# Miljöhälsorapport Skåne Blekinge Kronoberg 2025

# Medverkande

**Författare**
Åsa Almqvist, specialistläkare i Arbets- och miljömedicin, Lina Hagvall, miljöhygieniker, Jonathan Loive, miljöhygieniker, Jörgen Olofsson, miljöhygieniker, Eva Tekavec, specialistläkare i Yrkes- och miljömedicin på Arbets- och miljömedicin Syd.

Databearbetning, figurer och tabeller: Jörgen Olofsson

**Tack till**
Representanter för länsstyrelserna i Blekinge, Kronoberg och Skåne samt Regional utveckling Region Skåne och Region Blekinge för granskning av rapporten; Anna-Karin Bilén, Louise Ellman Kareld, Susanne Dahlberg, Karl Magnus Adielsson och Carina Svärd.

**Kontakt**
Jörgen Olofsson, Arbets- och miljömedicin Syd,
jorgen.olofsson@skane.se

Bilden på rapportens framsida är AI-genererad.

**Rapport nr 3/2026 Arbets- och miljömedicin Syd**

# Innehållsförteckning


Förord ..... 6

Kapitel 1. Inledning och bakgrund ..... 8

Miljöhälsoenkäten 2023 ..... 9
Miljöhälsorapport Skåne Blekinge Kronoberg 2025 ..... 10

Bearbetning av data ..... 10
Genomförande ..... 11
Svarsfrekvens ..... 11
Skattning av besvärsförekomst och exponering i befolkningen ..... 12
Demografiska statistikområden (DeSO) ..... 12
Bakgrunddata ..... 14
Tolkning av resultaten ..... 16
Övrigt ..... 16

Befolkningens allmänna hälsotillstånd ..... 17
Vidare läsning ..... 19

Kapitel 2. Luftföroreningar ..... 20

Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län ..... 23

Fönster mot större gata ..... 23
Eldning och fönstervädring ..... 23
Luftkvalitet utanför bostaden ..... 26

Sammanfattning ..... 28
Förslag på åtgärder ..... 29
Vidare läsning ..... 30

Kapitel 3. Buller ..... 31

Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län ..... 33

Buller från vägtrafik ..... 33
Musiklyssnade ..... 39
Hörselnedsättning ..... 40
Tinnitus ..... 40

Sammanfattning och förslag på åtgärder ..... 41

Vidare läsning ..... 42

Kapitel 4. Inomhusmiljö ..... 43

Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län ..... 46

Fukt, mögel och luftkvalitet ..... 46
Temperatur i bostaden ..... 50
Miljöfaktorer och besvär ..... 51

Sammanfattning och förslag på åtgärder ..... 54
Vidare läsning ..... 56

Kapitel 5. Allergi, astma och andra besvär i luftvägar och hud ..... 58

Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län ..... 60

Allergi, astma och luftvägsbesvär ..... 60
Hudbesvär och hudexponering för kemikalier ..... 65
Tatueringar ..... 69

Sammanfattning ..... 71
Förslag på åtgärder ..... 72
Vidare läsning ..... 73

Kapitel 6. Miljötobaksrök ..... 74

Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län ..... 76
Sammanfattning ..... 80
Förslag på åtgärder ..... 82
Vidare läsning ..... 83

Kapitel 7. Miljöföroreningar och kemikalier ..... 84

Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län ..... 86

Vem väljer ekologiskt och klimatsmart? ..... 86
Fisk är nyttigt, eller? ..... 87
Dricksvatten från egen brunn ..... 92

Sammanfattning och förslag på åtgärder ..... 94
Vidare läsning ..... 95

Kapitel 8. Solljus ..... 96

Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län ..... 97

Exponering för UV-ljus från solarier ..... 103
Sammanfattning och förlag på åtgärder .....105
Vidare läsning ..... 106
Kapitel 9. Städer, grönstrukturer och hälsa.....107
Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län ..... 109
Bostadsfönster mot grönska.....110
Tillgång till egen tomt eller uteplats..... 111
Tillgång till park, grönområde eller annan natur ..... 112
Vistelse på egen tomt eller uteplats .....113
Vistelse i grönområden under sommarhalvåret .....114
Vistelse i grönområden under vinterhalvåret ..... 115
Samband mellan grönområde inom gångavstånd från bostaden och vistelse i grönområde ..... 117
Sammanfattning..... 117
Förslag på åtgärder..... 118
Vidare läsning ..... 119
Kapitel 10. Klimatförändringar och hälsa .....120
Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län .....122
Oro för klimatförändringen .....122
Medvetna val för att minska klimatavtrycket .....124
Hopp att klimatförändringen kan bromsas .....125
Besvär av värme i bostaden .....126
Sammanfattning.....126
Förslag på åtgärder.....127
Vidare läsning .....128

# Förord

Vår hälsa påverkas i hög grad av miljön som vi vistas i. Kartläggning av miljörelaterad hälsa är därför ett viktigt verktyg för att möjliggöra en god och jämlik levnadsstandard för hela befolkningen och för att integrera miljö- och hälsoperspektiv i samhällsplaneringen.

Miljöhälsorapporten är en regional sammanställning för Skåne, Blekinge och Kronoberg utifrån Folkhälsomyndighetens miljöhälsoenkät till vuxna. Enkäten, som skickades ut 2023, har genomförts vart åttonde år sedan 1999 - vilket gör det möjligt att följa utvecklingen över tid. Frågorna rör miljöfaktorer, besvärsupplevelser och hälsotillstånd.

Miljöhälsorapport Skåne Blekinge Kronoberg 2025 är en viktig del i den regionala hälsorelaterade miljöövervakningen och i folkhälsoarbetet. Resultaten visar både positiva och negativa trender men även på skillnader mellan olika grupper i befolkningen. Några exempel:

- Hushåll med låg inkomst upplever dålig luftkvalitet utanför bostaden i betydligt högre grad än hushåll med hög inkomst.
- Dubbelt så många som bor i flerbostadshus jämfört med i småhus får sin sömn störd av trafikbuller.
- Nästan hälften av unga kvinnor har en permanent tatuering, vilket är betydligt fler än tidigare. Nya epidemiologiska studier tyder på att tatueringar kan vara en riskfaktor för melanom och lymfom.
- Andelen rökare fortsätter minska, men trots detta ökar andelen som i hemmet utsätts för andras rökning.
- Andelen som använder solskydd ökar - dock skyddar kvinnor sig i högre grad än män.
- Hushåll med låg inkomst saknar i betydligt högre utsträckning tillgång till egen tomt eller uteplats än hushåll med hög inkomst.
- Dubbelt så många besväras av att det är för varmt i bostaden under sommaren jämfört med i föregående enkät som skickades ut 2015.

Rapporten vänder sig till de som påverkar vår miljö och vardag i sina beslut, som till exempel beslutsfattare och handläggare i kommuner, regioner och på länsstyrelser. Vi hoppas att den används som beslutsunderlag vid åtgärder och prioriteringar för att förebygga ohälsa, uppnå jämlik hälsa och i arbetet med Agenda 2030, miljömål och folkhälsomål. Rapporten är en viktig del i den regionala hälsorelaterade miljöövervakningen och i folkhälsoarbetet.

Miljöhälsorapport Skåne Blekinge Kronoberg 2025 har tagits fram av Arbets- och miljömedicin Syd (AMM Syd) på uppdrag av länsstyrelserna och regionerna.

Landshövding Peter Danielsson, Länsstyrelsen Skåne
Landshövding Ulrica Messing, Länsstyrelsen Blekinge
Landshövding Maria Arnholm, Länsstyrelsen i Kronobergs län
Regiondirektör Linda Hultén, Region Blekinge
Regiondirektör Jonna Myrebris, Region Skåne

# Kapitel 1. Inledning och bakgrund

Miljöhälsoenkäten 2023[1] (MHE23) är en del av det nationella uppföljningsarbetet av miljöns inverkan på befolkningens hälsa, där den vuxna befolkningen i Sverige vid tre tidigare tillfällen svarat på enkätutskick (MHE99 1999, MHE07 2007 och MHE15 2015). Enkäten innehåller frågor om hälsa och miljö, och syftet är att övervaka den svenska befolkningens miljöexponeringar och miljörelaterade ohälsa. Som del i övervakningsarbetet har även enkäter avseende barn skickats ut till barnens vårdnadshavare vid tre tidigare tillfällen för att kartlägga barnens situation (BMHE03 2003, BMHE11 2011 och BMHE19 2019). På nationell nivå har svarsdata från miljöhälsoenkäten sammanställts i nationella rapporter, varav Miljöhälsorapport 2021 (barn)[2] samt Boende- och närmiljö påverkar vår hälsa – Miljöhälsorapport 2024[3] är de senaste.

Arbets- och Miljömedicin (AMM) Syd har sammanställt regionala miljöhälsorapporter baserade på svarsdata för miljöhälsoenkäten för landets sydligaste län. AMM Syds senaste regionala länsanpassade separata rapporter baserades på enkäten för barn 2019 (Barnmiljöhälsorapport 2021 Skåne[4]; Blekinge[5]; Kronoberg[6] respektive Halland[7]), och dessförinnan baserade på vuxenenkäten 2015 (Miljöhälsorapport 2017 Skåne[8]; Blekinge[9] respektive Kronoberg[10]). Vid det här tillfället sammanställer AMM Syd en gemensam regional rapport för de tre länen Skåne, Blekinge och Kronoberg, baserat på de regionala svaren för de tre länen av miljöhälsoenkäten 2023.

---

[1] Folkhälsomyndigheten, Miljöhälsoenkäten.
[2] Folkhälsomyndigheten, Miljöhälsorapport 2021 - Barns miljörelaterade hälsa.
[3] Folkhälsomyndigheten, Boende- och närmiljö påverkar vår hälsa – Miljöhälsorapport 2024.
[4] Arbets- och miljömedicin Syd 2021, Barnmiljöhälsorapport 2021 Skåne.
[5] Arbets- och miljömedicin Syd 2021, Barnmiljöhälsorapport 2021 Blekinge.
[6] Arbets- och miljömedicin Syd 2021, Barnmiljöhälsorapport 2021 Kronoberg.
[7] Arbets- och miljömedicin Syd 2021, Barnmiljöhälsorapport 2021 Halland.
[8] Arbets- och miljömedicin Syd 2017, Miljöhälsorapport Skåne 2017.
[9] Arbets- och miljömedicin Syd 2017, Miljöhälsorapport Blekinge 2017.
[10] Arbets- och miljömedicin Syd 2017, Miljöhälsorapport Kronoberg 2017.

## Miljöhälsoenkäten 2023

Miljöhälsoenkäten är en del i ett nationellt uppföljningsarbete av miljöns inverkan på hälsan. Enkäten innehåller frågor om bland annat klimatförändring, matvanor, boende och boendemiljö samt upplevda hälsobesvär, med syfte att övervaka den svenska befolkningens miljöexponeringar och miljörelaterade ohälsa. Miljöhälsoenkäten 2023 är den fjärde miljöhälsoenkäten för vuxna. De tidigare enkäterna för vuxna genomfördes 1999, 2007 samt 2015, och har av publicerats i nationella miljöhälsorapporter 2001[11], 2009[12] samt 2017[13]. För barn har miljöhälsoenkäter genomförts 2003, 2011 samt 2019, och publicerats i nationella rapporter 2005[14], 2013[15] samt 2021[16].

Enkätsvaren kompletteras med registeruppgifter hämtade från SCB:s Registret över totalbefolkningen 2022, om exempelvis kön (via personnumret), födelseår/ålder, födelseland, utbildningsnivå, hushållsinkomst, DeSO-kod (Demografiska statistikområden) för folkbokföringsadress, län samt bostadstyp.

All svarsdata från enkäten finns tillgängligt genom Folkhälsomyndighetens webbaserade verktyg Folkhälsodata[17] respektive Folkhälsostudio[18] för att presentera och visualisera statistik. Här finns möjlighet att göra egna visualiseringar utifrån exempelvis ålder, kön, region, utbildningsnivå och födelseland. Data om boendemiljön kan visualiseras utifrån byggår och bostadstyp. Övergripande resultat och

[11] Socialstyrelsen, Institutet för Miljömedicin samt Miljömedicinska enheten Stockholms läns landsting, Miljöhälsorapport 2001.
[12] Socialstyrelsen, Institutet för miljömedicin Karolinska Institutet samt Arbets- och miljömedicin Centrum för folkhälsa Stockholms läns landsting, Miljöhälsorapport 2009.
[13] Folkhälsomyndigheten och Institutet för miljömedicin Karolinska Institutet, Miljöhälsorapport 2017.
[14] Socialstyrelsen, Institutet för miljömedicin samt Arbets- och miljömedicin Stockholms läns landsting, Miljöhälsorapport 2005.
[15] Institutet för miljömedicin Karolinska Institutet, Miljöhälsorapport 2013.
[16] Folkhälsomyndigheten, Miljöhälsorapport 2021.
[17] Folkhälsomyndigheten, Folkhälsodata.
[18] Folkhälsomyndigheten, FolkhälsoStudio.

analyser av trender presenteras i en övergripande nationell rapport[19], som kompletteras med fördjupade analyser om olika miljöfaktorer med hjälp av interaktiva faktablad[20]. Även miljömålsindikatorer på regionnivå presenteras genom interaktiva faktablad för regional miljömålsuppföljning baserade på svarsdata från den senaste miljöhälsoenkäten[21].

## Miljöhälsorapport Skåne Blekinge Kronoberg 2025

Miljöhälsorapport Skåne Blekinge Kronoberg 2025 baseras på de regionala enkätsvaren från miljöhälsoenkäten 2023 (MHE23). Syftet med denna regionala rapport är att spegla situationen för befolkningen i Skåne, Blekinge och Kronoberg samt i jämförelse med hela riket. I de fall svarsdata finns tillgänglig görs även jämförelse över tid baserat på svarsdata från föregående miljöhälsoenkät(er). I figurerna presenteras svarsdata för hela landet (riket), för de tre länen separat samt uppdelat på gruppnivå för de tre länen sammantaget.

Kapitelindelningen i denna regionala miljöhälsorapport motsvarar i huvudsak indelningen i AMM Syds tidigare föregående miljöhälso-rapporter. Varje kapitel inleds med en kort bakgrund av aktuell miljöexponering, följt av en beskrivning av situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg baserat på de regionala svaren av MHE23. Avslutningsvis i varje kapitel finns en kort sammanfattning och förslag på åtgärder samt läshänvisningar för ytterligare fördjupning.

### Bearbetning av data

Denna regionala miljöhälsorapport bygger på svarsdata från den nationella folkhälsenkäten MHE23 som är tillhandahållet Arbets- och miljömedicin Syd av Folkhälsomyndigheten. Figurer i den här

[19] Folkhälsomyndigheten, Boende- och närmiljö påverkar vår hälsa – Miljöhälsorapport 2024.
[20] Folkhälsomyndigheten, Interaktivt faktablad Miljöhälsoenkäten.
[21] Folkhälsomyndigheten, Regional miljömålsuppföljning (Miljömålsindikatorer).

regionala rapporten är baserade på denna data och tagits fram av Arbets- och miljömedicin Syd.

## Genomförande

Miljöhälsoenkäten 2023 (MHE23) skickades ut till 235 900 slumpmässigt utvalda personer i åldern 18–84 år i hela landet, med start i mars och avslut i juni 2023. Grundurvalet utgjordes av 1 200 enkäter för vart och ett av landets 21 län, samt ytterligare förtätningar finansierade på nationell och regional nivå i de flesta länen.

För Skåne finansierade Länsstyrelsen Skåne 6 100 enkäter och Region Skåne Regional utveckling 5 400 enkäter. För Blekinge finansierade Länsstyrelsen Blekinge och Region Blekinge sammantaget 3 300 enkäter. För Kronoberg finansierade Länsstyrelsen i Kronobergs län 4 600 enkäter. Antalet utskickade enkäter i Skåne, Blekinge och Kronoberg var sammantaget 12 700, 4 500 respektive 5 800, och totalt 23 000 enkäter för de tre länen sammantaget.

## Svarsfrekvens

Svarsfrekvensen för MHE23 på nationell nivå var 38 % (88 725 svar), en nedgång från såväl MHE15 då 42 % besvarade enkäten som MHE07 som hade en svarsfrekvens på 59 %. Svarsfrekvensen skiljde sig åt mellan befolkningsgrupper, exempelvis besvarade kvinnor i högre andel (42 %) än män (34 %), äldre i betydligt högre andel än yngre (65 % i åldern 70–84 år jämfört med 18 % i åldern 18–29 år), personer i hushåll med högre hushållsinkomst i högre andel än personer i hushåll med lägre hushållsinkomst, samt högutbildade i högre andel än lågutbildade.

Svarsfrekvensen för MHE23 i Skåne, Blekinge och Kronoberg var 36 % (4 539 svar), 39 % (1 754 svar) respektive 39 % (2 229 svar), eller sammantaget 37 % (8 522 svar) för de tre länen.

## Skattning av besvärsförekomst och exponering i befolkningen

Eftersom svarsfrekvensen skiljer sig åt mellan befolkningsgrupper har SCB tagit fram en viktningsmetod för att kunna redovisa svarsresultat för hela befolkningen och inte bara de som besvarat enkäten[22]. Viktningen har beräknats genom att jämföra svarsfrekvensen för olika grupper (baserat på exempelvis kön, ålder och utbildningsnivå) med registeruppgifter om befolkningen från SCB. Syftet med viktningen är att göra resultatet mer representativt för målbefolkningen. Resultaten som presenteras i den här regionala rapporten är viktade svarsresultat enligt SCB:s framtagna metod.

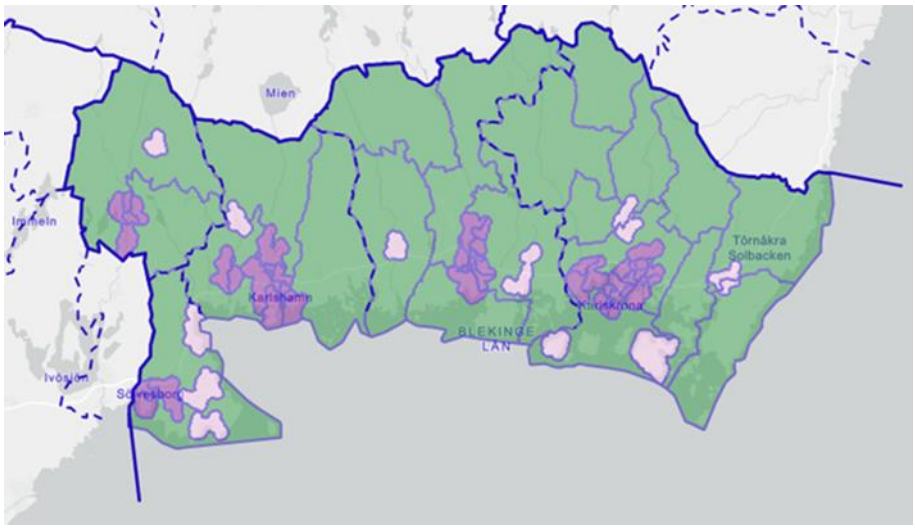
## Demografiska statistikområden (DeSO)

Precis som det kan föreligga skillnader mellan regioner på grund av olika geografiska miljöförutsättningar och befolkningsstruktur så kan det även föreligga skillnader inom en region. En geografisk indelning av svarande i de tre länen Skåne, Blekinge och Kronoberg gjordes därför i tre separata kategorier baserat på SCB:s regionala indelning i demografiska statistikområden (DeSO)[23] enligt följande:

- **DeSO kategori A** Område som till största delen ligger utanför större befolkningskoncentrationer eller tätorter. I denna rapport används genomgående benämningen ”landsbygd” för kategori A.
- **DeSO kategori B** Område som till största delen ligger i en befolkningskoncentration eller tätort, men inte i kommunens centralort. I denna rapport används genomgående benämningen ”tätort” för kategori B.
- **DeSO kategori C** Område som till största delen ligger i kommunens centralort. I denna rapport används genomgående benämningen ”centralort” för kategori C.

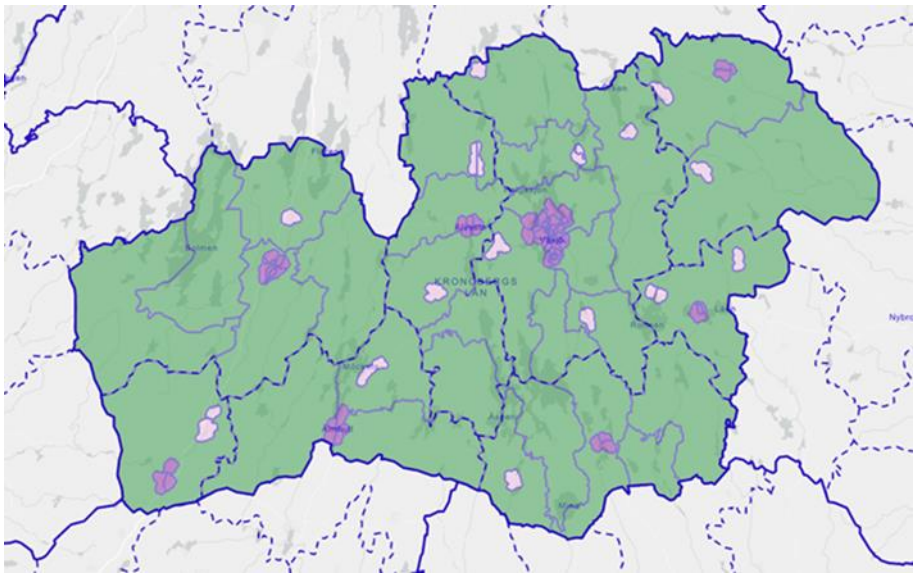
[22] SCB Miljöhälsoenkät 2023 Teknisk rapport - En beskrivning av genomförande och metoder, 2023-08-28, Beteckning: 260542/800296-6.
[23] SCB DeSO – Demografiska statistikområden.

För Skåne, Blekinge och Kronoberg visas den geografiska indelningen i DeSO-kategorier som i den här rapporten benämns ”landsbygd”, ”tätort” och ”centralort” i figur 1.1 för Blekinge, figur 1.2 för Kronoberg samt figur 1.3 för Skåne.



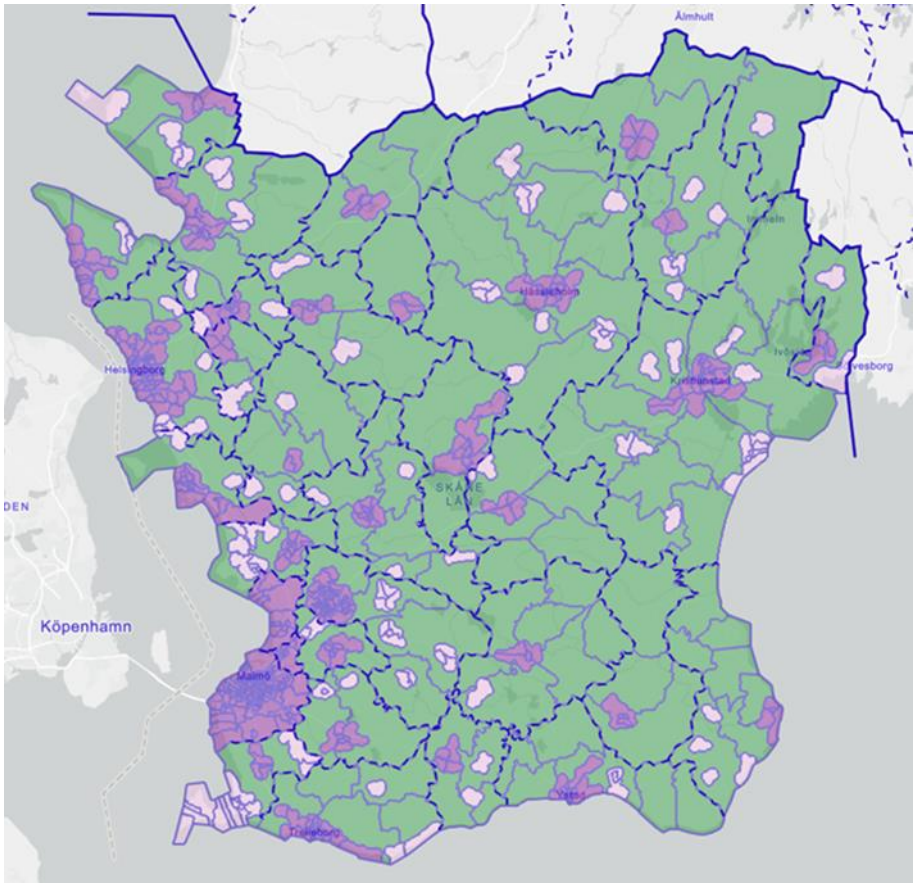

**Figur 1.1 DeSO-kategorier Blekinge län**

DeSO-kategorier för Blekinge län. Kategori A ”landsbygd” i grönt, kategori B ”tätort” i rosa samt kategori C ”centralort” i lila. Källa: SCB.



**Figur 1.2 DeSO-kategorier Kronoberg län**

DeSO-kategorier för Kronoberg län. Kategori A ”landsbygd” i grönt, kategori B ”tätort” i rosa samt kategori C ”centralort” i lila. Källa: SCB.




**Figur 1.3 DeSO-kategorier Skåne län**

DeSO-kategorier för Skåne län. Kategori A ”landsbygd” i grönt, kategori B ”tätort” i rosa samt kategori C ”centralort” i lila. Källa: SCB.

## Bakgrunddata

I tabell 1.1 redovisas den viktade befolkningsfördelningen för MHE23 för utbildningsnivå, bostadstyp, DeSO-kategori, kön, födelseland, ålder och hushållsinkomst för riket, länen Skåne, Blekinge och Kronoberg sammantaget (SBK_tot) samt för Skåne, Blekinge och Kronoberg separat.

### Tabell 1.1 Befolkningsdata för indelning av enkätsvar för MHE23

Viktad befolkningsfördelning för enkätdata MHE23 baserat på SCB viktningsmetod, för indelning efter utbildningsnivå, bostadstyp, DeSO-kategori, kön, födelseland, ålder samt hushållsinkomst för riket, länen Skåne, Blekinge och Kronoberg sammantaget (SBK_tot) samt för Skåne, Blekinge och Kronoberg län separat.

| VIKTADE %-tal | Indelning | Förkortning | Riket | SBK_tot | Skåne | Blekinge | Kronoberg |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| Befolkningsvikt | | | | | 79 | 9,2 | 11 |
| | | | | | | | |
| Utbildningsnivå | Förgymnasial/okänd utbildning | Gru | 17 | 17 | 17 | 20 | 17 |
| | Gymnasial utb. | Gym | 50 | 48 | 47 | 52 | 52 |
| | Eftergymnasial utb. | Hög | 33 | 35 | 36 | 29 | 30 |
| | | | | | | | |
| Bostadstyp | Flerbostadshus | Flerbo | 45 | 40 | 43 | 30 | 30 |
| | Småhus | Småhus | 55 | 60 | 57 | 70 | 70 |
| | | | | | | | |
| DeSO-kategori | A landsbygd | Landsbygd | 16 | 14 | 11 | 22 | 27 |
| | B bebyggelse-koncentration | Tätort | 8,3 | 14 | 15 | 12 | 14 |
| | C centralort | Centralort | 75 | 72 | 74 | 65 | 59 |
| | | | | | | | |
| Kön | Kvinna | K | 49,5 | 49,1 | 49,4 | 48,2 | 47,5 |
| | Man | M | 50,5 | 50,9 | 50,6 | 51,8 | 52,5 |
| | | | | | | | |
| Födelseland | Inrikesfödd | Sve | 81 | 80 | 79 | 84 | 83 |
| | Utrikesfödd | Övriga | 19 | 20 | 21 | 16 | 17 |
| | | | | | | | |
| Åldersgrupper | 18–29 år | 18–29 | 17 | 17 | 17 | 16 | 18 |
| | 30–39 år | 30–39 | 18 | 17 | 18 | 13 | 17 |
| | 40–49 år | 40–49 | 16 | 15 | 15 | 16 | 15 |
| | 50–59 år | 50–59 | 17 | 17 | 16 | 18 | 16 |
| | 60–69 år | 60–69 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 |
| | 70–84 år | 70–84 | 18 | 18 | 18 | 22 | 20 |
| | | | | | | | |
| Hushållsinkomst | 0–149 999 kr/år | 0–149 | 6,3 | 6,6 | 6,5 | 7,2 | 6,6 |
| | 150 000 – 299 999 kr/år | 150–299 | 22 | 22 | 22 | 24 | 21 |
| | 300 000 – 449 999 kr/år | 300–449 | 21 | 22 | 21 | 23 | 23 |
| | 450 000 – 599 999 kr/år | 450–599 | 14 | 14 | 14 | 14 | 16 |
| | 600 000 – 749 999 kr/år | 600–749 | 13 | 14 | 14 | 13 | 15 |
| | 750 000 – 899 999 kr/år | 750–899 | 9,6 | 9,2 | 9,2 | 9,5 | 8,9 |
| | Över 900 000 kr/år | 900– | 14 | 12 | 13 | 9,5 | 9,3 |
| | | | | | | | |

## Tolkning av resultaten

Resultaten i denna rapport bygger på en delmängd av de svarande från den nationella miljöhälsoenkäten. På grund av en viss skevhet i urvalet och att andelen svarande för olika befolkningsgrupper skiljer sig har resultaten viktats enligt metod framtagen av SCB (se ovan), med syftet att ge så representativa data som möjligt för Skåne, Blekinge och Kronoberg samt riket.

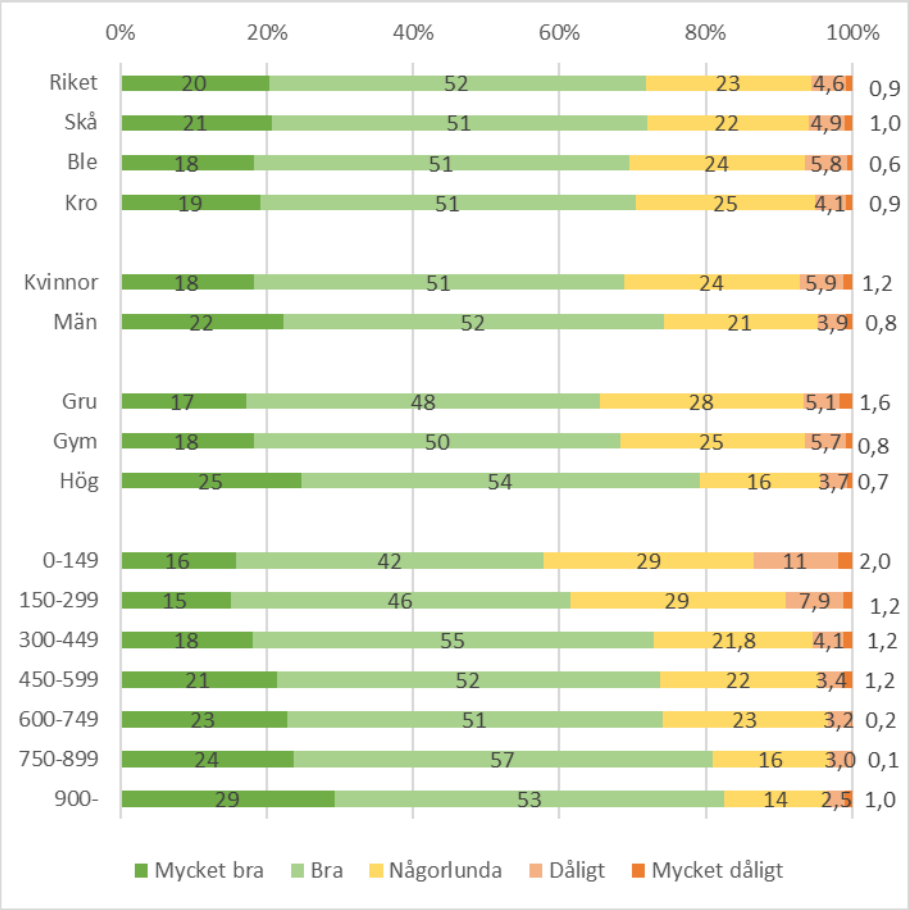
Trots viktningen är det viktigt att vara medveten om att enkätresultaten inte speglar alla vuxnas vardagsmiljö och levnadsomständigheter, då det finns stora skillnader i svarsfrekvens mellan grupper i samhället. Eftersom MHE23 är en tvärsnittsstudie är det inte heller lämpligt att dra slutsatser om orsak och verkan baserat på dessa resultat. Man bör även ha i åtanke att resultaten bygger på självrapporterade svar vid ett visst tillfälle, vilka kan färgas av hälsostatus vid svarstillfället men även av hur den svarande har tolkat frågan. Resultaten bör därför tolkas med viss försiktighet.

## Övrigt

I rapporten görs källhänvisningar löpande i texten i form av fotnoter.

## Befolkningens allmänna hälsotillstånd

De allra flesta (cirka 70 %) i de tre länen bedömer sitt allmänna hälsotillstånd som mycket bra eller bra, och skillnaderna mellan länen är små (figur 1.4). Skillnaderna jämfört med föregående enkät är marginella (MHE23).



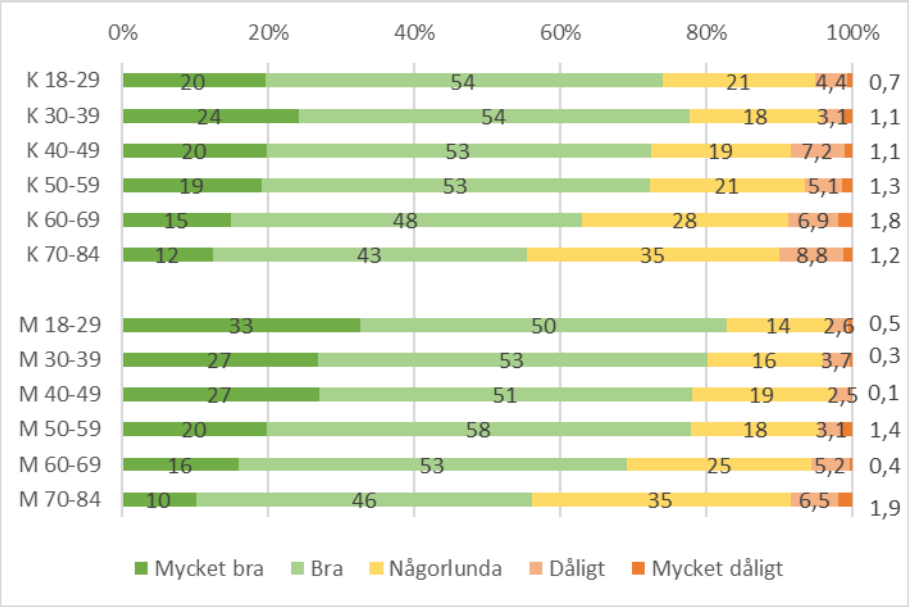

**Figur 1.4 Allmänna hälsotillstånd**

Andel (procent) som bedömer sitt allmänna hälsotillstånd som mycket bra, bra, någorlunda, dåligt respektive mycket dåligt, uppdelat på riket och län; samt kön, utbildningsnivå och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

En något högre andel män än kvinnor i de tre länen uppger sitt allmänna hälsotillstånd som mycket bra eller bra (74 respektive 69 %). Högutbildade uppger i högre grad sig må mycket bra eller bra (79 %), jämfört med de med gymnasieutbildning (68 %) eller grundskole-utbildning (66 %). Svarande med allra högst hushållsinkomst uppger i betydligt högre grad sitt allmänna hälsotillstånd som mycket bra eller

bra (83 %), jämfört med de med allra lägst hushållsinkomst (58 %). Av de med allra lägst hushållsinkomst uppger 13 % sitt allmänna hälsotillstånd som dåligt eller mycket dåligt, jämfört med endast drygt 3 % av de med allra högst hushållsinkomst.

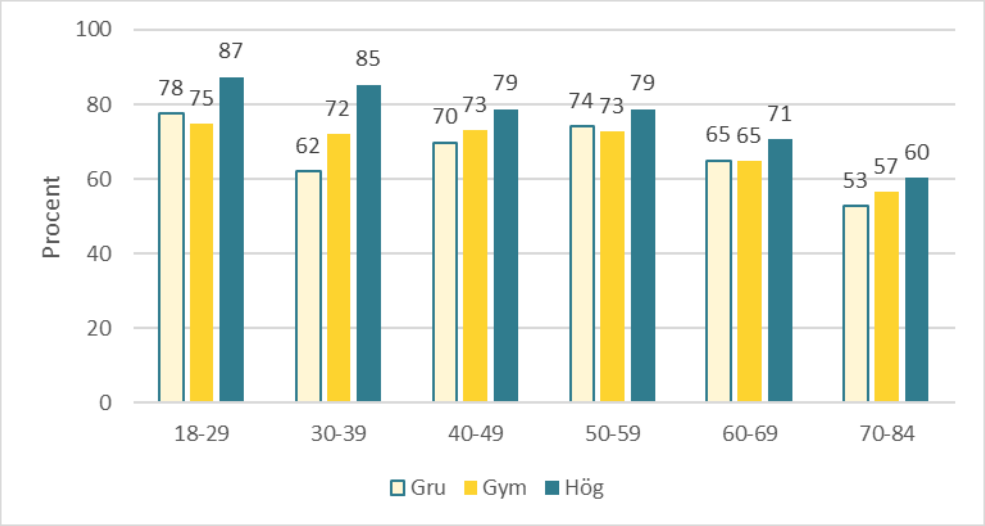
Med stigande ålder upplever en allt lägre andel av befolkningen sitt allmänna hälsotillstånd som mycket bra eller bra, och en allt högre andel sitt allmänna hälsotillstånd som dåligt eller mycket dåligt (figur 1.5). Även uppdelat på åldersgrupper anger genomgående, oavsett ålder, en något högre andel män än kvinnor sitt allmänna hälsotillstånd som mycket bra eller bra.




**Figur 1.5 Allmänna hälsotillstånd – kön och ålder**

Andel (procent) som bedömer sitt allmänna hälsotillstånd som mycket bra, bra, någorlunda, dåligt respektive mycket dåligt, uppdelat på kön och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023; K = kvinnor, M = män. Källa: MHE23.

Uppdelat på utbildningsnivå och ålder framkommer att högutbildade oavsett åldersgrupp i högre grad än de med lägre utbildningsnivå anger sitt allmänna hälsotillstånd som mycket bra eller bra (figur 1.6).




**Figur 1.6 Allmänna hälsotillstånd – utbildningsnivå och ålder**

Andel (procent) som bedömer sitt allmänna hälsotillstånd som mycket bra eller bra, uppdelat på utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Vidare läsning

Folkhälsomyndigheten, Boende- och närmiljö påverkar vår hälsa – Miljöhälsorapport 2024.

Folkhälsomyndigheten, Folkhälsodata.

Folkhälsomyndigheten, FolkhälsoStudio.

Folkhälsomyndigheten, Miljöhälsoenkäten.

Folkhälsomyndigheten, Interaktivt faktablad Miljöhälsoenkäten.

Folkhälsomyndigheten, Regional miljömålsuppföljning (Miljömålsindikatorer).

# Kapitel 2. Luftföroreningar

**Miljömål:** *Frisk luft, God bebyggd miljö*
***Agenda 2030:*** *Ingen fattigdom, Hälsa och välbefinnande, Hållbara städer och samhällen*

Luftföroreningar har betydande negativa effekter på människors hälsa både globalt och i Sverige. Vi exponeras för luftföroreningar under hela livet via den luft som vi andas. Faktiskt innan vi tagit vårt första andetag, före födseln, kan luftföroreningar påverka vår hälsa. Luftföroreningar är komplexa blandningar av gaser, partiklar och vätskedroppar. Många ämnen som betraktas som föroreningar finns naturligt i luften, men mänskliga aktiviteter har kraftigt förhöjt halterna.

Utsläpp av luftföroreningar kommer främst från trafik, industriell verksamhet, uppvärmning av bostäder och andra lokaler, energiproduktion samt långväga transport med vindar från andra länder. Även sjötrafiken bidrar till luftföroreningar. Användning av dubbdäck har identifierats som en betydande källa till lokala utsläpp av partiklar på grund av ökat slitage på vägbanan. Luftföroreningar kan även ha naturliga ursprung som vulkanutbrott och skogsbränder.

De ämnen som anses vara av störst betydelse ur folkhälsoperspektiv i Sverige är fina partiklar, kväveoxider, ozon och vissa kolväten. Det har bedömts att över 80 % av den svenska befolkningen utsätts för halter av fina partiklar (PM2.5) över Världshälsoorganisationen WHO:s riktvärde[24].

Trots att luftföroreningshalterna i svenska städer är bland de lägsta i Europa påverkar halterna vår hälsa. Hälsoeffekter kan förekomma både efter kort- och långvarig exponering. Dagar med höga halter av luftföroreningar är det fler som insjuknar och söker vård. De grupper som löper störst risk att få besvär av luftföroreningar är äldre,

[24] Gustafsson M et al. 2022. Quantification of population exposure to NO2, PM10 and PM2.5, and estimated health impacts 2019.

personer med astma, KOL eller hjärt- och kärlsjukdomar. Hälsoeffekter som kopplas till luftföroreningar är bland annat ökad förekomst av astma- och bronkitsymtom, hjärtinfarkter, sjukhusinläggningar och död.

I Skåne beräknas 117 barn utveckla astma varje år på grund av luftföroreningar[25]. Antal förtida dödsfall på grund av luftföroreningar (främst kopplat till partiklar) i Sverige skattas till 6 700 per år, och de sammanlagda hälsoeffekterna beräknas kosta samhället motsvarande 168 miljarder kronor årligen[26]. Varje dödsfall uppskattas motsvara en förlust av tio levnadsår. Studier har också visat ökad risk för låg födelsevikt hos barn vars mödrar utsatts för höga nivåer av luftföroreningar[27].

Omfattningen av hälsoeffekter från luftföroreningar beror inte enbart på om vi tillhör en riskgrupp eller på vår individuella känslighet, utan även på i vilken grad vi är exponerade för dessa föroreningar. I tätorter och trafikerade gaturum riskerar vi att bli exponerade för höga halter industri- och trafikgenerade luftföroreningar, medan risken att bli exponerad för luftföroreningar genererade av vedeldningsrök och småskalig eldning är som störst i mindre tätorter och villaområden.

Vår totala exponering är beroende på hur länge och hur ofta vi uppehåller oss i olika miljöer, varför bostadens lokalisering är av betydelse. De flesta av oss spenderar en stor del av vår tid i bostaden. Eftersom fönster ut mot större gator eller trafikleder medför högre risk att exponeras för trafikgenererade luftföroreningar är detta något som bör undvikas vid stadsplanering och nybyggnationer i trafikerade områden.

---

[25] Lunds universitet 2018. På väg mot friskare luft i Skåne?

[26] Gustafsson M et al. 2022. Quantification of population exposure to NO2, PM10 and PM2.5, and estimated health impacts 2019.

[27] Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM) och Arbets- och miljömedicin Göteborg 2018. Faktablad Luftföroreningar och hälsa.

Miljökvalitetsmålet *Frisk luft* omfattar preciseringar av lufthalter för vissa luftföroreningar som inte bör överskridas för att skydda människors hälsa och miljö. Nationellt är trenden för målet *Frisk luft* positiv, baserat på bedömningen för 2024[28]. Dock behövs både internationella (minska långväga transporterade luftföroreningar) och nationella åtgärder (minskning av utsläpp från trafik och vedeldning) vidtas för att målet ska nås. Regionalt bedömer Skåne[29], Blekinge[30] och Kronoberg[31] län 2025 att trenden i respektive län nu är neutral och att målet inte kommer nås till 2030. Södra Sveriges närhet till kontinenten innebär även att de sydliga länen drabbas av utsläpp som sker i andra europeiska länder.

I en undersökning inom hälsorelaterad miljöövervakning för cancerframkallande ämnen i tätortsluft (HÄMI) i Malmö 2023 observerades att för vissa luftföroreningar (till exempel bensen) har den personliga exponeringen samt halter i urban bakgrund en nedåtgående trend sedan 2003[32]. För andra luftföroreningar (till exempel kvävedioxid) var den personliga exponeringen tämligen konstant sedan första mätkampanjen 2003.

I Blekinge står transporter och industri för de största utsläppen, men även vedeldning och luftföroreningar som transporterats långt påverkar luftkvaliteten negativt. I Kronoberg län har halterna av partiklar i tätorterna minskat de senaste åren, men trenden för målet har för 2025 ändrats till neutral (tidigare positiv). I länet förekommer det en hel del småskalig vedeldning, och vedeldningen förväntas öka med stigande elkostnader.

---

[28] Naturvårdsverket 2025. Årlig uppföljning av Sveriges nationella miljömål 2025. NV-07267-24.
[29] Länsstyrelsen Skåne 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen, Skåne 2025.
[30] Länsstyrelsen Blekinge 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen 2025 för Blekinge län.
[31] Länsstyrelsen Kronoberg 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen 2025 för Kronobergs län.
[32] Mattisson K et al. 2024. Hälsorelaterad miljöövervakning: Cancerframkallande ämnen i tätortsluft: Personlig exponering och bakgrundsmätning i Malmö 2023.

Ett förändrat klimat kan medföra att vind- och nederbördsmönster förändras, vilket påverkar halten luftföroreningar i Sydsverige. Mänskliga utsläppsminskningar leder troligtvis till lägre halter luftföroreningar, men även naturliga utsläpp kan förändras i ett varmare klimat med exempelvis fler skogsbränder. Kombinationen av luftföroreningar och pollen kan öka besvär av pollenallergier[33], vilka ytterligare kan förvärras av en längre pollensäsong till följd av klimatförändringarna.

## Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län

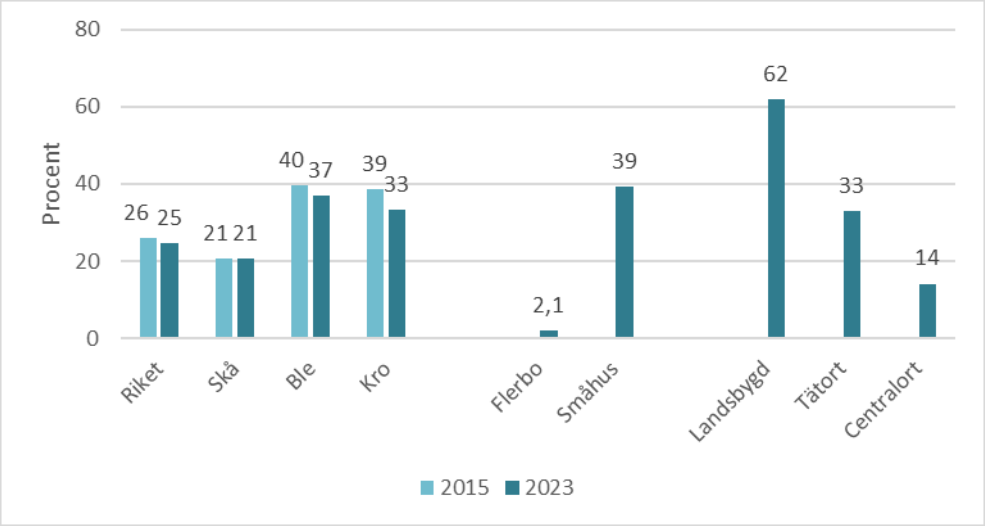
### Fönster mot större gata

Exponering för trafikgenererade luftföroreningar kan vara högre för dem som bor i hus med fönster ut mot större gator och trafikleder, det vill säga nära utsläppskällan. I Skåne, Blekinge och Kronoberg län uppgav mellan 20–23 % att de har fönster ut mot större gata eller trafikled vilket är i samma nivå som riket i helhet (23 %) (se figur 3.1 i kapitel 3). Andelen som har sovrumsfönster mot större gata var liknande inom de tre länen (12–14 %) samt i riket (13 %) (se figur 3.2 i kapitel 3). Jämfört med 2007 (8,6 %) var andelen med sovrumsfönster mot gata i riket högre 2023, men däremot något lägre än 2015 (16 %).

### Eldning och fönstervädring

Den egna eldningen med ved eller andra fasta bränslen har minskat eller är oförändrad inom de tre länen och i riket som helhet jämfört med 2015 (figur 2.1). I Blekinge uppgav 37 % att de eldar regelbundet, i Kronoberg 33 % och i Skåne en något lägre andel, 21 %. I Blekinge och Kronoberg rapporterade en högre andel att de eldar i relation till det nationella genomsnittet (25 %), medan Skåne ligger något under riket.

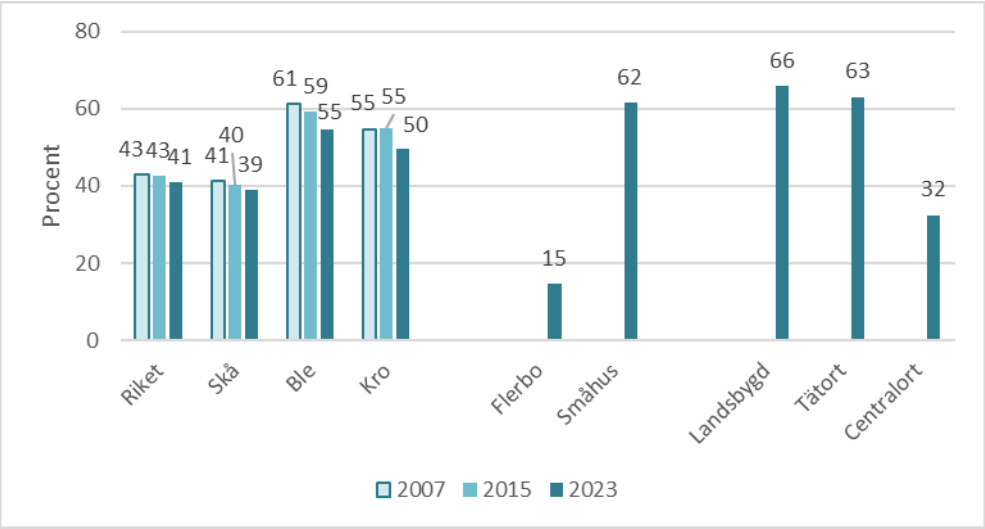
[33] Länsstyrelsen Västra Götaland 2014. Pollen luftföroreningar och väderlek – bidrar alla till behovet av allergiläkemedel. Rapport 2014:07.




**Figur 2.1 Eldar själv regelbundet**

Andel (procent) som eldar regelbundet med ved eller andra fasta bränslen i egna bostaden under delar av året, uppdelat på riket och län över tid; samt bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Gällande de med grannar som regelbundet eldar ved eller annat fast bränsle i närheten av bostaden under delar av året så ses generellt en nedåtgående trend från 2007 i de tre länen (figur 2.2). I riket som helhet var det dryga 40 % som har grannar som eldar regelbundet i närhet av bostad och nivåerna har varit tämligen oförändrade mellan undersökningstillfällena 2007, 2015 och 2023 (MHE23).

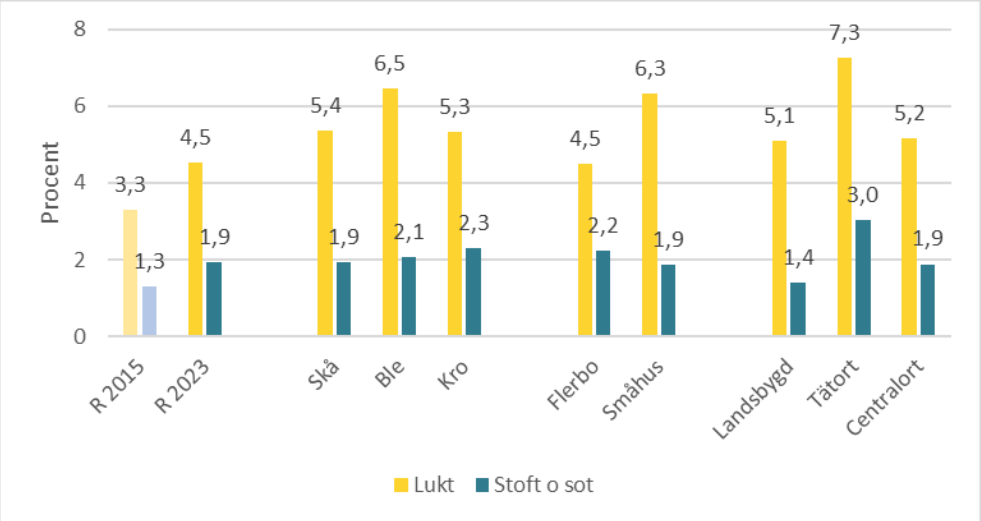



**Figur 2.2 Grannar eldar regelbundet**

Andel (procent) med grannar som eldar regelbundet med ved eller andra fasta bränslen inom 200 meter från egna bostaden under delar av året, uppdelat på riket och län över tid; samt bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Både egen och grannars eldning var högst på landsbygden (62 respektive 66 %) och lägst i centralort (14 respektive 32 %) i de tre länen (figur 2.1–2.2). Skillnader ses också beroende på typ av bostad. Endast 2,1 % av de som bor i flerbostadshus eldar regelbundet medan för småhus var motsvarande andel 39 %.

Andelen som upplever att lukt, sot eller stoft från eldning av ved eller andra fasta bränslen gör det svårt att fönstervädra minst varje vecka vissa delar av året på grund av lukt var 5,4 % (Skåne), 6,5 % (Blekinge) och 5,3 % (Kronoberg) (figur 2.3). Sammantaget var andelarna i samtliga tre län något högre än riket i stort (4,5 %) gällande fönstervädring och lukt.




**Figur 2.3 Svårt fönstervädra**

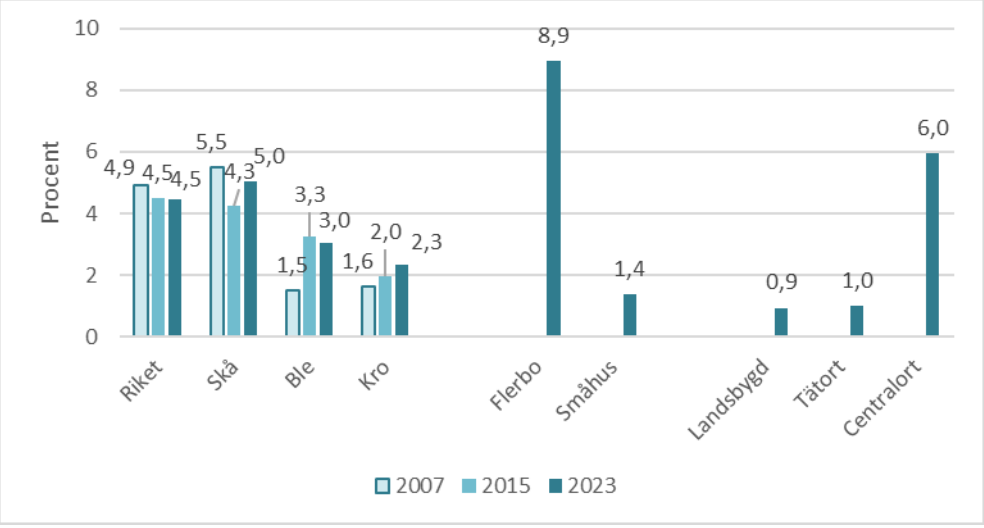
Andel (procent) som har svårt att fönstervädra på grund av lukt respektive stoft och sot från eldning av ved eller andra fasta bränslen minst varje vecka under vissa delar av året, uppdelat på besvärstyp för riket (R) över tid och län; samt bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

En lägre andel upplever stoft och sot som besvärande omständighet till fönstervädring i de tre länen (1,9–2,3 %) och andelarna är i samma nivå som riket i helhet (1,9 %) (figur 2.3). Några tydliga skillnader beroende på boendeform (flerbostadshus eller småhus) eller vart man bor (centralort, tätort eller landsbygd) och fönstervädring ses inte i enkätsvaren i de tre länen. I riket som helhet har både andelen som besväras av lukt och stoft eller sot ökat något sedan 2015, trots att

andelen svarande med grannar som eldar har minskat något. Detta kan tyda på en minskad tolerans av denna typ av störning i utomhusmiljön.

## Luftkvalitet utanför bostaden

I Skåne upplever en högre andel av deltagarna luftkvaliteten alldeles i närheten av bostaden (exempelvis på balkong, på innergård, i trädgård eller vid entrén) som ganska eller mycket dålig (5 %) jämfört med Blekinge (3 %), Kronoberg (2,3 %) samt riket som helhet (4,5 %) (figur 2.4). En orsak till detta är sannolikt den högre urbaniseringen i Skåne jämfört med Blekinge och Kronoberg. Andelen som anser att luftkvaliteten alldeles i närheten av bostaden är ganska eller mycket dålig var betydligt högre för boende i centralort (6 %) jämfört med landsbygd (<1 %) samt boende i flerbostadshus (8,9 %) jämfört med småhus (1,4 %). Några tydliga tidstrender sett till upplevelse av luftkvaliteten utanför bostaden från 2007 ses inte i riket utan andelarna är relativt oförändrade under de senaste 16 åren. Jämfört med resultat från MHE15 rörande dålig luftkvalitet utanför bostaden så har andelen minskat något i Blekinge, men ökat något i Skåne och Kronoberg.

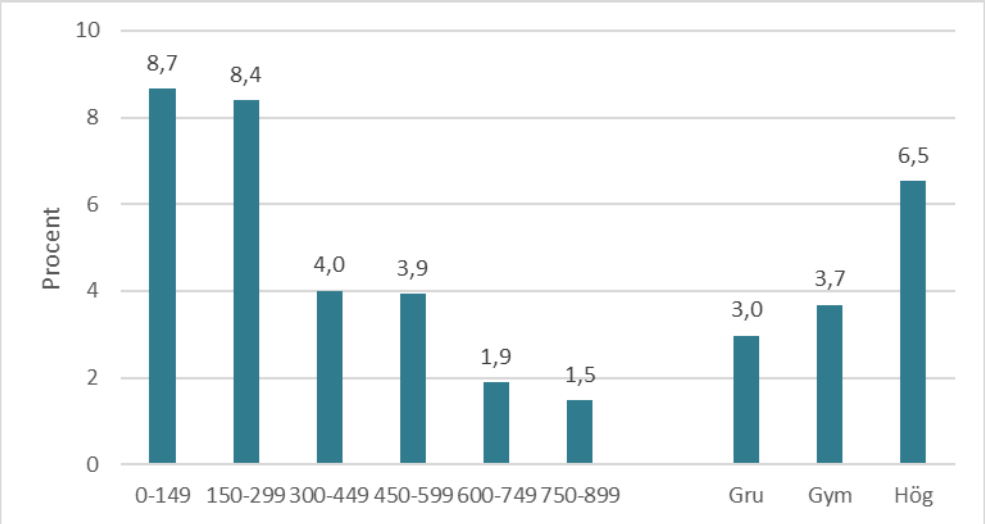



**Figur 2.4 Dålig luftkvalitet utanför bostaden**

Andel (procent) som tycker att luftkvaliteten alldeles i närheten av bostaden (exempelvis på balkong, på innergård, i trädgård eller vid entrén) är ganska dålig eller mycket dålig, uppdelat på riket och län över tid; samt bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

I de tre länen uppgav 2,5 % av boende i centralort att de flera gånger i veckan besväras av lukter från bilavgaser i eller utanför bostaden (se figur 4.9 i kapitel 4). Det är fem gånger högre jämfört med svarande boende på landsbygden (<0,5 %). I tätort (3,6 %) och landsbygd (2,4 %) var det däremot något vanligare att besväras av vedeldningsrök jämfört med boende i centralort (1,1 %).

Svarande med lägre hushållsinkomst uppgav i högre omfattning luftkvaliteten utanför bostaden som dålig jämfört med de med högre inkomster (figur 2.5). Exempelvis var det nästan sex gånger vanligare att luften uppfattas som dålig i närheten av bostaden för de med lägst inkomst (8,7 %) i relation till med de med högst inkomst (1,5 %). Däremot för utbildningsnivå ses det omvända, då upplevelse av dålig luftkvalitet ökar med ökad utbildningsnivå (grundskola: 3,0 %; gymnasiet eller högskola: 6,5 %). Resultaten rörande luftföroreningar, inkomst och utbildningsnivå indikerar att det finns socioekonomiska skillnader i exponering inom de tre länen.




**Figur 2.5 Dålig luftkvalitet utanför bostaden och hushållsinkomst samt utbildningsnivå**

Andel (procent) som tycker att luftkvaliteten alldeles i närheten av bostaden (exempelvis på balkong, på innergård, i trädgård eller vid entrén) är ganska dålig eller mycket dålig, uppdelat på hushållsinkomst (tusentals kronor per år) och utbildningsnivå för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Sammanfattning

Varken egen eller grannars eldning, med ved eller annat fast bränsle, har ökat i de tre länen eller i riket som helhet. Tvärtom ses en minskning av småskalig eldning vilket var oväntat med tanke på de höga elpriserna i regionerna. Att småskalig eldning inte ökat är positivt sett till lokala luftföroreningar och således för folkhälsan i Skåne, Blekinge och Kronoberg. Som förväntat var regel-bunden eldning betydligt vanligare på landsbygden och för boende i småhus.

Drygt var femte vuxen i Skåne, Blekinge, Kronoberg och nationellt har ett bostadsfönster ut mot en större gata eller trafikled. Eftersom avsaknad av fönster ut mot större gator eller trafikleder medför en lägre risk för exponering för trafikgenerade luftföroreningar (och buller) är detta något man bör eftersträva vid stadsplanering och nybyggnationer i trafikerade områden.

Upplevelse av dålig luftkvalitet i närhet av bostaden var betydligt högre för de som bor i flerbostadshus jämfört med småhus, vilket tyder på att befolkningen i urbana områden är mer utsatta för luftföroreningar. Även skillnaderna mellan centralort och landsbygd gällande besvär av miljöfaktorer som bilavgaser och andras tobaksrök tyder på högre exponering för luftföroreningar i städer.

En skillnad ses också när det kommer till de socioekonomiska faktorerna inkomst och utbildningsnivå. Resultaten indikerar att hushåll med lägst inkomst också har sämst luftkvalitet i närhet till bostaden, och det finns således socioekonomiska ojämlikheter i exponering för luftföroreningar. Däremot ser det annorlunda ut när det kommer till utbildningsnivå, då det är dubbelt så vanligt bland de med högst utbildningsnivå att anse att luftkvaliteten är dålig jämfört med hushåll med lägst utbildningsnivå. Att exponeringsnivåer kan vara högre bland de med högskoleutbildning boende i storstadsmiljö har setts i en rapport från Stockholm som undersökt exponering och

utsatta grupper[34]. I internationella studier finns ett samband mellan svag socioekonomi och högre exponering för luftföroreningar[35]. Detta är emellertid inte tillräckligt studerat i Sverige, och studier från olika storstäder i Sverige har visat på skillnader i exponering för luftföroreningar och socioekonomiska grupper beroende på i vilken stad som studien genomförts. Detta indikerar att betydelsen av olika socioekonomiska faktorer kan variera i olika geografiska områden.

## Förslag på åtgärder

Lokala styrmedel och åtgärder för att uppnå renare luft i den lokala och regionala miljön finns att ta del av via Naturvårdsverkets hemsida[36]. Några av åtgärderna som Naturvårdsverket lyfter är; miljözoner, trängselskatt, miljökrav vid upphandling, dubbdäcksförbud, dammbindning, tillfälligt förbud mot småskalig fastbränsleeldning, informera om eldningsbeteende som ger låga utsläpp och utbyggnad av fjärrvärme.

[34] Gruzieva O et al. 2020. Utomhusluften i Stockholms län: Exponering, utsatta grupper och besvär.
[35] Fairburn J et al. 2019. Social Inequalities in Exposure to Ambient Air Pollution: A Systematic Review in the WHO European Region, Int J Environ Res Public Health, 16(17):3127.
[36] Naturvårdsverket 2024. Lokala styrmedel och åtgärder.

## Vidare läsning


Arbets- och miljömedicin vid Lunds universitet (AMM) 2018. På väg mot friskare luft i Skåne?

Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM) och Arbets- och miljömedicin Göteborg 2018. Faktablad Luftföroreningar och hälsa.

Fairburn J et al. 2019. Social Inequalities in Exposure to Ambient Air Pollution: A Systematic Review in the WHO European Region, Int J Environ Res Public Health, 16(17):3127.

Gruzieva O et al. 2020. Utomhusluften i Stockholms län: Exponering, utsatta grupper och besvär.

Gustafsson M et al. 2022. Quantification of population exposure to $NO_2$, $PM_{10}$ and $PM_{2.5}$, and estimated health impacts 2019. IVL/Naturvårdsverket/Umeå universitet.

Lunds universitet 2018. Minskade avgaser skulle rädda Malmöbor.

Mattisson K et al. 2024. Hälsorelaterad miljöövervakning: Cancerframkallande ämnen i tätortsluft: Personlig exponering och bakgrundsmätning i Malmö 2023. Rapport 17:2024.

Naturvårdsverket 2024. Lokala styrmedel och åtgärder.

*Om uppföljning av miljömål*
Naturvårdsverket 2025. Årlig uppföljning av Sveriges nationella miljömål 2025. NV-07267-24.

Länsstyrelsen Blekinge 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen 2025 för Blekinge län.

Länsstyrelsen Kronoberg 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen 2025 för Kronobergs län.

Länsstyrelsen Skåne 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen, Skåne 2025.

# Kapitel 3. Buller

**Miljömål:** *God bebyggd miljö*
***Agenda 2030**: Hälsa och välbefinnande, Hållbara städer och samhällen*

Omgivningsbuller räknas som den tredje största miljörelaterade hälsorisken, efter luftföroreningar och temperaturrelaterade faktorer. Transportbuller har ökat i takt med urbanisering och ökad trafikvolym vilket gör att allt fler människor exponeras för höga ljudnivåer. Enligt EU:s direktiv om omgivningsbuller (END) är över 20 % av européerna exponerade för skadliga nivåer av transportbuller[37]. Om man jämför med Världshälsoorganisationen WHO:s strängare bullerrekommendationer stiger siffran till över 30 %, vilket motsvarar nästan en av tre medborgare.

Buller medför förutom direkt störning med påverkan på taluppfattning och koncentration även långsiktiga fysiska och psykiska hälsorisker. Buller leder till frisättning av stresshormoner, som i sin tur påverkar blodtryck, ämnesomsättning, immunförsvar och sömnkvalitet, och i förlängningen ökad risk för hjärt-kärlsjukdom, metabola sjukdomar och kognitiv funktion. Barn är särskilt sårbara, med dokumenterade effekter på inlärning och beteende, medan äldre och personer med befintliga hjärt-kärlsjukdomar löper ökad risk för allvarliga konsekvenser[38][39][40].

Kronisk exponering för transportbuller bidrar årligen till 66 000 förtida dödsfall i Europa och leder dessutom till cirka 50 000 nya fall av hjärt-kärlsjukdom och 22 000 fall av typ 2-diabetes. Omkring 16,9 miljoner européer upplever besvär orsakade av transportbuller och 4,6 miljoner uppger sömnstörningar. Utomhusbuller gör det

[37] EEA European Environment Agency, Environmental noise in Europe 2025.
[38] Münzel T et al. 2024. Transportation Noise Pollution and Cardiovascular Health, Circ Res. 2024.
[39] WHO 2018, Environmental noise guidelines for the European Region.
[40] European Environment Agency, Environmental noise in Europe 2025.

dessutom mindre attraktivt att använda uteplatser, parker och torg till fysisk aktivitet och sociala ytor[41].

Vägtrafik är den mest utbredda källan till transportbuller. Nationellt utsätts cirka 2 miljoner människor för bullernivåer från trafik som överstiger 55 dB dygnsekvivalent ljudnivå (LAeq,24h)[42]. Enligt WHO:s strängare definition är det långt fler. I stället för att följa WHO:s rekommendation och skapa förutsättningar för en god och rättvis hälsa, har andra behov prioriterats när det svenska riktvärdet för trafikbuller ytterligare har höjts (tabell 3.1). Socioekonomiskt utsatta grupper drabbas ofta hårdast eftersom de i större utsträckning bor nära trafikleder och har begränsade möjligheter att påverka sin boendemiljö[43]. EU har som mål att minska trafikbullerstörningarna med 30 procent till 2030. Baserat på nuvarande prognoser är det osannolikt att EU når målet i handlingsplanen utan ytterligare åtgärder, inklusive reglerings- eller lagändringar[44].

**Tabell 3.1 Riktvärden för bullernivåer från trafik invid fasad**

| | **Vägtrafik** | **Spårtrafik** | **Flygtrafik** |
|---|---|---|---|
| Svenska riktvärden vid befintlig bebyggelse (infrastrukturpropositionen 1996/97:53) | 55 dB LAeq,24h | 60 dB LAeq,24h | 55 dB FBN |
| Svenska riktvärden vid nybyggnation (SFS 2015:216, ändrad i SFS 2017:359) | 60 dB LAeq,24h<br><br>65 dB LAeq,24h för bostäder <35 kvm | 60 dB LAeq,24h<br><br>65 dB LAeq,24h för bostäder <35 kvm | 55 dB FBN |
| WHO (2018) | **50 dB LAeq,24h** (53 dBA Lden*) | 48 dB LAeq,24h<br>54 dB Lden* | 45 dB FBN<br>45 dB Lden* |

* internationellt mått (dag-kväll-natt)

*Yrkesbuller* förekommer inom många yrkesområden, bland annat inom industrin, underhållningsbranschen och barnomsorgen. Hur hög bullerexponeringen får vara på arbetsplatsen och när

[41] European Environment Agency, Environmental noise in Europe 2025.
[42] Transportstyrelsen, Vägtrafik/Miljö och hälsa/Buller.
[43] Danish Cancer Institute. Nordic studies on occupational and traffic noise in relation to disease (NordSOUND), 2024.
[44] European Environment Agency, Environmental noise in Europe 2025.

hörselskydd för att skydda hörseln måste användas är reglerat[45]. Aktuell forskning visar på negativ graviditetspåverkan av bullerexponering[46]. För gravida arbetstagare gäller att det alltid ska finnas en individuell riskbedömning avseende alla risker i arbetsmiljön.

Även *fritidsaktiviteter* med höga ljudnivåer kan orsaka hörselskada. Risken för hörselskada ökar med ljudstyrkan och vistelsetid i bullret, samt beror även på ljudets karaktär. Ett kortvarigt impulsljud kan ge bestående hörselnedsättning. Musik som vi gillar uppfattas inte som störande buller, men dagligt, långvarigt lyssnande på alltför hög ljudnivå kan ändå skada hörseln på sikt. Många kan uppleva övergående besvär med tinnitus efter vistelse i hög ljudnivå, exempelvis musikkonserter, vilket kan innebära att man exponeras för hörselskadliga ljudnivåer.

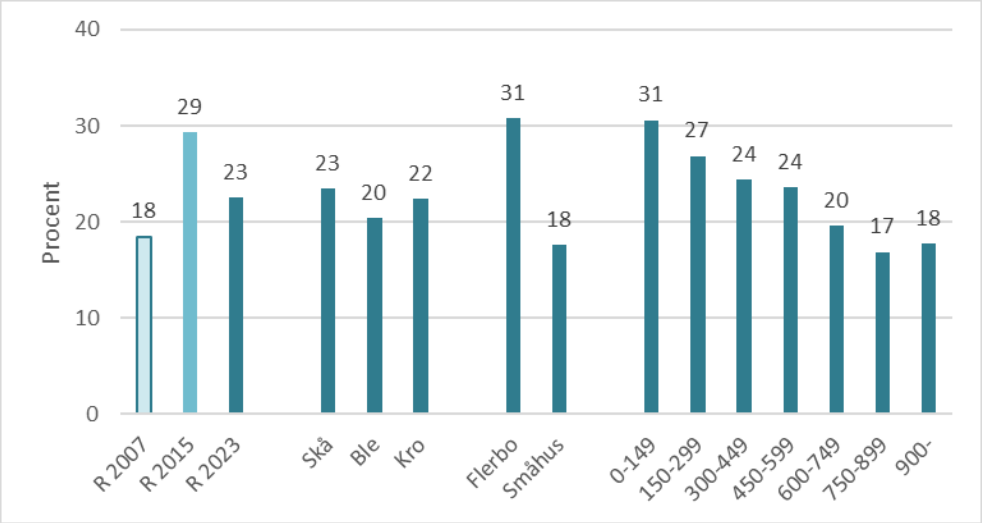
## Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län

### Buller från vägtrafik

Att bo i flerbostadshus samt tillhöra låginkomstgrupp innebär oftare att personen bor i en bostad med fönster i bullerutsatt läge jämfört med boende i småhus och de med hög hushållsinkomst (figur 3.1).

En tredjedel av boende i flerbostadshus uppger att de har fönster mot bullerutsatt läge jämfört med knappt 20 % hos småhusboende. Bostad med bullerutsatt läge dominerar i hushåll med låg inkomst, från 31 % och sjunker ned till 18% i hushåll med högst inkomst (figur 3.1).

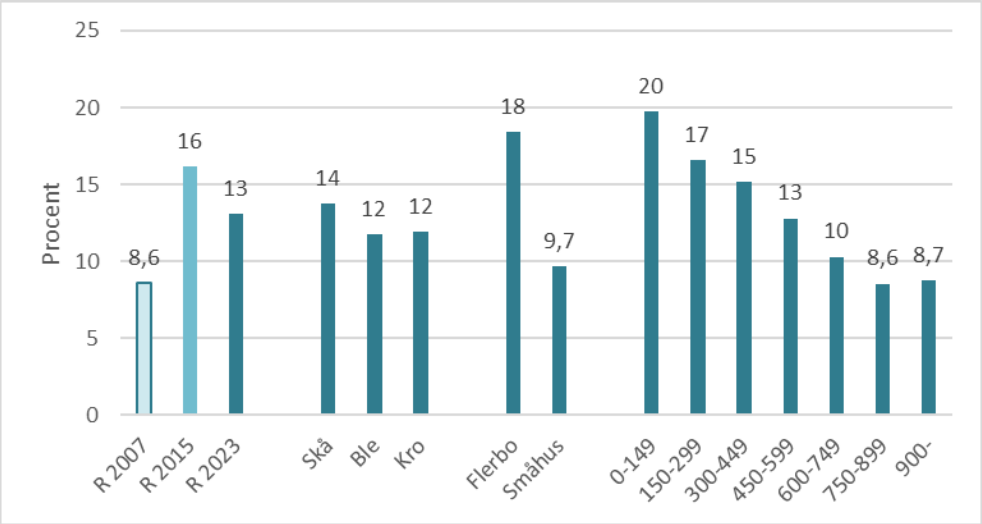
[45] AFS 2023:10 Arbetsmiljöverkets föreskrifter och allmänna råd om risker i arbetsmiljön, 2 kap. Buller.
[46] Selander J et al. 2019. Full-time exposure to occupational noise during pregnancy was associated with reduced birth weight in a nationwide cohort study of Swedish women. Sci Total Environ. 2019 Feb 15;651(Pt 1):1137-1143.




**Figur 3.1 Bostadsfönster i bullerutsatt läge**

Andel (procent) som har bostadsfönster i bullerutsatt läge (något fönster i bostaden mot större gata/trafikled, järnväg eller industri/industriområde), uppdelat på riket (R) över tid och län; samt bostadstyp och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronbergs län 2023. Källa: MHE23.

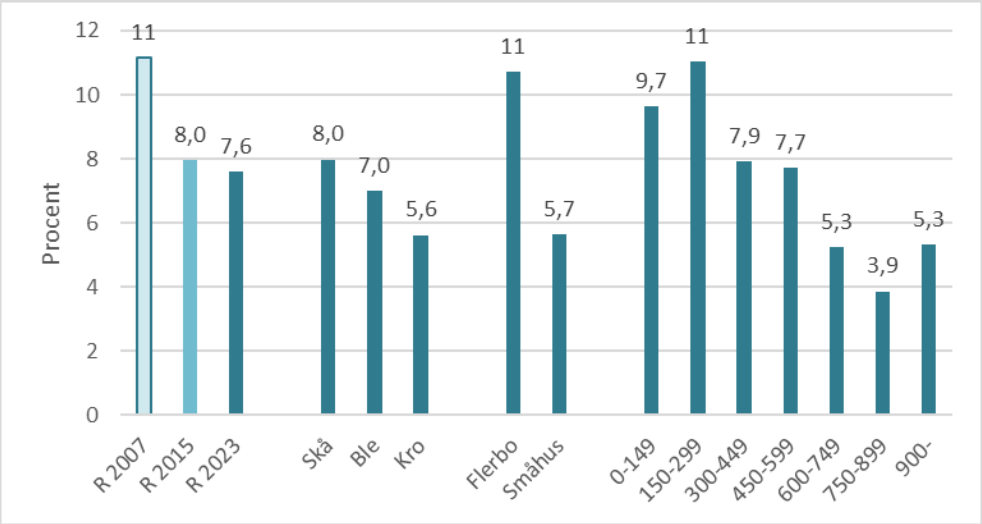
Nästan dubbelt så många som bor i flerbostadshus (18 %) jämfört med de som bor i småhus (10 %) i de tre länen har sovrumsfönster mot bullerutsatt läge, och mer än dubbelt så många av hushåll med lägst inkomst jämfört med hushåll med högst inkomst (figur 3.2).




**Figur 3.2 Sovrumsfönster i bullerutsatt läge**

Andel (procent) som har sovrumsfönster i bullerutsatt läge (något fönster i sovrummet mot större gata/trafikled, järnväg eller industri/industriområde), uppdelat på riket (R) över tid och län; samt bostadstyp och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Högst andel av de som störs av trafikbuller i eller alldeles i närheten av bostaden (exempelvis på balkong, på innergård, i trädgård eller vid entrén) i de tre länen bor i Skåne eller Blekinge, i flerbostadshus och tillhör gruppen låginkomsttagare (figur 3.3).

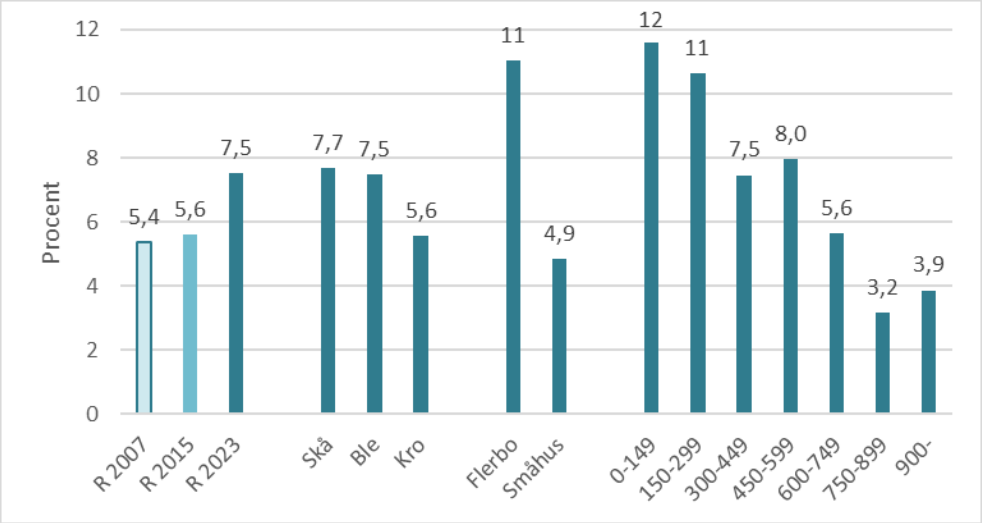



**Figur 3.3 Störd av trafikbuller i bostaden**

Andel (procent) som känt sig störd eller besvärad av trafikbuller (något av väg-, tåg- och flygbuller) mycket eller väldigt mycket i eller i närheten av bostaden (inomhus samt utomhus alldeles i närheten, exempelvis på balkong, på innergård, i trädgård eller vid entrén), under de senaste tolv månaderna, uppdelat på riket (R) över tid och län; samt bostadstyp och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Dubbelt så många av de som bor i flerbostadshus jämfört med boende i småhus i de tre länen uppger att de störs av trafikbuller och upplever sömnstörning på grund av trafikbuller (figur 3.3 och 3.4).

Riksgenomsnittet för andel som får sömnen störd av trafikbuller har ökat med två procentenheter, till 7,5 % i aktuell undersökning.

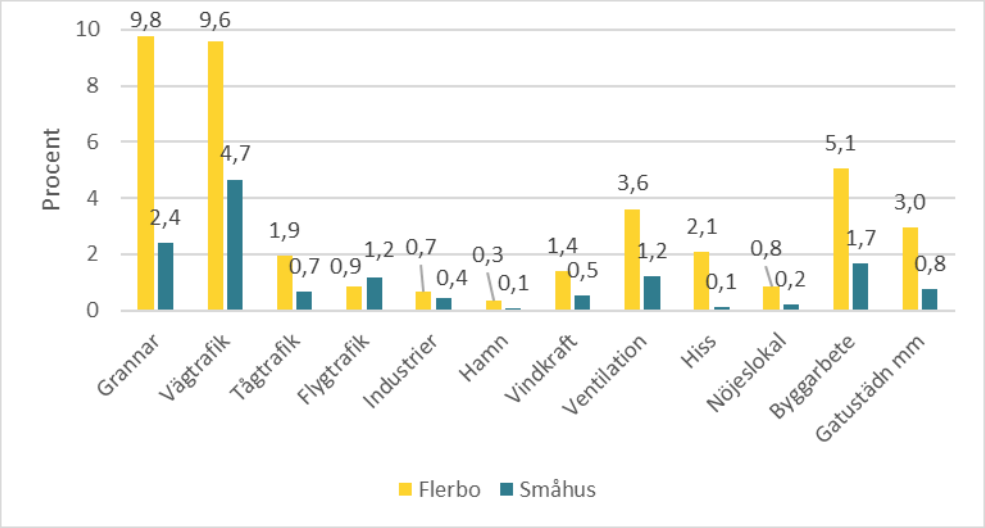



**Figur 3.4 Sömnen störd av trafikbuller**

Andel (procent) som får sömnen störd på grund av trafikbuller (väg-, tåg- eller flygtrafik), genom att man får svårt att somna eller blir väckt dagligen/varje vecka året runt eller varje vecka vissa delar av året, uppdelat på riket (R) över tid och län; samt bostadstyp och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Av boende i de tre länen som har sovrumsfönster i bullerutsatt läge upplever 21 % att sömnen störs av trafikbuller, jämfört med endast 5 % sömnstörda av de som inte har sovrumsfönster i bullerutsatt läge (MHE23).

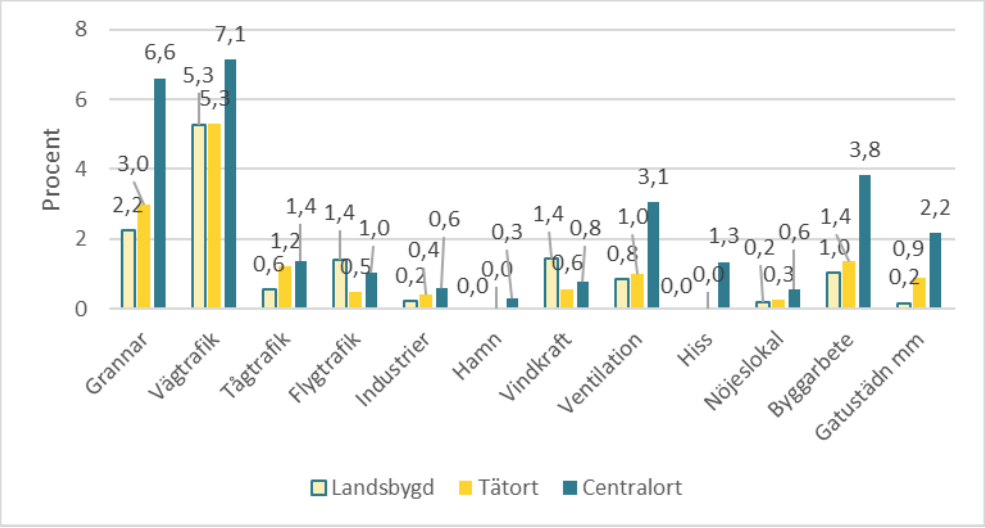
För boende i flerbostadshus i de tre länen upplevs vägtrafik och buller från grannar i eller alldeles i närheten av bostaden (exempelvis på balkong, på innergård, i trädgård eller vid entrén) som mest störande, följt av byggarbete, ventilation och gatustädning (figur 3.5). För boende i småhus är mönstret detsamma, men lägre andel som störs jämfört med boende i flerbostadshus.




**Figur 3.5 Störd av buller i bostaden**

Andel (procent) som känt sig störd eller besvärad av buller mycket eller väldigt mycket i eller i närheten av bostaden (inomhus samt utomhus alldeles i närheten, exempelvis på balkong, på innergård, i trädgård eller vid entrén) under de senaste tolv månaderna, uppdelat på bostadstyp och bullerkälla för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

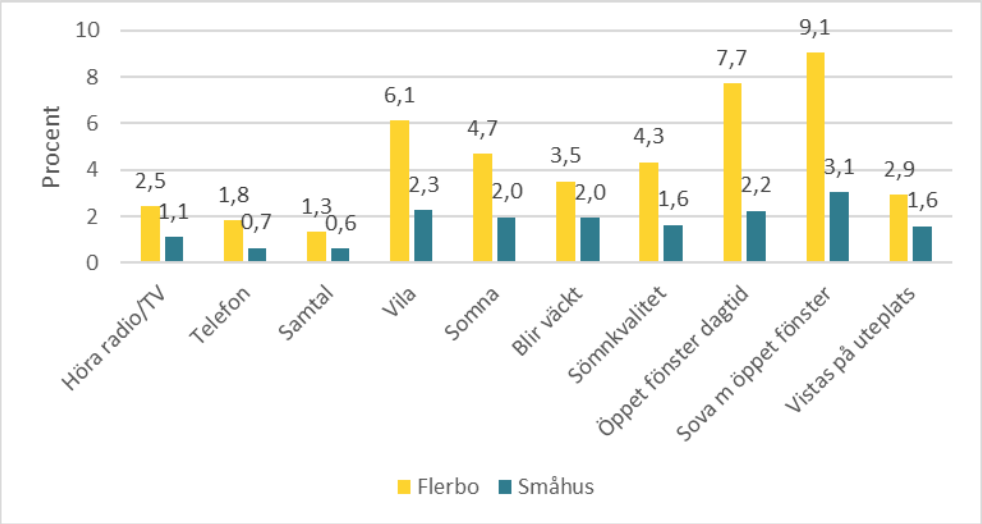
Vid jämförelse mellan centralort, tätort och landsbygd framkommer motsvarande mönster i bullerrelaterad störning (figur 3.6).




**Figur 3.6 Störd av buller i bostaden**

Andel (procent) som känt sig störd eller besvärad av buller mycket eller väldigt mycket i eller i närheten av bostaden (inomhus samt utomhus alldeles i närheten, exempelvis på balkong, på innergård, i trädgård eller vid entrén) under de senaste tolv månaderna, uppdelat på DeSO-kategori och bullerkälla för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

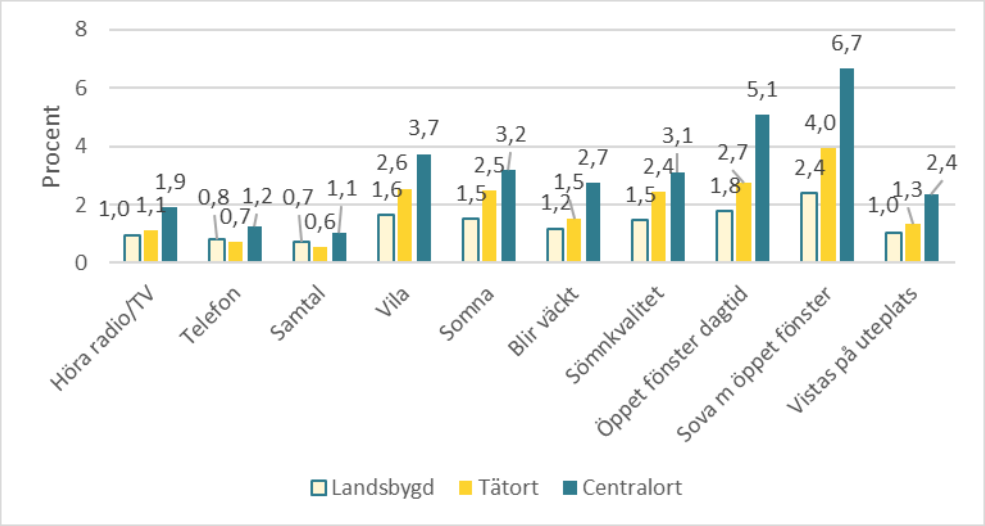
Fler boende i flerbostadshus jämfört med småhus i de tre länen upplever att trafikbuller har negativ inverkan på en rad aktiviteter, såsom att ha öppet fönster dag/nattid, påverkan på återhämtning vid vila och sömn (figur 3.7).




**Figur 3.7 Trafikbuller påverkar aktiviteter**

Andel (procent) som anger att trafikbuller (väg-, tåg- eller flygtrafik) i eller i närheten av bostaden (inomhus samt utomhus alldeles i närheten, exempelvis på balkong, på innergård, i trädgård eller vid entrén) medför följande störningar minst varje vecka året runt, uppdelat på bostadstyp och störning för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Av boende i centralort uppger nästan 7 %, jämfört med endast någon procent för boende på landsbygd, att de störs av trafikbuller nattetid om de har öppet fönster och troligtvis avstår från detta för att inte påverka sömnen (figur 3.8).

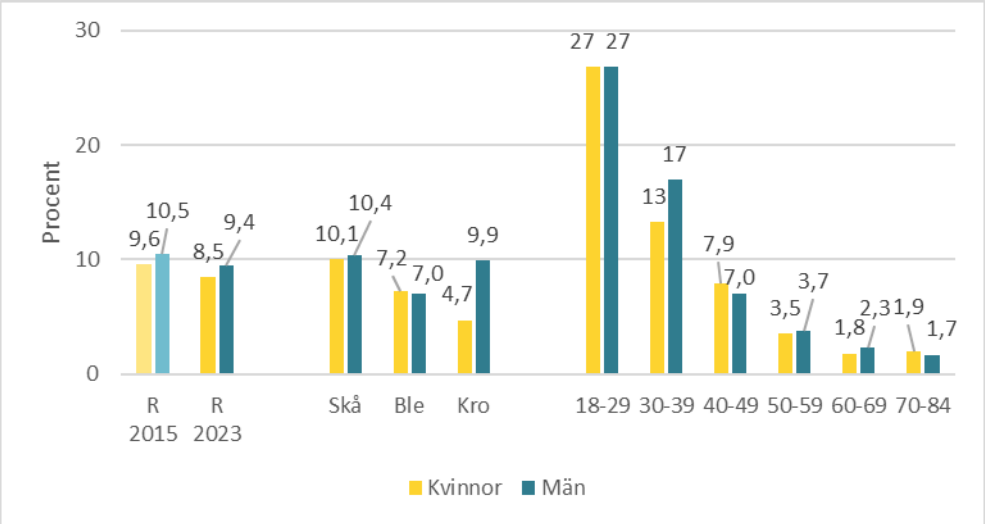



**Figur 3.8 Trafikbuller påverkar aktiviteter**

Andel (procent) som anger att trafikbuller (väg-, tåg- eller flygtrafik) i eller i närheten av bostaden (inomhus samt utomhus alldeles i närheten, exempelvis. på balkong, på innergård, i trädgård eller vid entrén) medför följande störningar minst varje vecka året runt, uppdelat på DeSO-kategori och störning för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Musiklyssnade

Nästan en tredjedel av unga vuxna (18–29 år) i de tre länen lyssnar dagligen på hög musik i hörlurar (figur 3.9).



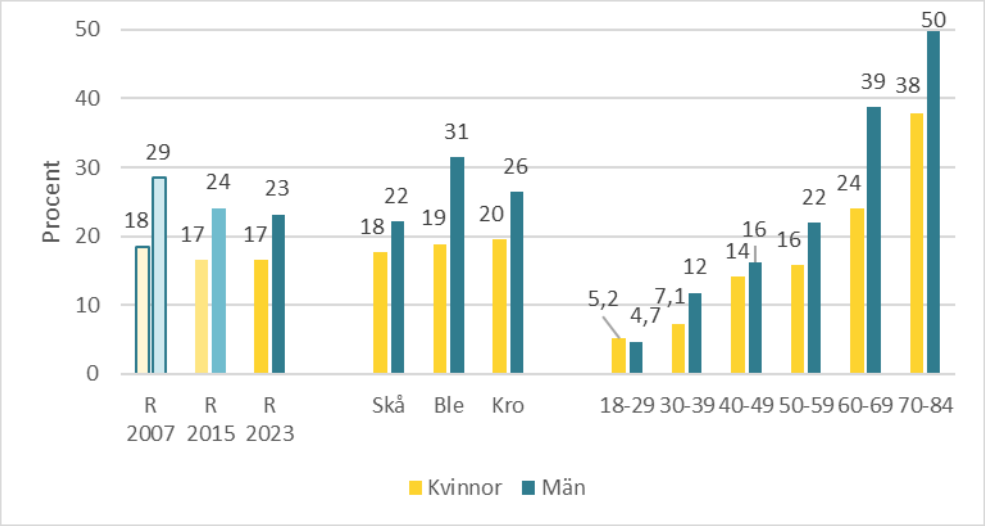

**Figur 3.9 Lyssnar dagligen på hög musik**

Andel (procent) som lyssnat på musik på hög volym eller andra höga ljud i hörlurar, dagligen under den senaste månaden, uppdelat på kön för riket (R) över tid och län; samt ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Motsvarande siffra i åldersgruppen 30–39 år är lägre (13 % för kvinnor; 17 % för män) och dagligt musiklyssnande på hög volym i hörlurar avtar betydligt i de högre åldersgrupperna.

## Hörselnedsättning

En femtedel av män i Skåne och drygt en fjärdedel av män i Kronoberg upplever nedsatt hörsel, vilket är i nivå med riksgenomsnittet och motsvarande riksgenomsnitt vid förra undersökningen år 2015 (figur 3.10). För Blekinge ligger siffran ännu högre, där knappt en tredjedel av männen uppger hörselnedsättning och i nivå med riksgenomsnittet 2007.




**Figur 3.10 Nedsatt hörsel**

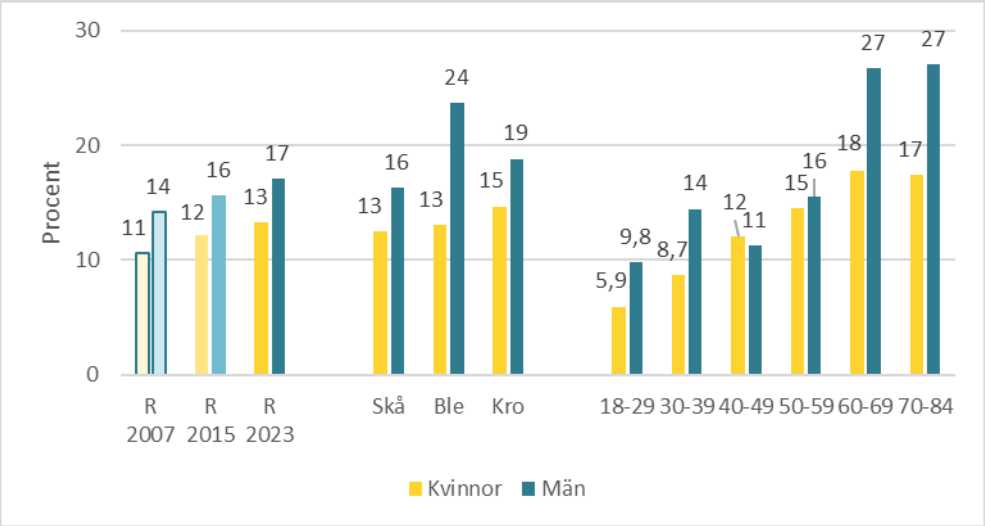
Andel (procent) som anger att de har nedsatt hörsel, uppdelat på kön för riket (R) över tid och län; samt ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Andelen kvinnor som uppger hörselnedsättning är generellt något lägre än för män, en femtedel eller strax under och i nivå med tidigare undersökningar 2015 och 2007. Med stigande ålder är det en högre andel av både män och kvinnor som anger hörselnedsättning.

## Tinnitus

Nästan dubbelt så många män jämfört med kvinnor i de tre länen anger att de har tinnitus i åldersgruppen 18–29 och 30–39 år. Fler män i åldersgrupperna 60–69 och 70–84 år jämfört med kvinnor i motsvarande åldersgrupp uppger hörselnedsättning samt besvär med

tinnitus (figur 3.11). I dessa grupper är det troligt att förutom ålder och könsbundna skillnader, även yrkesexponering och militärtjänstgöring kan spela in.




**Figur 3.11 Tinnitus**

Andel (procent) som anger att de alltid eller ofta har öronsus (tinnitus) eller andra ljud i öronen, uppdelat på kön för riket (R) över tid och län; samt ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Sammanfattning och förslag på åtgärder

Andelen som störs av trafikbuller har i hela landet ökat med ett par procentenheter jämfört med föregående undersökning. Nästan dubbelt så många som bor i flerbostadshus jämfört med de som bor i småhus har sovrumsfönster mot bullerutsatt läge vilket påverkar sömnkvaliteten negativt. Resultaten stödjer tidigare forskning att miljörelaterad ohälsa är ojämnt fördelad inom befolkningen, och att det är personer med låg socioekonomisk status som är mest sårbara och även mest utsatta för olika miljöföroreningar. För att förhindra negativ hälsopåverkan krävs högre ambition vid samhällsplanering av bostadsområden. Framför allt vid nybyggnation där gällande normer går stick i stäv med WHO:s bullerrekommendationer.

En tredjedel av gruppen unga män och kvinnor lyssnar dagligen på hög musik i hörlurar, medan det är fler män i gruppen som uppger att de besväras av hörselnedsättning och nästan dubbelt så många som

anger att de har tinnitus jämfört med gruppen unga kvinnor. För att förhindra bullerorsakad hörselnedsättning orsakat av frekvent lyssnade i hörlurar och exponering för höga impulsljud efterfrågas utbildningsinsatser till framför allt den största riskgruppen; unga och unga män. Det största ansvaret bör dock ligga på tillverkningsindustrin, återförsäljare, yrkesutbildningar och nöjesbranschen som behöver ett tydligare och strängare regelverk med krav på kontroller.

## Vidare läsning

EEA 2025. Environmental noise in Europe 2025.

Folkhälsomyndigheten 2019. Hälsoeffekter av buller och höga ljudnivåer.

Naturvårdsverket/Sweco 2014. Kartläggning av antalet överexponerade för buller.

Naturvårdsverket. Hälsoeffekter av buller.

WHO 2018. Environmental Noise Guidelines for the European Region.

# Kapitel 4. Inomhusmiljö

**Miljömål:** *God bebyggd miljö*
**Agenda 2030**: *Ingen fattigdom, Hälsa och välbefinnande, Hållbara städer och samhällen*

Vi tillbringar mycket tid inomhus, såväl hemma som på arbetet eller i allmänna byggnader. Uppskattningsvis spenderar vi mellan 80 och 90 procent av dygnets timmar i någon form av inomhusmiljö. Det kan låta mycket, men om man börjar summera sin inomhustid under en genomsnittlig dag så inser man snabbt att detta stämmer för de flesta av oss. Hur hälsosam miljön är i våra hem och i andra inomhusmiljöer som vi vistas i har alltså stor inverkan på vårt välbefinnande. Våra bostäder och inomhusmiljöer ska idag inte bara fungera som skydd mot vädrets makter utan även tillhandahålla komfort i form av ljus, ljud, svalka och värme. Samtidigt ska möjligheter kunna tillhandahållas för matlagning, tvätt och bad, städning, rekreation och socialt umgänge. Utöver detta för vi även in växter, djur, textilier, plaster samt elektriska och kemiska produkter i våra inomhusmiljöer. Allt detta påverkar givetvis inomhusmiljön och vårt välbefinnande i denna, vilket ställer stora tekniska krav på våra byggnader.

Under rekordåren inom svenskt byggande av bostäder på 1960- och 1970-talen innefattande miljonprogrammet, introducerades nya byggmetoder och material inom byggbranschen. Detta har senare visat sig bidra till risker för problem i inomhusmiljön. I en kartläggning av det svenska byggnadsbeståndet bedömdes fuktskador finnas i cirka tre av tio hem[47]. Bristfälliga renoveringar och eftersatt underhåll av befintliga byggnader har också medfört försämrad inomhusmiljö i form av fuktskador och dålig ventilation. Redan i forntida Egypten var man medveten om att ventilationen har betydelse för vår hälsa. Stenristare som arbetade i stängda utrymmen utan tillräcklig ventilation upplevde mer andningsbesvär än de som

[47] Boverket 2010. God bebyggd miljö – förslag till nytt delmål för fukt och mögel. Resultat om byggnaders fuktskador från projektet BETSI. Dnr: 10124-5246/2006.

arbetade utomhus. Att ventilation är viktigt för att vi ska må bra är med andra ord inget nytt. En dåligt fungerande och underhållen ventilation ökar risken för bland annat komfortproblem, exempelvis huvudvärk och koncentrationssvårigheter, och ökar risken för tillväxt av kvalster och mikroorganismer.

Vanliga symtom som kan kopplas till vistelse i fukt- och mögelskadade byggnader är slemhinnesymptom, luftvägssymtom, hudsymtom, allmänsymtom och komfortproblem. För barn finns dessutom en ökad risk för astmautveckling. Besvär kan också upplevas i högre utsträckning i byggnader med bristfällig ventilation och/eller där det förekommer luktolägenheter eller egenemissioner från nya bygg- och inredningsmaterial. Upplevelse av obehagliga lukter kan vara en indikation på en fuktskada. Självfallet kan avvikande lukt bero på andra orsaker och ursprung än fukt, exempelvis matos, cigarettrök eller bilavgaser. Värt att nämna är att lukt är något subjektivt, en person kan associera en karakteristisk mögellukt som något farligt medan en annan förknippar lukten med mormors sommarstuga som något positivt. En kombination av olika lukter kan ge en förstärkning av störningen, men kan också ha en maskerande effekt.

Trots att vi vet att många har besvär kopplade till inomhusmiljöer är det ofta svårt att uttala sig om vad i miljön som orsakar detta. Svårigheterna ligger delvis i individuella skillnader i fysiologisk och psykologisk känslighet samt att symtombilden kan vara diffus och ospecifik (huvudvärk, eksem, hosta, nästäppa, koncentrations-svårigheter med mera). Individer med astma och/eller allergi anses känsligare. För dessa typer av hälsoutfall, med stor variation i känslighet hos olika individer, är det ofta svårt att koppla besvären till ett eller flera specifika ämnen och exponeringsnivåer.

Då det finns tydliga kopplingar mellan besvär från inomhusmiljön och fuktskador samt undermålig ventilation i byggnader, är det av stor vikt att man använder lämpliga metoder och material vid nybyggnationer. Det är även viktigt att skötsel och underhåll

genomförs regelbundet. Grundregeln när det kommer till innemiljöproblem är att byta ut skadat material och åtgärda brister samt att använda bästa möjliga teknik för att förhindra att problematiken återkommer. Om skador/brister i inomhusmiljön identifieras bör de åtgärdas, oavsett om det finns en säker koppling till hälsoeffekter hos personer som vistas i lokalerna eller inte. Dagens kunskapsläge talar för att besvär vanligtvis förbättras eller går tillbaka helt om problemen åtgärdas på ett adekvat sätt.

Ett inomhusklimat som är eller upplevs som kallt, varmt eller dragigt kan påverka människans hälsa. Hälsoeffekter av höga temperaturer och värmeböljor kan vara milda, såsom uttorkning eller ökad trötthet, men värme kan även medföra allvarliga hälsokonsekvenser, såsom värmeslag, ökad risk för hjärtinfarkt och dödlighet. För kallt inomhus kan påverka blodtrycket och öka risken för hjärt- och kärlsjukdomar och respiratoriska hälsoproblem. Vad som är optimal temperatur upplevs olika från person till person. Känsliga grupper för temperaturvariationer är personer med kroniska sjukdomar eller funktionsnedsättning, äldre samt gravida.

Inomhusmiljön ingår som en aspekt i det svenska miljömålsarbetet. Miljökvalitetsmålet *God bebyggd miljö* innebär bland annat att ”städer, tätorter och annan bebyggd miljö ska utgöra en god och hälsosam livsmiljö”. Till målet finns en rad preciseringar varav en om hälsa och säkerhet: ”Människor utsätts inte för skadliga luftföroreningar, kemiska ämnen, ljudnivåer och radonhalter eller andra oacceptabla hälso- eller säkerhetsrisker”. Utifrån uppföljning av målet 2025 i Blekinge[48] och Kronoberg[49] bedöms trenden som neutral medan för Skåne[50] bedöms trenden vara positiv. Bedömningen i alla tre länen är emellertid att målet ej kommer nås till

[48] Länsstyrelsen Blekinge 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen 2025 för Blekinge län.
[49] Länsstyrelsen Kronoberg 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen 2025 för Kronobergs län.
[50] Länsstyrelsen Skåne 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen, Skåne 2025.

2030, vilket är samma bedömning som Boverket har gjort för målet på nationell nivå[51].

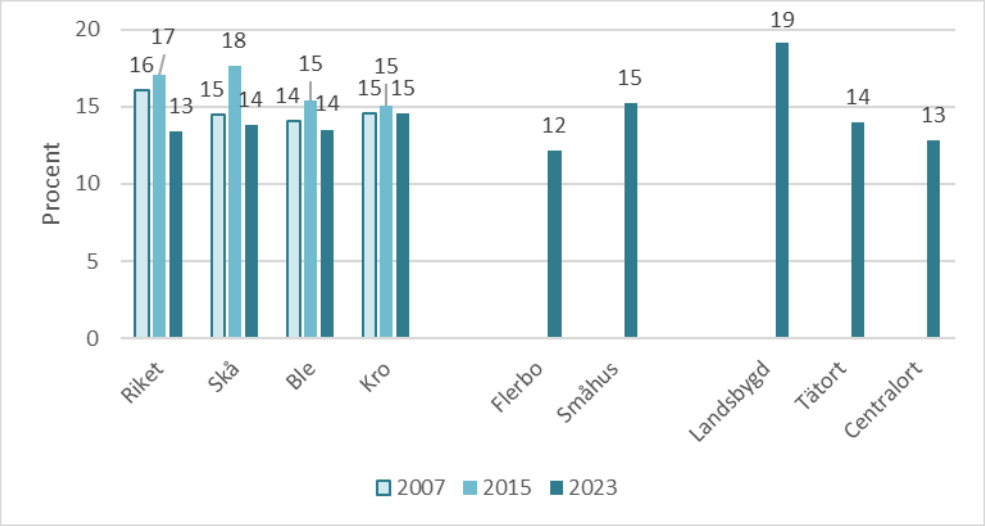
Klimatförändringar förväntas ha effekter på inomhusmiljön. En ökad inomhustemperatur medför att emissioner från bygg- och inredningsmaterial förväntas ökar. Risken för fuktskador i byggnader och bostäder bedöms också öka på grund av ökad inomhustemperatur i kombination med ökad nederbörd generellt, men även på grund av ökad förekomst av stora mängder nederbörd på kort tid. Ökad nederbörd och stigande temperatur gynnar även förekomst av kvalster. Utifrån kunskapen om att klimatet blir varmare bör fastighetsägare planera och genomföra åtgärder som på både kort och lång sikt förebygger höga inomhustemperaturer. Åtgärder kan exempelvis vara solskydd vid fönster, skuggande träd, se över vädringsmöjligheter, ventilation samt komfortkyla[52].

## Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län

### Fukt, mögel och luftkvalitet

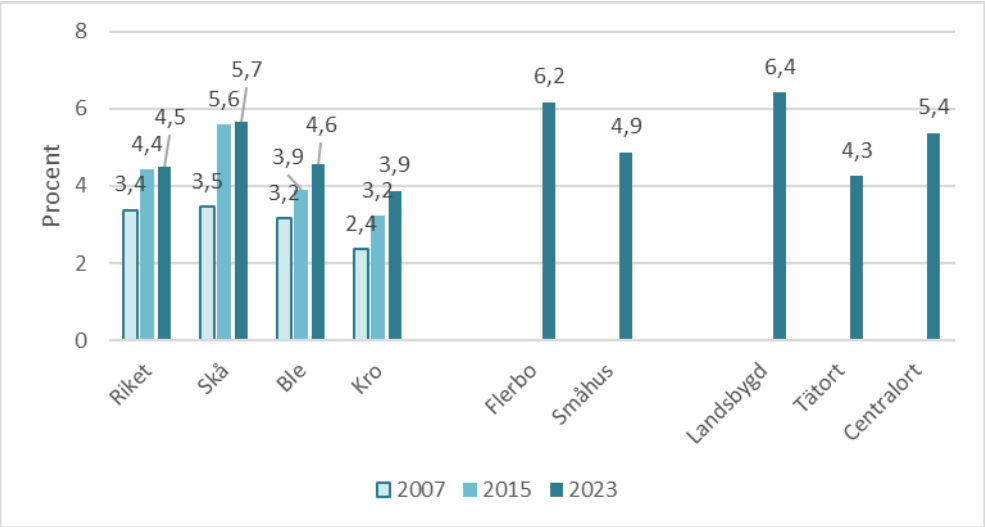
I Skåne, Blekinge och Kronoberg uppgav 14, 14 respektive 15 % av svarande tecken på vattenläckage eller synlig fuktskada i bostaden (figur 4.1). Detta är i samtliga län lägre eller i nivå med tidigare enkätsvar från 2007 och 2015, och i nivå med snittet i riket (13 %). Fuktskador var vanligare än synlig mögelpåväxt i bostaden. Andel som rapporterade synlig mögelpåväxt var i de tre länen högst i Skåne (5,7 %) följt av Blekinge (4,6 %) och Kronoberg (3,9 %). Tidstrenden sedan 2007 i länen och riket indikerar på en viss ökning i rapportering av synligt mögel (figur 4.2).

[51] Boverket 2022. God bebyggd miljö - fördjupad utvärdering av miljökvalitetsmålet. Rapport 2022:13.
[52] Folkhälsomyndighetens allmänna råd om temperatur inomhus HSLF-FS 2024:10.




**Figur 4.1 Synlig fuktskada i bostaden**

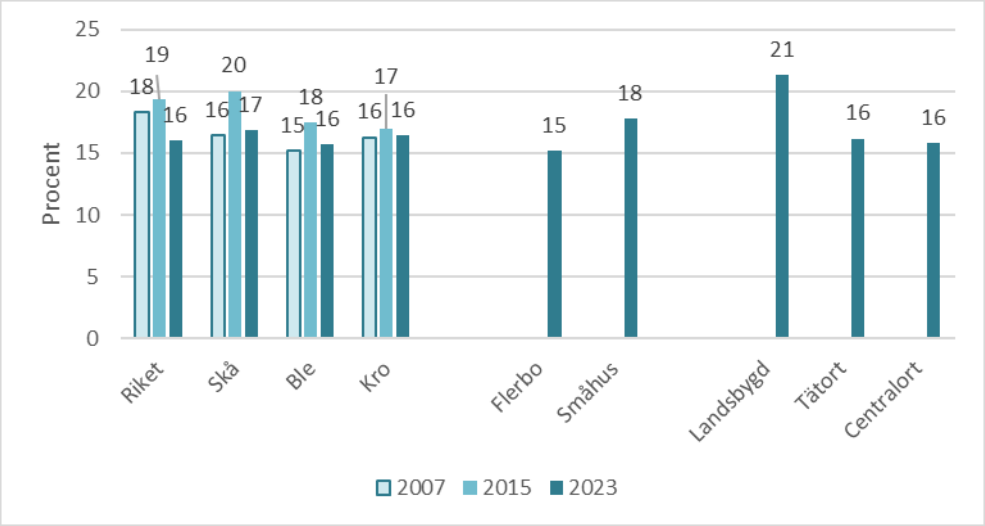
Andel (procent) som har synlig fuktskada (fläckar eller liknande) i bostaden, uppdelat på riket och län över tid; samt bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.




**Figur 4.2 Synlig mögelväxt i bostaden**

Andel (procent) som har synlig mögelväxt i bostaden under de senaste tolv månaderna, uppdelat på riket och län över tid; samt bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Det var 16–17 % av deltagarna i de tre länen som noterat minst ett tecken på fukt- och eller mögelproblematik i bostaden (figur 4.3). Detta är i linje med det nationella genomsnittet (16 %) och i alla tre länen något lägre än nivåerna i föregående enkät.

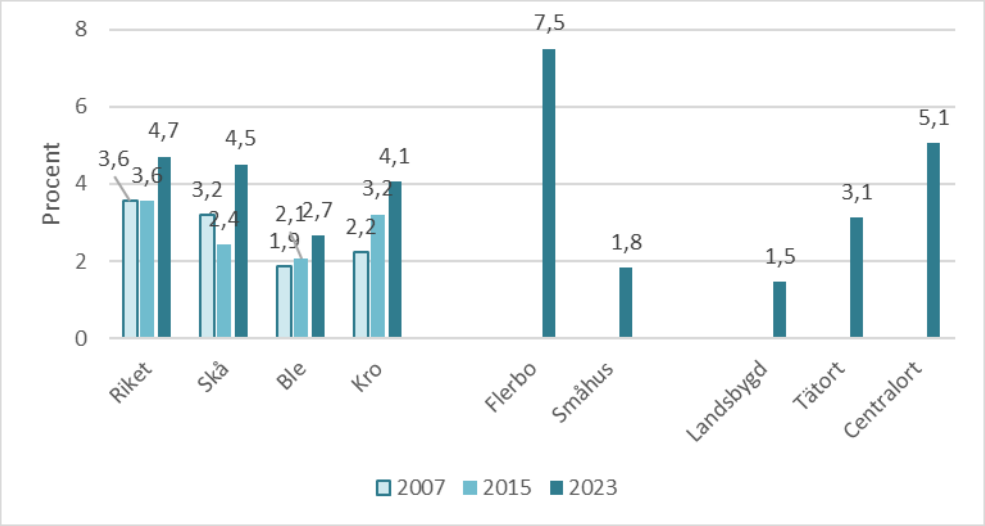



**Figur 4.3 Tecken på fukt och/eller mögel i bostaden**

Andel (procent) som har minst ett tecken på mögel (synlig fuktskada, synlig mögelväxt och/eller lukt av mögel) i bostaden, uppdelat på riket och län över tid; samt bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Både fuktskador, synlig mögelpåväxt och minst ett tecken på fukt var något vanligare på landsbygd än för boende i centralort (figur 4.1–4.3). För flerstadsbostäder och småhus ses inte någon större skillnad utan fukt och/eller mögelskador uppgavs förekomma i liknande omfattning oavsett bostadstyp.

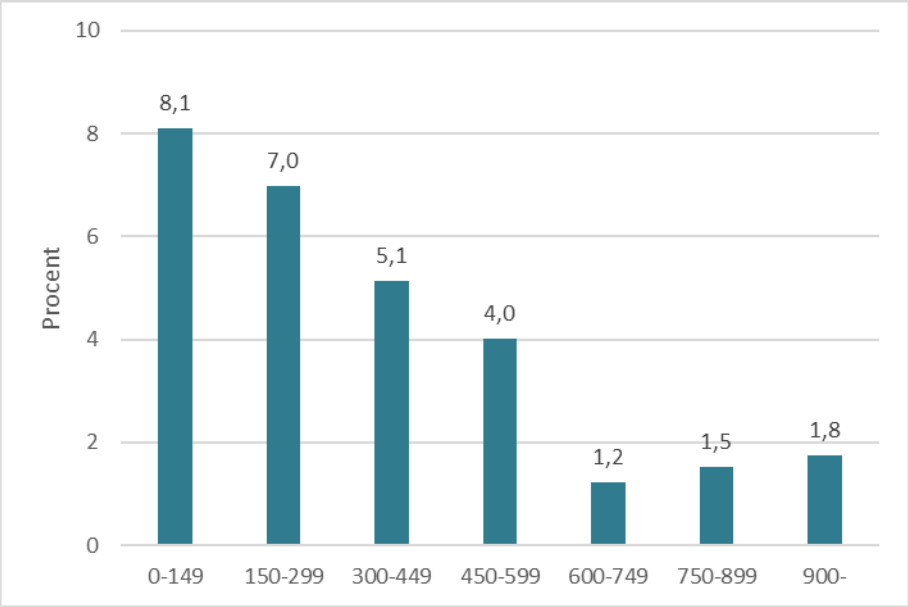
Gällande upplevd luftkvalitet i bostaden som ganska eller mycket dålig var andelarna i samtliga tre länen lägre än i riket (figur 4.4). Dock var det något fler som upplever luftkvaliteten i bostaden som dålig i samtliga tre län jämfört med tidigare enkäter 2007 och 2015. I flerbostadshus (7,5 %) och boende i centralort (5,1 %) var det högre andelar som upplever luftkvaliteten som dålig jämfört med boende i småhus (1,8 %) och på landsbygden (1,5 %).




**Figur 4.4 Dålig luftkvalitet i bostaden**

Andel (procent) som tycker att luftkvaliteten i bostaden är ganska dålig eller mycket dålig, uppdelat på riket och län över tid; samt bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Boende med lägre hushållsinkomst upplevde i högre omfattning luftkvaliteten i bostaden som ganska eller mycket dålig jämfört med de med högre inkomster (figur 4.5). Det var mer än fyra gånger så vanligt att luften upplevs som ganska eller mycket dålig i bostad för de med lägst inkomst (8,1 %) i relation till de med högst inkomst (1,8 %).




**Figur 4.5 Dålig luftkvalitet i av bostaden**

Andel (procent) som tycker att luftkvaliteten i bostaden är ganska dålig eller mycket dålig, uppdelat på hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Temperatur i bostaden

Med avseende på upplevelse av bostadens temperatur upplevde 30–32 % i de tre länen att inomhustemperaturen var för hög under sommarhalvåret (figur 4.6). Detta är i nivå med riket som helhet (33 %). Både i de tre länen och i riket var det ca dubbelt så vanligt att temperaturen upplevs som för hög jämfört med 2015. Likaså har upplevelsen av att det är för kallt under vinterhalvåret tydligt ökat i samtliga län och i riket (från 16 till 24 %) jämfört med 2015 (figur 4.7).

Det var vanligare bland kvinnor att innetemperaturen upplevs för kall, medan sett till värme var det små skillnader mellan könen. Det var vanligare bland yngre att inomhustemperaturen upplevs som för hög eller låg, exempelvis svarade 49 % av 18–29 åringarna att det var för varmt och 37 % för kallt, medan för 70–84 åringarna var motsvarande andelar 14 % (för varmt) respektive 13 % (för kallt) (MHE23). Generellt är det något vanligare att boende i flerbostadshus och i centralort upplever problem med låga eller höga temperaturer jämfört med småhus och boende på landsbygden i de tre länen.

**Figur 4.6 För varmt under sommarhalvåret**

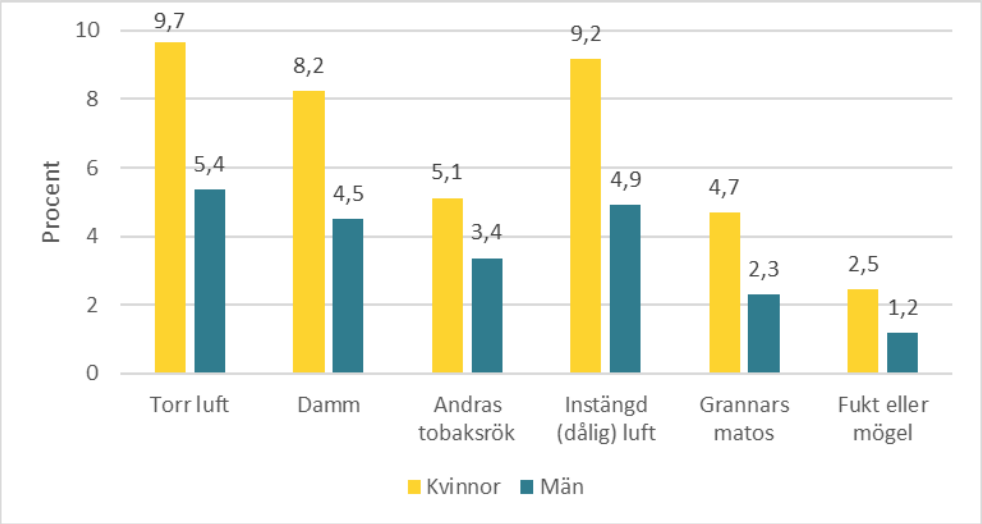
Andel (procent) som besväras av att är för varmt i bostaden, minst en gång per vecka under sommarhalvåret, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

**Figur 4.7 För kallt under vinterhalvåret**

Andel (procent) som besväras av att är för kallt i bostaden, minst en gång per vecka under vinterhalvåret, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Miljöfaktorer och besvär

De miljöfaktorer i bostaden som både kvinnor och män upplever sig mest besvärade av var torr luft följt av instängd (dålig) luft (figur 4.8).



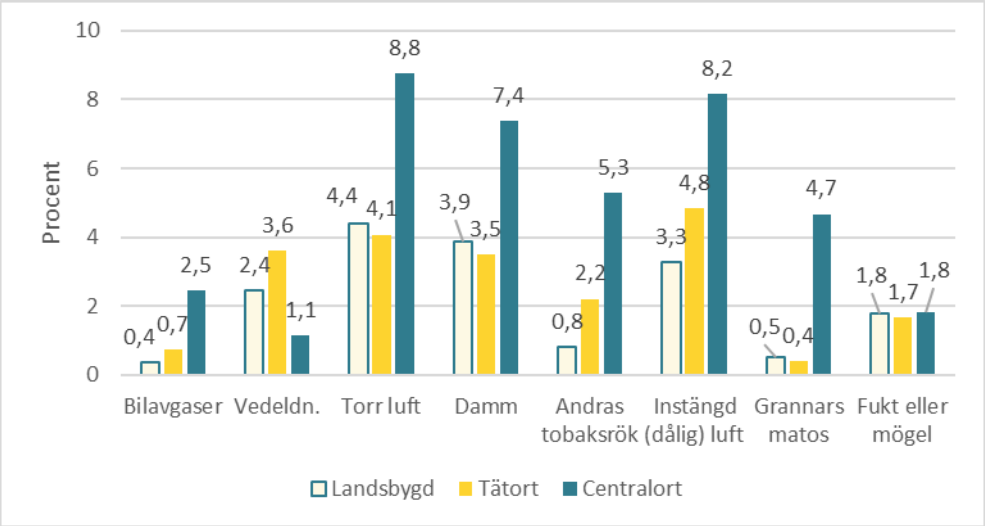

**Figur 4.8 Besvär av miljöfaktorer i bostaden**

Andel (procent) som besväras av miljöfaktorer inomhus i bostaden, minst en gång per vecka under de senaste tre månaderna, uppdelat på kön och miljöfaktorer för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

För samtliga miljöfaktorer upplever en högre andel av kvinnorna sig besvärande av dessa jämfört med männen (figur 4.8). Torr luft var både i de tre länen och i riket (8,2 %, MHE23) den faktorn som flest

anser sig besvärande av. Sett till riket i stort så har rapportering av torr luft som en ofta besvärade faktor dubblerats sedan 2015.

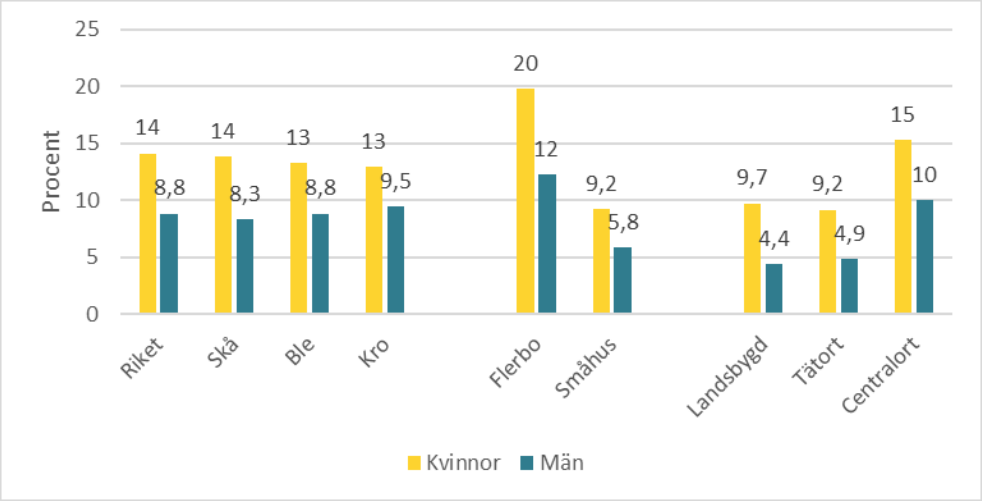
För sex av åtta miljöfaktorer besväras en högre andel av de som bor i centralort jämfört med boende på landsbygd (figur 4.9). För resterande två miljöfaktorer var det för fukt och mögel inte någon skillnad på var man bor, medan för vedeldningsrök var det vanligare med besvär i tätort och landsbygd.




**Figur 4.9 Besvär av miljöfaktorer i bostaden**

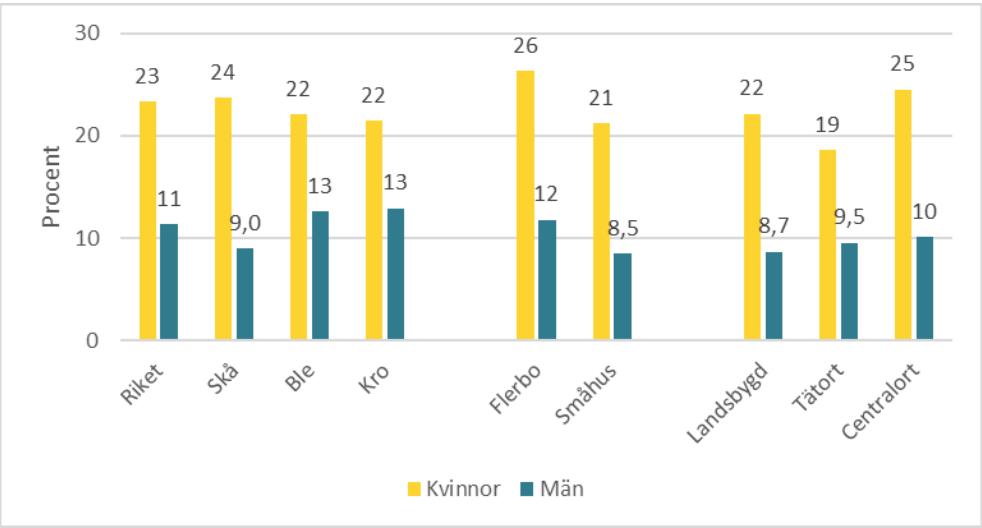
Andel (procent) som besväras av miljöfaktorer inomhus i bostaden, minst en gång per vecka under de senaste tre månaderna, uppdelat på DeSO-kategori och miljöfaktorer för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

I de tre länen och i riket var det vanligare bland kvinnor att uppleva besvär på grund av inomhusmiljön i bostaden och på arbetet eller skolan (figur 4.10-4.11). Framför allt på arbete/skola var skillnaderna mellan könen betydande, och nationellt besväras dubbelt så många kvinnor av inomhusmiljön jämfört med män.




**Figur 4.10 Något besvär av miljöfaktorer i bostaden**

Andel (procent) som har något besvär (trötthet; huvudvärk; klåda, sveda eller irritation i ögonen; irriterande, täppt eller rinnande näsa; heshet eller halstorrhet; hosta) av inomhusmiljön i bostaden minst en gång per vecka under de senaste tre månaderna, uppdelat på kön för riket och län; samt bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.




**Figur 4.11 Något besvär av miljöfaktorer på arbetet/i skolan**

Andel (procent) som har något besvär (trötthet; huvudvärk; klåda, sveda eller irritation i ögonen; irriterande, täppt eller rinnande näsa; heshet eller halstorrhet; hosta) av inomhusmiljön på arbetet/i skolan minst en gång per vecka under de senaste tre månaderna, uppdelat på kön för riket och län; samt bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

För boende i flerbostadshus var det dubbelt så hög andel som rapporterade besvär i bostaden jämfört med boende i småhus (figur 4.10). Skillnaderna var ungefär lika stora för kvinnor (20 respektive 9,2 %) som för män (12 respektive 5,8 %) mellan boendeformerna.

Bland boende i centralort var det vanligare för både kvinnor och män med besvär kopplat till bostaden jämfört med tätort och landsbygd. En högre andel var besvärade av inomhusmiljöer kopplat till arbetet/skolan än i bostaden i samtliga län samt i riket som stort.

I Skåne rapporterade 21%, Kronoberg 22 % och Blekinge 22 % av de svarande att de har besvär på grund av inomhusmiljön i bostaden och/eller arbetet/skolan minst en gång i veckan (tabell 4.1). Inget av länen Skåne, Blekinge eller Kronoberg utmärker sig gällande andel besvärade av inomhusmiljöer, varken i relation till varandra eller i relation till svarande från hela riket (22 %). I relation till MHE07 och MHE15 har andelen som ofta besväras i inomhusmiljöer ökat någon i Blekinge, Kronoberg samt i riket som helhet. I Skåne var andelen ofta besvärade av innemiljön tämligen oförändrad över tid.

**Tabell 4.1 Besvär av inomhusmiljön i bostad och eller arbete/skola.**
Andel som minst en gång per vecka under de senaste tre månaderna haft något besvär (trötthet, huvudvärk, ögonbesvär, näsbesvär, heshet eller hosta) av inomhusmiljön i bostad och eller arbete/skola.

| Län / Riket | Andel besvärande i % | | |
|---|---|---|---|
| | 2007 | 2015 | 2023 |
| Skåne | 21 | 20 | 21 |
| Blekinge | 14 | 18 | 22 |
| Kronoberg | 16 | 18 | 22 |
| Riket | 19 | 20 | 22 |

## Sammanfattning och förslag på åtgärder

Mer än var femte vuxen i Skåne, Blekinge, Kronoberg och nationellt upplever besvär kopplat till inomhusmiljön i bostaden och/eller arbetet/skolan minst en gång i veckan. Det var vanligare att boende i flerbostadshus rapporterar besvär relaterade till inomhusmiljön än för boende i småhus. Omkring var sjätte invånare i de tre länen och i riket hade minst ett tecken på fukt- och eller mögelproblematik i bostaden. Andelen fukt- och mögelskador i bostaden var dock lägre än det som observerats vid undersökning av det svenska byggnadsbeståndet, där 36 % bedöms uppvisa någon form av skada.

Det är således uppenbart att självrapporter skiljer sig från det som observeras.

Som fastighetsägare är man ansvarig för utredning och åtgärder av fuktskador. Med en god egenkontroll kan fuktskador förebyggas och således minska ohälsa, antal klagomål, behov av akuta saneringsåtgärder samtidigt som onödiga kostnader kan undvikas.

De miljöfaktorer som både kvinnor och män upplevde sig mest besvärade av var torr luft följt av instängd (dålig) luft. Klagomål på ”torr luft” är vanligt i byggnader med innemiljöproblem, men beror ofta inte på låg luftfuktighet utan på för hög temperatur eller på luftföroreningar. Kvinnor besvärades generellt mer av miljöfaktorer än män. Förväntade skillnader ses mellan centralort och landsbygd där fler svarande i centralort besväras av bilavgaser, medan på landsbygden besväras man mer av vedeldningsrök.

En högre andel uppgav besvär av inomhusmiljöer kopplat till arbetet/skolan än i bostaden i samtliga län. På arbetet/skolan var skillnaderna mellan könen betydande, och nationellt besväras dubbelt så många kvinnor av nämnda inomhusmiljöer jämfört med män. Resultaten tyder på vikten av att arbetsgivare satsar på ett genusmedvetet systematiskt arbetsmiljöarbete för en bättre arbetsmiljö för alla[53].

Klimatförändringar kommer leda till varmare och torrare klimat under sommaren. Var tredje person i de tre länen och nationellt besvärades nu i bostaden av för höga inomhustemperaturer sommartid vilket är en kraftig ökning jämfört med föregående undersökning. Äldre ses generellt som en riskgrupp avseende både höga och låga temperaturer. I denna undersökning ses dock att yngre deltagare i högre omfattning besvärades av temperaturen i bostaden. Förklaring till denna observation ligger utanför ramen för denna undersökning men skulle kunna vara ett uppslag till framtida projekt.

[53] Arbetsmiljöverket, Jämställdhet i arbetsmiljön.

Utifrån kunskapen om att klimatet blir allt varmare bör fastighetsägare planera och genomföra åtgärder som på både kort och lång sikt förebygger höga inomhustemperaturer. Åtgärder kan vara solskydd vid fönster, skuggande träd, se över vädringsmöjligheter, ventilation samt komfortkyla.

## Vidare läsning


Arbetsmiljöverket, Jämställdhet i arbetsmiljön.

Boverket 2010. God bebyggd miljö – förslag till nytt delmål för fukt och mögel. Resultat om byggnaders fuktskador från projektet BETSI. Dnr: 10124-5246/2006.

Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM) 2015, rev 2017. Hälsobesvär av inomhusmiljön – ett faktablad. www.camm.sll.se

Folkhälsomyndigheten, Allmänna råd om temperatur inomhus HSLF-FS 2024:10.

Folkhälsomyndigheten, Allmänna råd om ventilation FoHMFS 2014:18.

Folkhälsomyndigheten, Tillsynsvägledning om temperatur inomhus nr 24114, 2024.

Klimatsamverkan Skåne 2015. Klimatförändringarnas påverkan på den skånska folkhälsan. En kunskapsöversikt med förslag på åtgärder. 2 uppl. 2015.

SWESIAQ om inomhusmiljö: https://www.swesiaq.se/

*Om uppföljning av miljömål*
Naturvårdsverket, Årlig uppföljning av Sveriges nationella miljömål 2025. NV-07267-24.

Sveriges miljömål, God bebyggd miljö.

Boverket 2022. God bebyggd miljö - fördjupad utvärdering av miljökvalitetsmålet. Rapport 2022:13.

Länsstyrelsen Blekinge 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen 2025 för Blekinge län.

Länsstyrelsen Kronoberg 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen 2025 för Kronobergs län.

Länsstyrelsen Skåne 2025. Regional årlig uppföljning av miljömålen, Skåne 2025.

# Kapitel 5. Allergi, astma och andra besvär i luftvägar och hud

**Miljömål:** *Frisk luft, Giftfri miljö*
***Agenda* 2030**: *Hälsa och välbefinnande*

Astma, allergier och allergiska reaktioner i luftvägar och hud räknas till våra vanligaste folksjukdomar. Ärftlighet spelar en viss roll men det finns även annat som har betydelse. Miljöfaktorer som luftföroreningar från miljötobaksrök, trafikavgaser och fuktproblem i bostäder ökar risken för sådana besvär, varför omgivningsmiljön kan ha en stor påverkan på hälsan. Allergier och allergiska reaktioner i luftvägarna kan ge symtom som nästäppa, hosta och retningar i luftrören, klåda i hals och gom, nysningar och rinnande näsa. Allergiska reaktioner i luftvägarna orsakas av kontakt med ämnen som man är allergisk mot, exempelvis pollen och pälsdjur. Starka dofter och retande ämnen kan ge liknande besvär.

Astma är en kronisk inflammatorisk sjukdom i luftvägarna som gör att luftrören är överkänsliga. Vid astma reagerar kroppen med svullnad och sammandragning av andningsvägarna, vilket leder till andnöd. Astma är en livslång sjukdom och många astmatiker behöver ta flera läkemedel dagligen för att inte få andningsbesvär.

Allergiska reaktioner i huden kan delas upp i två typer – den snabba allergiska reaktionen och den fördröjda. Den snabba allergiska reaktionen visar sig som snabbt uppkommen klåda och rodnad eller nässelutslag, och orsakas främst av samma sorts proteiner som vid allergisk rinit. Symptomen kan uppstå vid direkt hudkontakt (exempelvis mjöl och vissa rotfrukter), men även vid kontakt med ämnen i luften (exempelvis pälsdjursallergen och pollen) eller från födointag (exempelvis nötter). Den fördröjda allergiska reaktionen brukar kallas kontaktallergi och visar sig som eksem.

Eksem är en inflammation i hudens översta lager som kan ha flera orsaker. Ungefär 20 procent av barn i Sverige beräknas drabbas av

atopiskt eksem eller böjveckseksem. Atopi är en benägenhet att utveckla eksem och är ofta också kopplad till astma och allergier mot pollen, pälsdjur eller kvalster. Sjukdomen debuterar vanligtvis som eksem i knä- och armbågsveck under småbarnsåren, och kan sedan visa sig som handeksem hos äldre barn och vuxna. Den som har böjveckseksem som barn bör i vuxen ålder välja ett arbete som inte är alltför påfrestande för huden, eftersom den som haft böjveckseksem har en ökad känslighet och lättare kan utveckla eksem orsakat av irritativa och nötande faktorer senare i livet. Det finns ingen skillnad mellan könen gällande känslighet för att utveckla eksem.

Kontaktallergi är en immunologisk reaktion i huden på ett ämne som i normala fall inte utgör en hälsorisk vid de låga doser som framkallar allergin. Kontaktallergi yttrar sig som ett eksem på den del av huden som varit i kontakt med ämnet. Nickel är den vanligaste orsaken till kontaktallergi. Inom EU finns lagstiftningen nickeldirektivet som sedan år 2000 reglerar frisättning av nickel från föremål som används i nära och långvarig kontakt med huden. Det innebär att håltagning med enligt nickeldirektivet godkända smycken inte ska innebära någon ökad risk för kontaktallergi. Trots nickeldirektivet är nickel fortfarande den vanligaste orsaken till kontaktallergi, följt av doftämnen och konserveringsmedel i kosmetiska produkter.

Skönhetsindustrin är en ofta oreglerad bransch där konsumenten kan utsättas för hälsorisker via hudexponering. Hårfärger och tatueringar kan innehålla både allergi- och cancerframkallande kemikalier. Under de senaste decennierna har tatueringstrenden ökat snabbt och i Sverige är nu var femte person tatuerad. Aktuell forskning tyder på att tatueringar, oberoende av storlek, kan vara en riskfaktor för lymfkörtelcancer, lymfom, samtidigt understryks behovet av mer forskning på området.

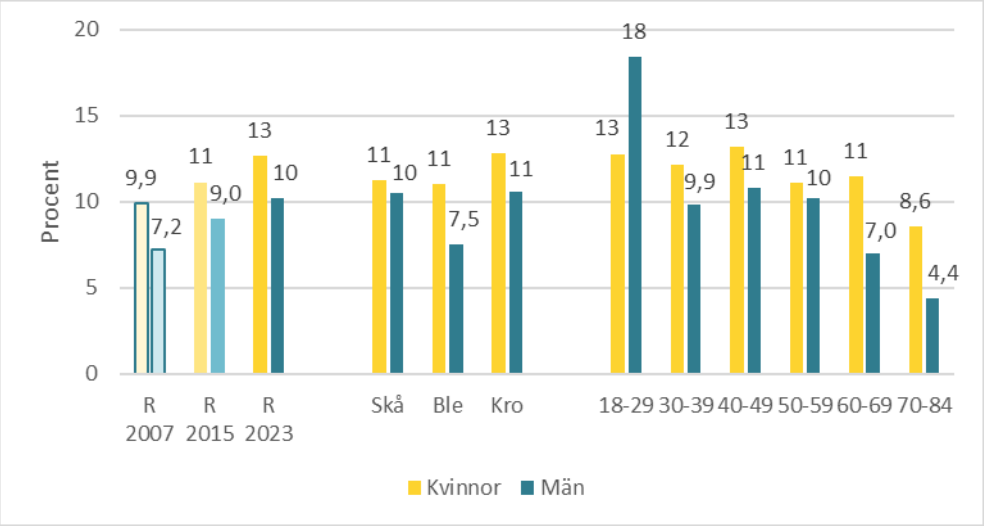
Vi förväntar oss att klimatet i Sverige under en överskådlig framtid kommer att förändras med högre medeltemperaturer, längre sommarperioder och fler dagar med nederbörd. Längre sommarperioder förlänger växtsäsongen vilket påverkar

pollensäsongens längd och intensitet. Detta kommer sannolikt att leda till ökade besvär hos pollenallergiker.

## Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län

### Allergi, astma och luftvägsbesvär

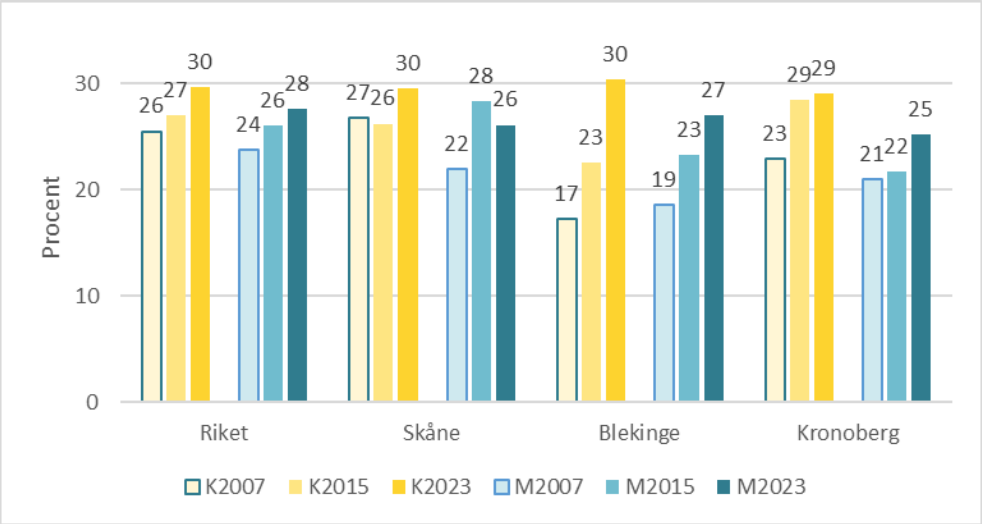
Förekomsten av rapporterad läkardiagnosticerad astma hos vuxna verkar ha ökat något sedan 2007. Läkardiagnosticerad astmaförekomst uppges bland 11–13 % av de svarande kvinnorna och 7,5 – 11 % av de svarande männen i de tre länen (figur 5.1), vilket motsvarar nivåerna för riket i MHE23. Fler kvinnor än män uppger att de har en läkardiagnosticerad astma, vilket även det stämmer överens med riket som helhet. Män i Blekinge län uppger att de har en läkardiagnosticerad astma i lägre grad än män i Skåne och Kronoberg län samt riket. Vid uppdelning av materialet med avseende på ålder blir det tydligt att det är vanligare att män i den yngsta åldersgruppen rapporterar läkardiagnosticerad astma. Läkardiagnosticerad astma rapporteras oftare bland kvinnor i alla andra åldersgrupper, och skillnaden blir större i de äldre åldersgrupperna.




**Figur 5.1 Läkardiagnosticerad astma**

Andel (procent) som av läkare fått diagnosen astma, uppdelat på kön för riket (R) över tid och län; samt ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

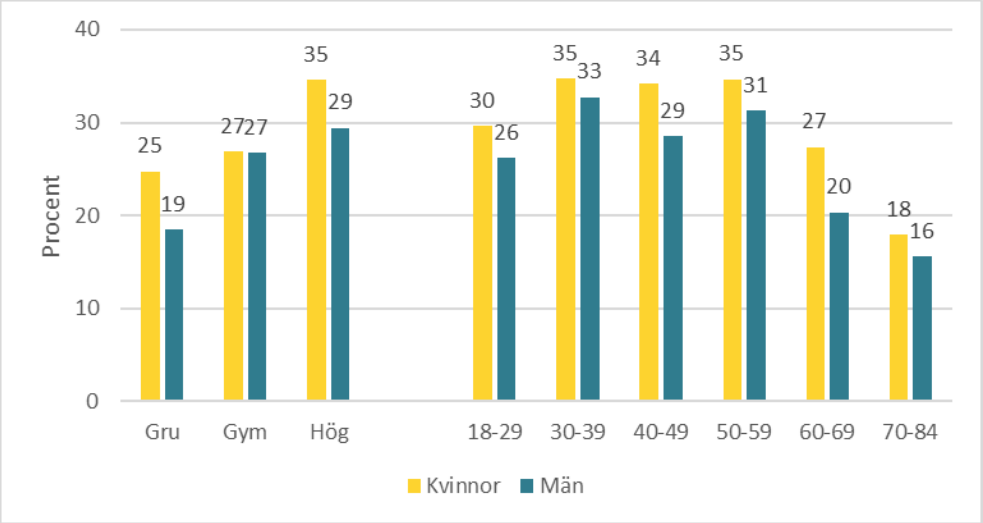
Bland de svarande i de tre länen uppger 25–30 % att de besväras av hösnuva eller annan form av allergisk snuva, vilket inte skiljer sig från riket i stort (figur 5.2). Även här ses en ökande trend över tid, både nationellt och i Skåne, Blekinge och Kronoberg län. Vid uppdelning av data med avseende på kön ses en något ökad förekomst av hösnuva och annan allergisk snuva hos kvinnor jämfört med män.




**Figur 5.2 Hösnuva och allergisk snuva**

Andel (procent) som har hösnuva eller någon annan form av allergisk snuva, uppdelat på kön för riket och län över tid; K = kvinnor, M = män. Källa: MHE23.

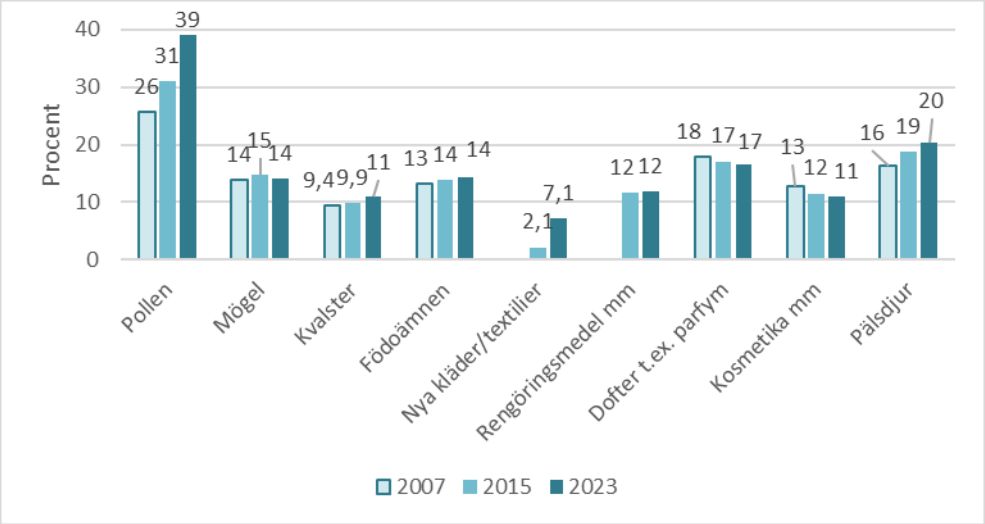
Det är dock större skillnader i förekomst av allergisk snuva beroende på utbildningsnivå (figur 5.3). Rapporterad förekomst av allergisk snuva är högst bland svarande med högskoleutbildning (32 %), medan den rapporterade förekomsten är lägst bland svarande med grundskoleutbildning som högsta utbildningsnivå (21 %) (MHE23). Uppdelning av data med avseende på ålder visar att allergisk snuva är vanligast bland svarande i åldersgruppen 30–59 år.




**Figur 5.3 Hösnuva och allergisk snuva**

Andel (procent) som har hösnuva eller någon annan form av allergisk snuva, uppdelat på kön för utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Rapporterade orsaker till överkänslighet och/eller allergi i hud och luftvägar från miljöhälsoenkäterna 2023, 2015 och 2007 i riket presenteras i figur 5.4.



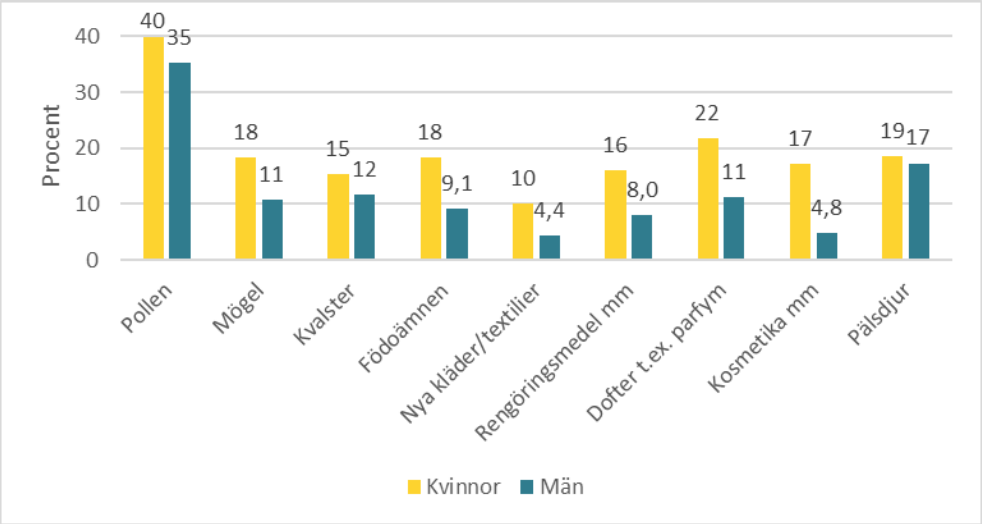

**Figur 5.4 Överkänslighet/allergi**

Andel (procent) som rapporterar överkänslighet mot något av följande, uppdelat på besvärskälla för riket över tid. Delfråga angående nya kläder/textilier respektive rengöringsmedel mm saknades i enkäten 2007. Källa: MHE23.

Pollen och pälsdjur är de vanligaste rapporterade orsakerna till överkänslighet, följt av dofter. Överkänslighet mot pollen har ökat märkbart sedan 2007. Överkänslighet mot pälsdjur har ökat något.

Även överkänslighet mot nya kläder och textilier har ökat, från att i stort sett inte uppgetts som orsak till överkänslighet alls i MHE15, till drygt 7 % i riket i MHE23. Data för Skåne, Blekinge och Kronoberg län för MHE23 visar samma bild. Textilkonsumtionen i Sverige har ökat stadigt sedan år 2000[54] och stickprovskontroller tyder på att billiga kläder kan innehålla högre halter kemikalier[55].

Uppdelning av data för Skåne, Blekinge och Kronoberg län med avseende på kön visar att kvinnor i större utsträckning än män uppger överkänslighet mot alla undersökta besvärskällor (figur 5.5).



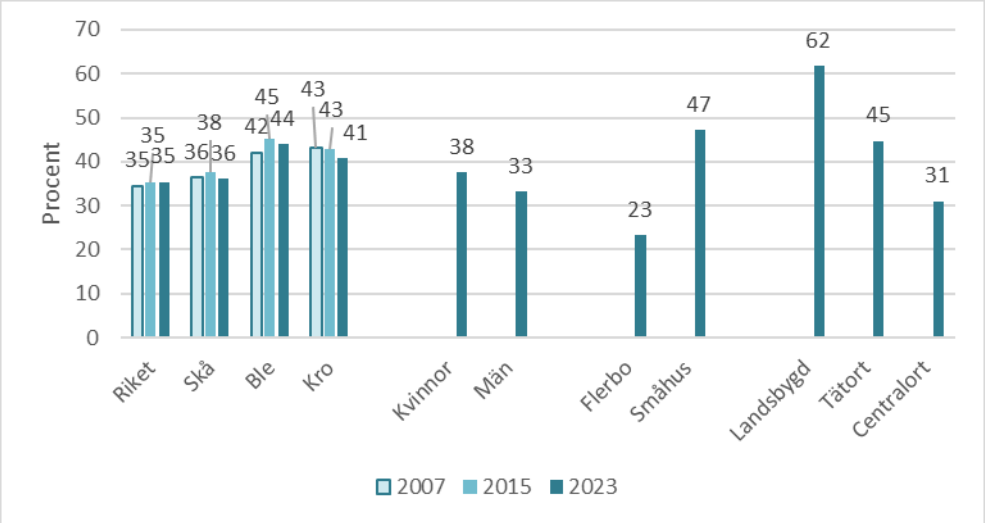

**Figur 5.5 Överkänslighet/allergi**

Andel (procent) som rapporterar överkänslighet mot något av följande, uppdelat på kön samt besvärskälla för Skåne, Blekinge och Kronbergs län 2023. Källa: MHE23.

Skillnaderna är minst för pollen och pälsdjur. Tydliga skillnader ses mellan besvärskällor där exponeringen torde vara lika för kvinnor och män, exempelvis exponering för mögel och kvalster i inomhusmiljön eller födoämnen. Sådana skillnader skulle kunna bero på skillnader i rapportering mellan grupper vilka i sin tur skulle kunna bero på skilda normer kring hur olika grupper ser på sin egen hälsa samt inställningen till att söka vård[56].

[54] Naturvårdsverket 2025, Textilkonsumtion, kilo per person i Sverige.
[55] Greenpeace International 2022, Taking the shine off SHEIN: Hazardous chemicals in SHEIN products break EU regulations, new report finds.
[56] Jämställdhetsmyndigheten 2025. Delmål 5: Jämställd hälsa.

Andel svarande som uppger att det finns pälsdjur som katt, hund, kanin eller andra gnagare i bostaden redovisas i figur 5.6.




**Figur 5.6 Pälsdjur i bostaden**

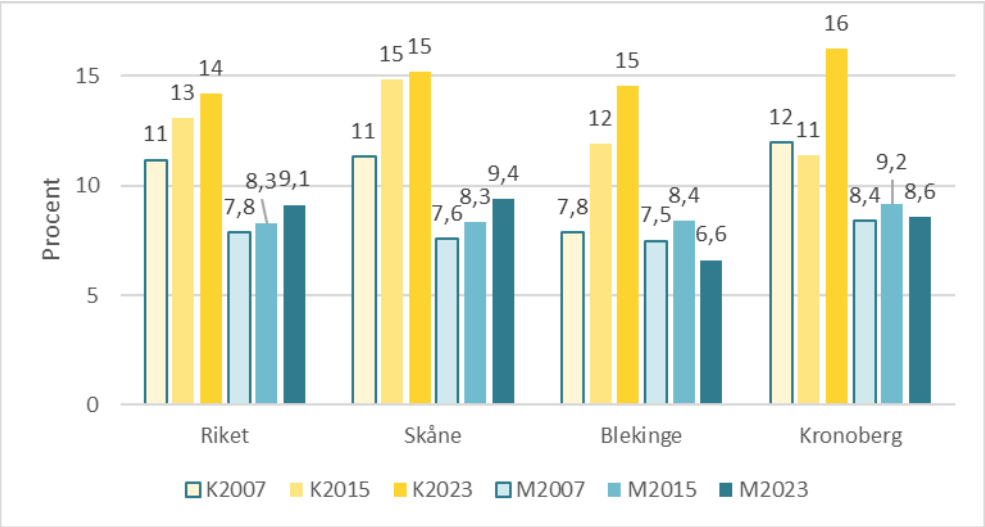
Andel (procent) som har pälsdjur (katt/hund/kanin eller gnagare) i bostaden, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Det är vanligare i både Blekinge och Kronoberg län med pälsdjur i bostaden jämfört med riket och Skåne län. Inga tydliga skillnader kan ses jämfört med tidigare enkätsvar, varken i riket eller i de tre länen. Uppdelning av data från svarande i Skåne, Blekinge och Kronoberg län med avseende på kön visar att det är något vanligare bland kvinnor med pälsdjur i bostaden jämfört med bland män.

Det är också betydligt vanligare med pälsdjur i bostaden hos de svarande som bor i småhus jämfört med de som bor i flerfamiljshus. Vidare är det betydligt vanligare med pälsdjur i bostaden bland svarande på landsbygden (62 %) jämfört med bosatta i tätort (45 %) och bosatta i centralort (31 %). Av de som har pälsdjur i bostaden uppger 16 % överkänslighet mot pälsdjur, jämfört med 19 % överkänsliga av de som inte har pälsdjur i bostaden (MHE23).

## Hudbesvär och hudexponering för kemikalier

Andelen av de svarande som uppger att de haft handeksem vid något tillfälle under de senaste tolv månaderna presenteras i figur 5.7.



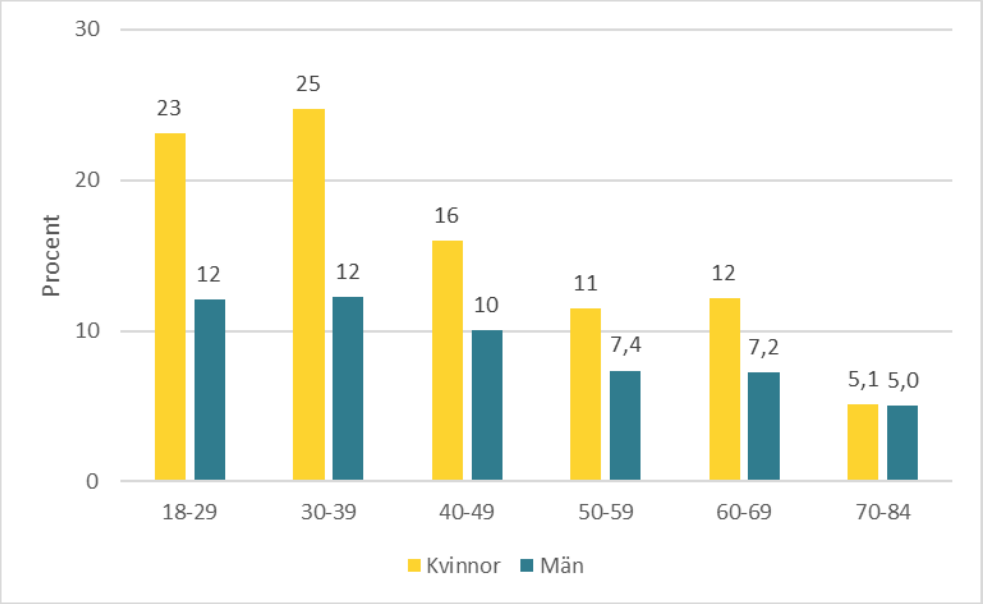

**Figur 5.7 Handeksem**

Andel (procent) som vid något tillfälle haft handeksem under de senaste tolv månaderna, uppdelat på kön för riket och de tre länen över tid; K = kvinnor, M = män. Källa: MHE23.

Andelen som uppger att de haft handeksem under de senaste tolv månaderna har ökat över tid, både nationellt och i de undersökta länen. Uppdelning av data för de tre länen med avseende på kön och ålder visar att kvinnor i högre grad uppger att de haft handeksem de senaste tolv månaderna (15–16 %) jämfört med män (7–9 %).

Yngre personer (18–39 år) uppger förekomst av handeksem de senaste tolv månaderna i högre utsträckning än personer över 40 år (figur 5.8). Andelen rapporterat handeksem sjunker fortsatt i de äldre åldersgrupperna. Yngre människor har i större utsträckning små barn, vilket innebär hög hudexponering för irritativa ämnen som vatten, tvål och andra rengöringsmedel. Vidare tar kvinnor fortfarande en stor del av ansvaret för det obetalda hushållsarbetet[57], vilket innebär frekvent exponering för hudirriterande ämnen.

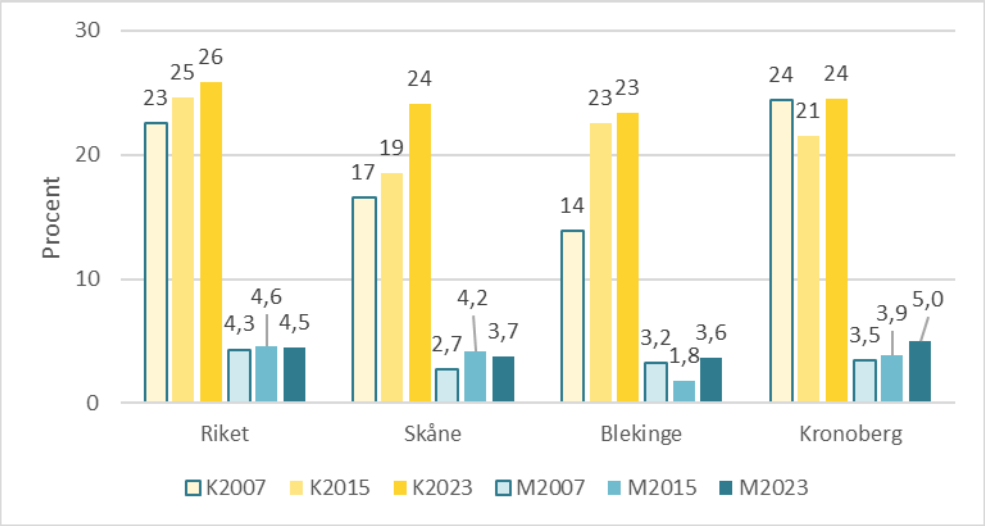
[57] Jämställdhetsmyndigheten 2025, Delmål 4: Jämn fördelning av det obetalda hem- och omsorgsarbetet.




**Figur 5.8 Handeksem**

Andel (procent) som vid något tillfälle haft handeksem under de senaste tolv månaderna, uppdelat på kön och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

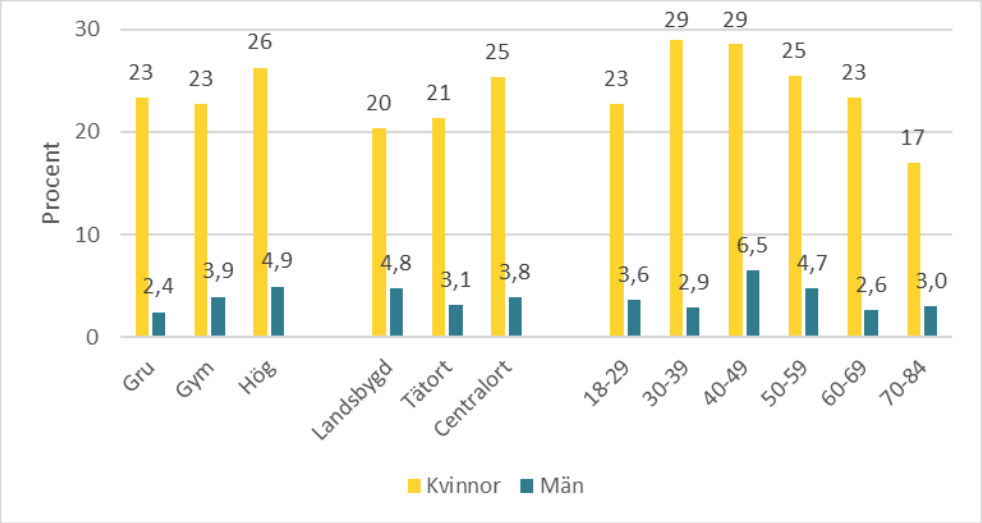
Nickel är den vanligaste orsaken till kontaktallergi. Andelen kvinnor respektive män som uppger överkänslighet eller allergi mot nickel visas i figur 5.9. Andelen kvinnor som uppger överkänslighet eller allergi mot nickel i riket har ökat över tid. Samma trend syns även i Skåne, men inte lika tydligt för Blekinge och Kronoberg län.




**Figur 5.9 Överkänslig/allergisk mot nickel**

Andel (procent) kvinnor som uppger överkänslighet eller allergi mot nickel, uppdelat på kön för riket och län över tid; K = kvinnor, M = män. Källa: MHE23.

Kvinnor boende i centralort uppger i högre grad överkänslighet eller allergi mot nickel jämfört med kvinnor boende på landsbygd eller i tätort (figur 5.10). Vid uppdelning av data med avseende på ålder är det tydligt att överkänslighet mot nickel blivit mindre vanligt, då yngre kvinnor i lägre grad uppger överkänslighet mot nickel. Nickeldirektivet, som begränsar nickelfrisättning från föremål i nära och långvarig kontakt med huden, kan vara en bidragande orsak till detta. Allergitestning visar att ca 21 % av svenska eksempatienter har kontaktallergi mot nickel[58].




**Figur 5.10 Överkänslig/allergisk mot nickel**

Andel (procent) som uppger överkänslighet eller allergi mot nickel, uppdelat på kön för utbildningsnivå, DeSO-kategori och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

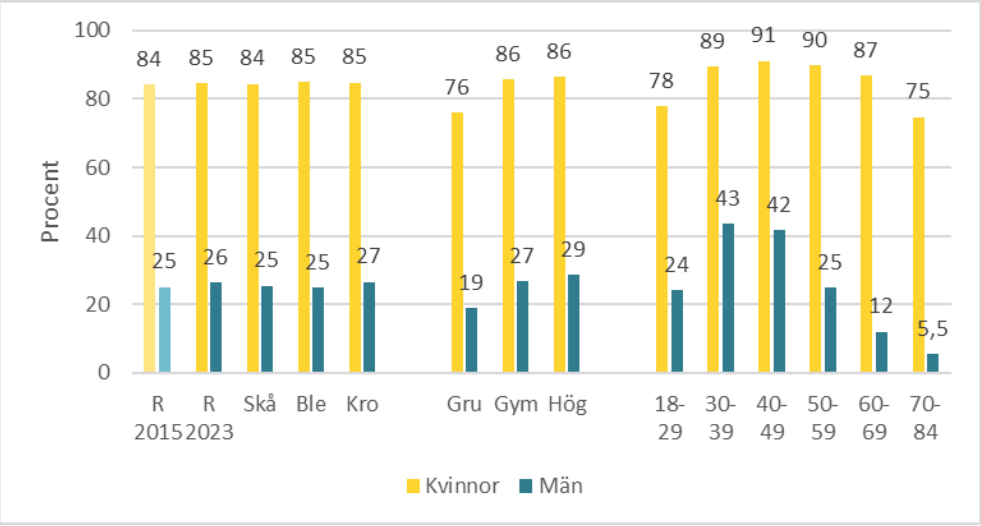
Andelen män som uppger överkänslighet mot nickel är betydligt lägre än andelen kvinnor som uppger överkänslighet mot nickel. Andelen män som uppger överkänslighet eller allergi mot nickel i riket har dock ökat över tid. Mönstret är inte lika tydligt på länsnivå, sannolikt beroende på att datamängden är liten. Uppdelning av data med avseende på utbildningsnivå visar att män med högskoleutbildning i

[58] Andernord D et al. 2022. Contact allergy to haptens in the Swedish baseline series: Results from the Swedish Patch Test Register (2010 to 2017). Contact Dermatitis, 86(3):175-188. doi: 10.1111/cod.13996.

högre grad uppger överkänslighet mot nickel jämfört med män med gymnasie- eller grundskoleutbildning.

Kontaktallergi mot hårfärgämnen kan orsaka hudproblem även av andra sorters kemikalier genom korsallergi, som textilfärger eller gummikemikalier vilka är en vanligt förekommande exponering i arbetslivet. Förutom kontaktallergi kan dessa ämnen även ge oönskade systemiska effekter via hudupptag. Kemikalier i permanenta tatueringar kan innehålla hälsofarliga ämnen som polyaromatiska aminer, polyaromatiska kolväten och tungmetaller.

Andelen vuxna kvinnor i Sverige som uppger att de någon gång färgat håret är hög, hela 85 % och det är samma nivå för Skåne, Blekinge och Kronoberg (figur 5.11). En fjärdedel av männen uppger att de någon gång färgat håret. Uppdelning av data på utbildningsnivå och ålder för både kvinnor och män, visar ingen skillnad bland hög- eller grundskoleutbildade, medan grundskoleutbildade i lägre grad uppger att de någon gång färgat i håret. Andelen män som någon gång färgat håret är högst, över 40 %, i åldersspannet 30–49 år, medan kvinnor håller en jämnt hög svarsfrekvens genom alla ålderskategorier.

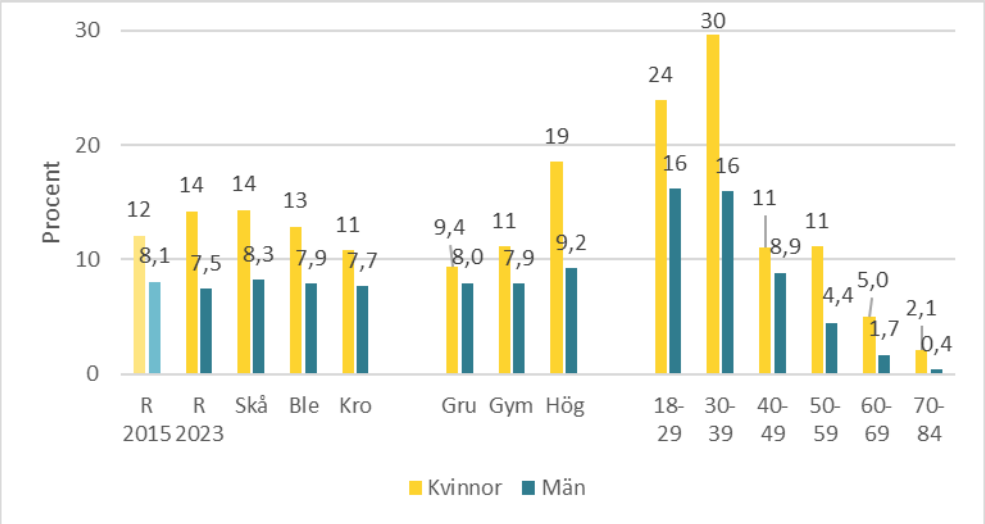



**Figur 5.11 Färgat håret**

Andel (procent) som någon gång färgat håret, uppdelat på kön för riket (R) över tid och län; samt utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Tatueringar

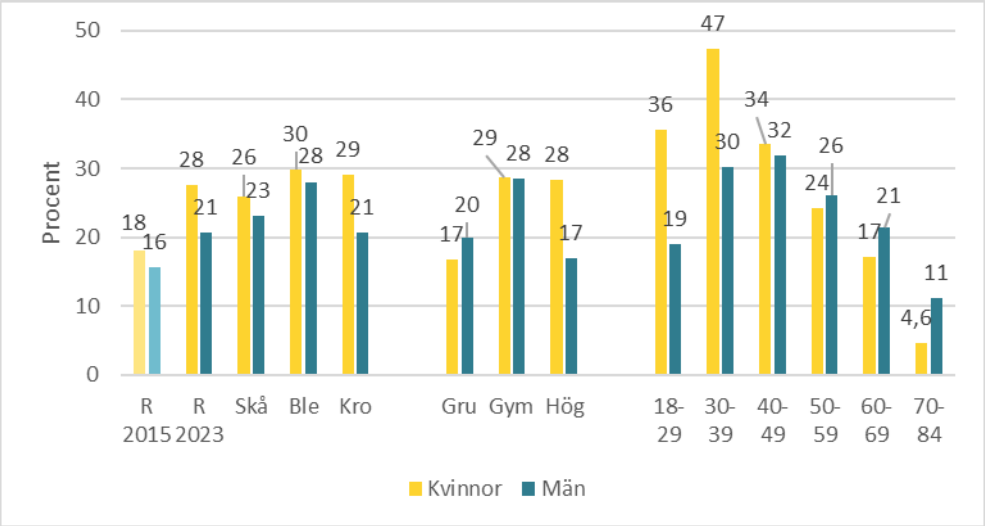
Tillfälliga hennatatueringar, eller turisttatueringar, innehåller ofta hårfärgämnen som inte är menade att målas på huden och lämnas kvar. Att låta göra en turisttatuering innebär en ökad risk för kontaktallergi mot hårfärgämnen. Andelen som någon gång haft en tillfällig tatuering målad på huden har ökat i riket i stort jämfört med enkäten 2015 (figur 5.12). Uppdelning av data med avseende på utbildningsnivå, ålder och kön visat att unga kvinnor (30 %) och högutbildade kvinnor (19 %) är de grupper som i högst grad någon gång haft en tillfällig tatuering målad på huden. Även bland män är det i de yngre åldersgrupperna som flest svarar ja (16 %).




**Figur 5.12 Tillfällig hennatatuering**

Andel (procent) som någon gång haft en tillfällig tatuering målad på huden med henna eller svart henna, uppdelat på kön för riket (R) över tid och län; samt utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Jämfört med förra undersökningen 2015 har det nu blivit vanligare att ha permanenta tatueringar. Ökningen ses i alla länen (MHE23), och det är bland kvinnor som den största ökningen ses med i snitt tio procentenheter (figur 5.13).

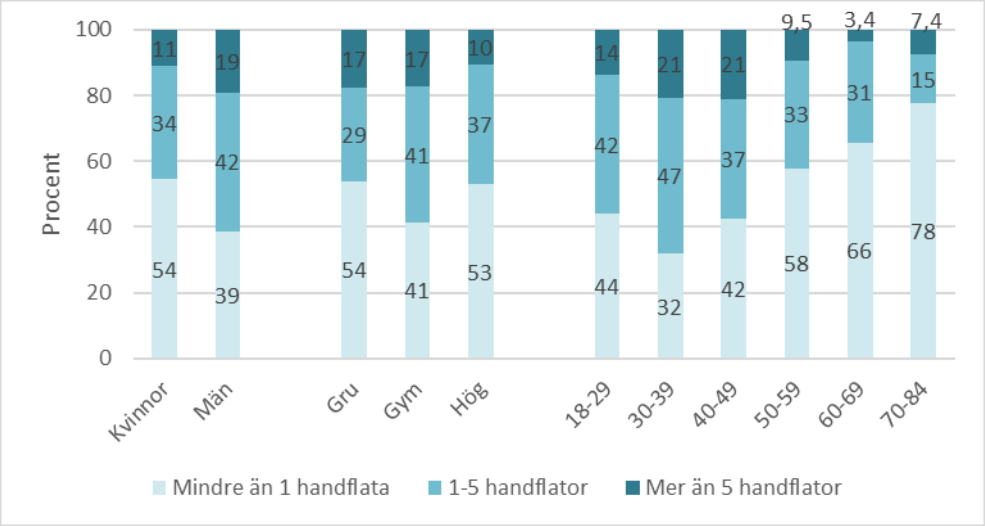



**Figur 5.13 Permanent tatuering**

Andel (procent) som har någon permanent tatuering, uppdelat på kön för riket (R) över tid och län; samt utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Det är framför allt gruppen unga kvinnor som utmärker sig, där nästan hälften uppger att de har en permanent tatuering, jämfört med en tredjedel av männen i samma ålderskategori (30–39 år). Bland unga vuxna (18–29 år) dominerar även kvinnor (36 %) jämfört med män (19 %). Kvinnor utmärker sig även mot männen i gruppen högskoleutbildade där 28 % har en permanent tatuering jämfört med motsvarande 17 % av männen.

Kvinnor har oftare mindre tatueringar än män (figur 5.14), här verkar utbildningsnivå inte spela in. Små tatueringar dominerar i de äldre åldersgrupperna.




**Figur 5.14 Storlek på permanent tatuering**

Storlek av tatuerat område på huden, besvarat av de som uppgett att de har någon permanent tatuering, uppdelat på kön, utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Sammanfattning

Förekomst av rapporterad läkardiagnosticerad astma hos vuxna har ökat något sedan 2007. Svaren på frågor om överkänslighet och allergiska besvär bland boende i Skåne, Blekinge och Kronoberg är lika svaren på riksnivå. Fler boende i de tre länen rapporterar besvär med hösnuva jämfört med tidigare enkätsvar. Även besvär av nya textilier har ökat tydligt i enkäten 2023 jämfört med tidigare enkätsvar. Textilkonsumtionen i Sverige har ökat stadigt sedan år 2000 och stickprovskontroller tyder på att billiga kläder kan innehålla högre halter kemikalier.

Andelen svarande som rapporterar handeksem har sakta ökat i miljöhälsoenkäterna sedan 2007. Kvinnor står fortfarande för en stor del av det obetalda hushållsarbetet som ofta innebär exponering för hudirriterande ämnen, vilket kan förklara kvinnors högre förekomst av handeksem jämfört med män.

Kvinnor tar i högre grad hål i öronen vilket innebär en ökad risk för nickelallergi, trots nickeldirektivet.

Rapporterad förekomst av olika hälsobesvär från såväl luftvägar som hud noterades vara högst bland svarande med högre utbildningsnivå, jämfört med de med lägre utbildningsnivå. Rapporterade skillnader mellan grupper för besvärskällor där exponeringen sannolikt har liten variation i befolkningen, till exempel överkänslighet mot födoämnen, skulle i stället kunna bero på skillnader i rapportering mellan olika grupper. Detta skulle i sin tur kunna bero på skilda normer kring hur olika grupper ser på sin egen hälsa samt inställningen till att söka vård.

Att ha permanenta tatueringar blir allt vanligare, vilket ses i svarsfrekvensen jämfört med föregående undersökning. Framför allt är det gruppen unga kvinnor som utmärker sig, där nästan hälften nu svarar att de har en permanent tatuering.

## Förslag på åtgärder

Miljöfaktorer som olika luftföroreningar (miljötobaksrök, trafikavgaser och fuktproblem i bostäder) ökar risken för luftvägsbesvär, varför omgivningsmiljön kan ha en stor påverkan på hälsan. En omgivningsmiljö utan trafikavgaser och miljötobaksrök, med ökat inslag av fler gröna områden torde vända den negativa trenden av ökade luftvägsbesvär som noteras i miljöhälsorapporten. Arbetet för en bättre omgivningsmiljö bör intensifieras. Det bör också stiftas stränga lagar för import och försäljning av billiga, nya, men kemikalieförorenade textilier. Detta arbete är påbörjat på EU-nivå.

Riktade insatser i form av kunskapsspridning om olika miljöfaktorer och dess påverkan på hälsan, bör ske redan bland barn i låg skolålder. Detta bör vara i syfte att uppmärksamma tidiga sjukdomssignaler och för att förhindra en negativ trend där personer med lägre utbildningsnivå inte söker vård på grund av okunskap eller normer kring hälsa och att söka vård, eller att de inte kommer till vårdinstanser på grund av att de inte kan förklara sina besvär.

Nickel är fortsatt den vanligaste orsaken till kontaktallergi, trots EU:s lagstiftning genom nickeldirektivet. Följsamheten av nickeldirektivet bör eventuellt undersökas närmare, i syfte att upptäcka felmärkta föremål, som skulle kunna frisätta nickel i större omfattning än vad nickeldirektivet godkänner.

Preventiva insatser behövs för att nå ut med information om riskerna med både permanenta tatueringar och temporära turisttatueringar. Översynen kring ansvaret kring tillverkning och produkthantering av tatueringsfärger behövs ytterligare regleras och kontrolleras för yrkesutövare, tillverkare och leverantörer inom branscherna.

## Vidare läsning

1177, Astma.

1177, Eksem.

Jämställdhetsmyndigheten 2025. Delmål 5: Jämställd hälsa.

Karolinska Institutet – Institutet för miljömedicin 2025. Hårfärgämnen.

Kemikalieinspektionen, Textil – råd till privatpersoner.

Nielsen et al. 2024. Tattoos as a risk for malignant lymphoma: a population-based case-control study, eClinicalMedicine 72, June 2024, 102649.

# Kapitel 6. Miljötobaksrök

**Miljömål:** *God bebyggd miljö, Giftfri miljö*
***Agenda* 2030**: *Hälsa och välbefinnande*

Tobaksrök innehåller ett flertal ämnen i både gas- och partikelform som kan vara såväl irriterande för luftvägarna som cancer-framkallande. Med miljötobaksrök menas den rök vi utsätts för från andras rökning, det vill säga det som även brukar kallas passiv rökning. Några av rökens giftiga eller irriterande ämnen i gasform är kvävedioxid, kolmonoxid, ammoniak, dimetylnitrosamin, formaldehyd, cyanväte och akrolein. Exempel på ämnen i partikelform är nikotin, benso[a]pyren, fenoler och metaller som kadmium.

Miljötobaksrök består både av röken direkt från cigaretten och den rök som rökaren andas ut. Många ämnen förekommer i högre koncentration i sidoröken, det vill säga den rök som sprids i rummet, än i den rök som rökaren andas in. Miljötobaksrök är framför allt ett inomhusmiljöproblem då röken inte späds ut på samma sätt som i utomhusmiljö. Exponering för miljötobaksrök kan förekomma i bostaden, på arbetsplatsen eller andra platser som till exempel i bilen eller på besök hos vänner. Sedan 2005 är rökning förbjuden i alla serveringslokaler. Från 2019 är rökning även förbjuden i många utomhusmiljöer såsom på uteserveringar, vid entréer till offentliga byggnader, på lekplatser och vid perronger och busshållplatser.

Exponering för miljötobaksrök kan leda till nästäppa, rinnande näsa, irriterade ögon, andnöd, pip i bröstet eller hosta. Personer med astma är ofta känsliga för tobaksrök och nästan hälften med astma uppgav att de får andningsbesvär eller hosta om de utsätts för miljötobaksrök[59]. Tobaksrök bidrar även till hjärtkärlsjukdom och lungcancer.

[59] Folkhälsomyndigheten och Institutet för miljömedicin Karolinska Institutet 2017, Miljöhälsorapport 2017.

Barn är särskilt känsliga för miljötobaksrök och utsätts dessutom ofrivilligt för detta, ofta från föräldrarna. Rökning under graviditeten ökar risken för hämmad fostertillväxt och för tidig födsel hos barnet, vilket kan medföra ökad risk för sjukdom och dödlighet senare i livet. Även om mamman inte själv röker utan utsätts för andras tobaksrök ökar risken för låg födelsevikt. Barn som utsätts för miljötobaksrök får fler luftvägsinfektioner och öroninflammationer, och behöver oftare sjukvård än barn som inte exponerats för tobaksrök. Barn som utsätts för tobaksrök får oftare astmasymtom i form av väsande och pipande andning.

Det finns också studier som tyder på att det kan finnas samband mellan miljötobaksrök och utveckling av såväl astma som KOL (kroniskt obstruktiv lungsjukdom) även hos vuxna. Ett forskningsprojekt som genomförts i samarbete mellan Avdelningen för Arbets- och miljömedicin vid Lunds universitet och Reproduktionsmedicinskt Centrum i Malmö, visade på att män i 18-årsåldern vars mamma eller pappa rökt under graviditeten hade ett avsevärt lägre spermieantal än män vars föräldrar inte rökt under fostertiden[60].

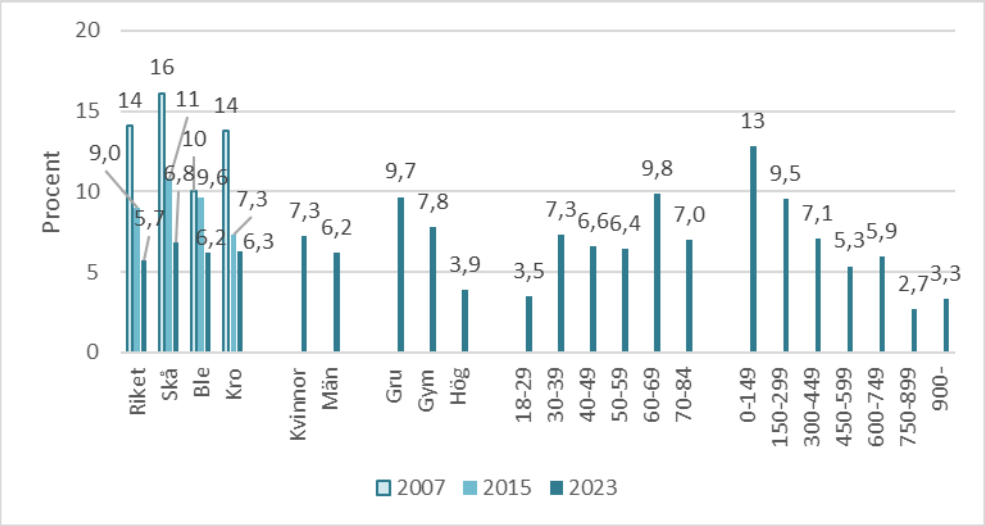
Den nationella folkhälsoenkäten skickas numera ut vartannat år (2004–2016 varje år) med syfte att kartlägga folkhälsan i Sverige. Enligt denna har andelen dagligrökare i den svenska befolkningen i åldern 16–84 år minskat kraftigt från 16 % år 2004 till 5,3% år 2023. Daglig rökning är starkt kopplat till låg utbildning. Andelen dagligrökare varierar också i olika åldersgrupper från 7,1 % i åldersgruppen 65–84 år till 2,3 % i gruppen 16–29 år. Användning av e-cigaretter och nikotinsnus ökar, i synnerhet bland tonåringar och unga vuxna i åldern 16–29 år. Omkring 20 procent i den här åldersgruppen uppger i folkhälsoenkäten att de använder nikotinsnus dagligen eller

[60] Axelsson J et al. 2016. Rapport 16:2016. Föräldrarnas rökning under graviditet och sönernas spermakvalitet. Arbets- och miljömedicin Syd, Lund.

ibland. Vilka konsekvenser långtidsanvändning av vitt snus kommer att få vet vi ännu inte.

## Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län

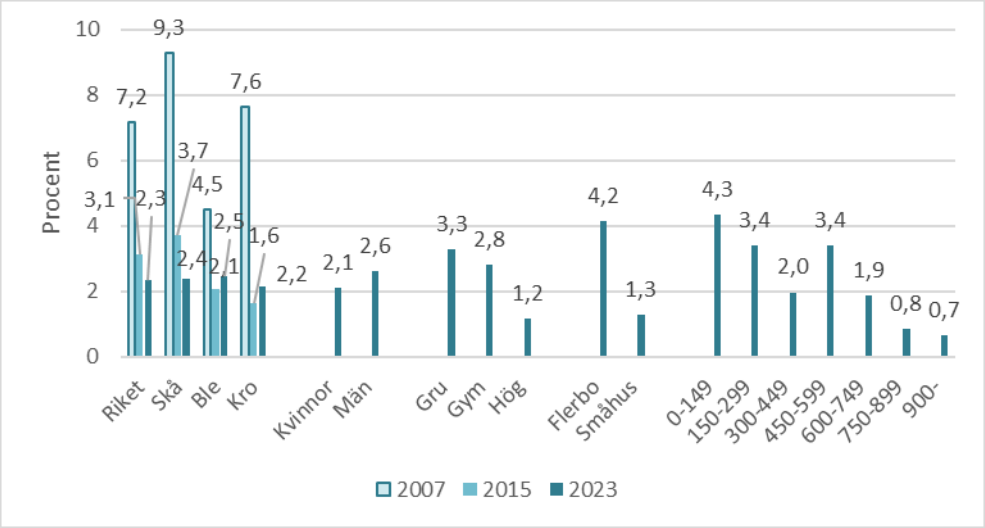
Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023 uppvisar ett liknande mönster som i riket i stort. Drygt 6 % i de tre länen uppger att de är dagligrökare (figur 6.1; MHE23). Andelen rökare varierar beroende på hushållsinkomst, ålder och utbildningsnivå och är högst i åldersgruppen 60–69 år och i hushåll med sammanlagd inkomst under 150 000 kr/år. Andelen rökare är också större i gruppen utan utbildning efter grundskolenivå.




**Figur 6.1 Röker dagligen**

Andel (procent) som röker dagligen, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, utbildningsnivå, ålder och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

I riket som helhet uppger ca 2 % av svarade att de dagligen exponeras för miljötobaksrök i hemmet, på jobbet eller annan plats (figur 6.2). Svarande från hushåll som har lägst inkomst är betydligt mer utsatta för passiv rökning jämfört med hushåll med högre inkomster. Andelen utsatta för passiv rökning bland boende i flerbostadshus är mer än tre gånger högre jämfört med boende i småhus.



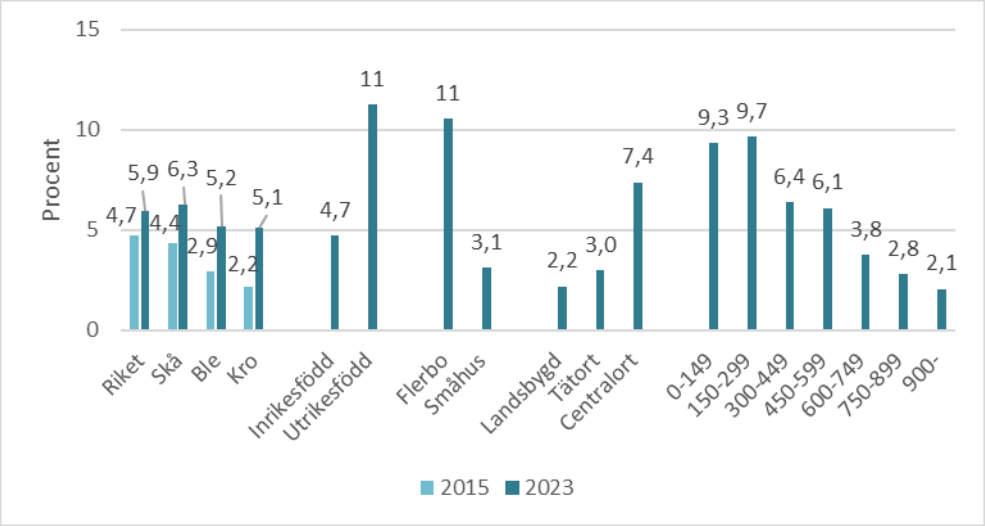

**Figur 6.2 Utsätts för passiv rökning dagligen**

Andel (procent) som dagligen utsätts för passiv rökning i hemmet, på jobbet eller annan plats, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, utbildningsnivå, bostadstyp och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronbergs län 2023. Källa: MHE23

Även om endast 2 % exponeras för passiv rökning dagligen är det betydligt fler som svarat att de exponeras minst någon gång per vecka (figur 6.3–6.5). Andelen som minst någon gång per vecka, utsätts för andras tobaksrök i bostaden har ökat i såväl Skåne, Blekinge och Kronoberg liksom i riket i stort jämfört med 2015 (figur 6.3). Andelen som utsätts för andras tobaksrök utomhus (exempelvis på badstränder eller i parker) har däremot minskat kraftigt sedan 2015 i samtliga tre län liksom i hela riket (figur 6.5).

Andelen exponerade för tobaksrök i bostaden är något större i Skåne än i Blekinge och Kronoberg (figur 6.3). Även när det gäller exponering för miljötobaksrök utomhus har en högre andel i Skåne svarat att de exponeras minst någon eller några gånger i veckan jämfört med i Blekinge och Kronoberg (figur 6.4–6.5).

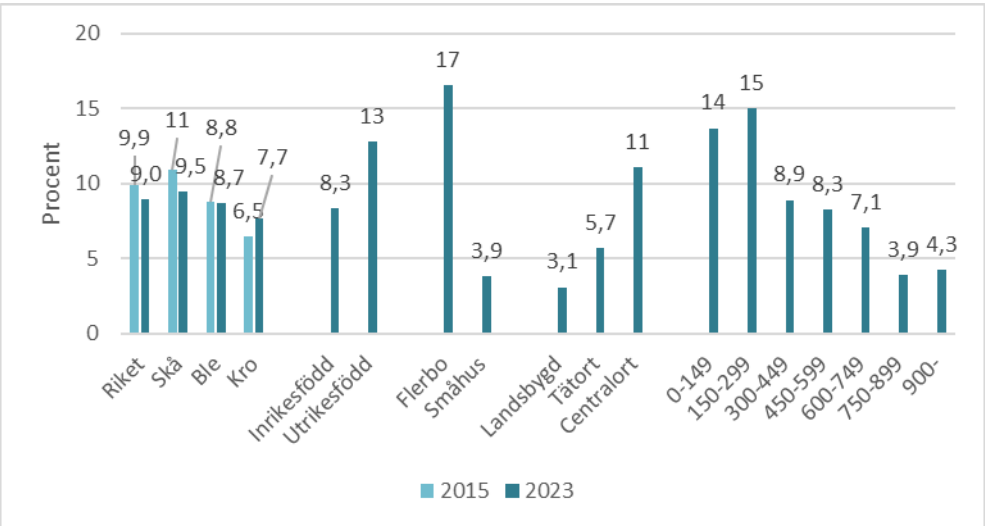
Att exponeras för andras tobaksrök i hemmet är mer än dubbelt så vanlig bland utrikesfödda jämfört med personer födda i Sverige, och mer än tre gånger så vanligt bland boende i flerbostadshus jämfört med boende i småhus (figur 6.3). Exponering för andras rökning är betydligt vanligare i hushåll med låg inkomst.




**Figur 6.3 Utsätts för andras tobaksrök i bostaden**

Andel (procent) som utsätts för andras tobaksrök inomhus i bostaden minst någon/några gånger per vecka, uppdelat på riket och län över tid; samt födelseland, bostadstyp, DeSO-kategori och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

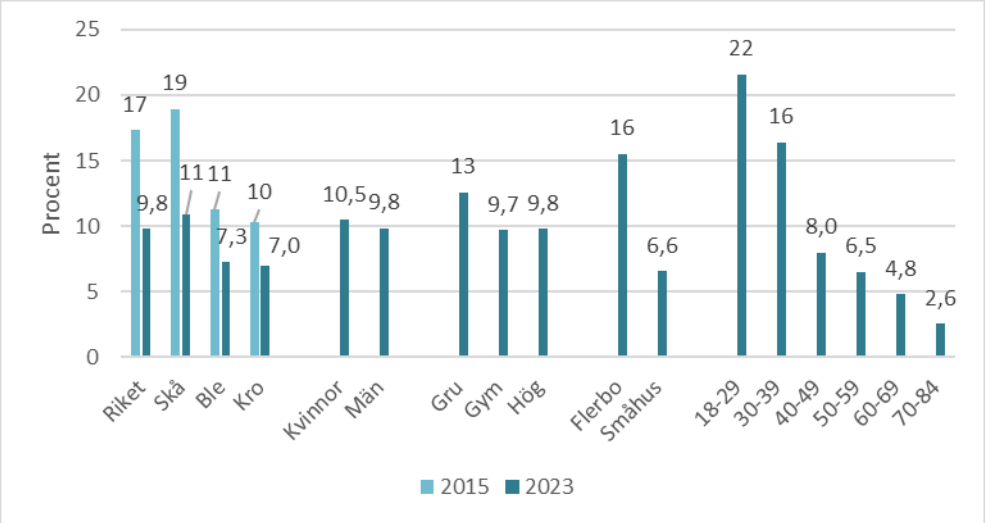
Andelen som uppger att de varje vecka exponeras för tobaksrök på egen balkong/uteplats varierar från 7,7 % i Kronoberg till 9,5 % i Skåne (figur 6.4). Andelen exponerade är flera gånger högre för boende i flerbostadshus jämfört med boende i eget småhus. Även här är andelen högre i hushåll med låg inkomst och för utrikesfödda.




**Figur 6.4 Utsätts för andras tobaksrök på balkong/uteplats**

Andel (procent) som utsätts för andras tobaksrök på balkong eller uteplats vid bostaden minst någon/några gånger per vecka, uppdelat på riket och län över tid; samt födelseland, bostadstyp, DeSO-kategori och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

I Skåne uppger 11 % att de varje vecka exponeras för miljötobaksrök utomhus i exempelvis parker eller på stränder (figur 6.5). Motsvarande siffror för Kronoberg och Blekinge är 7,0 respektive 7,3 %. I samtliga län ses en minskning av denna exponering jämfört med 2015. Exponering för miljötobaksrök utomhus är starkt kopplat till ålder, och andelen exponerade i den yngsta åldersgruppen 18–29 år är flera gånger högre än i de äldsta åldersgrupperna. Exponering för tobaksrök utomhus är också kopplad till boende i flerbostadshus och att inte ha utbildning efter grundskolenivå.




**Figur 6.5 Utsätts för andras tobaksrök utomhus**

Andel (procent) som utsätts för andras tobaksrök utomhus (exempelvis på badstränder eller i parker) minst någon/några gånger per vecka, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, utbildningsnivå, bostadstyp och ålder för Skåne, Blekinge och Kronbergs län 2023. Källa: MHE23.

Andelen som utsätts för tobaksrök på arbetet varierar från 6,4 % till 8,2 % i de tre länen, och har anmärkningsvärt nog ökat något i Blekinge och Kronoberg sedan 2015 (figur 6.6). Risken att exponeras för tobaksrök på jobbet är högst i åldersgruppen 18–29 år följt av 30–39 åringarna och minskar sedan successivt med stigande ålder. Även här exponeras utrikesfödda mer än de som är födda i Sverige.

**Figur 6.6 Utsätts för andras tobaksrök på arbetet**

Andel (procent) som utsätts för andras tobaksrök på arbetet under arbetstiden minst någon/några gånger per vecka, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, utbildningsnivå, födelseland och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Sammanfattning

Baserat på tidigare miljöhälsoenkäter syns på nationell nivå en fortsatt tydligt minskande trend för andelen rökare från 18 % år 1999 till 14 % år 2007, 9 % år 2015 och nu knappt 6 % 2023. Detta är samma trend som ses i data från folkhälsoenkäten. Andelen rökare varierar beroende på ålder, och är lägst bland unga vuxna och högst i åldersgruppen 60–69 år vilket talar för en fortsatt minskande trend framöver.

Även exponering för miljötobaksrök har en nedåtgående trend och fortsätter att sjunka. I den nationella miljöhälsoenkäten från 1999 uppgav 11 % av de svarande att de utsattes för miljötobaksrök dagligen. Denna andel har successivt minskat och 2023 var det endast 2,3 % som uppgav daglig exponering för passiv rökning. Andelen exponerade för miljötobaksrök utomhus minskar också kraftigt. Således går arbetet med att minska rökning och människors exponering för miljötobaksrök i rätt riktning.

Exponeringen för miljötobaksrök är något högre i Skåne jämfört med Blekinge och Kronoberg. Skåningar exponeras något oftare för andras rök i bostaden och i anslutning till egen balkong eller uteplats jämfört med boende i Blekinge och Kronoberg, men det är framför allt i utomhusmiljöer som parker och stränder som skillnaden mellan länen är störst.

I Blekinge är det däremot något vanligare att exponeras för rök på arbetsplatsen, jämfört med Skåne och Kronoberg. Andelen som utsätts för rök på arbetet har minskat i Skåne jämfört med föregående enkät, men i både Blekinge och Kronoberg ses däremot en viss ökning sedan förra enkäten.

Andelen rökare är högre i hushåll med låg inkomst. I hushåll med inkomst under 150 000 kr/år är andelen som röker dagligen 13 %, och även daglig exponering för andras rök är högre i denna grupp både i bostaden och på egen balkong/uteplats. Bland boende i flerbostadshus är daglig exponering för miljötobaksrök, utomhus och i anslutning till sin balkong eller uteplats, betydligt vanligare jämfört med boende i eget småhus.

Exponering för miljötobaksrök utomhus är starkt kopplat till ålder och här är det unga vuxna, 18–29 år, som är betydligt mer exponerade än de äldre. Det är också tydligt att det är unga vuxna som är betydligt mer exponerade för andras rökning på sitt arbete jämfört med äldre. Det kan finnas många samverkande orsaker till detta. Under studietiden kan unga människor jobba i branscher där det förekommer rökning. Unga har ofta en osäker ställning på arbetsmarknaden och kan ha svårt att ställa krav eller säga ifrån och kan därför generellt ha en sämre och mer riskfylld arbetsmiljö.

Personer födda i andra länder utsätts i högre grad för andras rökning både i bostaden, på egen balkong/uteplats samt på arbetet jämfört med personer födda i Sverige. Således är födelseland av betydelse för i vilken utsträckning man exponeras för miljötobaksrök.

## Förslag på åtgärder

Minskning av såväl cigarrettrökning som exponering för passiv rökning kommer troligen att fortsätta i linje med trenden de senaste 25 åren. Nikotinanvändning i nya produkter med okända hälsoeffekter ökar däremot kraftigt bland unga vilket medför ett behov av kartläggning, kunskap och åtgärder avseende detta.

Önskar man vidta ytterligare åtgärder för att minska exponering för miljötobaksrök är det viktigt att särskilt fokusera på åtgärder som reducerar fosters och barns exponering eftersom de är särskilt känsliga och inte själva kan påverka sin miljö. Utifrån resultaten från Miljöhälsoenkäten kan man också fokusera insatser riktade mot hushåll med låg inkomst och boende i flerbostadshus eftersom det är i dessa grupper andelen rökare och andelen ofrivilligt exponerade för andras rökning är högst.

*Förslag på åtgärder:*

- Informera om miljötobaksrökens negativa effekter på hälsan. Eftersom det finns regionala och sociala skillnader i både rökvanor och exponering för miljötobaksrök, kan riktade informationsinsatser vara mer effektiva än generella insatser.
- Riktad information till gravida kan hjälpa till att minska riskerna för exponering hos fostret.
- En justering av tobakslagen skulle möjliggöra åtgärder mot rökning på balkonger/altaner i flerfamiljshus. Regeländringar skulle också kunna främja rökfria bostadshus vid nyproduktion.
- För att minska barn och ungdomars väg till bruk av nikotin och tobak är det viktigt med information om riskerna med nya beroendeframkallande nikotinprodukter.

Efterlevnad av regler gällande rökning i offentliga miljöer är essentiell för att minska exponering för andras rökning.

## Vidare läsning

Sluta-röka-linjen har funnits sedan 1998 och drivs idag av Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES) inom Region Stockholm. På Sluta-röka-linjen finns stöd och tips för att sluta röka eller snusa.

Den nationella folkhälsoenkäten ”Hälsa på lika villkor?” (HLV) är en befolkningsundersökning om hälsa, levnadsvanor och livsvillkor. Undersökningen är ett samarbete mellan Folkhälsomyndigheten och regionerna och genomfördes första gången 2004.

Axelsson J et al. 2016. Rapport 16:2016. Föräldrarnas rökning under graviditet och sönernas spermakvalitet. Arbets- och miljömedicin Syd, Lund.

Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM), Miljötobaksrök.

Folkhälsomyndigheten, Nikotinprodukter och hälsorisker.

# Kapitel 7. Miljöföroreningar och kemikalier

**Miljömål:** *Giftfri miljö*, *Grundvatten av god kvalitet*
**Agenda 2030**: *Hälsa och välbefinnande*, *Rent vatten och sanitet*

Att våra hygienartiklar, kläder, skor, leksaker, möbler och livsmedelsförpackningar innehåller en rad kemikalier som satts i samband med negativa hälsopåverkan är ett välkänt faktum. Den medvetne konsumenten ställer krav på ursprungs-, tillverknings- och innehållsdeklaration och väljer återbruk av varor.

Miljöföroreningar som kommer ut i miljön kan tas upp i växter och djur, och därför är dricksvatten och födan betydande källor för människors exponering för miljögifter. Vissa miljöföroreningar är speciellt långlivade, exempelvis dioxiner och PCB, och återfinns i naturen trots att de sedan länge förbjudits eller fasats ut. Perfluorerade alkylsubstanser (PFAS), vilka bland annat används i brandsläckningsskum, kan läcka från brandövningsplatser till intilliggande vattentäkter. PFAS kan på så sätt förorena livsmedel, exempelvis fisk och dricksvatten. Foster och små barn är speciellt känsliga för exponering för miljögifter, exempelvis påverkas hjärnans utveckling negativt av tungmetaller som bly och kvicksilver.

Fisk och skaldjur är livsmedel med högt näringsinnehåll av protein och med viktiga näringsämnen som det kan vara svårt att få tillräckligt av, exempelvis selen, D-vitamin och jod. Livsmedelsverket rekommenderar därför en fiskkonsumtion i alla åldrar av befolkningen av både feta och magra fiskar på minst två gånger per vecka[61]. Fisk med högre fettinnehåll är rika på omega 3-fettsyror som kan minska risken för hjärt- och kärlsjukdom samt är viktiga för hjärnans utveckling och funktion.

[61] Livsmedelsverket 2025. Fisk och skaldjur.

Kostrekommendationen gäller för närvarande vissa fisksorter, medan det för andra fisksorter råder restriktioner på grund av sitt innehåll av miljögifter. Barn under 18 år, kvinnor i barnafödande ålder, samt gravida och ammande bör begränsa sitt intag av vissa fisksorter till högst 2–3 gånger per år på grund av sitt innehåll av PCB, dioxiner och andra långlivade organiska miljögifter, exempelvis sill, strömming och laxfiskar från Östersjön, Vänern och Vättern[62]. Dioxiner och PCB är gifter som lagras i kroppen under hela livet. Ämnena associeras med bland annat hormonstörande effekter, påverkan på reproduktion, immunförsvar, hjärnans utveckling samt misstänks orsaka cancer. Ämnena lagras i fettväv och anrikas således upp i näringskedjan. De överförs via moderkakan till fostret och via bröstmjölken till det ammande barnet.

För kvinnor i barnafödande ålder samt gravida och ammande gäller dessutom att begränsa intaget till högst 2–3 gånger per år av fisk som kan innehålla höga halter av kvicksilver, exempelvis abborre, gädda, gös, lake, stora rovfiskar som tonfisk (färsk eller fryst), svärdfisk, stor hälleflundra, havskatt och marulk[63]. Kvicksilverexponering har en rad negativa hälsoeffekter, exempelvis ses ökad risk för njurskada och hjärt-kärlsjukdom. Särskilt känslig för kvicksilverexponering är fostrets hjärna som är under utveckling under fosterperioden.

En annan miljöförorening som kan finnas i höga halter i fisk är PFAS. Kommuner där det finns sjöar och vattendrag med höga halter av PFAS i vattnet rekommenderas att kontrollera halten av PFAS i fisken från dessa sjöar och vattendrag. Livsmedelsverket ger råd om att privatpersoner ska kontakta sin kommuns miljö- och hälsoskyddskontor eller motsvarande kommunal förvaltning, för att ta reda på om det finns begräsningar för fiskkonsumtion från vissa sjöar och vattendrag.

---

[62] Livsmedelsverket 2025. Fisk och skaldjur - Barn, unga, ammande, gravida och den som vill bli gravid i framtiden.
[63] Ibid

Livsmedelsverket kostråd är uppdaterade för 2025, samtidigt som det görs gällande att råden kan komma att ändras utifrån vad resultaten ifrån vad EFSA (EU:s myndighet för livsmedelssäkerhet) kommer fram till i sin undersökning om nyttan och risker med att äta fisk.

Dricksvatten konsumeras av oss alla i stora mängder varje dag. Ur ett hälsoperspektiv är det därmed av stor vikt att säkerställa att dricksvattnet håller god kvalitet och inte ger upphov till exponering för hälsoskadliga kemikalier eller mikroorganismer. Ett nytt dricksvattendirektiv har antagits inom EU 2020 och Livsmedelsverket har därefter antagit nya dricksvattenföreskrifter[64], vilket bland annat innebär ett nytt gränsvärde för PFAS i dricksvatten.

För att bromsa klimatförändringarna behöver världens konsumtion ställas om för att bli mer hållbar. Förändrad kemikalieanvändning är en viktig del i denna omställning. Ökad risk för vattenbrist är en allvarlig konsekvens av klimatförändringarna i och med stigande temperaturer. Detta kan bli extra allvarligt för personer som får sitt dricksvatten från enskilda brunnar. Vattenbrist kan förutom direkt brist även leda till försämrad kvalitet på dricksvattnet. Ett förändrat klimat med översvämningar och extremväder riskerar även att öka risken för kontaminering av vattentäkter med mikroorganismer och kemikalier.

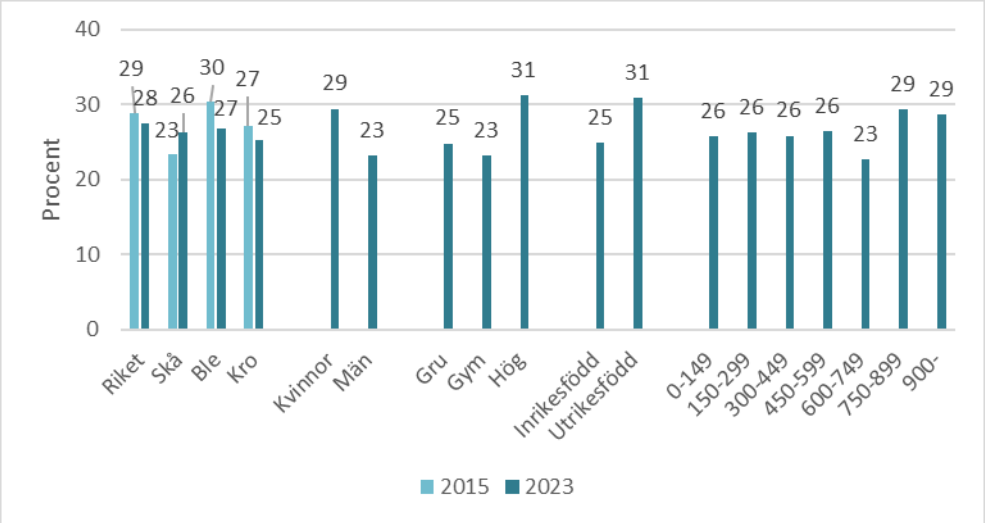
## Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län

### Vem väljer ekologiskt och klimatsmart?

Omkring en fjärdedel till en tredjedel av vuxna konsumenter väljer att köpa livsmedel med ekologisk märkning (figur 7.1). Kvinnor, högutbildade och utrikesfödda står för något högre andelar. Skåne, Blekinge och Kronoborgs län ligger någon procentenhet lägre än riksgenomsnittet, och andelen som väljer ekologiska alternativ har

[64] Livsmedelverket 2022. Livsmedelsverkets föreskrifter om dricksvatten LIVSFS 2022:12.

sjunkit något jämfört med undersökningen 2015 för hela riket, Blekinge och Kronoberg, men däremot ökat något i Skåne.

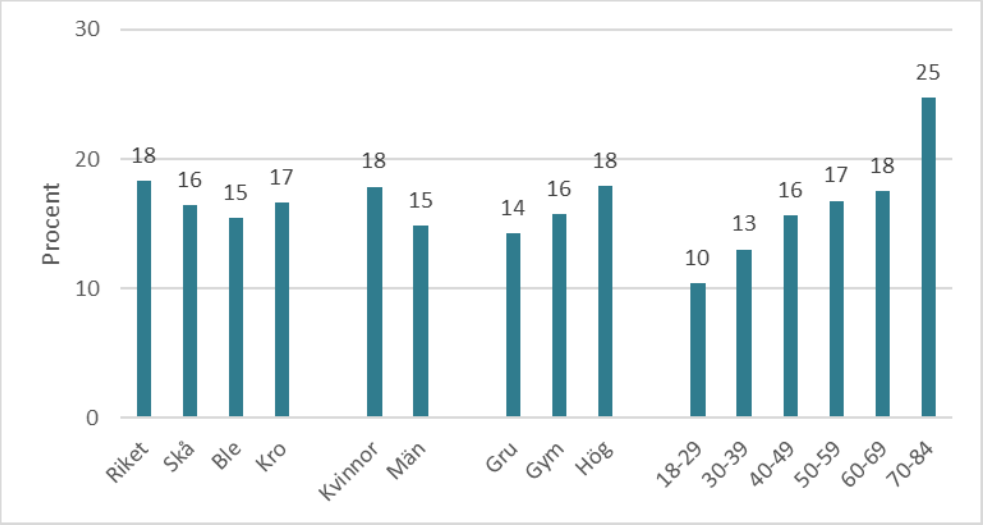



**Figur 7.1 Livsmedel utan kemiska bekämpningsmedel**

Andel (procent) som aktivt, i så stor utsträckning det går, väljer livsmedel som producerats utan användning av kemiska bekämpningsmedel (exempelvis märkta med KRAV, EU-lövet eller Ekologiskt jordbruk), uppdelat på riket och län över tid; samt kön, utbildningsnivå, födelseland och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Fisk är nyttigt, eller?

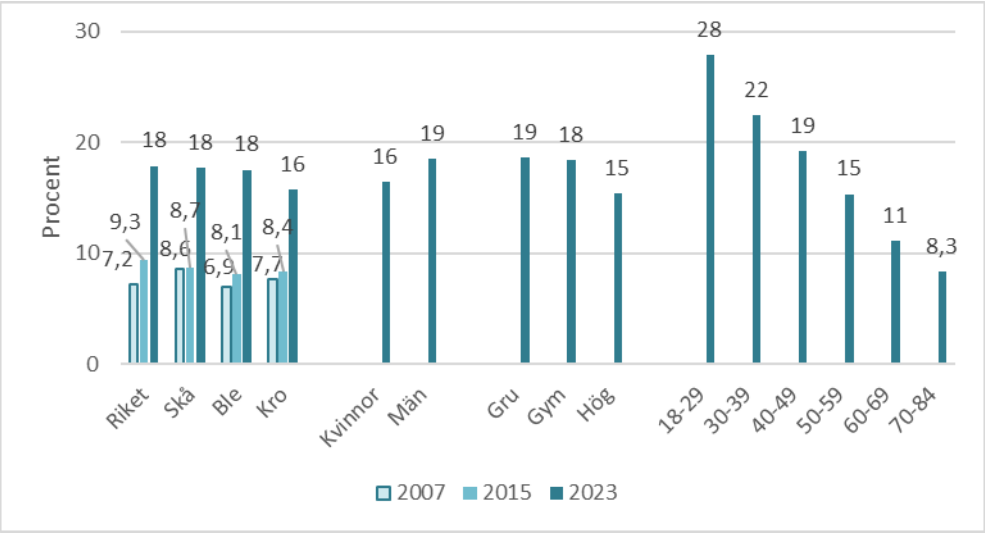
Knappt en femtedel av den vuxna befolkningen i riket konsumerar fisk i enlighet med Livsmedelsverkets rekommendationer, det vill säga minst två gånger per vecka (figur 7.2). Det är något lägre andel i Skåne (16 %), Kronoberg (17 %) och lägst i Blekinge (15 %). Kvinnor konsumerar fisk något flitigare än män i de tre länen. Likaså konsumerar högskoleutbildade fisk i något större utsträckning än de med lägre utbildningsnivå. Unga vuxna ratar fisk mer än den äldre befolkningen.




**Figur 7.2 Äter fisk minst två gånger per vecka**

Andel (procent) som äter fisk minst 2–3 gånger per vecka, uppdelat på riket och län; samt kön, utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

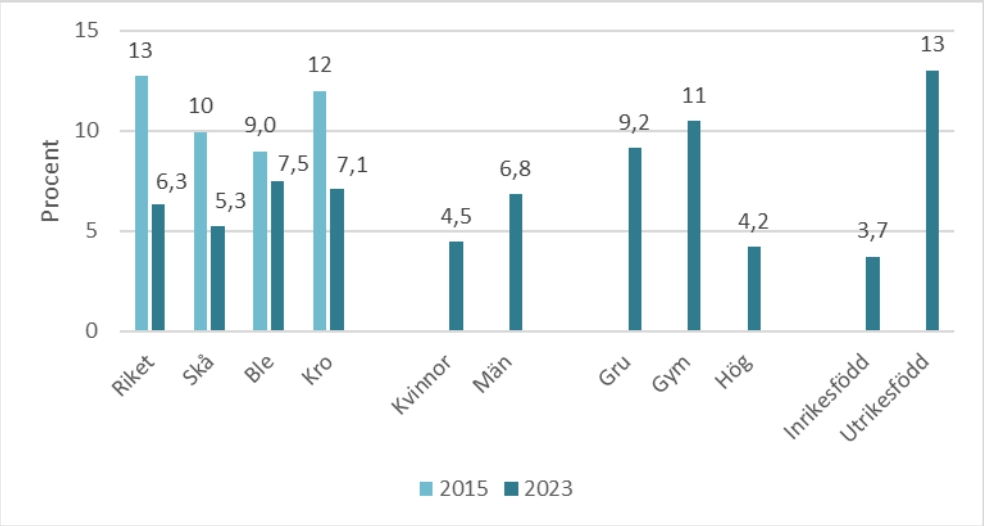
Drygt dubbelt så många svarar att de *äter fisk <u>mindre</u> än en gång per månad* jämfört med undersökningen 2015, 18 % jämfört med 7 % på nationell nivå med liknande siffror i de tre länen (figur 7.3). Framför allt är det den unga befolkningen som undviker att äta fisk. Något fler män än kvinnor och något fler med lägre utbildningsnivå än högskolenivå äter fisk mindre än en gång per månad.




**Figur 7.3 Äter fisk mindre än en gång per månad**

Andel (procent) som äter fisk mindre än en gång per månad, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

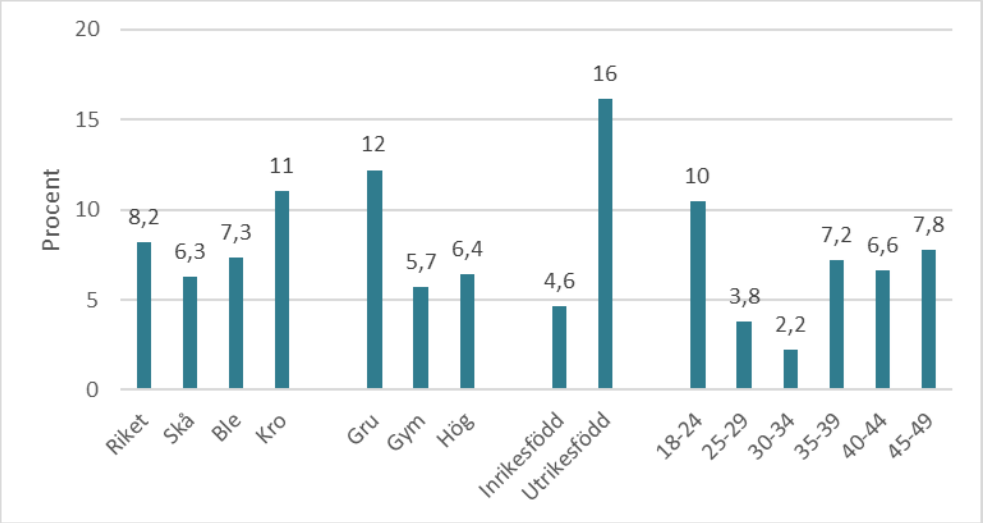
Andelen som *äter insjöfisk minst en gång per månad har* minskat jämfört med föregående undersökning. I Skåne, Blekinge och Kronoberg anger 4,5 % av kvinnorna att de äter insjöfisk minst en gång per månad, vilket är något lägre andel än för män (knappt 7 %, figur 7.4). Något högre andelar i de tre länen ses hos de med grund- och gymnasieutbildning jämfört med högskoleutbildade samt bland utrikesfödda.




**Figur 7.4 Äter insjöfisk minst en gång per månad**

Andel (procent) som äter abborre, gädda, gös eller lake minst en gång per månad, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, utbildningsnivå och födelseland för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

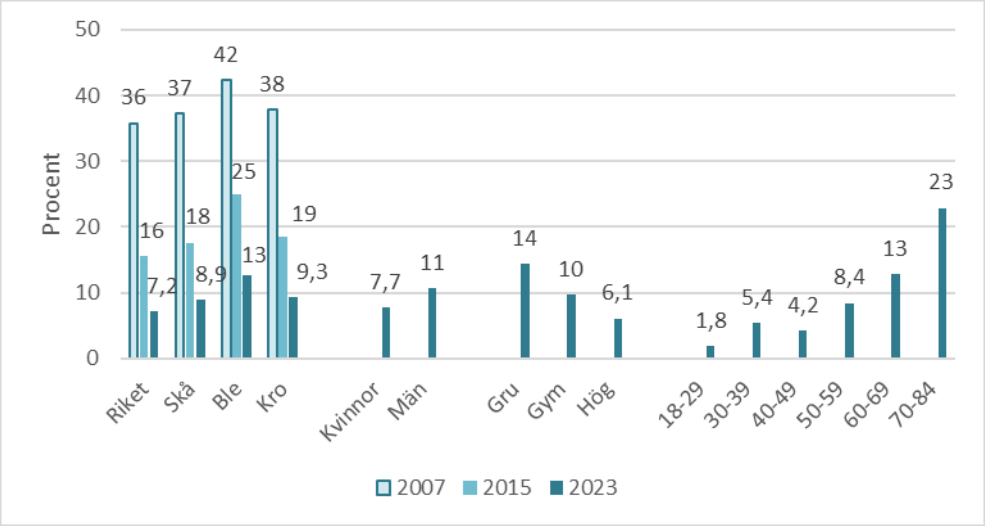
Andelen **kvinnor i fertil ålder** (18–49 år) som uppger att de *äter insjöfisk mer än vad Livsmedelsverket rekommenderar* är högst i Kronoberg (11 %), följt av Blekinge (7 %) och Skåne (6 %) (figur 7.5). Riksgenomsnittet ligger på 8 %. Utbildningsnivå och födelseland påverkar konsumtion. Av inrikesfödda kvinnor och kvinnor med gymnasieutbildning eller högre konsumerar 5–6 % insjöfisk oftare än 2–3 gånger per år, medan 12 % av kvinnor med grundskoleutbildning och hela 16 % av utrikesfödda kvinnor uppger att de konsumerar insjöfisk över det rekommenderade. Konsumtionen bland unga kvinnor (18–24 år) ligger något över riksgenomsnittet, medan i åldersgrupperna 25–29 år och 30–34 år ligger konsumtionen betydligt lägre (2–4 %) för att sedan åter stiga i åldersgrupperna över 35 år.




**Figur 7.5 Äter insjöfisk oftare än 2–3 gånger per år – endast kvinnor 18–49 år**

Andel (procent) av kvinnor 18–49 år som äter abborre, gädda, gös eller lake oftare än 2–3 gånger per år, uppdelat på riket och län; samt utbildningsnivå, födelseland och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

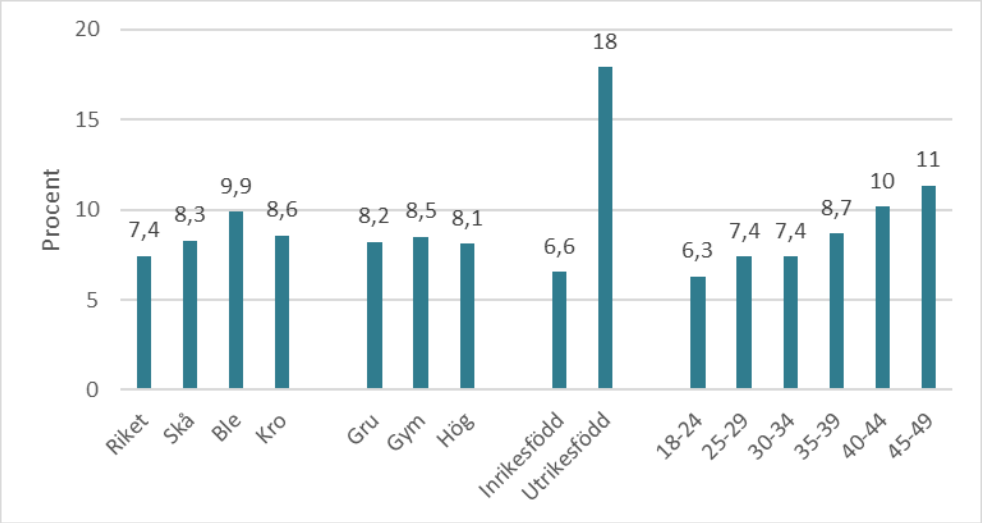
Andelen kvinnor och män som *äter strömming eller sill fångad i Östersjön eller Bottniska viken minst en gång per månad*, således över det Livsmedelsverket rekommenderar, har ytterligare minskat sedan föregående undersökning 2015 (figur 7.6). Jämfört med undersökningen 2007 innebär det en omkring fyra gångers reduktion av konsumtionen av denna typ av fisk. Det ses en något större reduktion bland kvinnor jämfört med män samt bland högskoleutbildade jämfört med de med lägre utbildningsnivå. Lägst är konsumtionen bland unga vuxna (18–29 år) och högst i den äldsta åldersgruppen (70–84 år).




**Figur 7.6 Äter strömming eller sill fångad i Östersjön eller Bottniska viken minst en gång per månad**

Andel (procent) som äter strömming eller sill fångad i Östersjön eller Bottniska viken minst en gång per månad, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Bland **kvinnor i fertil ålder** (18–49 år) som uppger sig *konsumera strömming eller sill fångad i Östersjön eller Bottniska viken mer än det som Livsmedelsverket rekommenderar* (högst 2–3 gånger per år), dominerar gruppen utrikesfödda (18 %) jämfört med inrikesfödda (7 %) (figur 7.7). Högst konsumtion sker i Blekinge (10 %), medan Skåne och Kronoberg ligger något lägre men ändå något över riksgenomsnittet (7,4 %). Utbildningsnivå verkar inte spela in, däremot är konsumtionen lägre i de yngre åldersgrupperna och stiger i de äldre åldersgrupperna.




**Figur 7.7 Äter strömming eller sill fångad i Östersjön eller Bottniska viken oftare än 2–3 gånger per år – endast kvinnor 18–49 år**

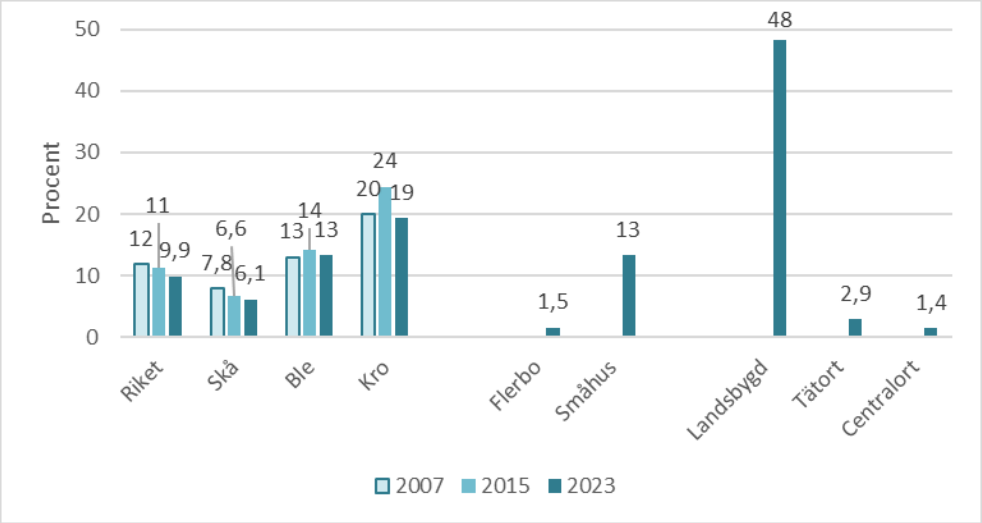
Andel (procent) av kvinnor 18–49 år som äter strömming eller sill fångad i Östersjön eller Bottniska viken oftare än 2–3 gånger per år, uppdelat på riket och län; samt utbildningsnivå, födelseland och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Dricksvatten från egen brunn

Ungefär en miljon permanentboende och ytterligare en miljon fritidsboende[65] i Sverige får idag sitt dricksvatten från enskild brunn. Riskerna för exponering av miljöföroreningar via dricksvattnet är ofta större för den som har en egen brunn, eftersom detta vatten i de flesta fall inte genomgår någon rening och den enskilde brunnsägaren ansvarar själv för att kontrollera vattnets kvalitet.

Nästan hälften av boende på landsbygden i de tre länen har svarat att de får sin dricksvattenförsörjning från egen brunn, jämfört med endast ett par procent boende i centralort och tätort (figur 7.8). Nästan en femtedel av de svarande i Kronoberg har vatten från egen brunn, drygt en tiondel i Blekinge och endast 6 % i Skåne.

[65] SGU Sveriges geologiska undersökning 2023. Brunnar och dricksvatten.




**Figur 7.8 Dricksvatten från egen brunn**

Andel (procent) som hemma dricker kranvatten från egen brunn, uppdelat på riket och län över tid; samt bostadstyp och DeSO-kategori för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Hälften av boende i Kronoberg och Blekinge som har egen brunn har låtit analysera sitt dricksvatten, vilket är strax över riksgenomsnittet, medan motsvarande svar för Skåne är 41 % (tabell 7.1). Svaren för riket och de tre länen låg på ungefär samma nivå vid förra undersökningen. Tre av fyra analyser visade att vattnet var tjänligt, medan endast en procent eller mindre av vattenanalyserna visade att vattnet var otjänligt, resten var tjänligt med anmärkning (tabell 7.2).

**Tabell 7.1 Analyserat eget dricksvatten**

Andel av de svarande med egen brunn som låtit analysera sitt dricksvatten. Källa: MHE23.

| Analyserat? | Ja | | Vet inte | | Nej | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Län / Riket | 2015 | 2023 | 2015 | 2023 | 2015 | 2023 |
| Skåne | 44 | 41 | 15 | 15 | 41 | 44 |
| Blekinge | 50 | 48 | 14 | 8,0 | 36 | 44 |
| Kronoberg | 53 | 51 | 6,0 | 12 | 41 | 38 |
| Riket | 50 | 47 | 10 | 12 | 40 | 41 |

**Tabell 7.2 Resultat av analys av eget dricksvatten**

Rapporterade resultat av analyser av eget brunnsvatten. Källa: MHE23.

| Analyssvar | Tjänligt | | Tjänligt m anm. | | Otjänligt | | Vet inte | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Län / Riket | 2015 | 2023 | 2015 | 2023 | 2015 | 2023 | 2015 | 2023 |
| Skåne | - | 71 | - | 24 | - | 1,1 | - | 4,3 |
| Blekinge | - | 72 | - | 21 | - | 0,0 | - | 7,1 |
| Kronoberg | - | 76 | - | 20 | - | 1,2 | - | 2,8 |
| Riket | 76 | 75 | 19 | 20 | 1,2 | 1,0 | 3,4 | 3,9 |

## Sammanfattning och förslag på åtgärder

Exponering för oönskade kemikalier bör begränsas i möjligaste mån. Särskilt viktigt är detta för de allra känsligaste grupperna, det vill säga foster och små barn. Gruppen unga vuxna och framför allt unga kvinnor bör särskilt uppmärksammas i det preventiva arbetet.

Gällande exponering för miljöföroreningar i fisk behövs förutom generella kostråd även mer riktad information till unga kvinnor, lågutbildade och utlandsfödda för att ha störst effekt. Även geografiskt område kan behöva vägas in. Dessutom bör Livsmedelsverkets generella råd om att välja miljömärkt fisk och skaldjur, variera mellan olika fiskar och skaldjur samt undvika hotade fisk- och skaldjursarter ytterligare uppmärksammas.

De flesta som får sitt dricksvatten från egen brunn i de tre länen bor på landsbygden. Oavsett var man bor har omkring hälften av hushållen med egen brunn låtit analysera sitt dricksvatten. En fjärdedel av dessa uppger att vattnet var tjänligt med anmärkning. Livsmedelsverket rekommenderar provtagning minst var tredje år, och för hushåll med gravida och barn under fem år rekommenderas provtagning minst en gång per år. Mer information om vilka specifika analyser som gäller beroende på lokala markförhållanden samt om ekonomiskt stöd utgår bör finnas på respektive kommuns hemsida. Fler preventiva åtgärder bör göras för att fortsätta informera privatpersoner men även sjukvårdspersonal, exempelvis mödra- och barnavårdscentral, om vikten att kontrollera sitt dricksvatten.

Som konsumenter har vi ett ansvar och kan påverka marknaden för att prioritera mer hållbara produkter, produktionsalternativ och återvinningssätt. För småbarnsfamiljer och andra grupper med små marginaler kan det dock vara svårt att prioritera de dyrare ekologiska alternativen på grund av senare tids stigande matpriser. Framför allt unga vuxna är målgrupp för marknadsföringskrafter av nya lockande produkter. Lagstiftning inom området och adekvat information till

rätt målgrupp är viktigt för att minska negativa hälsoeffekter av vissa av dessa produkter.

En annan aspekt för konsumenter att ta hänsyn till är att göra klimatsmarta val. Livsmedelsverket ger kostrekommendationer för att underlätta sunda och hållbara val även för planeten.

## Vidare läsning


Livsmedelverket 2022. Livsmedelsverkets föreskrifter om dricksvatten LIVSFS 2022:12.

Livsmedelverket 2025. Egen brunn eller annan liten dricksvattenanläggning för privat bruk.

Livsmedelsverket 2025. Fisk och skaldjur.

Livsmedelsverket 2025. Fisk och skaldjur - Barn, unga, ammande, gravida och den som vill bli gravid i framtiden.

Livsmedelsverket 2025. Miljösmarta matval.

Livsmedelsverket 2025. PFAS - Poly- och perfluorerade alkylsubstanser.

Växjö kommun 2025. Egen brunn.

# Kapitel 8. Solljus

**Miljömål:** *Säker strålmiljö, God bebyggd miljö*
***Agenda 2030**: Hälsa och välbefinnande*

Södra Sverige har många soltimmar där kust, sjöar och strand inbjuder till utevistelse sommartid. Exponering för ultravioletta strålning kan då bli betydande. Solens strålning har både positiva och negativa effekter på vår hälsa. Solljus behövs för att vitamin D ska bildas i huden. Den som inte vistas utomhus, som alltid täcker stora delar av kroppen med kläder, eller har mörk hud kan därför riskera att få D-vitaminbrist, även sommartid. Många upplever också att solljuset påverkar vår psykiska hälsa positivt. Solens ultravioletta strålning har dock även skadliga effekter på huden med ökad risk för olika cancerformer i huden. Exponering för mycket sol och UV-strålning i barndomen, men även den kumulerade solningen under hela livet, ökar risken för att få hudcancer längre fram i livet.

Hudcancer är ett samlingsnamn för flera olika diagnoser i huden. Basalcellscancer är den vanligaste hudcancern, men ger ytterst sällan upphov till metastaser. Över 70 000 fall av basalcellscancer diagnosticeras årligen. Den cancerform som ökar mest är skivepitelcancer i huden. Antalet fall har ökat med 85 procent de senaste tio åren. Motsvarande siffra för malignt melanom, som är den allvarligaste varianten av hudcancer, är 49 procent.

Malignt melanom är den sjätte vanligaste cancerformen för de europeiska länderna med en incidens på 10–25 nya fall per 100 000. De nordiska länderna har högre insjuknande i malignt melanom, högst i Danmark, följt av Norge och Sverige. Enligt Socialstyrelsen har antalet fall av malignt melanom i Sverige under de två senaste decennierna mer än fördubblats – och störst är ökningen hos äldre personer[66]. Den åldersstandardiserade[67] incidensen i Sverige var 53,7

[66] Socialstyrelsen 2023. Malignt melanom ökar mest bland äldre.
[67] Den incidens vi borde ha om befolkningen hade samma åldersstruktur som år 2000.

fall per 100 000 i befolkningen hos män och 45,9 per 100 000 hos kvinnor[68]. Trenden för de tio senaste åren, baserat på den åldersstandardiserade incidensen, är en ökning med cirka 4 % för män och 3 % för kvinnor per år[69].

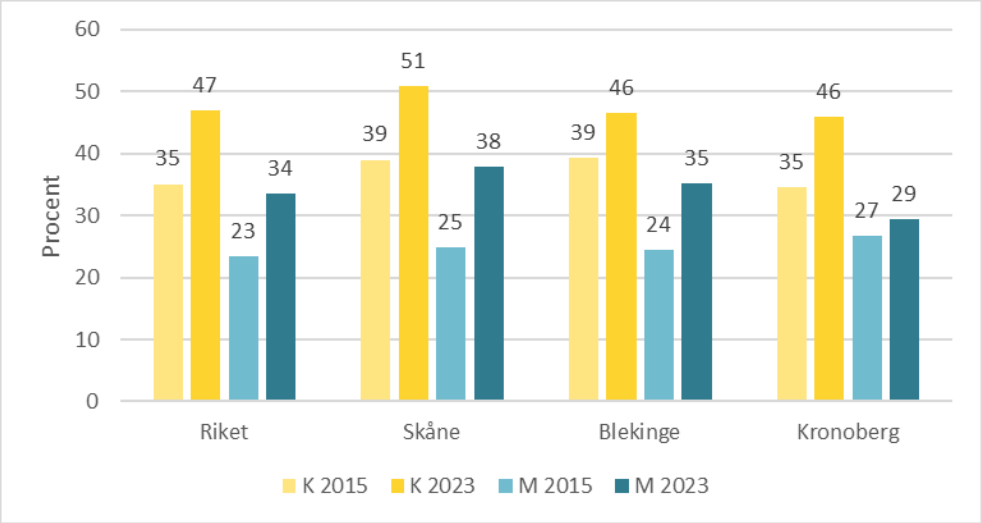
Även solning i solarier ökar risken för malignt melanom. Sedan september 2018 är det inte tillåtet för kommersiella solarieverksamheter att låta personer under 18 år sola i kosmetiskt solarium. Denna lagstiftning trädde därmed i kraft efter publikation av den förra miljöhälsorapporten baserad på svar från vuxna (2017).

Med ett varmare klimat är det sannolikt att värmeböljorna blir fler, vilket kan öka tiden vi spenderar ute i solen. Detta kan leda till att ökningen av hudcancer i allmänhet och malignt melanom i synnerhet kan komma att stiga i en ännu snabbare takt än vad vi ser idag.

## Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län

Medvetenheten om solens negativa effekter verkar ha ökat. En tydlig ökning kan ses av andelen svarande som uppgett att de *alltid skyddar sig mot solen i Sverige eller i andra länder med liknande solstyrka* genom att undvika badutflykter och liknande mitt på dagen, skydda sig med kläder eller solskyddskläder, vistas i skuggan eller använda solskyddskräm (figur 8.1). Kvinnor skyddar sig mot solen i Sverige i större utsträckning än män. På riksnivå uppger nästan hälften av kvinnorna och en dryg tredjedel av männen att de alltid skyddar sig mot solen. Detta mönster går igen i de enskilda länen, där Skåne och Blekinge inte skiljer sig från genomsnittet för riket. I Kronoberg län ses en lägre ökning av medvetenheten hos män om att skydda sig mot solen jämfört med riket och övriga län.

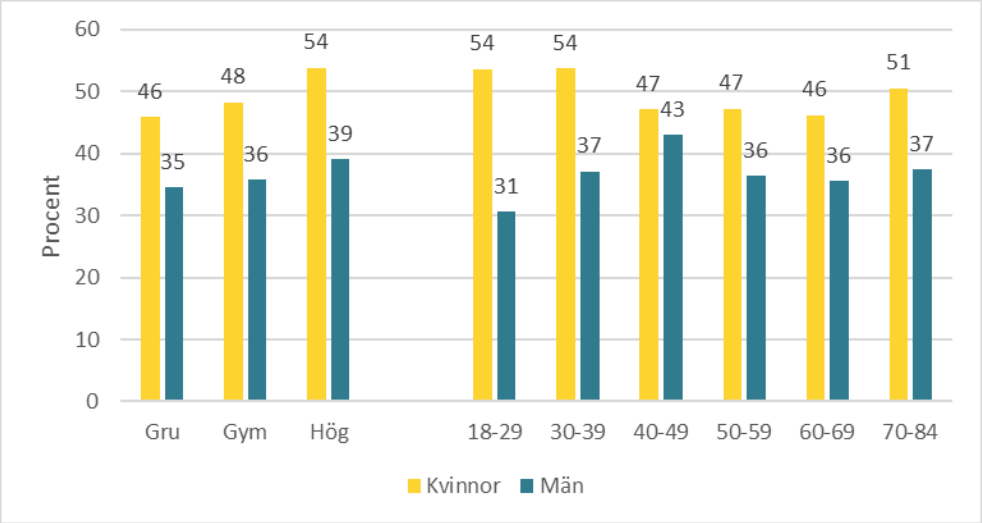
[68] Cancercentrum. Bakgrund och orsaker - RCC Kunskapsbanken.
[69] Ibid




**Figur 8.1 Skyddar sig alltid mot solen i Sverige**

Andel (procent) som alltid skyddar sig på något sätt (badutflykter och liknande undviks mitt på dagen; kläder till exempel T-shirt eller keps; solskyddskläder; vistas i skuggan; solskyddskräm) mot solen i Sverige eller i andra länder med liknande solstyrka, uppdelat på kön, riket och län över tid; K = kvinnor, M = män. Källa: MHE23.

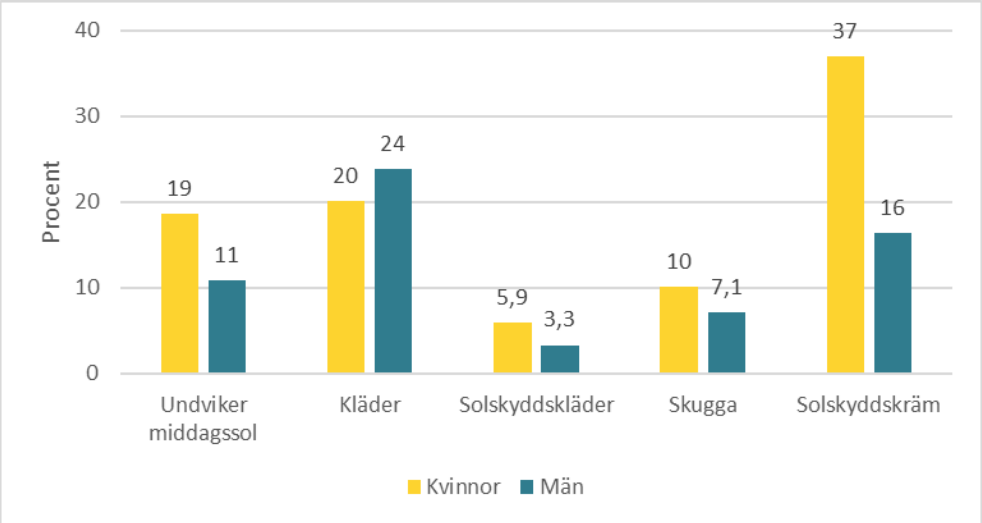
Vid uppdelning av data för de tre länen med avseende på kön, utbildningsnivå och ålder syns en koppling mellan utbildningsnivå och att *alltid skydda sig mot solen i Sverige* (figur 8.2). Personer med högskoleutbildning skyddar sig mot solen i Sverige i högre grad än personer med lägre utbildningsnivå. Detta är särskilt tydligt för kvinnor. Uppdelning av data med avseende på ålder visar att unga och äldre kvinnor i högst grad skyddar sig mot solen i Sverige. Mönstret är omvänt för män, där medelålders män i högst grad skyddar sig mot solen medan unga respektive äldre män i lägre grad skyddar sig mot solen. Unga män mellan 18–29 år är den åldersgrupp bland män som i lägst grad skyddar sig mot solen i Sverige.




**Figur 8.2 Skyddar sig alltid mot solen i Sverige**

Andel (procent) som alltid skyddar sig på något sätt (badutflykter och liknande undviks mitt på dagen; kläder till exempel T-shirt eller keps; solskyddskläder; vistas i skuggan; solskyddskräm) mot solen i Sverige eller i andra länder med liknande solstyrka, uppdelat på kön, utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

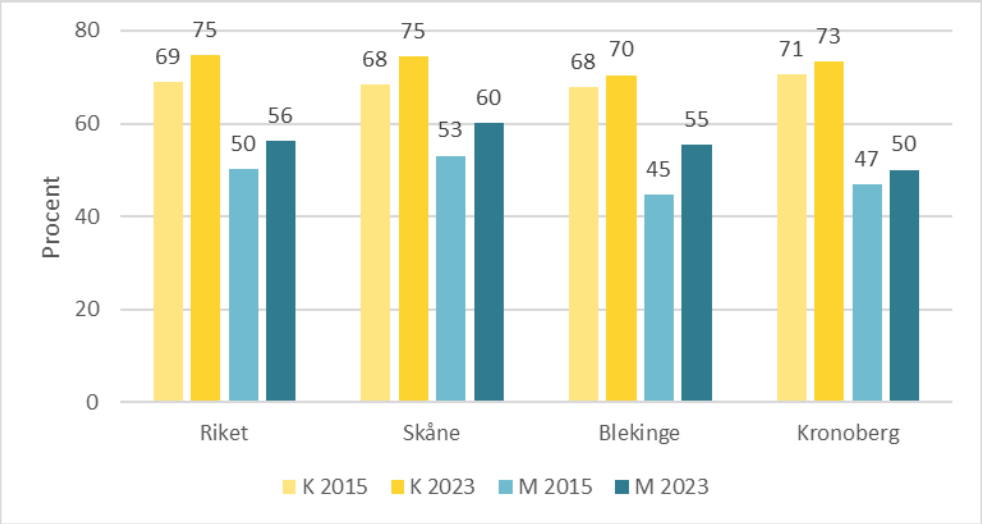
De vanligaste metoderna för att skydda sig mot solen i Sverige är att använda solskyddskräm och kläder samt undvika middagssolen (figur 8.3). Det finns dock tydliga könsskillnader. Män använder i högre utsträckning kläder som solskydd, medan kvinnor i högre grad använder solskyddskräm, undviker middagssol eller vistas i skuggan.




**Figur 8.3 Skyddar sig alltid mot solen i Sverige**

Andel (procent) som alltid skyddar sig mot solen i Sverige eller i andra länder med liknande solstyrka, uppdelat på kön och solskyddssätt för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

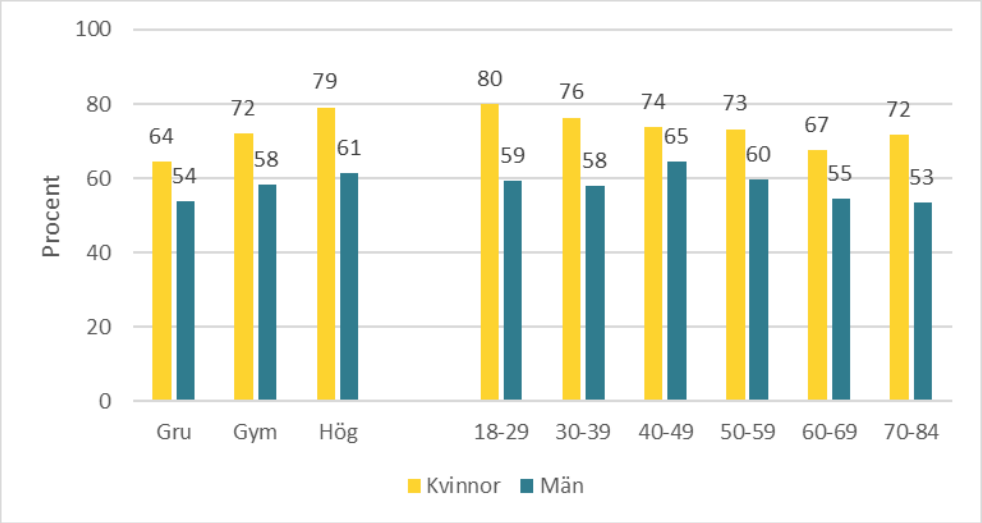
När det gäller *vistelse i länder med starkare sol*, till exempel sydeuropeiska länder, uppger en betydligt högre andel svarande, 75 % av kvinnor och 56 % av män, att de alltid skyddar sig mot solen jämfört med andelen som alltid skyddar sig mot solen i Sverige (figur 8.4). En viss ökning kan ses både i riket och i de enskilda länen jämfört med 2015 för både kvinnor och män. Detta mönster speglar resultaten avseende solskydd i svensk sol (figur 8.1).




**Figur 8.4 Skyddar sig alltid mot solen utomlands**

Andel (procent) som alltid skyddar sig på något sätt (badutflykter och liknande undviks mitt på dagen; kläder till exempel T-shirt eller keps; solskyddskläder; vistas i skuggan; solskyddskräm) mot solen i länder med starkare sol, till exempel södra Europa, uppdelat på kön, riket och län över tid; K = kvinnor, M = män. Källa: MHE23.

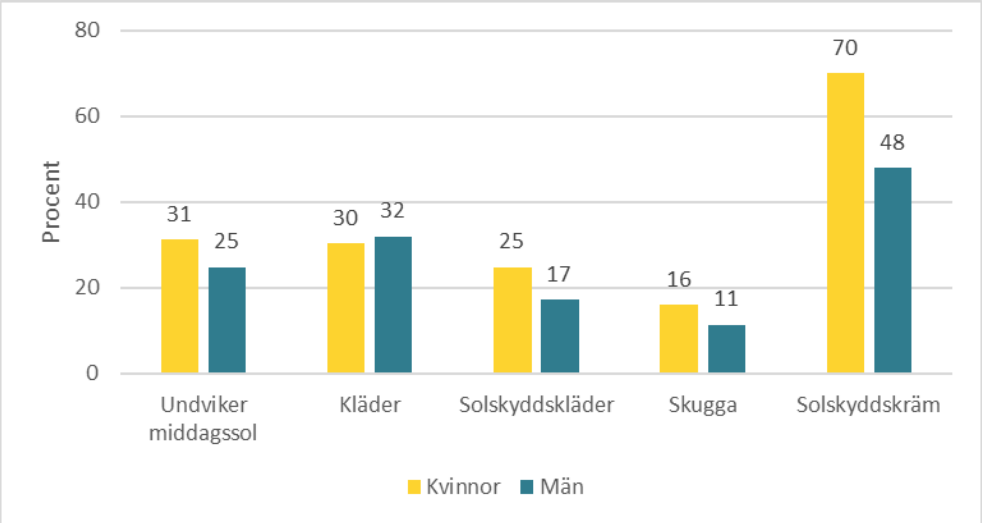
Uppdelning av data för de tre länen med avseende på kön, utbildningsnivå och ålder visar även här en koppling mellan utbildningsnivå och att *alltid skydda sig mot solen i länder med starkare sol* (figur 8.5). En högre andel av personer med högskoleutbildning skyddar sig mot solen i länder med starkare sol i högre grad än personer med lägre utbildningsnivå. Detta är även här särskilt tydligt för kvinnor. Detta mönster speglar resultaten avseende solskydd i svensk sol (figur 8.2). Uppdelning av data med avseende på ålder visar att unga kvinnor i högst grad skyddar sig mot solen i länder med starkare sol (figur 8.5). Mönstret är omvänt för män, där medelålders män i högst grad skyddar sig mot solen medan unga respektive äldre män i lägre grad skyddar sig mot solen.




**Figur 8.5 Skyddar sig alltid mot solen utomlands**

Andel (procent) som alltid skyddar sig på något sätt (badutflykter och liknande undviks mitt på dagen; kläder till exempel T-shirt eller keps; solskyddskläder; vistas i skuggan; solskyddskräm) mot solen i länder med starkare sol, till exempel södra Europa, uppdelat på kön, utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

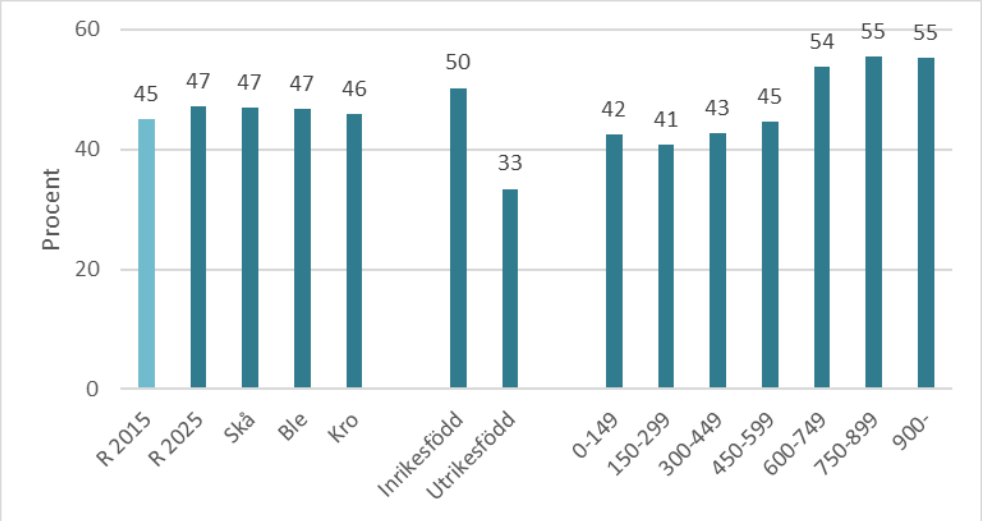
De vanligaste metoderna för att *skydda sig mot solen i länder med starkare sol* är solskyddskräm, kläder, att undvika middagssolen samt solskyddskläder (figur 8.6). Skillnaderna mellan kvinnor och män är mindre jämfört med användning av metoder för solskydd i svensk sol (figur 8.3).




**Figur 8.6 Skyddar sig alltid mot solen utomlands**

Andel (procent) som alltid skyddar sig mot solen i länder med starkare sol, till exempel södra Europa, uppdelat på kön och solskyddssätt för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

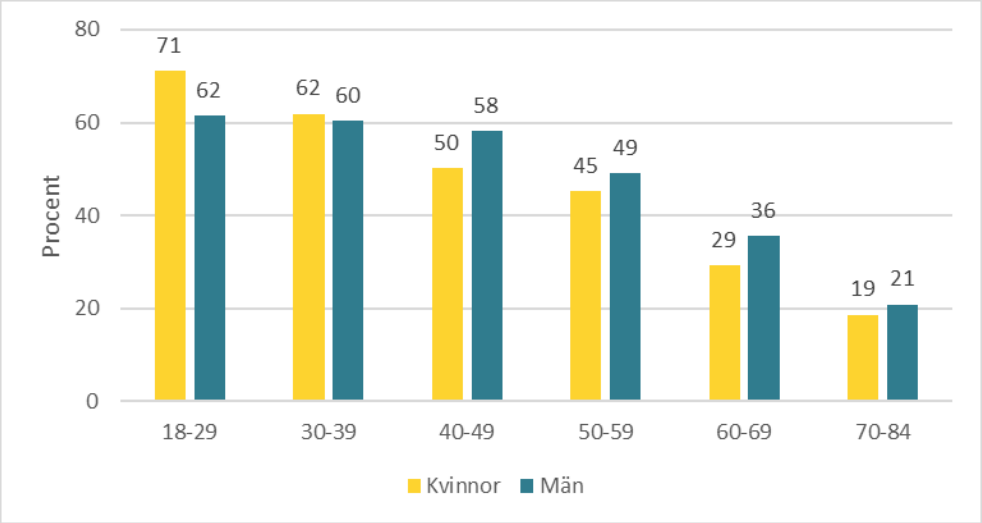
I figur 8.7 presenteras andelen som uppgett att de bränt sig i solen så att huden blivit både röd och svedd minst en gång under de senaste tolv månaderna. Ungefär lika stor andel uppger att de har bränt sig i solen senaste tolv månaderna i enkäten 2023 jämfört med 2015, trots att en högre andel skyddar sig från solen regelbundet. Det finns ingen tydlig skillnad mellan de tre länen jämfört med riket i stort. Däremot är det tydligt att personer som är födda utomlands i lägre grad uppger att de har bränt sig i solen. Detta kan spegla andra vanor i länder där solen är betydligt starkare än i Sverige. Vid uppdelning av svaren med avseende på hushållsinkomst blir det tydligt att de som bor i hushåll med högre inkomst i högre grad har bränt sig i solen de senaste tolv månaderna än de som bor i hushåll med lägre inkomst.




**Figur 8.7 Bränt sig i solen**

Andel (procent) som bränt sig i solen så att huden både blivit röd och svedd, minst en gång under de senaste tolv månaderna, uppdelat på riket (R) över tid och län; samt födelseland och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Uppdelning av data för de tre länen på ålder och kön visar att unga bränner sig i solen i hög grad och oftare än andra åldersgrupper (figur 8.8). Bland unga bränner sig kvinnor i solen i högre grad än män, medan män bränner sig i solen i högre grad än kvinnor i åldersgrupper från 40 års ålder och äldre.

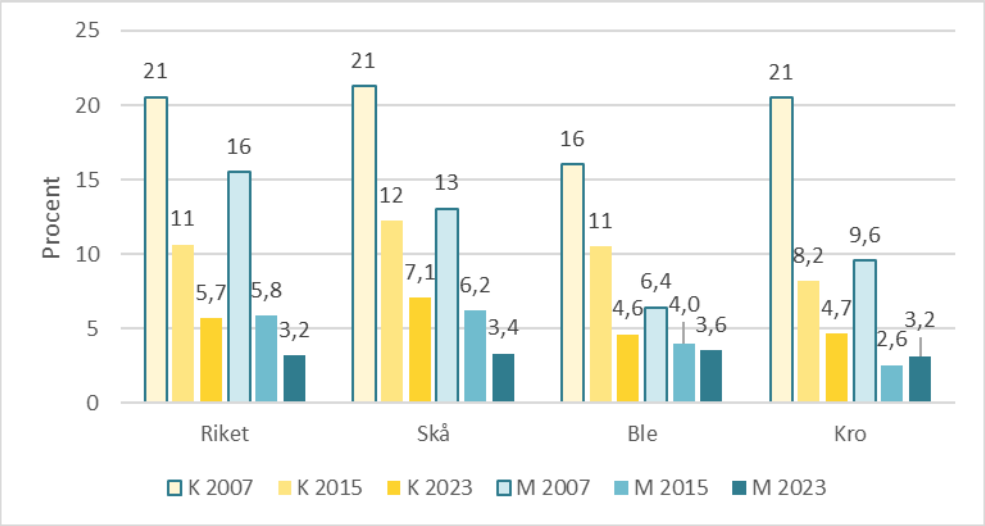



**Figur 8.8 Bränt sig i solen**

Andel (procent) som bränt sig i solen så att huden både blivit röd och svedd, minst en gång under de senaste tolv månaderna, uppdelat på kön och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

## Exponering för UV-ljus från solarier

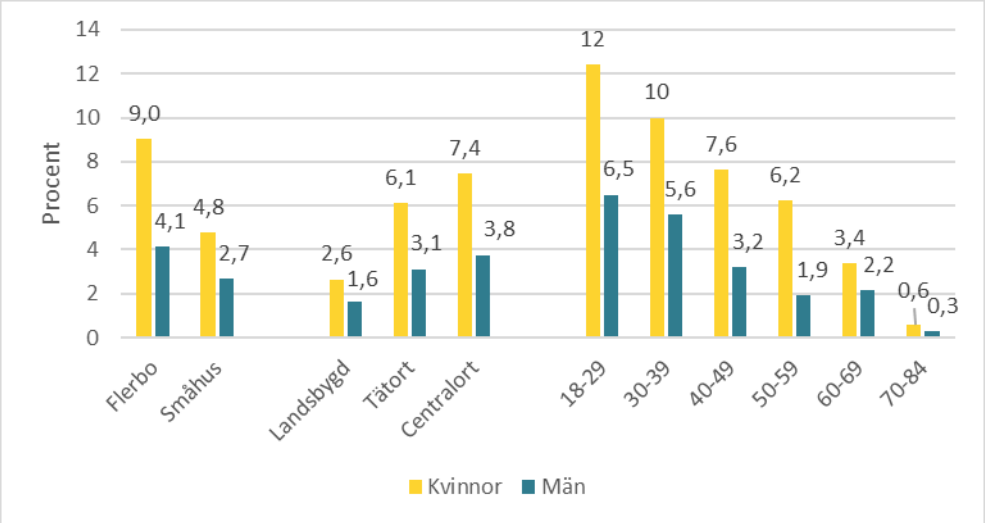
Andelen vuxna som uppger att de solat i kosmetiskt solarium minst en gång under de senaste tolv månaderna fortsätter att minska, både på nationell nivå och i de tre länen (figur 8.9). Minskningen är stor jämfört med MHE07, dock är det fortfarande mer vanligt med solarieanvändning bland kvinnor än män.




**Figur 8.9 Solat i solarium**

Andel (procent) som uppger att de solat i kosmetiskt solarium minst en gång under de senaste tolv månaderna, uppdelat på kön, riket och län över tid; K = kvinnor, M = män. Källa: MHE23.

Uppdelning av data med avseende på bostadstyp, DeSO-kategori respektive ålder visar dock en annan bild. Solning i solarium är ungefär dubbelt så vanligt hos både kvinnor och män bland de som bor i flerbostadshus jämfört med de som bor i småhus (figur 8.10). Det är även mer än dubbelt så vanligt med solarieanvändning bland de som bor i centralort jämfört med de som bor på landsbygd. Även om solarieanvändning på landsbygden fortfarande är vanligare bland kvinnor är skillnaden mellan män och kvinnor något mindre än bland personer bosatta i centralort respektive tätort.




**Figur 8.10 Solat i solarium**

Andel (procent) som uppger att de solat i kosmetiskt solarium minst en gång under de senaste tolv månaderna, uppdelat på kön, bostadstyp, DeSO-kategori respektive ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

De största skillnaderna syns dock vid uppdelning av materialet med avseende på ålder. Den yngsta åldersgruppen (18–29 år) är den där störst andel solat solarium någon gång det senaste året (kvinnor 12 %; män 6,5 %) (figur 8.10). Åldersgränsen på 18 år för solning i kosmetiska solarier fyller därmed sannolikt en viktig funktion genom att begränsa UV-exponering för unga människor.

## Sammanfattning och förlag på åtgärder

Av enkätsvaren framgår att det är unga vuxna och framför allt unga kvinnor som exponerar sig mest för UV-strålning, både ute i solen och i kosmetiska solarier. Personer med hög utbildningsnivå skyddar sig mot solen i högre grad än personer med lägre utbildningsnivå, medan personer med hög hushållsinkomst i större utsträckning än personer med låg hushållsinkomst uppger att de bränt sig i solen. Trots att användning av solskydd har ökat vid vistelse både i Sverige och i länder med starkare sol är det fortsatt vanligt att ha bränt sig i solen, framför allt bland unga vuxna och speciellt unga män. Unga vuxna verkar fortfarande sola i kosmetiska solarier, även om det jämfört med föregående undersökning ses en minskning. Åldersgränsen på 18 år för solning i kosmetiska solarier fyller sannolikt en viktig funktion, men en ytterligare översyn av denna bransch är angeläget.

Enligt Socialstyrelsens statistik fortsätter antalet nyupptäckta hudcancerfall att öka. Under pandemiåren syns ett hack i kurvan, vilket kan betona vikten av hälso- och sjukvårdens kontroller av pigmentförändringar. Särskilt män i övre medelåldern och äldre är viktiga grupper att nå för att få dem att söka vård för sina hudförändringar. Det finns behov av mer riktad information till framför allt unga vuxna om UV ljusets skadliga effekter vid vistelse i solen och användande av solarier.

Det är möjligt att preventiva insatser om solvanor har haft en viss effekt, då det under senaste åren ses en sjunkande trend av cancerfall bland unga vuxna. Fortsatt förebyggande arbete är viktigt och att information når ut till hela befolkningen om vikten av sunda solvanor. Grunden för ett bra solskydd bör vara kläder och försiktighet med sol. Solskyddskräm bör ses som ett komplement till kläder för utsatta ytor på kroppen. Solexponering mitt på dagen när strålningen är som starkast bör begränsas. Vid planering av nya bostadsområden, skolor, förskolor och liknande, är det viktigt att det finns goda möjligheter till skugga från träd och grönska vid utomhusaktiviteter.

## Vidare läsning

Cancercentrum. Bakgrund och orsaker - RCC Kunskapsbanken.

Cancerfonden 2023. Hudcancer – symtom, orsak och behandling.

Helgadottir H et al. 2024. Melanoma Incidence and Mortality Trends Among Patients Aged 59 Years or Younger in Sweden, JAMA Dermatology 160(11):1201-1210.

Läkartidningen 2024. Ny studie visar svenskt trendbrott: Färre unga vuxna får hudcancer.

Regionala cancercentrum i samverkan. Hudcancer.

Sahlgrenskaliv 2025. Sola säkert – hudläkare svarar på frågor om solning.

Socialstyrelsen 2023. Malignt melanom ökar mest bland äldre.

Socialstyrelsen 2025. Cancer i Sverige 2025.

Sveriges miljömål. Indikator Hudcancerfall.

Strålsäkerhetsmyndigheten. Sol och solarier.

Strålsäkerhetsmyndigheten 2025. Sola inte solarium.

# Kapitel 9. Städer, grönstrukturer och hälsa

**Miljömål:** *God bebyggd miljö*
**Agenda 2030**: *Ingen fattigdom, Hälsa och välbefinnande, Hållbara städer och samhällen*

Urbaniseringen världen över fortsätter och en allt högre andel av befolkningen bor i städer. I Sverige har andelen av befolkningen som bor i tätorter[70] ökat från 84 % år 2005 till 88 % år 2023[71]. Sveriges befolkning har ökat från 9,0 miljoner år 2005 till 10,6 miljoner år 2024[72]. Antalet invånare som bor i tätorter på samma tidsperiod har ökat från 7,6 miljoner till 9,3 miljoner, medan antalet invånare som inte bor i tätorter minskat från 1,45 miljoner till 1,27 miljoner[73].

Eftersom en allt större andel av befolkningen bor i tätorter är det viktigt att dessa planeras så att de bidrar till en hälsosam och främjande livsmiljö för invånarna. Grönområden och parker kan bidra till att lösa flera hälsorelaterade utmaningar i växande städer, exempelvis exponering för luftföroreningar och buller, urbana värmeöar, skydd mot solljus och dagvattenhantering. Det är därför viktigt att grönska får ta plats även när städer förtätas, inte minst för att även hantera en rad negativa effekter av klimatförändringarna.

Förtätning förespråkas generellt av stadsplanerare för att bygga städer mer hållbara ur klimatperspektiv. Genom att förtäta städer antas exempelvis transporter bli mer tillgängliga, energi sparas och social trygghet öka. Förtätning kan dock även medföra negativa hälsokonsekvenser, exempelvis ökad exponering för luftföroreningar och buller. Förtätning kan även leda till mindre, färre och fragmenterade grönområden då konkurrensen om utrymme med

[70] Tätort definieras av SCB som områden med sammanhängande bebyggelse och med minst 200 invånare.
[71] SCB, Statistikdatabasen.
[72] Ibid
[73] Ibid

bostäder, trafikinfrastruktur, butiker och annan infrastruktur ökar, vilket också kan ha negativa effekter på befolkningens hälsa genom minskade möjligheter till utevistelse och rekreation i närliggande grönområden.

Grönområden har en positiv påverkan på miljön och klimatet genom att tillhandahålla ekosystemtjänster. Exempelvis kan växlighet i städer sänka utomhustemperaturen under varma dagar och även minska risken för översvämningar. Andra exempel på ekosystemtjänster som vegetation tillhandahåller är filtrering av luftföroreningar och barriärer mot buller. Dessa ekosystemtjänster har positiv inverkan på hälsan för människor i städer. Även om det är konkurrens kring hur tillgänglig mark i tätorter ska användas så är det fullt möjligt att förtäta och samtidigt ha gröna städer om tillräcklig hänsyn tas till ekosystemtjänster i stadsplaneringen.

Forskning visar positiva kopplingar mellan tillgång till grönområden i städer och invånarnas hälsa[74,75]. Grönområden ger plats för och bjuder in till fysisk aktivitet, vilket har positiv påverkan på människors hälsa. Grönområden bjuder även in till sociala aktiviteter, vilket är viktigt för mentalt och fysiskt välbefinnande. Gröna miljöer uppfattas även som lugnande och erbjuder plats för avkoppling och återhämtning.

Studier visar att boende i områden med mycket grönska är mindre stressade, besväras mindre av buller, har bättre social sammanhållning, konsumerar mindre antidepressiva läkemedel och har ökad livslängd[76]. Även lägre förekomst av hjärt- och kärlsjukdomar, luftvägssjukdomar och typ 2-diabetes har visats hos personer som bor i områden med mycket grönska. Dock kan växter

[74] WHO 2016. Urban green spaces and health - a review of evidence.
[75] WHO 2021. Green and blue spaces and mental health; new evidence and perspectives for action.
[76] Shanahan et al. 2015. The Health benefits of urban nature: how much do we need? Bioscience 65(5):476-85.

som gräs och björk medföra ökade allergiska reaktioner, särskilt i kombination med luftföroreningar.

Även möjligheten att se grönska genom fönster i bostaden eller på arbetsplatsen har positiva hälsorelaterade effekter som förbättrad psykisk hälsa, minskad ångest och förbättrade resultat. Grönska utanför bostadsfönster inbjuder även till mer vistelse i grönska i anslutning till bostaden. Avsaknad av fönster mot grönska utanför bostaden är därför inte önskvärt.

Alla människor behöver fysisk aktivitet i vardagen. Därför är det viktigt hur den nära omgivningsmiljö ser ut, och att grönområden nära bostaden är attraktiva och stimulerar till rörelse. Grön stadsplanering handlar även om att skapa säkra transportvägar för gång och cykeltrafik, för alla åldrar.

## Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län

Även i de tre länen har såväl befolkning som tätortsgrad ökat sedan 2005. Generellt har de största tätorterna och kommunerna i respektive län ökat mest i invånarantal. Den ökande tätortsbefolkningen kan i kombination med en allmän förtätning leda till försämrad tillgång till och vistelse i grönområden.

Skåne hade den 31/12 2024 en befolkning på 1 428 626 invånare (+229 162; +22 % sedan 2005)[77]. Andelen som bor i tätorter har ökat från 88 % år 2005 till 91 % år 2023[78]. Med undantag av Simrishamn har övriga 32 kommuner i Skåne större befolkning 2024 än 2005. Tätorter i länet med störst befolkningsökning för perioden 2005 till 2023 är Malmö (+81 296; +32 %), följt av Helsingborg (+24 572; +27 %), Lund (+22 120; +29 %), Bunkeflostrand (+8 582; +124 %) och Ängelholm (+8 557; +38 %). Merparten (59 %) av länets befolkningsökning sedan 2005 har skett i länets tre största kommuner Malmö, Helsingborg och Lund.

[77] SCB, Statistikdatabasen.
[78] Ibid

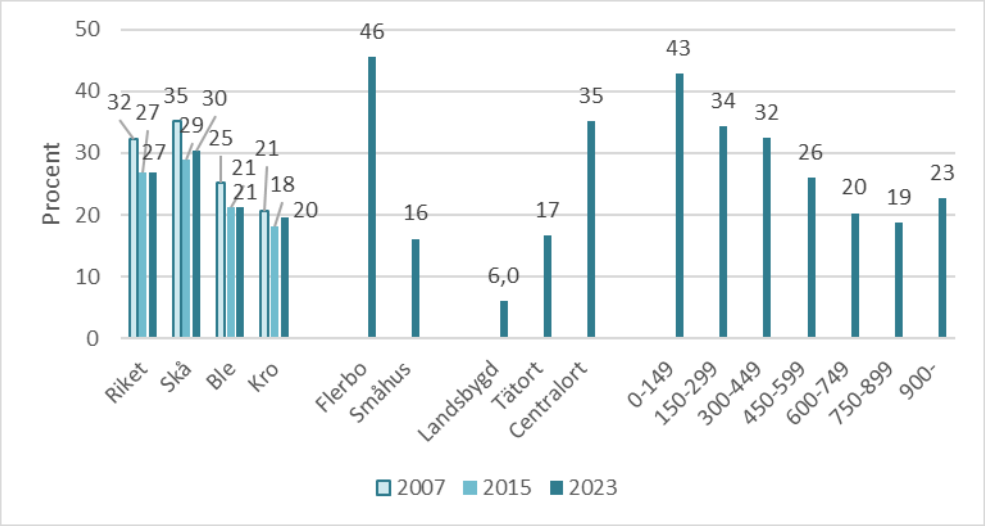
Blekinge hade den 31/12 2024 en befolkning på 157 223 (+6 527; +4,3 % sedan år 2005)[79]. Andelen som bor i tätorter har ökat från 79 % år 2005 till 84 % år 2023[80]. Med undantag av Olofström har övriga fyra kommuner i Blekinge större befolkning 2024 än 2005. Tätorter i länet med störst befolkningsökning för perioden 2005 till 2023 är Karlskrona (+3 817; +12 %), följt av Karlshamn (+1 198; +8,4 %), Ronneby (+869; +7,4 %), Sölvesborg (+861; +11 %) och Hällevik (+709; +91 %). Merparten (75 %) av länets befolkningsökning sedan 2005 har skett i Karlskrona kommun.

Kronoberg hade den 31/12 2024 en befolkning på 203 351 invånare (+24 908; +14 % sedan år 2005)[81]. Andelen som bor i tätorter har ökat från 77 % år 2005 till 80 % år 2023[82]. Med undantag av Tingsryd och Uppvidinge har övriga sex kommuner i Kronoberg större befolkning 2024 än 2005. Tätorter i länet med störst befolkningsökning för perioden 2005 till 2023 är Växjö (+18 452; motsvarande +33 %), följt av Älmhult (+2 535; +30 %), Alvesta (+1 525; +20 %), Markaryd (+1 259; +33 %) och Ljungby (+1 243; +8,4 %). Huvuddelen (84 %) av länets befolkningsökning sedan 2005 har skett i Växjö kommun.

## Bostadsfönster mot grönska

Nästan tre fjärdedelar (72 %) av boende i Skåne, Blekinge och Kronoberg län har bostad med fönster vänt direkt mot grönska (trädgård, park, vatten, skog eller öppet fält), medan 28 % av boende i de tre länen således saknar bostadsfönster mot grönska vilket är i nivå med riket (figur 9.1). För boende i Skåne är det vanligare att sakna bostadsfönster mot grönska (30 %) jämfört med boende i Blekinge (21 %) och Kronoberg (20 %). Andelen vars bostad saknar fönster mot direkt grönska är på samma nivå som föregående enkät, men generellt något lägre än enkäten 2007.

[79] SCB, Statistikdatabasen.
[80] Ibid
[81] Ibid
[82] Ibid



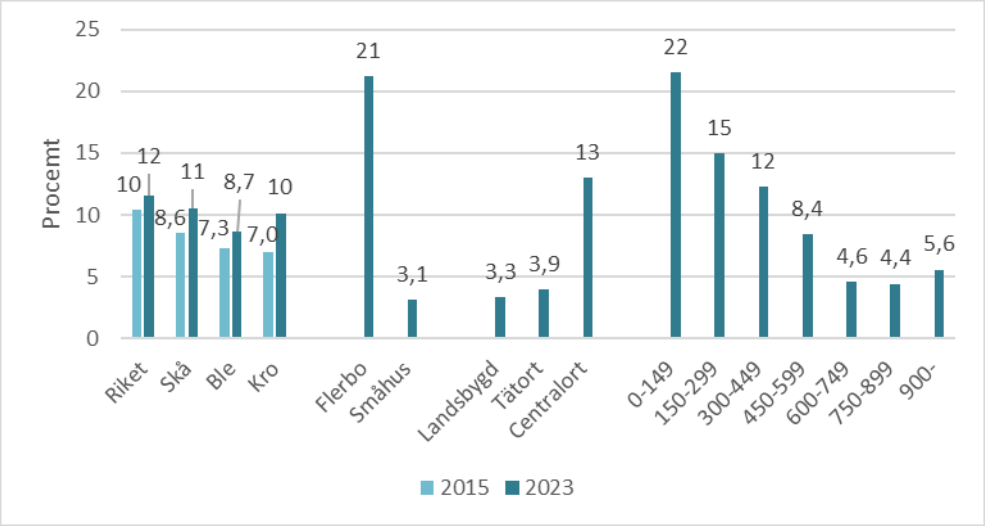

**Figur 9.1 Saknar bostadsfönster mot grönska**

Andel (procent) vars bostad saknar fönster vänt direkt mot grönska (trädgård, park, vatten, skog eller öppet fält), uppdelat på riket och län över tid; samt bostadstyp, DeSO-kategori och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronbergs län 2023. Källa: MHE23.

För boende i flerbostadshus i de tre länen saknar nästan hälften (46 %) bostadsfönster mot grönska, jämfört med endast 16 % för boende i småhus. Avsaknad av bostadsfönster mot grönska är vanligast för boende i centralort (35 %), följt av tätort (17 %) och boende på landsbygd (6 %). Hushåll med lägst inkomst saknar i högre utsträckning bostadsfönster mot grönska än hushåll med högre inkomst (figur 9.1).

## Tillgång till egen tomt eller uteplats

De allra flesta (90 %) i Skåne, Blekinge och Kronoberg län har tillgång till egen tomt eller avgränsad uteplats (balkong, terrass, innergård eller liknande), medan 10 % i de tre länen således saknar tillgång till egen tomt eller uteplats vilket är något lägre andel än för riket (figur 9.2). Andelen som saknar tillgång till egen tomt/uteplats är på ungefär samma nivå i de tre länen, men har generellt ökat något jämfört med föregående enkät.



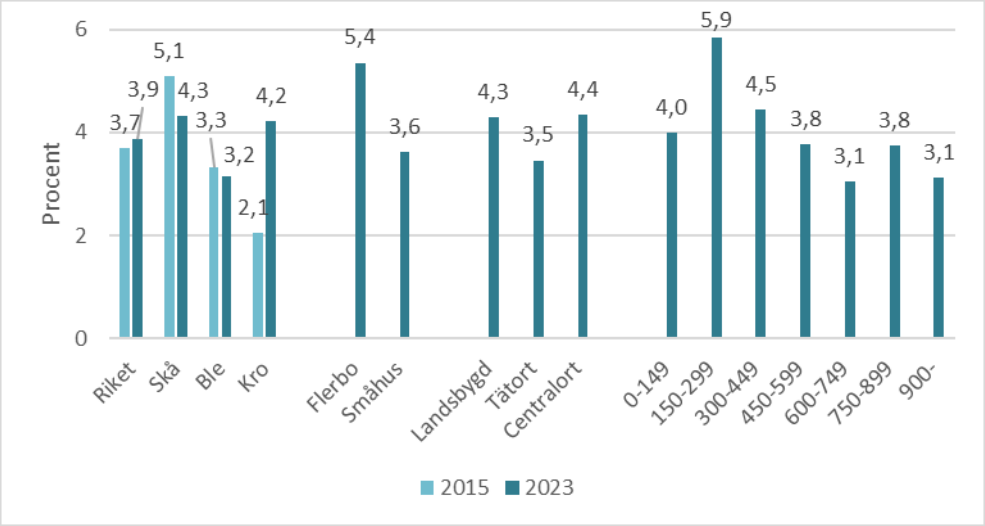

**Figur 9.2 Saknar tillgång till tomt eller uteplats**

Andel (procent) vars bostad saknar tillgång till tomt eller avgränsad uteplats (balkong (ej inglasad), terrass, innergård eller liknande), uppdelat på riket och län över tid; samt bostadstyp, DeSO-kategori och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Av boende i flerbostadshus i de tre länen saknar 21 % tillgång till egen tomt/uteplats, jämfört med endast 3,1 % av boende i småhus. Avsaknad av egen tomt/uteplats är betydligt vanligare för boende i centralort (13 %) jämfört med boende i tätort (3,9 %) och på landsbygd (3,3 %). Hushåll med lägst inkomst saknar i betydligt högre utsträckning tillgång till egen tomt/uteplats än hushåll med högre inkomst (figur 9.2).

## Tillgång till park, grönområde eller annan natur

De allra flesta (96 %) i Skåne, Blekinge och Kronoberg län har park, grönområde eller annan natur (inklusive sjöar, vattendrag och hav) inom gångavstånd från bostaden, medan 4,2 % i de tre länen saknar grönområden inom gångavstånd vilket är i nivå med riket (figur 9.3). Andelen som saknar grönområden inom gångavstånd från bostaden är på ungefär samma nivå i alla tre län.



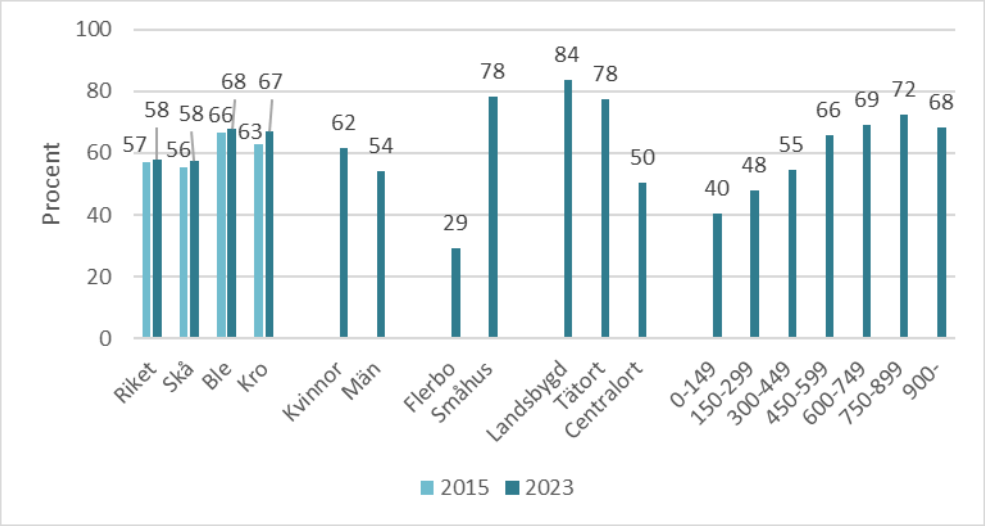

**Figur 9.3 Saknar grönområde inom gångavstånd**

Andel (procent) som saknar park, grönområde eller annan natur (inklusive sjöar, vattendrag och hav) på gångavstånd från bostaden, uppdelat på riket och län över tid; samt bostadstyp, DeSO-kategori och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Av boende i flerbostadshus i de tre länen saknar 5,4 % park, grönområde eller annan natur inom gångavstånd från bostaden, jämfört med 3,6 % av boende i småhus. Grundskoleutbildade saknar i betydligt högre grad grönska inom gångavstånd från bostaden (8,1 %), jämfört med gymnasie- (3,8 %) eller högskoleutbildade (2,7 %) (MHE23). Avsaknad av grönområden inom gångavstånd är ungefär på samma nivå oavsett boende i centralort, tätort eller på landsbygd, och något vanligare för de med lägre hushållsinkomst (figur 9.3).

## Vistelse på egen tomt eller uteplats

Mer än hälften (60 %) i Skåne, Blekinge och Kronoberg län av de vars bostad har tillgång till tomt eller avgränsad uteplats (balkong, terrass, innergård eller liknande) vistas dagligen på denna under sommarhalvåret, vilket är i nivå med riket (figur 9.4). Andelen som dagligen vistas på egen tomt/uteplats under sommarhalvåret är något vanligare i Blekinge (68 %) och Kronoberg (67 %) än i Skåne (58 %). Andelen som dagligen vistas på egen tomt/uteplats under sommarhalvåret har generellt ökat något jämfört med föregående enkät.




**Figur 9.4 Vistelse på egen tomt/uteplats sommarhalvåret**

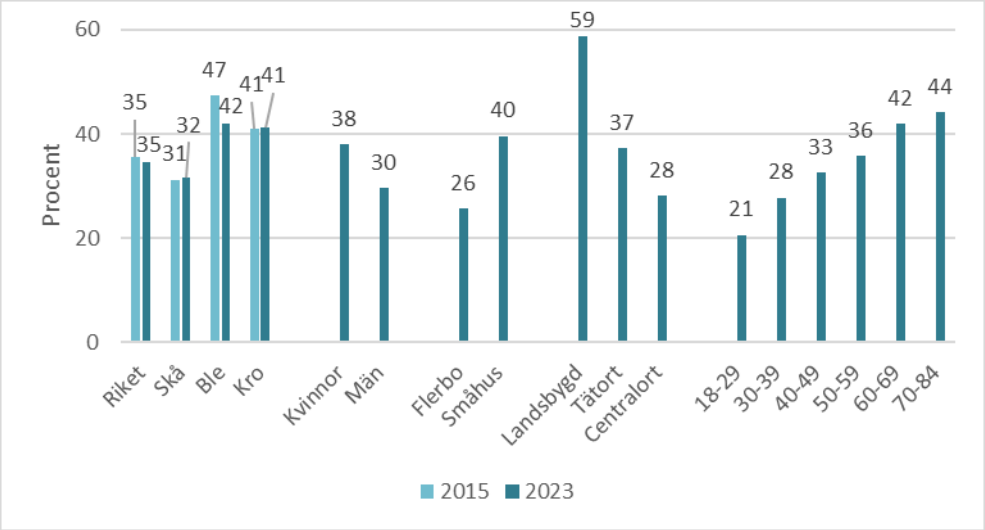
Andel (procent) som dagligen vistas på tomt eller uteplats (balkong (ej inglasad), terrass, innergård eller liknande) under sommarhalvåret (för de vars bostad har tillgång till tomt eller avgränsad uteplats), uppdelat på riket och län över tid; samt kön, bostadstyp, DeSO-kategori och hushållsinkomst (tusentals kronor per år) för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Daglig vistelse på egen tomt/uteplats under sommarhalvåret är betydligt vanligare i de tre länen för boende i småhus (78 %) än för boende i flerbostadshus (29 %). Det är vanligare att dagligen vistas på egen tomt/uteplats för boende på landsbygd (84 %) och i tätort (78 %) än för boende i centralort (50 %). Hushåll med lägre inkomst vistas i lägre grad dagligen på egen tomt/uteplats under sommarhalvåret än hushåll med högre inkomst (figur 9.4).

## Vistelse i grönområden under sommarhalvåret

En tredjedel (34 %) av boende i Skåne, Blekinge och Kronoberg län besöker dagligen park, grönområde eller annan natur (inklusive sjöar, vattendrag och hav) under sommarhalvåret, vilket är i nivå med riket (figur 9.5). Andelen som dagligen vistas i grönområden under sommarhalvåret är högre i Blekinge (42 %) och Kronoberg (41 %) än i Skåne (32 %). Andelarna är ungefär på samma nivåer som i föregående enkät, i kontrast till senaste barnenkäten som visar en betydande minskning av barns dagliga vistelse i grönområden[83].

[83] Arbets- och miljömedicin Syd 2021, Barnmiljöhälsorapport 2021 Skåne.




**Figur 9.5 Daglig vistelse i grönområde sommarhalvåret**

Andel (procent) som dagligen besöker park, grönområde eller annan natur (inklusive sjöar, vattendrag och hav) under sommarhalvåret, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, bostadstyp, DeSO-kategori och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

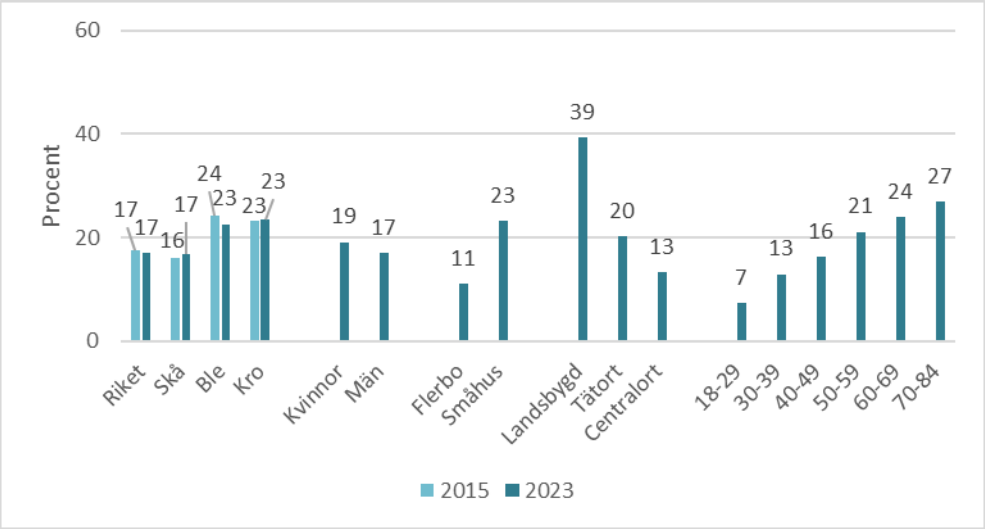
Kvinnor i de tre länen vistas i högre grad dagligen i grönområden under sommarhalvåret (38 %) än män (30 %). Daglig vistelse i grönområden under sommaren är vanligare för boende i småhus (40 %) än för boende i flerbostadshus (26 %). Det är vanligare att dagligen vistas i grönområden sommartid för boende på landsbygd (59 %) än för boende i tätort (37 %) och boende i centralort (28 %). Äldre i de tre länen vistas i högre grad dagligen i grönområden under sommarhalvåret än yngre (figur 9.5).

En övervägande majoritet av befolkningen i de tre länen (Skåne 71 %, Blekinge 81 %, Kronoberg 75 %) besöker ett grönområde eller motsvarande *minst någon gång varje vecka* under sommarhalvåret, och ca 90 % av befolkningen i de tre länen gör det *minst någon gång varje månad* (MHE23). Kvinnor i de tre länen vistas i högre grad än män i grönområden minst varje vecka (77 respektive 68 %) och minst varje månad (91 respektive 86 %) under sommarhalvåret (MHE23).

## Vistelse i grönområden under vinterhalvåret

Under vinterhalvåret är det färre som dagligen besöker park, grönområde eller annan natur (inklusive sjöar, vattendrag och hav)

jämfört med under sommarhalvåret. Knappt en femtedel (18 %) av boende i Skåne, Blekinge och Kronoberg län besöker dagligen grönområden under vinterhalvåret, vilket är i nivå med riket (figur 9.6). Andelen som dagligen vistas i grönområden under vinterhalvåret är något högre i Blekinge (23 %) och Kronoberg (23 %) än i Skåne (17 %). Andelen är ungefär på samma nivå som i föregående enkät.




**Figur 9.6 Daglig vistelse i grönområde vinterhalvåret**

Andel (procent) som dagligen besöker park, grönområde eller annan natur (inklusive sjöar, vattendrag och hav) under vinterhalvåret, uppdelat på riket och län över tid; samt kön, bostadstyp, DeSO-kategori och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Kvinnor i de tre länen vistas i något högre grad dagligen i grönområden under vinterhalvåret (19 %) än män (17 %). Daglig vistelse i grönområden under vinterhalvåret är vanligare för boende i småhus (23 %) än för boende i flerbostadshus (11 %). Det är vanligare att dagligen vistas i grönområden vintertid för boende på landsbygd (39 %) än för boende i tätort (20 %) och boende i centralort (13 %). Äldre vistas i högre grad dagligen i grönområden under vinterhalvåret än yngre (figur 9.6).

Ungefär hälften av befolkningen i de tre länen (Skåne 46 %, Blekinge 57 %, Kronoberg 52 %) besöker ett grönområde eller motsvarande *minst någon gång varje vecka* under vinterhalvåret, och ca 75 % av befolkningen i länen *minst någon gång varje månad* (MHE23). Kvinnor

i de tre länen vistas i något högre grad än män i grönområden minst varje vecka (50 respektive 45 %) och även minst varje månad (76 respektive 72 %) under vinterhalvåret (MHE23).

### Samband mellan grönområde inom gångavstånd från bostaden och vistelse i grönområde

Av boende i de tre länen som har grönområde eller motsvarande inom gångavstånd från bostaden vistas 35 % dagligen i grönområde under sommarhalvåret, medan motsvarande andel endast är 5,8 % för de som saknar grönområde inom gångavstånd (MHE23). På vinterhalvåret är motsvarande andelar 19 % respektive endast 1,7 %. Även för andelen veckovisa besök har avståndet från bostaden tydlig betydelse, då 74 % av de som bor inom gångavstånd respektive 28 % av de som inte bor inom gångavstånd vistas minst en gång per vecka i grönområde under sommarhalvåret (under vinterhalvåret 49 respektive 15 %). Tillgång till grönområde nära bostaden har således tydlig betydelse för hur ofta grönområden besöks.

## Sammanfattning

Urbaniseringen medför att tätorter och speciellt centralorter växer alltmer och ny bostadsbebyggelse är en oundviklig konsekvens av tätorternas tillväxt. Det är många aspekter att ta hänsyn till i stadsplaneringen, och ur såväl hälsosynpunkt som klimatanpassning är det avgörande att även gröna miljöer får plats när tätorterna byggs ut och förtätas.

Bostadsfönster mot grönska har nästan tre fjärdedelar av befolkningen i de tre länen. Av boende i flerbostadshus saknar dock nästan hälften fönster mot grönska, och det är betydligt vanligare att sakna bostadsfönster mot grönska i centralort jämfört med boende på landsbygd. Hushåll med allra lägst inkomst saknar i högre utsträckning bostadsfönster mot grönska än de med högre inkomst.

Tillgång till egen tomt eller uteplats har nio av tio i de tre länen, men saknas för var femte boende i flerbostadshus jämfört med enstaka

procent av boende i småhus. Hushåll med lägst inkomst saknar i betydligt högre utsträckning tillgång till egen tomt eller uteplats än hushåll med högst inkomst. Över hälften av hushåll med egen tomt eller uteplats i de tre länen vistas dagligen på denna under sommarhalvåret, men det är betydligt vanligare för boende i småhus jämfört med boende i flerbostadshus och även vanligare för hushåll med högre inkomst än för de med lägre inkomst.

En tredjedel av boende i de tre länen besöker under sommarhalvåret dagligen park, grönområde eller annan natur, jämfört med en knapp femtedel under vinterhalvåret. Kvinnor besöker oftare än män grönområden eller motsvarande, liksom boende i småhus jämfört med boende i flerbostadshus, och boende på landsbygd jämfört med boende i tätort eller centralort samt äldre jämfört med yngre, oavsett årstid.

Tillgång till grönområden eller motsvarande inom gångavstånd från bostaden har tydlig betydelse för hur ofta som grönområden besöks. Av de som har grönområde eller motsvarande inom gångavstånd besöker mer än var tredje detta dagligen under sommarhalvåret, jämfört med endast sex procent av de som saknar grönområde inom gångavstånd. Under vinterhalvåret besöker var femte dagligen grönområde eller motsvarade av de som har dessa inom gångavstånd, mot endast två procent av de som saknar grönområde inom gångavstånd från bostaden.

## Förslag på åtgärder

Såväl tillgång till grönska som vistelse i grönska är således ojämnt fördelat i de tre länen med avseende på bland annat bostadstyp och hushållsinkomst. Det finns därmed behov av att både öka tillgång till grönområden i närhet av bostaden och göra dessa mer attraktiva att vistas i. För att öka tillgång till och utnyttjande av grönområden är det viktigt att lyfta målsättningar och strategier för grönstrukturer i översiktsplaner. Grönområden skapar en hälsosammare miljö men

ger även skydd mot höga temperaturer och översvämningar, vilket är viktiga anpassningar till ett förändrat klimat.

## Vidare läsning


Boverket 2023. Grönplanera för människors hälsa och välbefinnande.

Centrum för arbets- och miljömedicin 2022. Tillgång till bostadsnära grönska i befolkningen. Exponering, utsatta grupper och besvär.

Folkhälsomyndigheten 2024. Boende- och närmiljö påverkar vår hälsa - Miljöhälsorapport 2024.

Folkhälsomyndigheten 2025. Tillgång till vistelse i grönområden – Resultat från Miljöhälsoenkäten.

Malmö stad 2024. Grönska för alla med modellen 3-30-300.

Naturvårdsverket 2024. Tillgång till vardagsnära natur är bra för folkhälsan. Kunskapsunderlag. Femton lärande exempel på insatser för att främja tillgången till vardagsnära natur.

Region Skåne 2023. 3-30-300 i Skåne - Analysmodell för grönare och hälsosammare städer.

Shanahan et al. 2015. The Health benefits of urban nature: how much do we need? Bioscience 65(5):476-85.

Sveriges miljömål. God bebyggd miljö.

Sveriges miljömål. Tillgång till service och grönska.

Växjö kommun 2024. Beslut om modell för fler träd i kommunen.

WHO 2016. Urban green spaces and health - a review of evidence.

WHO 2021. Green and blue spaces and mental health; new evidence and perspectives for action.

# Kapitel 10. Klimatförändringar och hälsa

**Miljömål:** *Begränsad klimatpåverkan, Generationsmålet, God bebyggd miljö*
**Agenda 2030:** *Hållbara städer och samhällen, Bekämpa klimatförändringen*

Klimatförändringarna har redan idag konsekvenser för oss alla, och effekterna förväntas bli alltmer påtagliga med tiden. Förändrade klimatförutsättningar hotar att underminera villkoren för den befintliga samhällsuppbyggnaden och det liv vi format. Denna osäkerhet om vår framtid skapar oro, i synnerhet för de unga som kommer uppleva betydande konsekvenser av ett förändrat klimat.

Växthuseffekten är i sig ett naturligt fenomen som stabiliserar jordens klimat och är en förutsättning för dagens liv på jorden. Växthusgaserna i atmosfären är bland annat vattenånga, koldioxid, metan och dikväveoxid. Dessa förhindrar en del av jordens värmeutstrålning från att försvinna tillbaka ut i rymden och gör planeten ungefär 30 grader varmare än utan växthusgaserna.

I takt med industrialiseringen och befolkningsutvecklingen har de globala utsläppen av växthusgaser ökat. Sedan 1970-talet har de årliga utsläppen av växthusgaser fördubblats. Förbränning av fossila bränslen och förändrad markanvändning är de främsta källorna som bidrar till mänskliga utsläpp av växthusgaser. Utsläppen av växthusgaser har förändrat atmosfärens sammansättning och förstärkt den naturliga växthuseffekten genom ökad absorption av värme i atmosfären. Detta medför en temperaturökning som påverkar globala vädermönster och klimatet. Den globala medeltemperaturen har ökat drygt en grad sedan förindustriell tid, med större förändringar närmare polerna. Mot slutet av seklet beräknas den globala medeltemperaturen öka ytterligare flera grader.

Södra Sverige kommer till följd av klimatförändringarna att bli varmare samtidigt som nederbördsmönster förändras och innebära såväl mer nederbörd som längre perioder med torka. Stigande havsnivå, värre översvämningar, varmare och längre värmeböljor och minskad vattentillgång under sommaren är några av de förväntade klimatutmaningarna för vårt samhälle.

Människors hälsa påverkas på en rad områden av ett förändrat klimat, exempelvis värmeslag och stigande påfrestningar under varmare och längre värmeböljor samt längre pollensäsong för pollenallergiker som följd av en längre växtsäsong. Andra exempel på hälsorisker av ett förändrat klimat är ökad bakterietillväxt (i mat, vatten och badvatten) och vektorburna sjukdomar (ökad förekomst av TBE, borrelia och introduktion av nya sjukdomar som malaria); samt värre översvämningar med risk för läckage av mikroorganismer och toxiska ämnen från dagvatten, industrimark och deponier.

Klimatoro diskuteras alltmer i samhället. Ett förändrat klimat innebär stora konsekvenser för oss alla, men samtidigt kan frågans komplexitet uppfattas som att vi som individer inte kan göra så mycket för att lösa problemet. Speciellt unga upplever en ökande grad psykisk ohälsa till följd av klimatångest och en känsla av hopplöshet, och denna oro behöver tas på största allvar. Samtidigt kan klimatoro kanaliseras genom ett ökande engagemang kring klimatfrågan.

## Situationen i Skåne, Blekinge och Kronoberg län

Klimatförändringar påverkar hälsan ur en rad aspekter. De flesta andra kapitelområden i rapporten berörs av att klimatet förändras och i detta kapitel lyfts därför endast några av aspekterna igen.

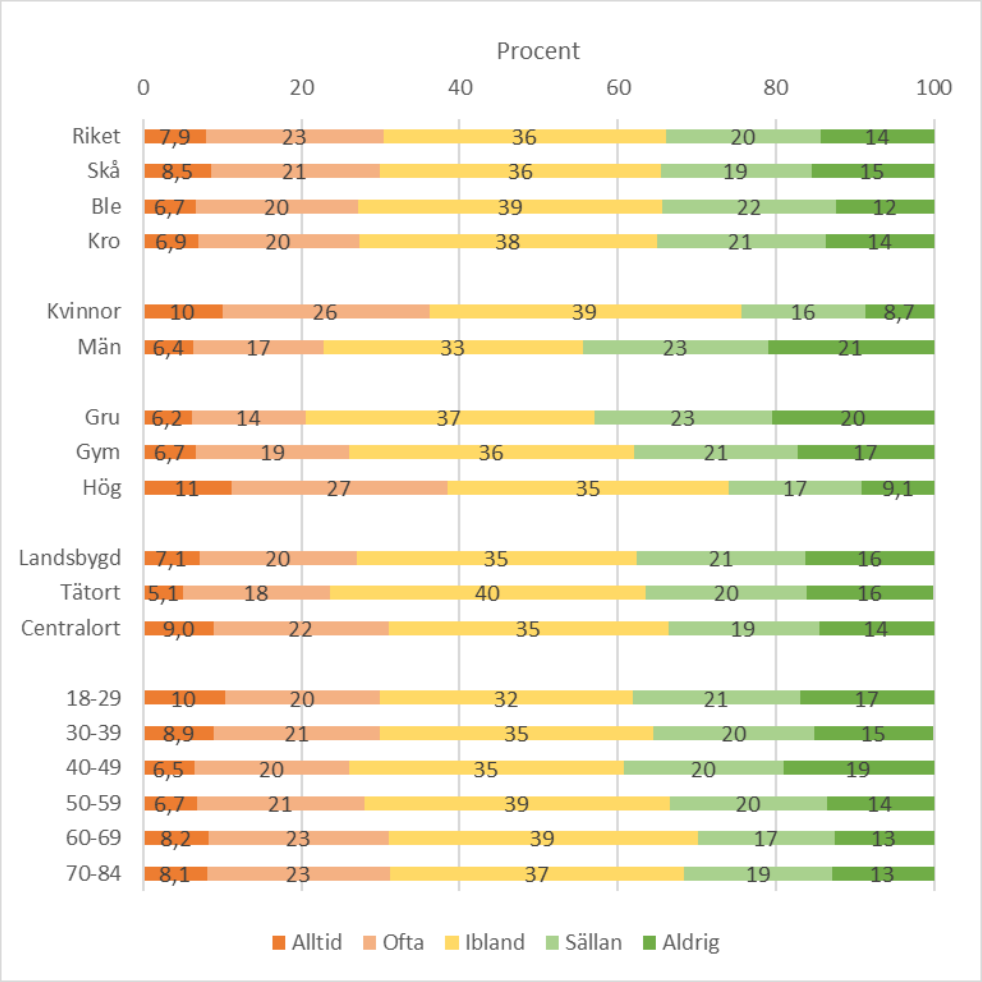
Eftersom vi spenderar en stor del av vår tid inomhus är det viktigt att inomhusklimatet är bra för att undvika negativ hälsopåverkan vid exempelvis höga temperaturer. Värmeböljor kommer bli allt vanligare i ett förändrat klimat, och kräver anpassningsåtgärder.

Pollen kan utlösa allergiska besvär och en ökad temperatur i ett förändrat klimat kommer innebära längre pollensäsong och därmed sannolikt ökade besvär för pollenallergiker. Besvär med hösnuva och allergisk snuva samt pollenallergi visar en ökande trend över tid i de tre länen (se kapitel 5), och trenden kommer troligen fortsätta uppåt med fler som upplever besvär med fortsatta klimatförändringar.

Grönområden sänker utomhustemperaturen genom skugga och ökad avdunstning. Träd nära byggnader bidrar även till att sänka inomhustemperaturen. God tillgänglighet och regelbunden vistelse i grönområden är viktiga i ett varmare klimat och bidrar generellt till en hälsosam och främjande livsmiljö. Grönområden ger även skydd mot översvämningar och är därmed viktiga för en god anpassning i tätortsmiljö till ett förändrat klimat.

### Oro för klimatförändringen

Nästan en tredjedel (29 %) av boende i Skåne, Blekinge och Kronoberg län känner sig alltid eller ofta oroliga inför klimatförändringen, vilket är i nivå med riket (figur 10.1). Jämförelse över tid saknas då enkätfrågan inte varit med tidigare.




**Figur 10.1 Oro inför klimatförändringen**

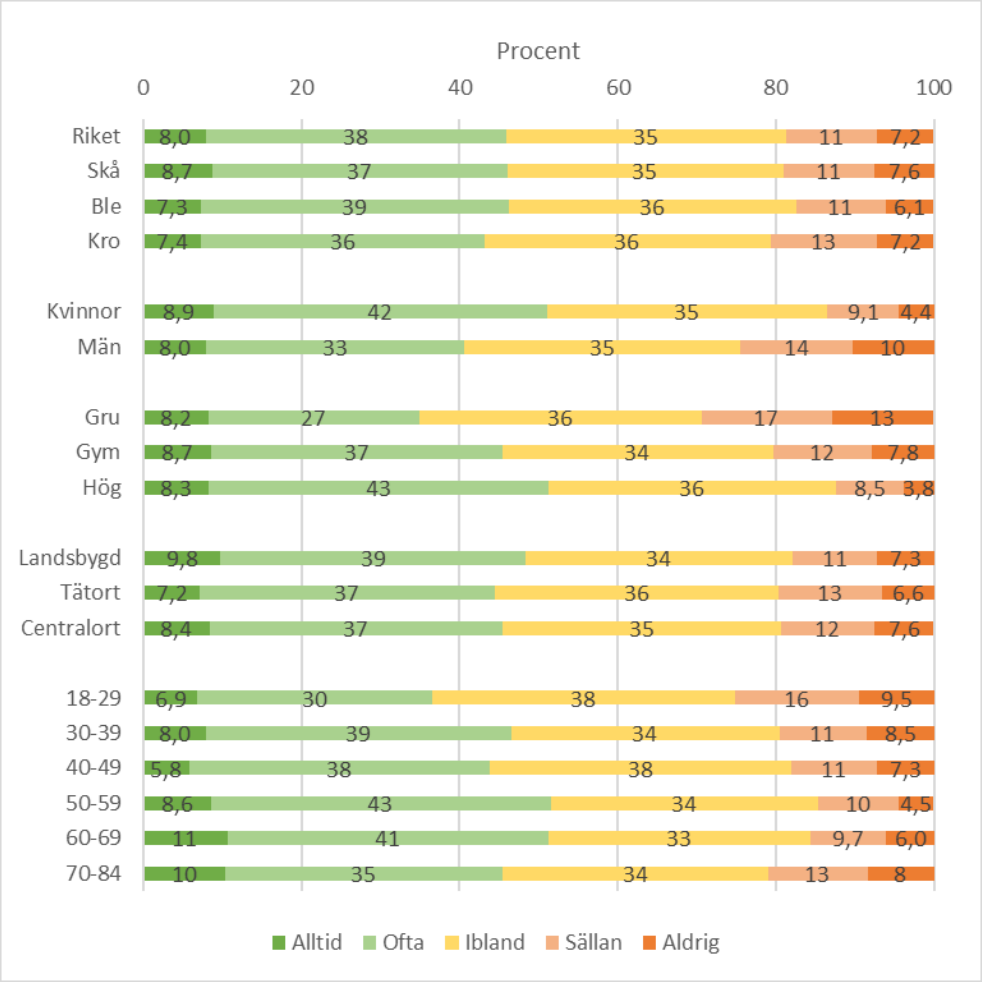
Andel (procent) som känner sig orolig inför klimatförändringen, uppdelat på riket och län; samt kön, utbildningsnivå, DeSO-kategori och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Kvinnor i de tre länen känner sig i betydligt högre grad alltid eller ofta oroliga inför klimatförändringen (36 %) än män (23 %) (figur 10.1). Män känner sig däremot i betydligt högre grad aldrig eller sällan oroliga inför klimatförändringen (44 %) än kvinnor (24 %).

Invånare med högskoleutbildning känner sig i högre grad alltid eller ofta oroliga inför klimatförändringen (39 %) än de med gymnasie- (26 %) och grundskoleutbildning (20 %). Boende i centralort känner sig i något högre grad alltid eller ofta oroliga inför klimatförändringen (31 %) jämfört med boende på landsbygd (27 %) och i tätort (24 %). De är inga större skillnader mellan åldersgrupperna när det gäller andelen som alltid eller ofta är oroliga för klimatförändringen.

## Medvetna val för att minska klimatavtrycket

Nästan hälften (46 %) av boende i Skåne, Blekinge och Kronoberg län gör alltid eller ofta medvetet saker för att minska sitt klimatavtryck, vilket är i nivå med riket (figur 10.2). Det är något högre andel som alltid eller ofta gör medvetna val av boende i Skåne (46 %) och Blekinge (46 %) än boende i Kronoberg (43 %). Jämförelse över tid saknas då enkätfrågan inte varit med tidigare.




**Figur 10.2 Minskar medvetet sitt klimatavtryck**

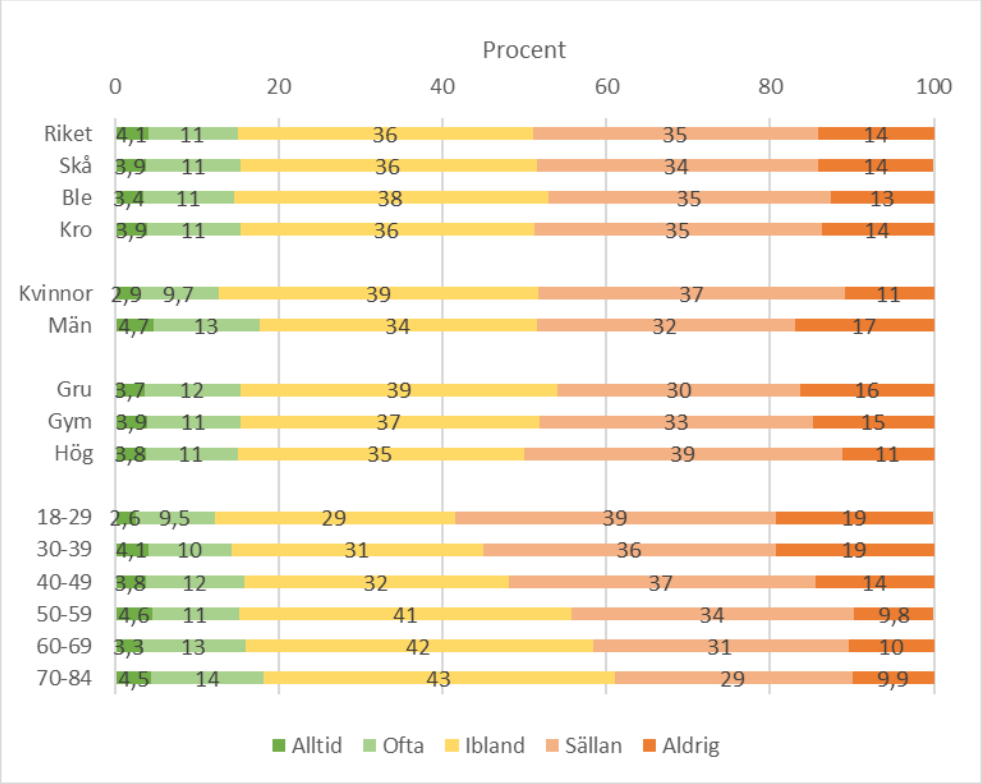
Andel (procent) som medvetet gör saker för att minska sitt klimatavtryck, uppdelat på riket och län; samt kön, utbildningsnivå, DeSO-kategori och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Kvinnor i de tre länen gör i högre grad alltid eller ofta medvetet saker för att minska sitt klimatavtryck (51 %) än män (41 %). Män gör däremot i högre grad aldrig eller sällan medvetna val (24 %) än kvinnor (13 %).

Invånare med högskoleutbildning gör i högre grad alltid eller ofta medvetet saker för att minska sitt klimatavtryck (51 %) jämfört med de med gymnasie- (45 %) och grundskoleutbildning (35 %). Det är ingen större skillnad i andelen som alltid eller ofta gör medvetna val mellan de som bor på landsbygd (48 %), i centralort (46 %) eller i tätort (44 %). I yngsta åldersgruppen (18–29 år) anger 37 % av de alltid eller ofta gör medvetna val, vilket är något lägre andel än i övriga åldersgrupper.

## Hopp att klimatförändringen kan bromsas

Nästan hälften (48 %) av boende i Skåne, Blekinge och Kronoberg län känner sig aldrig eller sällan hoppfulla om att klimatförändringen kan bromsas, jämfört med 15 % som alltid eller ofta känner sig hoppfulla, vilket är i nivå med riket (figur 10.3). Det är liten skillnad mellan länen i andelen som aldrig eller sällan känner sig hoppfulla (Skåne 48 %, Blekinge 47 % och Kronoberg 49 %).




**Figur 10.3 Hoppfull att klimatförändringen kan bromsas**

Andel (procent) som känner sig hoppfull om att klimatförändringen kan bromsas, uppdelat på riket och län; samt kön, utbildningsnivå och ålder för Skåne, Blekinge och Kronoberg län 2023. Källa: MHE23.

Andelen kvinnor och män i de tre länen som aldrig eller sällan känner sig hoppfulla om att klimatförändringen kan bromsas är på samma nivå (48 % respektive 49 %). En lägre andel kvinnor känner sig aldrig hoppfulla (11 %) jämfört med män (17 %).

Oavsett utbildningsnivå är andelen som aldrig eller sällan känner sig hoppfulla på ungefär samma nivå (högskole- 50 %, gymnasie- 48 % och grundskoleutbildade 46 %). Åldersmässigt syns en med stigande ålder avtagande andel som aldrig eller sällan känner sig hoppfulla att klimatförändringen kan bromsas, från 58 % i den yngsta åldersgruppen (18–29 år) till 39 % i den äldsta åldersgruppen (70–84 år).

Jämförelse över tid saknas då enkätfrågan inte varit med tidigare.

### Besvär av värme i bostaden

Ungefär en tredjedel (32 %) av boende i Skåne, Blekinge och Kronoberg anger att de besväras av att det är för varmt i bostaden varje vecka under sommarhalvåret, vilket är en fördubbling jämfört med i andelen i föregående enkät (se figur 4.6 i kapitel 4). Andelen besvärade i de tre länen boende i flerbostadshus (37 %) är högre än besvärade i småhus (27 %). Andelen besvärade i centralort (35 %) är högre än de som bor i tätort (26 %) och på landsbygd (23 %).

## Sammanfattning

Klimatförändringarna kommer att ha allt större konsekvenser för naturen, vårt samhälle och våra liv. Unga (och äldre) är i många fall känsligare för redan pågående förändringar som värme och pollenallergier, och de unga har huvuddelen av sina liv framför sig då effekterna av klimatförändringarna förväntas bli ännu mer påtagliga.

Nästan en tredjedel i de tre länen känner sig alltid eller ofta oroliga inför klimatförändringen. Kvinnor känner sig i betydligt högre grad än män oroliga inför klimatförändringen. Högskoleutbildade känner sig i högre grad oroliga inför klimatförändringen än de med gymnasie-och grundskoleutbildning.

Nästan hälften i de tre länen gör alltid eller ofta medvetet saker för att minska sitt klimatavtryck. Kvinnor gör i högre grad än män medvetet saker för att minska sitt klimatavtryck. Invånare med högskoleutbildning gör i högre grad medvetet saker för att minska sitt klimatavtryck jämfört med de med kortare utbildning.

Nästan hälften i de tre länen känner sig aldrig eller sällan hoppfulla om att klimatförändringen kan bromsas. En högre andel kvinnor än män känner sig aldrig hoppfulla. Mer än hälften av befolkningen i de yngre åldersgrupperna känner aldrig eller sällan sig hoppfulla att klimatförändringen kan bromsas.

En tredjedel av boende i de tre länen anger att de besväras av att det är för varmt i bostaden varje vecka under sommarhalvåret, vilket är en fördubbling jämfört i föregående enkät. Klimatförändringens konsekvenser med ökad värme och tillhörande inomhusbesvär sommartid är således redan märkbara, speciellt för boende i flerbostadshus och i centralort jämfört med boende i småhus och i tätort eller på landsbygd.

## Förslag på åtgärder

Klimatanpassning är en stor utmaning för hela samhället. Exempelvis kommer höga temperaturer att bli alltmer problematiskt i såväl utomhus- som inomhusmiljöer. Redan idag anger en tredjedel av befolkningen i de tre länen att de besväras av att det är för varmt i bostaden varje vecka under sommarhalvåret.

Vid planering och utformning av både befintlig och ny infrastruktur, byggnader och verksamheter behöver hänsyn tas till de förändrade förutsättningar som ett klimat i förändring innebär. En möjlighet är att tänka mångfunktionella lösningar, exempelvis grönområden som samtidigt kan lösa flera problem som buller, luftföroreningar, översvämningsskydd samt ge skugga och svalka under varma dagar.

Att inkludera speciellt de ungas perspektiv är viktigt vid åtgärder som vidtas för att mildra och lindra konsekvenserna för samhället och hälsan av ett förändrat klimat.

## Vidare läsning

CAMM Centrum för arbets- och miljömedicin 2020, Faktablad Klimatförändring och hälsa.

Folkhälsomyndigheten 2024, Hälsokonsekvenser av klimatförändring i Sverige - En risk- och sårbarhetsanalys.

Folkhälsomyndigheten 2025, Höga temperaturer och legionella i fokus för ny nationell strategi.

Folkhälsomyndigheten, Våra analyser av befolkningens miljöhälsa.

Folkhälsomyndigheten, Värmeböljor – vägledning till handlingsplaner och informationsmaterial.

Myndighetsnätverket för klimatanpassning, Anpassning till ett varmare, torrare och blötare klimat.

Naturvårdsverket 2024, Konsekvenser för människors hälsa.

REGION
SKÅNE
Länsstyrelsen
Skåne
Länsstyrelsen
Blekinge
Länsstyrelsen
Kronoberg
REGION
BLEKINGE