

Ung i Västra Götaland

Rapport 2: Livsmedelsval och matvanor



APRIL 2010

FÖRORD

Ungdomars val och vanor när det gäller mat är ett område som är flitigt diskuterat men inte dokumenterat i någon större omfattning. Matvanor har betydelse inte bara för näringsintaget som sådant utan det finns samband med debatterade områden som övervikt och fetma samt motion.

Mot denna bakgrund beslutade Folkhälsokommittén att komplettera den under 2008 genomförda studien avseende 15-16-åringars allergiska besvär med ett antal frågor kring livsmedelsval, mat- och motionsvanor samt förekomst av övervikt och fetma. Studien avseende de allergiska besvären var en uppföljning av den år 2000 genomförda ALLOOO-undersökningen. Såväl 2000 som 2008 års undersökning var totalundersökningar som genomfördes genom att en enkät skickades hem till alla 16-åringar i Västra Götaland. Allergistudien 2008 färdigställdes och publicerades under 2009. Den finns tillgänglig på www.vgregion.se/folkhalsa.

Resultaten från undersökningen av ungdomarnas livsmedelsval och matvanor har analyserats av en forskargrupp på avdelningen för klinisk näringslära vid Sahlgrenska akademien under ledning av professor Anna Winkvist. Med dr Helene Bertéus Forslund har varit närmast ansvarig för analysarbetet samt även tagit fram föreliggande rapport. Forskargruppen ansvarar för analys och rapportens innehåll.

Det är Folkhälsokommitténs förhoppning att den genomförda undersökningen skall bidra till att öka kunskapen om ungdomars val och vanor när det gäller mat samt inspirera till kommande insatser för förbättrade matvanor. Kommittén vill rikta ett tack till forskargruppen för dess arbete. Naturligtvis vill kommittén också tacka alla ungdomar som medverkat i studien. Ert bidrag är och kommer att vara värdefullt!

Rapporten finns att beställa via folkhälsokommitténs kansli, marie-louise.arlevik@vgregion.se, alternativt att ladda ner från den ovan angivna webbadressen.

Mariestad i april 2010

Johan Jonsson
Folkhälsochef

Innehållsförteckning

Sammanfattning	3
Inledning.....	4
Bakgrund och genomförande.....	4
Rapportens syfte och omfattning.....	5
Metod	6
Resultat.....	6
Livsmedelsval och matvanor	6
Konsumtion av olika livsmedelsgrupper	6
Grönsaker	6
Frukt.....	7
Frukt och grönsaker	7
Fisk	7
Potatis	8
Pommes frites.....	8
Korv, hamburgare och pizza	8
Sojaprodukter, qourn mm	9
Bröd	9
Matfett på smörgås	9
Ost.....	10
Mjök.....	10
Läsk och juice	11
Bullar och kakor	11
Godis och choklad.....	12
Konsumtionsfrekvenser i jämförelse med Livsmedelsverkets kostindikatorer	12
Intag av energi och näringsämnen.....	13
Motion på fritiden.....	14
Konsumtion av specifika livsmedelsgrupper relaterat till motion på fritiden	14
Kroppsmasseindex BMI.....	15
Förekomst av övervikt och fetma	15
Normalvikt och undervikt	15
Konsumtion av specifika livsmedelsgrupper inom olika viktklasser.....	15
Resultat på kommunnivå	16
Diskussion.....	20

Bilaga. Enkät 2008

Sammanfattning

”Ung i Västra Götaland” är en enkätundersökning som genomfördes 2008 bland ungdomar födda 1992 boende i Västra Götaland. En första rapport har presenterats tidigare som omfattade en kartläggning av astma, näsbesvär och eksem relaterat till miljöfaktorer. Denna andra rapport är en kartläggning av ungdomarnas livsmedelsval och matvanor. Undersökningen är gjord av Arbets- och miljömedicin och Avdelningen för Klinisk näringslära, Göteborgs universitet, på uppdrag av Folkhälsokommittén i Västra Götaland.

”Ung i Västra Götaland” är en uppföljning av en motsvarande undersökning som genomfördes bland regionens elever i årskurs 9 år 2000. Vid uppföljningen 2008 inkluderades en enkät om matvanor vilken inte var med i undersökningen år 2000. Enkäten skickades till 21 651 elever i regionen. Matvaneundersökningen omfattar 11 222 deltagare fördelat på 5 691 flickor och 5 531 pojkar som besvarat kostenkäten samt lämnat vikt och längddata (51,8 % svarsfrekvens).

Syftet med denna rapport är att beskriva livsmedelsval och mat- och motionsvanor samt förekomst av övervikt och fetma hos 15-16-åriga ungdomar i Västra Götaland. I denna studie har en hel åldersgrupp blivit inbjuden att delta vilket inte har gjorts tidigare i Västra Götaland.

I analysen av ungdomarnas matvanor har utvalda livsmedelsgrupper används, vilka kan utgöra indikatorer för kostens näringsmässiga kvalitet. Livsmedelsgrupperna är i stort sett desamma som de kostindikatorer som Livsmedelsverket har använt för att bedöma matvanorna i befolkningen samt hur man följer kostråden¹. Ungdomarnas konsumtionsmönster har på liknande sätt

jämförts med nuvarande kostråd och näringsrekommendationer².

Undersökningen visar att ungdomarna åt övervägande blandkost och att få åt vegetarisk kost. Den visar också att flickor tycks ha ett bättre livsmedelsval än pojkar. Hälften av flickorna jämfört med en tredjedel av pojkarna rapporterade att de äter grönsaker och frukt varje dag. Över hälften av ungdomarna bör därför öka sin konsumtion. Hur väl de följer rekommendationen att äta 500 g frukt och grönsaker (eller ”5 om dagen”) går inte att utvärdera i denna undersökning.

Pojkarna drack mjölk varje dag i högre utsträckning än flickorna. Livsmedelsvalet i övrigt skiljde sig från flickornas då pojkarna oftare åt s k snabbmat: pommis, frites, korv, hamburgare och pizza. Andelen pojkar som drack läsk/soft dagligen var betydligt högre än andelen flickor.

Det var ingen skillnad mellan könen i andelen som åt fisk enligt gällande rekommendation, 2-3 ggr/vecka. Andelen som når upp till rekommendationen var 15 % bland både flickor och pojkar. Över tre fjärdedelar av ungdomarna åt fisk åtminstone en gång i veckan.

Ungdomarna i Västra Götaland följer trenden att använda fetare matfett på smörgås. Andelen ungdomar som använde Bregott eller lättmargarin är densamma som i övriga landet enligt Livsmedelsverket. Däremot var andelen ungdomar som åt smör på smörgås högre i denna undersökning. Dock åt ca 70 % av ungdomarna sällan eller aldrig smör.

Grovt bröd, som är en viktig komponent för att öka intaget av fullkorn, åt knappt hälften av ungdomarna dagligen.

Hälften av deltagarna rapporterade att de äter sötsaker flera gånger i veckan. I en jämförelse av kostindikatorer för bra matvanor mellan unga vuxna i övriga Sverige och ungdomarna i Västra Götaland fann man att godis/choklad,

¹ Indikatorer för bra matvanor. Resultat från intervjuundersökningar 2008. Livsmedelsverket Rapport 22-2009

² Svenska Näringsrekommendationer 2005. Livsmedelsverket

kakor/bullar, läsk/soft och pommes frites/stekt potatis var mer vanligt förekommande bland ungdomarna i Västra Götaland.

Könsskillnaderna i Västra Götaland följer dock trenden i övriga landet, att kvinnor äter mer grönsaker och frukt än män.

Livsmedelsval avspeglar sig i balansen mellan de energigivande näringsämnen protein, fett och kolhydrater. Ungdomarna redovisade en alltför hög andel av energin från fett. Drygt 40 % av totala energin kommer från fett jämfört med rekommenderade 25 % -35 %. Enligt rekommendationerna bör energiintaget av mättat fett och transfett begränsas till omkring 10 % av totala energiintaget. Andelen mättat fett i kosten var i studien högre hos ungdomarna. Energin från mättat fett var 17 % hos flickorna och 18 % hos pojkarna av det totala energiintaget.

Undersökningen visar också att pojkarna var mer fysiskt aktiva på fritiden än flickorna. Den grupp ungdomar som rapporterade måttlig till hård motion regelbundet åt oftare grönsaker och frukt dagligen samt fisk varje vecka än de som rapporterade att de motionerade sällan eller angav lätt motion.

I denna undersökning hade totalt 12 % av flickorna och 18 % av pojkarna övervikt eller fetma. Bland dessa ungdomar angav en signifikant lägre andel att de äter grönsaker dagligen eller fisk varje vecka jämfört med normalviktiga ungdomar. Däremot fanns det ingen skillnad mellan grupperna i fruktkonsumtion.

Denna rapport visar att matvanorna hos ungdomarna i Västra Götaland kan förbättras. Det behövs insatser för att främja konsumtion av grönsaker och frukt samt fisk på bekostnad av söta och feta livsmedel, framförallt läsk och godis. Detta gäller framförallt ungdomar med låg fysisk aktivitet på fritiden.

Inledning

En god hälsa styrs av flertalet faktorer. Matvanor är en av de faktorer som har stor

betydelse för hälsa och välbefinnande. För att få en bild av förutsättningarna för ett gott liv i Västra Götalandsregionen är det väsentligt att få kunskap om ungdomars matvanor och livsmedelsval.

I en tidigare rapport har vi redovisat ungdomars hälsa avseende astma och allergi i Västra Götalandsregionen. Denna andra rapport beskriver 15-16-åringars livsmedelsval och matvanor med hjälp av specifika kostindikatorer för bra matvanor.

Bakgrund och genomförande

En undersökning genomfördes år 2000 för att kartlägga förekomsten av astma och allergi hos ungdomar i Västra Götaland. Projektet fick namnet ALL000-studien, en förkortning av ALLERGI 2000. Studien riktade sig till samtliga ungdomar i Västra Götaland som gick i nionde klass i skolan. Drygt 18 000 elever tillfrågades och 59,7 % besvarade enkäten. Studien redovisade andelen ungdomar med astma eller allergi i relation till olika miljöfaktorer. I studien ingick ingen kostanalys förutom två kostfrågor, en om fiskintag och en om matfett på smörgås.

År 2008 gjordes en uppföljning av ALL000-studien. Projektet "Ung i Västra Götaland" genomfördes som en enkätundersökning bland alla ungdomar födda 1992 som bodde i Västra Götaland. Även denna undersökning innefattade en kartläggning av förekomst av astma, allergi och liknande besvär samt miljöfaktorer, sömn och hälsa. Resultaten av denna första del av undersökningen har presenterats under hösten 2009 i rapporten: "Ung i Västra Götaland. Rapport 1: Luftvägar, hud och miljö".

Undersökningens andra del omfattade även en matvaneundersökning i form av en livsmedelsfrekvensenkät. Resultaten från den enkäten redovisas i denna rapport.

Totalt skickades enkäten till 21 651 ungdomar i regionen. Den besvarades av 54 % av dessa och vi vet därmed inget om livsmedelsval och

matvanor hos resterande 46 %. Andelen flickor som besvarade enkäten var något högre (54 %) än andelen pojkar som besvarade enkäten (48 %). Bland ungdomar födda i Sverige och med svenska föräldrar var svarsfrekvensen 61 %. Bland utlandsfödda ungdomar var svarsfrekvensen däremot 16 %, och bland ungdomar födda i Sverige och med minst en förälder född i utlandet var svarsfrekvensen 28 %. Ungdomar med föräldrar som har kort utbildningsnivå hade lägre svarsfrekvens (38 % om modern hade kort utbildning och 58 % om fadern hade kort utbildning) än ungdomar med föräldrar med lång utbildning (58 % om modern hade lång utbildning och 65 % om fadern hade lång utbildning).

De beskrivningar vi ger i rapporten om ungdomars livsmedelsval och mat- och motionsvanor är därför något mer osäkra för utlandsfödda ungdomar och ungdomar med föräldrar med kort utbildning. I den mån dessa två grupper äter annorlunda än övriga grupper av ungdomar får detta inte så stort genomslag i de beskrivande resultaten som det skulle fått om de två grupperna inte var underrepresenterade. Det är möjligt att hela gruppen ungdomar som inte besvarat enkäten äter annorlunda än de som medverkat i undersökningen. Bland flickor som besvarade enkäten åt 61 % frukt dagligen. Om den sanna förekomsten av flickor i hela Västra Götaland som äter frukt dagligen egentligen var såg 50 %, så betyder det att förekomsten av flickor som äter frukt dagligen i bortfallsgruppen måste vara så låg som 37 %. Så stor skillnad mellan de som besvarat enkäten och de som inte besvarat enkäten är enligt vår bedömning osannolik.

I våra resultat jämför vi livsmedelsval och matvanor mellan flickor och pojkar, och mellan ungdomar i Västra Götaland och i övriga Sverige. Bortfallet var ungefär lika stort bland flickor och pojkar i Västra Götaland, och i den nationella studie vi refererar till. Det finns därför ingen anledning att tro att bortfallet skulle påverka möjligheten till dessa jämförelser.

Undersökningen har tillstyrkts vid forskningsetisk granskning vid regionala etikprövningsnämnden i Göteborg (ärende 471-07).

Undersökningen har genomförts av Arbets- och miljömedicin, Göteborgs universitet (GU) i samarbete med Avdelningen för Klinisk näringslära, GU, på uppdrag av Folkhälsokommittén i Västra Götalandsregionen.

Projektgruppen har utgjorts av projektledare överläkare Jonas Brisman, Arbets- och miljömedicin, Sahlgrenska akademien, (AMM) och ansvariga för matvaneundersökningen är forskare Heléne Bertéus Forslund, Klinisk näringslära, Sahlgrenska akademien (AKN); professor Anna Winkvist, AKN; forskare Bodil Hultén, AKN.

Övriga som har ingått i projektgruppen är Professor, överläkare Kjell Torén, AMM; forskare Jeong-Lim Kim, AMM; allergikoordinator Rosita Sundberg, lungmedicin och allergologi, GU; docent, överläkare Nils Åberg, Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus, GU; professor, överläkare Lars Barregård, Västra Götalands Miljömedicinska Centrum; och från Folkhälsokommittén överläkare Göran Henriksson och utvecklingsledare Sten-Axel Wikenstedt.

Rapportens syfte och omfattning

Resultaten i ALL000-studien pekade på möjliga samband mellan högre intag av fisk respektive smör och lägre förekomst av astma. Detta föranledde beslutet att i undersökningen år 2008 inte bara upprepa frågorna om fisk- och smörkonsumtion, utan att även kartlägga ungdomarnas hela kost.

Syftet med denna rapport är att beskriva livsmedelsval och mat- och motionsvanor samt förekomst av övervikt och fetma hos 15-16-åriga ungdomar i Västra Götalandsregionen.

Metod

Alla ungdomar som bodde i Västra Götaland fick enkäten hemskickad per post. Hela enkäten omfattade tio sidor varav fyra sidor omfattade en enkät om livsmedelsval och matvanor.

Deltagarna besvarade ett s k livsmedelsfrekvensformulär där de ombads beskriva sina matvanor under senaste året. Enkäten omfattar tre frågor om matvanor och 73 frågor om livsmedel med nio olika svarsalternativ. De nio svarsalternativen omfattar frekvenserna "aldrig – 4 ggr/dag eller mer" (bilaga 1).

I denna rapport har utvalda livsmedelsgrupper från denna enkät analyserats. Dessa livsmedelsgrupper kan utgöra indikatorer för kostens näringsmässiga kvalitet. Livsmedelsgrupperna är i stort sett desamma som de kostindikatorer som Livsmedelsverket (SLV) har använt för att bedöma matvanorna i befolkningen samt hur man följer kostråden³.

Resultaten i denna rapport har på samma sätt jämfört ungdomarnas konsumtionsmönster för utvalda livsmedel med nuvarande kostråd och näringsrekommendationer⁴.

Livsmedelsfrekvenser har beräknats för flickor och pojkar separat. I de flesta analyser har flera livsmedel grupperats till en livsmedelsgrupp. Frekvenser översattes till konsumtionsmängder genom att använda standardportioner. Energi och näringsämnen beräknades med hjälp av Livsmedelsverkets livsmedelsdatabas.

Chi-2 test har använts för att analysera skillnader mellan grupper. P-värden <0.05 har ansetts som signifikanta och angivits i förekommande fall med en * i tabell eller ($p < 0.05$) i text. Vid beräkning av data på

³ Indikatorer för bra matvanor. Resultat från intervjuundersökningar 2008. Livsmedelsverket Rapport 22-2009

⁴ Svenska Näringsrekommendationer 2005. Livsmedelsverket

kommunnivå har medelvärde med 95 % konfidensintervall använts.

Resultat

Matvaneundersökningen omfattar 11 222 deltagare fördelat på 5 691 flickor och 5 531 pojkar som besvarat kostenkäten samt lämnat vikt och längddata (51,8 % svarsfrekvens).

Livsmedelsval och matvanor

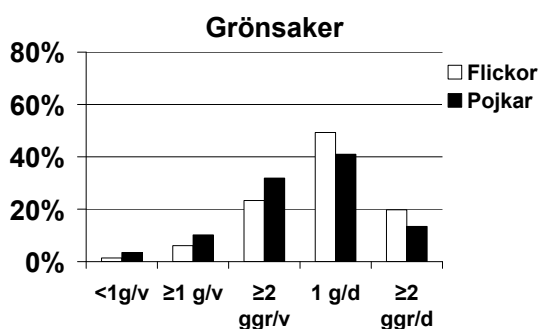
Deltagarna besvarade frågan "Vilken typ av mat eller kost äter du vanligen?". De allra flesta ungdomarna åt blandkost, 92 % av flickorna och 96 % av pojkarna. De som enbart eller mestadels åt lakto-vegetarisk kost var 2,8 % av flickorna respektive 0,6 % av pojkarna. Vegankost var ovanligare, 0,1 % och 0,2 % hos flickor respektive pojkar. Glutenfri kost rapporterade 1,5 % av flickorna och 0,6 % av pojkarna. Övriga deltagare, 3,6 % respektive 2,6 % av flickor och pojkar, angav att de åt annan kost.

Konsumtion av olika livsmedelsgrupper

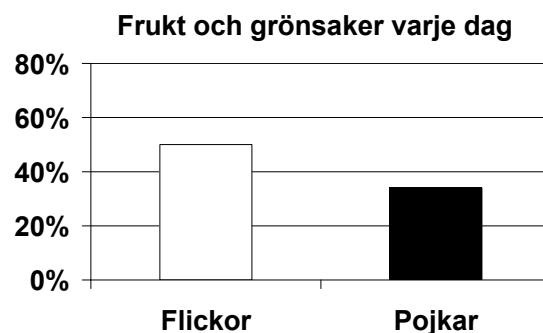
Deltagarna besvarade frågor om hur ofta de åt ett antal olika livsmedel. Svarsalternativen var nio olika frekvenser från "Aldrig" till "4 gånger per dag eller mer". Konsumtionsfrekvenser för ett antal utvalda livsmedel och livsmedelsgrupper analyserades och redovisas med olika frekvenser.

Grönsaker

Flickorna åt grönsaker oftare än pojkarna. Av flickorna var det 69 % som åt grönsaker dagligen, och motsvarande andel hos pojkarna var 54 % ($p < 0.05$), figur 1.



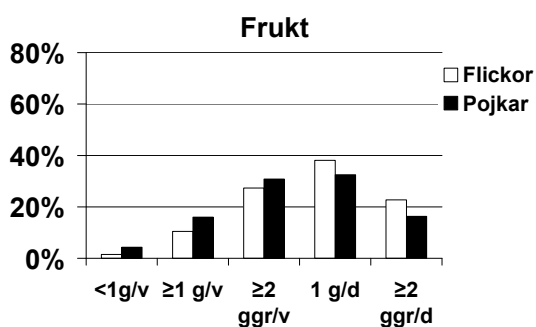
Figur 1. Andel flickor och pojkar som äter grönsaker.



Figur 3. Andel flickor och pojkar som äter frukt och grönsaker varje dag ($p < 0.05$).

Frukt

Flickorna åt frukt oftare än pojkarna. Av flickorna var det 61 % som åt frukt dagligen, och motsvarande andel pojkar var 49 % ($p < 0.05$), figur 2.



Figur 2. Andel flickor och pojkar som äter frukt.

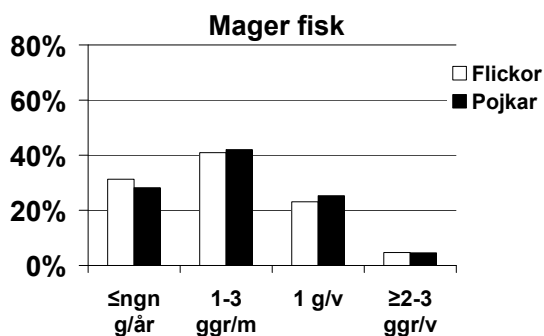
Frukt och grönsaker

Den sammanlagda frukt- och grönsakskonsumtionen analyserades. Hälften av flickorna och ca en tredjedel av pojkarna rapporterade att de äter frukt och grönsaker varje dag. Pojkarnas intag var signifikant mindre frekvent än flickornas intag, se figur 3. Intagsfrekvenserna kan jämföras med den allmänna rekommendationen att äta frukt och grönsaker 5 ggr per dag motsvarande totalt 500 g frukt och grönsaker per dag.

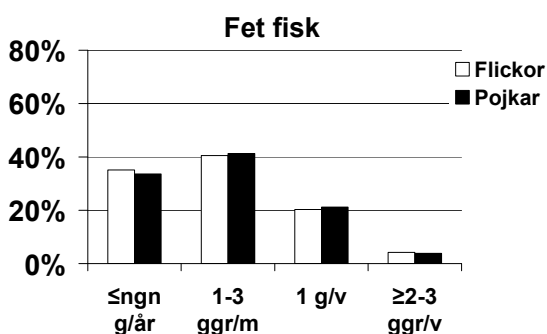
Fisk

Fiskkonsumtionen rapporterades fördelat på mager fisk, fet fisk och skaldjur. Flickor och pojkar hade likartade konsumtionsmönster för både mager och fet fisk, se figur 4 och 5. Ca 35 % av ungdomarna åt aldrig eller någon enstaka gång fet fisk. Mager fisk äts också sällan, ca en tredjedel av ungdomarna åt det aldrig eller någon enstaka gång. Av flickorna och pojkarna åt 58 % respektive 60 % aldrig eller någon enstaka gång skaldjur. Andelen som aldrig åt varken mager fisk eller skaldjur var hos flickor 14 % och hos pojkar 12 %.

Enligt rekommendationerna bör vi äta fisk och skaldjur två-tre gånger i veckan och gärna olika sorters mager och fet fisk. Totalt åt 15 % av pojkarna respektive flickorna enligt rekommendationerna. Andelen flickor som rapporterade att de åt mager fisk varje vecka var 28 % och andelen pojkar 30 %. Motsvarande siffror för fet fisk var 24 % och 25 % hos flickor respektive pojkar. Andelen flickor och pojkar som åt någon sorts fisk och/eller skaldjur en gång i veckan eller oftare var 76 % respektive 79 % ($p < 0.05$).



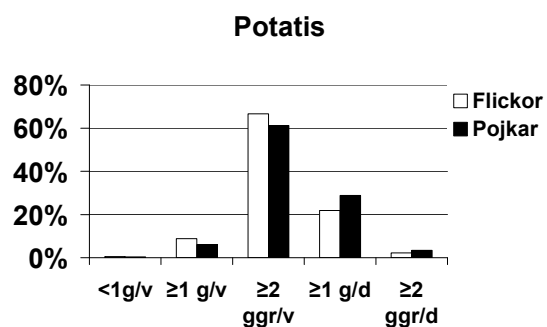
Figur 4. Andel flickor och pojkar som äter mager fisk.



Figur 5. Andel flickor och pojkar som äter fet fisk.

Potatis

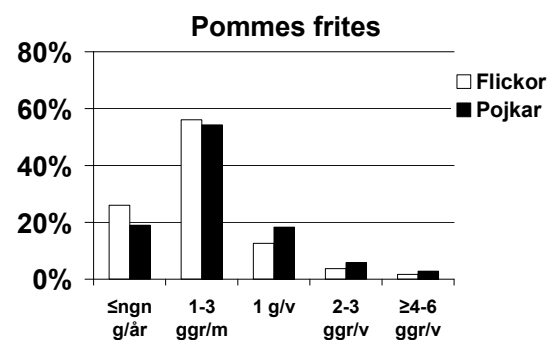
I analysen av potatiskonsumtion grupperades flera olika tillagningssätt av potatis till en grupp. I gruppen ingick kokt/bakad potatis, stekt potatis, pommes frites, potatismos och potatissallad. Endast 24 % av flickorna åt någon form av potatis dagligen. En signifikant större andel pojkar, 32 %, åt potatis dagligen ($p < 0.05$), se konsumtionsfrekvenser i figur 6.



Figur 6. Andel flickor och pojkar som äter potatis.

Pommes frites

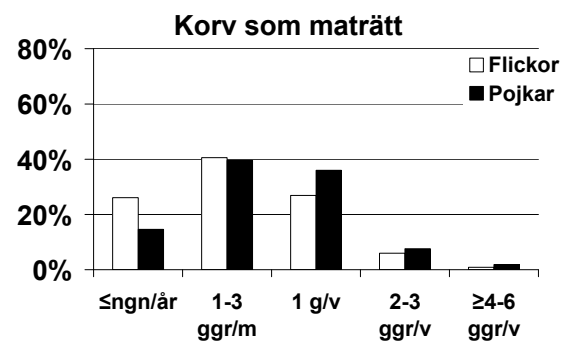
En separat analys av pommes fritesintaget gjordes också. Resultatet visar att pojkarna åt pommes frites oftare än flickorna, dvs. 27 % av pojkarna och 18 % av flickorna åt pommes frites varje vecka ($p < 0.05$), se konsumtionsfrekvenser i figur 7.



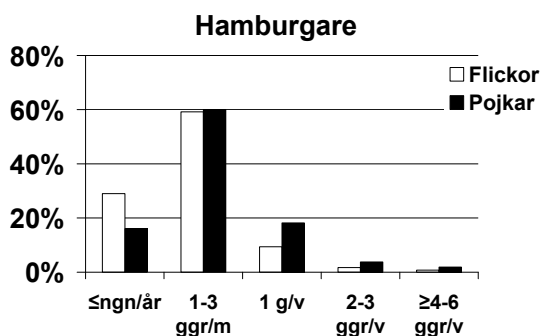
Figur 7. Andel flickor och pojkar som äter pommes frites.

Korv, hamburgare och pizza

Deltagarna besvarade frågorna om hur ofta de åt korv som maträtt respektive hamburgare. Korv som maträtt åt 34 % av flickorna och 47 % av pojkarna varje vecka ($p < 0.05$). Motsvarande andel flickor och pojkar som åt hamburgare varje vecka (1 g/v eller oftare) var 12 % respektive 24 % ($p < 0.05$), se figur 8 och 9. Färre flickor än pojkar rapporterade att de åt pizza varje vecka, 9 % respektive 23 % ($p < 0.05$).



Figur 8. Andel flickor och pojkar som äter korv som maträtt.



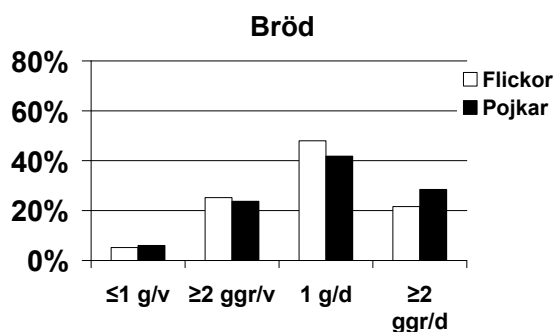
Figur 9. Andel flickor och pojkar som äter hamburgare.

Sojaprodukter, quorn mm

Få deltagare rapporterade att de åt laktovegetarisk kost eller vegankost. Resultatet överensstämmer med den låga andel deltagare som åt så kallade köttersättningsprodukter, såsom sojaprodukter, quorn. Endast 7 % av flickorna och 2 % av pojkarna rapporterade att de åt dessa produkter varje vecka ($p < 0.05$ för skillnad mellan könen).

Bröd

I analysen av brödkonsumtion beräknades vitt bröd, grovt bröd och hårt bröd tillsammans i en grupp. Alla ungdomar åt inte bröd varje dag. En daglig brödkonsumtion rapporterade 70 % av både flickor och pojkar, se konsumtionsfrekvenser i figur 10. Rekommendationen är att vi skall välja fullkornsbröd i första hand. Grovt bröd och hårt bröd sammantaget åts av 47 % av flickorna och 40 % av pojkarna dagligen ($p < 0.05$).



Figur 10. Andel flickor och pojkar som äter bröd

Matfett på smörgås

Svarsalternativen för matfett som används på smörgås var Bregott, smör, margarin och lättmargarin. Ca 90 % svarade att de aldrig eller högst 3 gånger i månaden hade margarin på smörgås. Bregott och lättmargarin var däremot vanligare att ungdomarna åt på smörgås.

Dagligen åt 29 % av flickorna och 32 % av pojkarna Bregott och ungefär lika stor andel åt lättmargarin på smörgås. Andel deltagare med daglig smörkonsumtion var lägre, 19 % av flickorna respektive 20 % av pojkarna. Andelen ungdomar som dagligen åt Bregott, lättmargarin eller smör är jämförda med rapporterat intag i yngsta åldersgruppen samt genomsnittet för alla åldersgrupper i Livsmedelsverkets undersökning "Indikatorer för bra matvanor"⁵, se tabell 1.

Tabell 1. Typ av vanligaste matfett på smörgås (dagligen), % flickor och pojkar i jämförelse med yngsta åldersgruppen samt alla åldersgrupper i Livsmedelsverkets matvaneundersökning 2008

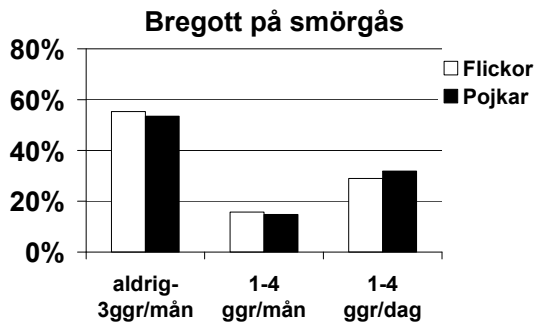
	Flickor	Pojkar	Livsmedelsverket 2008	
			16 - 29 år	16 - 80 år
Smör	19	20	16	6
Bregott*	29	32	28	29
Lättmargarin*	29	30	28	30

* $p < 0.05$, skillnad mellan flickor och pojkar

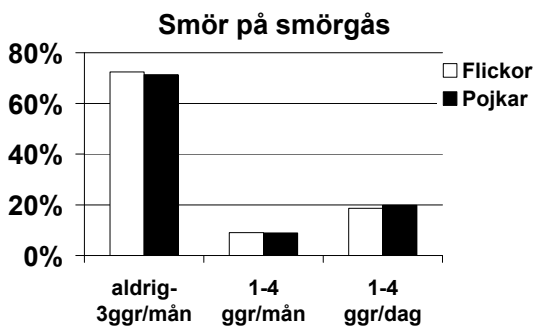
Tabell 1 visar att en större andel ungdomar i Västra Götaland rapporterade att de åt smör på smörgås än unga i Livsmedelsverkets matvaneundersökning. Betydligt fler unga i båda undersökningarna använde smör på smörgås jämfört med hela befolkningen. Dessa skillnader sågs inte i andelen Bregott- eller lättmargarinskonsumenter.

⁵ Indikatorer för bra matvanor. Resultat från intervjuundersökningar 2008. Livsmedelsverket Rapport 22-2009

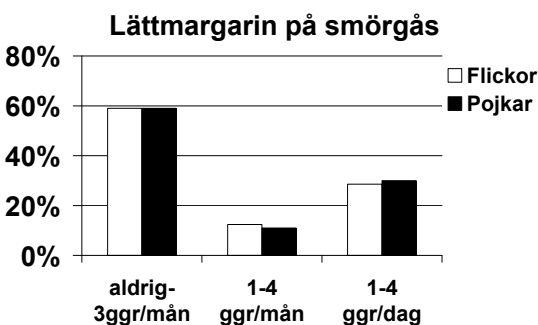
Mellan 50-60 % av ungdomar åt aldrig eller mycket sällan lättmargarin eller Bregott på smörgås. En större andel ungdomar åt aldrig eller sällan smör, ca 70 %. Se konsumtionsfrekvenser i figur 11, 12 och 13.



Figur 11. Andel flickor och pojkar som äter Bregott på smörgås.



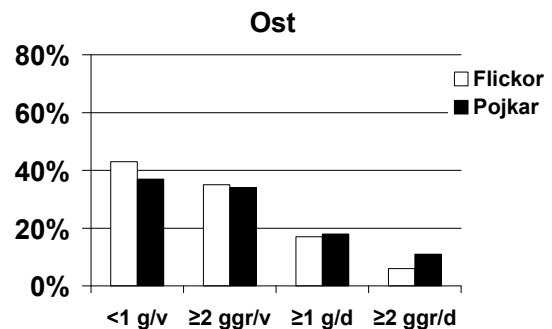
Figur 12. Andel flickor och pojkar som äter smör på smörgås.



Figur 13. Andel flickor och pojkar som äter lättmargarin på smörgås.

Ost

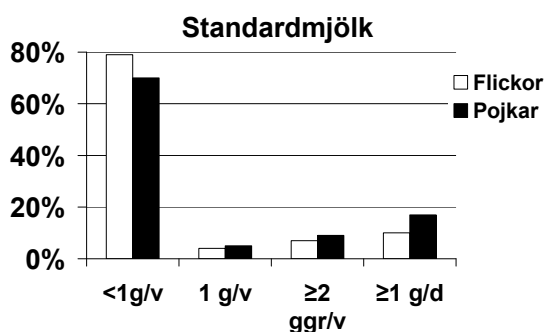
Ostkonsumtionen beräknades med mager och fet ost samt mjukost tillsammans. Ost äts dagligen av 23 % av flickorna och 28 % av pojkarna ($p < 0.05$). En större andel ungdomar åt sällan ost. Det var 42 % av flickorna och 37 % av pojkarna som åt ost 1 gång i veckan eller mer sällan ($p < 0.05$). Se konsumtionsfrekvenser i figur 14.



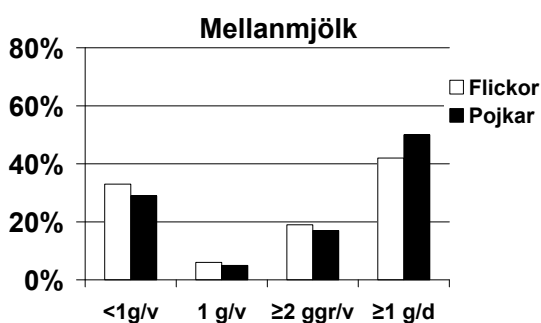
Figur 14. Andel flickor och pojkar som äter ost.

Mjök

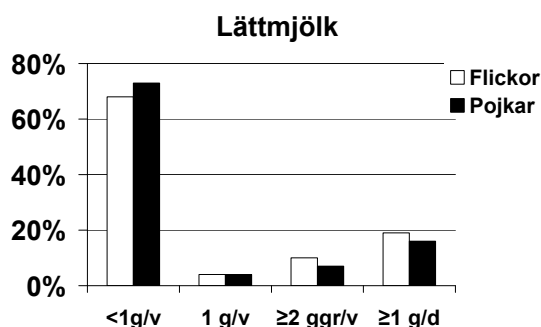
Konsumtionsfrekvensen av mjök beräknades på lättmjök, mellanmjök och standardmjök, ej yoghurt- och filprodukter. Signifikant fler pojkar än flickor drack någon slags mjök dagligen, 71 % jämfört med 61 % ($p < 0.05$). Flest ungdomar konsumerade mellanmjök. Mellanmjök dracks dagligen av 42 % av flickorna och 50 % av pojkarna. Lättmjök konsumerades dagligen av 19 % av flickorna och 16 % av pojkarna. Motsvarande frekvenser för standardmjök var 11 % och 17 % för flickor respektive pojkar. Se konsumtionsfrekvenser i figur 15, 16, 17.



Figur 15. Andel flickor och pojkar som dricker standardmjölk = 3 % fetthalt.



Figur 16. Andel flickor och pojkar som dricker mellanmjölk = 1,5 % fetthalt.

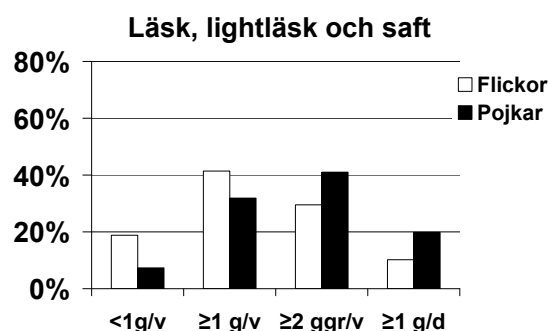


Figur 17. Andel flickor och pojkar som dricker lättmjölk = 0,5 % fetthalt.

Läsk och juice

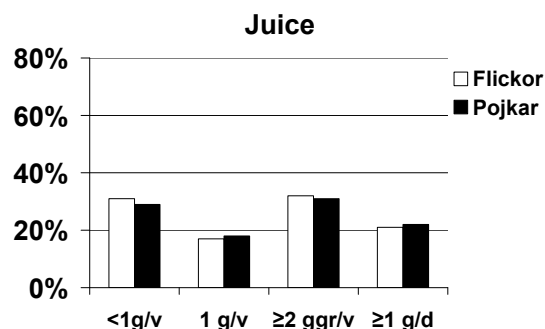
Konsumtionen av läsk, lightläsk och saft analyserades. Andelen flickor som intog någon av dessa drycker dagligen var 10 %. Andelen pojkar var högre, 20 % ($p < 0.05$), se konsumtionsfrekvenser i figur 18. Lightläsk konsumerades av få ungdomar, 93 % flickor

och 90 % pojkar drack lightläsk högst en gång i veckan eller mer sällan.



Figur 18. Andel flickor och pojkar som dricker läsk, lightläsk eller saft.

Juiceintaget var lika frekvent hos flickor och pojkar, 21 % respektive 20 % drack juice dagligen, figur 19.



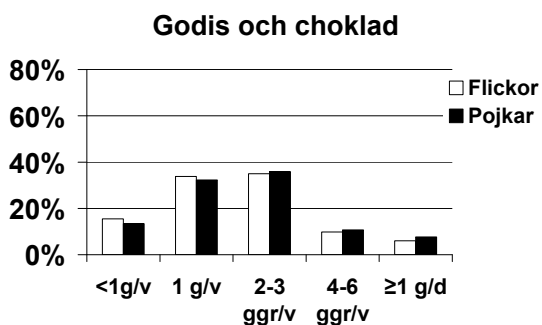
Figur 19. Andel flickor och pojkar som dricker juice.

Bullar och kakor

I gruppen bullar och kakor ingår frågor om bullar, skorpor, kakor och bakelser. Få deltagare rapporterade att de äter bullar och kakor dagligen, 5 % av flickorna och 9 % av pojkarna ($p < 0.05$). Andel ungdomar som rapporterade att de åt bullar och kakor en eller flera gånger varje vecka var 75 %, både hos flickor och pojkar.

Godis och choklad

Sötsaker, d v s choklad och godis åts av 16 % av flickorna och 18 % av pojkarna 4 ggr/vecka eller mer ($p < 0.05$). Ca 50 % av deltagarna rapporterade att de äter sötsaker flera gånger i veckan. Under 15 % av deltagarna åt sötsaker mer sällan än en gång per vecka. Se konsumtionsfrekvenser i figur 20.



Figur 20. Andel flickor och pojkar som äter godis och choklad.

Konsumtionsfrekvenser i jämförelse med Livsmedelsverkets kostindikatorer

Livsmedelsverket har tagit fram ett antal enkätfrågor om matvanor, som kan användas som indikatorer på kostens näringsmässiga kvalitet och hur väl man följer kostråden. Dessa indikatorer består av ett urval av specifika livsmedelsgrupper: grönsaker, frukt, grovt bröd, fisk och skaldjur, pommes frites/stekt potatis, korv, fet ost, choklad och godis, kaffebröd, läsk och saft samt typ av matfett.

Dessa indikatorer har i tabell 2 använts för att jämföra ungdomarnas livsmedelsval med den som beskrivs för den yngsta åldersgruppen, 16-29 år, i Livsmedelsverkets undersökning. I den yngsta åldersgruppen ingår unga vuxna, vilket gör att åldergruppen inte är helt jämförbar med ungdomarna i denna undersökning. Denna undersökning redovisar även intagsfrekvens uppdelat på flickor och pojkar. Detta har inte gjorts per åldersgrupp i Livsmedelsverkets undersökning. Däremot

redovisar Livsmedelsverket frekvens för män och kvinnor för alla åldersgrupper, d v s 16-80 år, sammantaget.

Intaget av grovt bröd och matfett är inte med i tabellen, då olika mått för frekvenser användes i undersökningarna och därför inte är möjliga att jämföra.

Tabell 2. Indikatorer för bra matvanor. Konsumtionsfrekvenser hos flickor och pojkar i Västra Götaland i jämförelse med yngsta åldersgruppen i Livsmedelsverkets matvaneundersökning 2008⁶.

	Flickor	Pojkar	Livsmedelsverket 2008 16-29 år
Grönsaker, varje dag	69 %	54 %	63 %
Frukt, varje dag	61 %	49 %	51 %
Fisk ¹ , ≥2 ggr/v	15 %	15 %	27 %
≥1 ggr/v	76%	79%	64%
Godis/choklad ≥2 ggr/v	51 %	55 %	47 %
Kakor/bullar, ≥1 ggr/v	75 %	75 %	48 %
≥2 ggr/v	27 %	33 %	27 %
Läsk/saft, ≥2 ggr/v	50 %	61 %	52 %
Pommes frites /stekt potatis, ≥1 ggr/v	64 %	72 %	40 %
≥2 ggr/v	11 %	16 %	18 %
Ost, varje dag	23 %	28 %	31 % ²
Korvrätter, ≥1 ggr/v	34 %	47 %	38 %

¹ inkluderar skaldjur, mager och fet fisk

² inkluderar endast fet ost

Livsmedelsverkets matvaneundersökning tyder på att en relativt liten del av befolkningen följer Livsmedelsverkets allmänna kostråd om grönsaker, frukt, fisk och grovt bröd, alla åldergrupper inräknade, samt

⁶ Indikatorer för bra matvanor. Resultat från intervjuundersökningar 2008. Livsmedelsverket Rapport 22-2009

att könsskillnader föreligger. Män äter mer sällan frukt och grönsaker, men oftare läsk/soft och pommes frites än kvinnor, som däremot tenderar att äta mer godis. Den yngre åldersgruppen, 16-29 år som används som jämförelsegrupp i tabell 3, rapporterade en högre konsumtion av läsk, godis, pommes frites, men lägre konsumtion av grönsaker, frukt och fisk än äldre åldersgrupper. Könsskillnader i de olika åldergrupperna är inte redovisade.

Konsumtionsmönstret hos ungdomarna i Västra Götaland följer i stort sett mönstret i Livsmedelsverkets undersökning, men avvikelser finns. Konsumtion av grönsaker och frukt hos ungdomar i Västra Götaland var ungefär lika frekvent som hos unga vuxna i Livsmedelsverkets undersökning. Skillnaden mellan flickor och pojkar överensstämmer med könsskillnader rapporterade för hela befolkningen.

Rekommendationen är att äta fisk 2-3 ggr/vecka. Ungdomarna i Västra Götaland tycks ej följa denna rekommendation i samma utsträckning som den yngre åldersgruppen i Livsmedelsverkets undersökning. En anledning kan vara att yngre vuxna kan ha andra konsumtionsmönster än tonåringar. I Livsmedelsverkets undersökning om fiskkonsumtion innefattade frågan hur ofta ungdomarna åt fisk och skaldjur som huvudrätt. I denna undersökning, däremot, var inte fiskkonsumtion preciserat som huvudrätt. Detta kan möjligen avspegla sig i att ungdomarna i Västra Götaland rapporterade högre fiskkonsumtionsfrekvens vid en jämförelse av konsumtion en gång i veckan eller oftare.

Godis/choklad konsumerades oftare av ungdomarna i Västra Götaland, vilket är i överensstämmelse med att yngre oftare åt godis i Livsmedelsverkets undersökning. Liknande mönster kan ses för läsk/soft. Kakor/bullar tycks fler ungdomar i Västra Götaland konsumera en gång i veckan, medan andelen som äter två gånger i veckan eller oftare förefaller överensstämma med åldergruppen 16-29 år i Livsmedelsverkets undersökning. Samma mönster ses för

konsumtion av pommes frites/stekt potatis. En större andel ungdomar i denna undersökning rapporterade således att de äter kakor/bullar och pommes frites/stekt potatis varje vecka.

Andelen ungdomar som åt ost varje dag var betydligt lägre i Västra Götalandsregionen. Detta trots att både mager och fet ost är inräknat i denna undersökning, men endast fet ost i Livsmedelsverkets undersökning.

Andelen pojkar som åt korv en gång i veckan eller oftare var fler än andelen flickor, men sammantaget är resultaten jämförbara med Livsmedelsverkets undersökning.

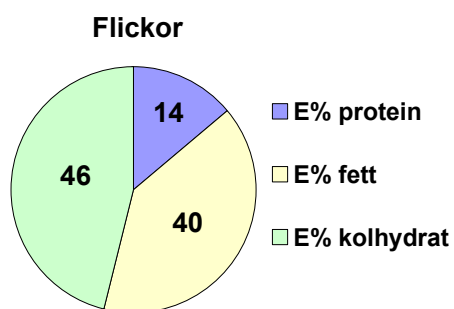
Intag av energi och näringsämnen

I analysen av energiintag och näringsämnen uteslöts ungdomar som uppgivit orimligt höga eller låga energiintag. Totalt ingår därefter 5 013 flickor och 4 766 pojkar (45,2 % svarsfrekvens).

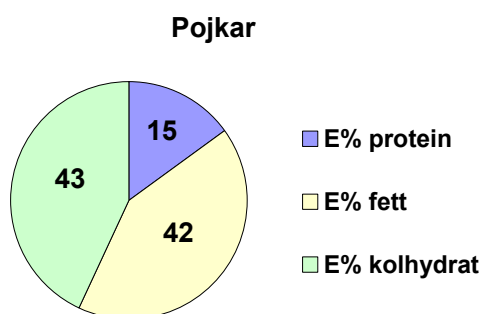
Energiintaget var i genomsnitt hos flickor 1 900 kilokalorier (kcal) per dag respektive hos pojkar 2 500 kcal per dag.

Näringsämnens andel av det totala energiintaget analyserades. Enligt Svenska Näringsrekommendationer bör energiintaget fördelas så att 10-20 % kommer från protein, 25-35 % från fett och 50-60 % från kolhydrater. Detta benämns energiprocent (E %) och är andelen energi av det totala energiintaget.

Figur 21 och 22 visar ungdomarnas fördelning av energiintaget mellan de olika energigivande näringsämnena.



Figur 21. Fördelning av energiintaget på protein, fett och kolhydrater av det totala energiintaget (E %) hos flickor.



Figur 22. Fördelning av energiintaget på protein, fett och kolhydrater av det totala energiintaget (E %) hos pojkar.

Det rapporterade proteinintaget låg inom ramarna för det rekommenderade intaget. Andelen fett i kosten var däremot högre än den rekommenderade mängden både hos flickor och pojkar och andelen kolhydrat i kosten var lägre än rekommendationen.

Enligt rekommendationerna bör intaget av mättat fett och transfett begränsas till omkring 10 E % av totala energiintaget. Andelen mättat fett i kosten var i studien högre hos ungdomarna, 17 E % hos flickorna och 18 E % hos pojkarna.

Motion på fritiden

Barn och ungdomar rekommenderas att vara fysiskt aktiva minst 60 minuter per dag. Enligt Svenska Näringsrekommendationer⁷ kan aktiviteterna sannolikt delas upp i kortare intervaller under dagen. Aktiviteterna bör vara så varierande som möjligt för att ge optimala möjligheter att utveckla alla former av fysisk förmåga.

I rapporten ställdes en fråga om motion på fritiden (ej inräknat skolidrotten) med fem svarsnivåer, se tabell 3.

Tabell 3. Motion på fritiden hos flickor och pojkar, %.

	Flickor	Pojkar
Sällan motion	6 %	8 %
Lätt motion ibland	14 %	12 %
Lätt motion regelbundet	20 %	16 %
Måttlig aktivitet och träning regelbundet	30 %	21 %
Hård regelbunden träning	30 %	43 %

Kategorierna "måttlig aktivitet och träning regelbundet" och "hård regelbunden träning" utgör sammanslaget den nivå på fysisk aktivitet som bäst motsvarar rekommendationen. Totalt 60 % av flickorna och 64 % av pojkarna är fysiskt aktiva på denna nivå ($p < 0.05$).

Konsumtion av specifika livsmedelsgrupper relaterat till motion på fritiden

Ungdomarna indelades i två grupper utifrån grad av fysisk aktivitet på fritiden. En grupp

⁷ Svenska Näringsrekommendationer 2005. Livsmedelsverket

bestående av ungdomar med sällan/lätt motion och en grupp ungdomar med måttlig/hård motion analyserades. De livsmedel där en ökning av konsumtionen rekommenderas valdes ut för jämförelse mellan grupperna, se tabell 4.

Tabell 4. Konsumtionsfrekvens för några livsmedel fördelat mellan ungdomar med sällan/lätt motion och måttlig/hård motion.

	Sällan/lätt motion	Måttlig/hård motion
Frukt och grönsaker dagligen *	34 %	47 %
Grönsaker dagligen *	56 %	66 %
Frukt dagligen*	46 %	60 %
Fisk varje vecka *	73 %	81 %

*p<0.05

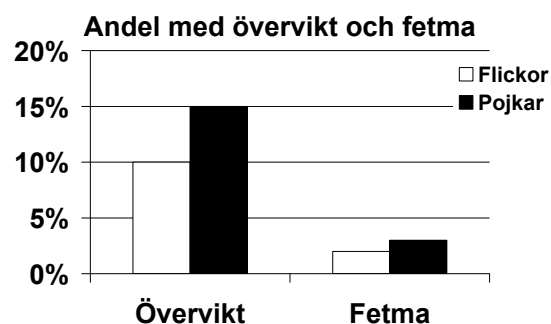
Det var en signifikant skillnad mellan andelen ungdomar med sällan/lätt motion och andelen med måttlig/hård motion som åt grönsaker, frukt och fisk dagligen (p<0.05).

Kroppsmasseindex BMI

Deltagarna i studien angav självrapporterad längd och vikt. Utifrån längd och vikt beräknas Body Mass Index (BMI=kg/m²) för att bedöma graden av undervikt, normalvikt, övervikt eller fetma. För att bedöma graden av undervikt, övervikt och fetma hos ungdomarna användes International Obesity Task Forces (IOTF) gränsvärden för barn och ungdom.

Förekomst av övervikt och fetma

Figur 23 visar andelen ungdomar som nådde gränsen för övervikt och fetma för flickor och pojkar separat.



Figur 23. Andel flickor och pojkar med övervikt och fetma.

Andelen flickor med övervikt respektive fetma var 10 % respektive 2 %. Motsvarande andel för pojkar var 15 % respektive 3 %. Andelen med övervikt och fetma var signifikant högre hos pojkarna jämfört med flickorna (p<0.05).

Normalvikt och undervikt

Förekomsten av undervikt bland ungdomarna var 9 % för flickor och 5 % för pojkar. Andelen ungdomar som klassades som normalviktiga var följaktligen 79 % och 77 % hos respektive flickor och pojkar.

Konsumtion av specifika livsmedelsgrupper inom olika viktklasser

Ungdomarna indelades i två grupper utifrån BMI-gränser för barn och ungdom. En grupp bestående av ungdomar med normalvikt och en grupp ungdomar med övervikt eller fetma analyserades. De livsmedel där en ökning av konsumtionen rekommenderas valdes ut för jämförelse mellan grupperna, se tabell 5. Det var en signifikant skillnad mellan andelen ungdomar med normalvikt och andelen med övervikt/fetma som åt fisk och grönsaker dagligen (p<0.05). Det fanns ingen skillnad i andelen ungdomar som åt frukt varje dag.

Tabell 5. Konsumtionsfrekvens för några livsmedel fördelat mellan ungdomar med normalvikt och med övervikt eller fetma.

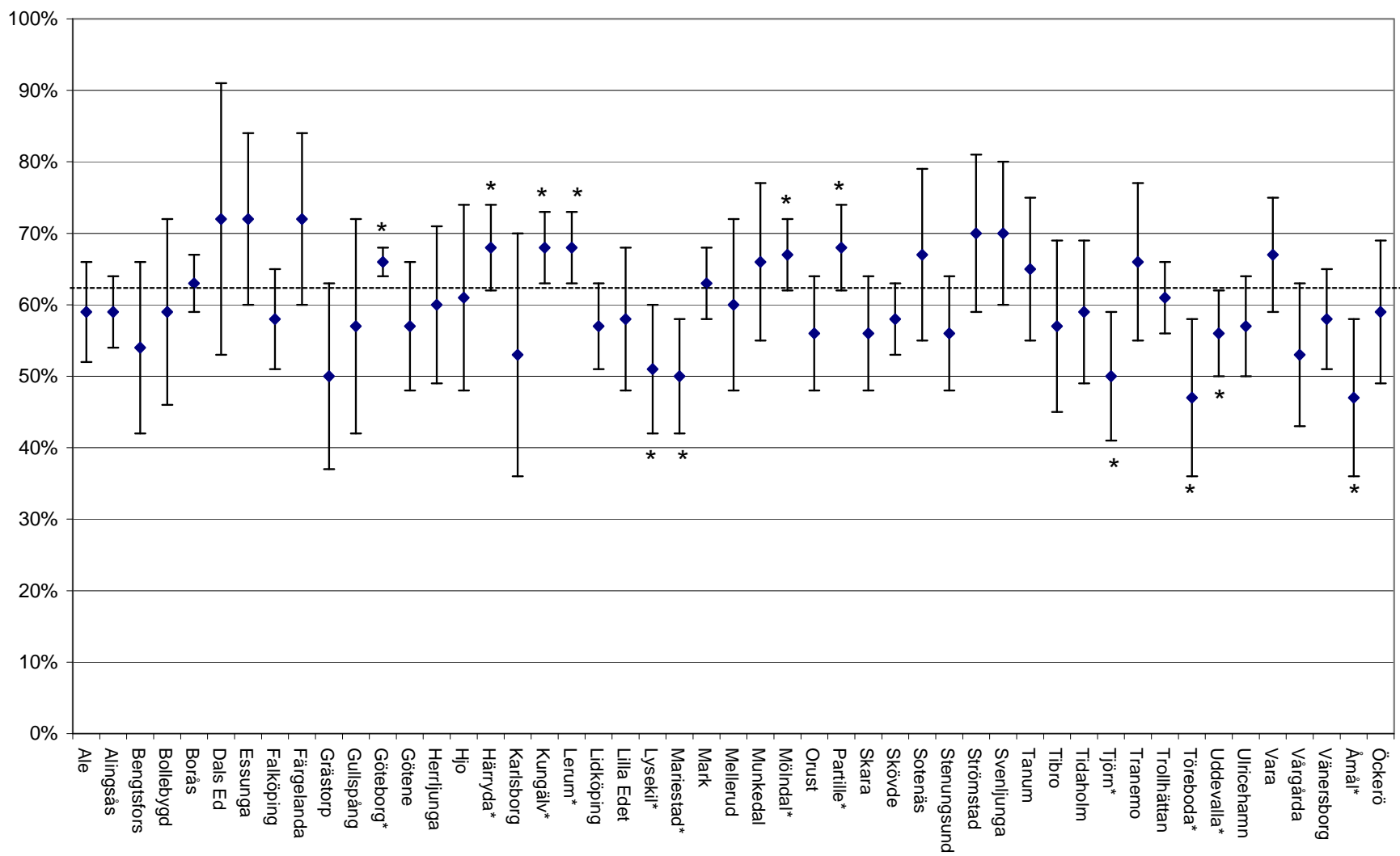
	Normalvikt	Övervikt /fetma
Frukt och grönsaker dagligen *	43 %	40 %
Grönsaker dagligen *	63 %	58 %
Frukt dagligen	55 %	55 %
Fisk varje vecka *	78 %	75 %

*p<0.05

Resultat på kommunnivå

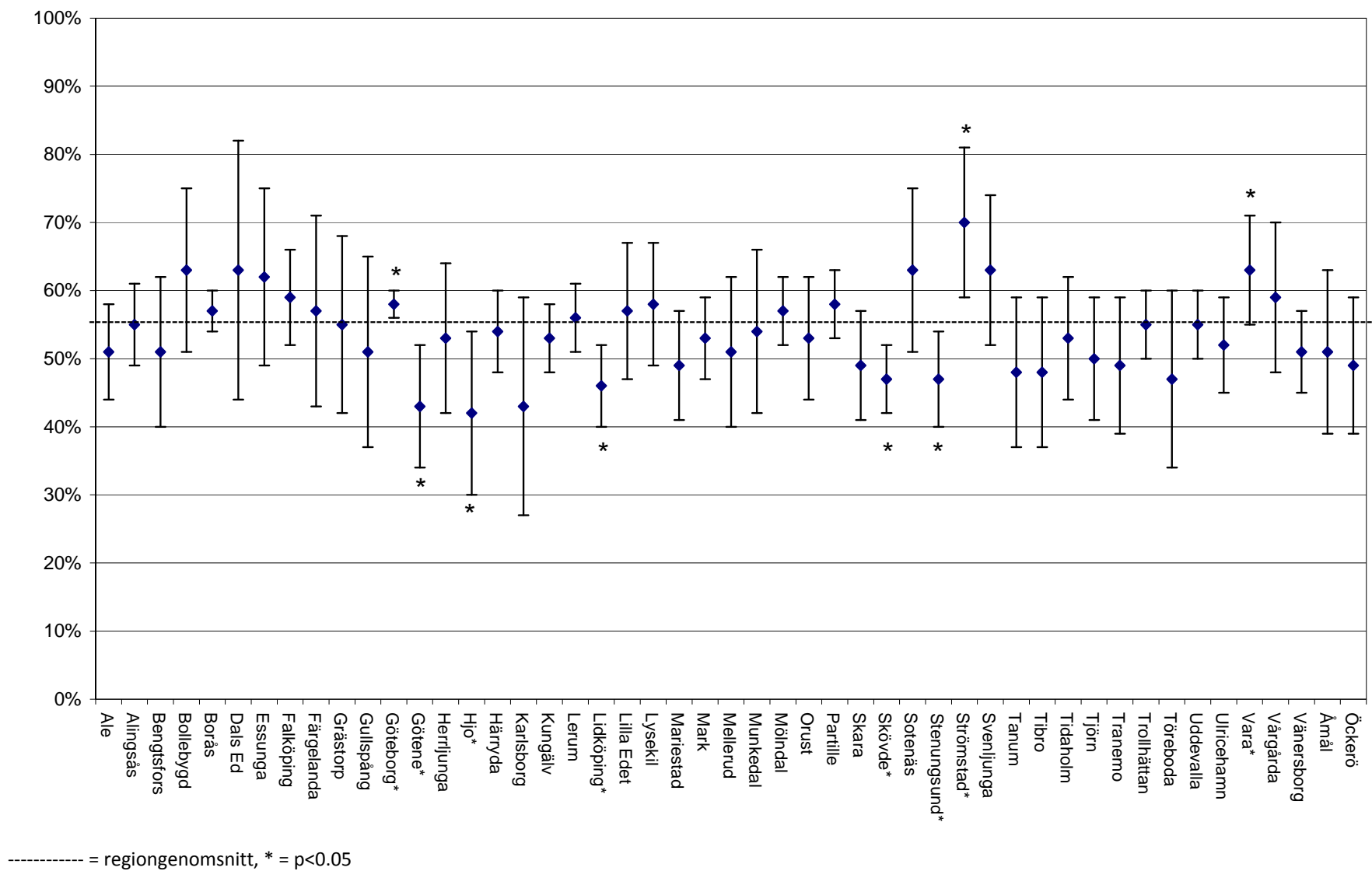
”Ung i Västra Götaland” genomfördes i Västra Götalandsregionens samtliga 49 kommuner. Resultat på kommunnivå presenteras för några utvalda delar av undersökningen. Figurena 24-26 redovisar andelen ungdomar som rapporterade dagligt intag av grönsaker, frukt och regelbunden träning. Andel ungdomar i medeltal som rapporterat att de äter grönsaker respektive frukt dagligen samt regelbunden (måttlig+hård) träning är jämfört med resultatet för varje kommun. Det är en stor osäkerhet i resultaten bland dem som svarade från varje kommun, vilket framgår av de stora konfidensintervallen. Tolkning av resultaten bör därför göras med stor försiktighet.

Figur 24. Andel ungdomar som äter grönsaker varje dag redovisas för varje kommun. Medelvärde med 95 % konfidensintervall.

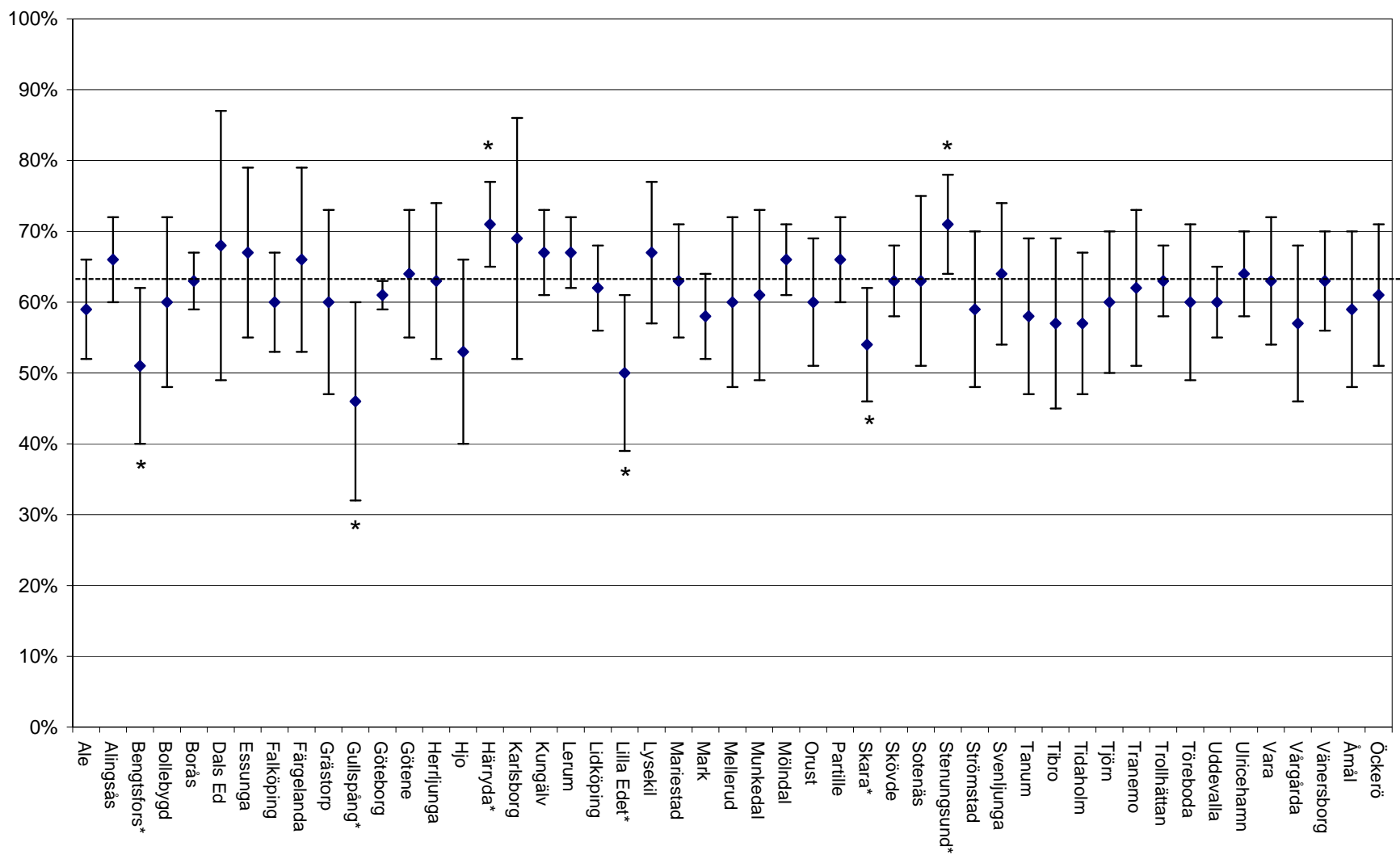


----- = regiongenomsnitt, * = p<0.05

Figur 25. Andel ungdomar som äter frukt varje dag redovisas för varje kommun. Medelvärde med 95 % konfidensintervall.



Figur 26. Andel ungdomar med regelbunden fysisk aktivitet (måttlig+hård) redovisas för varje kommun. Medelvärde med 95% konfidensintervall.



----- = regiongenomsnitt, * = p<0.05

Diskussion

Denna rapport belyser livsmedelsval och mat- och motionsvanor samt förekomst av övervikt och fetma hos flickor och pojkar i Västra Götalandsregionen födda 1992. Detta är den första matvaneundersökningen som genomförts på 15-16 åringar i regionen.

Ungdomarnas matvanor har jämförts med matvanorna hos unga i hela befolkningen från Livsmedelsverkets matvaneundersökning och både likheter och skillnader har påvisats. Resultaten i denna undersökning ger en indikation på vilka matvanor som bör vara i fokus för att främja goda matvanor och god hälsa bland ungdomarna i Västra Götalandsregionen.

I likhet med andra undersökningar fanns könsskillnader i matvanor. Denna undersökning visar att flickor tycks ha ett bättre livsmedelsval än pojkar. Flickor åt oftare frukt och grönsaker än pojkar. Att hälften respektive en tredjedel åt frukt och grönsaker varje dag säger dock inget om hur väl de följer rekommendationerna att äta 500 g frukt och grönsaker om dagen (eller 5 ggr per dag). Man kan däremot konstatera att åtminstone över hälften av ungdomarna bör öka sitt intag av grönsaker och frukt. Detta resultat är samstämmigt med Livsmedelsverkets studier som visar att kvinnor i alla åldersgrupper äter mer frukt och grönsaker än män och färre än en av tio äter frukt och grönsaker 5 gånger per dag. Flickorna i Västra Götaland åt dock frukt och grönsaker i större utsträckning än unga män och kvinnor i Sverige.

Ytterligare en indikation på ett sämre livsmedelsval hos pojkar är att de oftare än flickorna åt snabbmat: pommes frites, korv, hamburgare och pizza. Även dessa resultat stämmer väl överens med Livsmedelsverkets undersökning. Andelen pojkar som drack läsk/saft var också betydligt högre än andelen flickor. Skillnader i konsumtionsmönster mellan kön rapporterades hos dessa unga flickor och pojkar vilket överensstämmer med tidigare

undersökningar bland vuxna kvinnor och män samt barn i årskurs 2 och 5⁸.

Bland ungdomarna i Västra Götaland var det däremot ingen skillnad mellan könen hur ofta de åt fisk. Det var dock många flickor och pojkar som aldrig åt fisk och de åt fisk mer sällan än befolkningen i övrigt. Enbart en liten andel av ungdomarna når upp till rekommendationerna om fisk 2-3 gånger/vecka, endast 15 %, och det är betydligt lägre än vad som rapporterats hos unga deltagare i Livsmedelsverkets matvaneundersökning. Däremot var det många Västra Götalandsungdomar som åt fisk åtminstone varje vecka.

Ungdomarna i Västra Götaland följer trenden att använda fetare matfett på smörgås. Användning av fetare matfett har ökat de senaste åren och lättmargarin har minskat enligt Livsmedelsverket. Det är framförallt yngre som äter smör oftare på smörgås än andra åldersgrupper. Andel ungdomar i Västra Götaland som använde Bregott eller lättmargarin är densamma som bland unga i övriga landet enligt Livsmedelsverket. Däremot var andelen ungdomar som använde smör på smörgås högre i denna undersökning. Samtidigt var det många som sällan eller aldrig åt smör.

Grovt bröd åt knappt hälften av ungdomarna dagligen. Det är betydligt lägre än intaget hos vuxna i landets befolkning. Grovt bröd är en viktig komponent för att öka intaget av fullkorn.

I en jämförelse av kostindikatorer för bra matvanor mellan unga i övriga Sverige och ungdomar i Västra Götaland finner man att godis, kakor/bullar, läsk och pommes frites är mer vanligt förekommande bland ungdomarna i Västra Götaland, framförallt hos pojkar.

⁸ Indikatorer för bra matvanor. Resultat från intervjuundersökningar 2008. Livsmedelsverket Rapport 22-2009
Riksmaten – barn 2003. Livsmedels- och näringsintag hos barn i Sverige. Livsmedelsverket

Undersökningen visar också att pojkarna var mer fysiskt aktiva på fritiden än flickorna. Den grupp ungdomar som rapporterade måttlig till hård motion regelbundet åt oftare grönsaker och frukt dagligen samt fisk varje vecka än de som rapporterade att de motionerade sällan eller angav lätt motion.

I denna undersökning hade totalt 12 % av flickorna och 18 % av pojkarna övervikt eller fetma. I undersökningen "Hälsa på lika villkor 2008" från Statens Folkhälsoinstitut var andelen män och kvinnor i åldern 16-29 år med övervikt högre än i denna studie. Dessa båda undersökningar är enkätundersökningar med självrapporterad kroppsvikt vilket medför en viss osäkerhet i data. Skolhälsovården i Göteborg redovisade prevalens av övervikt och fetma i olika årsklasser, med uppmätt längd och vikt. Elever i år 1 i gymnasiet hade liknande prevalens av övervikt och fetma, 13 % respektive 16 % jämfört med ungdomarna i denna studie⁹.

För ett par av kostindikatorerna för goda matvanor, frukt och grönsaker samt fisk, jämfördes konsumtionsfrekvensen hos ungdomar med normalvikt och ungdomar med övervikt/fetma. Ungdomar med övervikt eller fetma rapporterade mer sällan att de äter grönsaker dagligen eller fisk varje vecka. Detta samband måste dock analyseras ytterligare med hänsyn taget till fler faktorer.

Ungdomarna i Västra Götaland redovisar matvanor som kan förbättras för att främja framtida hälsa. Livsmedelsval avspeglar sig i balansen mellan de energigivande näringsämnena protein, fett och kolhydrater. Rekommendationer om lämplig balans mellan energigivande näringsämnen har funnits i årtionden. Trots detta redovisar ungdomarna en kost där dessa näringsämnen är i obalans. En alltför hög andel av energin kommer från fett och framförallt mättat fett. Dessutom indikerar resultaten att kolhydraternas kvalitet kan förbättras. Ungdomarna konsumerar sällan grönsaker och frukt men ofta läsk och

godis. Hälften av ungdomarna äter godis "var och varannan" dag och lika många dricker söta drycker "var och varannan dag". Alltför få äter grovt bröd dagligen. Detta livsmedelsval medför att kolhydraterna har en dålig kvalitet med mycket socker men lite fibrer, vitaminer och mineraler.

Goda matvanor och ett aktivt liv är viktiga pusselbitar för att främja god hälsa. Denna rapport visar att ungdomarna i Västra Götaland har matvanor som kan förbättras. Det behövs insatser för att främja konsumtion av grönsaker och frukt samt fisk på bekostnad av söta och feta livsmedel framför allt läsk och godis. Detta gäller framförallt ungdomar med låg fysisk aktivitet på fritiden.

⁹ Sammanställning av årsredogörelser 2009 för skolhälsovården i Göteborg. Göteborg Stad, Skolhälsan, Stadskansliet 2010

Undersökning av luftvägar, levnadsvanor och miljö bland ungdomar i Västra Götalands Län

Hej!

Förekomsten av astma och allergier har ökat hos ungdomar under senare decennier. Vi vet inte säkert vad ökningen beror på eller om den har stannat upp. Många orsaker till astma och allergier har diskuterats, t ex luftföroreningar ute och inne, maten vi äter, infektioner, fritidssysselsättningar och mycket annat. Vi vet inte tillräckligt mycket om hur detta påverkar det dagliga livet, skolförhållanden och möjligheten att arbeta med det man vill.

Syftet med studien är att beskriva ungdomars miljörelaterade ohälsa, kartlägga förekomsten av allergier och kostens betydelse för folkhälsan.

Undersökningen genomförs av Göteborgs Universitet på uppdrag av Folkhälsokommittén i Västra Götalandsregionen i samarbete med primärvården och länets kommuner. Deltagandet är frivilligt och man kan när som helst, utan särskild förklaring, avbryta deltagandet.

I undersökningen erbjuds alla ungdomar födda år 1992 som bor i Västra Götalands Län att delta.

Det är viktigt att det är du själv besvarar frågorna i formuläret. Vissa av frågorna i formuläret kan dock vara svåra att besvara utan att först ta hjälp av en förälder eller annan vuxen i familjen. Vi har markerat sådana frågor i formuläret. För helheten i studien är det viktigt att alla frågor besvaras så fullständigt som möjligt.

Skicka tillbaka den ifyllda enkäten i det bifogade portofria svarskuvertet inom 14 dagar.

Sekretess. Dina svar kommer att behandlas så att inte obehöriga kan ta del av dem. Frågeformulären kommer att förvaras inlåsta vid Arbets- och miljömedicin, Göteborgs Universitet. De kommer att förstöras om 10 år. Uppgifterna kommer att databearbetas och enbart användas för forskningsändamål. Alla uppgifter arkiveras i ett dataregister vid Göteborgs Universitet som också ansvarar för dina personuppgifter. Eventuellt kan delar av registret komma att samköras med följande dataregister; värnpliktsregistret, betygsregistret och patientregistret. Vi utgår från att du samtycker till samkörning när du skickar oss det ifyllda och underskrivna frågeformuläret. Resultat kommer att redovisas i tabeller och figurer där inga enskilda personer kan identifieras.

Om du har några frågor så ring eller maila till någon av oss.

Bästa hälsningar,

Jonas Brisman
Överläkare
031-786 62 75
jonas.brisman@gu.se

Kjell Torén
Överläkare
031-786 62 62
kjell.toren@gu.se

Rosita Sundberg
Allergikoordinator
031-342 78 43
rosita.sundberg@gu.se

Göran Henriksson
Överläkare
031-705 16 66
goran.henriksson@vgregion.se

INSTRUKTION

Sätt **ett kryss** i den ruta som du anser passar bäst, endast ett kryss per fråga. I de rutor där siffra skall fyllas i, skriv endast **en siffra per ruta**.

Frågor om bostad, fritidsaktiviteter och skola

1. Var är bostaden belägen?

- Innerstadsområde
 Annat tätbebyggt område
 Landsbygd

2. Vilken typ av bostad bor ni i nu?

- Fristående villa
 Radhus/kedjehus
 Lägenhet i flerbostadshus

På frågorna 3–7 kan du behöva hjälp från en förälder eller annan vuxen.

3. Bor du i en bostad där något av följande används som huvudbränsle för uppvärmning?

- Ved
 Pellets eller flis
 Olja
 Direktverkande elvärme
 Inget av dessa

4. Bor du i en bostad där öppen spis eller braskamin används minst en gång per vecka under vinterhalvåret?

- Ja Nej

5. Finns det någon annan som regelbundet (flera gånger per vecka under vinterhalvåret) eldar med ved inom 100 meter från din bostad?

- Ja Nej

6. Finns det stall eller ridanläggning inom 500 meter från din bostad?

- Ja Nej

7. Om ja på fråga 6, på vilket avstånd från din bostad är stallet eller ridanläggningen?

- 0–50 m 51–200 m 201–500 m

8. Rider du eller har annan regelbunden kontakt med hästar (minst en gång per månad)?

- Ja Nej

9. Hur mycket motion får du på din fritid (inte skolidrotten)? Gäller i genomsnitt det senaste året. Markera det alternativ som passar bäst in på dig.

- Sällan motion, mest stillasittande aktiviteter.
 Lätt motion ibland (promenader, cykling).
 Lätt motion regelbundet, minst en gång per vecka. (Räkna här in promenad eller cykling 10–30 min per dag till och från skola mm.)
 Måttlig aktivitet och träning regelbundet, minst 1–2 gånger per vecka i minst 30 minuter per gång (gymnastik, aerobics, workout, snabb promenad, jogging, simning, badminton, tennis eller liknande. Räkna här in promenad eller cykling 30–60 minuter per dag till och från skola mm).
 Hård regelbunden träning flera gånger per vecka (mer än 2 gånger per vecka)

10. Deltog du i så kallat "babysim" som spädbarn? Här kan du fråga en förälder eller annan vuxen.

- Ja Nej Vet ej

11. Deltar du eller har du deltagit i regelbunden (minst en gång/vecka) simträning i inomhusbassäng?

- Ja Nej

12. Om ja på fråga 11, i vilken ålder?

Mellan och års ålder

13. Hur ofta äter du någon form av mat som innehåller fisk?

- Mindre än en gång per vecka
 Ca en gång per vecka
 Mer än en gång per vecka

14. Vilket brukar du oftast använda på bröd?

- Riktigt smör eller Bregott
 Ej smör eller margarin
 Annat bordsmargarin

24. Hur ofta har du (de senaste 3 månaderna):

- | | Aldrig | Någon/några ggr per mån | Någon/några ggr per vecka | I stort sett varje dag |
|--|--------------------------|--------------------------|---------------------------|--------------------------|
| a) vaknat <u>utsövd</u> ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) haft besvär med sömnen?
(t ex svårt att somna, upprepade uppvaknanden, för tidigt uppvaknande) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) varit trött/sömnig under dagen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

25. Hur lång är du? (Ange hela cm)

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	cm
----------------------	----------------------	----------------------	----

26. Hur mycket väger du? (Ange hela kg)

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	kg
----------------------	----------------------	----------------------	----

Frågor om luftrörsbesvär

På fråga 27 kan du behöva fråga en förälder eller annan vuxen

27. Har du någonsin haft astma eller astmatisk luftrörskatarr?

Ja	Nej
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1 Om **ja**, ställdes diagnosen av en läkare?

Om nej på fråga 27, gå till fråga 33.

28. Har du haft astmabesvär under de senaste 12 månaderna?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

29. Har du under de senaste 12 månaderna haft pip eller väsningar i bröstet?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

30. Har du under de senaste 12 månaderna haft andnöd med trånghets känsla i bröstet?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

31. Har du varit hes utan förkylning under de senaste 12 månaderna?

Nej, aldrig Sällan Ofta Ja, alltid

32. Om du varit hes, på detta sätt, var din röst då

Lite hes Ganska hes Mycket hes

Frågor om medicinering

33. Har du använt någon astma-medicinering under det senaste 12 månaderna?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

om **Ja**, 1 Luftrörsvidgande medicin **vid behov** ibland (Ventolin, Bricanyl, Buventol)?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

2 Luftrörsvidgande medicin **vid behov** ofta (flera gånger i veckan)?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

3 Förebyggande medicin dagligen, **men högst** 6 månader

(Pulmicort, Flutide, Becotide, Giona, Seretide, Symbicort, Singulair)?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

4 Förebyggande medicin dagligen, **mer än** 6 månader?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

34. Har du under det senaste året använt tabletter mot allergi i ögon eller näsa?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

35. Har du av läkare blivit ordinerad nässpray mot allergi (kortisonspray)?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

Frågor om näsbesvär

På fråga 36 kan du behöva fråga en förälder eller annan vuxen.

- | | Ja | Nej | |
|---|-------------------------------------|-----------------------------------|--|
| 36. Har du någonsin haft näsbesvär såsom nästäppa, rinnsnuva och/eller nysattacker utan att vara förkyld? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| 37. Har du under <u>det senaste året</u> haft upprepade attacker med nysningar och tunn snuva utan att vara förkyld? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| 38. Har du under <u>det senaste året</u> haft klåda i näsan, nästäppa eller tunn snuva utan att vara förkyld? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| 39. Har du under <u>de senaste 12 månaderna</u> haft nästäppa, rinnsnuva, nysattacker eller röda kliande ögon <u>vid kontakt med pälsdjur</u> ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| 40. Har du under <u>de senaste 12 månaderna</u> haft nästäppa, rinnsnuva, nysattacker eller röda kliande ögon <u>vid kontakt med häst eller personer som varit i kontakt med häst</u> ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| 41. Under <u>de senaste 12 månaderna</u> , hur mycket påverkade näsbesvären dina dagliga aktiviteter? | | | |
| <input type="checkbox"/> Inte alls | <input type="checkbox"/> Något lite | <input type="checkbox"/> Måttligt | <input type="checkbox"/> Ganska mycket |

Frågor om hudbesvär

På fråga 42 kan du behöva fråga en förälder eller annan vuxen.

- | | Ja | Nej |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 42. Har du <u>någonsin</u> haft eksem (kan ha kommit och gått) under minst 6 månader? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Om Ja, 1 Har du haft detta eksem under de senaste 12 månaderna ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 Har detta eksem vid något tillfälle förekommit på något av följande ställen: Armveck, knäveck, fotleder, på lårens baksidor eller på halsen, kring öronen eller ögonen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 43. Har du tagit håll i öronen eller gjort håll för smycken någon annanstans på kroppen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 44. Om ja på fråga 43, vid vilken ålder skedde det första gången? Vid <input type="text"/> <input type="text"/> års ålder | | |
| 45. Har du nickelallergi? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 46. Har du eller har du haft tandställning av metall? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 47. Om ja på fråga 46, hur gammal var du när du fick den? <input type="text"/> <input type="text"/> år | | |

Frågor om dig och din familj

48. Har du vuxit upp i Sverige?
- Ja Nej Delvis
49. Enkäten ifylld av eleven tillsammans med
- Enbart mamma Enbart pappa Båda föräldrarna Annan vuxen

Frågor om mat

Copyright Ingegerd Johansson

50. Vilken typ av mat eller kost äter du vanligen?

Markera **ett** alternativ, det vanligaste!

- Blandkost, dvs äter det mesta
- Enbart laktovegetarisk kost, dvs äter inte kött, fisk eller ägg
- Mest laktovegetarisk kost, men äter ibland fisk och ägg
- Vegankost, dvs äter inte kött, fisk, ägg, mjölk och mjölkprodukter
- Glutenfri kost
- Annan kost, beskriv: _____


51. Har du ätit något eller några av följande kosttillskott?

Markera lämpliga rader och ange gärna preparatnamn!

- Inga kosttillskott
- Multi-vitaminer
- Multi-mineraler
- Järn
- Selen
- Annat

Om annat eller om du är osäker ange preparatnamn:

52. Titta på teckningarna av matportioner och kryssa i det alternativ som bäst motsvarar din normalportion för de tre olika matgrupperna. Kryssa endast ett kryss per matgrupp.



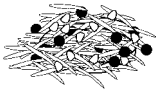
En normalportion av **Potatis/Ris/Pasta/Bulgur/Couscous** är den mängd som finns på tallrik:

A B C D



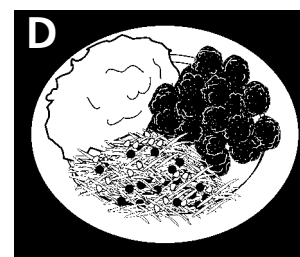
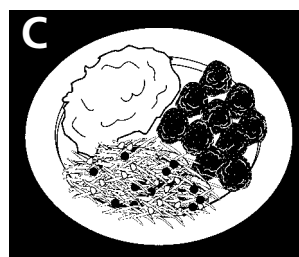
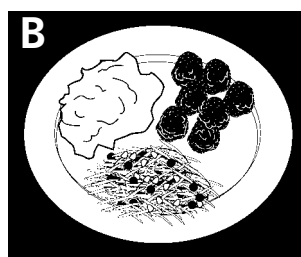
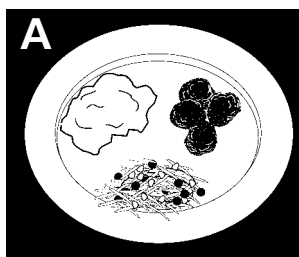
En normalportion av **Kött/Fisk/Fågel/Motsvarande vegetariskt alternativ** är den mängd som finns på tallrik:

A B C D



En normalportion av **Grönsaker** är den mängd som finns på tallrik:

A B C D



Födoämne	Frekvens		Någon gång per år	1-3ggr per månad	1 gång per vecka	2-3ggr per vecka	4-6ggr per vecka	1 gång per dag	2-3ggr per dag	4 ggr per dag el mer
	Aldrig									
52 Blodpudding, blodkorv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53 Lever	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54 Köttersättning (sojaprod, quorn mm)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
55 Mager fisk (torsk, sej, plattfisk)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
56 Fet fisk (sill, lax, makrill, strömming)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
57 Skaldjur (räkor, kräftor, musslor)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
58 Ägg, äggrätter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
59 Glass	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
60 Sötsaker (choklad, godis)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
61 Sockerbitar, strösocker, honung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
62 Marmelad, sylt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
63 Kakor, bakelser	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
64 Chips, popcorn, salta nötter mm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
65 Lättmjölk(blå), Minimjolk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
66 Mellanmjölk (grön)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
67 Standardmjölk (röd)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
68 Saft	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
69 Light läsk, lightcola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
70 Läsk, coca-cola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
71 Juice	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
72 Kaffe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
73 Te	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Jag har läst igenom den information som medföljer denna enkät.

Jag godkänner härmed att de uppgifter jag lämnat används för forskning på det sätt som jag informerats om.

Datum _____

Skola nr: (Se lista nästa sida)

Elevens underskrift _____

Förteckning över skolor

Leta upp din skola. Ange din skolas tresiffriga tal i de tre rutorna nederst på föregående sida.

001 A-gruppen, Vallhamra	076 Furulunds skola	151 Lyrfågelskolan 7-9	226 Stenbackeskolan
002 Ahlafors Fria skola	077 Fuxernaskolan 1-9	152 Lärjedalens resursskola	227 Stenbocksskolan
003 Aleskolan	078 Gamlestadsskolan H	153 Lärökällan i Skara	228 Stenhammarskolan
004 Alléskolan, Floda	079 Gathenhielmsskolan	154 Majornaskolan	229 Stenkulan
005 Alléskolan, Vara	080 Glöstorpskolan	155 Malögårdens skola	230 Stenstorpskolan
006 Almåsskolan	081 Grevegårdsskolan 4-9	156 Mariaskolan	231 Stenungskolan
007 Altorpskolan	082 Grundskolan Östra sjukhuset	157 Martinaskolan	232 Stora Högaskolan
008 Aroseniussskolan	083 Gudhemsskolan	158 Mogaskolan, 7-9	233 Strandskolan
009 Assaredsskolan	084 Guldhedsskolan	159 Montessoriskolan Carpe Diem	234 Streteredsskolan
010 Baggershusskolan	085 Guldkroksskolan 7-9	160 Montessoriskolan Casa	235 Strömlundsskolan
011 Bengtsgården	086 Gullhögskolan	161 Montessoriskolan Centrum	236 Strömskolan
012 Bergjusskolan	087 Gullmarsskolan 7-9	162 Montessoriskolan Floda säteri	237 Strömstiernaskolan
013 Bergsjöskolan	088 Gullstensskolan åk 7-9	163 Montessoriskolan Globen	238 Studiegården
014 Bergums skola F-9	089 Gustav Adolfsskolan	164 Montessoriskolan Kvarnhjulet	239 Styrsöskolan
015 Bilboskolan	090 Göteborgs Högre Samskola gr.	165 Montessoriskolan Malmen	240 Synapsens skola
016 Björndammens skola	091 Hagaskolan	166 Montessoriskolan Pärlan	241 Svartedalsskolan 0-9
017 Bleketskolan	092 Halleskolan	167 Montessoriskolan Skäret	242 Sverigefinska skolan i Gbg
018 Bodaskolan	093 Hamburgsundskolan	168 Montessoriskolan Älvkullen	243 Sylteskolan 7-9
019 Bohusläns Helhetssk. Rävohogen	094 Hammarkullsskolan F-9	169 Munkegårdsskolan	244 Synapsens friskola
020 Bohusskolan	095 Hedekas skola	170 Nohagaskolan	245 Säraskolan
021 Bollebygdsskolan	096 Helenaskolan	171 Nordalskolan	246 Särskilda undervisningsgrupper
022 Borås Kristna skola	097 Henåns skola	172 Nordhemsskolan	247 Sätillaskolan
023 Brandströmska skolan Backa	098 Herrgårdsskolan	173 Nordlyckeskolan	248 Sörgårdsskolan
024 Brandströmska skolan Nylöse	099 Himlaskolan	174 Norgårdensskolan 7-9	249 Tanumskolan
025 Brattebergsskolan	100 Hjortmosseskolan	175 Nossebro skola år 0-9	250 Teglskolan
026 Broholmskolan	101 Hjällboskolan	176 Nya Lundensskolan	251 The English School Gothenburg
027 Brunnsboskolan	102 Hjällsnässkolan	177 Nya Lövgårdsskolan	252 Thorildsskolan
028 Bräcke Östergårdsskolan	103 Hovåsskolan F-9	178 Nya Pävelundsskolan	253 Tingbergsskolan
029 Bräckeskolan	104 Huvudnässkolan	179 Nya Skolan, Trollhättan	254 Toleredsskolan
030 Buråsskolan	105 Håjums Gård skoldaghem	180 Nyboskolan	255 Torpaskolan, Göteborg
031 Buxeröds utvecklingscenter	106 Häggvallskolan	181 Nygårdsskolan F-9	256 Torpaskolan, Vänersborg
032 Båtsmansskolan	107 Hällebergsskolan	182 Nytorpskolan	257 Torpskolan
033 Böskolans friskola	108 Högelidsskolan	183 Nästegårdsskolan	258 Torslandaskolan 7-9
034 Carl Johansskolan	109 Högsboskolan	184 Orust waldorfskola	259 Tranängskolan 7-9
035 Casa Montessori	110 Högsboskolan G-klasser	185 Oxledsskolan	260 Trugårdsskolan
036 Centralskolan	111 Högsätterskolan	186 Parabol	261 Tunaholmskolan
037 Centralskolan F-9	112 Hökensåsskolan	187 Paradisskolan	262 Tynneredsskolan
038 Dalboskolan	113 Introduktionsskolan	188 Parkskolan, Kungshamn	263 Tyska skolan
039 Dalsjöskolan 4-9	114 ISG Gårdstensskolan	189 Parkskolan, Skene	264 Tärnan
040 Daltorpskolan	115 ISGR/International section	190 Pettersbergsskolan	265 Töreboda Centralskola
041 Dalängskolan	116 ISGR/Swedish-English	191 Pixbo Montessoriskola	266 Ugglums skola
042 Djupedalskolan	117 Järnbrottskolan 6-9	192 Projektcentrum Karlaskolan	267 Utmarksskolan
043 Djäkneskolan	118 Kannebäcksskolan döva och hör	193 Rambergsskolan	268 Valboskolan 7-9
044 Drakbergsskolan	119 Karl Johansskolan	194 Ramnerödsskolan	269 Waldorfskolan Grenkvist
045 Ebba Petterssons Privatskola	120 Karolineraskolan	195 Resursskolan, Strömstad	270 Vallhamra skola
046 Ekdalaskolan	121 Kastanjeskolan	196 Resursskolan, Skövde	271 Vartoftaskolan
047 Ekländaskolan	122 Katolska skolan av Notre Dame	197 Resursskolan Linden	272 Vasaskolan, Göteborg
048 Ekåsa skola och internat	123 Kinnarpsskolan	198 Resursskolan Orust kommun	273 Vasaskolan, Skövde
049 Ellös skola	124 Klarebergsskolan	199 Rudenschöldsskolan	274 Vassbo skola
050 Engelbrektskolan	125 Klockareskolan	200 Rudolf Steinerskolan Göteborg	275 Viskaforsskolan 4-9
051 Eriksdalskolan	126 Kom-klassen	201 Ryaskolan 0-9	276 Vittra vid Gerdskan
052 Erikslundskolan	127 Kristinaskolan	202 Rydsbergsskolan	277 Vittra vid Kronhusparken
053 Fenestra Centrum	128 Kristinebergsskolan	203 Rydskolan	278 Vårkullens skolveckohem
054 Fenestra S:t Jörgen	129 Kristinedals skola, Fengersfors	204 Rådaskolan	279 Västerbyskolan
055 Fiskebäcksskolan	130 Kristinedalskolan, Stenungsund	205 Rävlandaskolan	280 Västerskolan
056 Fjällskolan	131 Kronängsskolan	206 Römosseskolan	281 Vättleskolan
057 FKC Västersjö skola	132 Kungsmarksskolan	207 Sandaredsskolan 7-9	282 Ytterbyskolan
058 Flatåsskolan	133 Kvarnbyskolan	208 Sandeklevsskolan	283 Åbyskolan
059 Flexgruppen	134 Kyrkbyskolan	209 Sannaskolan	284 Änåsskolan
060 Flobyskolan	135 Kyrkerörsskolan	210 Sinnorpskolan	285 Åsebro skola
061 Fornängsskolan	136 Källtorpskolan	211 Sjukhusskolan	286 Åsen skola
062 Forsenskolan	137 Käpplundaskolan	212 Sjuntorp skolan	287 Änglagårdsskolan
063 Franska skolan Göteborg	138 Kärralundsskolan	213 Skogsbrynets skoldaghem	288 Ängskolan
064 Fredkullaskolan (waldorfskola)	139 Kärraskolan 6-9	214 Skogshöjdens skola	289 Ängås 7-9 skola
065 Fredriksdalskolan	140 Landvetterskolan	215 Skutan	290 Åsperödsskolan
066 Freinetsk Bild&Form Masthugget	141 Lasarettsskolan BUP	216 Skånåhällaskolan	291 Ätradalsskolan
067 Fridaskolan, Trollhättan	142 Lasarettsskolan, barnavdelning	217 Skälltorpsk. sv. Balettskolan	292 Öjersjö Brunn
068 Fridaskolan, Uddevalla	143 Leteboskolan	218 Skälltorpskolan	293 Öjersjö Storegård
069 Fridaskolan, Vänersborg	144 Lexby skola	219 Sollebrunn skola	294 Önneredsskolan 2
070 Friskolan Brovalvet	145 Lindeviskolan	220 Sommarhemsskolan 7-9	295 Önneredsskolan MH
071 Friskolan i Kärna	146 Lindhagaskolan	221 Sotenässkolan	296 Önneredsskolan
072 Friskolan Metis	147 Lindåsskolan F-9	222 Spelmannen	297 Örbyskolan
073 Fristadsskolan 7-9	148 Linnéaskolan	223 Språkklassen, Öjersjö Brunn	298 Östanvindsskolans skoldaghem
074 Fritslaskolan	149 Linnéaskolan	224 SPU	299 Östbyskolan
075 Funningensskolan	150 Lyckeskolan	225 Stavreskolan	300 Östlyckeskolan

Kostundersökningen Livsmedelsval och matvanor, som är en del av studien Ung i Västra Götaland, är genomförd av Med dr Heléne Bertéus Forslund på avdelningen för klinisk näringslära vid Sahlgrenska akademien, Göteborgs universitet på uppdrag av Folkhälsokommittén, Västra Götalandsregionen.

Elektronisk kopia finns på:

www.vgregion.se/folkhalsa
www.nutrition.gu.se

Fler exemplar av denna rapport kan beställas av:

marie-louise.arlevik@vgregion.se

Foto: Johan Wingborg, Regiontryckeriet april 2010



GÖTEBORGS UNIVERSITET



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN
FOLKHÄLSOKOMMITTÉN