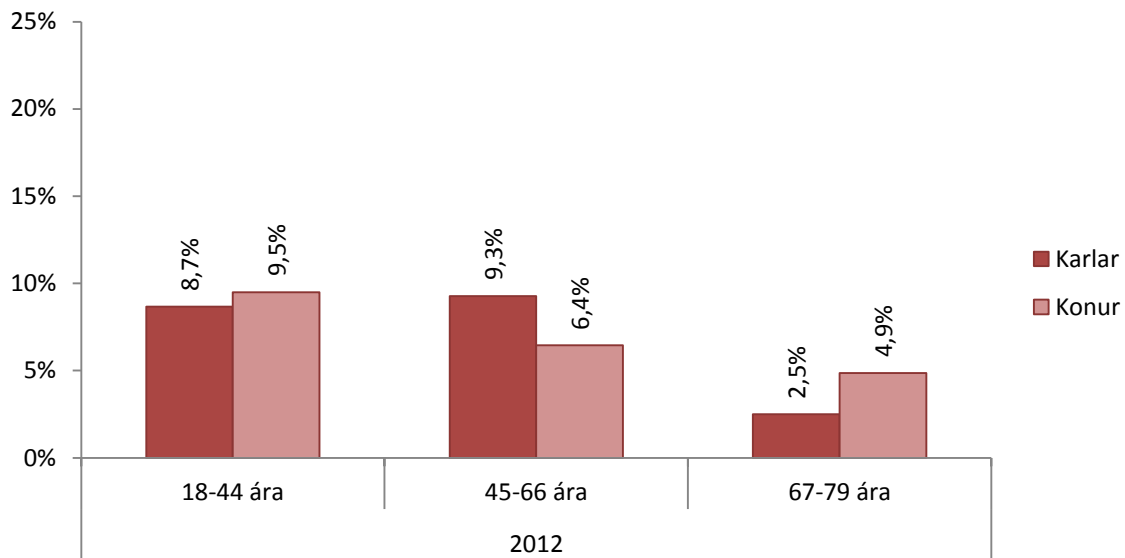


Mynd D66. Hlutfall Íslendinga sem reykja 15 eða fleiri sígarettur á dag. Greint eftir ári, aldri og kyni.

Tafla D56. Vilji til að að hætta að reykja (e. stages of change). Hlutfallsleg skipting svara.

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Ég ætla að hætta að reykja á næstu 30 dögum          |      | 2,4%  |        | 2,7%  |       | 2,2%  |
| Ég ætla að hætta að reykja á næstu 6 mánuðum         |      | 5,6%  |        | 5,6%  |       | 5,6%  |
| Ég ætla að hætta að reykja en ekki á næstu 6 mánuðum |      | 4,0%  |        | 3,7%  |       | 4,3%  |
| Ég hef ekki hugsað mér að hætta að reykja            |      | 4,0%  |        | 4,2%  |       | 3,9%  |
| Ég er hætt/ur að reykja                              |      | 34,0% |        | 36,0% |       | 31,9% |
| Hef aldrei reyktt*                                   |      | 49,9% |        | 47,8% |       | 52,0% |

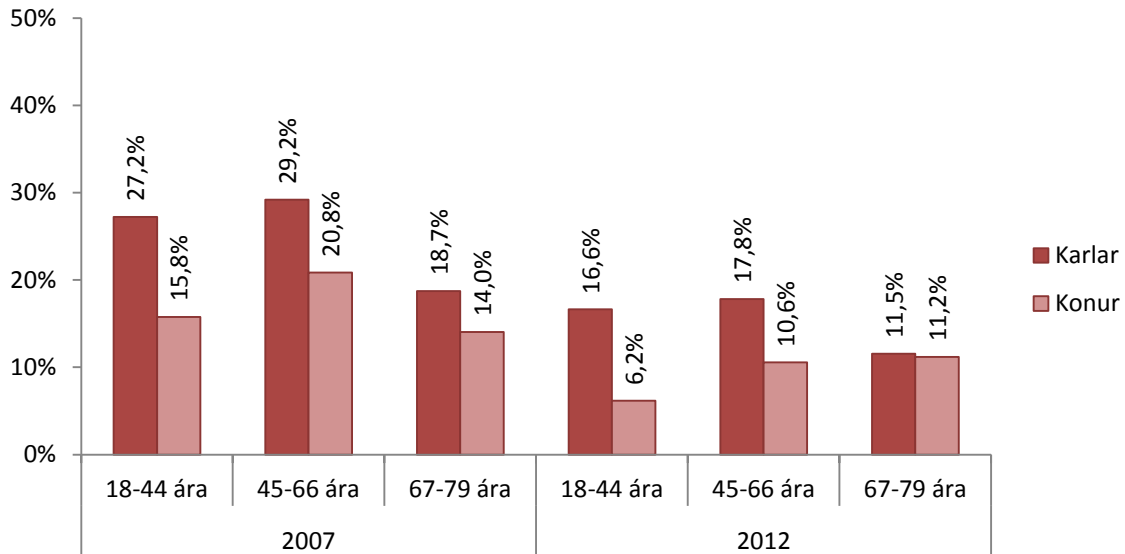
\* Þessum flokki bætt við skv. svörum úr annarri spurningu



Mynd D67. Hlutfall Íslendinga sem ætla að hætta að reykja innan 6 mánaða. Greint eftir ári, aldri og kyni.

Tafla D57. Hversu oft ert þú að jafnaði innandyra þar sem reykt er? Hlutfallsleg skipting svara.

|                                 | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|---------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                 | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Daglega                         | 14,0% | 7,9%  | 16,6%  | 9,9%  | 11,3% | 5,8%  |
| Nokkrum sinnum í viku           | 8,3%  | 4,6%  | 10,4%  | 6,6%  | 6,1%  | 2,6%  |
| Nokkrum sinnum í mánuði         | 12,2% | 6,7%  | 13,0%  | 8,2%  | 11,5% | 5,2%  |
| U.þ.b. einu sinni í mánuði      | 8,3%  | 4,7%  | 9,2%   | 5,0%  | 7,4%  | 4,4%  |
| Sjaldnar en einu sinni í mánuði | 32,0% | 29,9% | 29,0%  | 29,2% | 35,0% | 30,6% |
| Aldrei                          | 25,2% | 46,2% | 21,8%  | 40,9% | 28,7% | 51,6% |

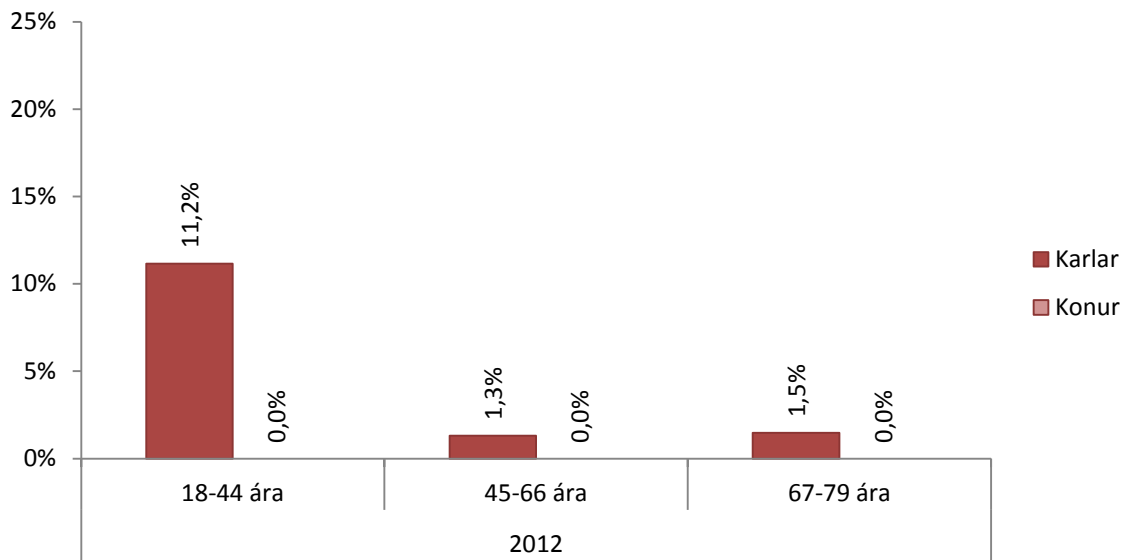


Mynd D68. Hlutfall Íslendinga sem eru nokkrum sinnum í viku eða daglega innandyra þar sem reykt er. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D58. Notar þú eða hefur þú notað tóbak í vörina?\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|  | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, ég nota tóbak daglega í vörina             | —    | 3,3%  | —      | 6,5%  | —     | 0,0%  |
| Já, ég nota tóbak í vörina sjaldnar en daglega | —    | 1,8%  | —      | 2,6%  | —     | 1,0%  |
| Já, en er hættur að nota tóbak í vörina        | —    | 4,7%  | —      | 7,1%  | —     | 2,1%  |
| Nei, ég hef aldrei notað tóbak í vörina        | —    | 90,2% | —      | 83,8% | —     | 96,9% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

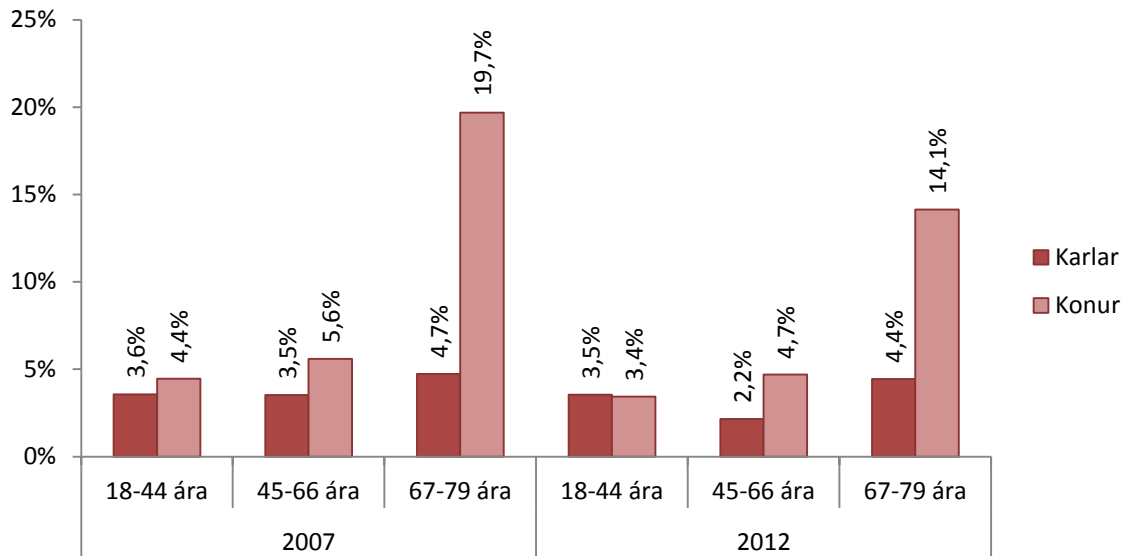


**Mynd D69. Hlutfall Íslendinga sem nota tóbak í vörina daglega. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

## Áfengi og áfengisnotkun

Tafla D59. Hefur þú einhvern tíma drukkið áfengi? Hlutfallsleg skipting svara.

|     | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-----|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|     | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já  | 94,9% | 95,9% | 96,3%  | 96,9% | 93,4% | 94,9% |
| Nei | 5,1%  | 4,1%  | 3,7%   | 3,1%  | 6,6%  | 5,1%  |



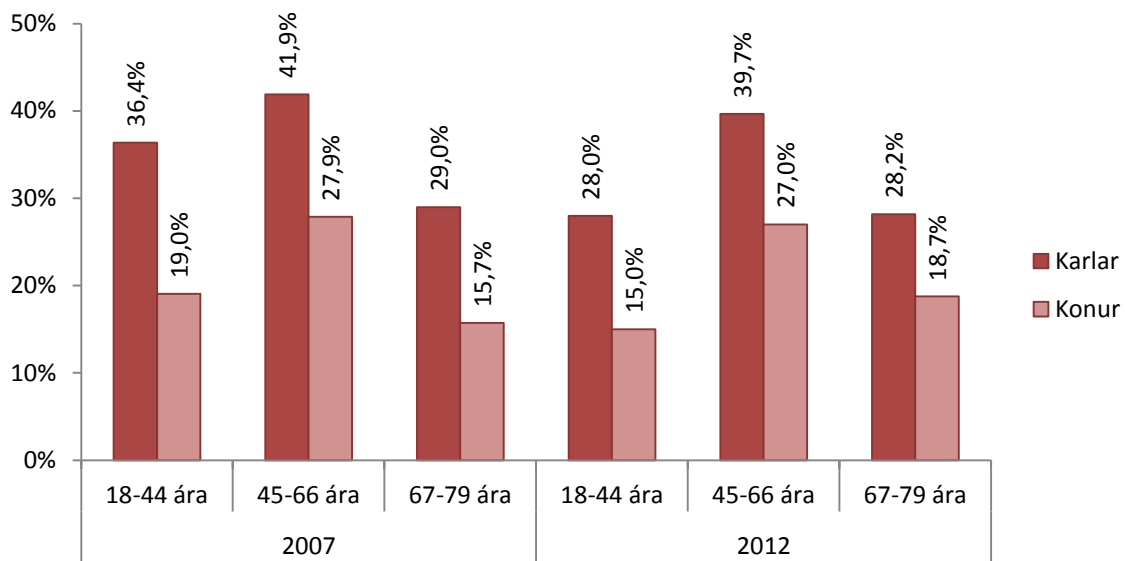
Mynd D70. Hlutfall Íslendinga sem hafa aldrei drukkið áfengi. Greint eftir ári, aldri og kyni.



**Tafla D60. Hversu oft á síðustu 12 mánuðum hefur þú drukkið minnst eitt glas af einhverjum drykk sem inniheldur áfengi? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Daglega eða næstum daglega       | 2,1%  | 1,7%  | 3,3%   | 2,3%  | 1,0%  | 1,1%  |
| 3-4 sinnum í viku                | 6,1%  | 5,7%  | 8,0%   | 7,2%  | 4,3%  | 4,2%  |
| 1-2 sinnum í viku                | 21,5% | 18,8% | 26,4%  | 23,0% | 16,6% | 14,7% |
| 1-3 sinnum í mánuði              | 29,1% | 30,0% | 29,4%  | 31,7% | 28,9% | 28,3% |
| 7-11 sinnum á síðustu 12 mánuðum | 12,1% | 13,1% | 10,4%  | 11,0% | 13,8% | 15,2% |
| 3-6 sinnum á síðustu 12 mánuðum  | 10,6% | 12,5% | 8,1%   | 10,2% | 13,2% | 14,9% |
| 1-2 sinnum á síðustu 12 mánuðum  | 6,6%  | 6,8%  | 4,1%   | 4,6%  | 9,1%  | 9,0%  |
| Aldrei á síðustu 12 mánuðum      | 6,7%  | 7,3%  | 6,7%   | 7,0%  | 6,7%  | 7,6%  |
| Hef/ur aldrei drukkið áfengi*    | 5,1%  | 4,1%  | 3,7%   | 3,1%  | 6,5%  | 5,1%  |

\* Þessum flokki bætt við skv. svörum úr annarri spurningu

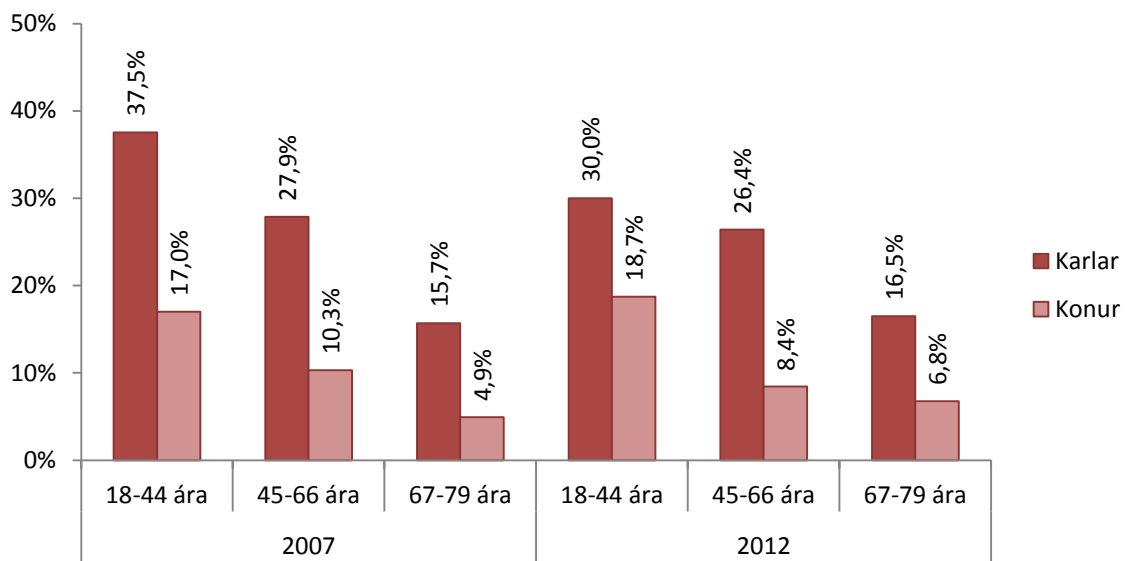


**Mynd D71. Hlutfall Íslendinga sem drukku áfengi (a.m.k. eitt glas af áfengum drykk) einu sinni í viku eða oftár síðustu 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D61. Hversu oft, á síðustu 12 mánuðum, hefur þú drukkið á einum degi að minnsta kosti 5 áfenga drykki? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Daglega eða næstum daglega       | 0,4%  | 0,2%  | 0,7%   | 0,3%  | 0,1%  | 0,1%  |
| 3-4 sinnum í viku                | 0,8%  | 0,7%  | 1,2%   | 1,2%  | 0,4%  | 0,2%  |
| 1-2 sinnum í viku                | 6,4%  | 4,4%  | 9,7%   | 6,4%  | 2,9%  | 2,4%  |
| 1-3 sinnum í mánuði              | 15,2% | 15,1% | 20,2%  | 19,3% | 10,0% | 10,9% |
| 7-11 sinnum á síðustu 12 mánuðum | 11,1% | 11,7% | 12,5%  | 14,5% | 9,5%  | 8,8%  |
| 3-6 sinnum á síðustu 12 mánuðum  | 14,0% | 14,4% | 14,7%  | 15,9% | 13,2% | 12,8% |
| 1-2 sinnum á síðustu 12 mánuðum  | 17,2% | 18,1% | 15,8%  | 16,4% | 18,7% | 19,8% |
| Aldrei á síðustu 12 mánuðum      | 29,9% | 31,3% | 21,4%  | 22,9% | 38,7% | 39,8% |
| Hef/ur aldrei drukkið áfengi*    | 5,1%  | 4,1%  | 3,7%   | 3,1%  | 6,6%  | 5,1%  |

\* Þessum flokki bætt við skv. svörum úr annarri spurningu

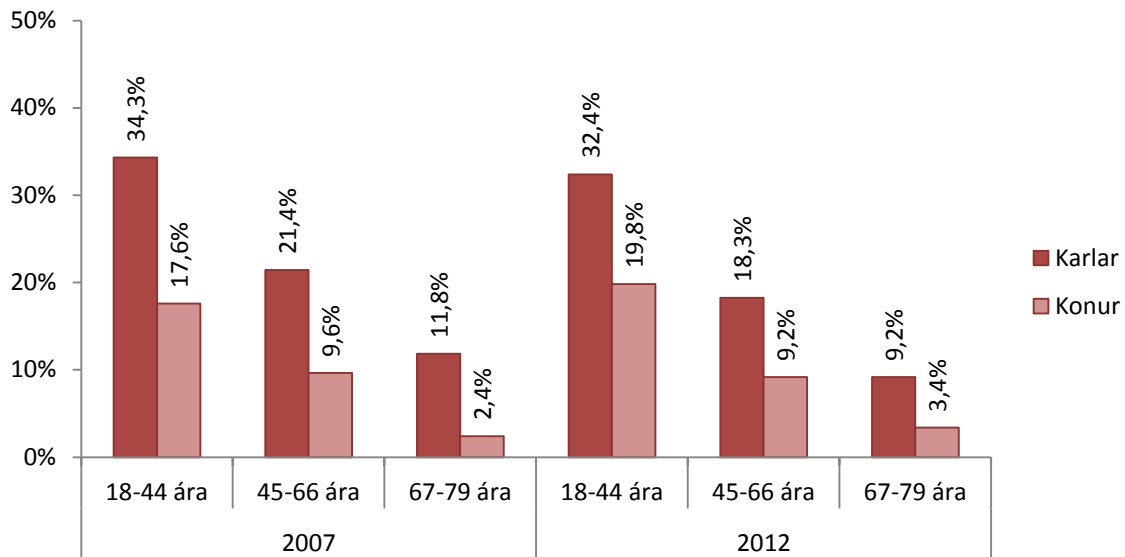


**Mynd D72. Hlutfall Íslendinga sem drukku einu sinni í mánuði eða oftar a.m.k. 5 áfenga drykki á einum degi, á síðustu 12 mánuðum. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

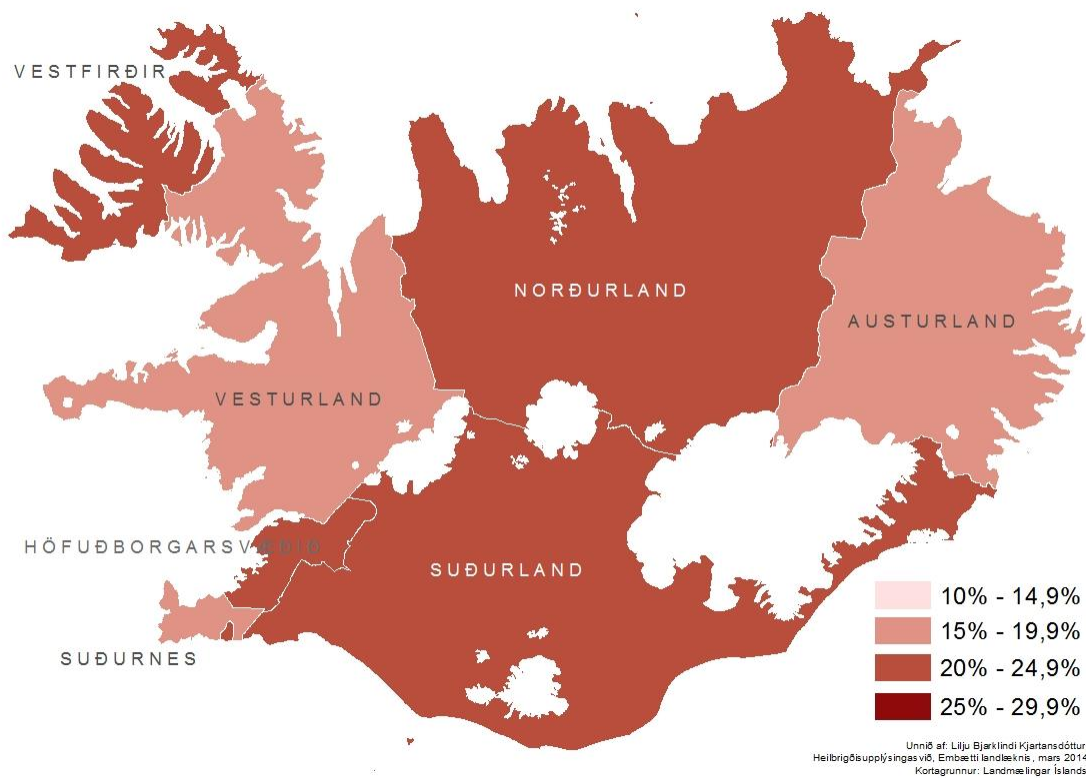
**Tafla D62. Hversu oft á síðustu 12 mánuðum hefur þú ekki getað munað það sem gerðist kvöldið áður vegna þess að þú hafðir drukkið áfengi? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                 | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                 | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei                          | 74,3% | 76,3% | 68,7%  | 72,0% | 80,1% | 80,6% |
| Mánaðarlega eða sjaldnar        | 18,3% | 17,8% | 24,5%  | 22,4% | 12,0% | 13,2% |
| Einu sinni til þrisvar í mánuði | 1,6%  | 1,2%  | 2,2%   | 1,6%  | 0,9%  | 0,8%  |
| Vikulega                        | 0,4%  | 0,3%  | 0,5%   | 0,5%  | 0,2%  | 0,1%  |
| Daglega eða nánast daglega      | 0,2%  | 0,2%  | 0,2%   | 0,3%  | 0,1%  | 0,2%  |
| Hef/ur aldrei drukkið áfengi*   | 5,2%  | 4,2%  | 3,8%   | 3,2%  | 6,7%  | 5,2%  |

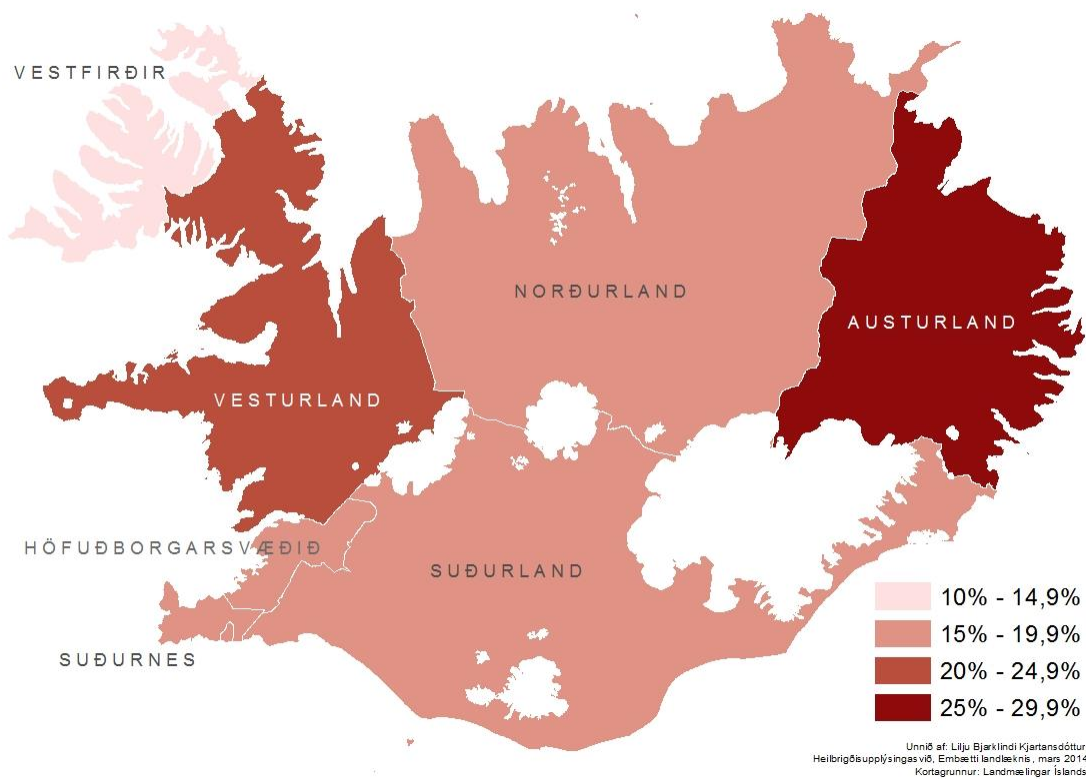
\* Þessum flokki bætt við skv. svörum úr annarri spurningu



**Mynd D73. Hlutfall Íslendinga sem einhvern tíma síðustu 12 mánuði gat ekki munað það sem gerðist kvöldið áður vegna þess að hafa drukkið áfengi. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Mynd D74. Hlutfall Íslendinga sem einhvern tíma síðustu 12 mánuði gat ekki munað það sem gerðist kvöldið áður vegna þess að hafa drukkið áfengi, árið 2007 eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.**



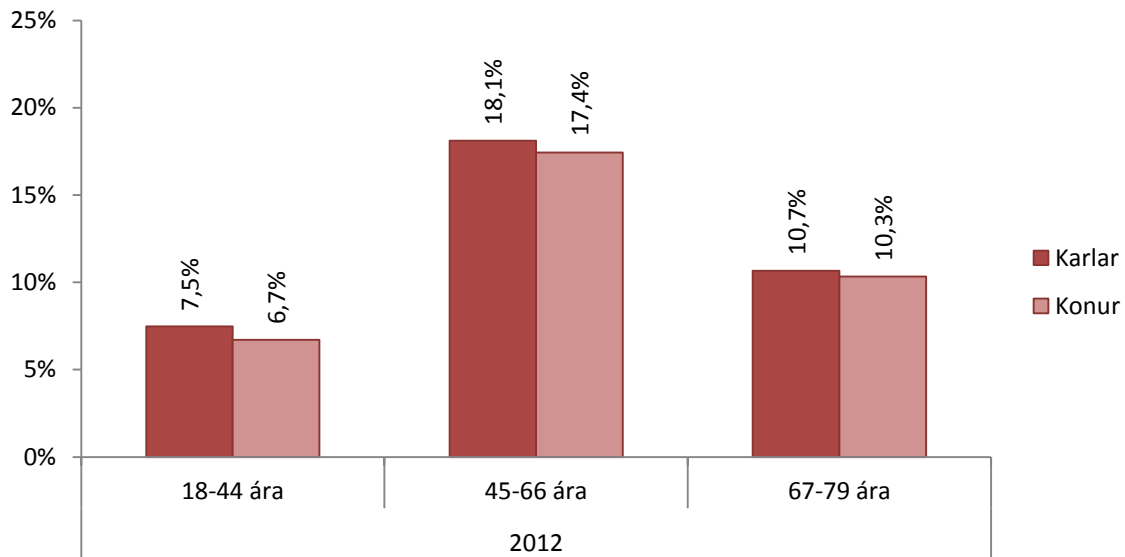
**Mynd D75. Hlutfall Íslendinga sem einhvern tíma síðustu 12 mánuði gat ekki munað það sem gerðist kvöldið áður vegna þess að hafa drukkið áfengi, árið 2012 eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.**

**Tafla D63. Hversu oft á síðustu 12 mánuðum hefur þú drukkið áfengi með mat?\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|                                  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Daglega                          | —    | 0,2%  | —      | 0,2%  | —     | 0,1%  |
| 3-4 sinnum í viku                | —    | 1,9%  | —      | 1,6%  | —     | 2,2%  |
| 1-2svar í viku                   | —    | 9,4%  | —      | 10,1% | —     | 8,8%  |
| 1-3svar í mánuði                 | —    | 20,3% | —      | 22,2% | —     | 18,4% |
| 7-11 sinnum á síðustu 12 mánuðum | —    | 14,1% | —      | 15,3% | —     | 13,0% |
| 3-6 sinnum á síðustu 12 mánuðum  | —    | 16,1% | —      | 14,7% | —     | 17,5% |
| 1-2svar á síðustu 12 mánuðum     | —    | 15,7% | —      | 15,3% | —     | 16,1% |
| Aldrei á síðustu 12 mánuðum      | —    | 18,4% | —      | 17,6% | —     | 19,1% |
| Aldrei drukkið áfengi**          | —    | 3,9%  | —      | 3,0%  | —     | 4,8%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Þessum flokki bætt við skv. svörum úr annarri spurningu

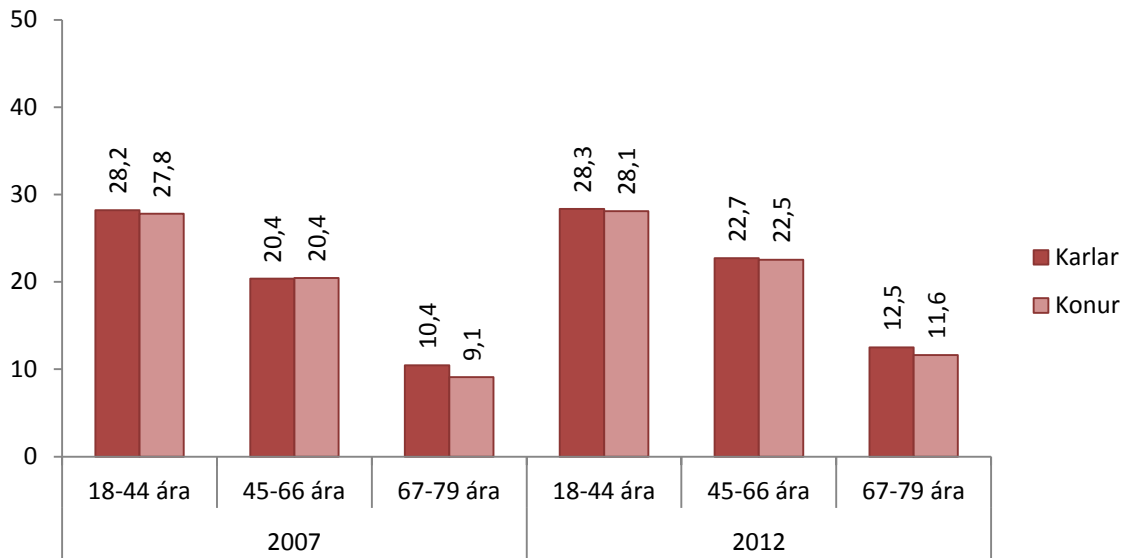


**Mynd D76. Hlutfall Íslendinga sem drukku áfengi með mat einu sinni í viku eða oftár síðustu 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

## Tannvernd

Tafla D64. Meðalfjöldi tanna í efri og neðri gómi.

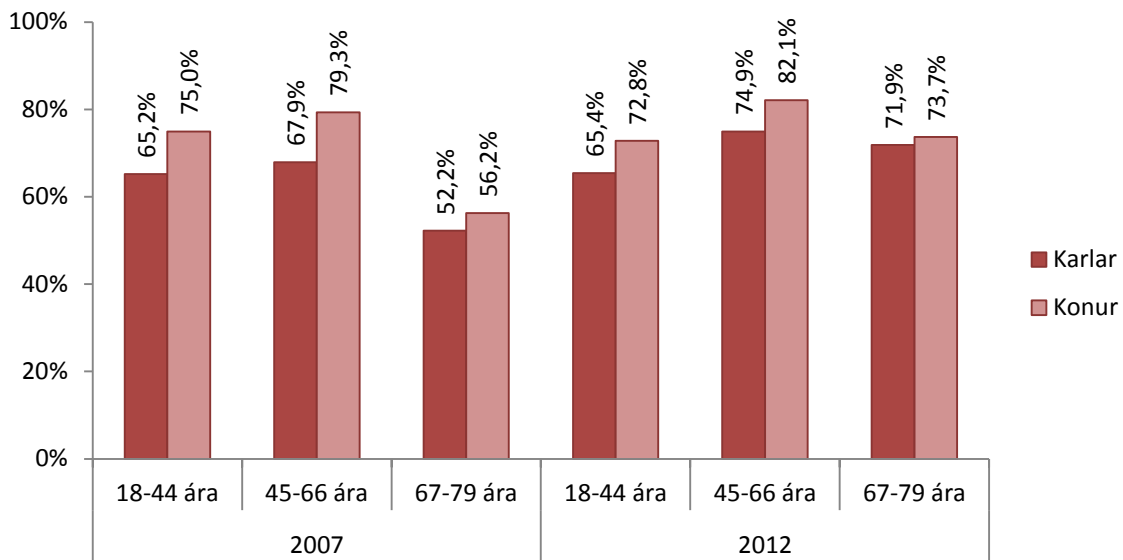
|                               | Alls |      | Karlur |      | Konur |      |
|-------------------------------|------|------|--------|------|-------|------|
|                               | 2007 | 2012 | 2007   | 2012 | 2007  | 2012 |
| Meðalfjöldi tanna í efri góm  | 11,7 | 12,2 | 11,8   | 12,3 | 11,5  | 12,1 |
| Meðalfjöldi tanna í neðri góm | 12,2 | 12,7 | 12,3   | 12,7 | 12,1  | 12,6 |
| Meðalfjöldi tanna alls        | 23,3 | 24,4 | 23,5   | 24,6 | 23,1  | 24,3 |



Mynd D77. Meðalfjöldi tanna samanlagt í efri og neðri gómi. Greint eftir ári, aldri og kyni.

Tafla D65. Hversu oft ferð þú í eftirlit til tannlæknis? Hlutfallsleg skipting svara.

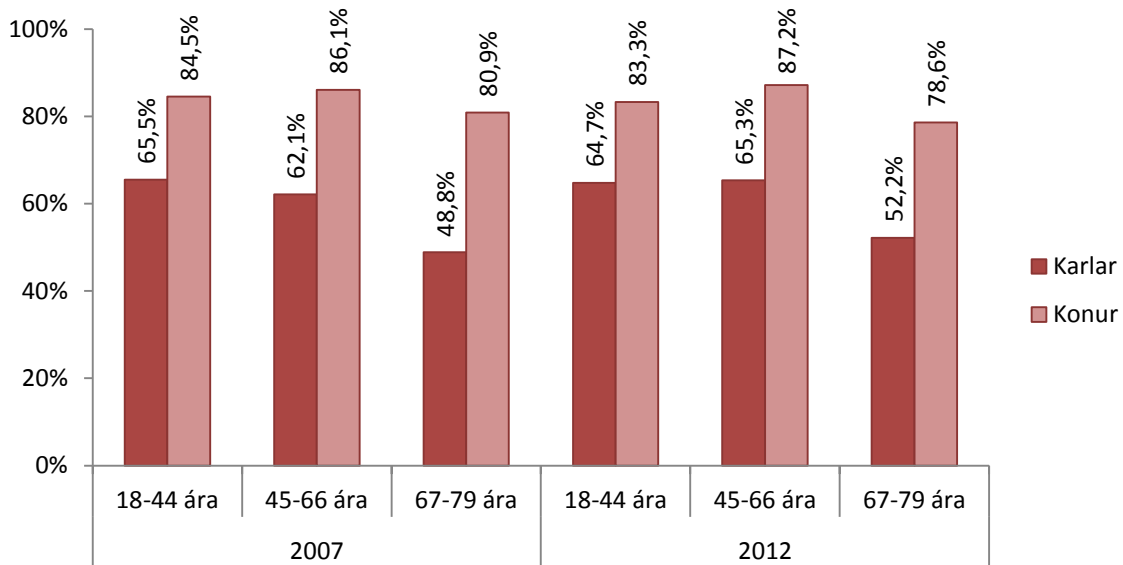
|                                | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Að minnsta kosti tvisvar á ári | 22,6% | 20,2% | 20,7%  | 19,6% | 24,6% | 20,8% |
| Einu sinni á ári               | 47,1% | 52,8% | 44,2%  | 50,0% | 50,1% | 55,5% |
| Annað hvert ár                 | 13,3% | 12,9% | 14,7%  | 13,0% | 12,0% | 12,8% |
| Þriðja hvert ár                | 4,6%  | 5,3%  | 5,2%   | 6,5%  | 4,1%  | 4,1%  |
| Fjórtá hvert ár                | 3,5%  | 2,9%  | 4,7%   | 3,5%  | 2,3%  | 2,3%  |
| Hef ekki farið síðustu 5–9 ár  | 5,2%  | 4,1%  | 6,4%   | 5,0%  | 4,0%  | 3,3%  |
| Hef ekki farið síðustu 10 ár   | 3,6%  | 1,8%  | 4,1%   | 2,4%  | 3,0%  | 1,2%  |



Mynd D78. Hlutfall Íslendinga sem fara í eftirlit til tannlæknis einu sinni á ári eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D66. Hversu oft burstar þú tennurnar? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                    | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|------------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                    | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Oftar en tvisvar á dag             | 13,3% | 11,7% | 8,5%   | 7,3%  | 18,3% | 16,2% |
| Tvisvar á dag                      | 60,2% | 62,2% | 54,1%  | 56,4% | 66,4% | 68,0% |
| Einu sinni á dag                   | 23,8% | 23,7% | 32,8%  | 32,3% | 14,6% | 15,0% |
| Að minnsta kosti einu sinni í viku | 1,9%  | 1,6%  | 3,3%   | 2,6%  | 0,6%  | 0,5%  |
| Sjaldnar en einu sinni í viku      | 0,5%  | 0,5%  | 0,9%   | 0,9%  | 0,0%  | 0,0%  |
| Aldrei                             | 0,3%  | 0,3%  | 0,4%   | 0,5%  | 0,1%  | 0,2%  |

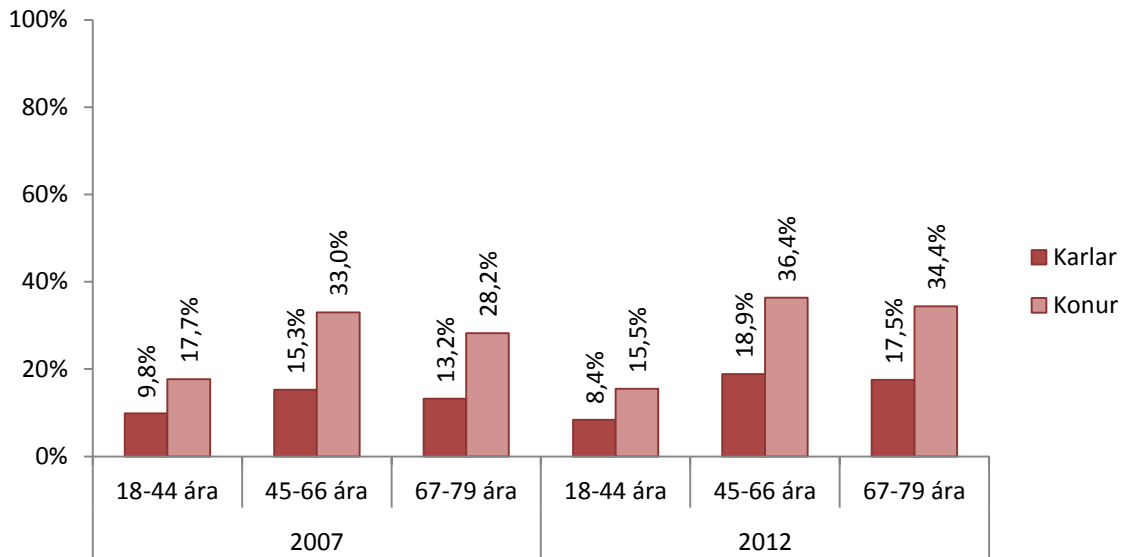


**Mynd D79. Hlutfall Íslendinga sem bursta tennurnar tvisvar á dag eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Tafla D67. Notar þú, og þá hversu oft, tannþráð til að hreinsa á milli tannanna? Hlutfallsleg skipting svara.**

|  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, oftar en einu sinni á dag          | 4,0%  | 4,4%  | 2,7%   | 3,5%  | 5,3%  | 5,4%  |
| Já, einu sinni á dag                   | 14,1% | 14,8% | 9,4%   | 9,7%  | 19,0% | 19,9% |
| Já, að minnsta kosti einu sinni í viku | 23,0% | 23,4% | 18,7%  | 19,5% | 27,3% | 27,4% |
| Já, sjaldnar en einu sinni í viku      | 31,0% | 32,3% | 31,9%  | 34,7% | 30,2% | 29,9% |
| Nei, ég nota ekki tannþráð             | 27,9% | 25,0% | 37,3%  | 32,5% | 18,2% | 17,5% |



**Mynd D80. Hlutfall Íslendinga sem nota tannþráð einu sinni á dag eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

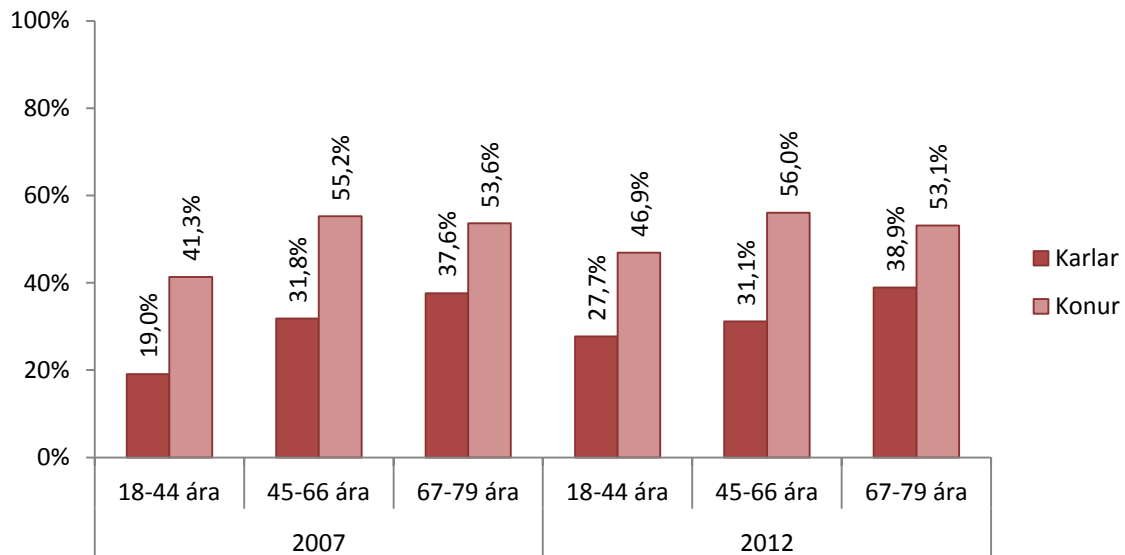
## Mataræði

Tafla D68. Hversu oft borðar þú ávexti eða ber? Hlutfallsleg skipting svara.

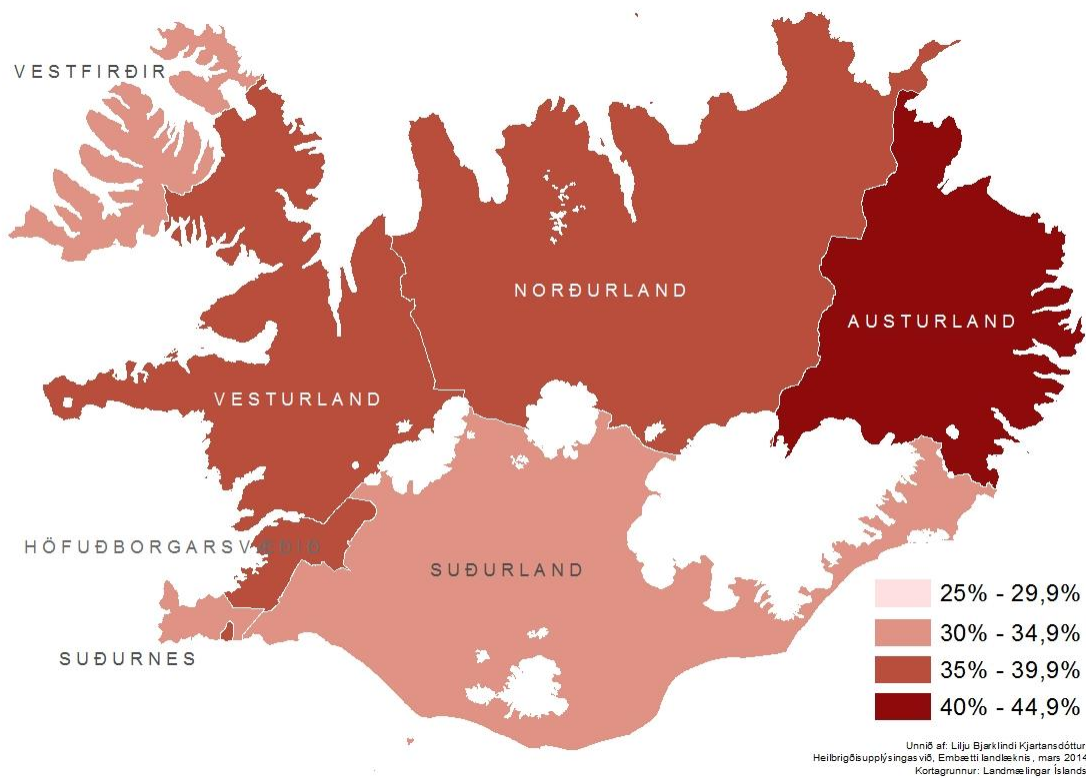
|   | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei  | 0,9%  | 1,1%  | 1,5%   | 1,4%  | 0,4%  | 0,7%  |
| Sjaldnar en einu sinni í viku                             | 7,1%  | 6,8%  | 9,9%   | 9,9%  | 4,4%  | 3,7%  |
| Einu sinni í viku   | 9,2%  | 8,3%  | 12,5%  | 11,0% | 5,9%  | 5,6%  |
| 2–3 sinnum í viku   | 23,5% | 21,3% | 27,8%  | 24,7% | 19,1% | 17,9% |
| 4–6 sinnum í viku   | 22,6% | 22,0% | 22,7%  | 22,8% | 22,5% | 21,2% |
| 2007, 2009: Daglega<br>2012: Einu sinni á dag*            | 28,6% | 23,6% | 21,1%  | 20,9% | 36,2% | 26,4% |
| 2007, 2009: Oft á dag<br>2012: 2 sinnum á dag eða oftar** | 8,0%  | 16,9% | 4,5%   | 9,3%  | 11,5% | 24,6% |

\* Svarmöguleikanum „Daglega“ var árið 2012 breytt í „Einu sinni á dag“.

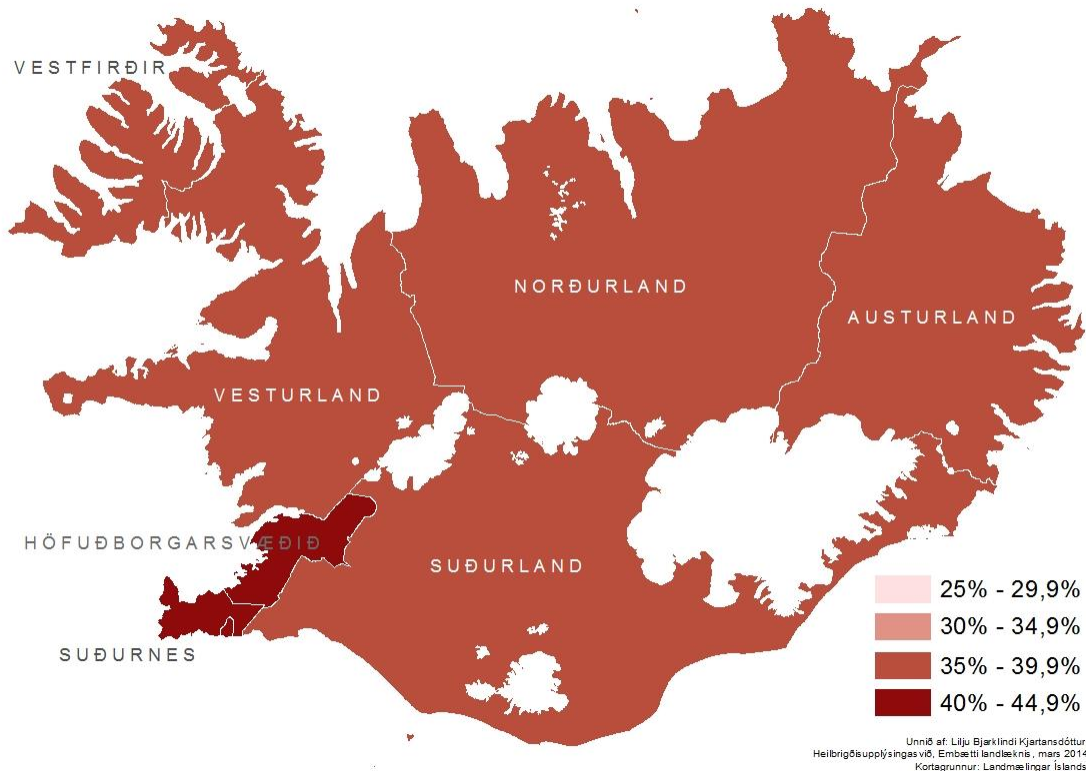
\*\* Svarmöguleikanum „Oft á dag“ var árið 2012 breytt í „2 sinnum á dag eða oftar“.



Mynd D81. Hlutfall Íslendinga sem borða ávexti eða ber einu sinni á dag eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni.



**Mynd D82. Hlutfall Íslendinga sem borða ávexti eða ber einu sinni á dag eða oftár árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.**



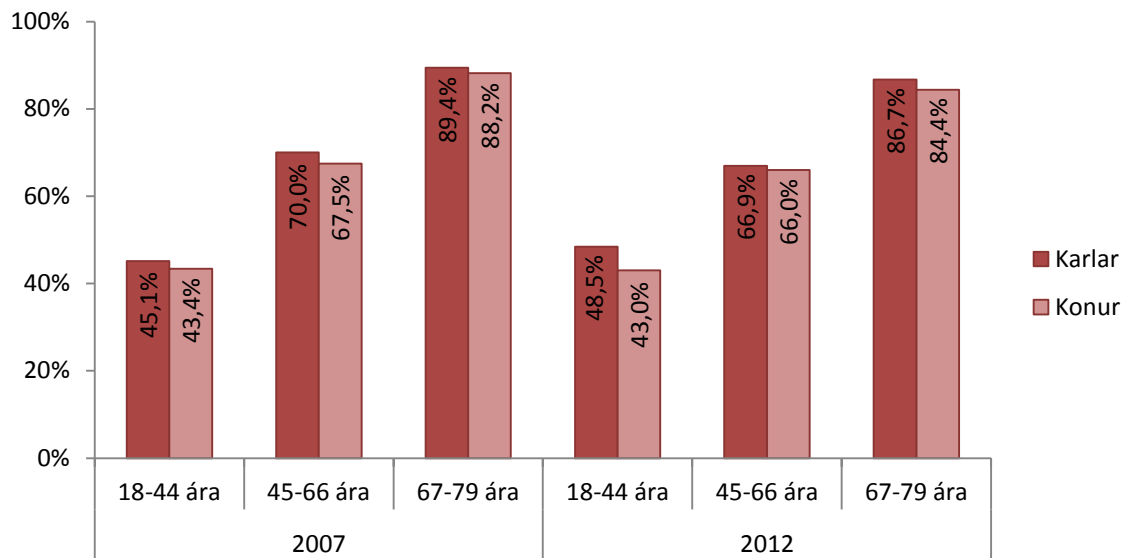
**Mynd D83. Hlutfall Íslendinga sem borða ávexti eða ber einu sinni á dag eða oftár árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.**

Tafla D69. Hversu oft borðar þú fisk, fiskrétti? Hlutfallsleg skipting svara.

|                                  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei                           | 1,2%  | 1,5%  | 0,9%   | 0,9%  | 1,4%  | 2,2%  |
| Sjaldnar en einu sinni í viku    | 11,6% | 11,6% | 11,5%  | 10,3% | 11,6% | 13,0% |
| Einu sinni í viku                | 29,3% | 29,0% | 28,8%  | 29,4% | 29,8% | 28,5% |
| 2–3 sinnum í viku                | 50,1% | 51,2% | 50,5%  | 52,2% | 49,7% | 50,1% |
| 4–6 sinnum í viku                | 7,0%  | 5,9%  | 7,1%   | 6,3%  | 7,0%  | 5,5%  |
| 2007, 2009: Daglega              | 0,8%  | 0,7%  | 1,2%   | 1,0%  | 0,4%  | 0,4%  |
| 2012: Einu sinni á dag*          |       |       |        |       |       |       |
| 2007, 2009: Oft á dag            | 0,0%  | 0,2%  | 0,0%   | 0,0%  | 0,0%  | 0,3%  |
| 2012: 2 sinnum á dag eða oftar** |       |       |        |       |       |       |

\* Svarmöguleikanum „Daglega“ var árið 2012 breytt í „Einu sinni á dag“.

\*\* Svarmöguleikanum „Oft á dag“ var árið 2012 breytt í „2 sinnum á dag eða oftar“.



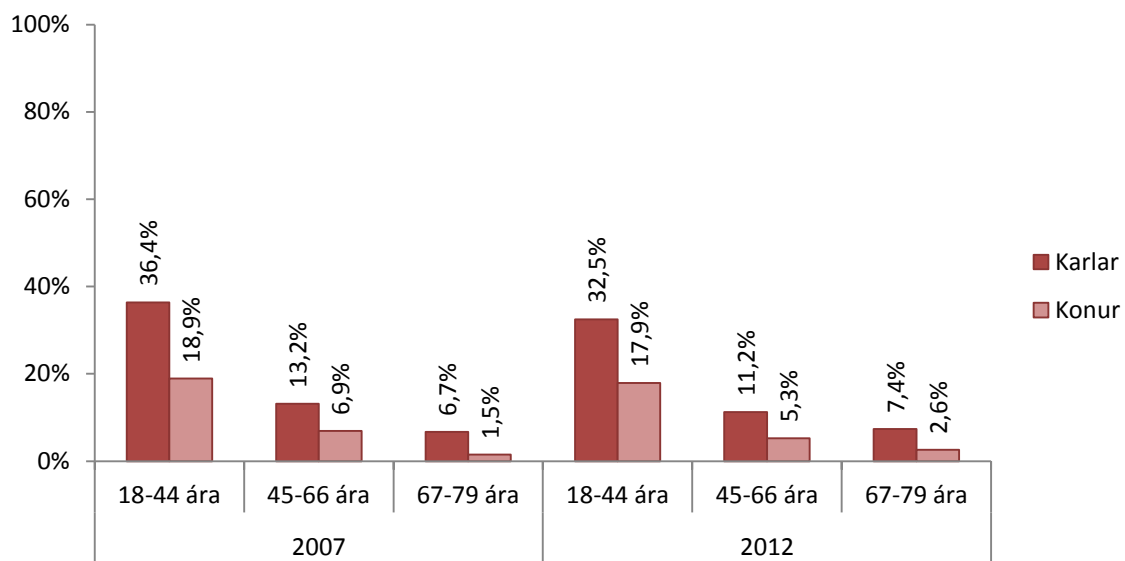
Mynd D84. Hlutfall Íslendinga sem borða fisk eða fiskrétti tvisvar sinnum í viku eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D70. Hversu oft drekkur þú sykrað gos? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei                           | 26,6% | 26,2% | 20,4%  | 17,6% | 32,9% | 34,8% |
| Sjaldnar en einu sinni í viku    | 27,4% | 30,3% | 24,3%  | 28,5% | 30,7% | 32,2% |
| Einu sinni í viku                | 12,7% | 12,6% | 13,3%  | 14,7% | 12,0% | 10,4% |
| 2–3 sinnum í viku                | 14,4% | 14,3% | 17,1%  | 17,4% | 11,8% | 11,1% |
| 4–6 sinnum í viku                | 8,2%  | 7,5%  | 10,3%  | 10,0% | 6,0%  | 5,0%  |
| 2007, 2009: Daglega              | 7,8%  | 5,1%  | 10,4%  | 6,6%  | 5,1%  | 3,5%  |
| 2012: Einu sinni á dag*          |       |       |        |       |       |       |
| 2007, 2009: Oft á dag            | 3,0%  | 4,1%  | 4,2%   | 5,2%  | 1,7%  | 3,0%  |
| 2012: 2 sinnum á dag eða oftar** |       |       |        |       |       |       |

\* Svarmöguleikanum „Daglega“ var árið 2012 breytt í „Einu sinni á dag“.

\*\* Svarmöguleikanum „Oft á dag“ var árið 2012 breytt í „2 sinnum á dag eða oftar“.



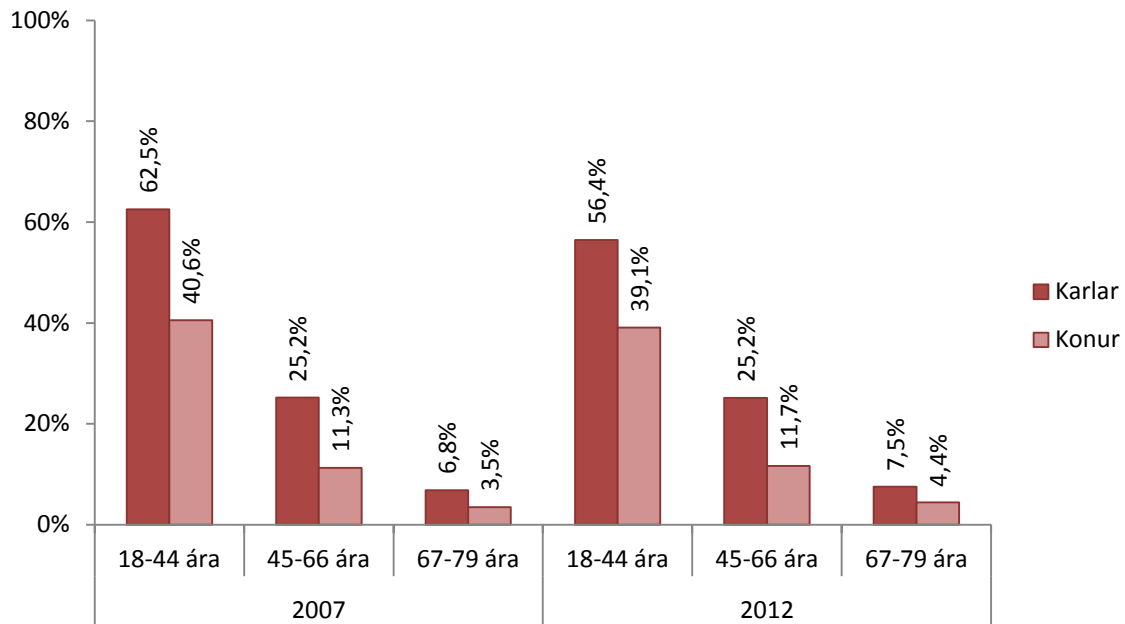
**Mynd D85. Hlutfall Íslendinga sem drekka sykrað gos fjórum sinnum í viku eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D71. Hversu oft borðar þú skyndibita (á skyndibitastað eða tekið með heim)? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei                           | 12,0% | 10,3% | 10,0%  | 8,0%  | 14,1% | 12,5% |
| Sjaldnar en einu sinni í viku    | 53,3% | 57,4% | 46,7%  | 52,5% | 60,0% | 62,4% |
| Einu sinni í viku                | 20,7% | 20,4% | 22,6%  | 22,3% | 18,7% | 18,5% |
| 2–3 sinnum í viku                | 11,2% | 9,6%  | 15,9%  | 13,3% | 6,3%  | 5,8%  |
| 4–6 sinnum í viku                | 2,5%  | 2,0%  | 4,1%   | 3,3%  | 0,8%  | 0,7%  |
| 2007, 2009: Daglega              | 0,4%  | 0,3%  | 0,8%   | 0,5%  | 0,1%  | 0,0%  |
| 2012: Einu sinni á dag*          |       |       |        |       |       |       |
| 2007, 2009: Oft á dag            | 0,0%  | 0,0%  | 0,0%   | 0,0%  | 0,1%  | 0,0%  |
| 2012: 2 sinnum á dag eða oftar** |       |       |        |       |       |       |

\* Svarmöguleikanum „Daglega“ var árið 2012 breytt í „Einu sinni á dag“.

\*\* Svarmöguleikanum „Oft á dag“ var árið 2012 breytt í „2 sinnum á dag eða oftar“.



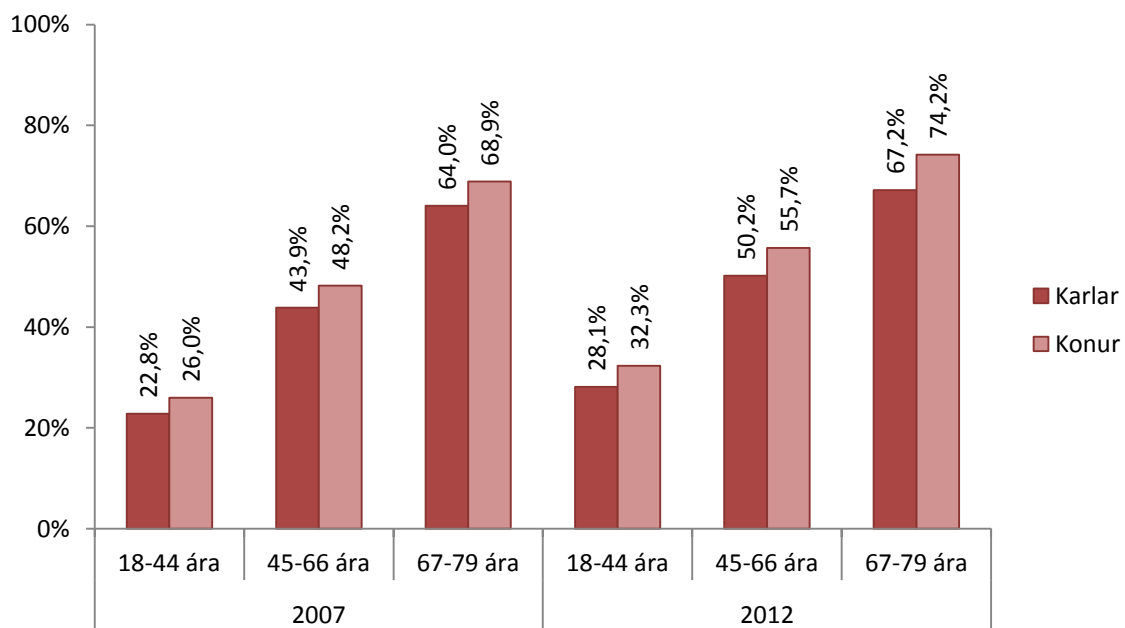
**Mynd D86. Hlutfall Íslendinga sem borða skyndibita einu sinni í viku eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D72. Hversu oft tekur þú lýsi, lýsisbelgi? Hlutfallsleg skipting svara.**

|   | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|---|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei  | 35,9% | 27,9% | 35,5%  | 29,2% | 36,4% | 26,5% |
| Sjaldnar en einu sinni í viku                             | 12,3% | 12,2% | 13,5%  | 12,9% | 11,2% | 11,4% |
| Einu sinni í viku   | 2,0%  | 1,8%  | 2,1%   | 1,8%  | 1,8%  | 1,8%  |
| 2–3 sinnum í viku   | 5,6%  | 6,2%  | 6,7%   | 6,6%  | 4,5%  | 5,8%  |
| 4–6 sinnum í viku   | 7,0%  | 7,7%  | 7,1%   | 8,0%  | 6,8%  | 7,5%  |
| 2007, 2009: Daglega<br>2012: Einu sinni á dag*            | 36,6% | 43,1% | 34,6%  | 40,6% | 38,7% | 45,6% |
| 2007, 2009: Oft á dag<br>2012: 2 sinnum á dag eða oftar** | 0,5%  | 1,1%  | 0,5%   | 0,9%  | 0,6%  | 1,4%  |

\* Svarmöguleikanum „Daglega“ var árið 2012 breytt í „Einu sinni á dag“.

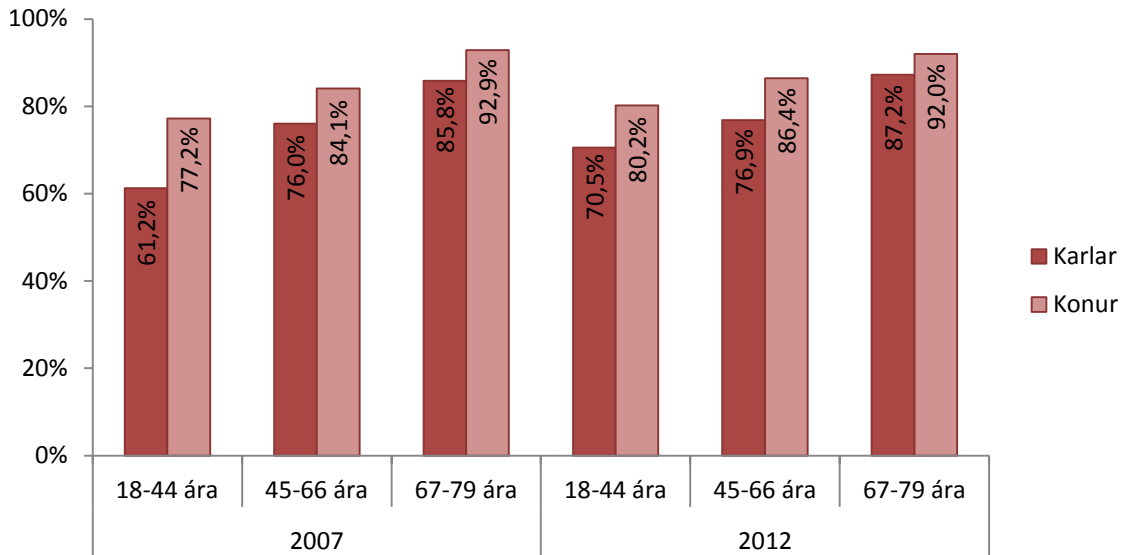
\*\* Svarmöguleikanum „Oft á dag“ var árið 2012 breytt í „2 sinnum á dag eða oftar“.



**Mynd D87. Hlutfall Íslendinga sem taka lýsi eða lýsisbelgi daglega. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D73. Hversu oft að jafnaði borðar þú morgunmat? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                               | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei                        | 5,7%  | 4,3%  | 7,2%   | 5,8%  | 4,2%  | 2,8%  |
| Sjaldnar en einu sinni í viku | 4,9%  | 4,0%  | 6,6%   | 4,4%  | 3,2%  | 3,6%  |
| Um það bil einu sinni í viku  | 3,4%  | 2,6%  | 4,0%   | 3,2%  | 2,7%  | 2,0%  |
| Nokkrum sinnum í viku         | 10,8% | 9,8%  | 13,1%  | 12,0% | 8,4%  | 7,7%  |
| Daglega/næstum daglega        | 75,2% | 79,3% | 69,1%  | 74,7% | 81,4% | 83,9% |

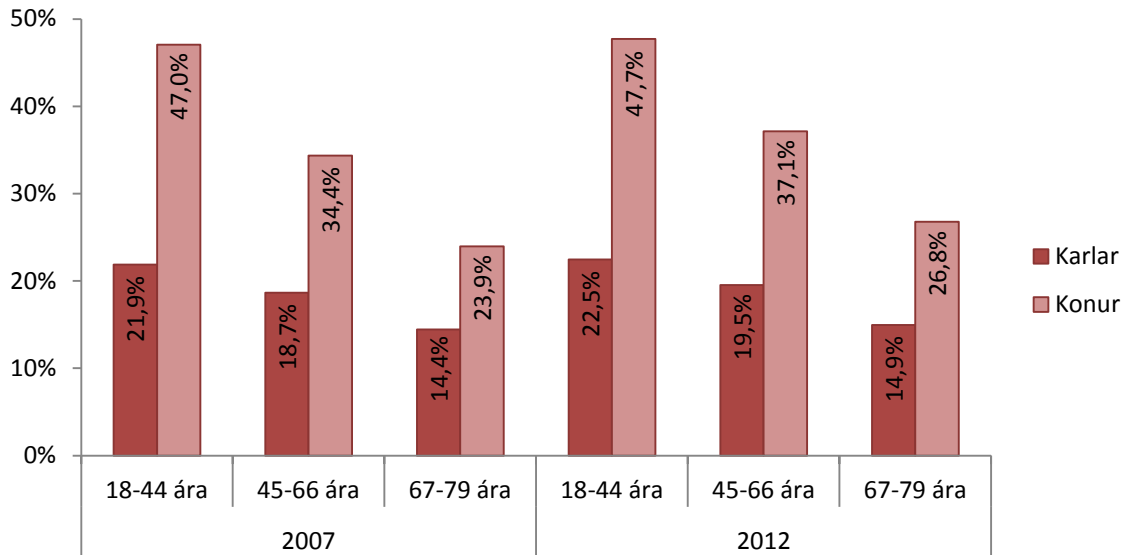


**Mynd D88. Hlutfall Íslendinga sem borða morgunmat daglega. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



Tafla D74. Ég fæ samviskubit ef ég borða sætindi. Hlutfallsleg skipting svara.

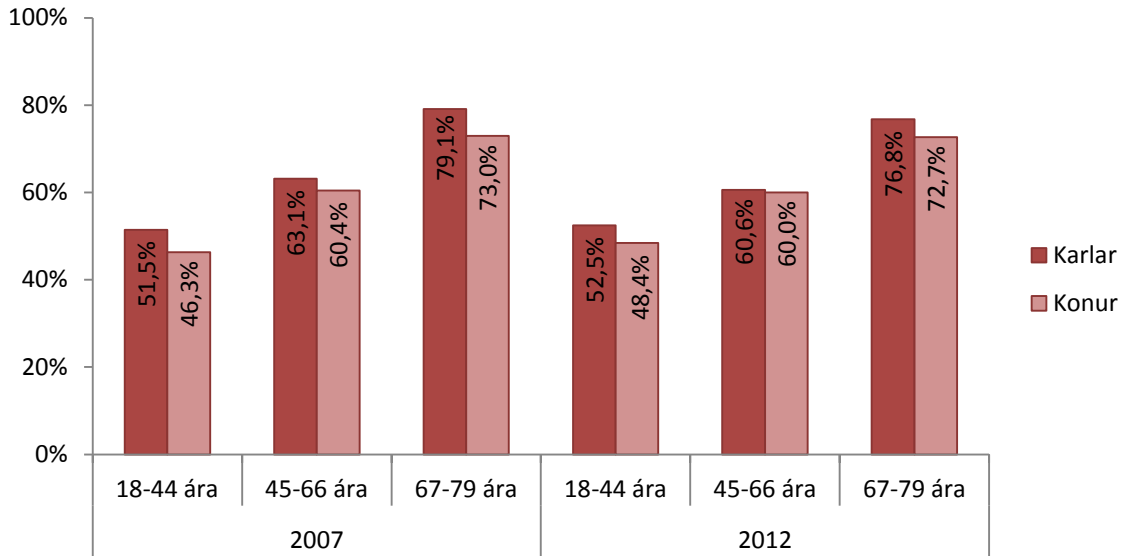
|                          | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                          | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Á mjög vel við um mig    | 8,8%  | 8,4%  | 4,6%   | 4,6%  | 13,2% | 12,1% |
| Á frekar vel við um mig  | 21,1% | 22,6% | 15,4%  | 15,9% | 26,9% | 29,4% |
| Hvorki né                | 33,5% | 32,6% | 33,3%  | 35,0% | 33,6% | 30,3% |
| Á frekar illa við um mig | 16,0% | 16,2% | 17,2%  | 16,4% | 14,7% | 15,9% |
| Á mjög illa við um mig   | 20,7% | 20,2% | 29,5%  | 28,1% | 11,7% | 12,3% |



Mynd D89. Hlutfall Íslendinga sem telja fullyrðinguna „Ég fæ samviskubit ef ég borða sætindi“ eiga frekar eða mjög vel við um sig. Greint eftir ári, aldri og kyni.

Tafla D75. Ég er sátt/ur við eigin matarvenjur. Hlutfallsleg skipting svara.

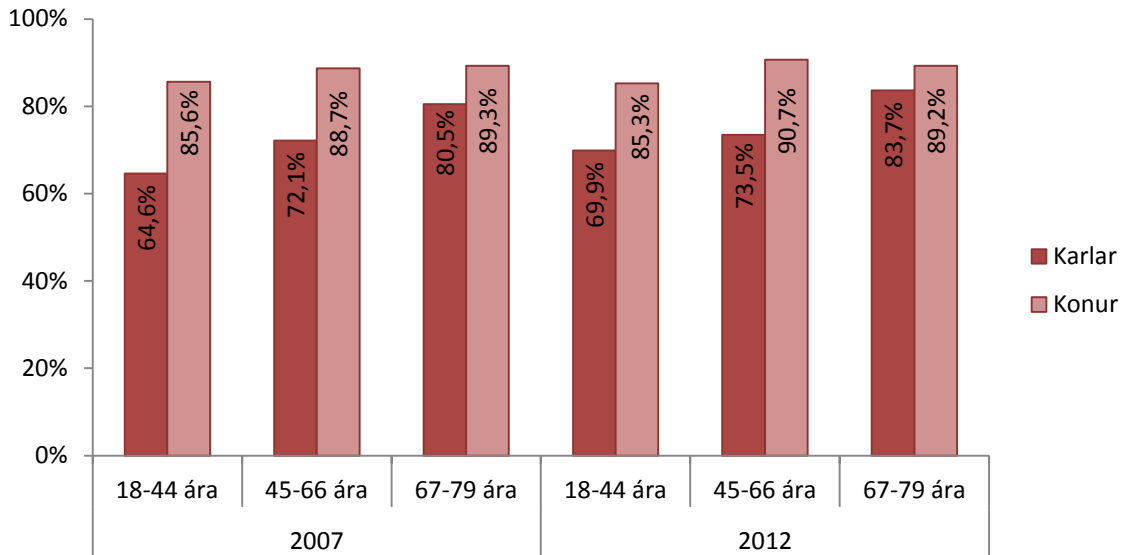
|                          | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                          | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Á mjög vel við um mig    | 19,2% | 16,7% | 23,2%  | 18,8% | 15,1% | 14,5% |
| Á frekar vel við um mig  | 37,2% | 40,1% | 35,3%  | 39,3% | 39,1% | 40,9% |
| Hvorki né                | 24,0% | 23,3% | 24,1%  | 24,9% | 24,0% | 21,7% |
| Á frekar illa við um mig | 15,6% | 16,6% | 14,3%  | 14,7% | 17,0% | 18,6% |
| Á mjög illa við um mig   | 4,0%  | 3,3%  | 3,1%   | 2,4%  | 4,8%  | 4,3%  |



Mynd D90. Hlutfall Íslendinga sem telja fullyrðinguna „Ég er sátt/ur við eigin matarvenjur“ eiga frekar eða mjög vel við um sig. Greint eftir ári, aldri og kyni.

Tafla D76. Ég reyni að borða hollan mat. Hlutfallsleg skipting svara.

|                          | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                          | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Á mjög vel við um mig    | 30,1% | 31,6% | 23,8%  | 23,5% | 36,6% | 39,8% |
| Á frekar vel við um mig  | 47,8% | 48,6% | 45,1%  | 49,2% | 50,5% | 48,0% |
| Hvorki né                | 16,3% | 15,0% | 23,1%  | 20,4% | 9,3%  | 9,5%  |
| Á frekar illa við um mig | 4,3%  | 3,5%  | 5,6%   | 4,6%  | 2,9%  | 2,4%  |
| Á mjög illa við um mig   | 1,5%  | 1,3%  | 2,4%   | 2,3%  | 0,6%  | 0,4%  |



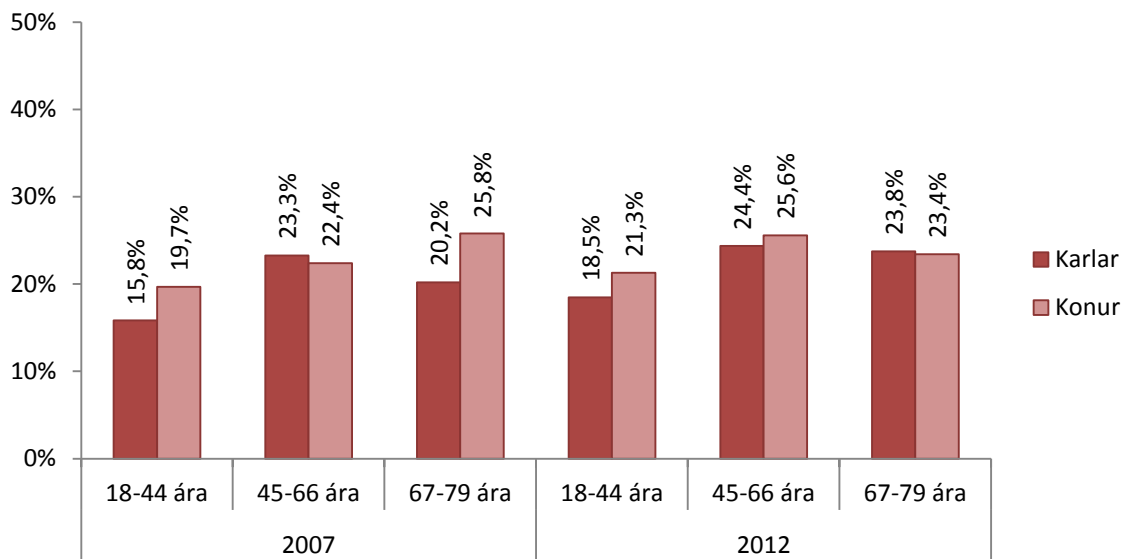
Mynd D91. Hlutfall Íslendinga sem telja fullyrðinguna „Ég reyni að borða hollan mat“ eiga frekar eða mjög vel við um sig. Greint eftir ári, aldri og kyni.

## Hæð og þyngd

Tafla D77. Líkamsþyngdarstuðull flokkaður\*. Hlutfallsleg skipting í flokka.

|                                 | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                 | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Undir kjörþyngd, BMI undir 18,5 | 1,0%  | 0,8%  | 0,4%   | 0,6%  | 1,5%  | 0,9%  |
| Kjörþyngd, BMI 18,5-25          | 38,9% | 36,0% | 33,1%  | 29,5% | 44,9% | 42,5% |
| Ofþyngd, BMI 25-30              | 40,0% | 41,1% | 47,5%  | 48,6% | 32,2% | 33,5% |
| Offita, BMI 30 og yfir          | 20,1% | 22,2% | 19,0%  | 21,3% | 21,3% | 23,1% |

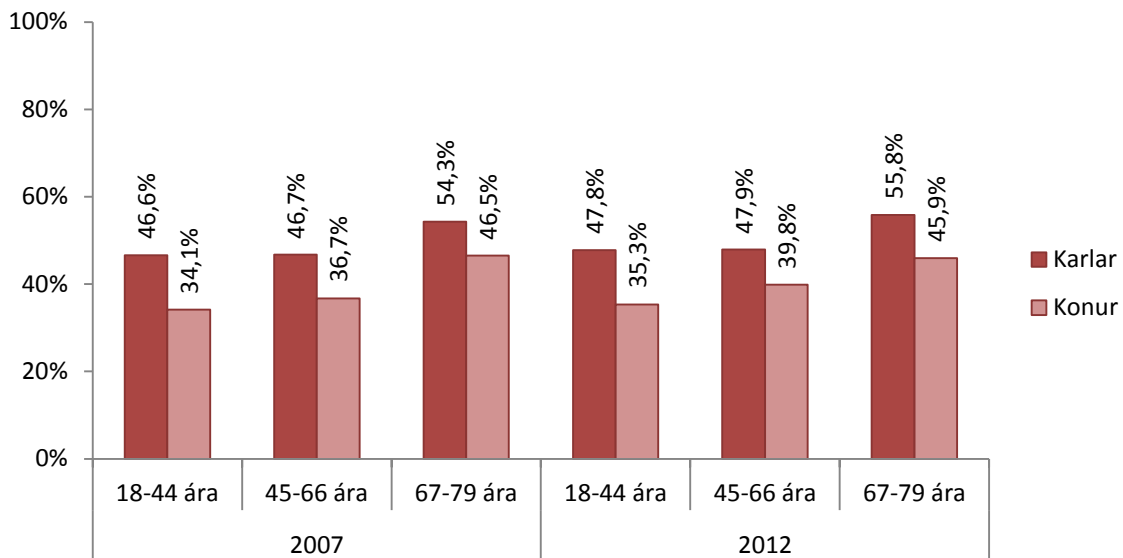
\* Byggir á svörum þátttakenda um hæð og þyngd.



Mynd D92. Hlutfall Íslendinga í offitu. Greint eftir ári, aldri og kyni.

Tafla D78. Hversu sátt/ur eða ósátt/ur ert þú við eigin líkamspýngd? Hlutfallsleg skipting svara.

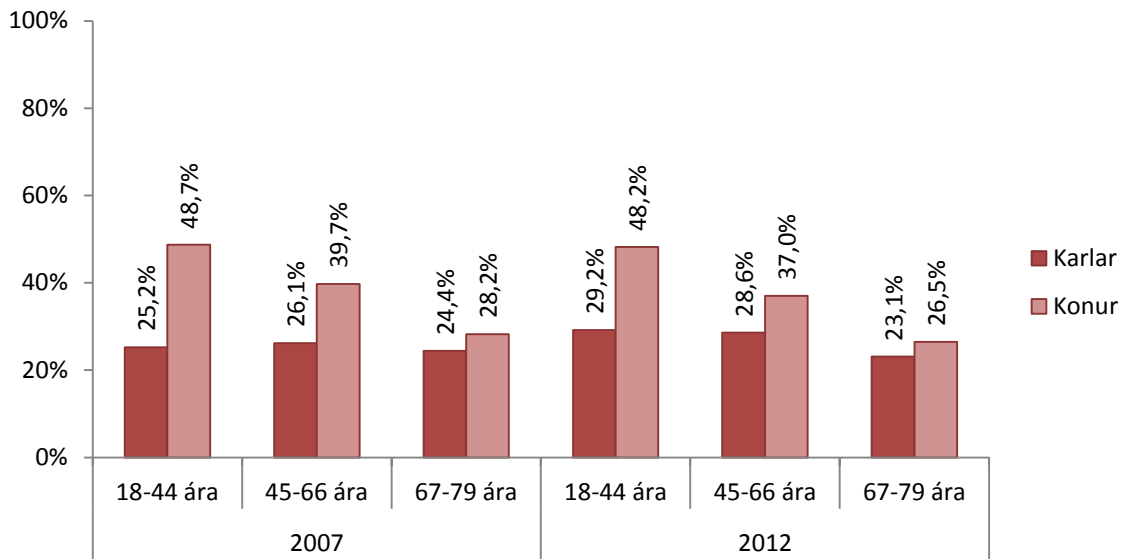
|                            | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                            | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög sátt/ur               | 15,4% | 14,8% | 19,3%  | 17,4% | 11,6% | 12,2% |
| Frekar sátt/ur             | 26,6% | 28,7% | 28,2%  | 31,3% | 24,9% | 26,0% |
| Hvorki sátt/ur né ósátt/ur | 15,4% | 18,0% | 17,4%  | 20,0% | 13,4% | 16,0% |
| Frekar ósátt/ur            | 30,9% | 29,5% | 28,9%  | 26,9% | 33,0% | 32,2% |
| Mjög ósátt/ur              | 11,7% | 9,0%  | 6,3%   | 4,5%  | 17,1% | 13,6% |



Mynd D93. Hlutfall Íslendinga sem er mjög eða frekar sátt með eigin líkamspýngd. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D79. Hefur þú reynt að létta þig eða þyngja á síðastliðnum 12 mánuðum? Hlutfallsleg skipting svara.**

|   | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Er að reyna að létta mig núna                                   | 34,3% | 35,0% | 25,5%  | 28,3% | 43,2% | 41,6% |
| Hef reynt að létta mig sl. 12 mán<br>- ekki að reyna það núna   | 16,9% | 16,5% | 13,3%  | 13,5% | 20,5% | 19,6% |
| Hef hvorki reynt að létta mig né<br>þyngja sl. 12 mán.          | 43,5% | 43,0% | 52,8%  | 49,2% | 34,2% | 36,8% |
| Hef reynt að þyngja mig sl. 12 mán.<br>- ekki að reyna það núna | 2,9%  | 2,7%  | 4,7%   | 4,3%  | 1,2%  | 1,1%  |
| Er að reyna að þyngja mig núna                                  | 2,4%  | 2,8%  | 3,8%   | 4,7%  | 1,0%  | 1,0%  |

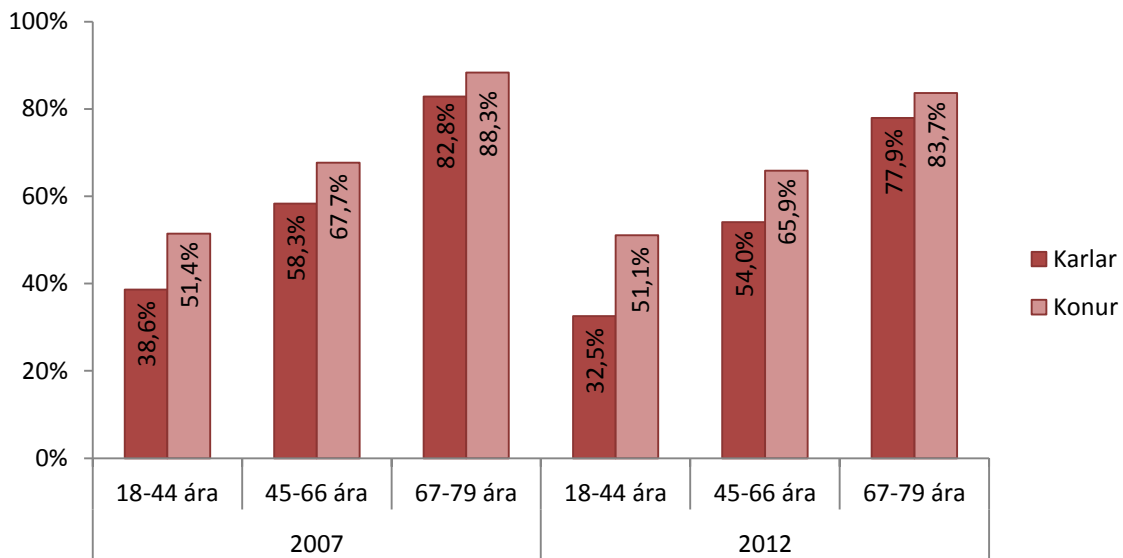


**Mynd D94. Hlutfall Íslendinga sem er að reyna að létta sig núna. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

## Algengar athafnir

Tafla D80. Háir heilsufar þitt eða skert athafnageta þér við mikla áreynslu (t.d. að hlaupa, lyfta þungum hlutum eða taka þátt í erfiðum íþróttum)? Hlutfallsleg skipting svara.

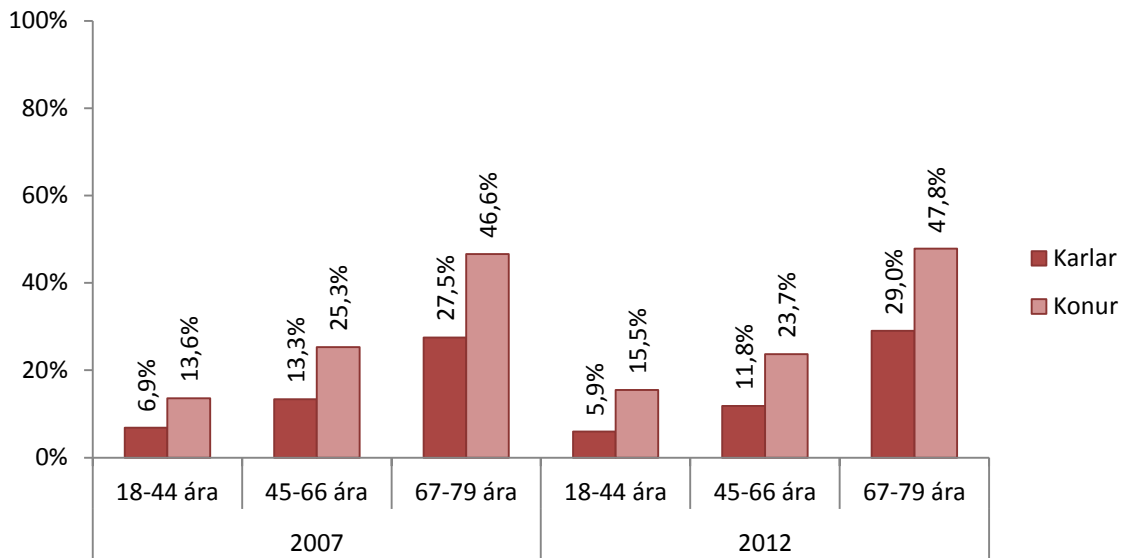
|                         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, háir mér mjög       | 15,9% | 16,6% | 11,6%  | 11,9% | 20,3% | 21,4% |
| Já, háir mér nokkuð     | 39,8% | 36,1% | 38,6%  | 33,5% | 40,9% | 38,7% |
| Nei, háir mér alls ekki | 44,3% | 47,3% | 49,8%  | 54,6% | 38,7% | 39,9% |



Mynd D95. Hlutfall Íslendinga sem telja heilsufar sitt eða skerta athafnagetu há sér mjög eða nokkuð við mikla áreynslu. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D81. Háir heilsufar þitt eða skert athafnageta þér við miðlungs áreynslu (t.d. að færa til borð, ryksuga, eða hjóla)? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, háir mér mjög       | 3,7%  | 3,7%  | 2,0%   | 2,0%  | 5,5%  | 5,4%  |
| Já, háir mér nokkuð     | 12,6% | 12,6% | 9,3%   | 8,6%  | 15,9% | 16,7% |
| Nei, háir mér alls ekki | 83,7% | 83,7% | 88,7%  | 89,4% | 78,6% | 77,9% |

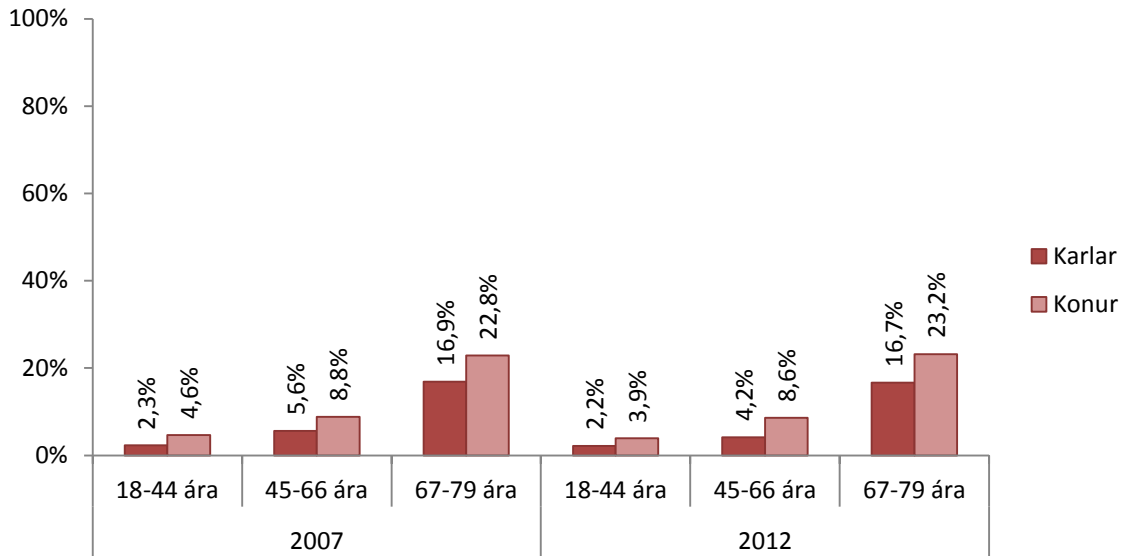


**Mynd D96. Hlutfall Íslendinga sem telja heilsufar sitt eða skerta athafnagetu há sér mjög eða nokkuð við miðlungs áreynslu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Tafla D82. Háir heilsufar þitt eða skert athafnageta þér við að ganga upp eina hæð í húsi?  
Hlutfallsleg skipting svara.**

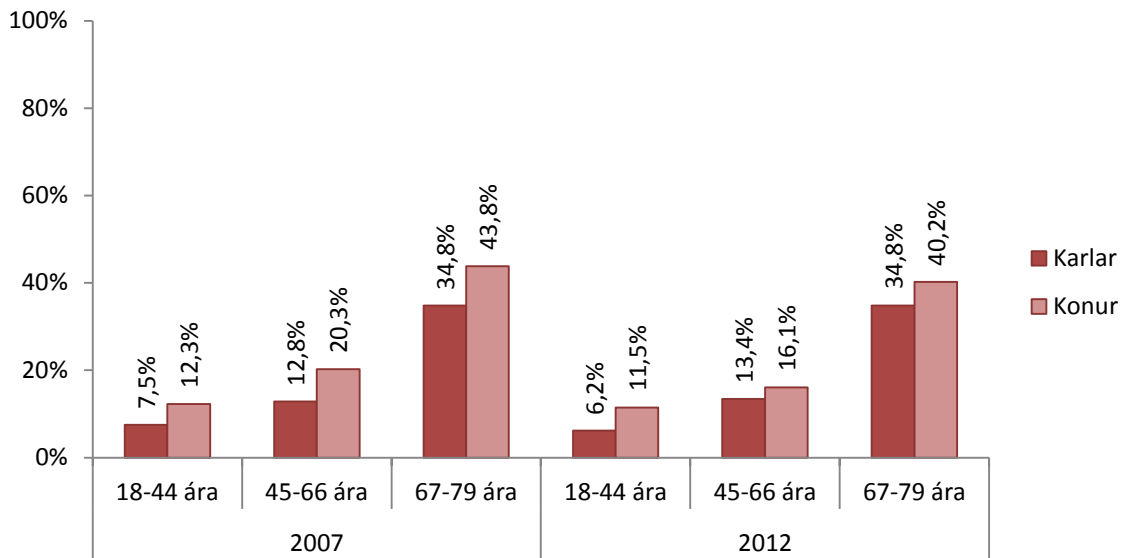
|                         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, háir mér mjög       | 1,5%  | 1,2%  | 1,2%   | 0,9%  | 1,9%  | 1,6%  |
| Já, háir mér nokkuð     | 5,0%  | 4,9%  | 3,8%   | 3,5%  | 6,3%  | 6,2%  |
| Nei, háir mér alls ekki | 93,5% | 93,9% | 95,0%  | 95,6% | 91,9% | 92,2% |



**Mynd D97. Hlutfall Íslendinga sem telja heilsufar sitt eða skerta athafnagetu há sér mjög eða nokkuð við að ganga upp eina hæð í húsi. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D83. Háir heilsufar þitt eða skert athafnageta þér við að ganga meira en einn kílómetra? Hlutfallsleg skipting svara.**

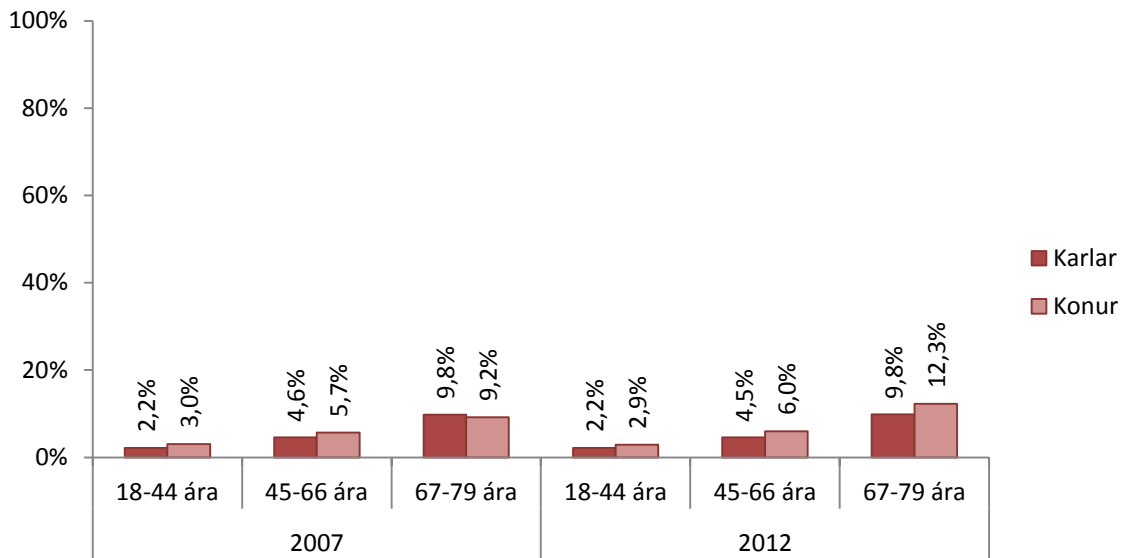
|                         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, háir mér mjög       | 4,4%  | 4,0%  | 3,1%   | 3,1%  | 5,6%  | 4,9%  |
| Já, háir mér nokkuð     | 11,0% | 10,2% | 9,1%   | 8,8%  | 13,0% | 11,5% |
| Nei, háir mér alls ekki | 84,6% | 85,8% | 87,8%  | 88,1% | 81,4% | 83,6% |



**Mynd D98. Hlutfall Íslendinga sem telja heilsufar sitt eða skerta athafnagetu há sér mjög eða nokkuð við að ganga meira en einn kílómetra. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D84. Háir heilsufar þitt eða skert athafnageta þér við að klæða þig eða fara í bað? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, háir mér mjög       | 1,0%  | 0,8%  | 0,6%   | 0,8%  | 1,3%  | 0,9%  |
| Já, háir mér nokkuð     | 3,3%  | 3,6%  | 3,2%   | 3,1%  | 3,4%  | 4,2%  |
| Nei, háir mér alls ekki | 95,7% | 95,5% | 96,2%  | 96,1% | 95,3% | 94,9% |



**Mynd D99. Hlutfall Íslendinga sem telja heilsufar sitt eða skerta athafnagetu há sér mjög eða nokkuð við að klæða sig eða fara í bað. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

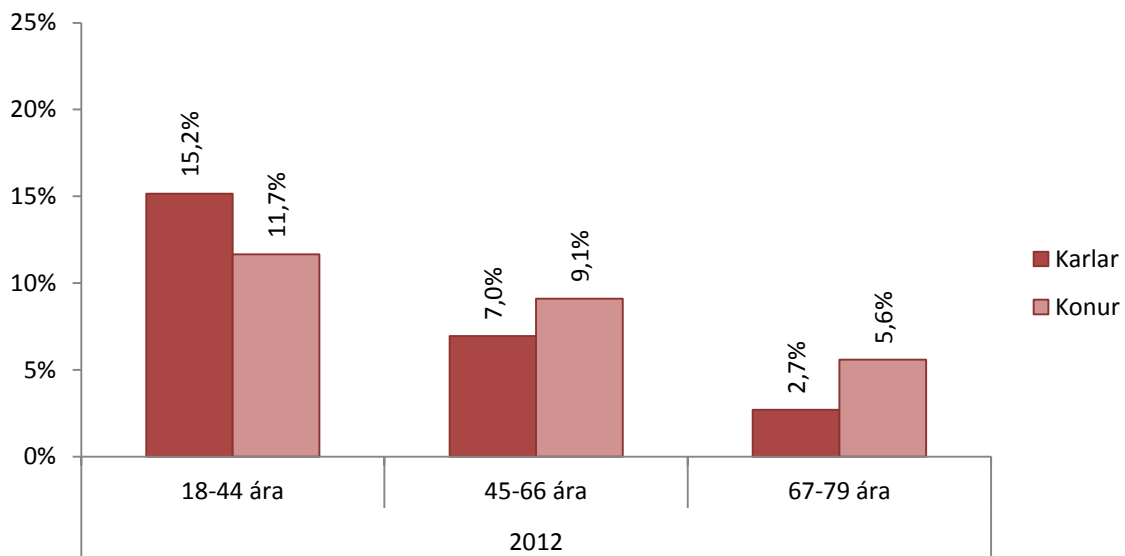
## Ofbeldi og slys

**Tafla D85. Hefur þú orðið fyrir líkamlegu ofbeldi (t.d. barsmíðum, þ.m.t. heimilisofbeldi)?\*  
Hlutfallsleg skipting svara.\*\***

|                                  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                      | —    | 89,6% | —      | 89,2% | —     | 90,0% |
| Já, á síðustu 12 mánuðum         | —    | 1,0%  | —      | 1,5%  | —     | 0,5%  |
| Já, fyrir meira en 12 mán. síðan | —    | 10,0% | —      | 9,9%  | —     | 10,1% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Athugið að þar sem mögulegt var að gefa upp fleiri en eitt svar, þá er eðlilegt að summa hlutfalla milli svara sé hærri en 100%, þ.e. einn einstaklingur getur tilheyrt hlutfalli fleiri en eins svarmöguleika

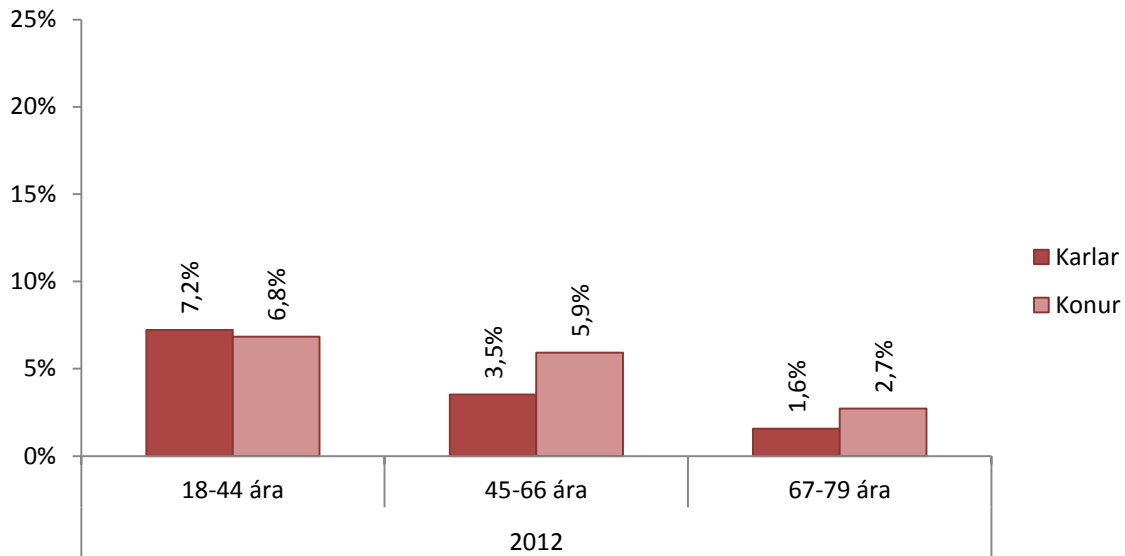


**Mynd D100. Hlutfall Íslendinga sem tilgreina að þeir hafi einhvern tíma hafa orðið fyrir líkamlegu ofbeldi. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D86. Ef þú hefur orðið fyrir líkamlegu ofbeldi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess? - Líkamlegum vandamálum / áverkum.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                      | —    | 4,3%  | —      | 5,0%  | —     | 3,5%  |
| Já, finn fyrir núna              | —    | 0,6%  | —      | 0,8%  | —     | 0,4%  |
| Já, fann fyrir áður en ekki núna | —    | 5,0%  | —      | 4,5%  | —     | 5,6%  |
| Aldrei orðið fyrir líkaml. ofb.  | —    | 90,1% | —      | 89,8% | —     | 90,4% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

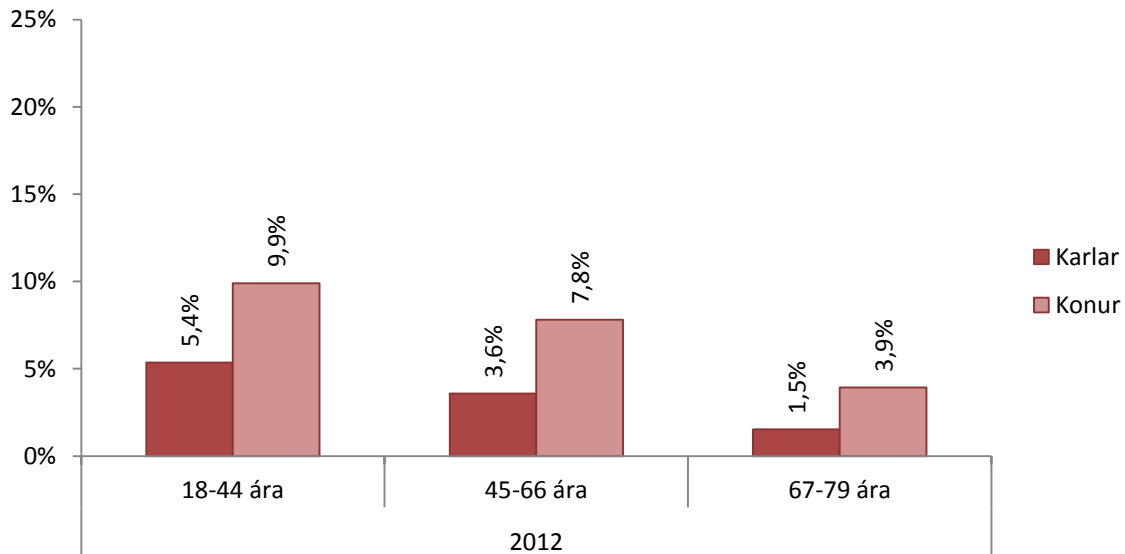


**Mynd D101. Hlutfall af öllum Íslendingum sem tilgreina að þeir finni núna fyrir eða hafa áður fundið fyrir líkamlegum vandamálum/áverkum í kjölfar líkamlegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D87. Ef þú hefur orðið fyrir líkamlegu ofbeldi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess? - Andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum).\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|                                  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                      | —    | 3,8%  | —      | 6,1%  | —     | 1,5%  |
| Já, finn fyrir núna              | —    | 1,0%  | —      | 0,5%  | —     | 1,5%  |
| Já, fann fyrir áður en ekki núna | —    | 5,4%  | —      | 3,8%  | —     | 7,0%  |
| Aldrei orðið fyrir líkaml. ofb.  | —    | 89,8% | —      | 89,6% | —     | 90,1% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



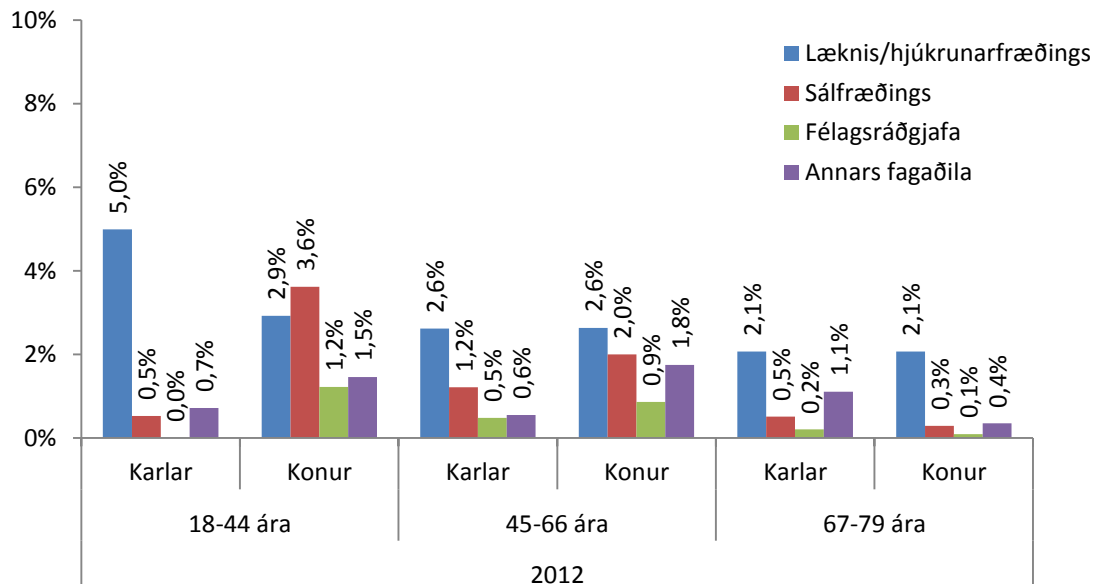
**Mynd D102. Hlutfall af öllum Íslendingum sem tilgreina að þeir finni núna fyrir eða hafi áður fundið fyrir andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum) í kjölfar líkamlegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D88. Ef þú hefur fundið fyrir vandamálum í kjölfar líkamlegs ofbeldis, hefur þú leitað þér aðstoðar eftirfarandi fagaðila vegna þess? \* Hlutfallsleg skipting svara.\*\***

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, lækni/hjúkrunarfræðings  | —    | 3,3%  | —      | 3,8%  | —     | 2,7%  |
| Já, sálfræðings  | —    | 1,7%  | —      | 0,8%  | —     | 2,6%  |
| Já, félagsráðgjafa   | —    | 0,6%  | —      | 0,2%  | —     | 1,0%  |
| Já, annars fagaðila en að ofan                                       | —    | 1,1%  | —      | 0,7%  | —     | 1,4%  |
| Tilgreinir vandamál en tilgreinir ekki neinn fagaðila sem leitað til | —    | 4,3%  | —      | 3,8%  | —     | 4,9%  |
| Tilgreinir ekki að hafa fundið fyrir vandmálum                       | —    | 2,2%  | —      | 3,4%  | —     | 0,9%  |
| Svara ekki (hafa ekki orðið fyrir líkamlegu ofbeldi)                 | —    | 88,5% | —      | 88,1% | —     | 88,9% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Athugið að þar sem mögulegt var að gefa upp fleiri en eitt svar, þá er eðlilegt að summa hlutfalla milli svara sé hærri en 100%, þ.e. einn einstaklingur getur tilheyrt hlutfalli fleiri en eins svarmöguleika



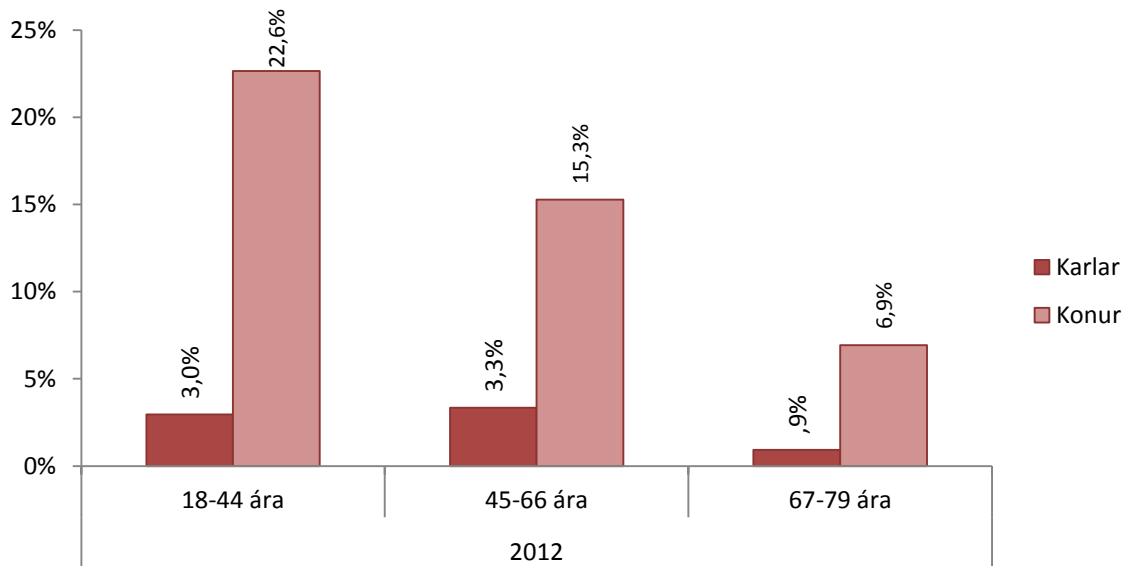
**Mynd D103. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast hafa leitað sér aðstoðar ólíkra fagaðila vegna vandamála í kjölfar líkamlegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D89. Hefur þú orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi (þvingun til samfara, tilraun til nauðgunar eða kynferðislegri snertingu / athöfn gegn vilja þínum)? \* Hlutfallsleg skipting svara.\*\***

|                                  | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|----------------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                      | —    | 89,5% | —      | 97,1% | —     | 81,8% |
| Já, á síðustu 12 mánuðum         | —    | 0,5%  | —      | 0,4%  | —     | 0,5%  |
| Já, fyrir meira en 12 mán. síðan | —    | 10,3% | —      | 2,7%  | —     | 18,0% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Athugið að þar sem mögulegt var að gefa upp fleiri en eitt svar, þá er eðlilegt að summa hlutfalla milli svara sé hærri en 100%, þ.e. einn einstaklingur getur tilheyrt hlutfalli fleiri en eins svarmöguleika



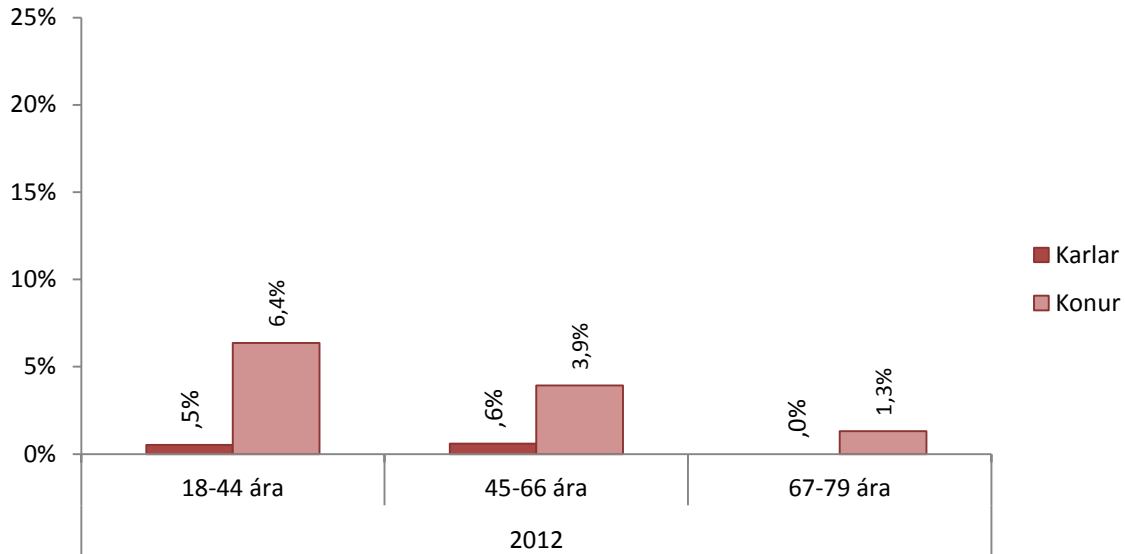
**Mynd D104. Hlutfall Íslendinga sem tilgreina að þeir hafi einhvern tíma orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Tafla D90. Ef þú hefur orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess? - Líkamlegum vandamálum / áverkum.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                                  | —    | 6,9%  | —      | 2,1%  | —     | 11,9% |
| Já, finn fyrir núna                          | —    | 0,2%  | —      | 0,0%  | —     | 0,3%  |
| Já, fann fyrir áður en ekki núna             | —    | 2,5%  | —      | 0,5%  | —     | 4,6%  |
| Svara ekki (aldrei orðið fyrir líkaml. ofb.) | —    | 90,4% | —      | 97,4% | —     | 83,2% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

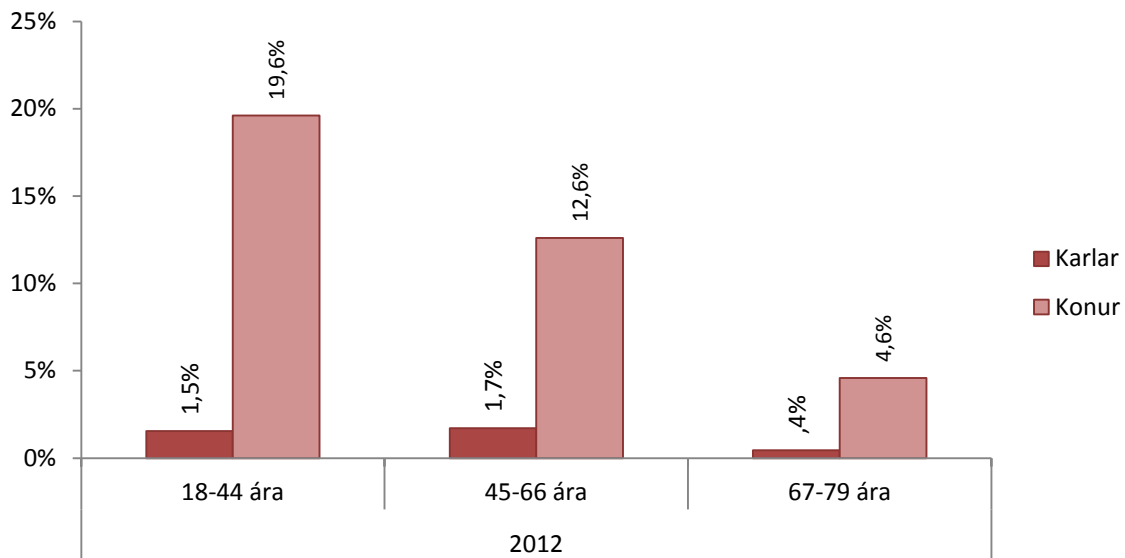


**Mynd D105. Hlutfall af öllum Íslendingum sem tilgreina að þeir finni núna fyrir eða hafi áður fundið fyrir líkamlegum vandamálum/áverkum í kjölfar kynferðislegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D91. Ef þú hefur orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess? - Andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum).\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|  | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                                | —    | 2,0%  | —      | 1,3%  | —     | 2,7%  |
| Já, finn fyrir núna                        | —    | 1,7%  | —      | 0,2%  | —     | 3,2%  |
| Já, fann fyrir áður en ekki núna           | —    | 6,6%  | —      | 1,3%  | —     | 12,1% |
| Svara ekki (aldrei orðið fyrir kynf. ofb.) | —    | 89,6% | —      | 97,2% | —     | 82,0% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



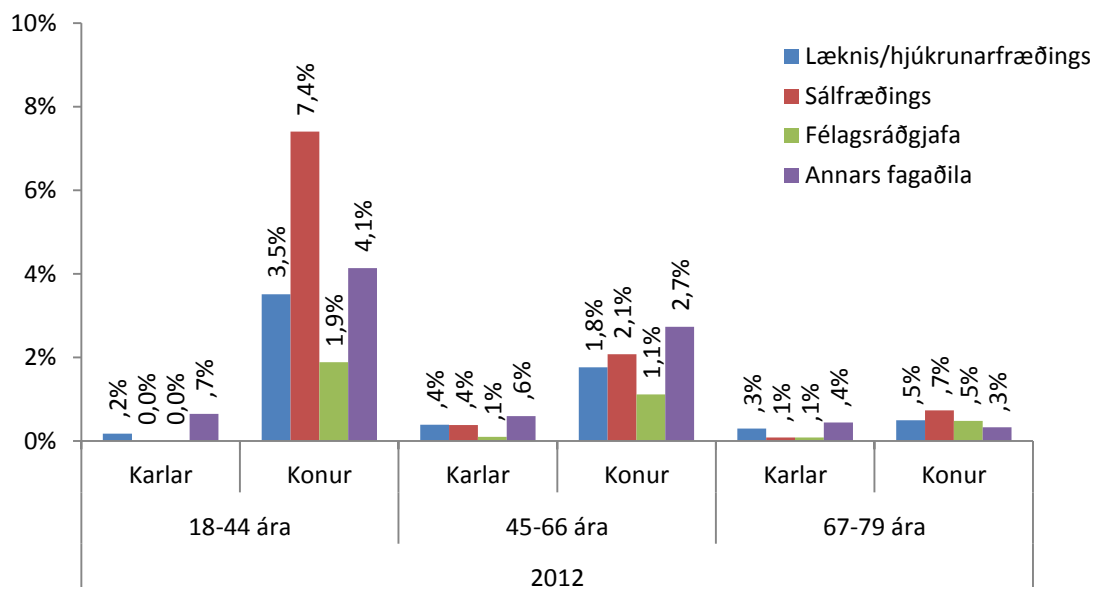
**Mynd D106. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast núna finna fyrir eða hafa áður fundið fyrir andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum) í kjölfar kynferðislegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D92. Ef þú hefur fundið fyrir vandamálum í kjölfar kynferðislegs ofbeldis, hefur þú leitað þér aðstoðar eftirfarandi fagaðila vegna þess? \* Hlutfallsleg skipting svara.\*\***

|  | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, lækni/hjúkrunarfræðings  | —    | 1,4%  | —      | 0,3%  | —     | 2,5%  |
| Já, sálfræðings  | —    | 2,4%  | —      | 0,2%  | —     | 4,7%  |
| Já, félagsráðgjafa   | —    | 0,7%  | —      | 0,0%  | —     | 1,4%  |
| Já, annars fagaðila en að ofan                                       | —    | 1,9%  | —      | 0,6%  | —     | 3,2%  |
| Tilgreinir vandamál en tilgreinir ekki neinn fagaðila sem leitað til | —    | 4,6%  | —      | 1,1%  | —     | 8,2%  |
| Tilgreinir ekki að hafa fundið fyrir vandmálum                       | —    | 1,9%  | —      | 1,1%  | —     | 2,7%  |
| Svara ekki (hafa ekki orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi)             | —    | 89,2% | —      | 96,8% | —     | 81,5% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Athugið að þar sem mögulegt var að gefa upp fleiri en eitt svar, þá er eðlilegt að summa hlutfalla milli svara sé hærri en 100%, þ.e. einn einstaklingur getur tilheyrt hlutfalli fleiri en eins svarmöguleika

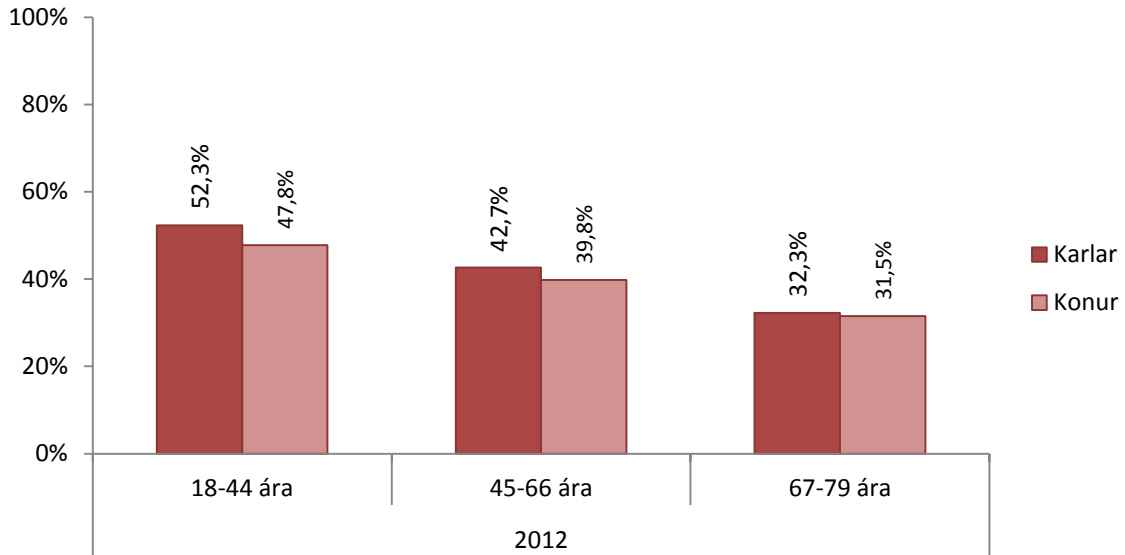


**Mynd D107. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast hafa leitað sér aðstoðar ólíkra fagaðila vegna vandamála í kjölfar kynferðislegs ofbeldis. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D93. Hefur þú orðið fyrir eftirfarandi slysum? – Umferðarslys\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                     | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|-------------------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                     | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                         | —    | 55,0% | —      | 53,2% | —     | 56,7% |
| Já, á síðastliðnum 12 mánuðum       | —    | 3,0%  | —      | 2,8%  | —     | 3,3%  |
| Já, en fyrir meira en 12 mán. síðan | —    | 42,0% | —      | 44,0% | —     | 40,0% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

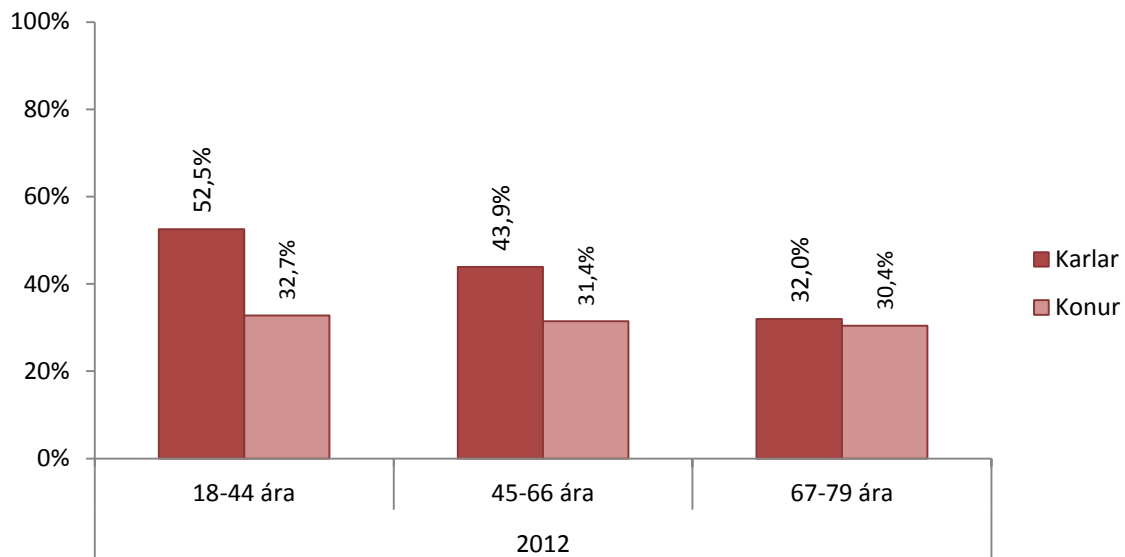


**Mynd D108. Hlutfall Íslendinga sem segjast einhvern tíma hafa orðið fyrir umferðarslysi. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D94. Hefur þú orðið fyrir eftirfarandi slysum? – Frítímaslys (utan heimilis)\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                     | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|-------------------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                     | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                         | —    | 60,3% | —      | 52,5% | —     | 68,0% |
| Já, á síðastliðnum 12 mánuðum       | —    | 5,2%  | —      | 6,4%  | —     | 4,0%  |
| Já, en fyrir meira en 12 mán. síðan | —    | 34,5% | —      | 41,1% | —     | 28,0% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

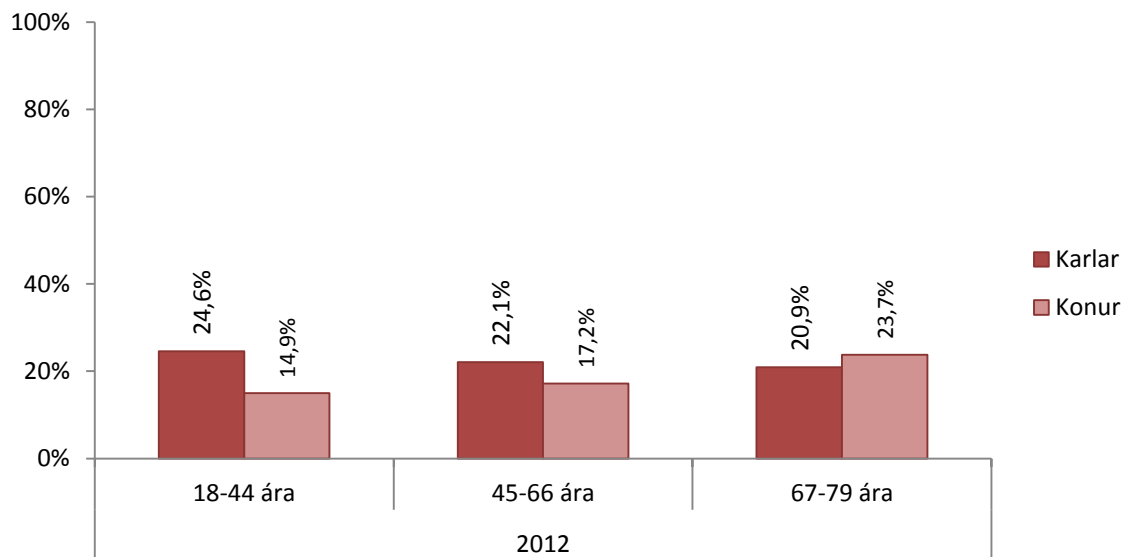


**Mynd D109. Hlutfall Íslendinga sem segjast einhvern tíma hafa orðið fyrir frítímaslysi (utan heimilis). Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D95. Hefur þú orðið fyrir eftirfarandi slysum? – Slys á eða við heimili\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                     | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                     | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                         | —    | 80,1% | —      | 76,7% | —     | 83,4% |
| Já, á síðastliðnum 12 mánuðum       | —    | 2,3%  | —      | 2,5%  | —     | 2,1%  |
| Já, en fyrir meira en 12 mán. síðan | —    | 17,7% | —      | 20,8% | —     | 14,5% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

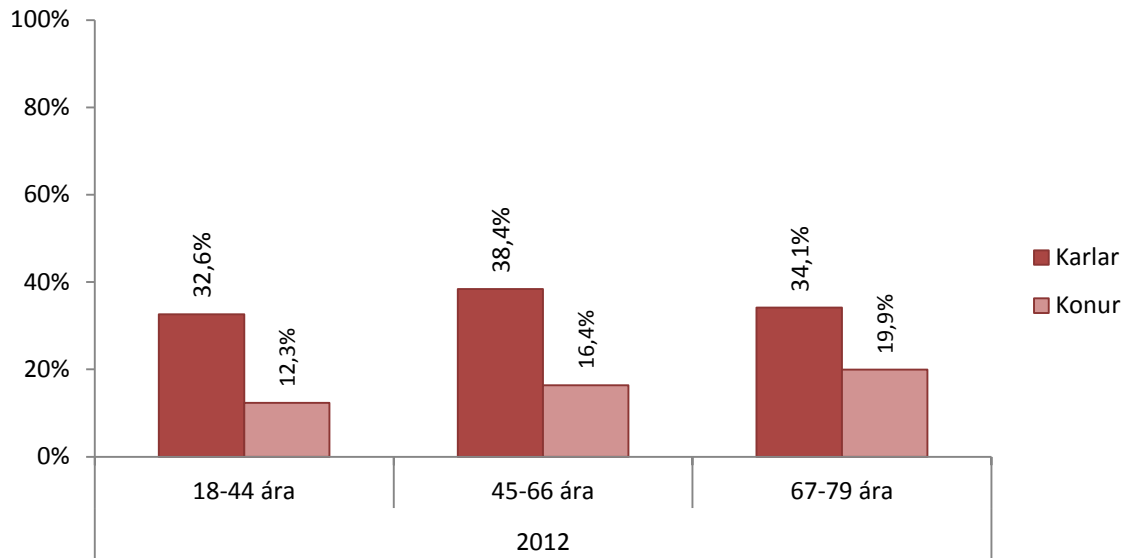


**Mynd D110. Hlutfall Íslendinga sem segjast einhvern tíma hafa orðið fyrir slysi á eða við heimili. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D96. Hefur þú orðið fyrir eftirfarandi slysum? – Annað slys (þ.e. annað en umferðarslys, frítímaslys eða slys á eða við heimili)\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                     | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                     | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                         | —    | 75,1% | —      | 65,1% | —     | 85,5% |
| Já, á síðastliðnum 12 mánuðum       | —    | 2,2%  | —      | 2,9%  | —     | 1,5%  |
| Já, en fyrir meira en 12 mán. síðan | —    | 22,7% | —      | 32,0% | —     | 13,0% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

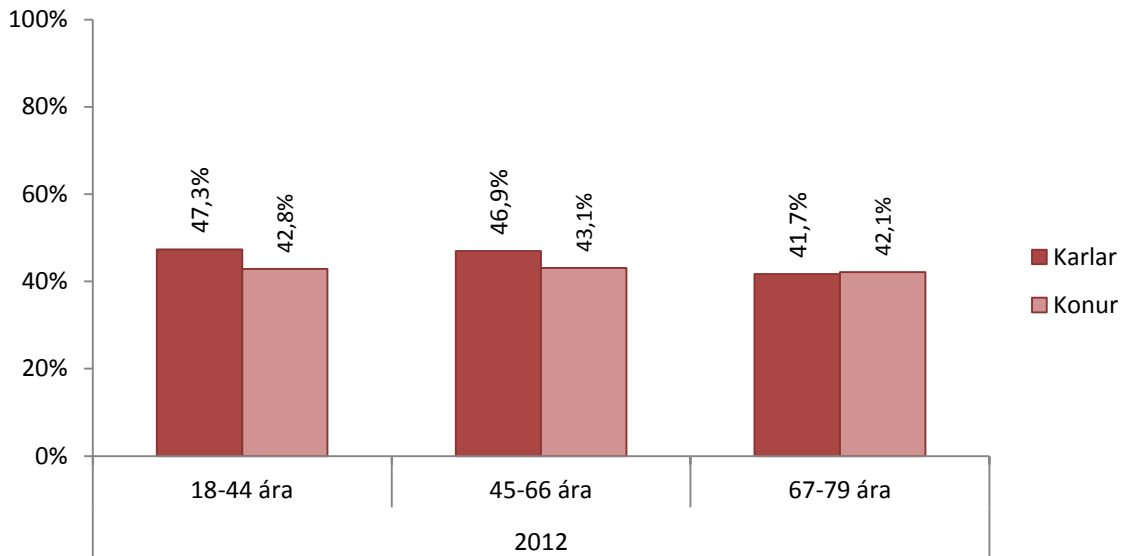


**Mynd D111. Hlutfall Íslendinga sem segjast einhvern tíma hafa orðið fyrir öðru slysi heldur en umferðarslysi, frítímaslysi eða slysi á eða við heimili. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D97. Ef þú hefur orðið fyrir slysi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess?  
- Líkamlegum vandamálum / áverkum.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                       | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                       | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                           | —    | 24,3% | —      | 27,3% | —     | 21,2% |
| Já, finn fyrir núna                   | —    | 19,4% | —      | 20,1% | —     | 18,7% |
| Já, fann fyrir áður en ekki núna      | —    | 25,3% | —      | 26,5% | —     | 24,1% |
| Svara ekki (aldrei orðið fyrir slysi) | —    | 31,0% | —      | 26,1% | —     | 35,9% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



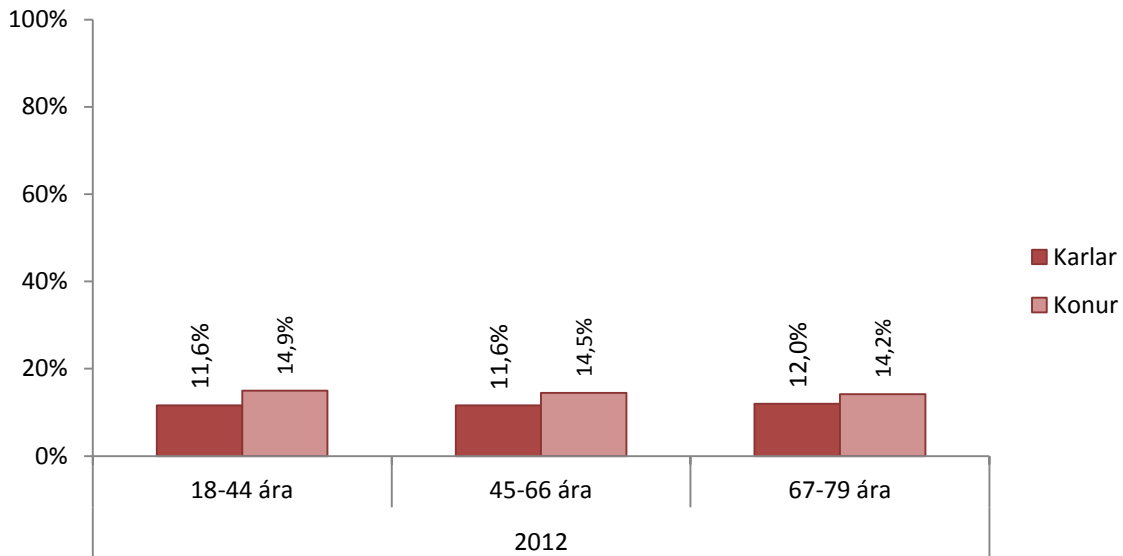
**Mynd D112. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast núna finna fyrir eða hafa áður fundið fyrir líkamlegum vandamálum/áverkum í kjölfar slyss. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Tafla D98. Ef þú hefur orðið fyrir slysi, hefur þú fundið fyrir eftirfarandi vandamálum í kjölfar þess? - Andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum).\*** Hlutfallsleg skipting svara.

|                                       | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                       | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nei, aldrei                           | —    | 54,6% | —      | 61,1% | —     | 48,0% |
| Já, finn fyrir núna                   | —    | 3,9%  | —      | 3,4%  | —     | 4,5%  |
| Já, fann fyrir áður en ekki núna      | —    | 9,2%  | —      | 8,3%  | —     | 10,2% |
| Svara ekki (aldrei orðið fyrir slysi) | —    | 32,3% | —      | 27,2% | —     | 37,4% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



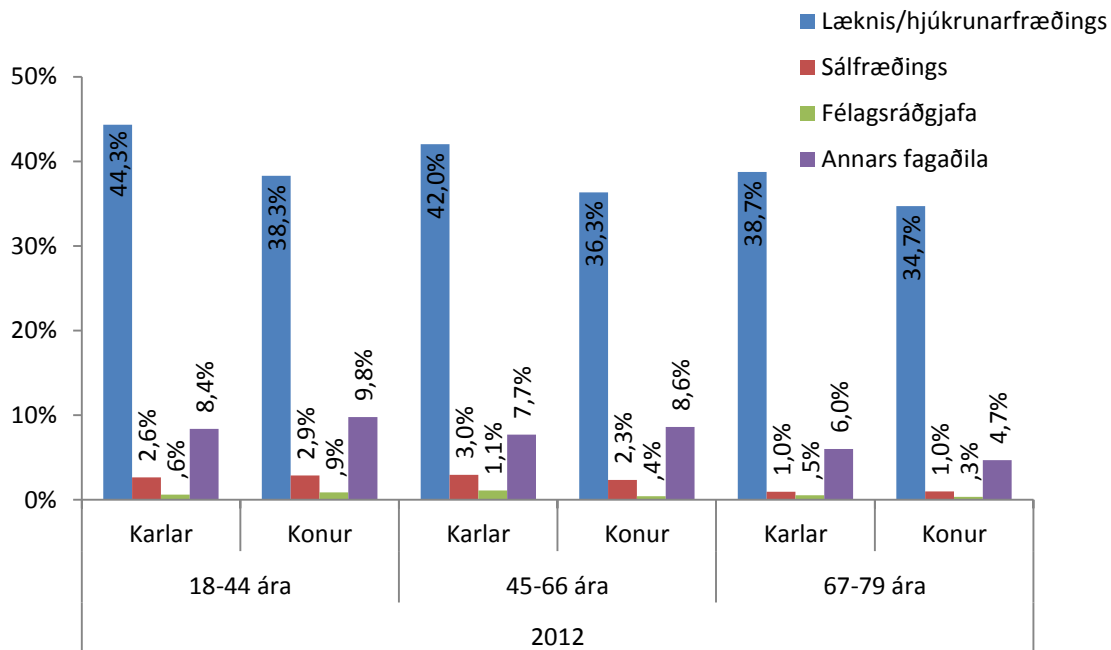
**Mynd D113. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast núna finna fyrir eða hafa áður fundið fyrir andlegri vanlíðan (t.d. kvíða, depurð, svefntruflunum) í kjölfar slyss. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

Tafla D99. Ef þú hefur fundið fyrir vandamálum í kjölfar slyss, hefur þú leitað þér aðstoðar eftirfarandi fagaðila vegna þess? \* Hlutfallsleg skipting svara.\*\*

|  | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Já, lækni/hjúkrunarfræðings  | —    | 40,4% | —      | 43,2% | —     | 37,5% |
| Já, sálfræðings  | —    | 2,6%  | —      | 2,6%  | —     | 2,5%  |
| Já, félagsráðgjafa   | —    | 0,7%  | —      | 0,8%  | —     | 0,7%  |
| Já, annars fagaðila en að ofan                                       | —    | 8,4%  | —      | 7,9%  | —     | 8,9%  |
| Tilgreinir vandamál en tilgreinir ekki neinn fagaðila sem leitað til | —    | 7,2%  | —      | 8,0%  | —     | 6,3%  |
| Tilgreinir ekki að hafa fundið fyrir vandamálum                      | —    | 19,3% | —      | 20,6% | —     | 18,0% |
| Svara ekki (hafa ekki orðið fyrir slysi)                             | —    | 30,3% | —      | 25,2% | —     | 35,5% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

\*\* Athugið að þar sem mögulegt var að gefa upp fleiri en eitt svar, þá er eðlilegt að summa hlutfalla milli svara sé hærri en 100%, þ.e. einn einstaklingur getur tilheyrt hlutfalli fleiri en eins svarmöguleika

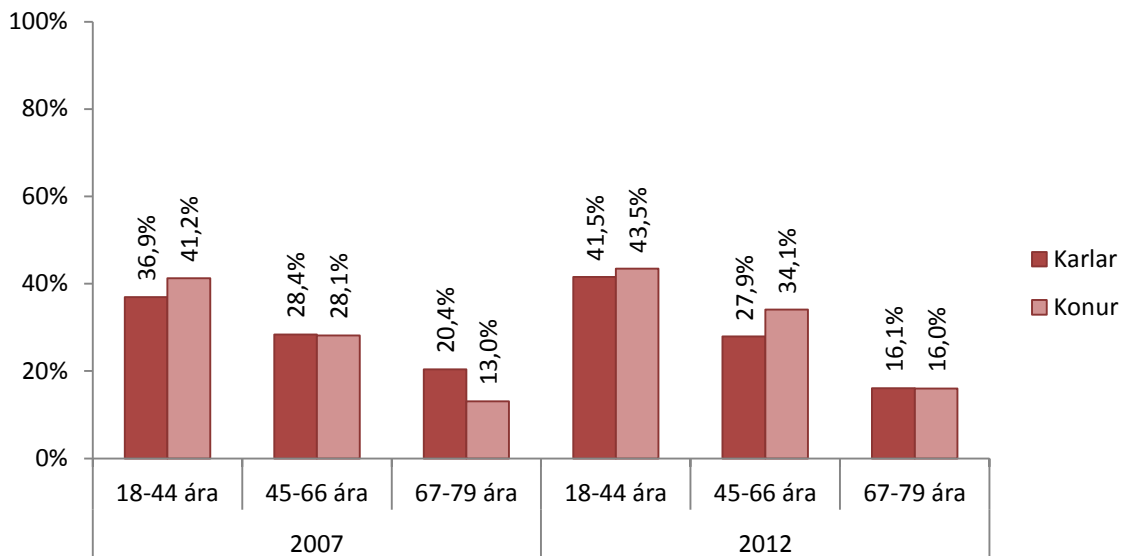


Mynd D114. Hlutfall af öllum Íslendingum sem segjast hafa leitað sér aðstoðar ólíkra fagaðila vegna vandamála í kjölfar slyss. Greint eftir ári, aldri og kyni.

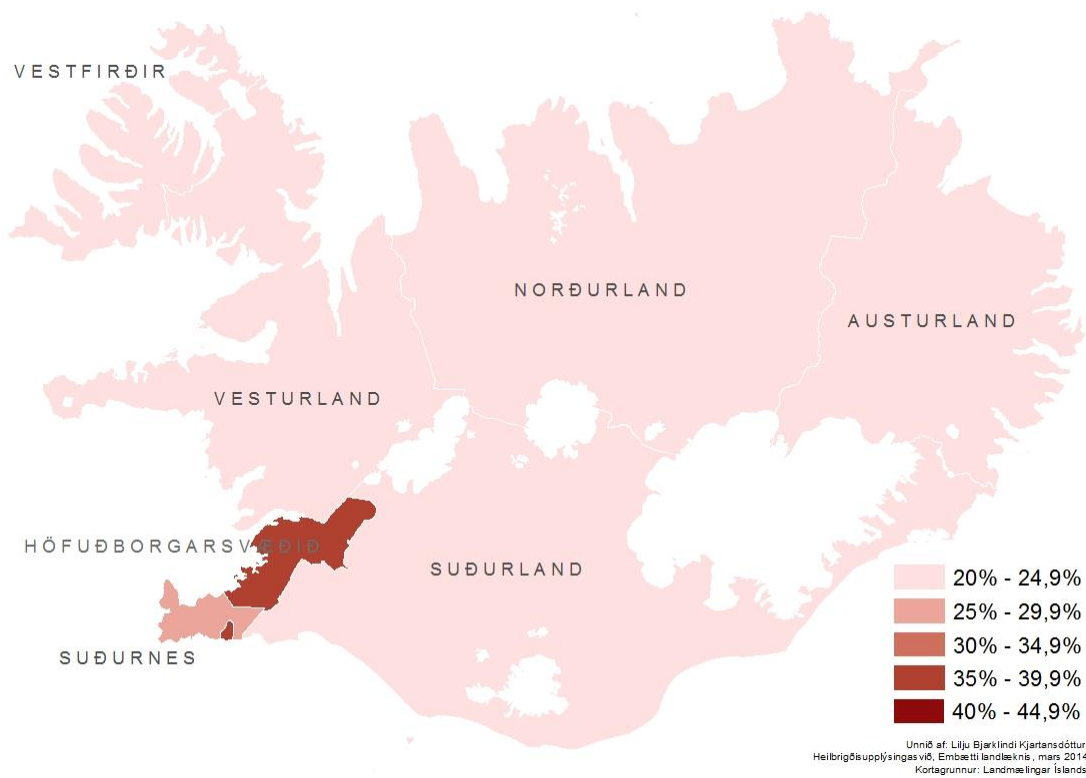
## Hreyfing og kyrrseta

Tafla D100. Hve löngum tíma á dag varðir þú að jafnaði sitjandi í síðustu viku? Aðeins skal miða við virka daga. Hlutfallsleg skipting svara.

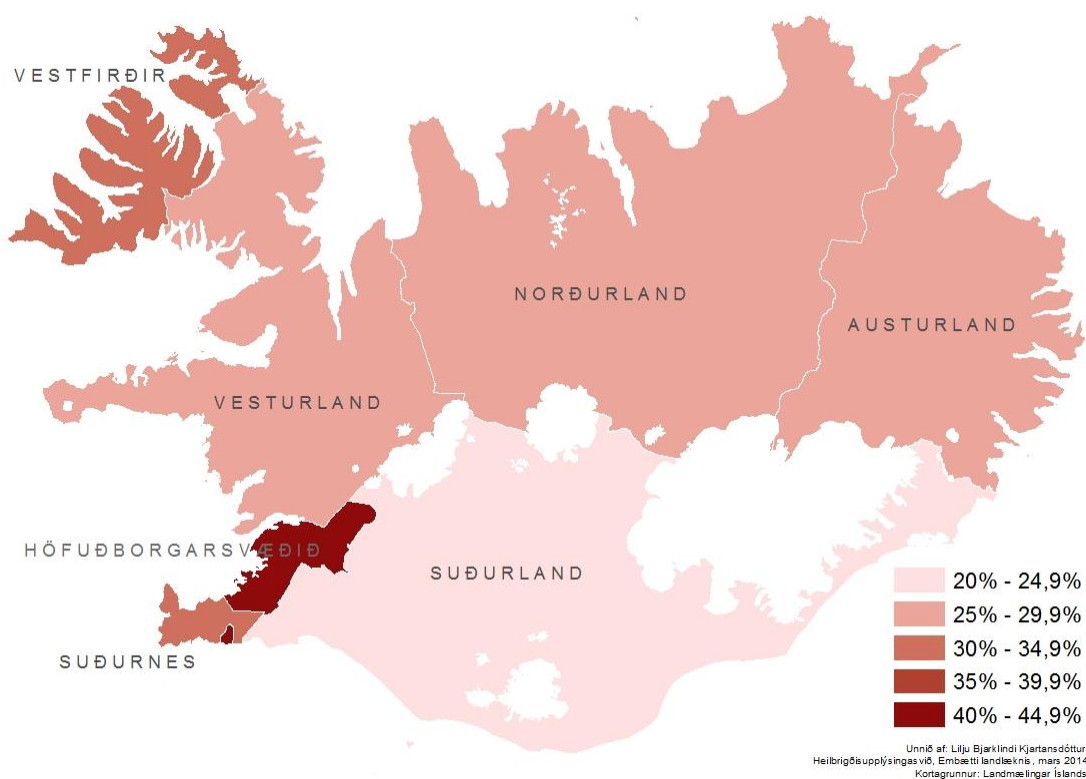
|                         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Minna en klst. á dag    | 1,4%  | 0,6%  | 1,4%   | 0,7%  | 1,4%  | 0,5%  |
| 1 klst. á dag           | 2,8%  | 1,9%  | 3,5%   | 2,3%  | 2,1%  | 1,5%  |
| 2-3 klst. á dag         | 18,2% | 17,3% | 20,1%  | 19,4% | 16,3% | 15,2% |
| 4-5 klst. á dag         | 25,2% | 24,7% | 24,5%  | 24,5% | 25,8% | 24,8% |
| 6-7 klst. á dag         | 19,6% | 20,1% | 18,2%  | 19,2% | 21,0% | 21,1% |
| 8-10 klst. á dag        | 19,3% | 21,7% | 17,9%  | 19,7% | 20,8% | 23,6% |
| 11-13 klst. á dag       | 9,5%  | 9,8%  | 10,0%  | 9,5%  | 9,0%  | 10,1% |
| 14-16 klst. á dag       | 2,7%  | 2,4%  | 3,0%   | 2,8%  | 2,4%  | 1,9%  |
| Meira en 16 klst. á dag | 1,2%  | 1,5%  | 1,2%   | 1,8%  | 1,2%  | 1,3%  |



Mynd D115. Hlutfall Íslendinga sem sögðust verja 8 klukkustundum eða meira sitjandi virku dagana í vikunni áður. Greint eftir ári, aldri og kyni.



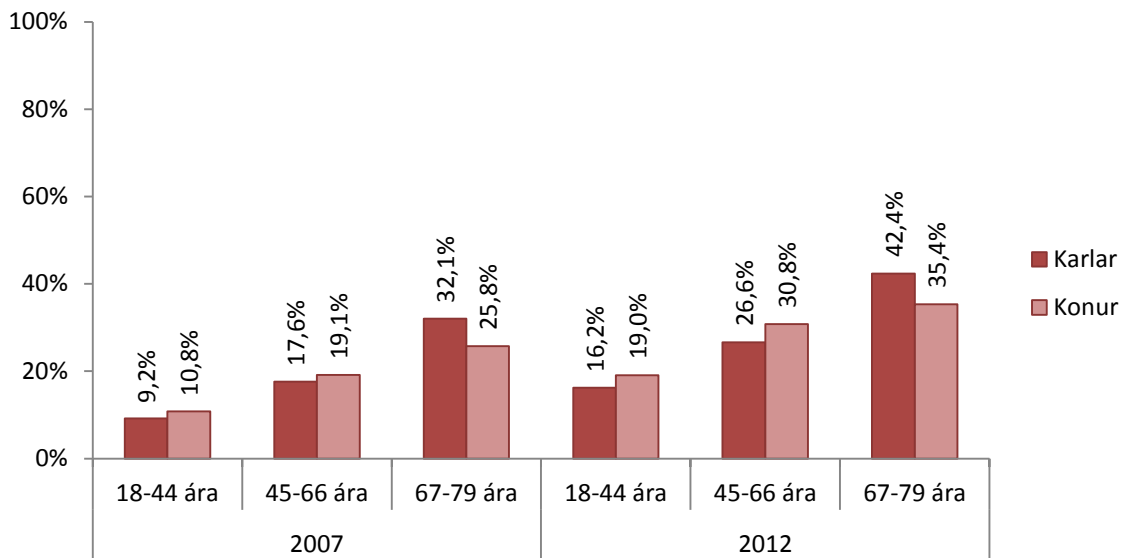
**Mynd D116. Hlutfall Íslendinga sem sögðust verja 8 klukkustundum eða meira sitjandi virku dagana í vikunni áður árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.**



**Mynd D117. Hlutfall Íslendinga sem sögðust verja 8 klukkustundum eða meira sitjandi virku dagana í vikunni áður árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.**

**Tafla D101. Hversu oft, ef einhvern tíma, nýtir þú þér að jafnaði útivistarsvæði? Hlutfallsleg skipting svara.**

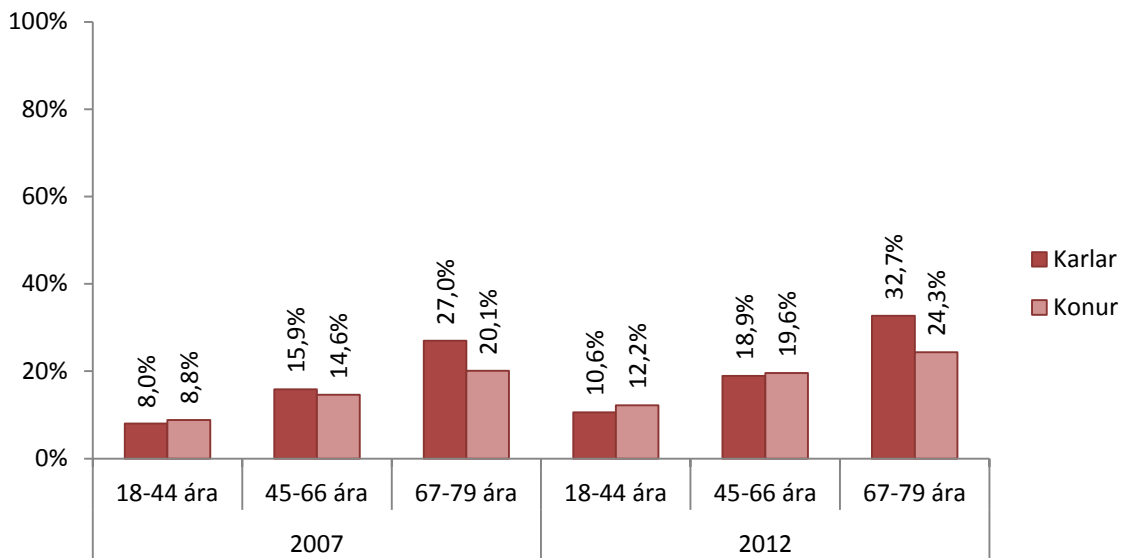
|                                 | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                 | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Daglega                         | 4,4%  | 7,8%  | 4,8%   | 7,7%  | 4,0%  | 7,9%  |
| Þrisvar til sex sinnum í viku   | 10,4% | 16,0% | 9,7%   | 15,0% | 11,2% | 17,1% |
| Einu sinni til tvisvar í viku   | 18,0% | 18,8% | 17,1%  | 17,6% | 18,9% | 20,1% |
| Einu sinni til þrisvar í mánuði | 20,2% | 20,8% | 18,8%  | 20,3% | 21,6% | 21,3% |
| Sjaldnar en einu sinni í mánuði | 27,0% | 23,1% | 27,1%  | 23,3% | 26,9% | 22,9% |
| Aldrei                          | 20,0% | 13,5% | 22,6%  | 16,2% | 17,4% | 10,7% |



**Mynd D118. Hlutfall Íslendinga sem nýta sér útivistarsvæði að jafnaði þrisvar sinnum í viku eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D102. Hversu oft, ef einhvern tíma, nýtir þú þér að jafnaði opið náttúrulegt landsvæði?  
Hlutfallsleg skipting svara.**

|                                 | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                 | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Daglega                         | 4,9%  | 6,6%  | 5,6%   | 7,0%  | 4,1%  | 6,1%  |
| Þrisvar til sex sinnum í viku   | 7,4%  | 9,4%  | 6,9%   | 8,8%  | 7,8%  | 10,0% |
| Einu sinni til tvisvar í viku   | 13,8% | 16,4% | 13,6%  | 16,2% | 14,1% | 16,5% |
| Einu sinni til þrisvar í mánuði | 21,3% | 23,3% | 21,3%  | 23,9% | 21,3% | 22,7% |
| Sjaldnar en einu sinni í mánuði | 35,2% | 31,9% | 34,3%  | 30,6% | 36,3% | 33,2% |
| Aldrei                          | 17,4% | 12,5% | 18,3%  | 13,4% | 16,3% | 11,5% |

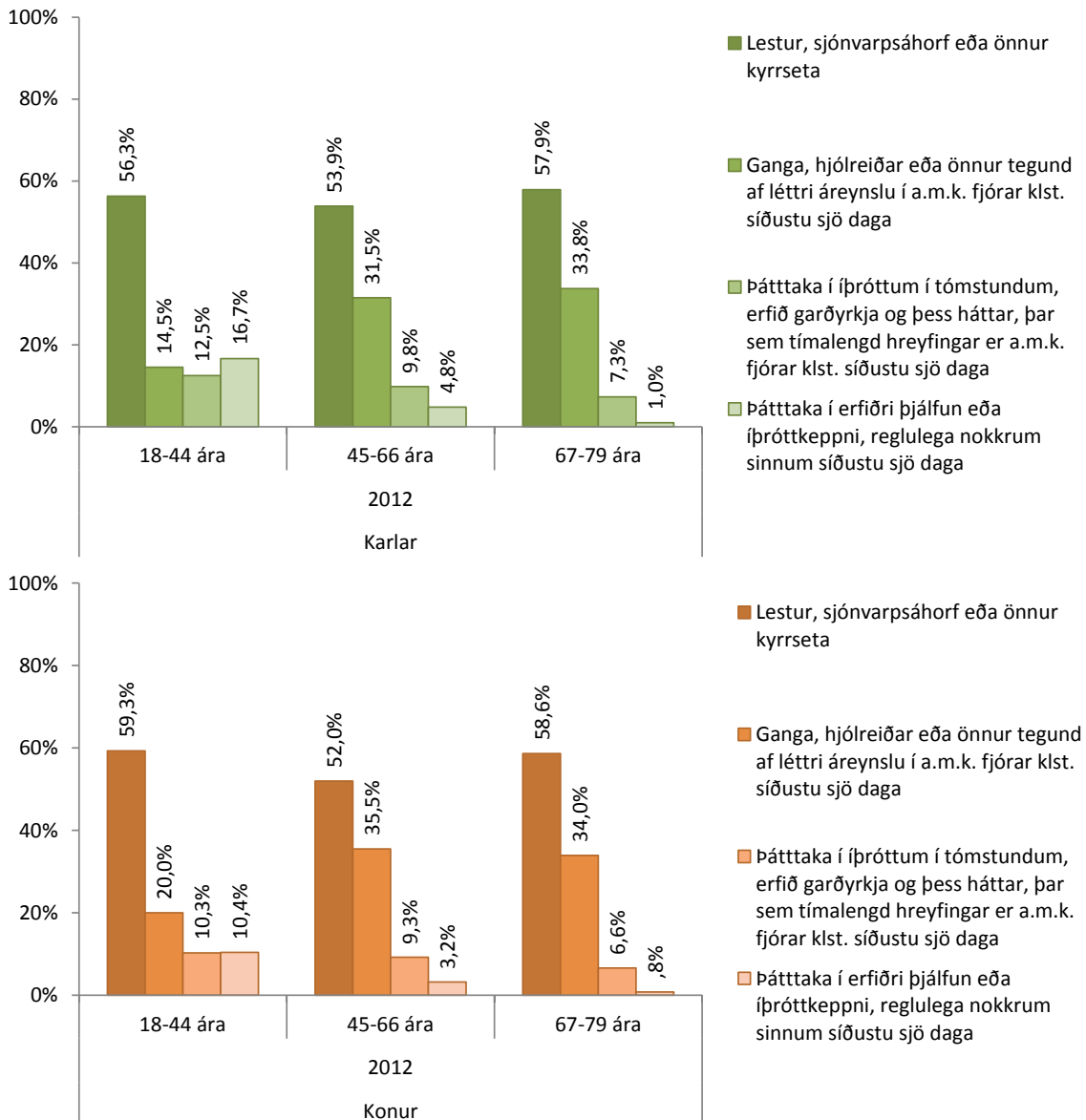


**Mynd D119. Hlutfall Íslendinga sem nýta sér opið náttúrulegt landsvæði að jafnaði þrisvar sinnum í viku eða oftar. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D103. Hver af eftirfarandi lýsingum passar best athöfnum þínum í frítíma, síðustu sjö daga?\***  
**Hlutfallsleg skipting svara.**

|   | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|---|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Lestur, sjónvarpsáhorf eða önnur kyrrseta   | —    | 56,1% | —      | 55,5% | —     | 56,6% |
| Ganga, hjólréiðar eða önnur tegund af léttari áreynslu í a.m.k. fjórar klst. síðustu sjö daga   | —    | 24,9% | —      | 22,8% | —     | 27,1% |
| Þátttaka í íþróttum í tómsundum, erfið garðyrkja og þess háttar, þar sem tímalengd hreyfingar er a.m.k. fjórar klst. síðustu sjö daga | —    | 10,3% | —      | 11,0% | —     | 9,5%  |
| Þátttaka í erfiðri þjálfun eða íþróttkeppni, reglulega nokkrum sinnum síðustu sjö daga  | —    | 8,7%  | —      | 10,7% | —     | 6,8%  |

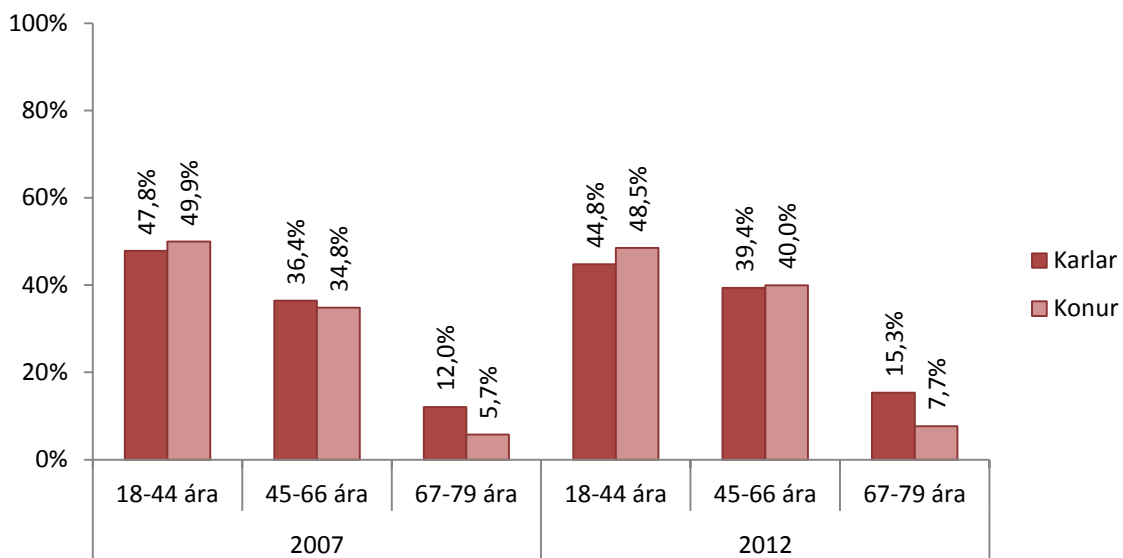
\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



**Mynd D120. Hver af eftirfarandi lýsingum passar best athöfnum þínum í frítíma, síðustu sjö daga?\***  
**Hlutfallsleg skipting svara eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D104. Hvað af eftirfarandi lýsir best líkamlegri áreynslu í starfi þínu eða námi? Hlutfallsleg skipting svara.**

|   | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|---|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|   | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Kyrrsetuvinna/nám að mestu leyti sem ekki krefst líkaml. áreynslu | 39,9% | 40,4% | 40,2%  | 39,8% | 39,7% | 40,9% |
| Krefst göngu eða uppr. stöðu en ekki líkaml. áreynslu             | 15,5% | 15,2% | 12,3%  | 11,1% | 18,7% | 19,4% |
| Krefst göngu eða uppr. stöðu og að lyfta eða bera hluti           | 22,9% | 22,1% | 25,2%  | 25,5% | 20,5% | 18,5% |
| Erfiðisvinna, krefst mikillar líkaml. áreynslu                    | 8,1%  | 8,7%  | 12,0%  | 13,2% | 4,2%  | 4,2%  |
| Á ekki við/er ekki í starfi eða námi                              | 13,6% | 13,6% | 10,4%  | 10,3% | 17,0% | 17,0% |



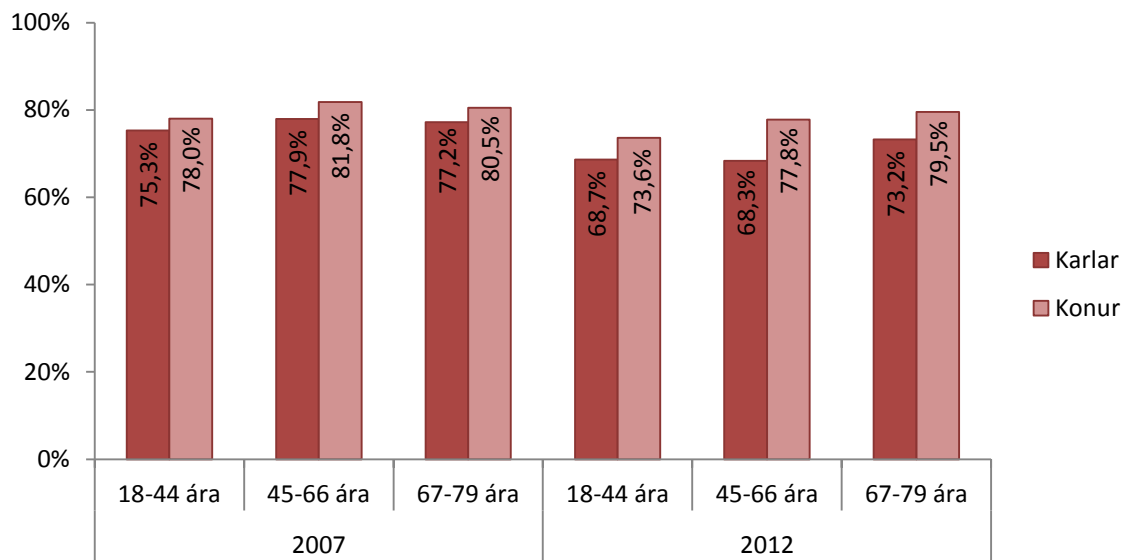
**Mynd D121. Hlutfall Íslendinga sem segja kyrrsetuvinnu/nám, sem ekki krefst líkamlegrar áreynslu, best lýsa líkamlegri áreynslu í starfi sínu eða námi. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



## Líðan og lífsgæði

Tafla D105. Ég hef litið bjartsýnum augum til framtíðarinnar síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara.

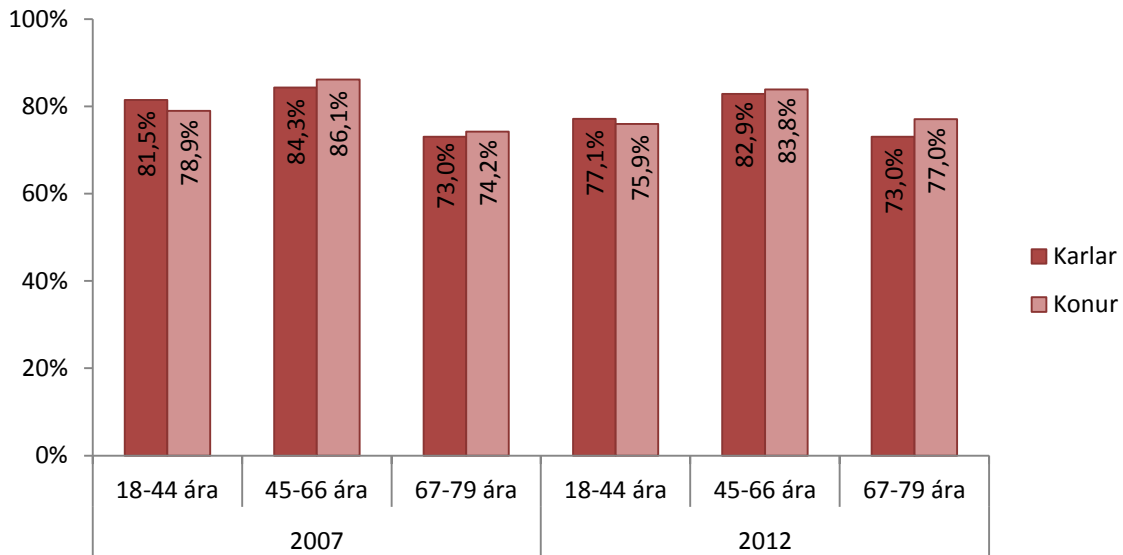
|         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei  | 0,5%  | 0,8%  | 0,4%   | 1,0%  | 0,6%  | 0,6%  |
| Sjaldan | 4,1%  | 5,7%  | 4,3%   | 6,6%  | 4,0%  | 4,8%  |
| Stundum | 17,4% | 21,1% | 18,9%  | 23,4% | 15,8% | 18,8% |
| Oft     | 48,5% | 47,5% | 47,9%  | 45,4% | 49,2% | 49,7% |
| Alltaf  | 29,5% | 24,8% | 28,6%  | 23,6% | 30,5% | 26,1% |



Mynd D122. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa litið bjartsýnum augum til framtíðarinnar síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D106. Mér hefur þótt ég gera gagn síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara.**

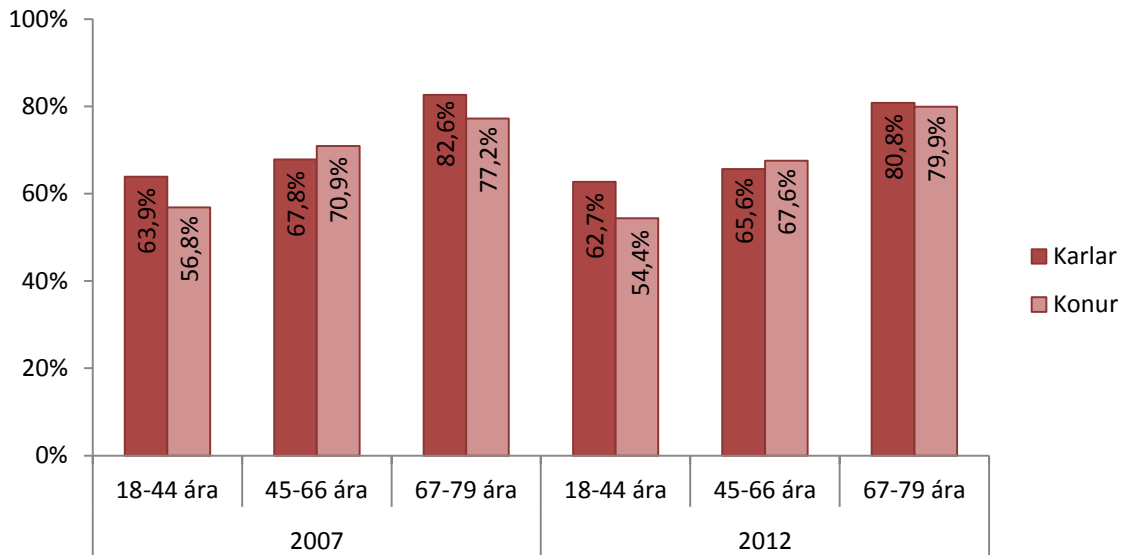
|         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei  | 0,5%  | 0,6%  | 0,4%   | 0,7%  | 0,6%  | 0,5%  |
| Sjaldan | 2,5%  | 3,5%  | 2,3%   | 3,0%  | 2,8%  | 4,0%  |
| Stundum | 15,7% | 17,0% | 15,7%  | 17,5% | 15,6% | 16,5% |
| Oft     | 56,4% | 56,9% | 56,0%  | 56,4% | 56,8% | 57,6% |
| Alltaf  | 24,9% | 22,0% | 25,6%  | 22,5% | 24,2% | 21,5% |



**Mynd D123. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa gert gagn síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

Tafla D107. Ég hef verið afslöppuð/afslappaður síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara.

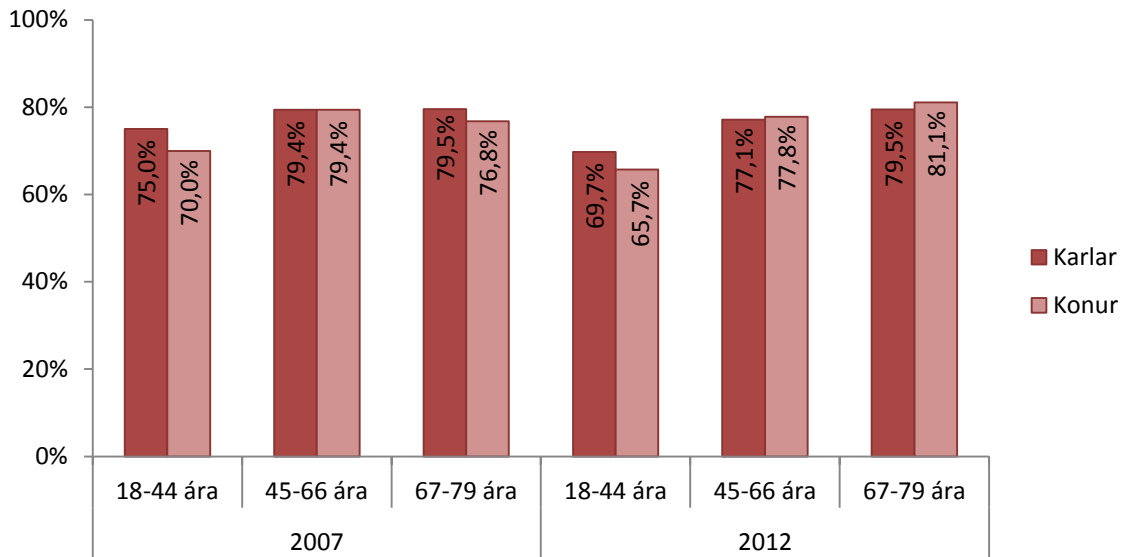
|         | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|---------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei  | 0,8%  | 0,7%  | 0,7%   | 0,8%  | 0,9%  | 0,6%  |
| Sjaldan | 7,5%  | 8,4%  | 7,5%   | 6,8%  | 7,4%  | 10,0% |
| Stundum | 26,1% | 27,0% | 24,6%  | 26,8% | 27,6% | 27,3% |
| Oft     | 51,0% | 50,5% | 51,7%  | 50,7% | 50,4% | 50,3% |
| Alltaf  | 14,6% | 13,4% | 15,5%  | 15,0% | 13,7% | 11,8% |



Mynd D124. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa verið afslappaða síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D108. Mér hefur gengið vel að takast á við vandamál síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara.**

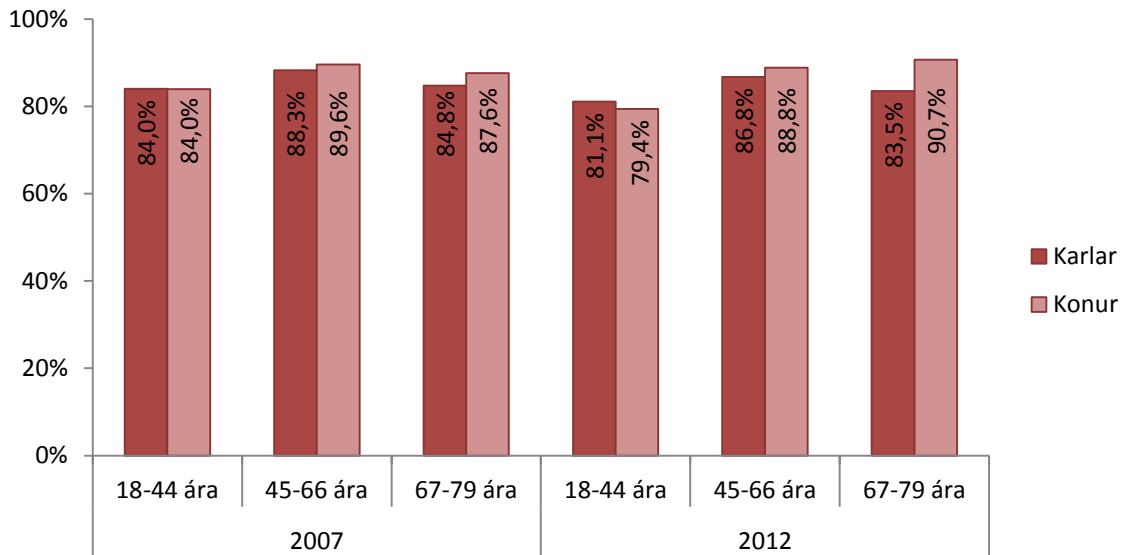
|         | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|---------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei  | 0,4%  | 0,5%  | 0,3%   | 0,4%  | 0,6%  | 0,6%  |
| Sjaldan | 3,3%  | 4,1%  | 2,8%   | 4,3%  | 3,8%  | 3,9%  |
| Stundum | 20,7% | 22,7% | 19,8%  | 21,8% | 21,6% | 23,6% |
| Oft     | 57,9% | 55,3% | 58,4%  | 54,9% | 57,3% | 55,7% |
| Alltaf  | 17,7% | 17,4% | 18,6%  | 18,6% | 16,8% | 16,2% |



**Mynd D125. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa gengið vel að takast á við vandamál síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D109. Ég hef hugsað skýrt síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara.**

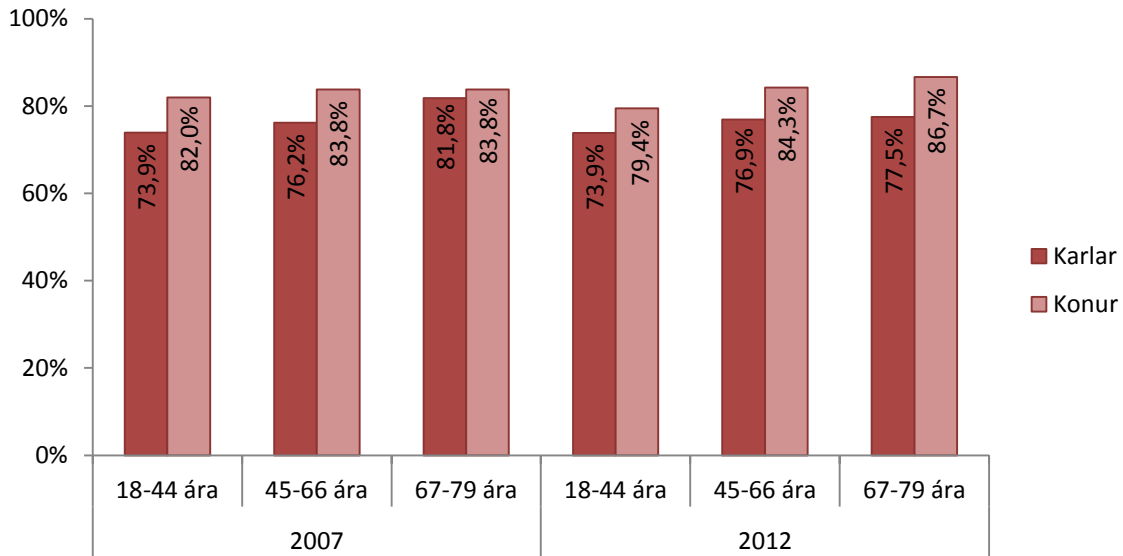
|         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei  | 0,2%  | 0,2%  | 0,2%   | 0,3%  | 0,2%  | 0,1%  |
| Sjaldan | 1,4%  | 1,9%  | 1,6%   | 1,8%  | 1,1%  | 2,1%  |
| Stundum | 12,4% | 14,0% | 12,6%  | 14,4% | 12,3% | 13,7% |
| Oft     | 57,2% | 58,0% | 57,2%  | 58,0% | 57,3% | 58,0% |
| Alltaf  | 28,8% | 25,8% | 28,4%  | 25,5% | 29,1% | 26,1% |



**Mynd D126. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa hugsað skýrt síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D110. Mér hefur fundist ég nán(n) öðrum síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara.**

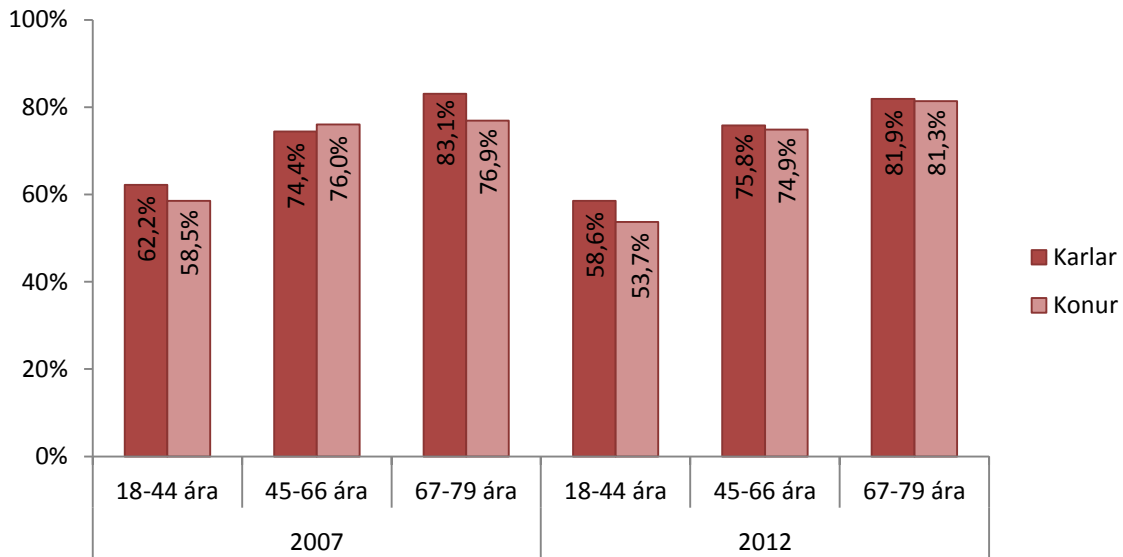
|         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei  | 1,0%  | 0,8%  | 1,3%   | 0,9%  | 0,6%  | 0,7%  |
| Sjaldan | 5,1%  | 6,1%  | 5,9%   | 7,4%  | 4,4%  | 4,7%  |
| Stundum | 14,7% | 14,5% | 17,3%  | 16,4% | 12,2% | 12,5% |
| Oft     | 42,1% | 42,1% | 41,9%  | 41,5% | 42,3% | 42,7% |
| Alltaf  | 37,1% | 36,6% | 33,7%  | 33,9% | 40,5% | 39,4% |



**Mynd D127. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa verið nán öðrum síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D111. Ég hef átt auðvelt með að gera upp hug minn síðastliðnar 2 vikur. Hlutfallsleg skipting svara.**

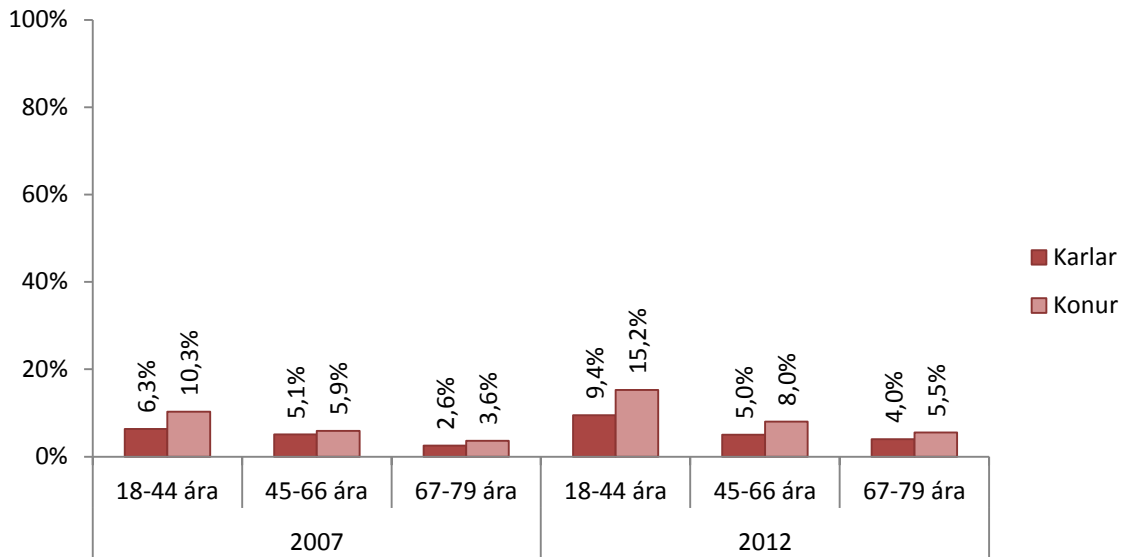
|         | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|---------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei  | 0,9%  | 1,0%  | 0,8%   | 0,8%  | 1,1%  | 1,1%  |
| Sjaldan | 6,9%  | 7,3%  | 6,5%   | 6,7%  | 7,4%  | 7,8%  |
| Stundum | 24,4% | 25,7% | 24,0%  | 24,9% | 24,8% | 26,4% |
| Oft     | 47,0% | 47,4% | 46,8%  | 48,1% | 47,2% | 46,8% |
| Alltaf  | 20,8% | 18,6% | 21,9%  | 19,4% | 19,6% | 17,9% |



**Mynd D128. Hlutfall Íslendinga sem telja sig oft eða alltaf hafa átt auðvelt með að gera upp hug sinn síðastliðnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D112. Hversu oft undanfarinn mánuð fannst þér að þú værir að missa stjórn á mikilvægum þáttum í lífi þínu? Hlutfallsleg skipting svara.**

|               | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|---------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei        | 45,6% | 36,1% | 49,2%  | 39,8% | 41,9% | 32,4% |
| Næstum aldrei | 30,9% | 32,9% | 30,0%  | 33,0% | 31,9% | 32,8% |
| Stundum       | 16,8% | 21,6% | 15,4%  | 20,0% | 18,3% | 23,3% |
| Nokkuð oft    | 5,1%  | 7,5%  | 4,3%   | 5,7%  | 6,1%  | 9,3%  |
| Mjög oft      | 1,6%  | 1,8%  | 1,2%   | 1,5%  | 1,9%  | 2,2%  |

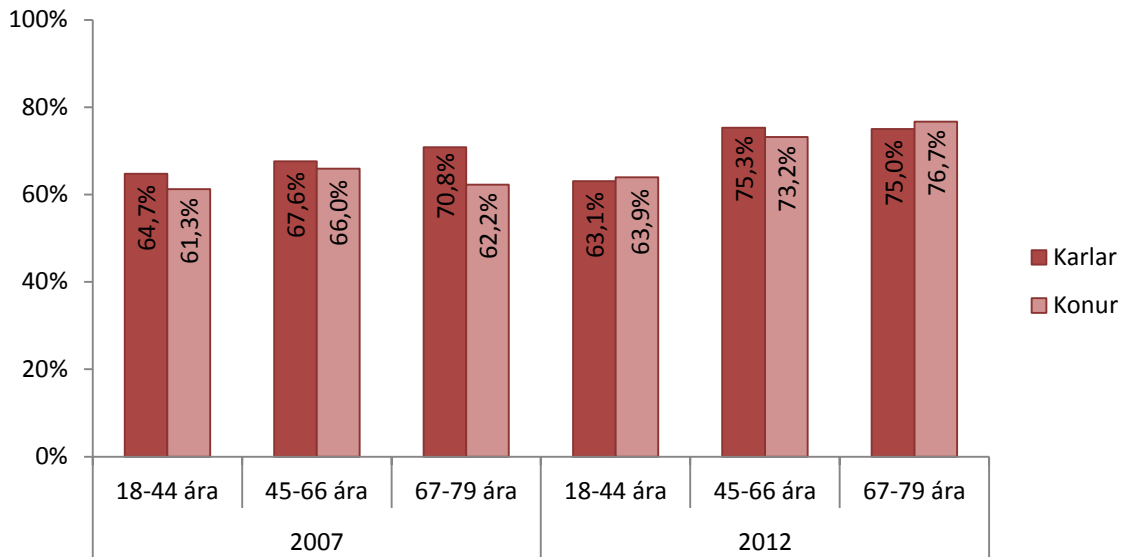


**Mynd D129. Hlutfall Íslendinga sem telja sig nokkuð oft eða mjög oft undanfarinn mánuð hafa verið að missa stjórn á mikilvægum þáttum í lífi sínu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Tafla D113. Hversu oft undanfarinn mánuð varst þú örugg(ur) með þær ákvarðanir sem þú þurftir að taka til að leysa úr persónulegum vandamálum? Hlutfallsleg skipting svara.**

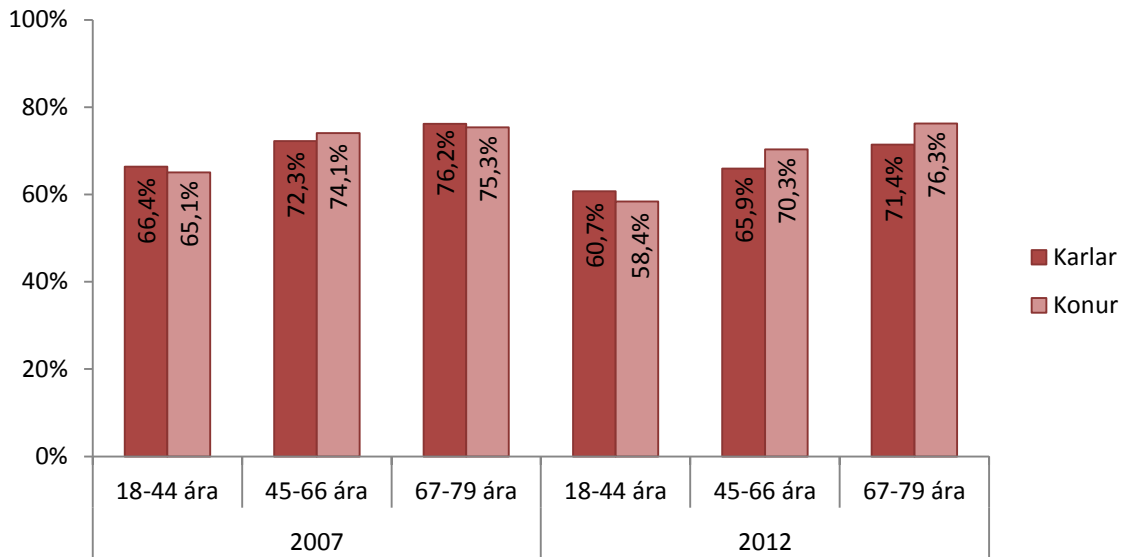
|               | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei        | 6,7%  | 3,5%  | 6,4%   | 3,8%  | 7,1%  | 3,3%  |
| Næstum aldrei | 10,0% | 6,6%  | 8,4%   | 6,1%  | 11,7% | 7,1%  |
| Stundum       | 18,5% | 21,0% | 18,9%  | 21,2% | 18,2% | 20,9% |
| Nokkuð oft    | 38,0% | 42,7% | 37,7%  | 40,3% | 38,4% | 45,2% |
| Mjög oft      | 26,7% | 26,1% | 28,7%  | 28,6% | 24,7% | 23,6% |



**Mynd D130. Hlutfall Íslendinga sem telja sig nokkuð oft eða mjög oft undanfarinn mánuð hafa verið örugg með þær ákvarðanir sem þeir þurftu að taka til að leysa úr persónulegum vandamálum. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D114. Hversu oft undanfarinn mánuð fannst þér að hlutirnir gengju þér í hag? Hlutfallsleg skipting svara.**

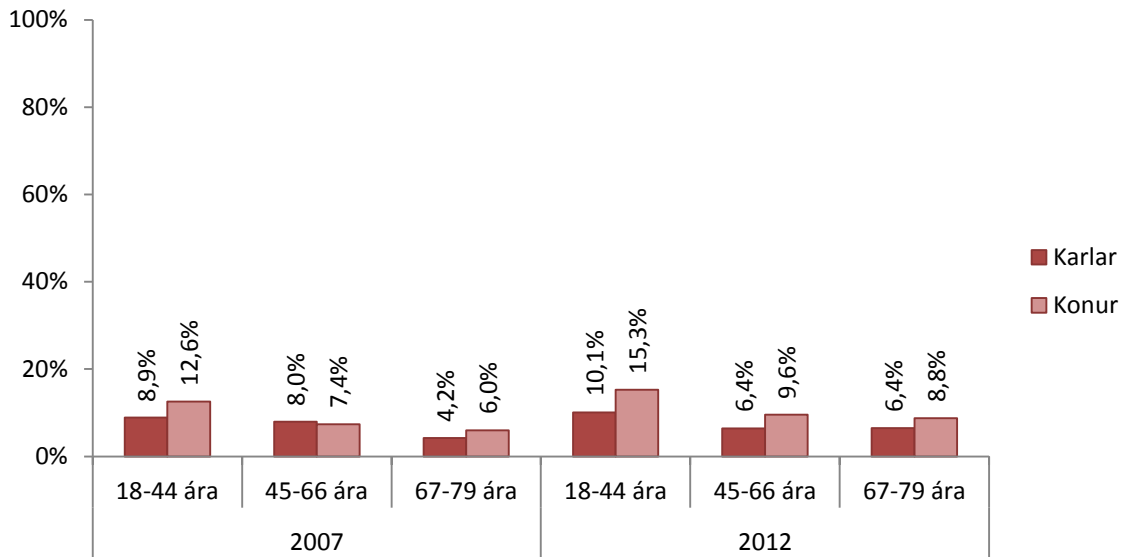
|               | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei        | 1,2%  | 1,1%  | 1,0%   | ,8%   | 1,4%  | 1,4%  |
| Næstum aldrei | 4,9%  | 6,8%  | 4,7%   | 7,1%  | 5,2%  | 6,5%  |
| Stundum       | 24,4% | 27,8% | 24,8%  | 28,3% | 23,9% | 27,3% |
| Nokkuð oft    | 49,1% | 47,5% | 49,9%  | 47,3% | 48,2% | 47,7% |
| Mjög oft      | 20,4% | 16,8% | 19,6%  | 16,5% | 21,3% | 17,1% |



**Mynd D131. Hlutfall Íslendinga sem finnast hlutirnir hafa gengið sér í hag nokkuð oft eða mjög oft undanfarinn mánuð. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D115. Hversu oft undanfarinn mánuð hefur þú upplifað að vandamálin hrönnuðust upp án þess að þú réðir við þau? Hlutfallsleg skipting svara.**

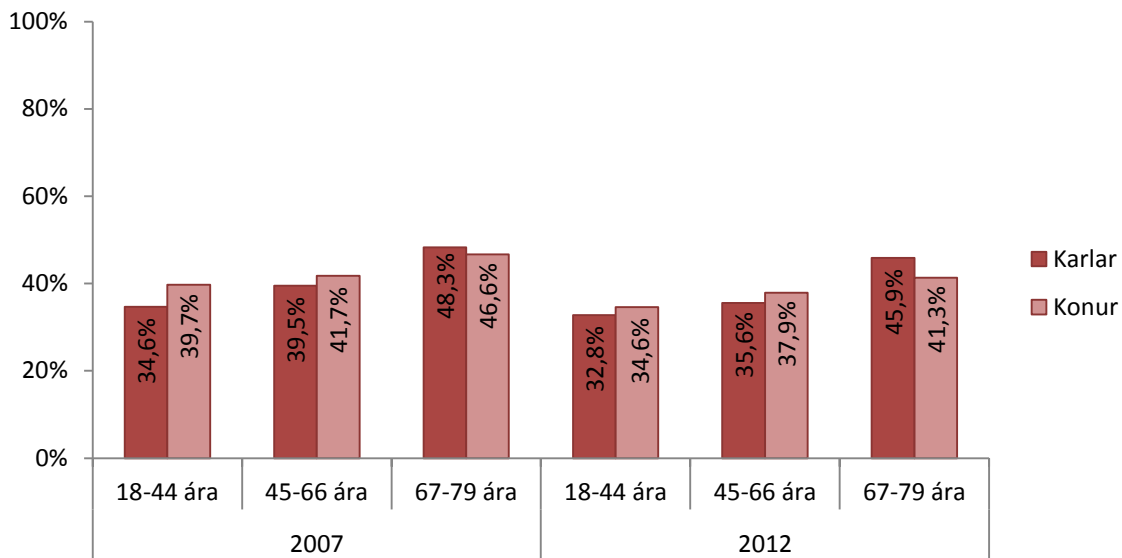
|               | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|---------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei        | 35,1% | 30,6% | 36,6%  | 33,4% | 33,5% | 27,8% |
| Næstum aldrei | 37,8% | 36,3% | 38,4%  | 37,1% | 37,2% | 35,6% |
| Stundum       | 18,1% | 22,7% | 17,0%  | 21,3% | 19,3% | 24,1% |
| Nokkuð oft    | 6,9%  | 7,8%  | 6,6%   | 6,6%  | 7,3%  | 9,0%  |
| Mjög oft      | 2,1%  | 2,6%  | 1,5%   | 1,8%  | 2,7%  | 3,5%  |



**Mynd D132. Hlutfall Íslendinga sem upplifuðu nokkuð oft eða mjög oft undanfarinn mánuð að vandamálin hrönnuðust upp án þess að ráða við þau. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

Tafla D116. Þegar á heildina er litið, hversu hamingjusama(n) telur þú þig vera? Hlutfallsleg skipting svara.

|                                  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|----------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| 1 Mjög óhamingju-<br>söm/ -samur | 0,5%  | 0,3%  | 0,6%   | 0,3%  | 0,4%  | 0,3%  |
| 2                                | 0,6%  | 0,7%  | 0,4%   | 1,0%  | 0,8%  | 0,5%  |
| 3                                | 2,0%  | 1,8%  | 2,3%   | 1,9%  | 1,6%  | 1,6%  |
| 4                                | 2,1%  | 2,2%  | 2,2%   | 2,1%  | 1,9%  | 2,2%  |
| 5                                | 4,6%  | 5,0%  | 4,6%   | 5,1%  | 4,6%  | 4,8%  |
| 6                                | 5,7%  | 7,7%  | 5,1%   | 7,7%  | 6,4%  | 7,7%  |
| 7                                | 13,8% | 15,9% | 13,4%  | 16,1% | 14,3% | 15,6% |
| 8                                | 31,2% | 30,7% | 33,5%  | 31,1% | 28,9% | 30,2% |
| 9                                | 23,3% | 21,2% | 22,9%  | 19,5% | 23,7% | 22,9% |
| 10 Mjög hamingju-<br>söm/- samur | 16,1% | 14,7% | 14,8%  | 15,2% | 17,5% | 14,1% |



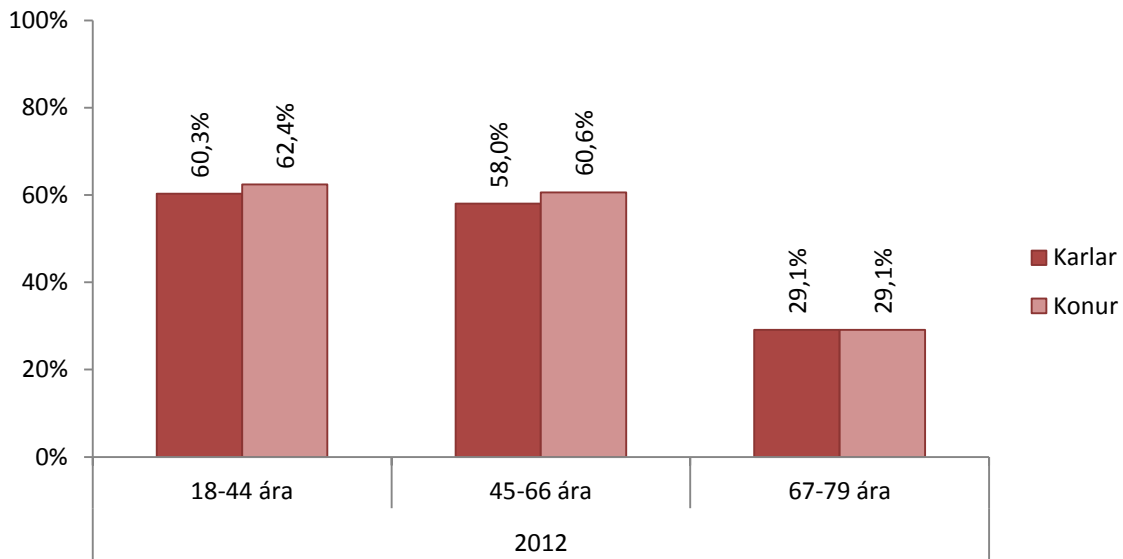
Mynd D133. Hlutfall Íslendinga sem gefur hamingju sinni einkunnina 9 eða 10 á kvarðanum 1 (mjög óhamingjusöm/-samur) til 10 (mjög hamingjusöm/-samur). Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D117. Álag vegna atburða eða aðstæðna sem Íslendingar á vinnumarkaði\* hafa búið við að undanförunu í vinnu.\*\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|                            | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                            | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög mikið                 | —    | 18,4% | —      | 17,3% | —     | 19,8% |
| Frekar mikið               | —    | 40,9% | —      | 40,7% | —     | 41,0% |
| Hvorki mikið né lítið álag | —    | 24,6% | —      | 25,8% | —     | 23,3% |
| Frekar lítið               | —    | 10,4% | —      | 10,1% | —     | 10,8% |
| Mjög lítið                 | —    | 5,7%  | —      | 6,2%  | —     | 5,1%  |

\* Þeir sem svöruðu „á ekki við“ (19,5% allra svara) eru ekki með í greiningunni.

\*\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



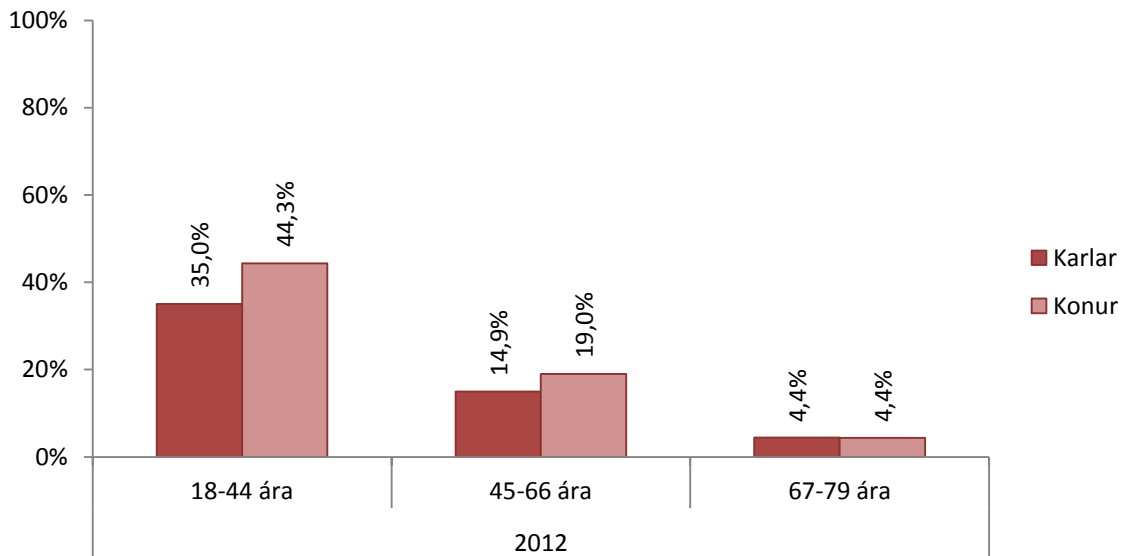
**Mynd D134. Hlutfall Íslendinga á vinnumarkaði sem telur sig hafa orðið fyrir mjög eða frekar miklu álagi vegna atburða eða aðstæðna sem það hefur búið við í vinnu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D118. Álag vegna atburða eða aðstæðna sem Íslendingar í vinnu eða námi\* hafa búið við að undanförunu í að samræma vinnu/nám og einkalíf.\*\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|                            | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|----------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                            | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög mikið                 | —    | 8,3%  | —      | 6,7%  | —     | 9,9%  |
| Frekar mikið               | —    | 21,1% | —      | 19,0% | —     | 23,4% |
| Hvorki mikið né lítið álag | —    | 30,1% | —      | 31,7% | —     | 28,3% |
| Frekar lítið               | —    | 20,7% | —      | 21,3% | —     | 20,0% |
| Mjög lítið                 | —    | 19,8% | —      | 21,2% | —     | 18,3% |

\* Þeir sem svöruðu "á ekki við" (14,9% allra svara) eru ekki með í greiningunni.

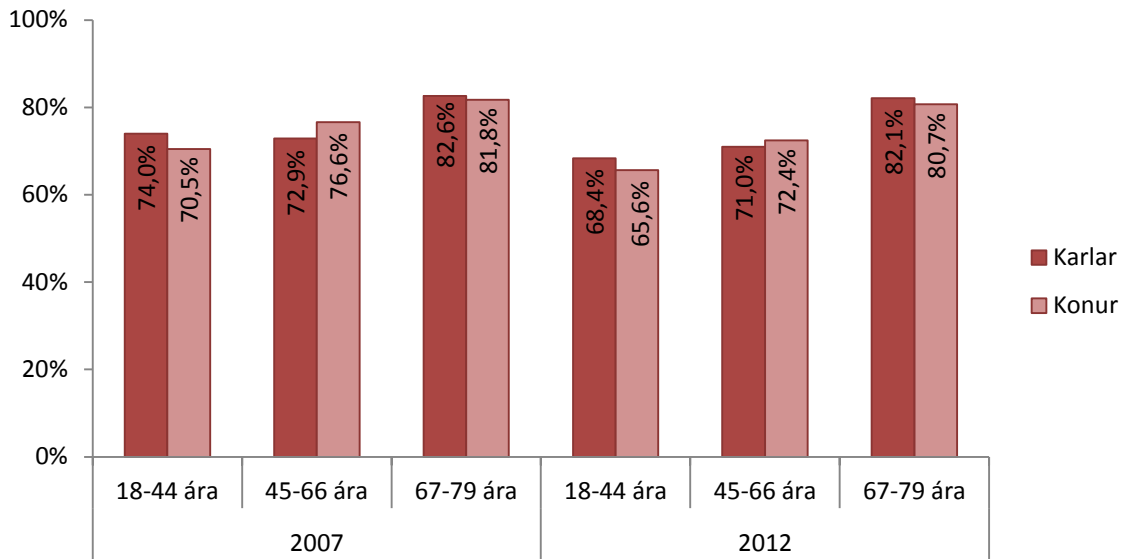
\*\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



**Mynd D135. Hlutfall Íslendinga í vinnu eða námi sem telur sig hafa orðið fyrir mjög eða frekar miklu álagi vegna atburða eða aðstæðna sem það hefur búið við í að samræma vinnu/nám og einkalíf. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

Tafla D119. Undanfarnar 2 vikur var ég glöð/glaður og í góðu skapi. Hlutfallsleg skipting svara.

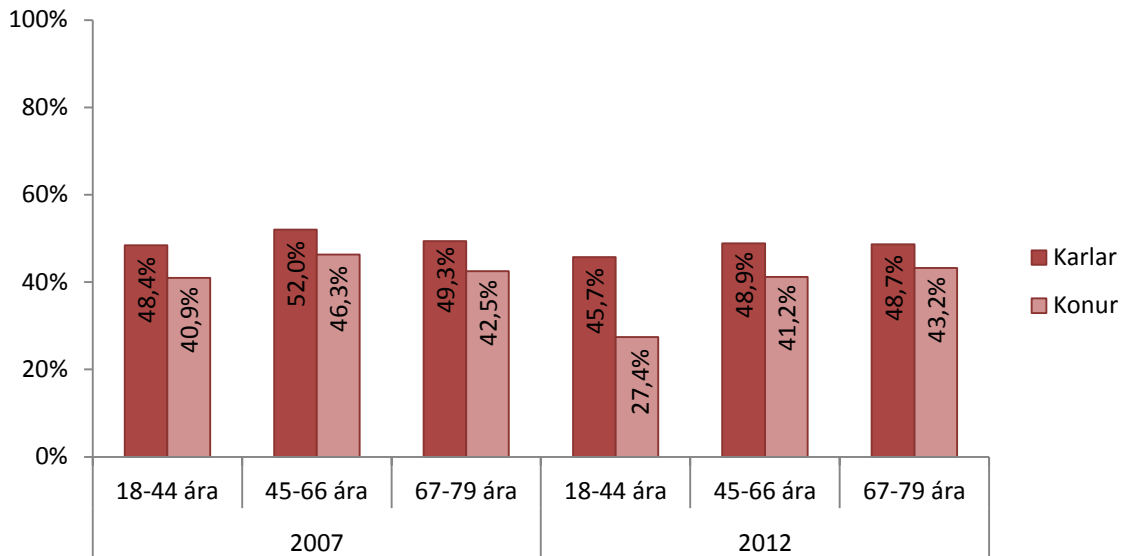
|                        | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                        | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Alltaf                 | 7,6%  | 7,0%  | 8,2%   | 7,8%  | 6,9%  | 6,2%  |
| Oftast                 | 66,6% | 63,3% | 66,3%  | 63,0% | 67,0% | 63,7% |
| Rúmlega helming tímans | 14,7% | 16,3% | 14,3%  | 15,2% | 15,1% | 17,4% |
| Tæplega helming tímans | 5,0%  | 6,2%  | 5,3%   | 6,1%  | 4,6%  | 6,2%  |
| Öðru hvoru             | 5,9%  | 6,8%  | 5,8%   | 7,4%  | 6,0%  | 6,1%  |
| Aldrei                 | 0,2%  | 0,5%  | 0,2%   | 0,6%  | 0,3%  | 0,4%  |



Mynd D136. Hlutfall Íslendinga sem voru alltaf eða oftast glaðir og í góðu skapi undanfarnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.

Tafla D120. Undanfarnar 2 vikur var ég full/ur af orku og krafti. Hlutfallsleg skipting svara.

|                        | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                        | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Alltaf                 | 4,9%  | 4,2%  | 6,2%   | 5,7%  | 3,5%  | 2,8%  |
| Oftast                 | 41,6% | 36,5% | 43,6%  | 41,6% | 39,6% | 31,5% |
| Rúmlega helming tímans | 25,7% | 25,7% | 26,0%  | 23,9% | 25,5% | 27,6% |
| Tæplega helming tímans | 11,6% | 13,7% | 10,5%  | 11,8% | 12,7% | 15,6% |
| Öðru hvoru             | 12,6% | 15,8% | 10,7%  | 13,8% | 14,6% | 17,7% |
| Aldrei                 | 3,6%  | 4,0%  | 3,1%   | 3,3%  | 4,2%  | 4,8%  |

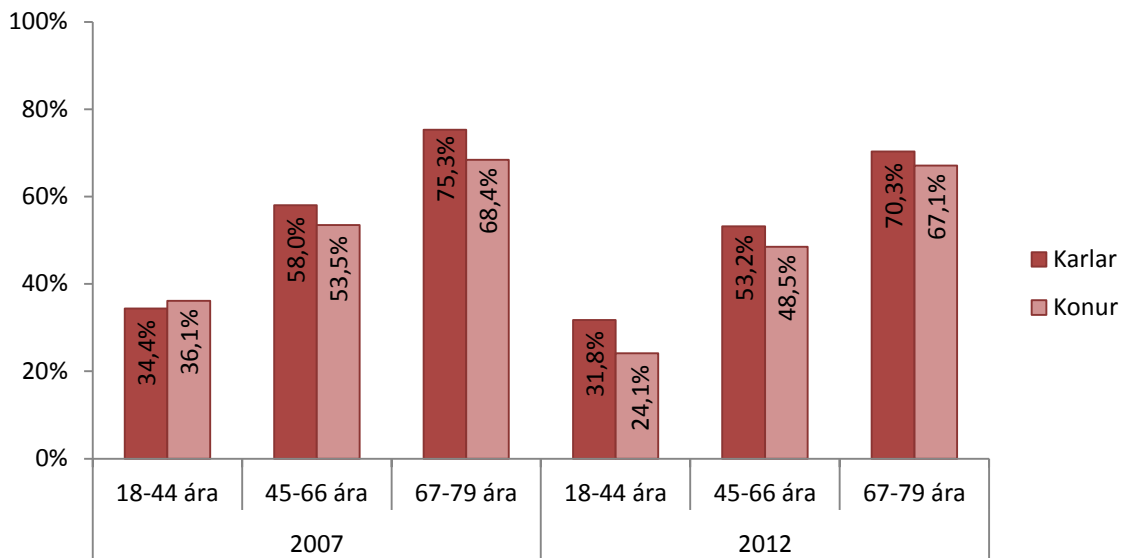


Mynd D137. Hlutfall Íslendinga sem voru alltaf eða oftast fullir af orku og krafti undanfarnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.



**Tafla D121. Undanfarnar 2 vikur leið mér vel og var úthvöld/ur þegar ég vaknaði. Hlutfallsleg skipting svara.**

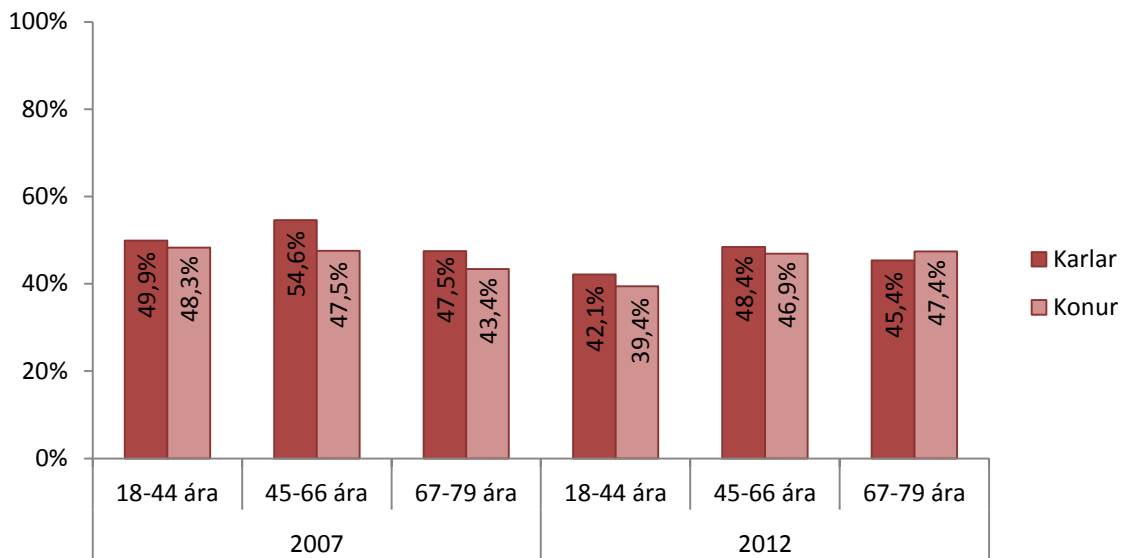
|                        | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                        | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Alltaf                 | 7,5%  | 5,8%  | 7,9%   | 6,4%  | 7,1%  | 5,1%  |
| Oftast                 | 39,1% | 35,2% | 39,2%  | 37,5% | 38,9% | 32,9% |
| Rúmlega helming tímans | 19,7% | 18,6% | 19,6%  | 18,5% | 19,8% | 18,8% |
| Tæplega helming tímans | 12,6% | 14,0% | 13,6%  | 13,3% | 11,7% | 14,8% |
| Öðru hvoru             | 15,5% | 18,5% | 14,9%  | 17,9% | 16,2% | 19,1% |
| Aldrei                 | 5,6%  | 7,9%  | 4,8%   | 6,4%  | 6,4%  | 9,3%  |



**Mynd D138. Hlutfall Íslendinga sem alltaf eða oftast leið vel og voru úthvildir þegar þeir vögnuðu undanfarnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D122. Undanfarnar 2 vikur var margt áhugavert að gerast á hverjum degi. Hlutfallsleg skipting svara.**

|                        | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                        | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Alltaf                 | 8,9%  | 7,5%  | 9,5%   | 7,8%  | 8,2%  | 7,1%  |
| Oftast                 | 40,6% | 36,5% | 41,9%  | 37,0% | 39,2% | 36,0% |
| Rúmlega helming tímans | 19,8% | 19,6% | 19,8%  | 20,2% | 19,8% | 19,1% |
| Tæplega helming tímans | 9,5%  | 10,1% | 9,7%   | 9,8%  | 9,3%  | 10,5% |
| Öðru hvoru             | 18,5% | 23,3% | 16,7%  | 22,5% | 20,4% | 24,2% |
| Aldrei                 | 2,7%  | 2,9%  | 2,4%   | 2,7%  | 3,0%  | 3,2%  |

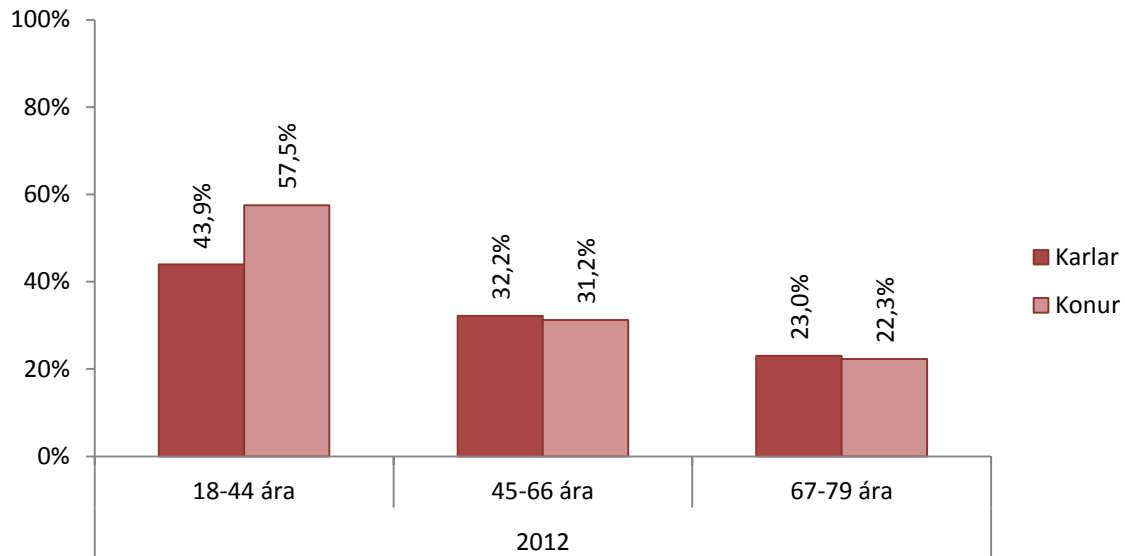


**Mynd D139. Hlutfall Íslendinga sem töldu alltaf eða oftast margt áhugavert að gerast á hverjum degi undanfarnar 2 vikur. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D123. Það var auðvelt að pirra mig eða ergja síðastliðna viku.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|         | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|         | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei  | —    | 18,0% | —      | 21,5% | —     | 14,5% |
| Sjaldan | —    | 41,5% | —      | 41,2% | —     | 41,7% |
| Stundum | —    | 32,1% | —      | 31,3% | —     | 33,0% |
| Oft     | —    | 8,4%  | —      | 6,0%  | —     | 10,7% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

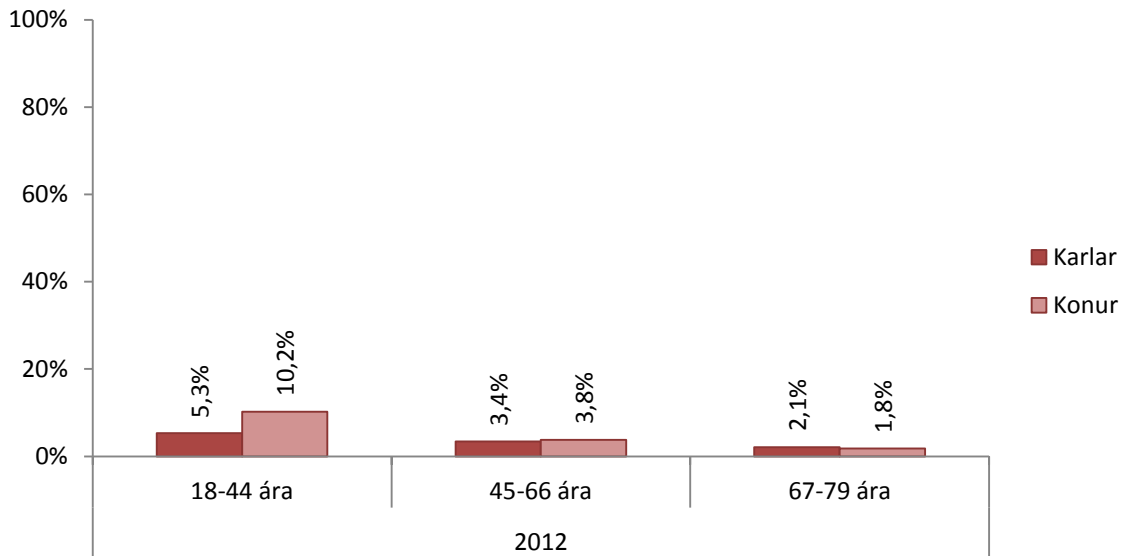


**Mynd D140. Hlutfall Íslendinga sem töldu að stundum eða oft síðastliðna viku hafi verið auðvelt að pirra sig eða ergja. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D124. Ég fékk reiðiköst sem ég gat ekki stjórnað síðastliðna viku.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|         | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|         | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei  | —    | 80,2% | —      | 81,8% | —     | 78,6% |
| Sjaldan | —    | 14,2% | —      | 14,0% | —     | 14,5% |
| Stundum | —    | 4,6%  | —      | 3,6%  | —     | 5,5%  |
| Oft     | —    | 1,0%  | —      | 0,7%  | —     | 1,4%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

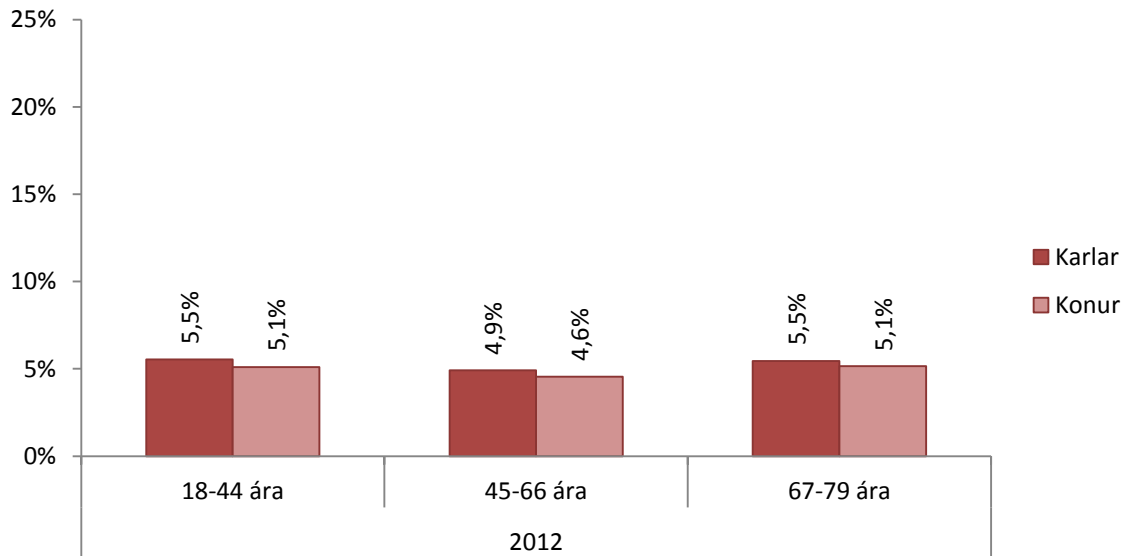


**Mynd D141. Hlutfall Íslendinga sem fengu stundum eða oft síðastliðna viku reiðiköst sem þeir gátu ekki stjórnað. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D125. Ég virtist alls ekki geta fundið fyrir neinum góðum tilfinningum síðustu 7 daga.\*  
Hlutfallsleg skipting svara.**

|  | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Átti alls ekki við mig                               | —    | 77,1% | —      | 78,0% | —     | 76,2% |
| Átti við mig að einhverju leyti eða stundum          | —    | 17,8% | —      | 16,7% | —     | 18,9% |
| Átti töluvert vel við mig eða drjúgan hluta vikunnar | —    | 4,0%  | —      | 4,3%  | —     | 3,8%  |
| Átti mjög vel við mig eða mest allan tímann          | —    | 1,1%  | —      | 1,0%  | —     | 1,1%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

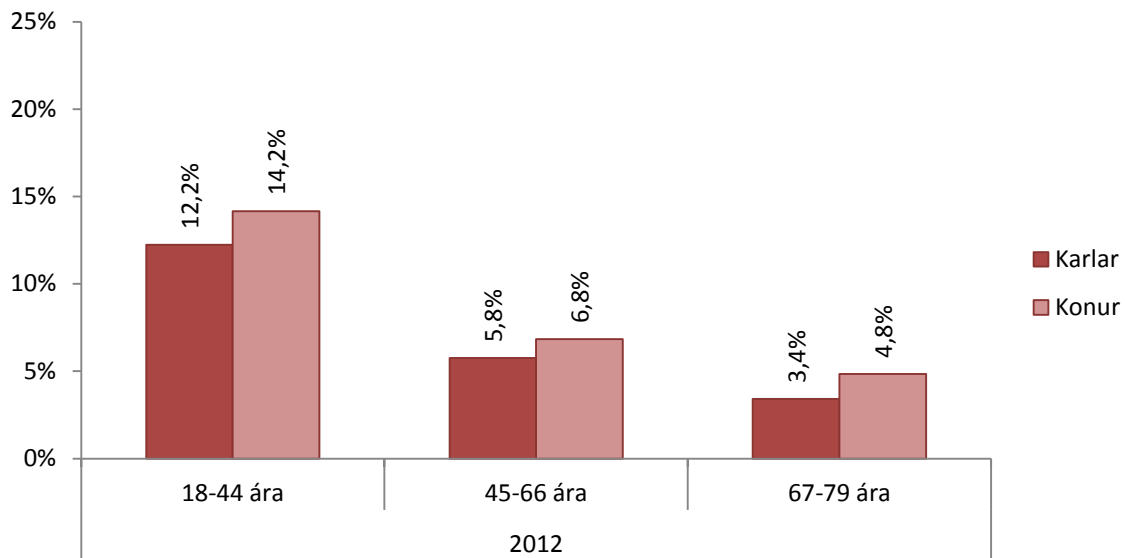


**Mynd D142. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að virðast alls ekki hafa getað fundið fyrir neinum góðum tilfinningum. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D126. Mér fannst erfitt að slappa af síðustu 7 daga.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Átti alls ekki við mig                               | —    | 55,9% | —      | 57,7% | —     | 54,1% |
| Átti við mig að einhverju leyti eða stundum          | —    | 34,5% | —      | 33,5% | —     | 35,5% |
| Átti töluvert vel við mig eða drjúgan hluta vikunnar | —    | 7,2%  | —      | 6,4%  | —     | 7,9%  |
| Átti mjög vel við mig eða mest allan tímann          | —    | 2,5%  | —      | 2,5%  | —     | 2,5%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

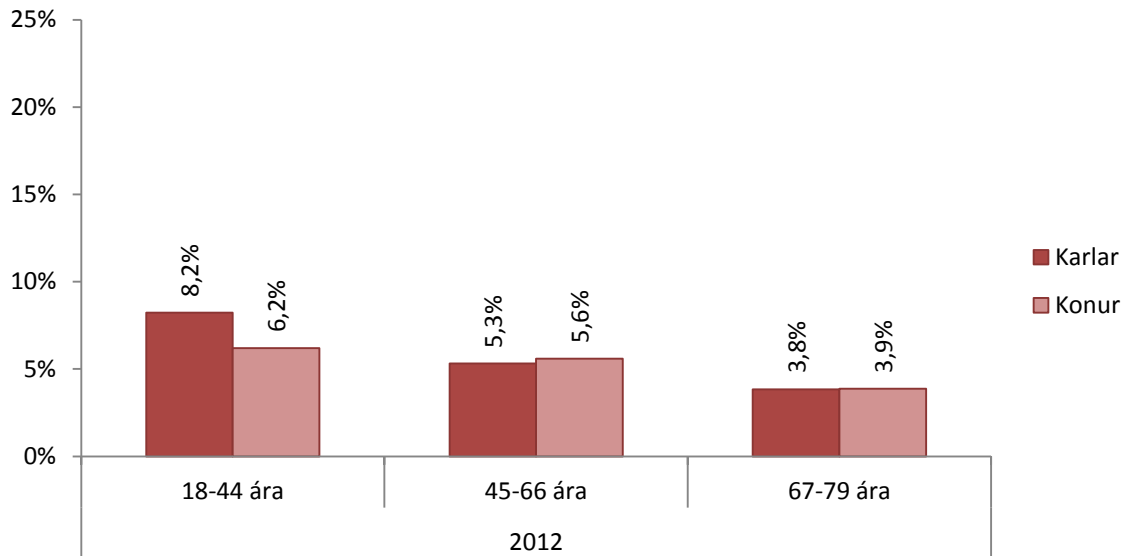


**Mynd D143. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa fundist erfitt að slappa af. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D127. Mér fannst ég ekki geta hlakkað til neins síðustu 7 daga.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Átti alls ekki við mig                               | —    | 76,0% | —      | 75,8% | —     | 76,2% |
| Átti við mig að einhverju leyti eða stundum          | —    | 17,8% | —      | 17,5% | —     | 18,1% |
| Átti töluvert vel við mig eða drjúgan hluta vikunnar | —    | 4,5%  | —      | 4,9%  | —     | 4,0%  |
| Átti mjög vel við mig eða mest allan tímann          | —    | 1,7%  | —      | 1,8%  | —     | 1,7%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

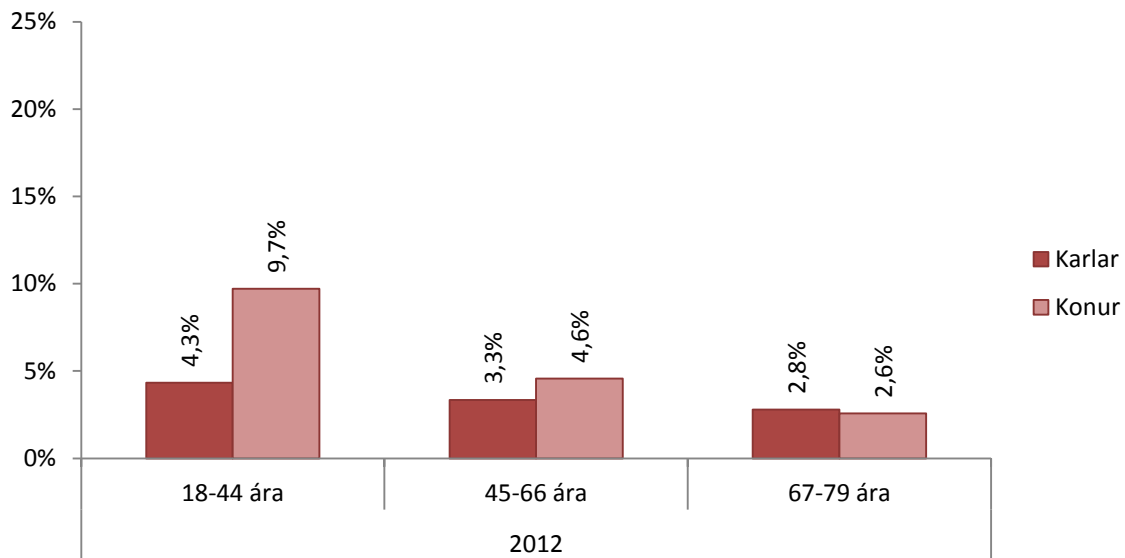


**Mynd D144. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa fundist ekki getað hlakkað til neins. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D128. Mér fannst ég frekar hörundsár síðustu 7 daga.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Átti alls ekki við mig                               | —    | 69,7% | —      | 74,1% | —     | 65,3% |
| Átti við mig að einhverju leyti eða stundum          | —    | 24,9% | —      | 22,1% | —     | 27,7% |
| Átti töluvert vel við mig eða drjúgan hluta vikunnar | —    | 4,1%  | —      | 3,2%  | —     | 5,0%  |
| Átti mjög vel við mig eða mest allan tímann          | —    | 1,3%  | —      | 0,6%  | —     | 2,0%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



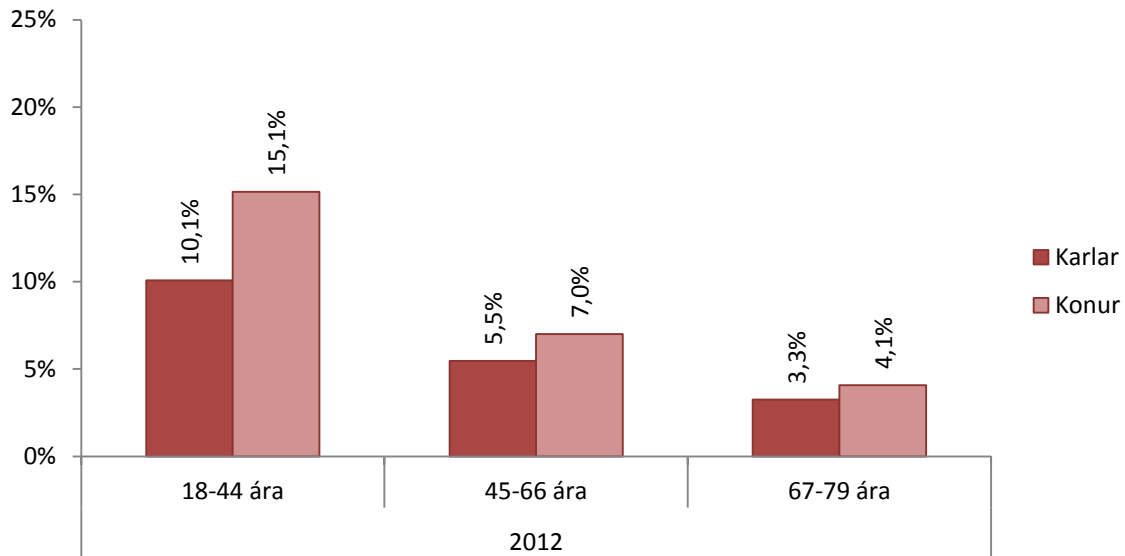
**Mynd D145. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa fundist vera frekar hörundsár. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



Tafla D129. Ég var dapur/döpur og niðurdregin/n síðustu 7 daga.\* Hlutfallsleg skipting svara.

|  | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Átti alls ekki við mig                               | —    | 58,1% | —      | 63,9% | —     | 52,2% |
| Átti við mig að einhverju leyti eða stundum          | —    | 32,6% | —      | 28,4% | —     | 36,9% |
| Átti töluvert vel við mig eða drjúgan hluta vikunnar | —    | 7,1%  | —      | 6,0%  | —     | 8,2%  |
| Átti mjög vel við mig eða mest allan tímann          | —    | 2,2%  | —      | 1,7%  | —     | 2,7%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

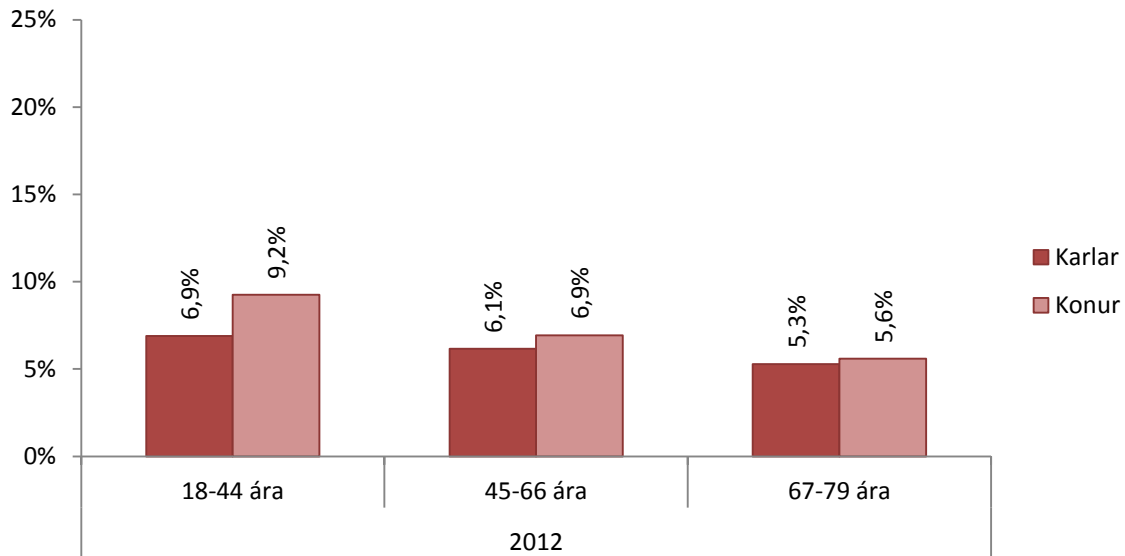


Mynd D146. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa verið dapur eða niðurdreginn. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D130. Ég gat ekki fengið brennandi áhuga á neinu síðustu 7 daga.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Átti alls ekki við mig                               | —    | 71,1% | —      | 69,7% | —     | 72,6% |
| Átti við mig að einhverju leyti eða stundum          | —    | 21,7% | —      | 23,9% | —     | 19,4% |
| Átti töluvert vel við mig eða drjúgan hluta vikunnar | —    | 5,1%  | —      | 4,2%  | —     | 6,0%  |
| Átti mjög vel við mig eða mest allan tímann          | —    | 2,2%  | —      | 2,3%  | —     | 2,0%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

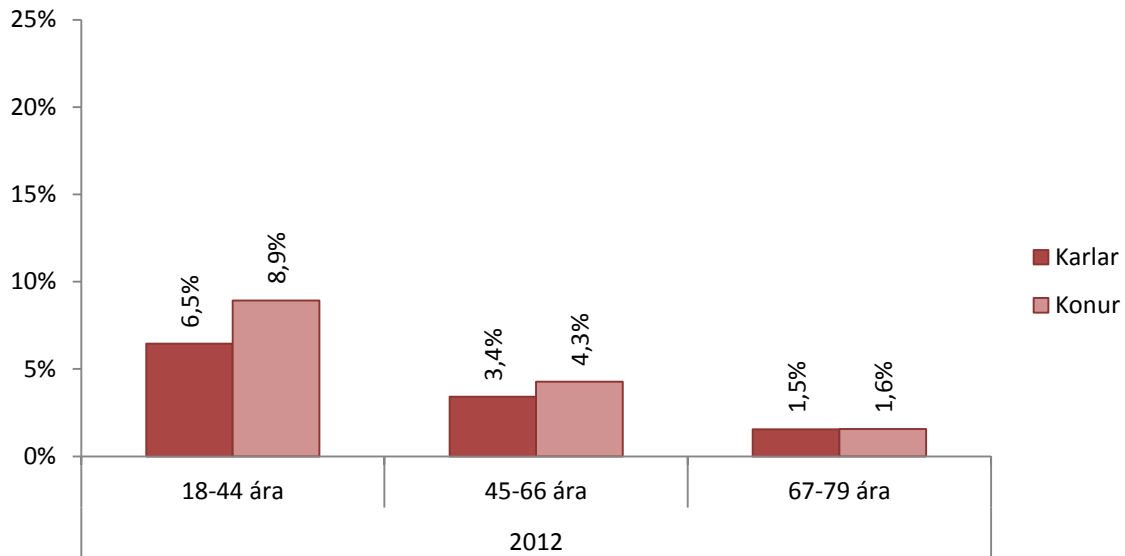


**Mynd D147. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa ekki getað fengið brennandi áhuga á neinu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D131. Ég var ergileg/ur síðustu 7 daga.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Átti alls ekki við mig                               | —    | 50,3% | —      | 52,6% | —     | 48,0% |
| Átti við mig að einhverju leyti eða stundum          | —    | 44,1% | —      | 42,6% | —     | 45,6% |
| Átti töluvert vel við mig eða drjúgan hluta vikunnar | —    | 4,8%  | —      | 4,2%  | —     | 5,3%  |
| Átti mjög vel við mig eða mest allan tímann          | —    | 0,8%  | —      | 0,6%  | —     | 1,1%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

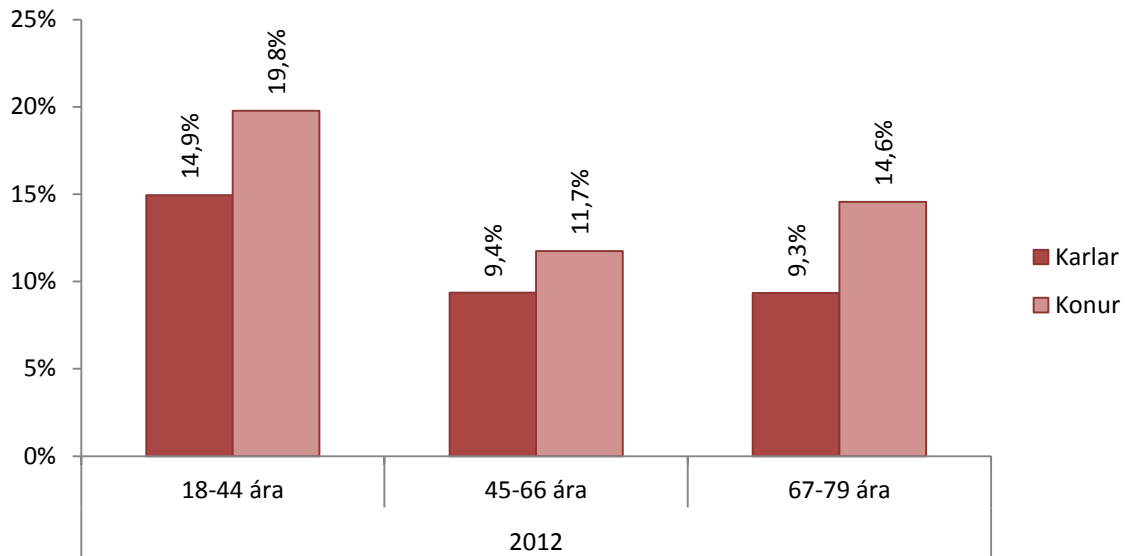


**Mynd D148. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa verið ergilegir. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D132. Mér fannst erfitt að hleypa í mig krafti til að gera hluti síðustu 7 daga.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|  | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|--|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|  | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Átti alls ekki við mig                               | —    | 43,6% | —      | 46,3% | —     | 40,9% |
| Átti við mig að einhverju leyti eða stundum          | —    | 42,2% | —      | 41,4% | —     | 42,9% |
| Átti töluvert vel við mig eða drjúgan hluta vikunnar | —    | 10,2% | —      | 9,0%  | —     | 11,4% |
| Átti mjög vel við mig eða mest allan tímann          | —    | 4,0%  | —      | 3,3%  | —     | 4,8%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

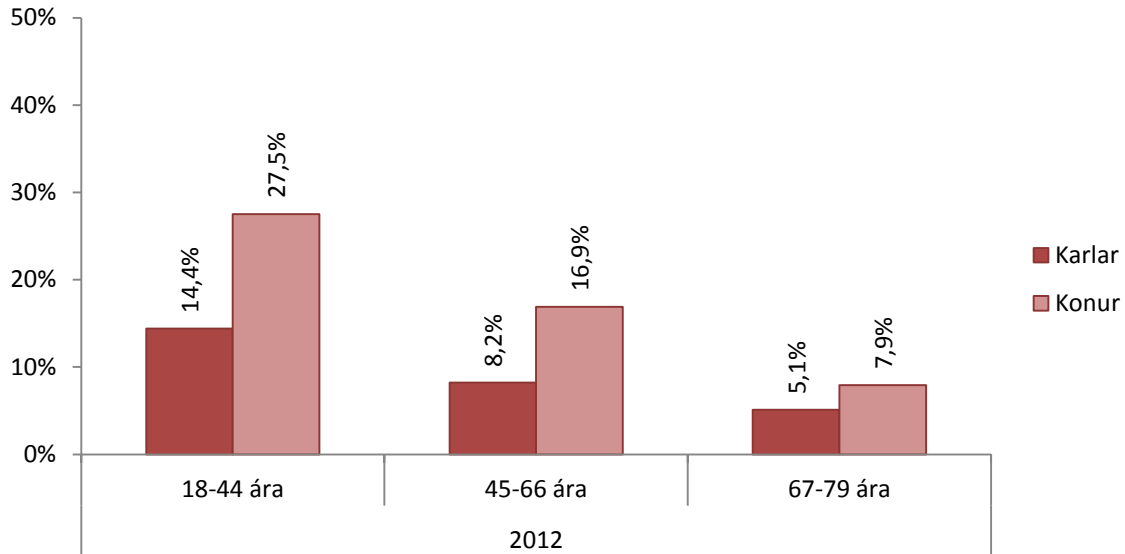


**Mynd D149. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa átt mjög eða töluvert vel við um sig síðustu 7 daga að hafa fundist erfitt að hleypa í sig krafti til að gera hluti. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

Tafla D133. Ég er ánægð/ur með útlit mitt eins og það er.\* Hlutfallsleg skipting svara.

|                            | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                            | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög sammála               | —    | 14,3% | —      | 19,9% | —     | 8,6%  |
| Frekar sammála             | —    | 48,8% | —      | 49,4% | —     | 48,2% |
| Hvorki sammála né ósammála | —    | 20,7% | —      | 19,5% | —     | 21,8% |
| Frekar ósammála            | —    | 13,1% | —      | 9,4%  | —     | 16,7% |
| Mjög ósammála              | —    | 3,1%  | —      | 1,6%  | —     | 4,6%  |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

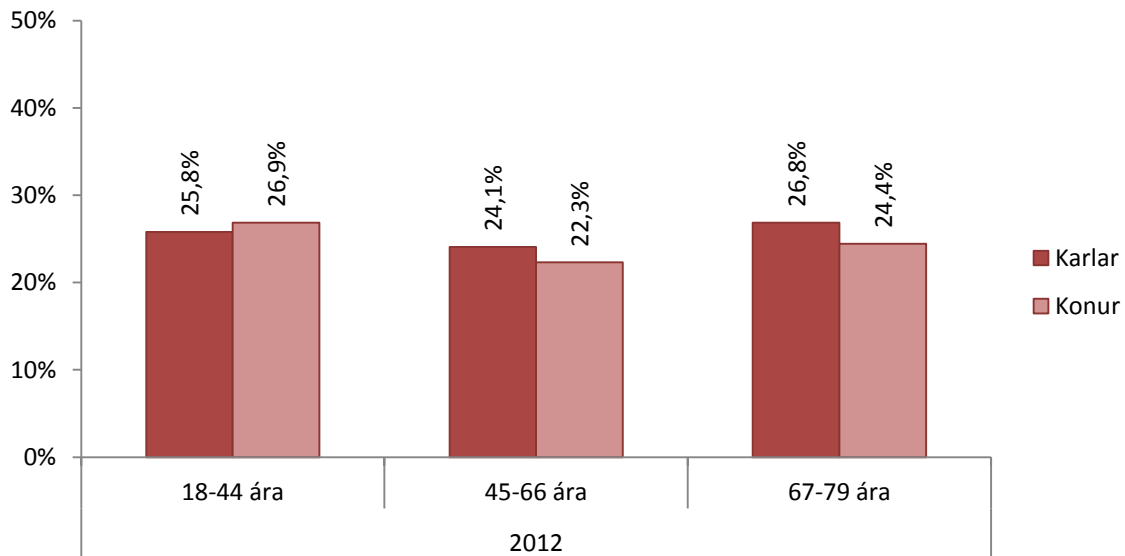


Mynd D150. Hlutfall Íslendinga sem eru frekar eða mjög ósammála fullyrðingunni „Ég er ánægð/ur með útlit mitt eins og það er“. Greint eftir ári, aldri og kyni.

Tafla D134. Ég er óánægð/ur með líkamsbyggingu mína.\* Hlutfallsleg skipting svara.

|                            | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                            | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög sammála               | —    | 5,6%  | —      | 5,6%  | —     | 5,5%  |
| Frekar sammála             | —    | 19,5% | —      | 19,7% | —     | 19,4% |
| Hvorki sammála né ósammála | —    | 25,5% | —      | 23,8% | —     | 27,2% |
| Frekar ósammála            | —    | 31,5% | —      | 30,9% | —     | 32,1% |
| Mjög ósammála              | —    | 17,9% | —      | 20,0% | —     | 15,8% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

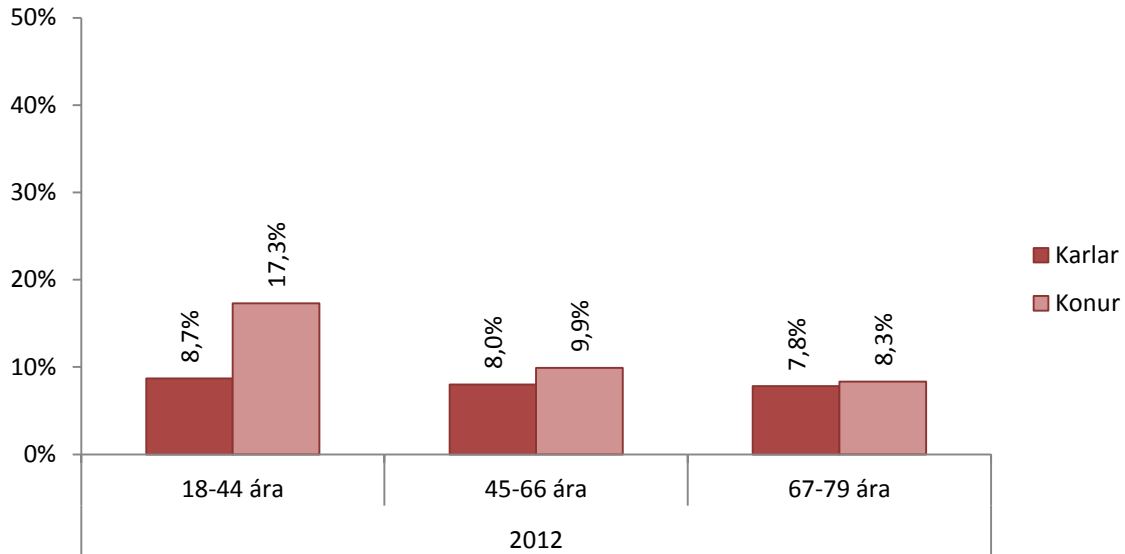


Mynd D151. Hlutfall Íslendinga sem eru frekar eða mjög sammála fullyrðingunni „Ég er óánægð/ur með líkamsbyggingu mína“. Greint eftir ári, aldri og kyni.

Tafla D135. Ég er líkamlega óaðlaðandi.\* Hlutfallsleg skipting svara.

|                            | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|----------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                            | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög sammála               | —    | 3,3%  | —      | 2,0%  | —     | 4,6%  |
| Frekar sammála             | —    | 7,7%  | —      | 6,4%  | —     | 9,0%  |
| Hvorki sammála né ósammála | —    | 24,1% | —      | 22,6% | —     | 25,6% |
| Frekar ósammála            | —    | 28,8% | —      | 28,6% | —     | 29,0% |
| Mjög ósammála              | —    | 36,2% | —      | 40,5% | —     | 31,8% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

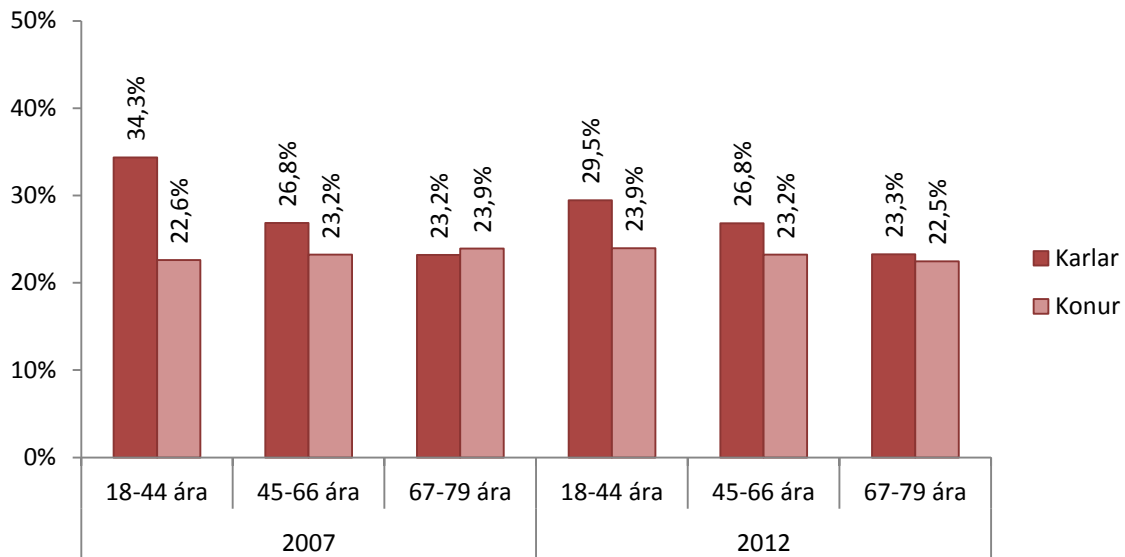


Mynd D152. Hlutfall Íslendinga sem eru frekar eða mjög sammála fullyrðingunni „Ég er líkamlega óaðlaðandi“. Greint eftir ári, aldri og kyni.

## Svefn

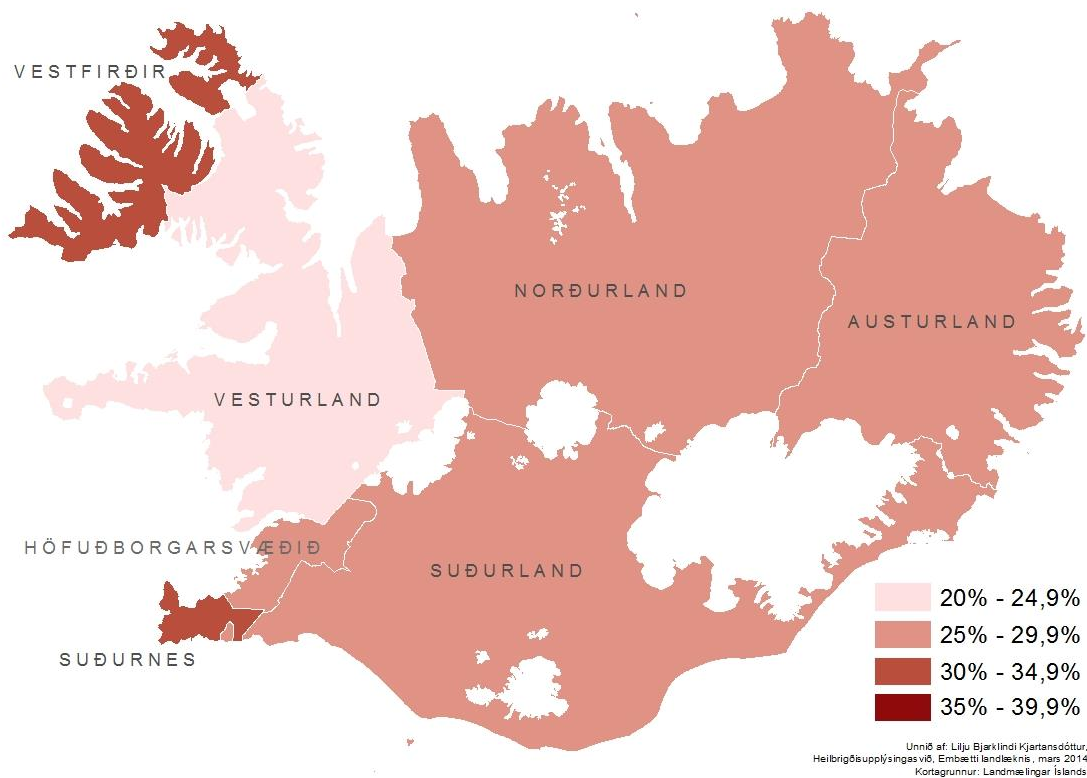
Tafla D136. Hversu margar klukkustundir sefur þú að jafnaði á nóttu? Hlutfallsleg skipting svara.

|                  | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                  | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Minna en 5 klst. | 1,9%  | 2,0%  | 2,3%   | 2,0%  | 1,5%  | 2,0%  |
| 5 klst.          | 4,8%  | 4,8%  | 5,2%   | 5,1%  | 4,3%  | 4,5%  |
| 6 klst.          | 20,1% | 18,9% | 23,0%  | 20,8% | 17,1% | 17,1% |
| 7 klst.          | 43,2% | 44,2% | 44,8%  | 45,6% | 41,4% | 42,8% |
| 8 klst.          | 23,8% | 24,8% | 20,4%  | 22,1% | 27,4% | 27,5% |
| 9 klst.          | 4,5%  | 4,2%  | 3,1%   | 3,5%  | 6,0%  | 4,8%  |
| 10 klst.         | 1,3%  | 0,9%  | 0,8%   | 0,7%  | 1,9%  | 1,2%  |
| Meira en 10 klst | 0,4%  | 0,3%  | 0,4%   | 0,3%  | 0,4%  | 0,2%  |

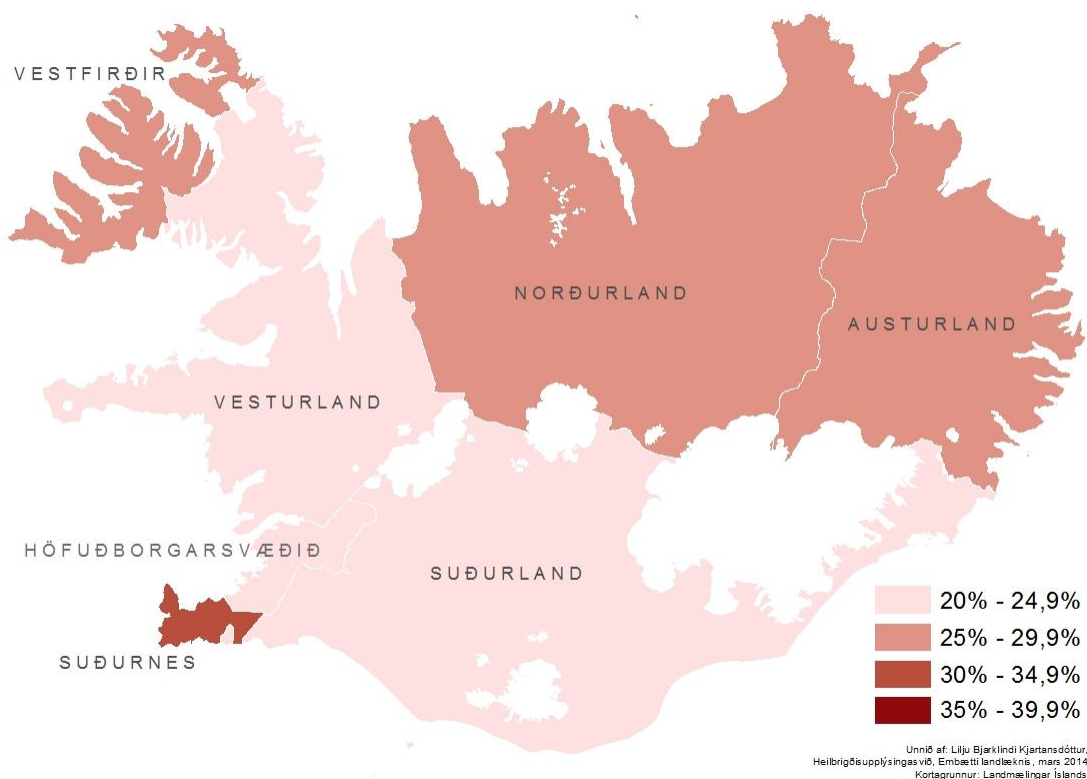


Mynd D153. Hlutfall Íslendinga sem sofa að jafnaði 6 klukkustundir eða minna á nóttu. Greint eftir ári, aldri og kyni.





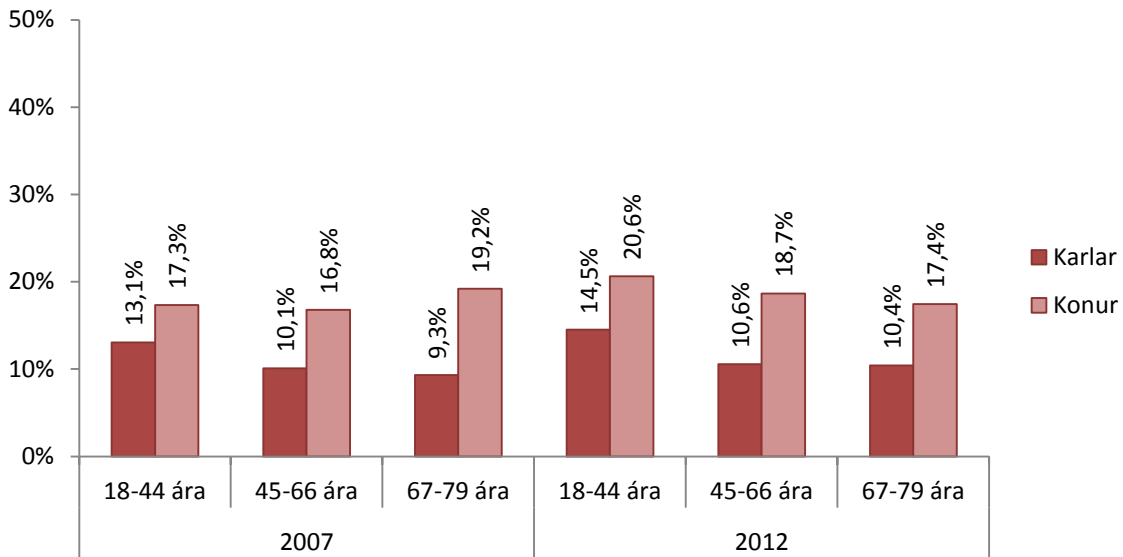
**Mynd D154. Hlutfall Íslendinga sem sofa að jafnaði 6 klukkustundir eða minna á nóttu árið 2007, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.**



**Mynd D155. Hlutfall Íslendinga sem sofa að jafnaði 6 klukkustundir eða minna á nóttu árið 2012, eftir heilbrigðisumdæmunum sjö.**

**Tafla D137. Hversu oft á síðustu 3 mánuðum hefur þú átt erfitt með að sofna? Hlutfallsleg skipting svara.**

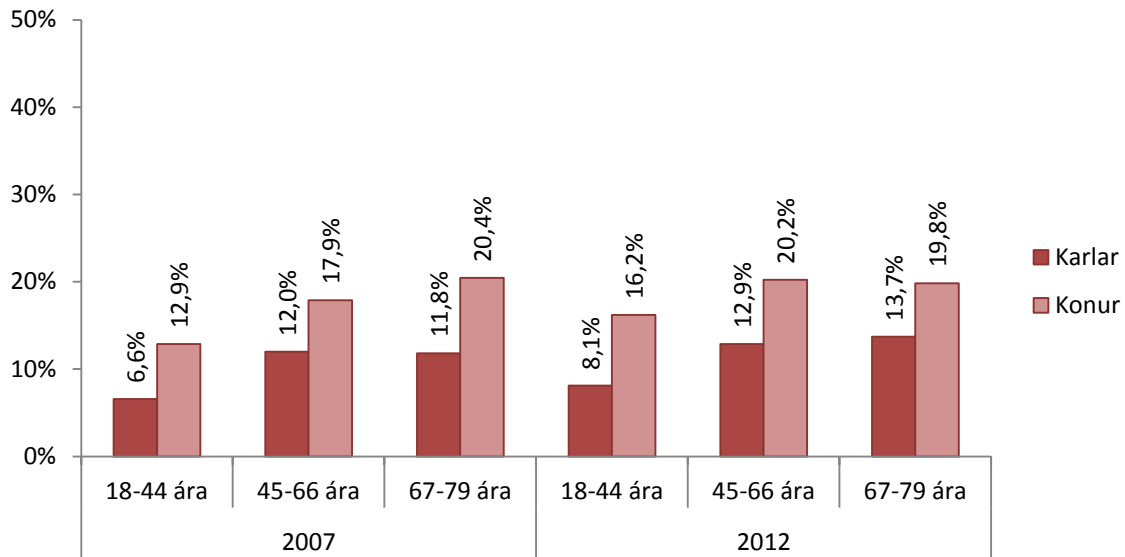
|                       | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-----------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                       | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei                | 23,6% | 21,2% | 26,8%  | 24,5% | 20,4% | 17,9% |
| Sjaldan               | 37,0% | 37,5% | 37,3%  | 38,2% | 36,7% | 36,9% |
| Stundum               | 24,9% | 25,2% | 24,3%  | 24,7% | 25,6% | 25,7% |
| Oft                   | 12,2% | 13,1% | 10,1%  | 10,3% | 14,4% | 15,8% |
| Alltaf/á hverri nóttu | 2,2%  | 3,0%  | 1,5%   | 2,3%  | 2,9%  | 3,7%  |



**Mynd D156. Hlutfall Íslendinga sem hafa oft eða alltaf (á hverri nóttu) á síðustu 3 mánuðum átt erfitt með að sofna. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D138. Hversu oft á síðustu 3 mánuðum hefur þú vaknað eftir að hafa fest svefn og átt erfitt með að sofna aftur? Hlutfallsleg skipting svara.**

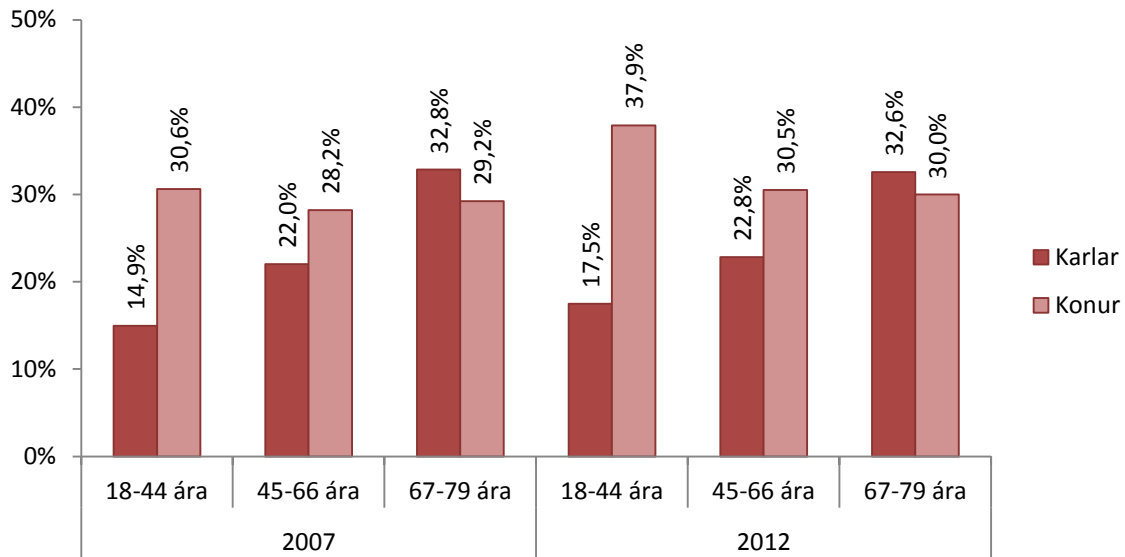
|                       | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-----------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                       | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei                | 26,2% | 23,7% | 29,6%  | 27,9% | 22,6% | 19,4% |
| Sjaldan               | 36,6% | 35,1% | 37,4%  | 36,0% | 35,7% | 34,3% |
| Stundum               | 25,0% | 26,9% | 23,9%  | 25,6% | 26,2% | 28,2% |
| Oft                   | 10,9% | 12,3% | 8,1%   | 9,2%  | 13,8% | 15,5% |
| Alltaf/á hverri nóttu | 1,3%  | 2,0%  | 1,0%   | 1,3%  | 1,7%  | 2,6%  |



**Mynd D157. Hlutfall Íslendinga sem hafa oft eða alltaf (á hverri nóttu) á síðustu 3 mánuðum vaknað eftir að hafa fest svefn og átt erfitt með að sofna aftur. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D139. Hversu oft á síðustu 3 mánuðum hefur þú vaknað nokkrum sinnum á nóttu? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                       | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-----------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                       | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Aldrei                | 16,0% | 13,4% | 19,4%  | 15,3% | 12,5% | 11,4% |
| Sjaldan               | 29,8% | 28,6% | 32,2%  | 32,1% | 27,4% | 25,1% |
| Stundum               | 29,7% | 30,4% | 29,0%  | 31,5% | 30,5% | 29,2% |
| Oft                   | 17,8% | 19,3% | 14,8%  | 15,2% | 20,8% | 23,5% |
| Alltaf/á hverri nóttu | 6,6%  | 8,3%  | 4,5%   | 5,9%  | 8,8%  | 10,8% |



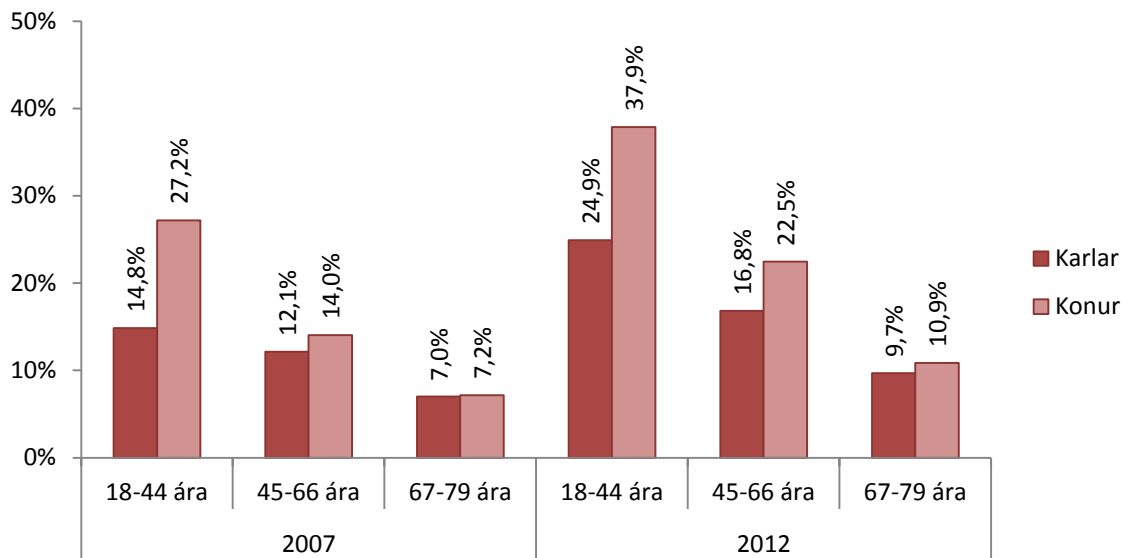
**Mynd D158. Hlutfall Íslendinga sem hafa oft eða alltaf (á hverri nóttu) á síðustu 3 mánuðum vaknað nokkrum sinnum á nóttu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

## Sól og sólböð

Tafla D140. Hversu oft hefur þú sólbrunnið í sólbaði á Íslandi síðustu 12 mánuði? Hlutfallsleg skipting svara.

|                    | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|--------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                    | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| 1-3 skipti         | 15,2% | 22,9% | 12,0%  | 18,9% | 18,5% | 26,8% |
| 4-10 skipti        | 1,2%  | 1,5%  | 0,9%   | 1,2%  | 1,5%  | 1,8%  |
| 11-30 skipti       | 0,2%  | 0,2%  | 0,1%   | 0,0%  | 0,2%  | 0,3%  |
| Oftar en 30 skipti | 0,0%  | 0,1%  | 0,0%   | 0,1%  | 0,0%  | 0,2%  |
| Aldrei             | 82,8% | 75,1% | 86,3%  | 79,4% | 79,1% | 70,7% |
| Aldrei (spágildi)* | 0,6%  | 0,2%  | 0,6%   | 0,3%  | 0,6%  | 0,2%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

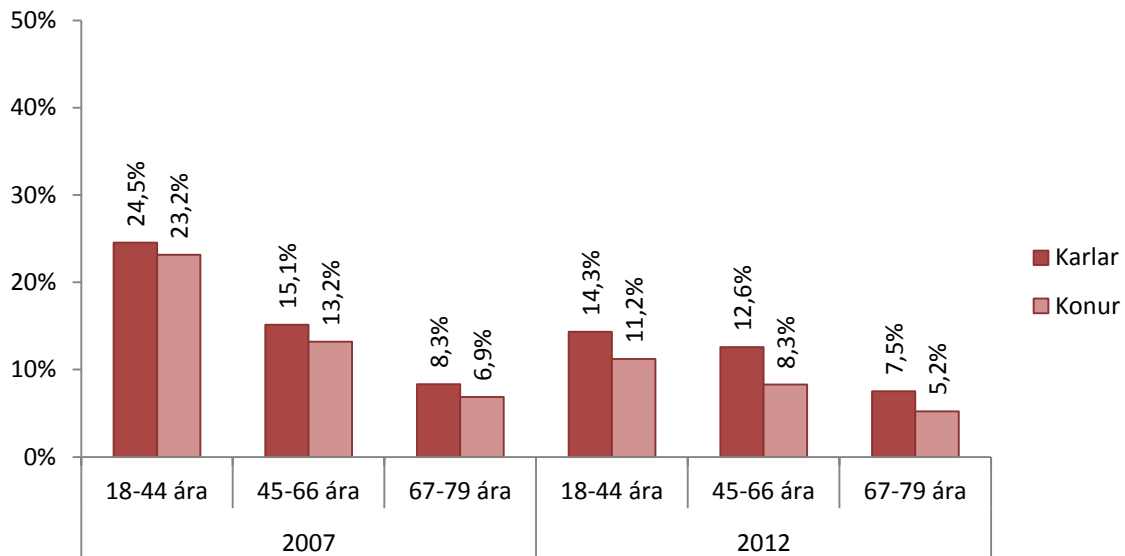


Mynd D159. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma sólbrunnið í sólbaði á Íslandi síðustu 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D141. Hversu oft hefur þú sólbrunnið í sólarlandaferð síðustu 12 mánuði? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                    | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|--------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                    | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| 1-3 skipti         | 17,0% | 10,0% | 17,9%  | 11,6% | 16,1% | 8,4%  |
| 4-10 skipti        | 1,4%  | 1,1%  | 1,3%   | 1,1%  | 1,5%  | 1,0%  |
| 11-30 skipti       | 0,2%  | 0,1%  | 0,2%   | 0,1%  | 0,2%  | 0,1%  |
| Oftar en 30 skipti | 0,1%  | 0,1%  | 0,2%   | 0,1%  | 0,1%  | 0,0%  |
| Aldrei             | 80,4% | 88,0% | 79,7%  | 86,3% | 81,2% | 89,8% |
| Aldrei (spágildi)* | 0,8%  | 0,7%  | 0,8%   | 0,7%  | 0,9%  | 0,8%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

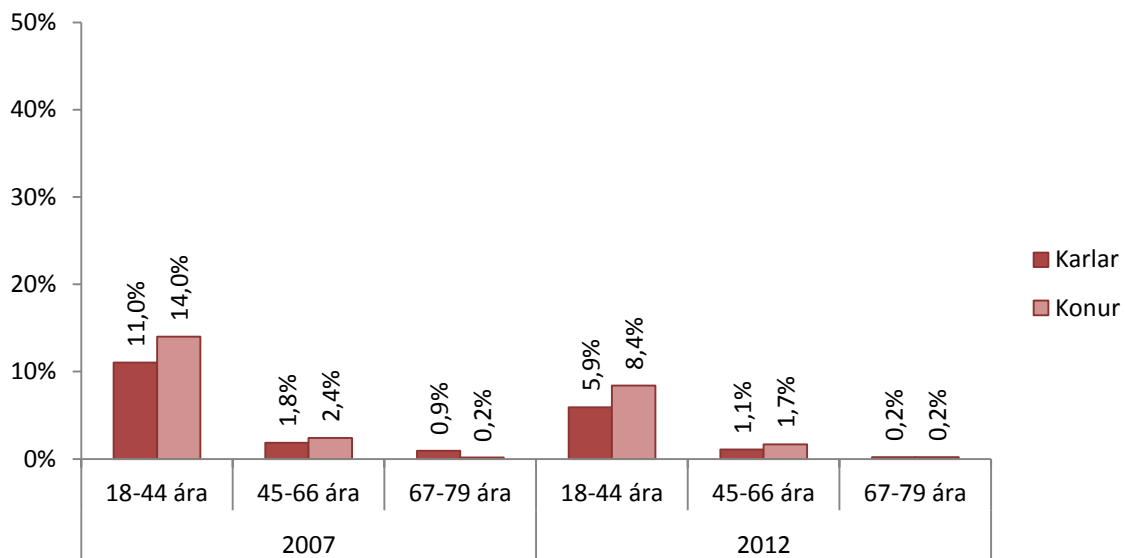


**Mynd D160. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma sólbrunnið í sólarlandaferð síðustu 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D142. Hversu oft hefur þú sólbrunnið í ljósum (ljósalömpum eða ljósabekkjum) síðustu 12 mánuði? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                    | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|--------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                    | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| 1-3 skipti         | 7,0%  | 3,8%  | 6,1%   | 3,1%  | 7,9%  | 4,5%  |
| 4-10 skipti        | 0,5%  | 0,4%  | 0,5%   | 0,3%  | 0,4%  | 0,4%  |
| 11-30 skipti       | 0,1%  | 0,1%  | 0,1%   | 0,1%  | 0,1%  | 0,1%  |
| Oftar en 30 skipti | 0,1%  | 0,0%  | 0,2%   | 0,0%  | 0,0%  | 0,0%  |
| Aldrei             | 91,3% | 94,8% | 92,3%  | 95,6% | 90,2% | 94,1% |
| Aldrei (spágildi)* | 1,2%  | 0,9%  | 0,9%   | 0,9%  | 1,4%  | 0,9%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

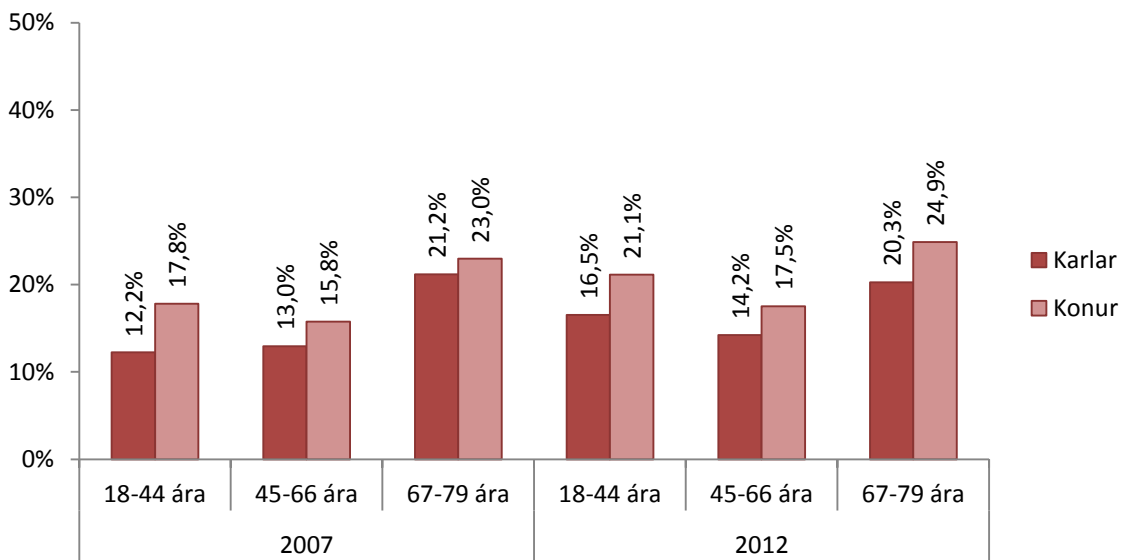


**Mynd D161. Hlutfall Íslendinga sem hafa einhvern tíma sólbrunnið í ljósum (ljósalömpum eða ljósabekkjum) síðustu 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

## Tekjur og fjárhagsleg staða

Tafla D143. Hversu vel eða illa fjárhagslega stæð telur þú að fjölskylda þín sé miðað við aðrar fjölskyldur á Íslandi? Hlutfallsleg skipting svara.

|                     | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                     | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Miklu betur stæð    | 1,5%  | 1,4%  | 1,6%   | 1,8%  | 1,4%  | 0,9%  |
| Töluvert betur stæð | 11,5% | 11,5% | 13,6%  | 12,7% | 9,3%  | 10,3% |
| Svolítið betur stæð | 22,5% | 23,1% | 24,5%  | 24,7% | 20,5% | 21,6% |
| Álíka vel stæð      | 49,1% | 45,9% | 47,0%  | 44,8% | 51,2% | 47,0% |
| Svolítið verr stæð  | 10,4% | 11,9% | 8,7%   | 10,2% | 12,2% | 13,7% |
| Töluvert verr stæð  | 3,7%  | 5,0%  | 3,0%   | 4,7%  | 4,4%  | 5,4%  |
| Miklu verr stæð     | 1,3%  | 1,1%  | 1,6%   | 1,1%  | 1,0%  | 1,2%  |

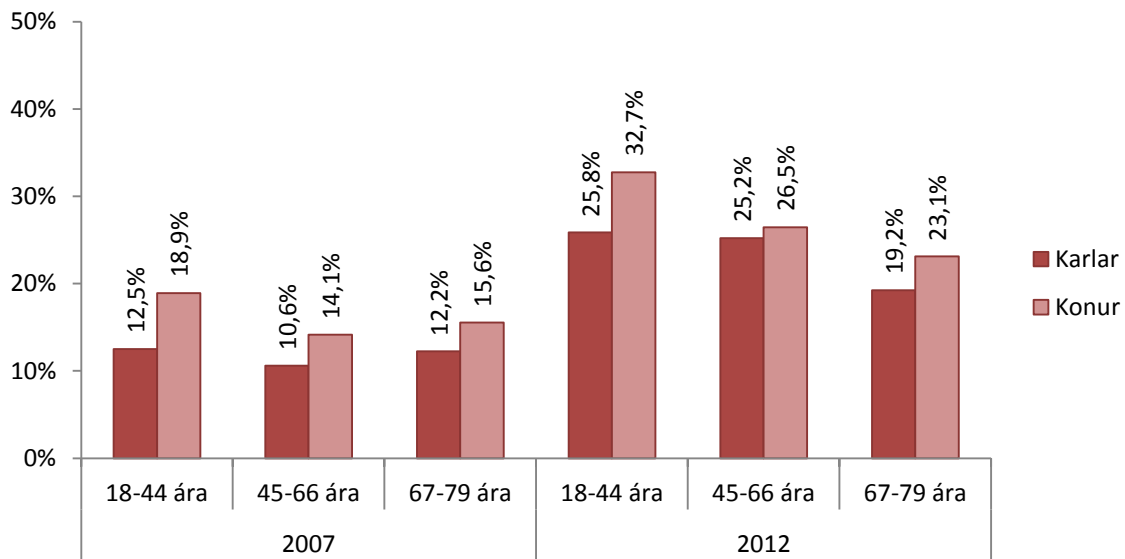


Mynd D162. Hlutfall Íslendinga sem telja fjölskyldu sína verr fjárhagslega stæða miðað við aðrar fjölskyldur á Íslandi. Greint eftir ári, aldri og kyni.



**Tafla D144. Hversu auðvelt eða erfitt hefur það verið fyrir þig og fjölskyldu þína (ef við á) að ná endum saman fjárhagslega undanfarna 12 mánuði (svo sem að borga fyrir mat, húsnæði og reikninga)? Hlutfallsleg skipting svara.**

|                          | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|--------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                          | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög auðvelt             | 30,9% | 18,5% | 34,7%  | 20,5% | 27,0% | 16,5% |
| Frekar auðvelt           | 28,3% | 23,3% | 28,1%  | 24,9% | 28,6% | 21,6% |
| Hvorki auðvelt né erfitt | 26,5% | 31,1% | 25,4%  | 29,7% | 27,6% | 32,5% |
| Frekar erfitt            | 11,7% | 21,1% | 9,9%   | 20,1% | 13,6% | 22,1% |
| Mjög erfitt              | 2,6%  | 6,0%  | 1,9%   | 4,8%  | 3,2%  | 7,2%  |



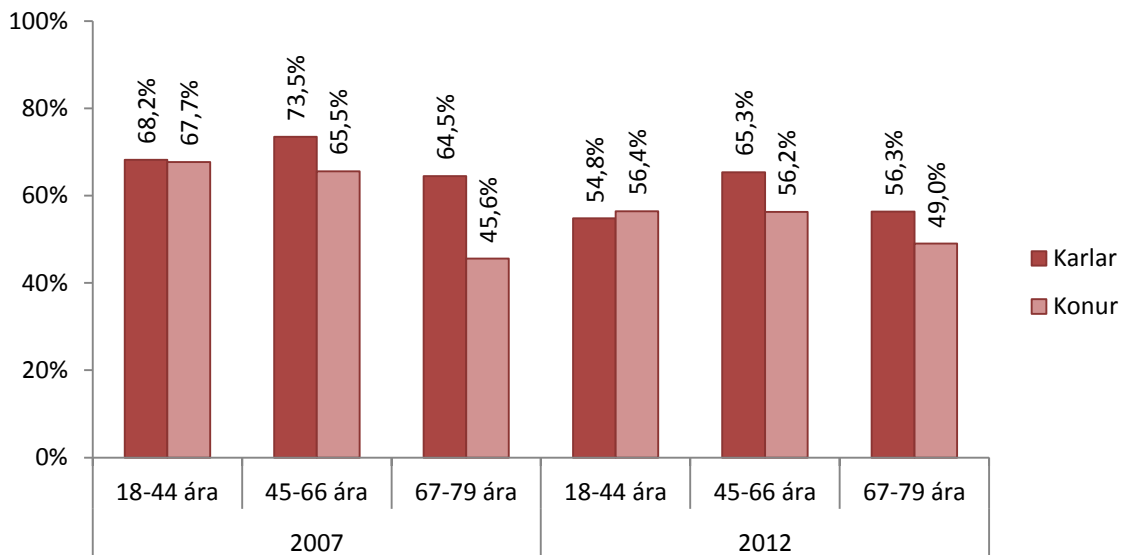
**Mynd D163. Hlutfall Íslendinga sem telja það hafa verið frekar eða mjög erfitt fyrir sig og fjölskyldu sína (ef við á) að ná endum saman fjárhagslega undanfarna 12 mánuði. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

## Atvinna og menntun

**Tafla D145. Hvernig hefur þú ferðast til vinnu (eða skóla) undanfarna 30 daga? – Akandi í einkabíl eða vinnubíl. Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla.**

|                               | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nær daglega                   | 68,2% | 57,7% | 70,0%  | 59,0% | 66,2% | 56,2% |
| 3-4 sinnum í viku             | 7,8%  | 10,4% | 7,5%   | 10,5% | 8,2%  | 10,2% |
| 1-2 sinnum í viku             | 5,6%  | 8,5%  | 5,2%   | 7,4%  | 6,2%  | 9,8%  |
| 1-3 sinnum á síðustu 30 dögum | 4,9%  | 7,3%  | 4,8%   | 7,7%  | 4,9%  | 6,9%  |
| Aldrei                        | 7,9%  | 9,5%  | 7,0%   | 8,6%  | 8,9%  | 10,4% |
| Aldrei (spágildi)*            | 5,5%  | 6,7%  | 5,5%   | 6,8%  | 5,6%  | 6,5%  |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

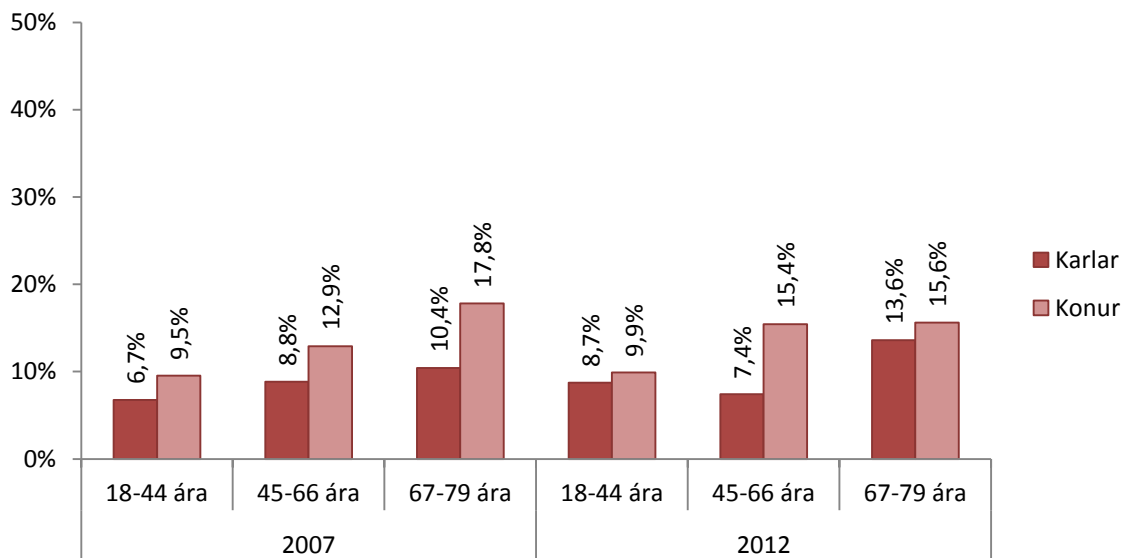


**Mynd D164. Hlutfall Íslendinga sem hafa nær daglega undanfarna 30 daga ferðast til vinnu eða skóla akandi í einkabíl eða vinnubíl, af þeim Íslendingum sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D146. Hvernig hefur þú ferðast til vinnu (eða skóla) undanfarna 30 daga? – Gangandi.**  
**Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla.**

|                               | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nær daglega                   | 9,3%  | 10,2% | 7,7%   | 8,4%  | 11,0% | 12,2% |
| 3-4 sinnum í viku             | 3,0%  | 3,9%  | 2,7%   | 3,4%  | 3,2%  | 4,5%  |
| 1-2 sinnum í viku             | 4,3%  | 5,6%  | 3,5%   | 4,8%  | 5,3%  | 6,5%  |
| 1-3 sinnum á síðustu 30 dögum | 7,7%  | 8,2%  | 7,2%   | 8,6%  | 8,2%  | 7,8%  |
| Aldrei                        | 54,0% | 49,6% | 57,2%  | 51,9% | 50,6% | 47,2% |
| Aldrei (spágildi)*            | 21,7% | 22,4% | 21,7%  | 23,0% | 21,7% | 21,9% |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

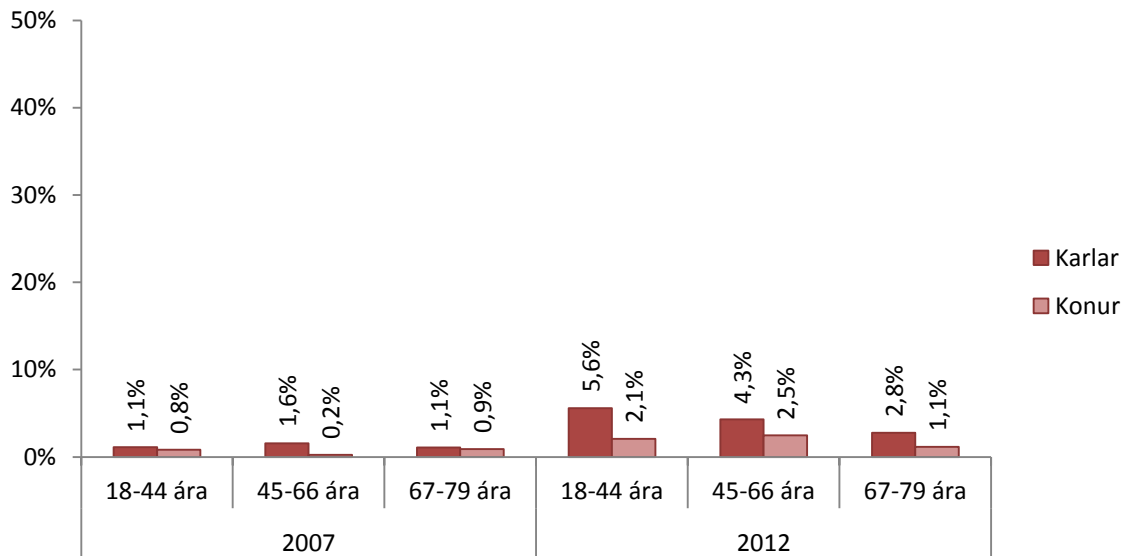


**Mynd D165. Hlutfall Íslendinga sem hafa nær daglega undanfarna 30 daga ferðast til vinnu eða skóla gangandi, af þeim Íslendingum sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla.**  
**Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D147. Hvernig hefur þú ferðast til vinnu (eða skóla) undanfarna 30 daga? – Hjólandi.**  
**Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla.**

|                               | Alls  |       | Karlar |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nær daglega                   | 1,0%  | 3,7%  | 1,3%   | 5,0%  | 0,6%  | 2,2%  |
| 3-4 sinnum í viku             | 0,9%  | 2,1%  | 1,4%   | 2,4%  | 0,4%  | 1,8%  |
| 1-2 sinnum í viku             | 1,5%  | 3,4%  | 1,4%   | 3,1%  | 1,6%  | 3,7%  |
| 1-3 sinnum á síðustu 30 dögum | 3,3%  | 5,9%  | 4,6%   | 6,8%  | 1,9%  | 4,9%  |
| Aldrei                        | 68,3% | 60,5% | 67,4%  | 59,2% | 69,2% | 62,0% |
| Aldrei (spágildi)*            | 25,1% | 24,3% | 24,0%  | 23,4% | 26,3% | 25,4% |

\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.

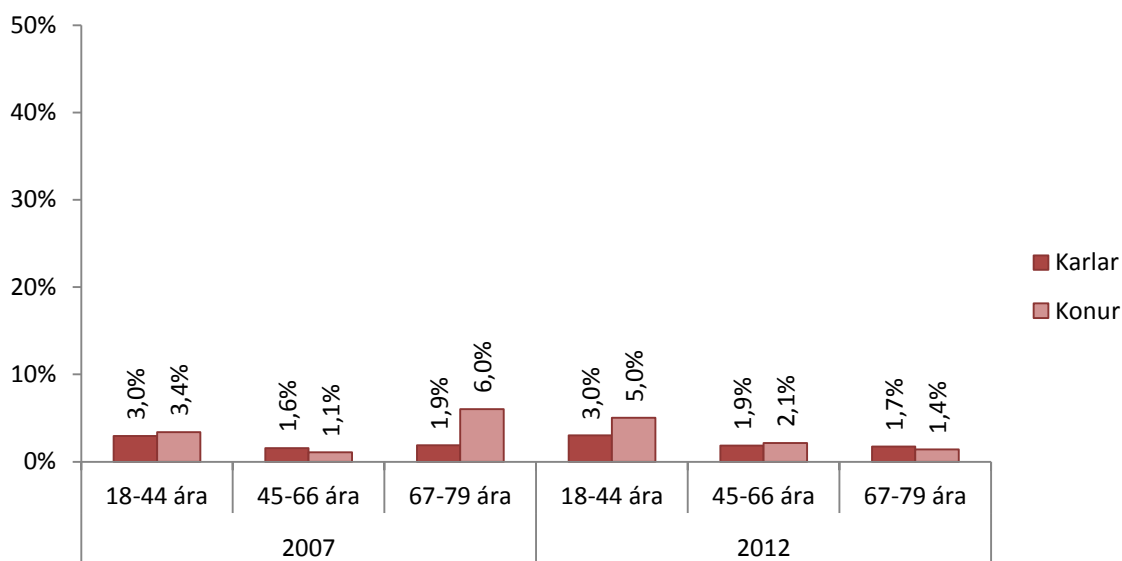


**Mynd D166. Hlutfall Íslendinga sem hafa nær daglega undanfarna 30 daga ferðast til vinnu eða skóla hjólandi, af þeim Íslendingum sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D148. Hvernig hefur þú ferðast til vinnu (eða skóla) undanfarna 30 daga? – Með strætisvagni eða öðru almenningsfarartæki. Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla.**

|                               | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                               | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Nær daglega                   | 2,5%  | 3,1%  | 2,4%   | 2,5%  | 2,6%  | 3,8%  |
| 3-4 sinnum í viku             | 1,5%  | 1,9%  | 1,5%   | 2,0%  | 1,5%  | 1,8%  |
| 1-2 sinnum í viku             | 1,9%  | 2,8%  | 2,2%   | 3,2%  | 1,6%  | 2,2%  |
| 1-3 sinnum á síðustu 30 dögum | 3,1%  | 3,6%  | 3,1%   | 3,2%  | 3,2%  | 4,1%  |
| Aldrei                        | 66,6% | 63,8% | 67,2%  | 64,9% | 65,9% | 62,5% |
| Aldrei (spágildi)*            | 24,4% | 24,8% | 23,6%  | 24,1% | 25,2% | 25,5% |

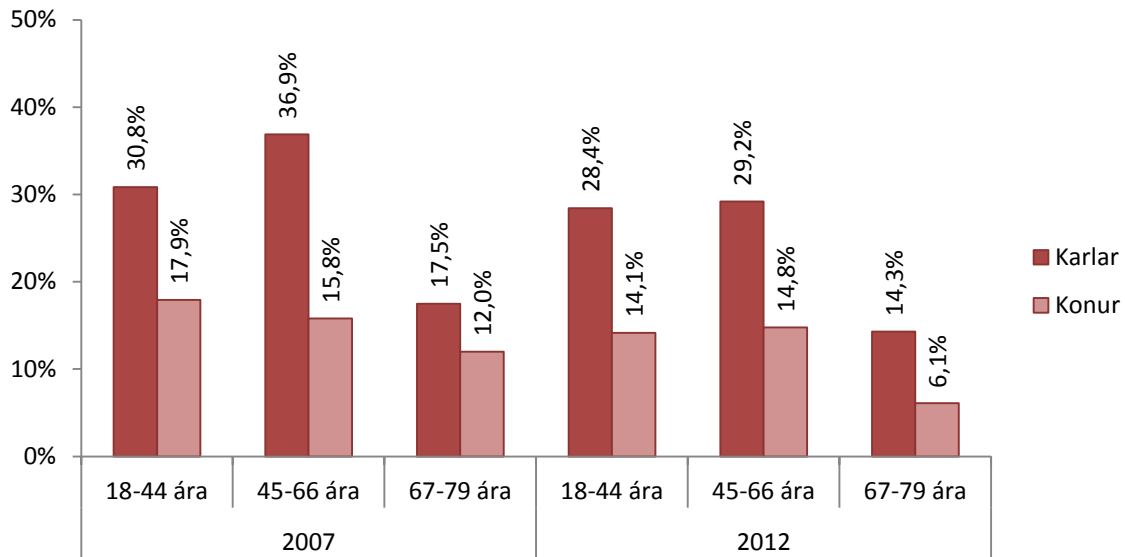
\* Svára ekki spurningu en eiga líklega við „Aldrei“ sé tekið mið af því hvernig öðrum liðum sömu spurningar er svarað.



**Mynd D167. Hlutfall Íslendinga sem hafa nær daglega undanfarna 30 daga ferðast til vinnu eða skóla með strætisvagni eða öðru almenningsfarartæki, af þeim Íslendingum sem á einhvern hátt þurfa að ferðast til vinnu eða skóla. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D149. Vinnuaðstæður – Verður þú að vinna aukavinnu? Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem eru í launaðri vinnu.**

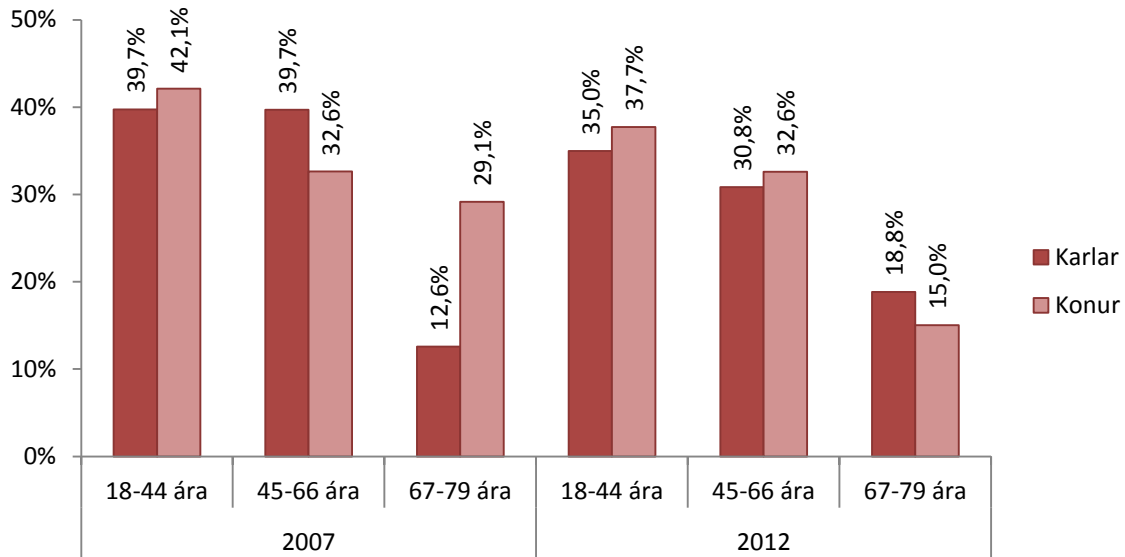
|                         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög sjaldan eða aldrei | 24,3% | 30,1% | 18,5%  | 23,6% | 30,9% | 37,4% |
| Fremur sjaldan          | 16,5% | 17,9% | 14,0%  | 16,9% | 19,3% | 19,0% |
| Stundum                 | 33,8% | 30,3% | 34,7%  | 31,2% | 32,8% | 29,3% |
| Fremur oft              | 15,9% | 14,8% | 20,1%  | 19,0% | 11,2% | 10,0% |
| Mjög oft eða alltaf     | 9,5%  | 6,9%  | 12,8%  | 9,3%  | 5,8%  | 4,2%  |



**Mynd D168. Hlutfall Íslendinga sem verða fremur, mjög oft eða alltaf að vinna aukavinnu, af þeim Íslendingum sem eru í launaðri vinnu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D150. Vinnuaðstæður – Hefur þú of mikið að gera? Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem eru í launaðri vinnu.**

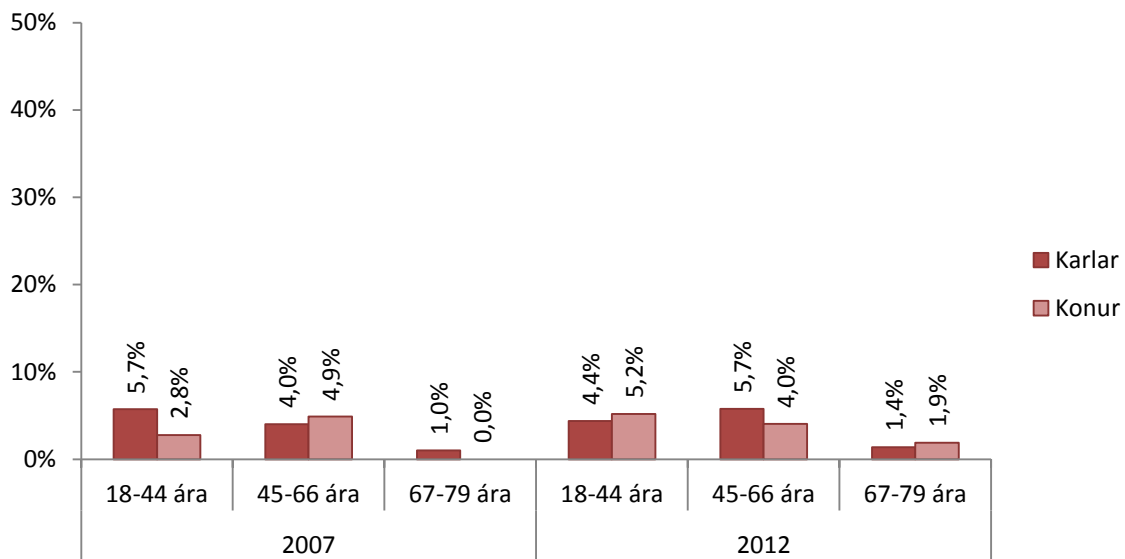
|                         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög sjaldan eða aldrei | 6,4%  | 9,1%  | 5,8%   | 8,4%  | 7,2%  | 9,8%  |
| Fremur sjaldan          | 15,0% | 16,2% | 15,1%  | 16,9% | 14,8% | 15,4% |
| Stundum                 | 40,1% | 40,9% | 40,1%  | 42,0% | 40,0% | 39,6% |
| Fremur oft              | 27,3% | 24,5% | 27,3%  | 23,3% | 27,4% | 25,9% |
| Mjög oft eða alltaf     | 11,2% | 9,4%  | 11,7%  | 9,4%  | 10,6% | 9,3%  |



**Mynd D169. Hlutfall Íslendinga sem hafa fremur, mjög oft eða alltaf of mikið að gera, af þeim Íslendingum sem eru í launaðri vinnu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

**Tafla D151. Vinnuaðstæður – Gera tveir eða fleiri ósamræmanlegar kröfur til þín? Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem eru í launaðri vinnu.**

|                         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög sjaldan eða aldrei | 53,4% | 56,4% | 50,2%  | 55,0% | 57,1% | 58,1% |
| Fremur sjaldan          | 26,2% | 24,5% | 27,5%  | 25,3% | 24,7% | 23,6% |
| Stundum                 | 16,1% | 14,3% | 17,3%  | 14,8% | 14,6% | 13,6% |
| Fremur oft              | 3,2%  | 3,6%  | 3,6%   | 3,7%  | 2,8%  | 3,5%  |
| Mjög oft eða alltaf     | 1,1%  | 1,2%  | 1,3%   | 1,1%  | 0,8%  | 1,2%  |

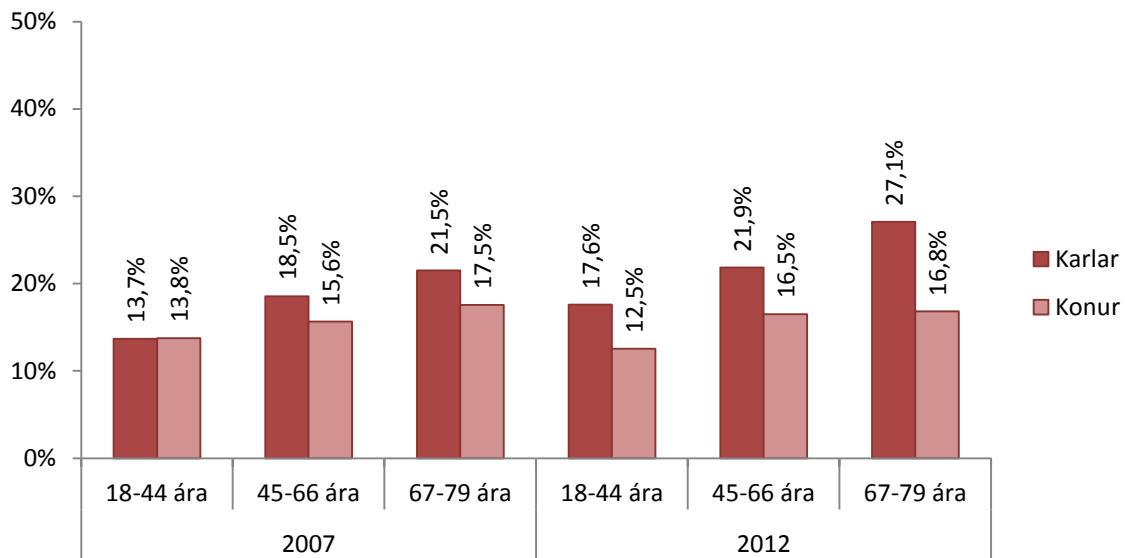


**Mynd D170. Hlutfall Íslendinga sem telja tvo eða fleiri fremur, mjög oft eða alltaf gera ósamræmanlegar kröfur til sín, af þeim Íslendingum sem eru í launaðri vinnu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**



**Tafla D152. Vinnuaðstæður – Metur næsti yfirmaður þinn það við þig þegar þú nærð árangri í starfi? Hlutfallsleg skipting svara meðal þeirra sem eru í launaðri vinnu.**

|                         | Alls  |       | Karlur |       | Konur |       |
|-------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                         | 2007  | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Mjög sjaldan eða aldrei | 6,5%  | 7,8%  | 6,8%   | 9,3%  | 6,1%  | 6,1%  |
| Fremur sjaldan          | 8,7%  | 9,3%  | 8,9%   | 10,3% | 8,4%  | 8,2%  |
| Stundum                 | 22,6% | 21,4% | 24,4%  | 22,2% | 20,6% | 20,5% |
| Fremur oft              | 30,7% | 30,4% | 31,3%  | 30,8% | 30,0% | 29,9% |
| Mjög oft eða alltaf     | 31,5% | 31,1% | 28,6%  | 27,3% | 34,8% | 35,3% |



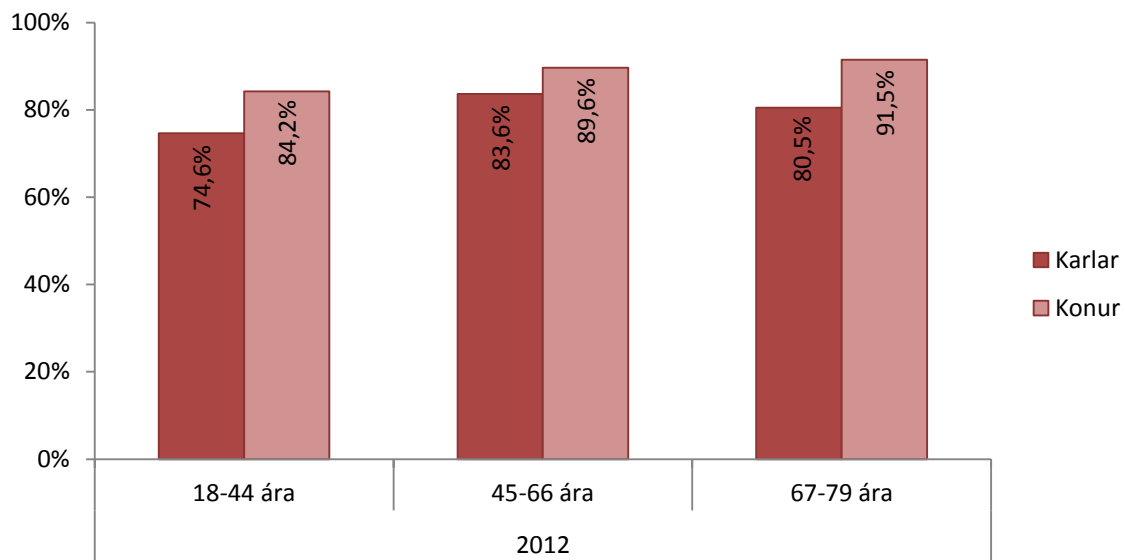
**Mynd D171. Hlutfall Íslendinga sem telja næsta yfirmann sinn meta það fremur sjaldan, mjög sjaldan eða aldrei við sig þegar þeir ná árangri í starfi, af þeim Íslendingum sem eru í launaðri vinnu. Greint eftir ári, aldri og kyni.**

## Tilgangur lífsins

Tafla D153. Líf mitt hefur augljósan tilgang.\* Hlutfallsleg skipting svara.

|                           | Alls |       | Karlur |       | Konur |       |
|---------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                           | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Staðhæfing alls ekki sönn | —    | 3,3%  | —      | 4,6%  | —     | 2,0%  |
| Staðhæfing ekki mjög sönn | —    | 13,9% | —      | 16,8% | —     | 11,0% |
| Staðhæfing frekar sönn    | —    | 46,4% | —      | 46,6% | —     | 46,3% |
| Staðhæfing alveg sönn     | —    | 36,3% | —      | 32,0% | —     | 40,7% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007

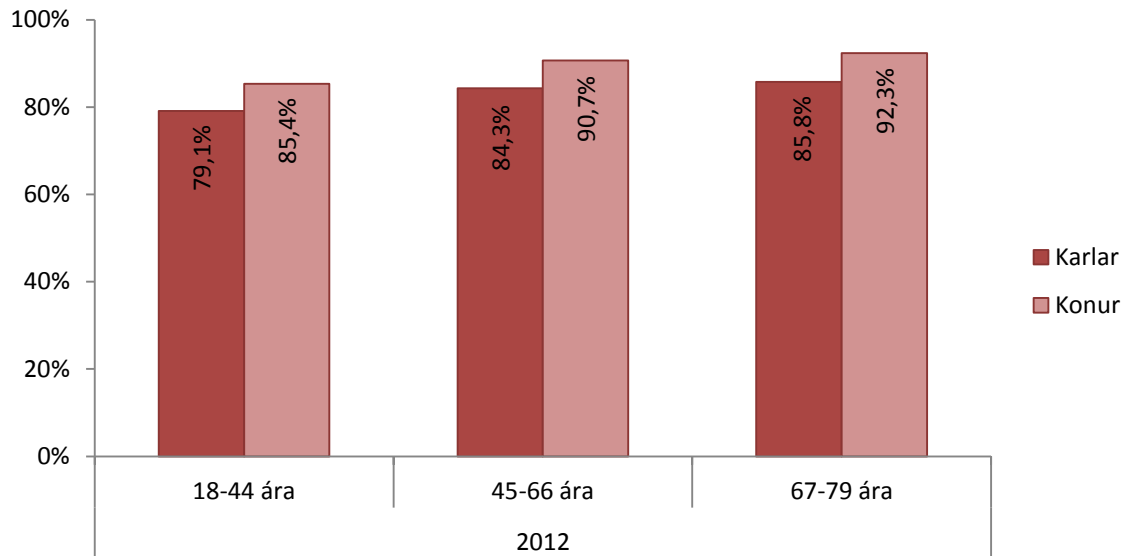


Mynd D172. Hlutfall Íslendinga sem telja staðhæfinguna „Líf mitt hefur augljósan tilgang“ vera frekar eða alveg sanna fyrir sig. Greint eftir ári, aldri og kyni.

**Tafla D154. Ég hef fundið gefandi hlutverk í lífinu.\* Hlutfallsleg skipting svara.**

|                           | Alls |       | Karlar |       | Konur |       |
|---------------------------|------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                           | 2007 | 2012  | 2007   | 2012  | 2007  | 2012  |
| Staðhæfing alls ekki sönn | —    | 2,6%  | —      | 3,1%  | —     | 2,2%  |
| Staðhæfing ekki mjög sönn | —    | 12,5% | —      | 15,2% | —     | 9,8%  |
| Staðhæfing frekar sönn    | —    | 46,0% | —      | 47,8% | —     | 44,1% |
| Staðhæfing alveg sönn     | —    | 38,9% | —      | 33,9% | —     | 43,9% |

\* Spurningin var ekki í spurningalista rannsóknarinnar árið 2007



**Mynd D173. Hlutfall Íslendinga sem telja staðhæfinguna „Ég hef fundið gefandi hlutverk í lífinu“ vera frekar eða alveg sanna fyrir sig. Greint eftir ári, aldri og kyni.**