

Ålder och folkhälsa

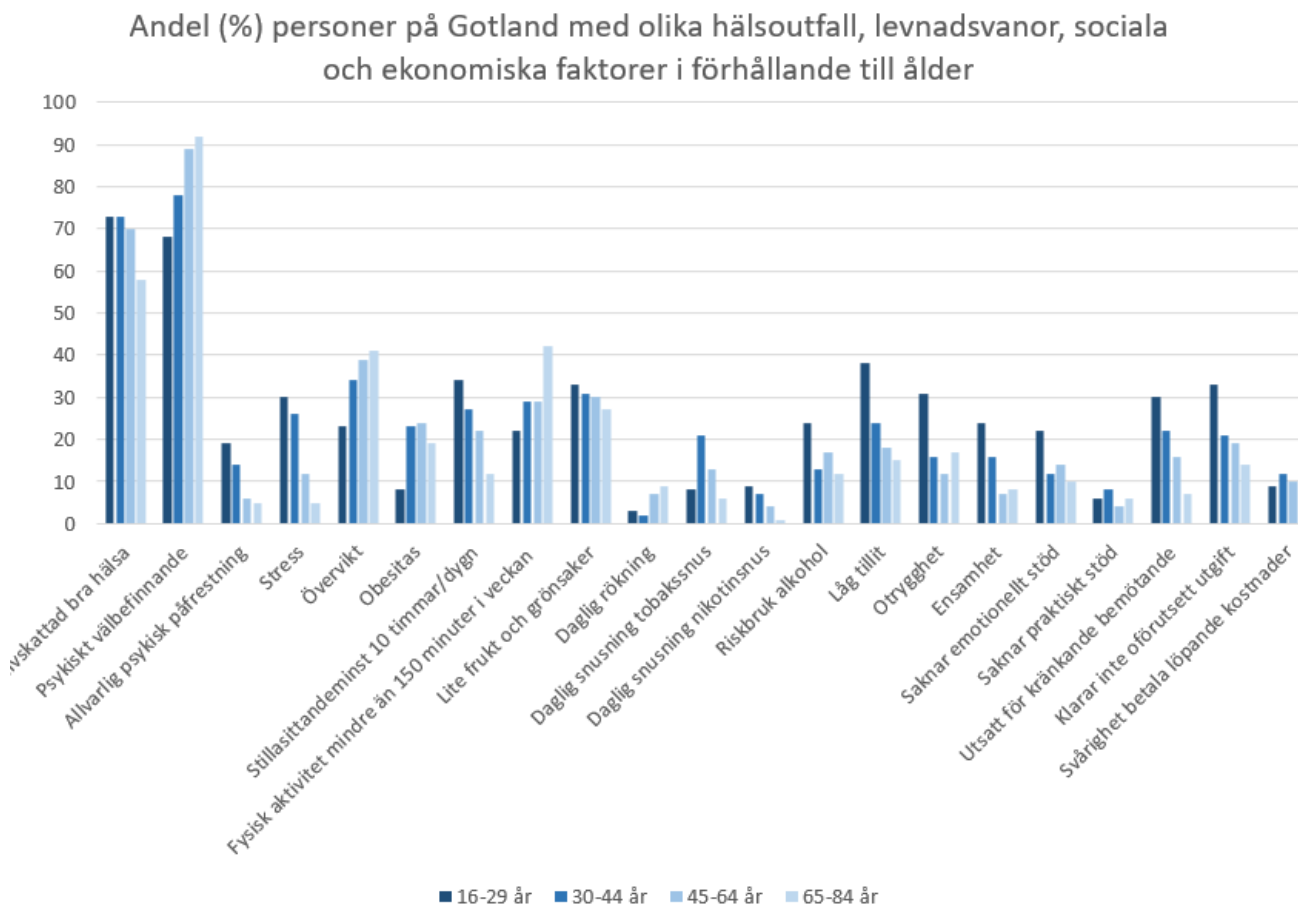
Samband mellan ålder och hälsa, levnadsvanor, sociala och ekonomiska faktorer i befolkningen på Gotland (16-84 år)

Slutsats

Statistiken pekar på en generell försämring av upplevd hälsa med åldern, men samtidigt en förbättrad psykisk hälsa och minskad stress. Problemen med övervikt och obesitas ökar, medan tandhälsan försämras med ökad ålder. Av statistiken framkommer också att yngre personer på Gotland har större sociala utmaningar och mer riskfyllda levnadsvanor, medan äldre åldersgrupper tenderar mer positiva sociala förutsättningar och bättre hälsosvanor. Däremot är låg fysisk aktivitet vanligare bland äldre än bland yngre personer.

Sammanfattningen bygger på regionala resultat för Gotland från Folkhälsoenkäten Hälsa på Lika Villkor 2024 (medelvärde 2022 och 2024).

Diagrammet nedan visar exempel på andel personer med olika hälsoutfall, levnadsvanor, sociala och ekonomiska faktorer i åldersgrupperna 16-29 år, 30-44 år, 45-64 år och 65-84 år.



Källa: Hälsa på Lika Villkor 2024 Observera att små skillnader, under 3 procentenheter, kan bero på slumpen eftersom undersökningen bygger på ett urval av cirka 2000 enkätsvar.

Ålder och hälsa

Bland personer mellan 16 och 29 år rapporterar 73% bra *självupplevd hälsa*, en andel som minskar till 58% för personer mellan 65 och 84 år. *Psykiskt välbefinnande* tenderar att förbättras med stigande ålder, där 68% i åldersgruppen 16-29 år rapporterar bra psykiskt välbefinnande, jämfört med 92% bland personer 65-84 år. *Stressnivåerna* sjunker också med åldern, från 30% i den yngsta gruppen till 5% i åldern 65-84 år. Samtidigt minskar både *lättare och svårare besvär av oro/ångest/ängslan* med åldern. *Övervikt och obesitas* ökar generellt med åldern. I åldersgruppen 16-29 år har 23% övervikt och 8% obesitas. Bland personer mellan 65-84 år har 41% övervikt och 19% obesitas. Övervikt är dock vanligast i åldersgruppen 65-84 år där 39% har det.

Ålder och levnadsvanor

Stillasittande är vanligast bland unga vuxna (34%), men minskar med åldern och är minst vanligt bland de 65-84-åriga (12%). *Fysisk aktivitet* är generellt lägre i äldre åldersgrupper där en aktivitetsnivå på 150 minuter i veckan inte uppnås av 42% av personerna i åldrarna 65-84 år. Det är vanligare med *riskbruk av alkohol* rbländ 16-29-åringar (24%) och bruk av *cannabis* (3%) än i övriga åldrar. Tobaksbruk genom *daglig rökning* eller *daglig snusning* är vanligare i åldersgrupperna 30-44 och 45-64 år. Användning av *snus med nikotin*, så kallat vitt snus är vanligast i åldersgrupperna 16-29 år (9%) och 30-44 år (7%).

Ålder, sociala och ekonomiska faktorer

Yngre personer, särskilt i åldersgruppen 16-29 år, upplever högre nivåer av *låg tillit*, *otrygghet*, *ensambet* och *brist på emotionellt stöd*. Till exempel har 38% i denna grupp *låg tillit* till andra personer, medan andelen *låg tillit* minskar med stigande ålder. *Otrygghet* är mest utbredd bland personer i åldrarna 16-29 år (31%) och minst vanligt i åldrarna 45-64 år. Även *ensambet* och *avsaknad av emotionellt stöd* är vanligare i åldersgruppen 16-29 år (24% respektive 22%) jämfört med i de andra åldersgrupperna. Bland personer i åldern 16-29 år har 33% svårt att *klara en oförutsedd utgift* på 14 000 kr, vilket är en större andel än i de äldre åldersgrupperna där förekomsten minskar med åldern, från 21% i åldersgruppen 30-44 år till 14% i åldersgruppen 65-84 år. *Svårigheten att betala löpande kostnader* flera gånger under det senaste året är vanligare bland personer i åldern 30-44 år (12%) än i åldersgruppen 16-29 år (9%) och minst vanligt i åldersgruppen 65-84 år, där endast 3% rapporterar detta problem.