Folkehelseundersøkelsen

Kunnskap om helse, trivsel og livskvalitet blant voksne over 18 år i hele Vestfold

Anne-Christine B. Markset
kommuneoverlege samfunnsmedisin

Hovedutvalget for helse, omsorg og mestring,
2. september 2026



God folkehelse handler både om **enkeltpersoners livssituasjo**n og om **rammebetingelsene i samfunnet.** Kommuner og fylkeskommuner bruker resultatene til å

- Forstå lokale utfordringer og levekårsulikheter
- Planlegge og prioritere folkehelsearbeidet
- Utforme målrettede tiltak
- Evaluere utvikling og behov over tid

Frivillige organisasjoner, lag, foreninger og næringsliv kan også bruke resultatene til å utvikle målrettede tilbud og aktiviteter.

Alle resultater er publisert på nettsiden til Vestfold fylkeskommune



Foto: Linda Varpe

Fakta om undersøkelsen

Gjennomført i perioden

15. september – 13. oktober 2025

Digital undersøkelse, sms/ e-post

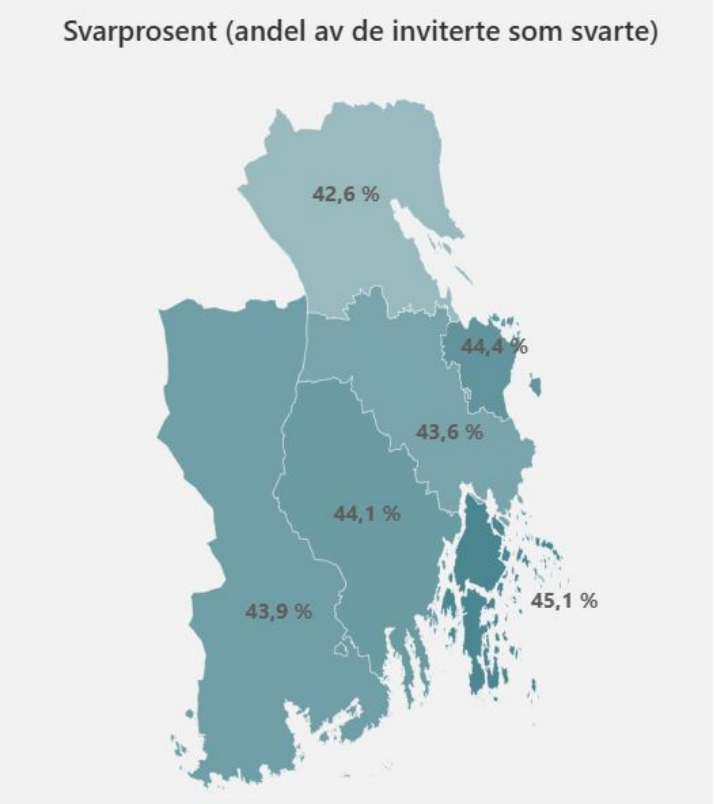
Invitasjon til over 72 000 innbyggere 18 år og eldre

Samarbeid: FHI, Vestfold fylkeskommune og kommunene i Vestfold

Svarprosent

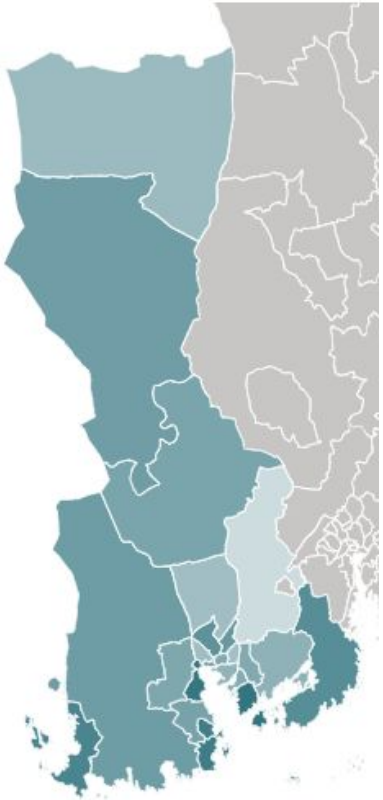
Vestfold fylke: 43,9%

Larvik kommune: 43,9%



Svar på kommunenivå og for levekårssoner





Positive faktorer i Larvik

God – eller svært god tilgjengelighet

- Natur– og friluftsområder
- Kystlinje/strand/sjø
- Idrettstilbud
- Kulturtilbud
- Servicetilbud

Ukentlig deltakelse i organisert aktivitet/ frivillig arbeid

Lavest andel som drikker alkohol 2-3 ganger i uken eller oftere

Trivsel og trygghet i nærmiljøet



Negative faktorer i Larvik

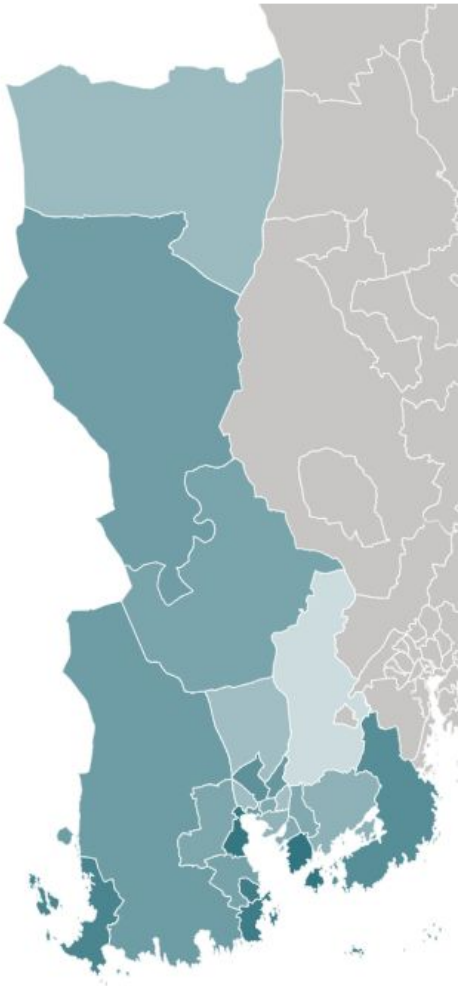
- Høy andel opplever at hverdagen i stor grad er påvirket av helseproblemer
  - Nakkesmeter
  - Ryggsmerter
  - Kroniske sykdommer
- Høy andel røykere
- Høy andel fedme
- Høyt inntak av sukkerholdig brus/leskedrikk
- Lav andel som spiser
  - fisk 2-3 ganger i uken eller oftere
  - frukt eller bær daglig
  - grønnsaker daglig



Andel som svarer at de i stor grad trives i nærmiljøet sitt



Gode liv bygges der folk lever livene sine
– hjemme
– på arbeidsplassen
– i nærmiljøet



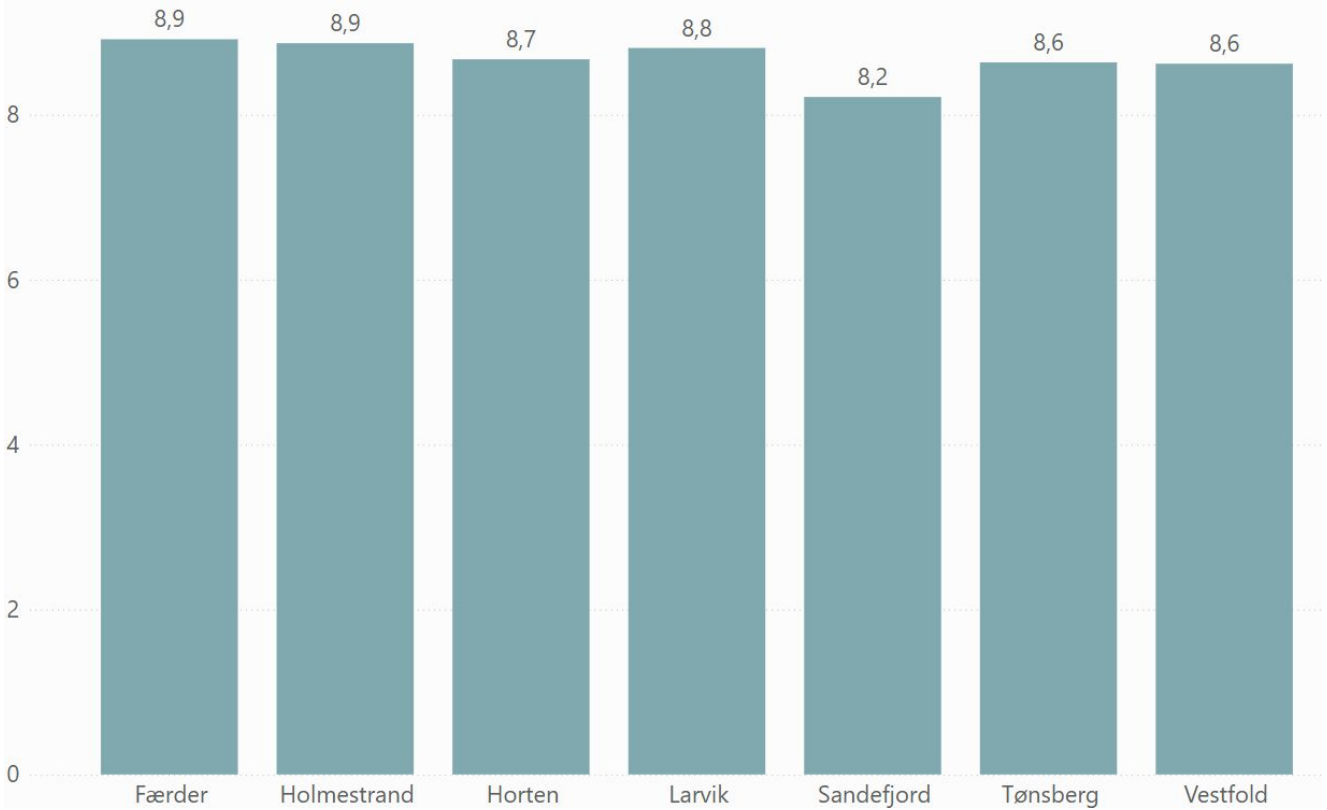
Andel som i stor grad trives i nærmiljøet sitt (andel i %)

Høyest i sone 16: 83,8
– Rekkevik-Gon

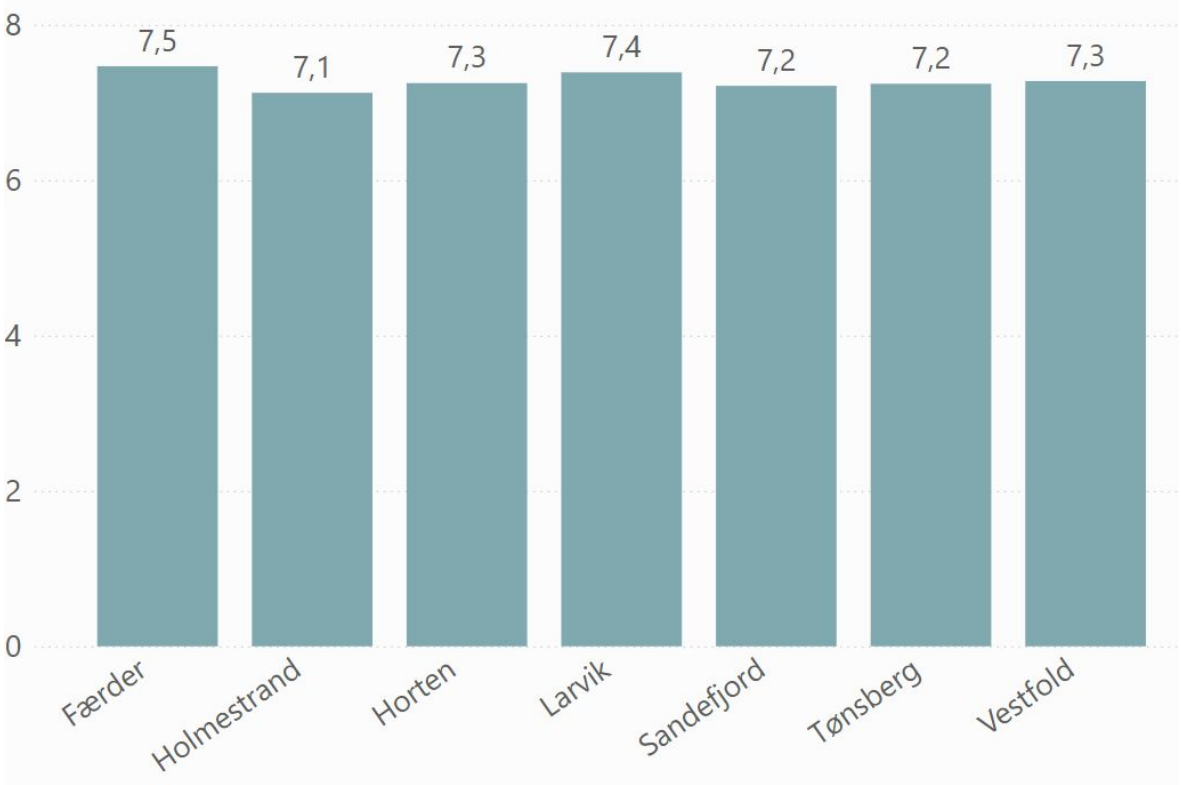
Lavest i sone 20: 60,5
– Hedrum-Verningen

Opplevelse av trygghet når ute og går i nærmiljøet

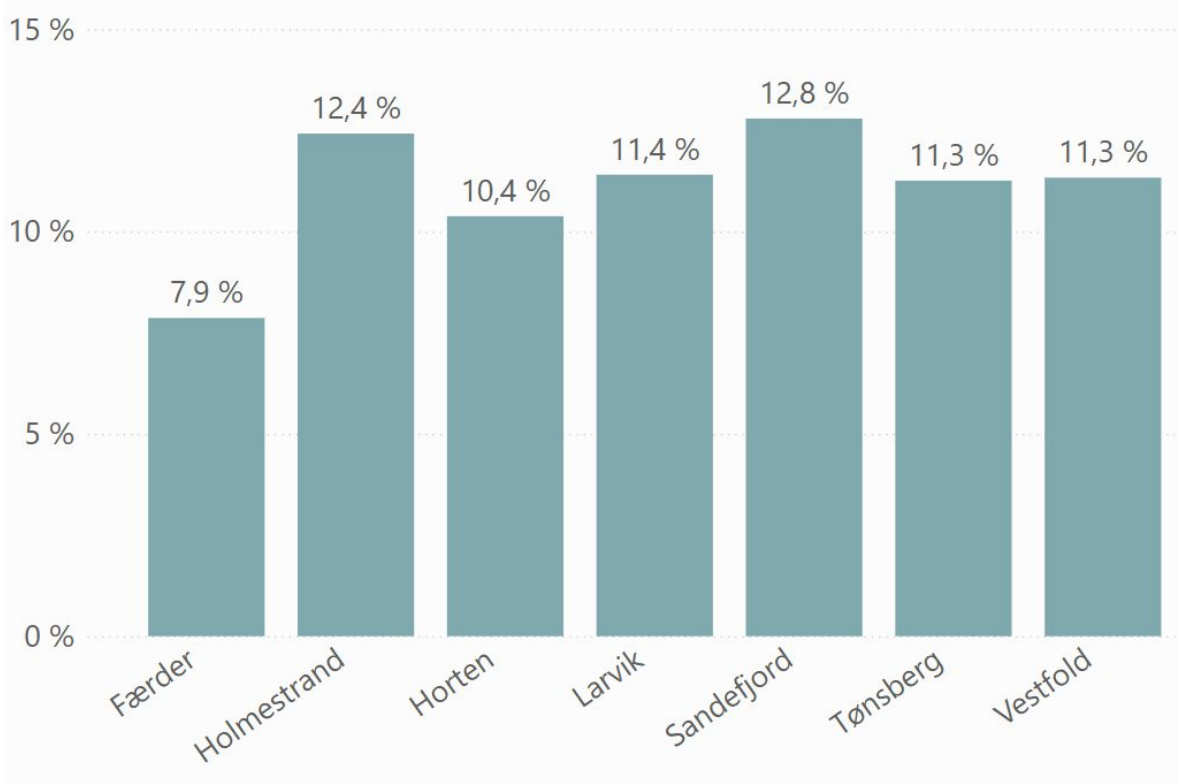
(gjennomsnitt 0-10)



Opplevelse av stedstilhørighet (gjennomsnitt 0-10)

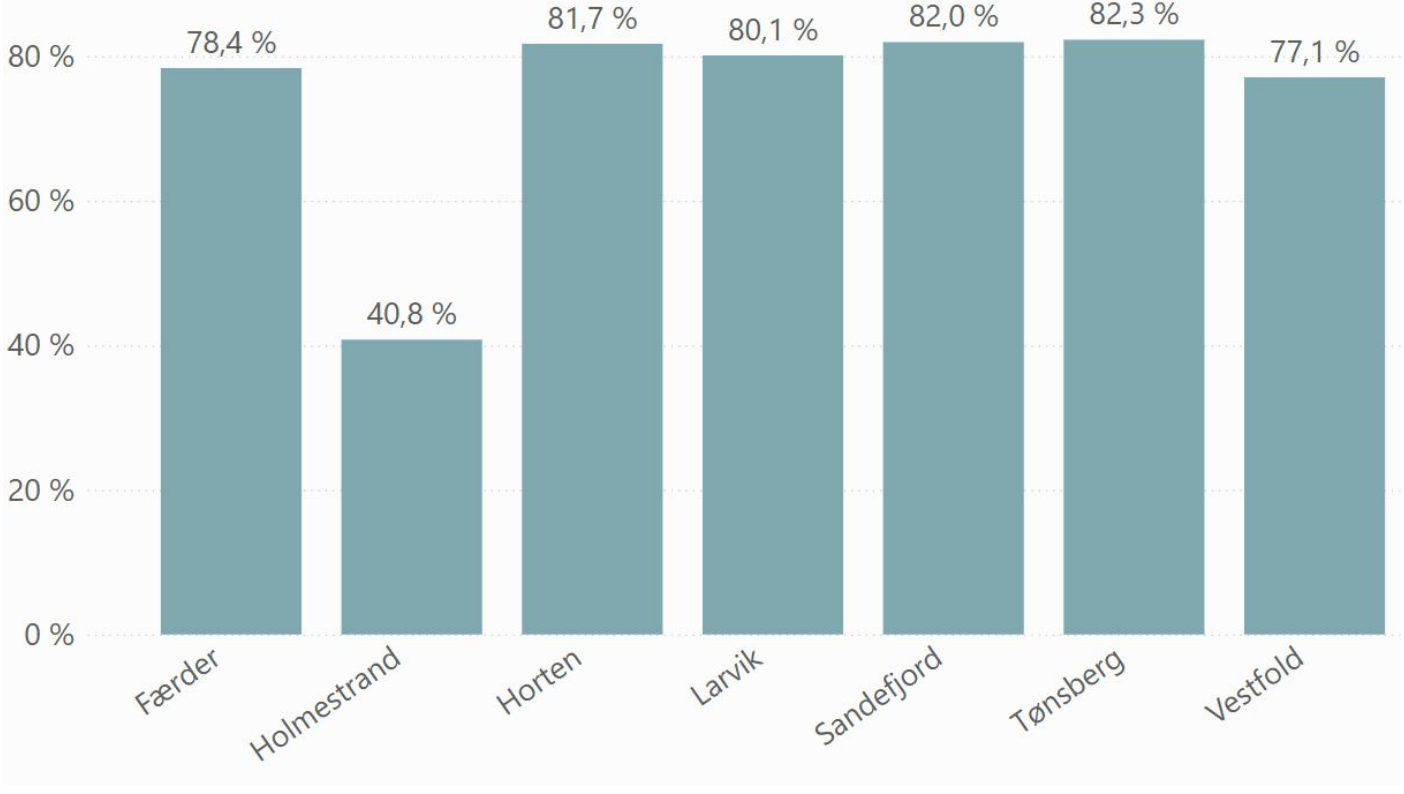


Andel plaget av støy fra trafikk hjemme



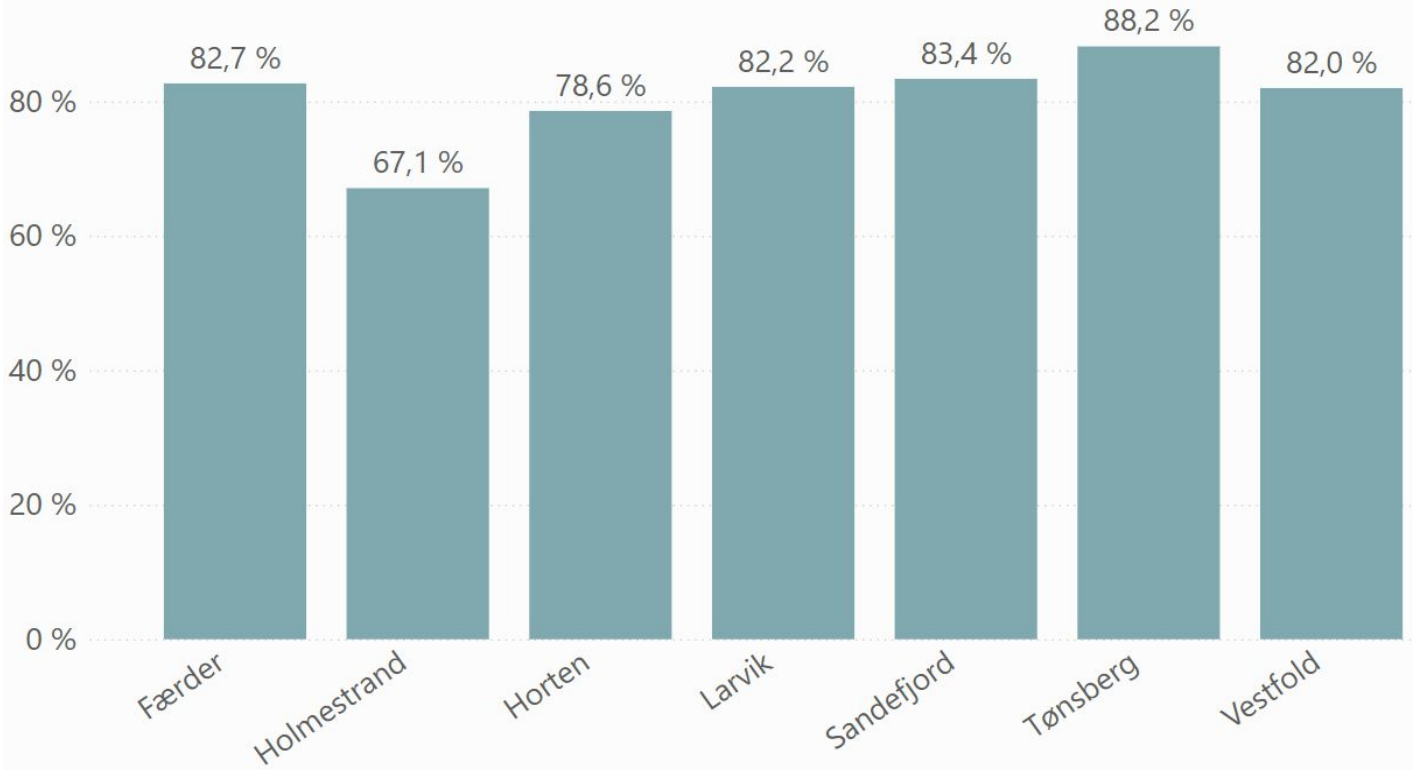
Støy virker sjenerende, kan påvirke søvnkvalitet og være medvirkende årsak til forhøyet blodtrykk og stress

Andel som opplever god eller svært god tilgang til kulturtilbud i nærmiljøet



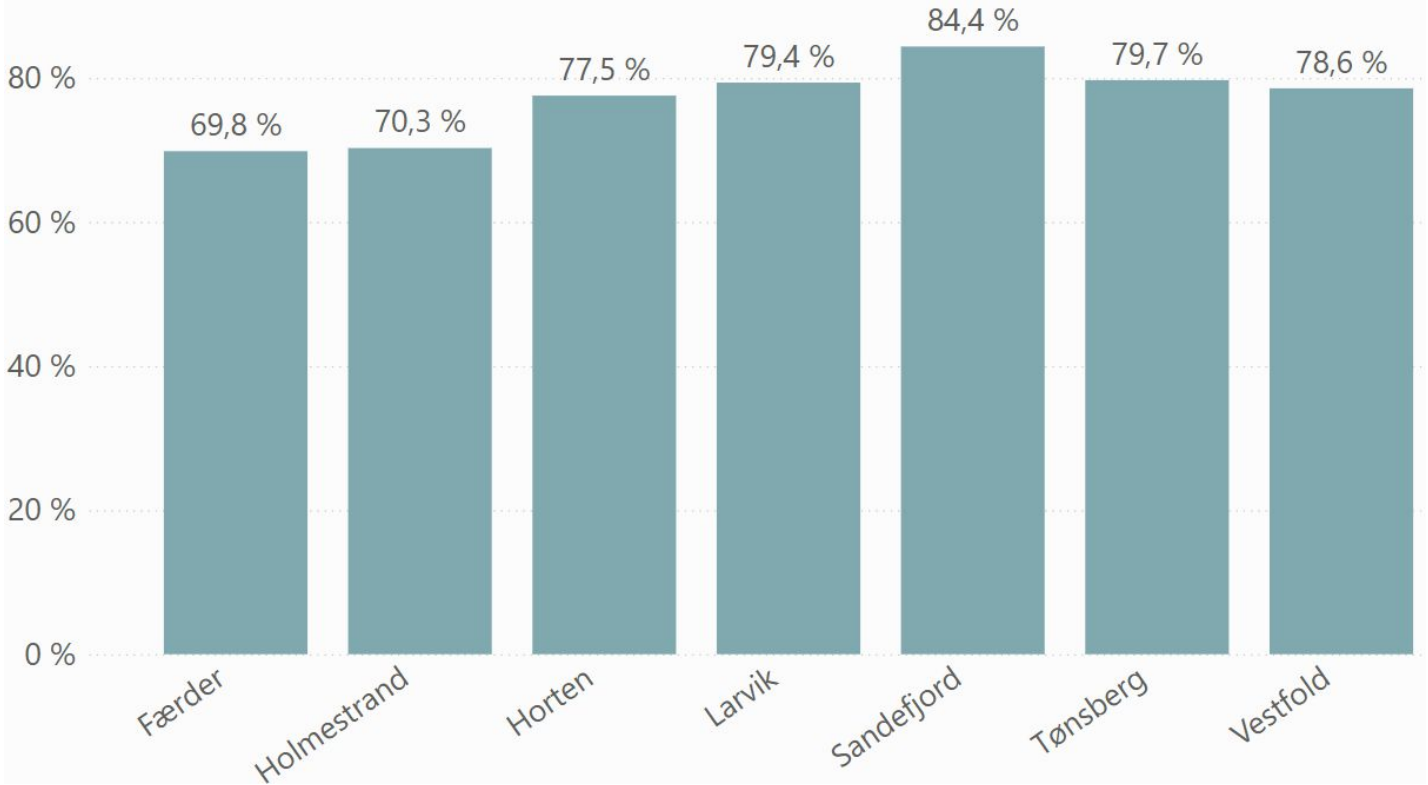
Kultur bringer mennesker sammen, skaper møteplasser, dialog, perspektiver, ideer, og bidrar til utvikling av individer og samfunn

Andel som opplever god eller svært god tilgang til servicetilbud i nærmiljøet



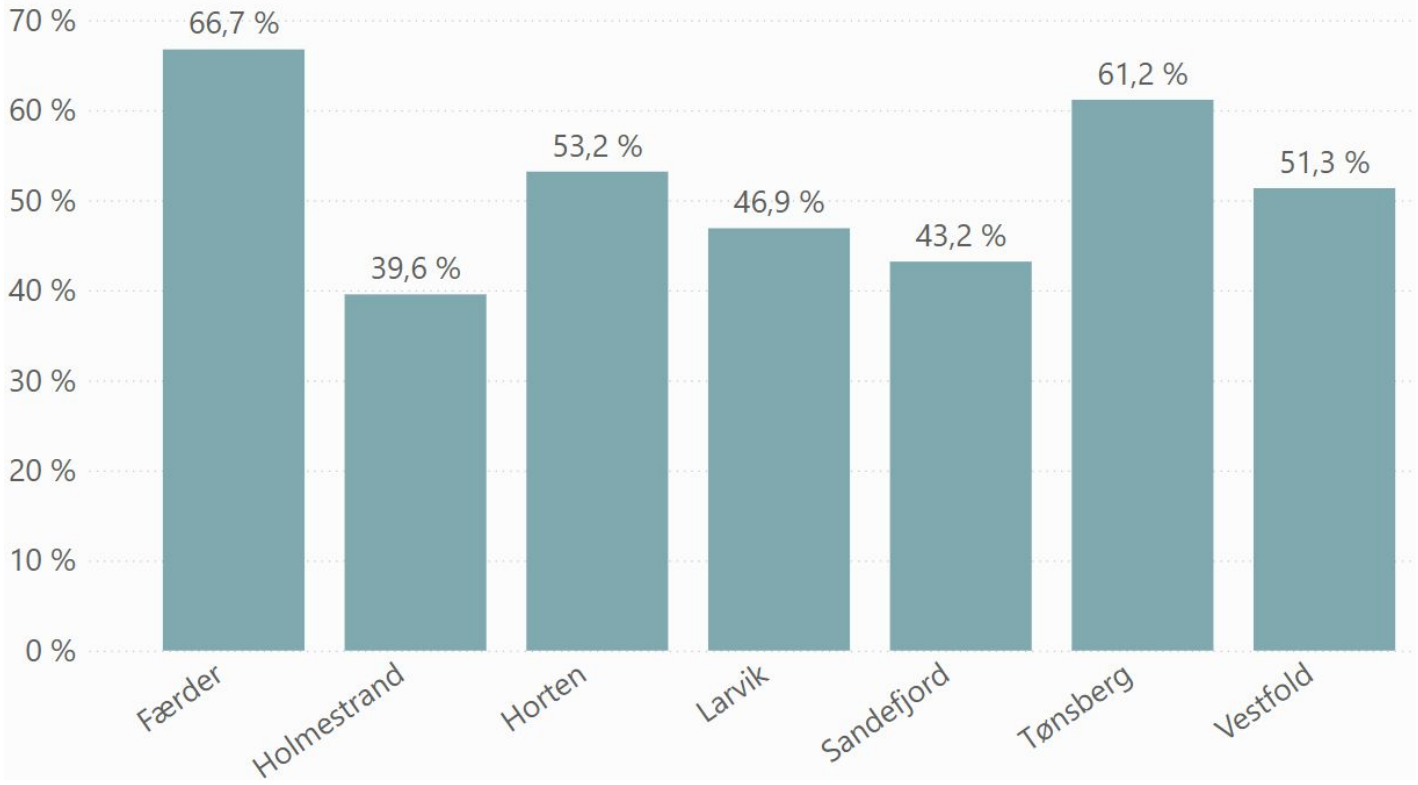
Et godt handel-og tjenestetilbud i nærmiljøet bidrar til å skape attraktive og livskraftige lokalsamfunn

Andel som opplever god eller svært god tilgang til idrettstilbud i nærmiljøet



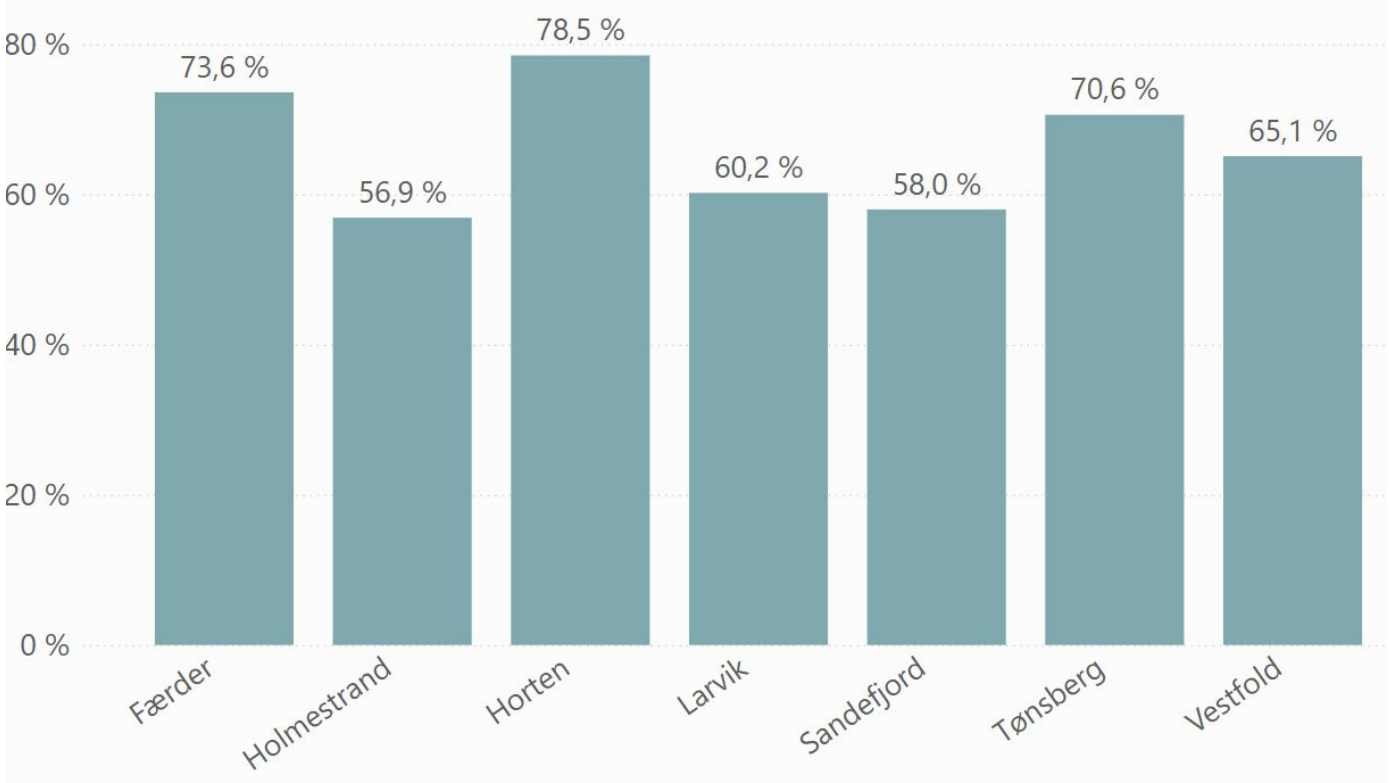
God tilgang til idrettstilbud i nærmiljøet kan fremme fysisk aktivitet i hele befolkningen

Andel som opplever god eller svært god tilgang til offentlig transport i nærmiljøet



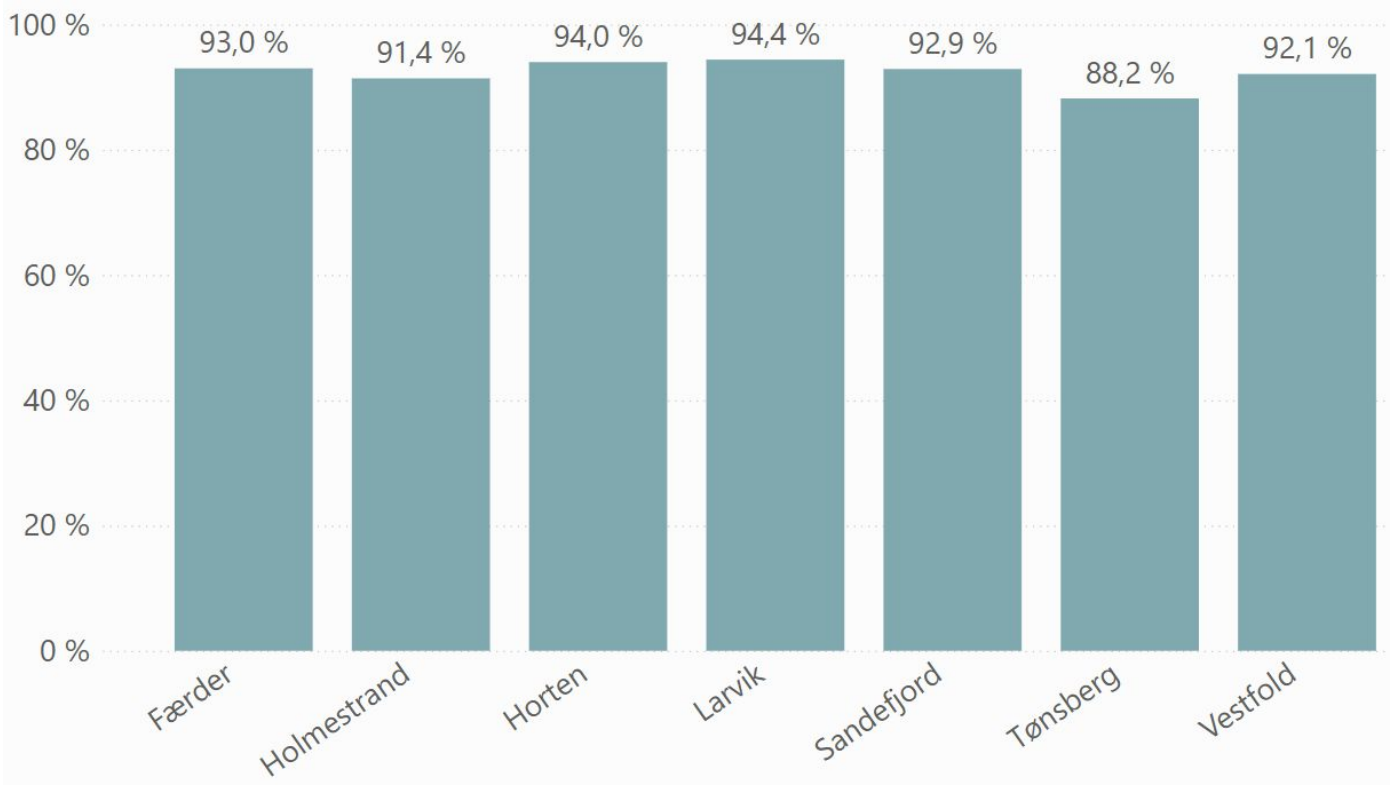
Muligheten til å delta i samfunnet uten å disponere privatbil er viktig for å utjevne sosiale forskjeller, og for å redusere klimagassutslipp.

Andel som opplever at gang-og sykkelvei er godt eller svært godt utbygd i nærmiljøet



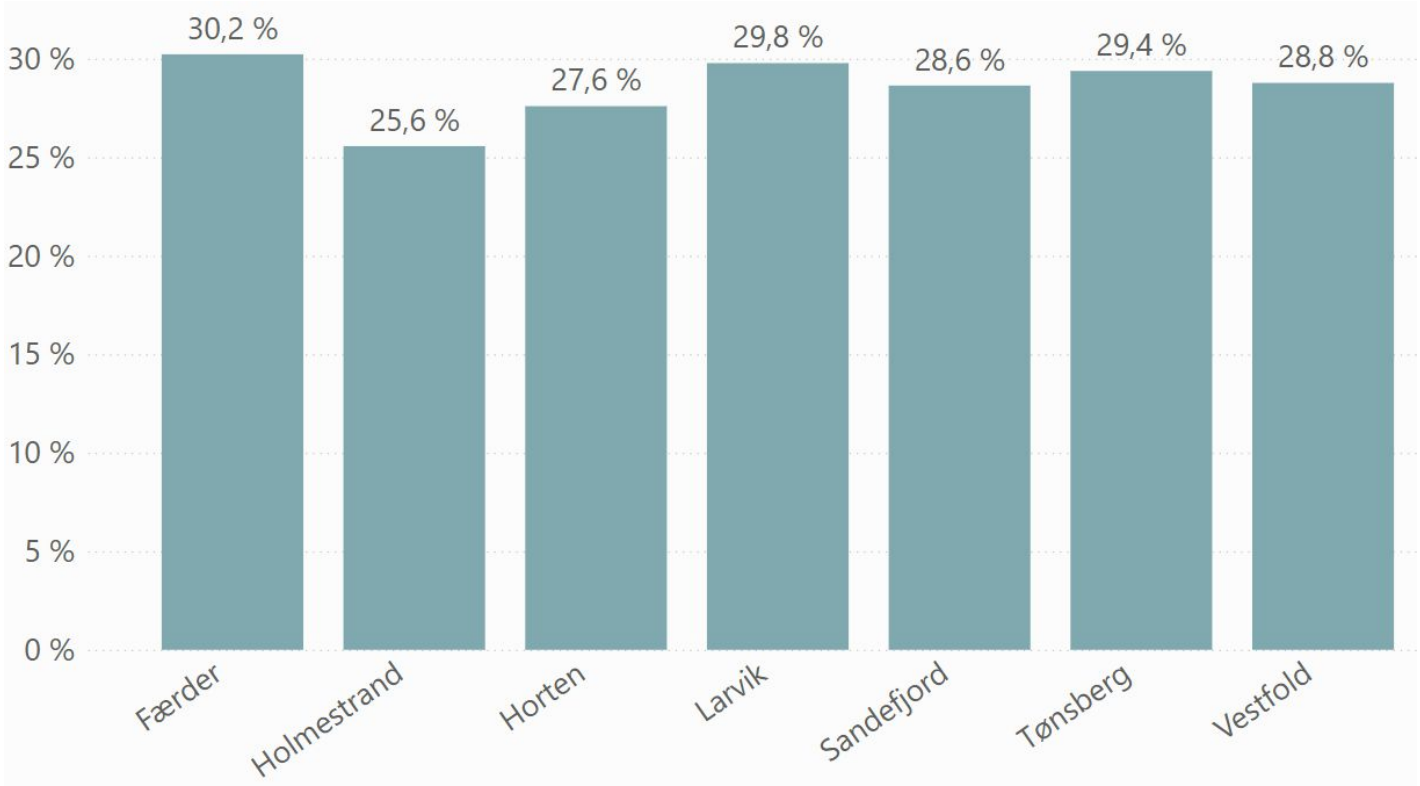
Godt utbygde gang-og sykkelveier stimulerer til fysisk aktivitet og er viktig for trafikksikkerheten
.

Andel som opplever god eller svært god tilgang til natur-og friluftsområder i nærmiljøet



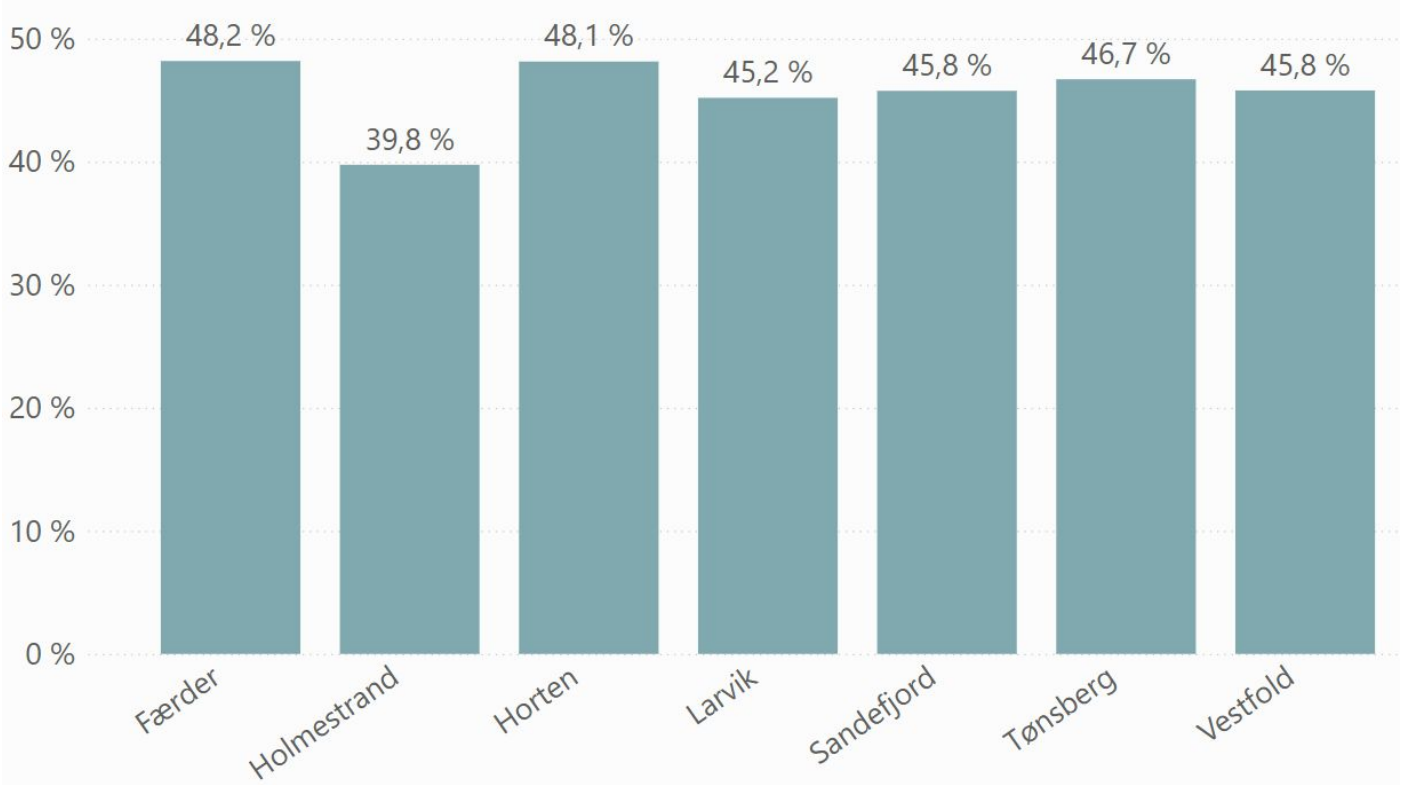
Korte turer i nærområdet, i skogen eller på fjellet er de mest populære friluftaktivitetene i Norge.

Andel som minst en gang i uken deltar i organisert aktivitet eller frivillig arbeid



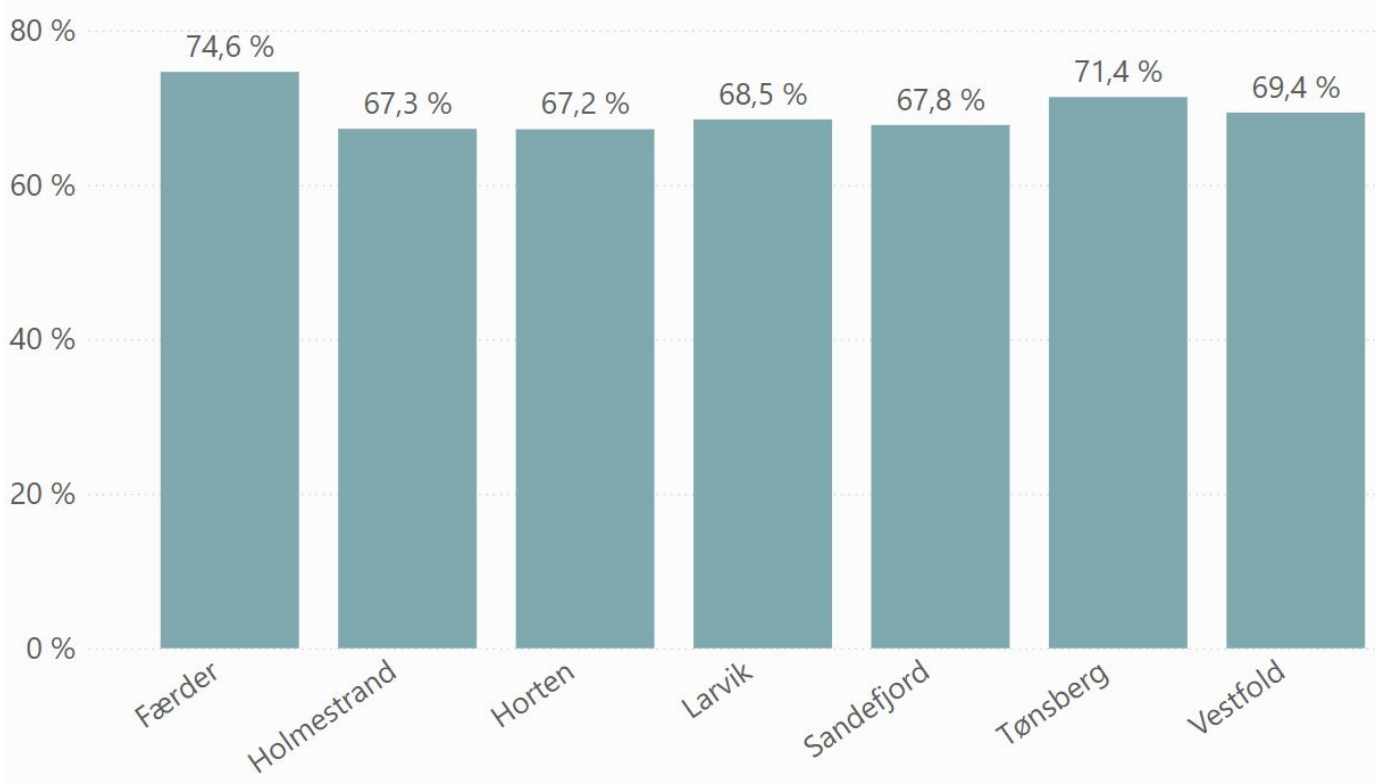
Å ta del i organiserte aktiviteter er en kilde til sosial kontakt, til mening og utvikling, og til å være med å påvirke samfunnet rundt seg.

Andel som minst ukentlig deltar i annen aktivitet



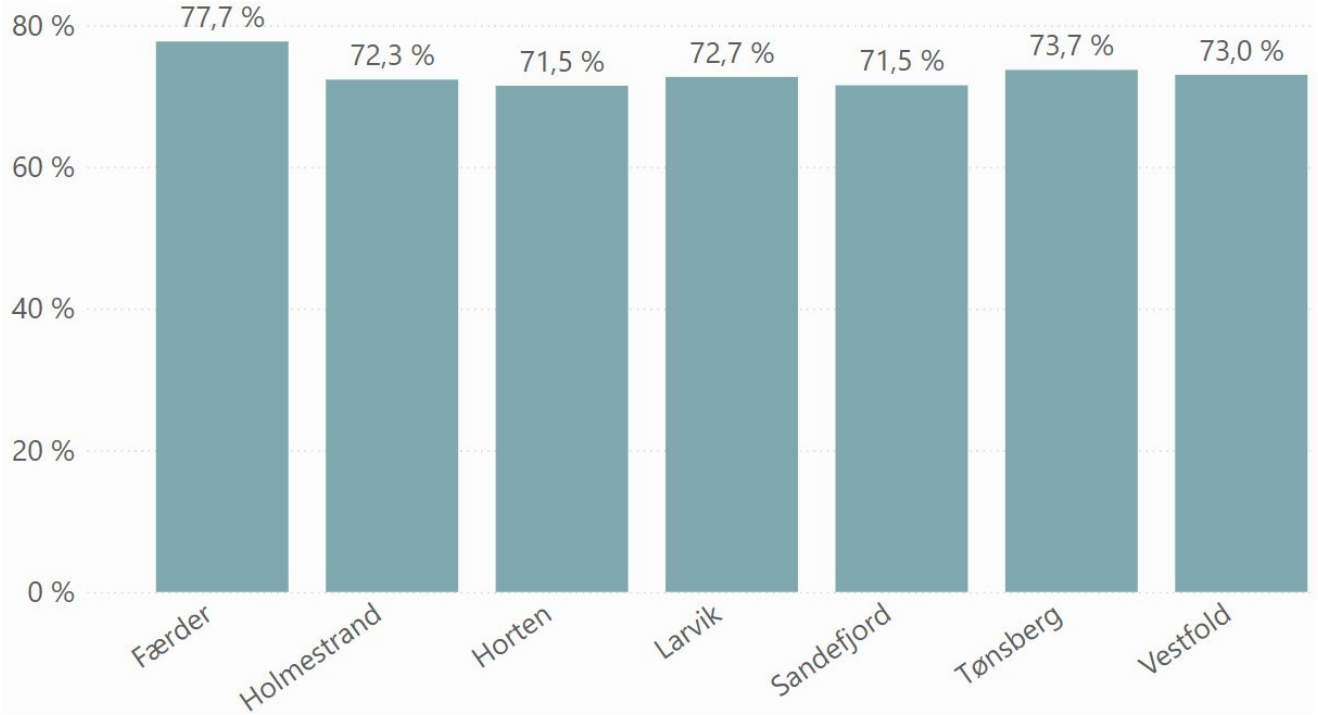
Egenorganiserte aktiviteter kan være kilde til sosial kontakt og å utvikle vennskap.

Andel som vurderer egen helse som god eller svært god



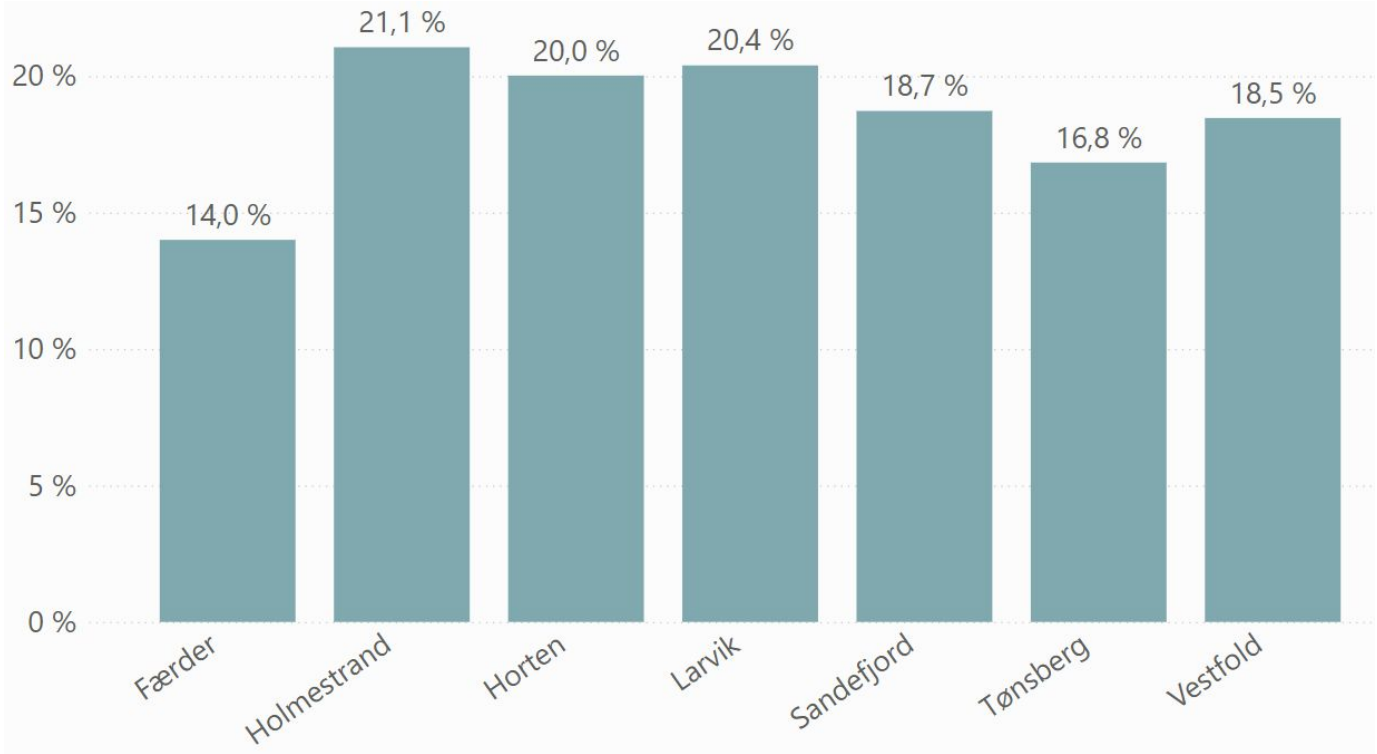
Egenvurdert helse er et spørsmål som brukes mye i undersøkelser både nasjonalt og internasjonalt

Andel som vurderer egen tannhelse som god eller svært god



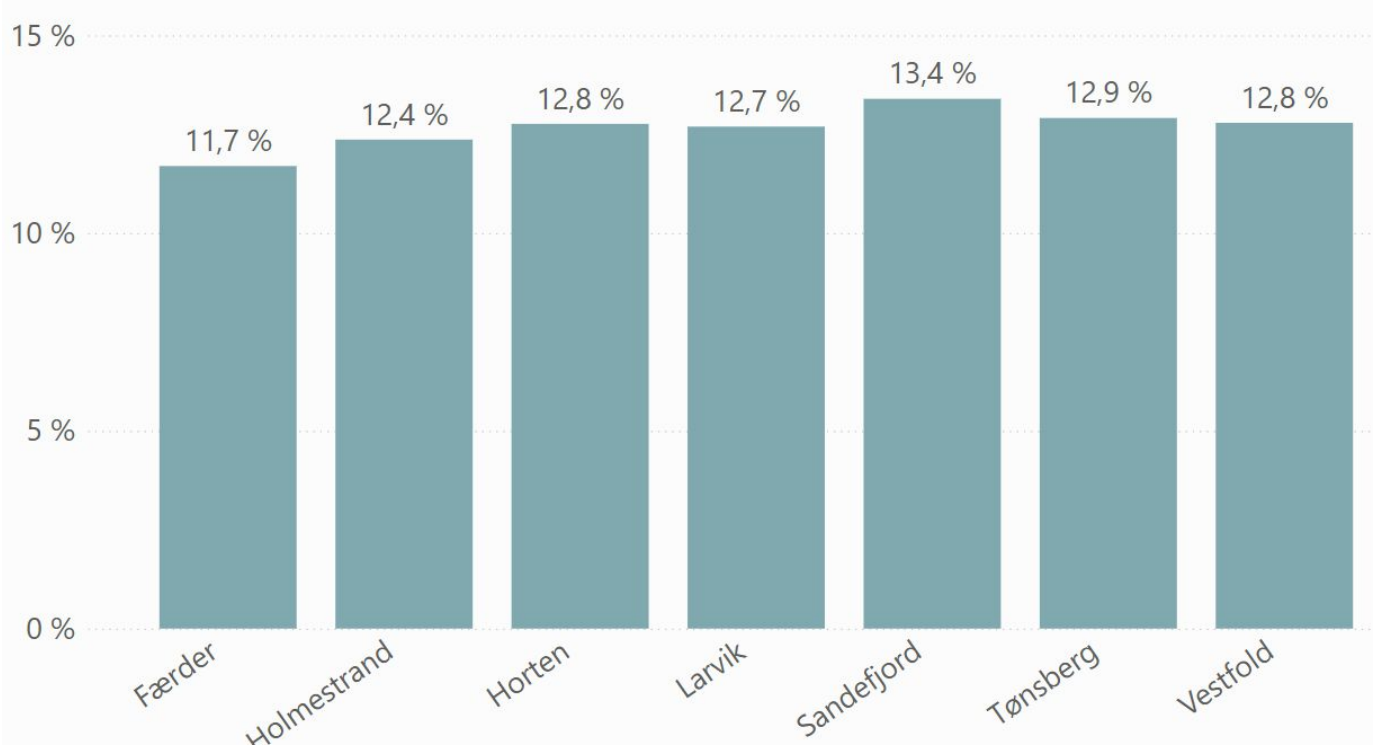
Gode kost-og munnhygienevaner, bruk av fluor og regelmessige tannhelsekontroller er viktig for å bevare en god tannhelse

Andel med fedme (KMI over 30)



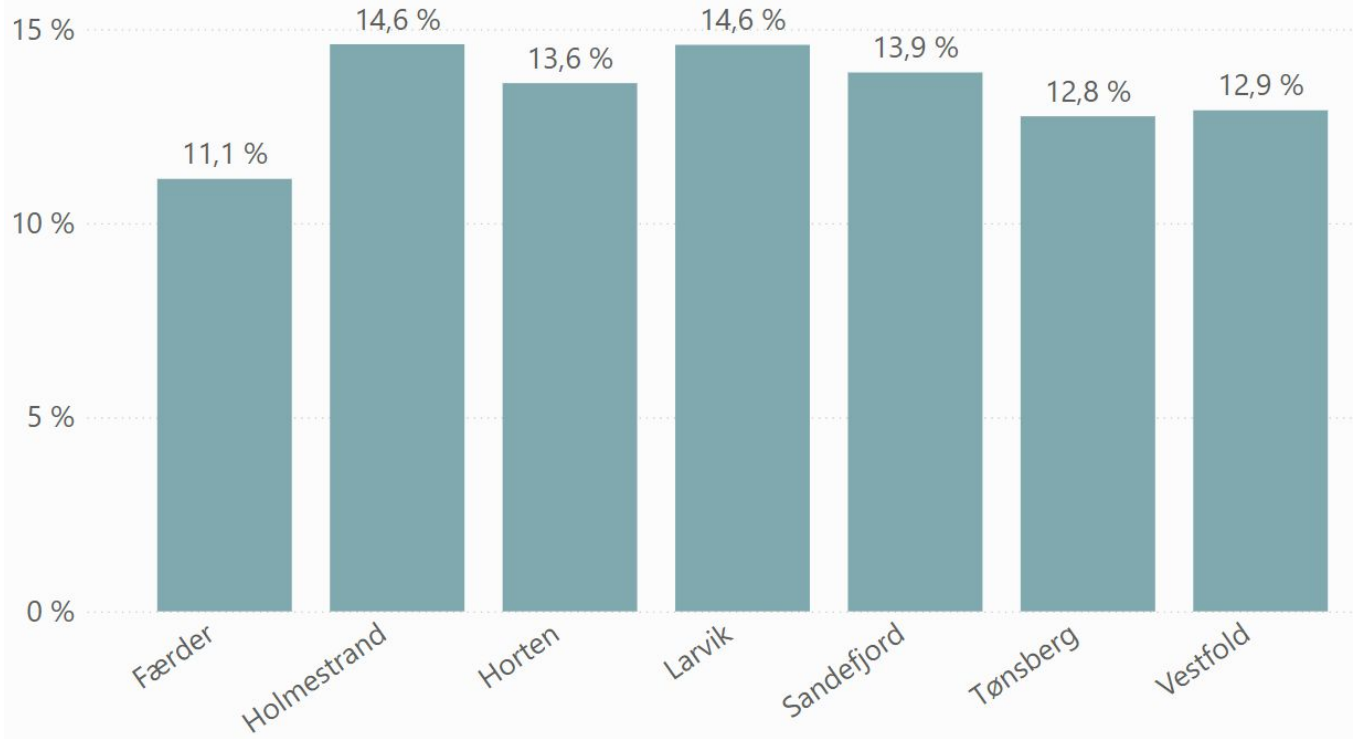
Overvekt og fedme gir økt risiko for fysisk og psykisk sykdom.
KMI over 30 regnes som fedme

Andel med søvnproblemer



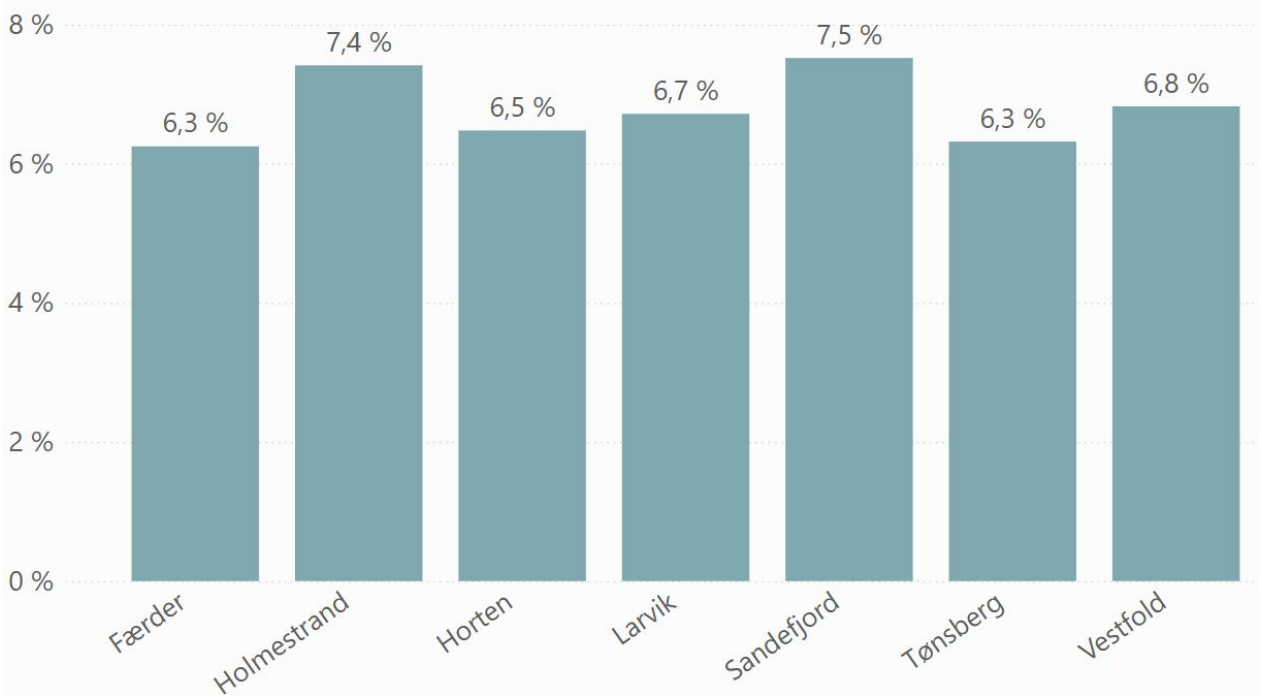
Søvn er viktig for helse og velvære, og lite søvn og dårlig søvnkvalitet kan ha en rekke negative konsekvenser

Andel der hverdagen i stor grad er påvirket grunnet langvarige helseproblemer



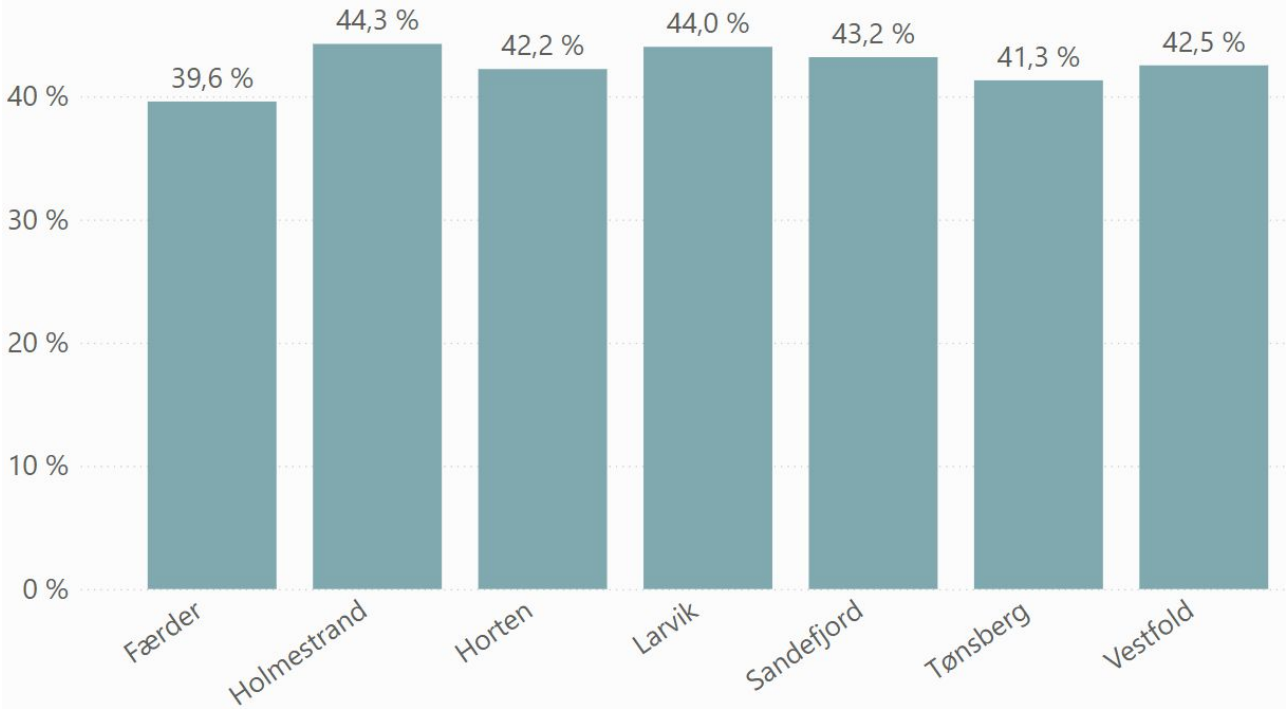
Å leve med kronisk sykdom og langvarige helseproblemer kan påvirke hverdagen på mange ulike områder

Andel der hverdagen i stor grad er påvirket av funksjonsnedsettelser



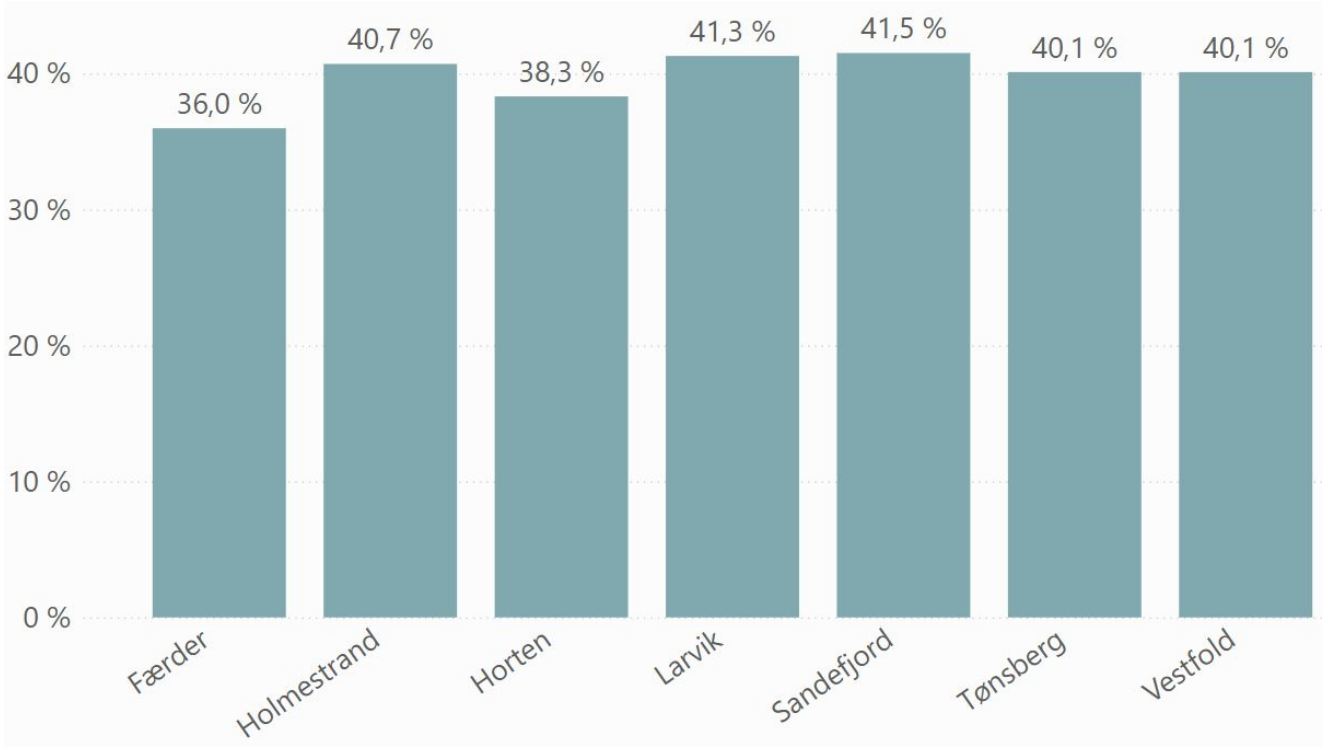
Noen er født med en funksjonsnedsettelse, mens andre opplever å få en funksjonsnedsettelse på grunn av sykdom eller skade senere i livet

Andel med korsryggsmerter siste 28 dager



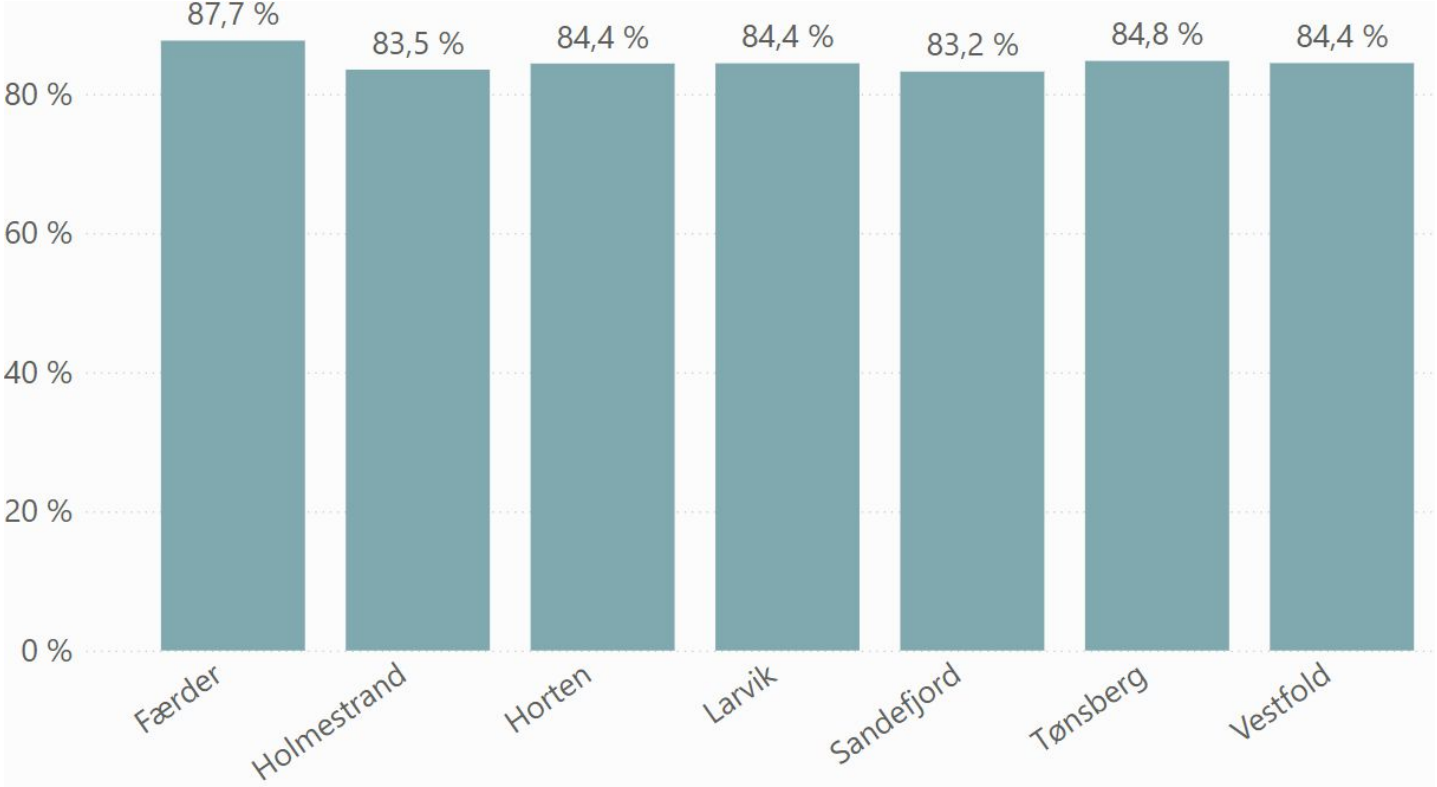
Muskel-og skjelettplager er for en stor del knyttet til smerter i rygg og nakke. Muskel-og skjelettplager er sammen med psykiske lidelser og nevrologiske tilstander det som i størst grad fører til tap av friske leveår i Norge

Andel med nakkemerter siste 28 dager

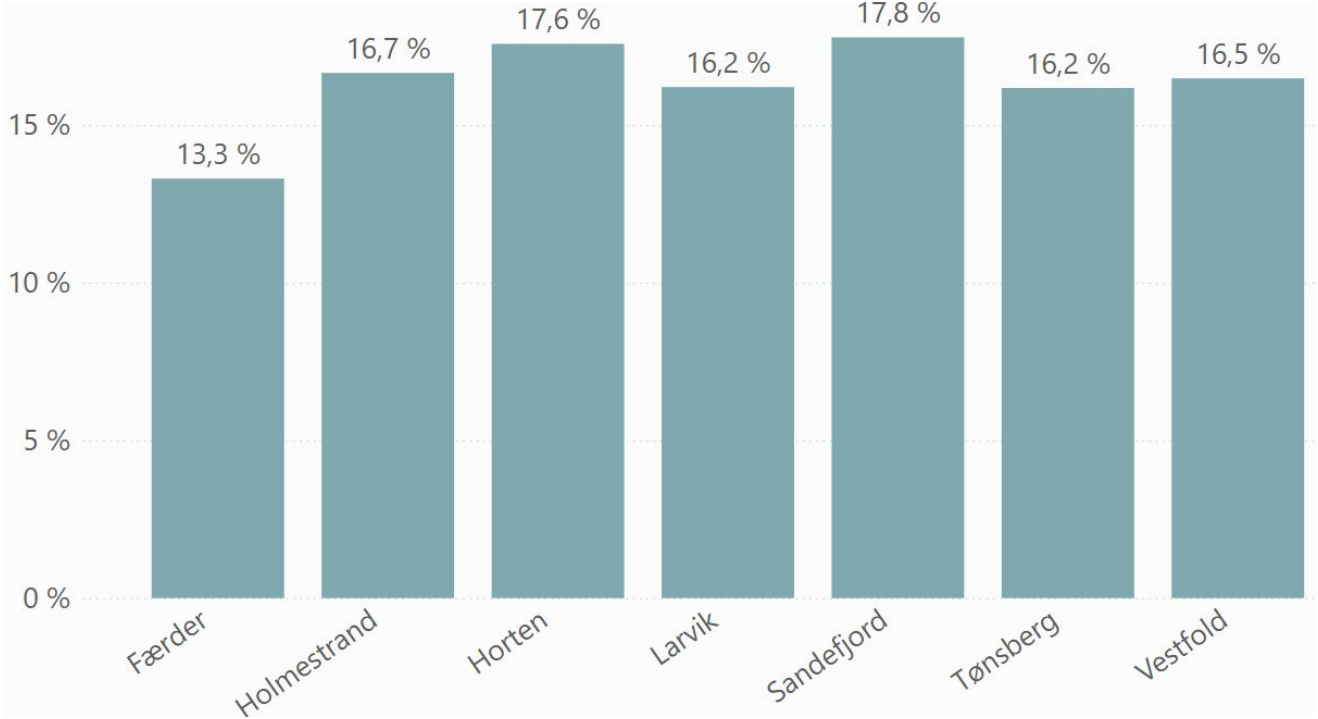


Muskel-og skjelettplager er for en stor del knyttet til smerter i rygg og nakke. Muskel-og skjelettplager er sammen med psykiske lidelser og nevrologiske tilstander det som i størst grad fører til tap av friske leveår i Norge

Andel med middels eller høy tilfredshet med livet



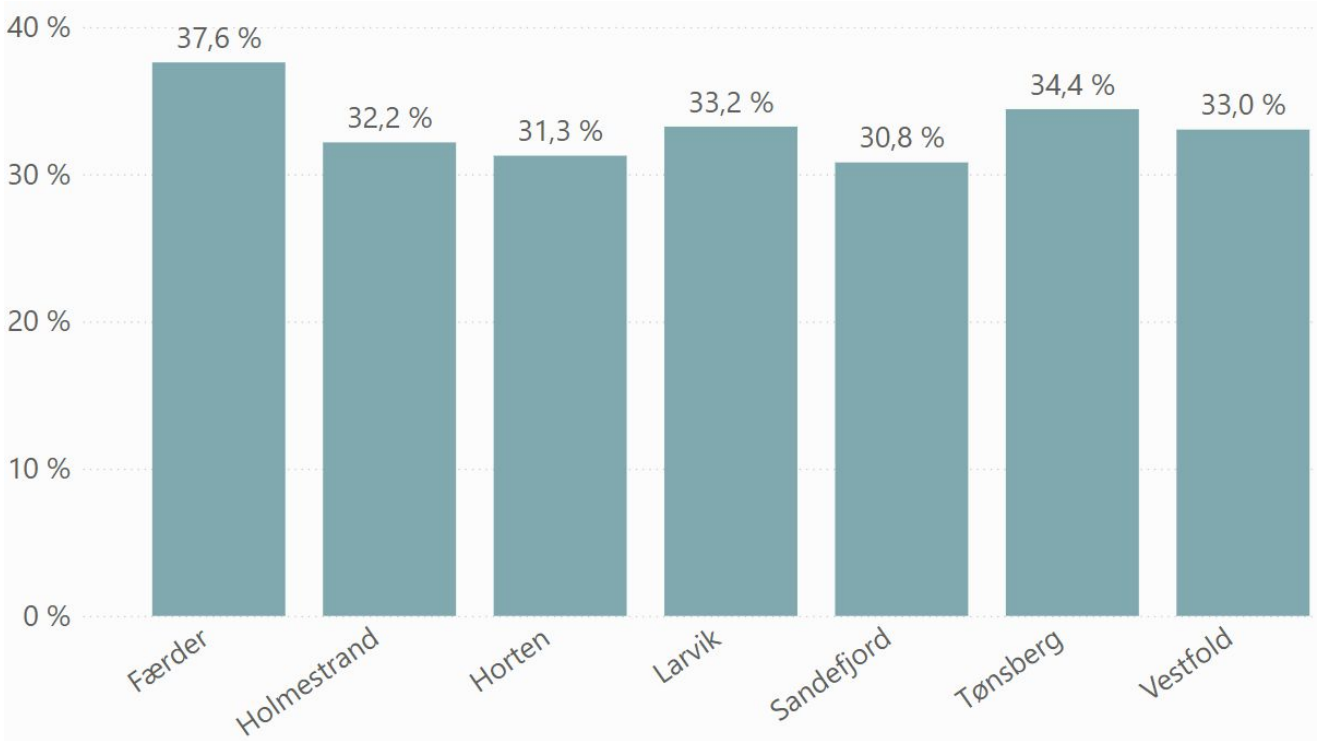
Andel med psykiske plager (skårer mer enn to på HSCL-5)



I Folkehelseundersøkelsen er det spørsmål om man har vært plaget av nervøsitet/indre uro, redsel/engstelse, følelse av håpløshet med tanke på fremtiden, nedtrykthet/tungsindighet og bekymring/uro den siste uka. Fra dette lager man et mål (HSCL-5) på psykiske plager som går fra en til fire

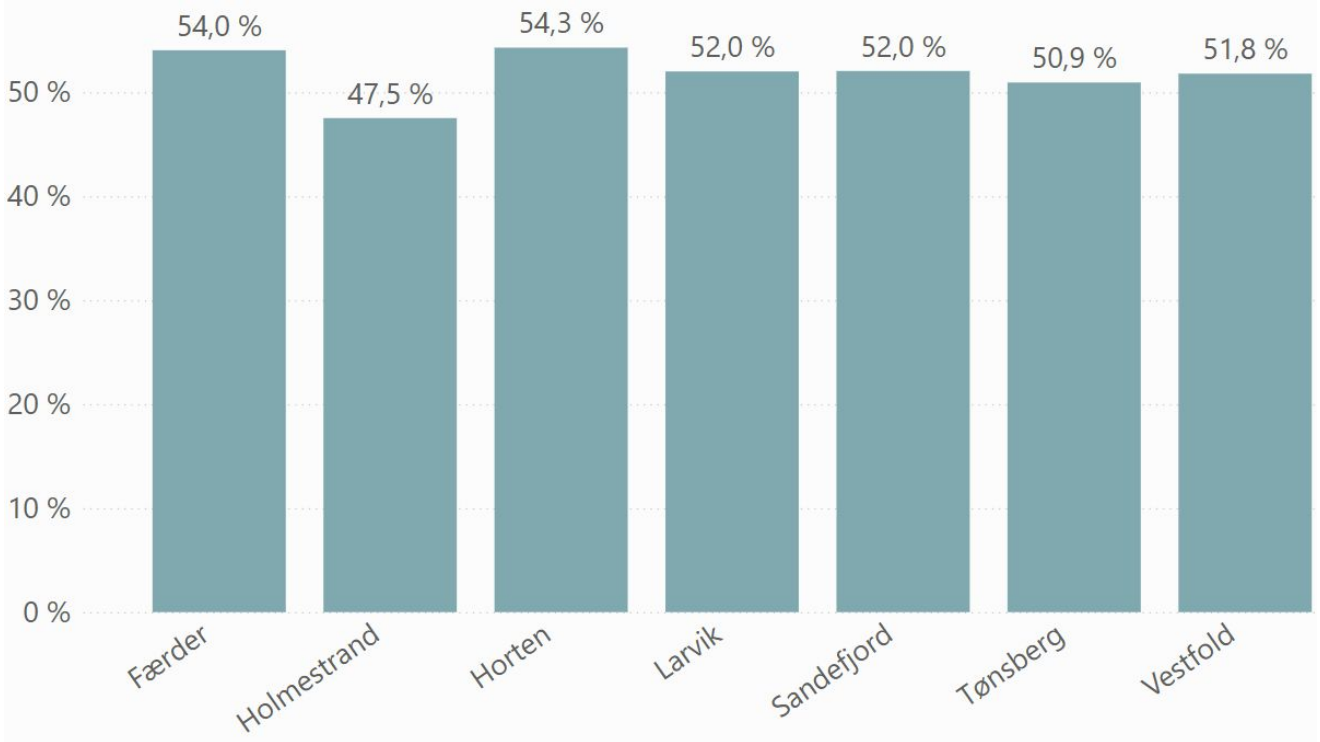
HSCL– Hopkins Symptom Checklist

Andel som opplever høy sosial støtte



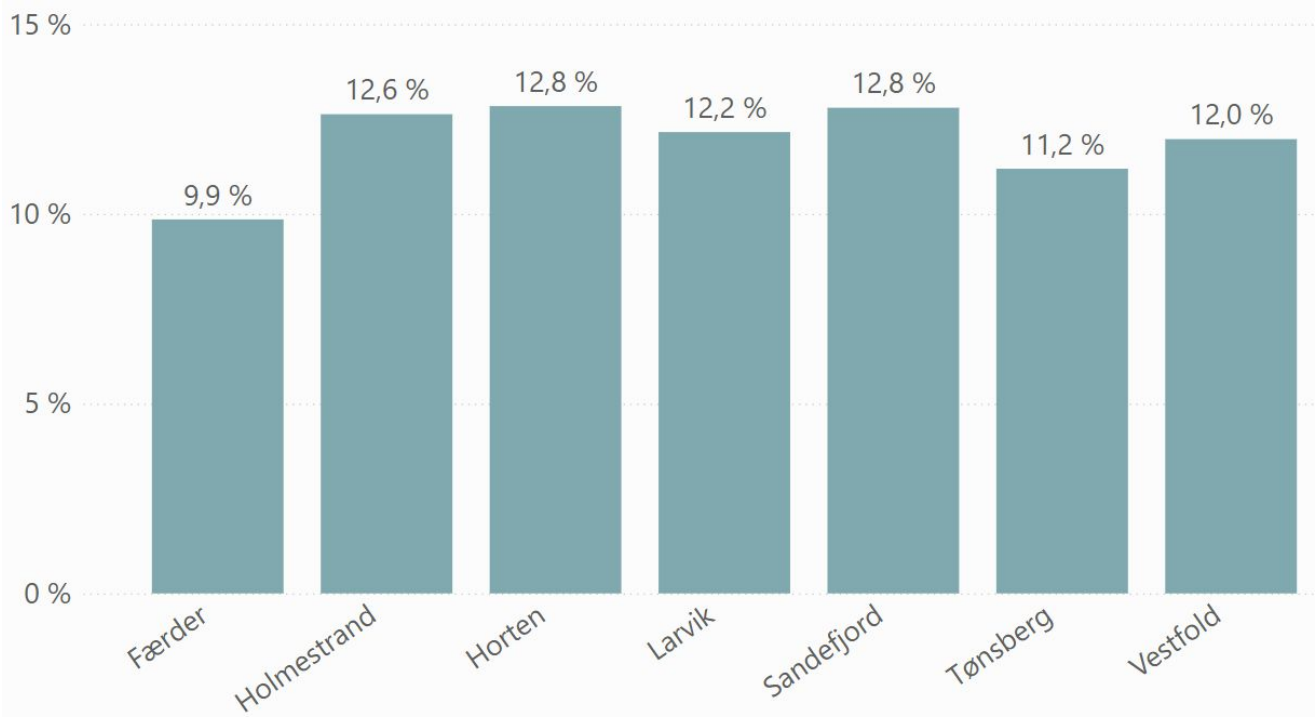
Sosial støtte er basert på spørsmål om antall nære personer som en kan regne med dersom en har store personlige problemer, hvor stor interesse andre viser for det en gjør og hvor lett det er å få praktisk hjelp fra naboer hvis en skulle trenge det.

Andel som er sammen med gode venner ukentlig eller oftere



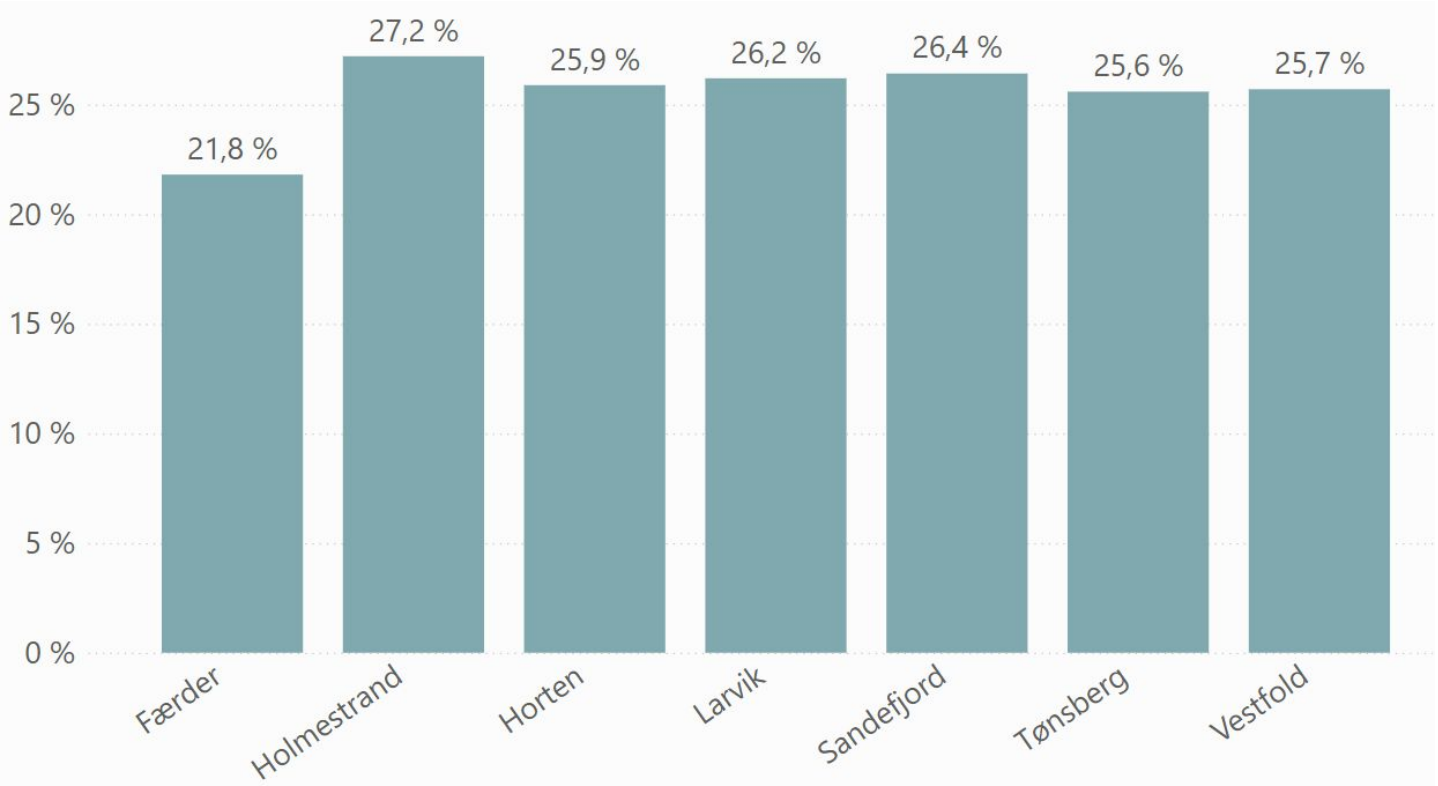
Gode liv bygges der folk lever livene sine – hjemme, på arbeidsplassen og i nærmiljøet. Gode sosiale nettverk og sosial støtte er helsefremmende faktorer og viktige ressurser for å håndtere livets utfordringer

Andel med høyt opplevd nivå av ensomhet (UCLA-3)



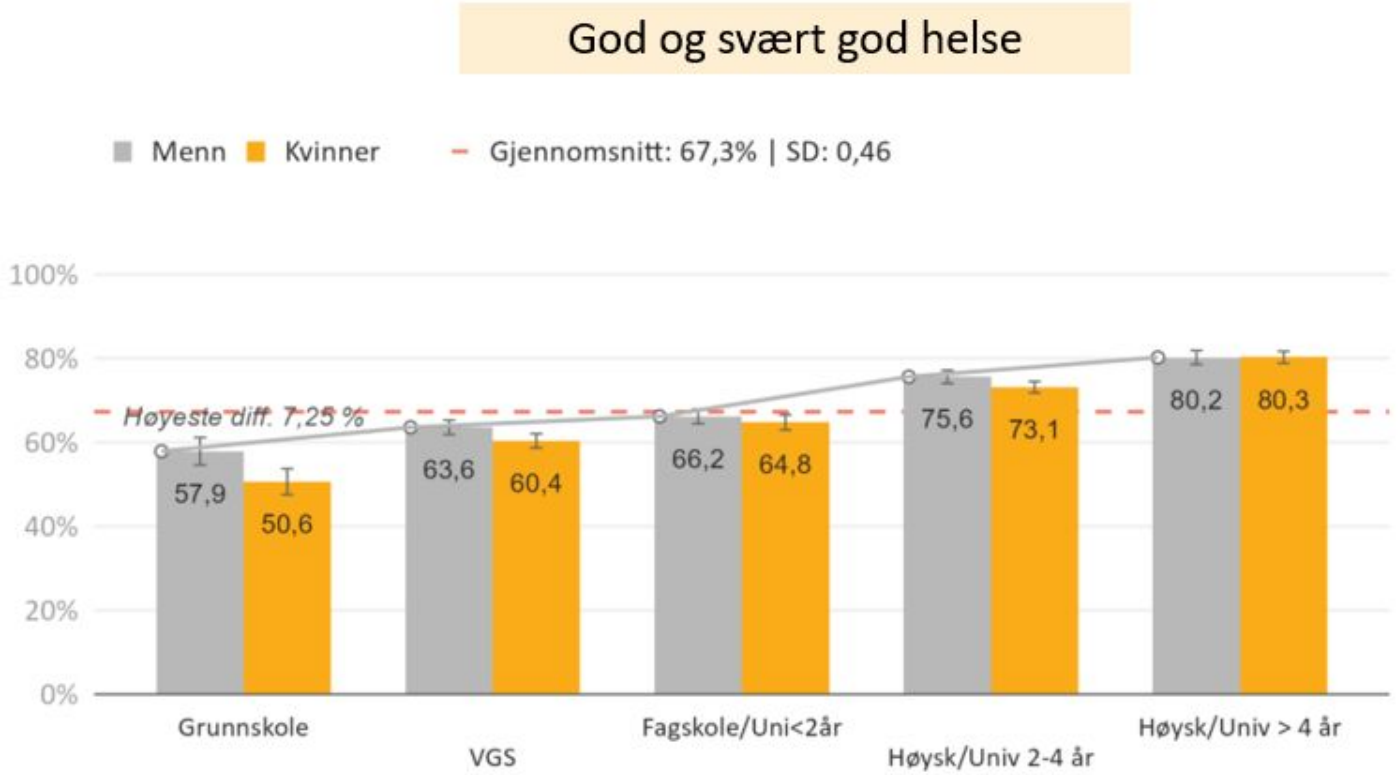
Ensomhet er et viktig aspekt ved folks livskvalitet, og å bekjempe ensomhet er en viktig del av folkehelsearbeidet.
I Folkehelseundersøkelsen ensomhet basert på spørsmål om man ofte savner noen å være sammen med, om man ofte føler seg utenfor og om man ofte føler seg isolert fra andre.

Andel som har forholdsvis eller svært vanskelig for å få pengene til å strekke til



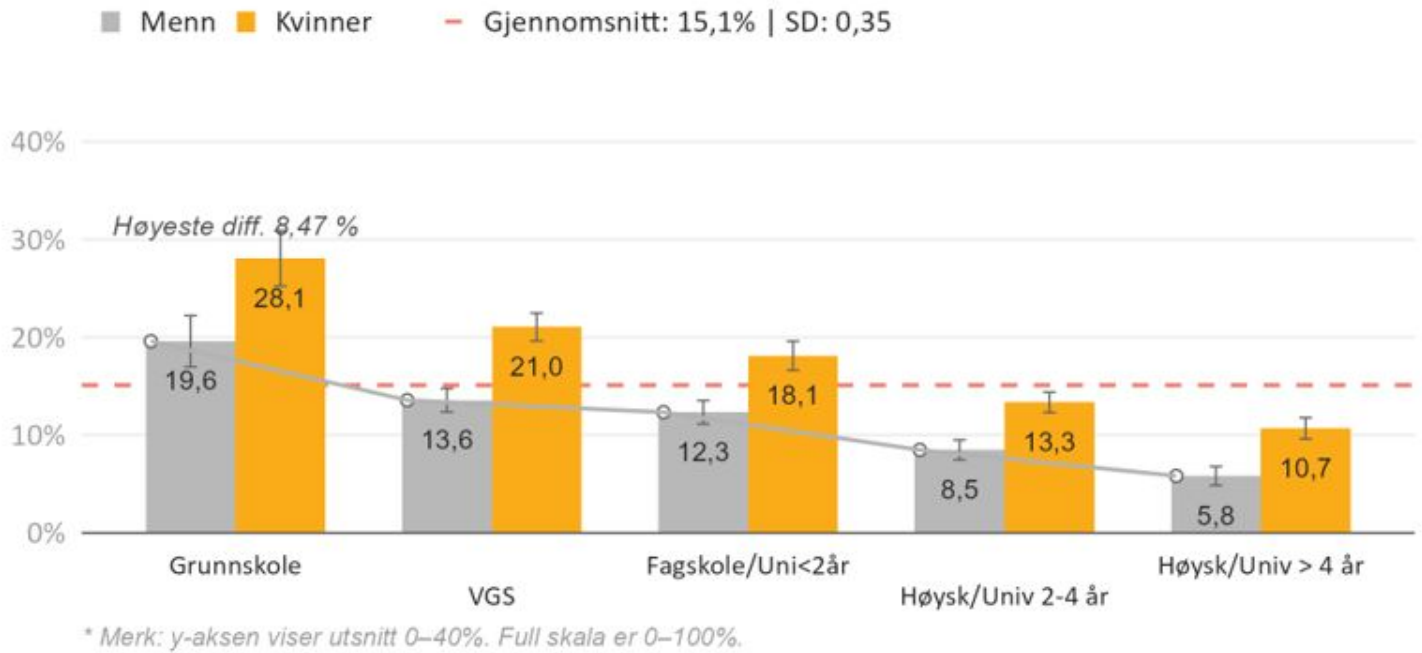
Ulikhet i inntekt er en viktig bakenforliggende påvirkningsfaktor for sosiale helseforskjeller. Økonomiske bekymringer kan også påvirke helse og livskvalitet

Hvordan vurderer du alt i alt din egen helse?

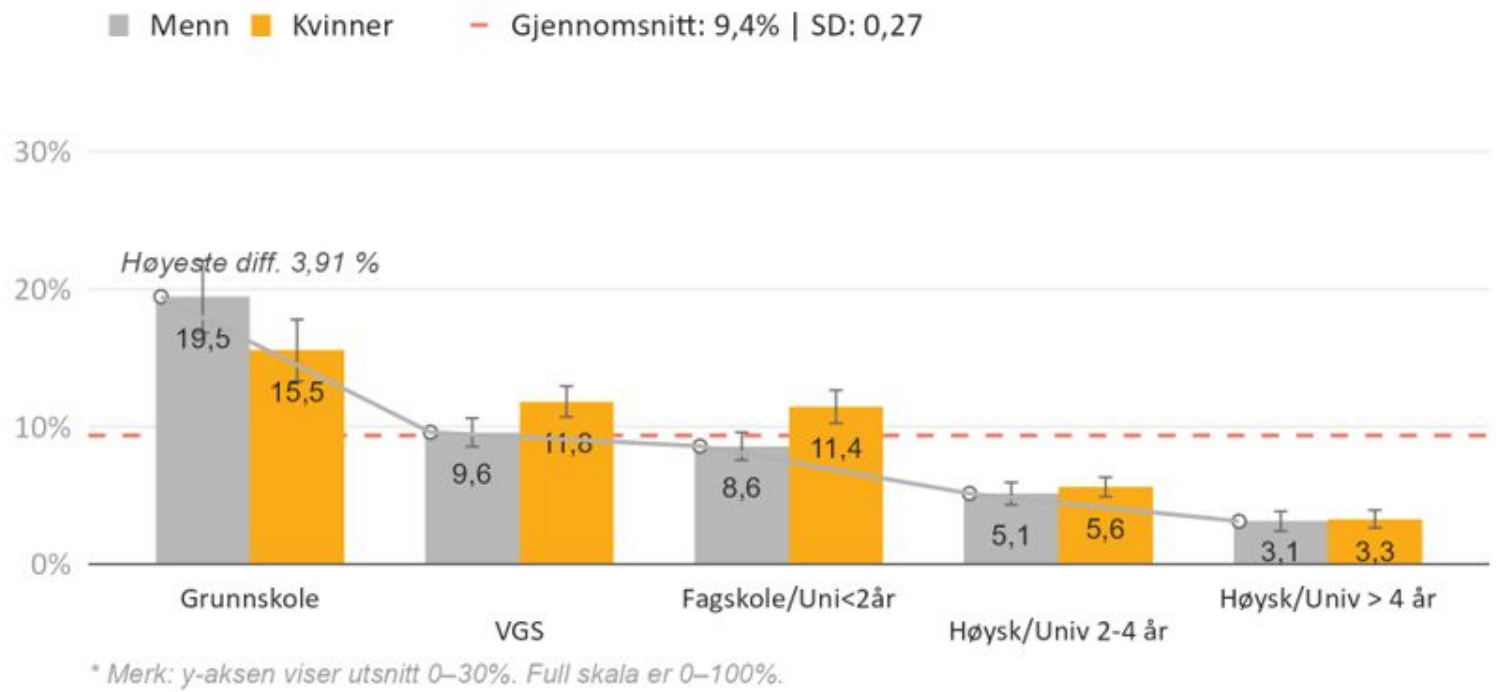


Vestfold totalt

Langvarige helseproblemer som påvirker hverdagen i stor grad



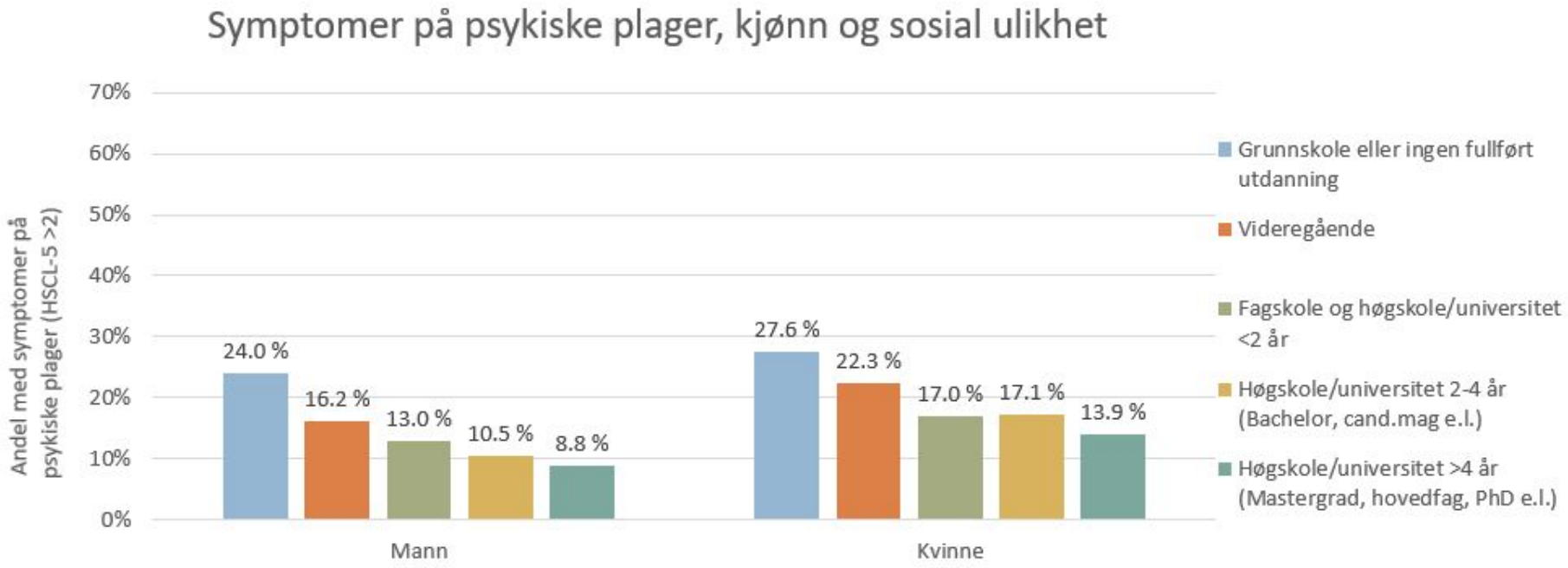
Røyker daglig



* Merk: y-aksen viser utsnitt 0–30%. Full skala er 0–100%.

Psykisk helse

*Totalt
2015: 10,2 %
2021: 14,1 %
2025: 16,2 %



NB! Tall ikke vektet/ikke justert.

Hovedbudskap for Vestfold fylke og kommunene

- Vestfold har jevnt over **gode levekår og høy livskvalitet**, med små forskjeller mellom kommunene
- De største forskjellene i helse følger **sosiale skillelinjer**, spesielt knyttet til utdanning og økonomi
- **Unge voksne** er en sårbar gruppe med mer **psykiske plager, ensomhet og økonomisk press**
- Flere rapporterer om **økonomiske vansker**, og utviklingen innen **psykisk helse og trygghet** går i negativ retning
- **Røyking og alkoholbruk avtar**, men **kostholdet blir dårligere**
- **Fysisk aktivitet er lavere** enn i mange fylker, til tross for gode muligheter
- Behov for å kombinere **brede folkehelsetiltak** med tydelig målretting mot unge voksne og grupper med økonomisk sårbarhet


Stor grad av trivsel i nærmiljøet
Kulturtilbud - god el svært god tilgang
drettstilbud - god el svært god tilgang
Butikker, spisesteder og andre servicetilbud
Offentlig transport
Natur-og friluftsområder
Kystlinje, strand, sjø
Gang-og sykkelveier
Ukentlig deltakelse i organisert aktivitet
Ukentlig deltakelse i annen aktivitet
God el svært god helse
God el svært god tannhelse
Mer enn 2 år siden tannlege-/pleier besøk
Fedme, KMI > 30
Tilfredshet med livet
Psyk plager HSCL-5
Søvnproblemer
stor grad påvirket grunnet helseproblemer
Stor grad av funksjonsnedsettelse pga skade
Korsryggsmerter siste 28 dgr
Nakkesmerter siste 28 dgr
Høy sosial støtte
Ensomhet
Sammen med gode venner ukentlig el oftere
Minst 30min moderat fys akt 4+dgr i uken
Sukkerholdig brus/lesekdrikk 2-3g/uke el oftere
Frukt el bær daglig el oftere
Grønnsaker daglig el oftere
Fisk 2-3g/uke el oftere
Daglig røyking
Daglig snusing
Drikker alkohol 2g/uke el oftere
Episodisk høyt alkoholforbruk mndl el oftere
Utsatt for skade siste 12 mndr
Plaget av støy fra veitrafikk hjemme
Plaget av annen støy hjemme
Andel med økonomiske vansker
Folk flest er til å stole på
Stedstilhørighet
Trygg i nærmiljøet
Psykisk helsekompetanse
Fysisk helsekompetanse
Boligeier
Bytte bolig ila neste 10 år
Andel kvinner som har svart på denne us
Andel >70 år som har svart på denne us
Andel kun grunnskole som har svart på denne us
Andel med høyere utdanning som har svart
Antall i husstand - kun 1
Antall i husstand- 4 el flere
Andel av deltakere som er innvandrere
Andel av deltakere som er yrkesaktive
Deltakere som er enslige eller enke/enkemann
Lavest
Høyest
Lavest
Høyest
Lavest
Høyest

OPPSUMMERT

Mye bra og positivt i Larvik

Store forskjeller mellom levekårssoner

Den tydeligste hovedlinjen er klar sosial gradient

kortere utdanning og særlig vanskelig økonomi henger sammen med

– dårligere fysisk og psykisk helse

– mindre gunstige levevaner

FOLKEHELSEUNDERSØKELSEN VESTFOLD 2025

Folkehelseprofil 2026

Oppveksprofil 2026