

Opplevelsen av koronapandemien i Trøndelag og endringer i helse og levevaner (2019-2023)

Helsestatistikk-rapport nummer 14 fra HUNT4 og HUNT Covid

The experience of the Covid-19 pandemic in Trøndelag and changes in health and lifestyle habits (2019-2023)

Health statistics report no. 14, the HUNT4 and HUNT Covid Surveys

Thomas Hugaas Molden, Kyrre Kvistad, Pål Fosslund Moa, Signe Opdahl, Jon Olav Sliper, Vegar Rangul, Sveinung Eiksund, Håvard R. Karlsen, Hanne Smevik, Sigrid Husøy, Steinar Krokstad, Erik R. Sund

2024

HUNT forskningssenter

HUNT
HELSEUNDERSØKELSEN I TRØNDELAG



NTNU

NTNU
Kunnskap for en bedre verden

Utgitt av:
HUNT forskningscenter
Institutt for samfunnsmedisin og sykepleie,
Fakultet for medisin og helsevitenskap, NTNU
Forskningsvegen 2
7600 Levanger
<http://www.ntnu.no/hunt/>
Levanger, desember 2024.
ISBN 978-82-91725-65-9

FORORD

I denne delrapporten presenteres tall for hele Trøndelag fylke fra Helseundersøkelsen i Trøndelag (HUNT). Datainnsamlingen i siste ordinære undersøkelsen i Nord-Trøndelag ble avsluttet i februar 2019, mens innsamlingen i Sør-Trøndelag ble gjennomført i oktober og november 2019. I Nord-Trøndelag var dette den fjerde runden med HUNT-undersøkelser av befolkningen, mens i Sør-Trøndelag var det den første. Vi bruker likevel betegnelsen HUNT4 om begge disse datainnsamlingene.

Som en konsekvens av koronapandemien ble det gjort en ny datainnsamling. I HUNT Covid ble tidligere deltakere i HUNT4 invitert på nytt for å svare på de samme spørsmålene som i HUNT4, samt en egen seksjon om koronapandemien. Datainnsamlingen i Nord-Trøndelag inkluderte i tillegg til spørreskjema, en forenklet undersøkelse på feltstasjon samt innsamling av blodprøver, og pågikk i perioden 2021 til 2023. I Sør-Trøndelag ble det samlet spørreskjemadata høsten 2022.

HUNT Covid-prosjektet er ledet av Kristian Hveem og er et samarbeidsprosjekt mellom HUNT forskningssenter NTNU, Trøndelag fylkeskommune, Trondheim kommune, Frosta kommune, Helse Midt-Norge, Folkehelseinstituttet, Forskningsrådet og Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse. Datainnsamlingen ble gjennomført i et samarbeid mellom HUNT forskningssenter og prosjektet Aldring i Trøndelag (AiT).

Det er knyttet stor spenning til resultatene og flere viktige spørsmål melder seg; hvordan har utviklingen i folkehelsestilstanden egentlig vært i denne perioden? Og hvordan rapporterer innbyggerne at de opplevde koronapandemien? Det siste spørsmålet er viktig fordi risikoen for en ny pandemi er stor ifølge et regjeringsoppnevnt ekspertutvalg (Stoltenberg-utvalget).

Uten å kjenne til fordelingen eller utviklingen av helsetilstanden i befolkningen er det umulig å drive et effektivt og målrettet folkehelsearbeid. Og uten kunnskap om befolkningens opplevelse av koronapandemien vil vi ha et langt dårligere kunnskapsgrunnlag dersom en ny pandemi skulle inntreffe.

Rapporten er utarbeidet av en analysegruppe som består av ansatte fra Trøndelag fylkeskommune (Kyrre Kvistad, Jon Olav Sliper og Pål Fosslund Moa), Trondheim kommune (Sveinung Eiksund, Thomas Hugaas Molden og Hanne Smevik), Institutt for psykologi, NTNU (Håvard Karlsen) og HUNT forskningssenter / Institutt for samfunnsmedisin og sykepleie, NTNU (Signe Opdahl, Vegar Rangul og Erik R. Sund).

Det at de to tidligere trøndelagsfylkene nå er slått sammen, har ført til et utvidet samarbeid mellom Trøndelag fylkeskommune, kommunene i hele det nye fylket og HUNT forskningssenter ved Institutt for samfunnsmedisin og sykepleie, NTNU. Mer omfattende rapportering fra HUNT vil publiseres fortløpende, både gjennom rapporter og på nettsidene til fylkeskommunen, kommunene og HUNT.

Spørsmål om rapporten kan rettes til: kontakt@hunt.ntnu.no

Levanger, Steinkjer og Trondheim, 17. desember 2024.

HUNT forskningssenter

Sitering: Molden m.fl. (2024). Opplevelsen av koronapandemien i Trøndelag og endringer i helse og levevaner. Helsestatistikk-rapport nummer 14 fra HUNT4 og HUNT Covid. HUNT forskningssenter, NTNU

Rapporter utgitt etter HUNT4 (voksne)

1. Folkehelseutfordringer i Trøndelag 2019. Folkehelsepolitisk rapport med helsestatistikk fra HUNT inkludert tall fra HUNT4 (2017-19).
2. Helse, kronisk sykdom og livskvalitet i Nord-Trøndelag 2017-19 (helsestatistikkrapport nr. 1).
3. Helse og kronisk sykdom i Trøndelag 2019 (helsestatistikkrapport nr. 2).
4. Levevaner i Trøndelag 2019 (helsestatistikkrapport nr. 3).
5. Samfunnsdeltakelse i Trøndelag (helsestatistikkrapport nr. 4).
6. Nærmiljø i Trøndelag 2019 (helsestatistikkrapport nr. 5).
7. Psykisk helse i Trøndelag 2019 (helsestatistikkrapport nr. 6).
8. Sosiale relasjoner i Trøndelag 2019 (helsestatistikkrapport nr. 7).
9. Flersykelighet og egenrapporterte sykdommer i Trøndelag 2019 (helsestatistikkrapport nr. 8).
10. Deltakelse, helse og helsedeterminanter i HUNT4, blant trøndere med og uten innvandrerbakgrunn i 2019 (helsestatistikkrapport nr. 9).
11. Egenrapportert bruk av helsetjenester og medisiner i Trøndelag 2019 (helsestatistikkrapport nr. 10).
12. Overvekt og fedme i Trøndelag 2019 (helsestatistikkrapport nr.11).
13. Hverdagsliv og funksjon blant hjemmeboende eldre i Trøndelag i 2019 (helsestatistikkrapport nr.12).
14. Helse hos hjemmeboende eldre i Trøndelag (helsestatistikkrapport nr. 13).

Rapporter utgitt etter Ung-HUNT4 (ungdom)

1. Selvpoplevd helse, kroppsmasse og risikoatferd blant ungdommer i Nord-Trøndelag 2017-19.
2. Fritidsaktiviteter og kontakt med venner blant ungdommer i Nord-Trøndelag 2017-19.

Innholdsfortegnelse

FORORD	iii
Figurliste	6
Vedleggstabeller	8
Vedleggsfigurer	8
Sammendrag	9
Summary	10
1. Innledning	11
1.1 Bakgrunn: koronapandemien	11
1.2 Helse-determinantene	12
1.3 Hovedmålet med rapporten og en kort leserveiledning	13
2. Metode	13
2.1 HUNT	13
2.2 Datainn-samlingen	13
2.3 Utvalg og indikatorer	15
2.4 Analyser og tolkning	16
3. Endringer i helse fra HUNT4 til HUNT Covid	17
Livskvalitet	17
Psykiske helseplager	20
Ensomhet	24
Endringer i levevaner	26
4. Opplevelsen av Covid-pandemien	27
Gjennomgått infeksjon basert på antistoff-testing i Nord-Trøndelag	27
Selvrapportert testing for Covid	28
Selvrapportert Covid-smitte	31
Bekymring for selv å skulle bli smittet med koronavirus	33
Bekymring for at mine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus	36
Endring i forholdet til ektefelle/samboer under pandemien	39
Endring i forholdet til barn som bor hjemme under pandemien	41
Endring i mosjonsvaner under pandemien	42
Endring i alkoholvaner under pandemien	45
Oppsummering	48
5. Referanser	49
6. Vedleggsfigurer og tabeller	50
Endringer i frekvens i alkoholbruk	52
Endringer i frekvens i friluftsliv	55
Endringer i frekvens i fysisk aktivitet	58
Endring i forholdet til barn som bor hjemme under pandemien	61

Figurliste

Figur 1 Påvirkningsfaktorer på folkehelsen illustrert i regnbuemodellen [4].	12
Figur 2 Flytskjema over deltakere i HUNT Covid for Nord-Trøndelag (HUNT4 NT) og Sør-Trøndelag (HUNT4 ST).	14
Figur 3 Andel som deltok i HUNT Covid i prosent av inviterte etter alder, kjønn og undersøkelse.	15
Figur 4 Spørsmål og koding av spørsmål som er brukt i rapporten.	16
Figur 5 Fortolkning av noen figurer i rapporten.	17
Figur 6 Andel kvinner som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.	18
Figur 7 Andel menn som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.	18
Figur 8 Andel kvinner som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag.	19
Figur 9 Andel menn som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag.	19
Figur 10 Andel kvinner som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim.	20
Figur 11 Andel menn som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim.	20
Figur 12 Andel kvinner som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.	21
Figur 13 Andel menn som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.	21
Figur 14 Andel kvinner som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag.	22
Figur 15 Andel menn som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag.	22
Figur 16 Andel kvinner som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim.	23
Figur 17 Andel menn som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim.	23
Figur 18 Andel kvinner som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.	24
Figur 19 Andel menn som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.	24
Figur 20 Andel kvinner som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag.	25
Figur 21 Andel menn som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag.	25
Figur 22 Andel kvinner som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim.	26
Figur 23 Andel menn som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim.	26
Figur 24 Andel deltakere som hadde antistoffer i blodet forenlig med tidligere gjennomgått Covid-19-infeksjon i HUNT Covid i Nord-Trøndelag, etter måned for deltakelse. Merk at ulike kommuner deltok på ulike tidspunkt og at det er usikkerhet rundt hvor lang tid etter infeksjon antistoffene er målbare i blodet. Figuren gir derfor ikke et direkte bilde av smittetrykket i Trøndelag gjennom pandemien.	28
Figur 25 Andel som rapporterer å ha vært testet for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Nord-Trøndelag.	29
Figur 26 Andel som rapporterer å ha vært testet for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Sør-Trøndelag.	29
Figur 27 Andel som rapporterer å ha vært testet for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Trondheim.	30
Figur 28 Andel som rapporterer å ha testet positivt for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Nord-Trøndelag.	31

Figur 29 Andel som rapporterer å ha testet positivt for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Sør-Trøndelag.....	31
Figur 30 Andel som rapporterer å ha testet positivt for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Trondheim.	32
Figur 31 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Nord-Trøndelag.	33
Figur 32 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Nord-Trøndelag.	33
Figur 33 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Sør-Trøndelag.	34
Figur 34 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Sør-Trøndelag.	34
Figur 35 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Trondheim.	35
Figur 36 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Trondheim.	35
Figur 37 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Nord-Trøndelag.	36
Figur 38 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Nord-Trøndelag.	36
Figur 39 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Sør-Trøndelag.	37
Figur 40 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Sør-Trøndelag.	37
Figur 41 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Trondheim.	38
Figur 42 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Trondheim.	38
Figur 43 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Kvinner i Nord-Trøndelag.	39
Figur 44 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Menn i Nord-Trøndelag.	39
Figur 45 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Kvinner i Sør-Trøndelag.	40
Figur 46 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Menn i Sør-Trøndelag.	40
Figur 47 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Kvinner i Trondheim.	41
Figur 48 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Menn i Trondheim.	41
Figur 49 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Kvinner i Nord-Trøndelag.	42
Figur 50 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Menn i Nord-Trøndelag.	42
Figur 51 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Kvinner i Sør-Trøndelag.	43
Figur 52 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Menn i Sør-Trøndelag.	43
Figur 53 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Kvinner i Trondheim.	44
Figur 54 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Menn i Trondheim.	44
Figur 55 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Kvinner i Nord-Trøndelag.	45

Figur 56 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Menn i Nord-Trøndelag.	45
Figur 57 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Kvinner i Sør-Trøndelag.	46
Figur 58 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Menn i Sør-Trøndelag.	46
Figur 59 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Kvinner i Trondheim.	47
Figur 60 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Menn i Trondheim.	47

Vedleggstabeller

Vedleggstabell 1 Deltakere i HUNT4 og HUNT Covid i antall og prosent. Nord-Trøndelag.	50
Vedleggstabell 2 Deltakere i HUNT4 og HUNT Covid i antall og prosent. Sør-Trøndelag.	51

Vedleggsfigurer

Vedleggsfigur 1 Andel kvinner som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Nord-Trøndelag.	52
Vedleggsfigur 2 Andel menn som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Nord-Trøndelag.	52
Vedleggsfigur 3 Andel kvinner som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Sør-Trøndelag.	53
Vedleggsfigur 4 Andel menn som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Sør-Trøndelag.	53
Vedleggsfigur 5 Andel kvinner som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Trondheim.	54
Vedleggsfigur 6 Andel menn som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Trondheim.	54
Vedleggsfigur 7 Andel kvinner som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Nord-Trøndelag.	55
Vedleggsfigur 8 Andel menn som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Nord-Trøndelag.	55
Vedleggsfigur 9 Andel kvinner som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Sør-Trøndelag.	56
Vedleggsfigur 10 Andel menn som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Sør-Trøndelag.	56
Vedleggsfigur 11 Andel kvinner som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Trondheim.	57
Vedleggsfigur 12 Andel menn som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Trondheim.	57
Vedleggsfigur 13 Andel kvinner som mosjonerer omtrent daglig. Nord-Trøndelag.	58
Vedleggsfigur 14 Andel menn som mosjonerer omtrent daglig. Nord-Trøndelag.	58
Vedleggsfigur 15 Andel kvinner som mosjonerer omtrent daglig. Sør-Trøndelag.	59
Vedleggsfigur 16 Andel menn som mosjonerer omtrent daglig. Sør-Trøndelag.	59
Vedleggsfigur 17 Andel kvinner som mosjonerer omtrent daglig. Trondheim.	60
Vedleggsfigur 18 Andel menn som mosjonerer omtrent daglig. Trondheim.	60
Vedleggsfigur 19 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» ti «Mye verre»). Kvinner i Nord-Trøndelag.	61
Vedleggsfigur 20 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» ti «Mye verre»). Menn i Nord-Trøndelag.	61
Vedleggsfigur 21 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» ti «Mye verre»). Kvinner i Sør-Trøndelag.	62
Vedleggsfigur 22 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» ti «Mye verre»). Menn i Sør-Trøndelag.	62
Vedleggsfigur 23 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» ti «Mye verre»). Kvinner i Trondheim.	63
Vedleggsfigur 24 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» ti «Mye verre»). Menn i Trondheim.	63

Sammendrag

Bakgrunn

Folkehelsen, i likhet med samfunnet for øvrig, er i kontinuerlig endring. Vi har på den ene siden de langsomme og forutsigbare endringene som er godt dokumenterte, eksempelvis demografiske endringer med økende antall eldre med økt behov for pleie og omsorg. På den andre siden har vi de mer uforutsigbare hendelsene som forårsaker endring, som for eksempel geopolitisk uro, krig, og smittsomme sykdommer. Koronapandemien rammet Norge vinteren 2020 og hadde store samfunnsmessige konsekvenser. Formålet med denne rapporten er å beskrive endringer i helse- og levevaner fra rett før pandemien, til slutten av pandemien hvor samfunnet var tilbake til normalen. I tillegg beskrives hvordan pandemien ble opplevd av innbyggerne i Trøndelag.

Materiale og metode

Det benyttes spørreskjemadata hentet fra Helseundersøkelsen i Trøndelag 2017-19, HUNT4. I Nord-Trøndelag ble HUNT4 gjennomført fra 2017 til 2019, hvor totalt 56 000 voksne i alderen 20 år og eldre (54 % av alle inviterte) deltok. I Sør-Trøndelag deltok 106 000 voksne i alderen 18 år og eldre (42 % av alle inviterte) høsten 2019. Som en konsekvens av koronapandemien ble det gjort en ny datainnsamling, kalt HUNT Covid, hvor de som tidligere hadde deltatt i HUNT4 ble invitert på nytt. I tidligere Nord-Trøndelag pågikk datainnsamlingen til HUNT Covid i perioden 2021 til 2023, mens i tidligere Sør-Trøndelag ble data innhentet høsten 2022. I nord deltok 32 663 (68 % av de inviterte) mens i sør deltok 37 479 (37 % av de inviterte). Resultatene presenteres etter aldersgruppe og kjønn for henholdsvis Nord-Trøndelag, Sør-Trøndelag (inkl. Trondheim) og for Trondheim.

Resultater

Det ble observert en negativ utvikling i psykisk helse i denne perioden, både i form av dårligere livskvalitet og flere som rapporterte om psykiske helseplager. Denne utviklingen var mest negativ for de unge. Både blant de yngre og de eldre var det en økning i andelen som oppga at de føler seg ensomme. Spørsmål som omhandlet koronapandemien viser at en høy andel var testet for koronaviruset og blant disse rapporterte om lag halvparten at de hadde testet positivt. Mellom 97 og 99 % av deltakerne rapporterte at de hadde tatt vaksine mot koronaviruset.

Levevanene endret seg i liten grad i denne perioden. Andelen som rapporterte redusert alkoholkonsum var større enn de som oppga økt alkoholkonsum. For fysisk aktivitet og trening var tendensen motsatt, der en noe høyere andel rapporterte en reduksjon enn en økning. Spørsmål om pandemien har medført økt belastning i parforhold tyder på at det er flere som har fått et bedre forhold enn et verre forhold. Kvinner uttrykte større grad av bekymring for selv å bli smittet av koronaviruset enn menn. Bekymring for at en av sine nærmeste skulle bli smittet av koronaviruset var langt vanligere enn bekymring for selv å bli smittet.

Konklusjon

Det var en økning i andelen som rapporterte dårlig livskvalitet og psykiske helseplager i perioden. Hvorvidt koronapandemien har påvirket denne økningen er et ubesvart spørsmål og noe denne rapporten ikke er egnet til å belyse. Levevanene ser ikke ut til å ha endret seg særlig mye. Bekymring for smitte var utbredt, særlig gjaldt dette smitte blant sine nærmeste. Den svært høye andelen som rapporterer at de hadde tatt koronavaksine tyder på at deltakerne fulgte myndighetenes anbefalinger.

Summary

Background

Population health, like society at large, is in continuous change. On one hand, we have slow and predictable changes that are well-documented, such as demographic changes with an increasing number of elderly people requiring more care and support. On the other hand, we have more unpredictable events that cause change, such as geopolitical unrest, war, and infectious diseases. The coronavirus pandemic hit Norway in the winter of 2020 and had significant societal consequences. The purpose of this report is to describe changes in health and lifestyle from just before the pandemic to the end of the pandemic when society had returned to normal. Additionally, it describes how the pandemic was experienced by the residents of Trøndelag.

Materials and Methods

Questionnaire data from the Trøndelag Health Study 2017-19, HUNT4, were used. In Nord-Trøndelag, HUNT4 was conducted from 2017 to 2019, with a total of 56,000 adults aged 20 and older (54% of all invited) participating. In Sør-Trøndelag, 106,000 adults aged 18 and older (42% of all invited) participated in the autumn of 2019. Because of the coronavirus pandemic, a new data collection, called HUNT Covid, was conducted, where those who had previously participated in HUNT4 were invited again. In Nord-Trøndelag, the HUNT Covid data collection took place from 2021 to 2023, while in Sør-Trøndelag, data were collected in the autumn of 2022. In Nord-Trøndelag, 32,663 (68% of those invited) participated, while in Sør-Trøndelag, 37,479 (37% of those invited) participated. The results are presented by age group and gender for Nord-Trøndelag, Sør-Trøndelag (including Trondheim), and for Trondheim.

Results

A negative trend in mental health was observed during this period, both in terms of poorer quality of life and more people reporting mental health issues. This trend was strongest for the young. Both among the younger and older age groups, there was an increase in the proportion who reported feeling lonely. Questions related to the coronavirus pandemic show that a high proportion had been tested for the virus, and among these, about half reported testing positive. Between 97% and 99% of participants reported having been vaccinated against the coronavirus.

Lifestyle habits changed little during this period. The proportion reporting reduced alcohol consumption was greater than those reporting increased consumption. For physical activity and exercise, the trend was the opposite, with a slightly higher proportion reporting a decrease than an increase. Questions about whether the pandemic had increased strain in couples' relationships suggest that more people had improved their relationships than worsened them. Women expressed a greater degree of concern about contracting the coronavirus than men. Concerns that a close relative might contract the virus was far more widespread than concern about contracting it themselves.

Conclusion

There was an increase in the proportion reporting poor quality of life and mental health issues during the period. Whether the coronavirus pandemic influenced this increase is unclear and something this report is not suited to illuminate. Lifestyle habits do not appear to have changed substantially. Concern about infection was widespread, particularly regarding infection among close relatives. The very high proportion reporting having been vaccinated against the coronavirus suggests that the participants followed government recommendations.

1. Innledning

Denne delrapporten om folkehelsestilstanden i Trøndelag fylke fremstiller data fra HUNT4 som ble gjennomført i Nord-Trøndelag (2017-19), og fra HUNT-undersøkelsen som ble gjennomført i Sør-Trøndelag høsten 2019. I tillegg fremstilles data fra HUNT Covid-undersøkelsen, som er en oppfølgingsundersøkelse av deltakerne fra HUNT4 i Nord- og Sør-Trøndelag. HUNT Covid i Nord-Trøndelag ble gjennomført i perioden september 2021 til juni 2023 mens HUNT Covid i Sør-Trøndelag ble gjennomført høsten 2022. Tema for denne rapporten er endringer i helse og levevaner i perioden fra HUNT4 til HUNT Covid, samt hvordan ulike aspekter ved koronapandemien ble opplevd.

1.1 Bakgrunn: koronapandemien

Koronapandemien som traff Norge i mars 2020 medførte store omveltninger i samfunnet. Det ble satt i verk omfattende tiltak for å hindre spredning av viruset og forebygge alvorlig sykdom og død. Tiltakene omfattet stenging av skoler og barnehager, samt en rekke bedrifter og servicenæringer. Det ble innført forbud mot alle kulturarrangementer, idrettsarrangementer og organisert idrettsaktivitet. Det oppsto arbeidsledighet og permitteringer og det var utstrakt bruk av hjemmekontor og hjemmeundervisning. Det ble også innført reiserestriksjoner på reiser inn og ut av landet.

I løpet av april / mai 2020 erklærte myndighetene at pandemien var under kontroll og det ble noen ble lettelse i tiltaksbyrden og gradvis normalisert dagligliv (inkl. delvis gjenåpning av skoler, universiteter og høyskoler). Innen kultur og idrett var det fortsatt omfattende restriksjoner. 25. juni 2020 ble det vedtatt lettelse i reiserestriksjonene og turister kunne komme inn i landet fra juli. Økende trafikk over landegrensene medførte en økning i smittetilfeller og det ble senere gjeninnført tiltak for å få kontroll.

Høsten 2020 og vinteren/våren 2021 ble det igjen en større nedstengning som en følge av økende smitte i befolkningen. Det ble gjeninnført hjemmekontor og en rekke bedrifter og servicenæringer måtte igjen stenge. I takt med økende vaksinerings sank smittetallene gjennom forsommeren og sommeren 2021, og i september 2021 gikk Norge tilbake til en normal hverdag. I desember 2021 ble omikron, en variant av viruset, påvist for første gang i Norge. Dette medførte at det ble gjeninnført lokale tiltak for å begrense smittespredning i kommuner med høyt smittetrykk.

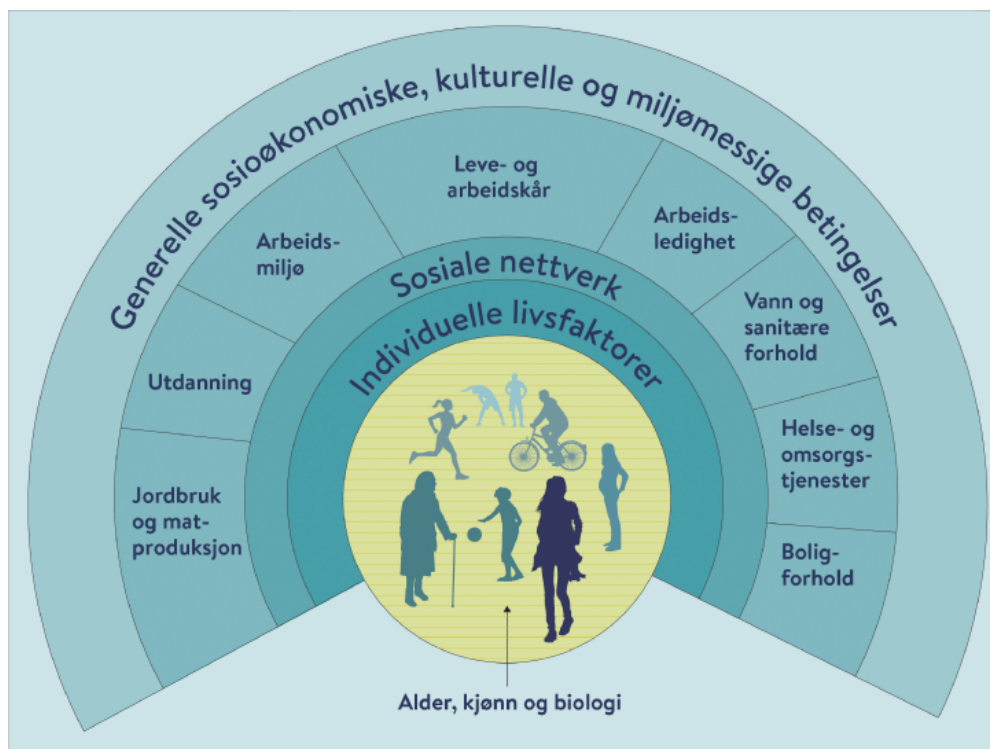
Pandemien og smitteverntiltakene påvirket hele befolkningen og hadde store samfunnsmessige konsekvenser. Permitteringer og oppsigelser medførte en kraftig økning i arbeidsledigheten. De helsemessige konsekvensene i form av antall koronarelaterte dødsfall per oktober 2021 var imidlertid noe lavere enn influensarelaterte dødsfall i en gjennomsnittlig influensasysesong [1]). 90 % av alle koronarelaterte dødsfall hadde skjedd hos de over 60 år per oktober 2021 [1]. Blant de som har vært smittet varierer sykdomsbildet fra mild infeksjon til utvikling av kritiske tilstander som krevde intensivbehandling på sykehus.

Når det gjelder de langsiktige folkehelsekonsekvensene er det flere ting vi ikke vet nok om. Langtidseffektene av å ha gjennomgått koronasmitte er et pågående forskningsfelt. Mange som har vært smittet og hatt milde symptomer rapporterer om langvarige plager som lugesmerter, utmattelse, hodepine, hoste, kroppssmerter og feber. Videre kan bortfallet av helsetjenester under nedstengningen også ha hatt helsekonsekvenser. Psykisk helse, levevaner og livskvalitet kan ha blitt påvirket som følge av pandemien og tiltakene som ble gjennomført - kanskje særlig hos barn, unge, og unge voksne. Det er imidlertid svært vanskelig å slå fast om pandemien og tiltakene som ble iverksatt er årsakene bak eventuelle endringer i helsetilstanden.

1.2 Helse-determinantene

Kunnskap med relevans for folkehelse omhandler tre forhold: kunnskap om tilstand, kunnskap om årsaker, og kunnskap om effekten av tiltak [2]. Kunnskap om tilstand er ofte utgangspunktet for forskning på årsaker som igjen er utgangspunktet for strategier, tiltak og politikkutforming. Årsaker omfatter både umiddelbare årsaker og underliggende årsaker. Underliggende årsaker benevnes gjerne som helse-determinantene og omfatter menneskers livsvilkår og generelle levekår.

En mye brukt modell for å beskrive helse-determinanter og forholdet mellom dem, er den såkalte regnbuemodellen (figur 1), opprinnelig utviklet av Dahlgren & Whitehead [3]. Midt i figuren finner vi enkeltmenneskene der faktorer som alder, kjønn og genetikk i liten grad kan påvirkes. Men rundt enkeltmenneskene er det påvirkningsfaktorer som i prinsippet kan formes av samfunnet og miljøet gjennom politiske valg. Det første laget beskriver ulike levevaner (for eksempel røykevaner eller fysisk aktivitet). Det andre laget omfatter vekselvirkningen, eller samspillet, mellom enkeltmennesker og deres nærmiljø. Derneft finner vi i det tredje laget menneskers muligheter til å ivareta egen helse gitt de rådende leve- og arbeidsvilkår, matforsyning, og tilgang til varer og tjenester. Det ytterste laget består av økonomiske, kulturelle og miljømessige forhold i samfunnet. Et viktig poeng i denne modellen er samspillet som pågår mellom enkeltmennesker og de ulike helse-determinantene: Menneskers personlige livsstil formes av sosiale normer og nettverk, og av leve- og arbeidskår. Disse er i sin tur relatert til det sosioøkonomiske og kulturelle miljøet i vid betydning. Helse-determinantene, som kan påvirkes gjennom politikk, kan være både positive (helsefremmende) og negative (risikofaktorer).



Figur 1 Påvirkningsfaktorer på folkehelsen illustrert i regnbuemodellen [4].

1.3 Hovedmålet med rapporten og en kort leserveiledning

Hovedmålet med denne rapporten er å beskrive hvordan helsetilstanden i befolkningen utviklet seg i perioden fra HUNT4, altså før koronapandemien, til HUNT Covid, som ble gjennomført på et sent stadium i pandemien. I tillegg beskrives ulike bekymringer, endringer i levevaner samt opplevde endringer i relasjonelle forhold under pandemien. Tilnærmingen er primært å *beskrive nøkkeltall* hos den voksne delen av befolkningen i Trøndelag, i relasjon til ulike kjennetegn ved befolkningen. Den beskrivende tilnærmingen og utvalget rapporten bygger på, legger viktige føringer for tolkning av resultatene i form av kritisk refleksjon over hva kunnskapen handler om, hvordan den påvirker oss, samt hvordan den best mulig kan anvendes til å styrke folkehelse.

Det er viktig å se beskrivelsene denne rapporten tilbyr som en del av et større bilde. Vi oppfordrer derfor til å se denne rapporten i sammenheng med andre kilder til kunnskap om folkehelse, sosial ulikhet og livsbetingelser som påvirker sykdom, helse og livskvalitet.

Befolkningsdata som presenteres i rapporten kan brukes i det systematiske og kunnskapsbaserte folkehelsearbeidet i Trøndelag. Et mangfold av kilder (basert på både kvantitative og kvalitative data, og på tvers av kunnskapsfelt) er nødvendig for å fremme folkehelse og utjevne sosiale forskjeller i helse og livskvalitet. Kunnskapsbasert praksis i folkehelsearbeidet forstås i denne rapporten som at samfunnets totale innsats for å fremme folkehelse skal bygge på beste tilgjengelige kunnskap om både risikofaktorer for sykdom, og faktorer som fremmer helse og livskvalitet. Dette innebærer en bred kunnskap om helse- og samfunnsutvikling generelt. Beste tilgjengelig kunnskap hviler på flere elementer: forskning og teori, praksisbasert kunnskap, erfaringer og verdier fra borgere og brukere av tjenester, og kunnskap om konteksten rundt – fra lokalsamfunnets tilstand til globale forhold. Vi viser ellers til Helsedirektoratets veileder om systematisk folkehelsearbeid [5].

2. Metode

2.1 HUNT

Med bakgrunn i fylkessammenslåingen i Trøndelag endret HUNT i 2019 navn fra Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag til *Helseundersøkelsen i Trøndelag*. HUNT omfatter nå alle innbyggere i nye Trøndelag fylke som er 13 år eller eldre fra Nord-Trøndelag, og de som er 18 år eller eldre fra Sør-Trøndelag. Vi bruker etter anbefalinger fra Språkrådet begrepene Nord-Trøndelag og Sør-Trøndelag som navn på de geografiske områdene de to fylkene tidligere omfattet.

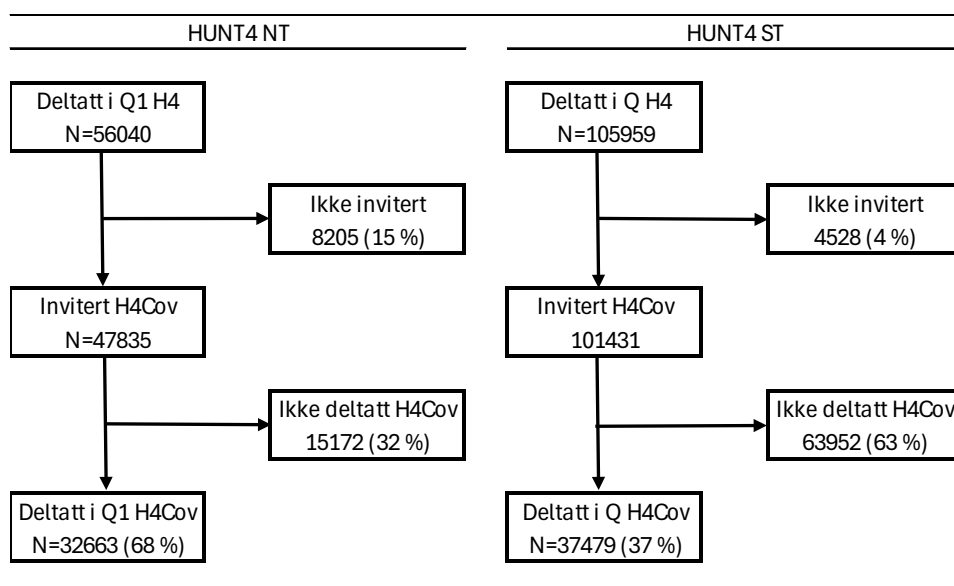
HUNT er en omfattende samling av helseopplysninger fra HUNT1 (1984-86), HUNT2 (1995-97), HUNT3 (2006-2008) og HUNT4 (2017-19) samt HUNT Covid (2021-23) som er en oppfølgingsundersøkelse av deltakere i HUNT4 (HUNT Covid Nord). Det er samlet inn data ved hjelp av spørreskjema, kliniske målinger og biologisk materiale [6]. I Sør-Trøndelag ble det høsten 2019 gjennomført en spørreskjemabasert datainnsamling og disse deltakerne ble høsten 2022 invitert på nytt til HUNT Covid (HUNT Covid Sør). HUNT er regulert av *Forskrift om befolkningsbaserte helseundersøkelser* og er gjennom dette pålagt å utarbeide helsestatistikk som i denne rapporten. I tillegg har alle deltakere i HUNT gitt skriftlig samtykke til at helseopplysningene kan brukes i helseforskning.

2.2 Datainnsamlingen

I Nord-Trøndelag ble HUNT4 gjennomført i perioden fra september 2017 til utgangen av februar 2019. Blant ungdom i alderen 13-19 år deltok 8 066 personer (76 % av alle inviterte) og blant voksne i alderen 20 år og eldre deltok totalt 56 078 personer (54 % av alle inviterte). I Sør-Trøndelag foregikk

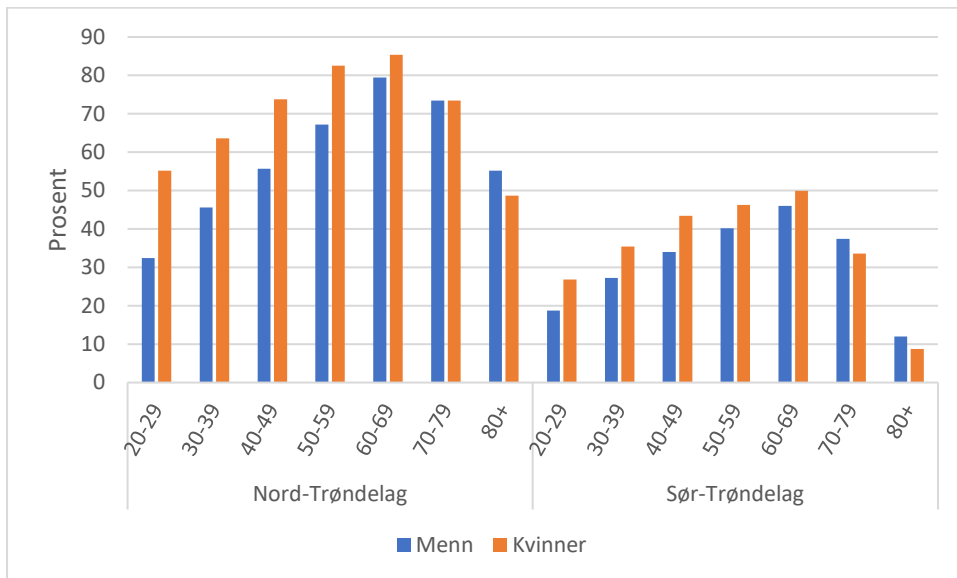
datainnsamlingen høsten 2019 og omfattet alle innbyggere i alderen 18 år og eldre¹. Totalt deltok 106 000 personer i Sør-Trøndelag, noe som tilsvarer 42 % av alle inviterte. Deltakelse og gjennomføring av de ulike undersøkelsene er grundig beskrevet tidligere [6, 7].

HUNT Covid (2021-2023) ble gjennomført som en konsekvens av koronapandemien, og alle som hadde deltatt i HUNT4 ble invitert på nytt. I Nord-Trøndelag innebar dette innsamling av spørreskjemadata samt en forenklet klinisk undersøkelse og blodprøvetaking på feltstasjoner som ble opprettet i kommunene. Denne datainnsamlingen pågikk i perioden september 2021 til juni 2023. I Sør-Trøndelag ble det kun samlet inn data ved hjelp av spørreskjema og dette pågikk i oktober/november 2022. Figur 2 gir en oversikt over antall som deltok i HUNT4 i Nord- og Sør-Trøndelag, hvor mange som ble invitert til HUNT Covid, samt antall og andel av de inviterte som deltok. Andel av inviterte som deltok i HUNT Covid var 68 % i Nord-Trøndelag og 37 % i Sør-Trøndelag. Andel av inviterte som deltok i HUNT Covid etter alder og kjønn vises for Nord- og Sør-Trøndelag i figur 3. I to vedlagte tabeller (vedleggstabell 1 og 2) fremgår også deltakelse etter utdanningsnivå. Som for HUNT4, var deltakelsen i HUNT Covid høyere blant personer med høyere utdanning enn blant personer med lavere utdanning.



Figur 2 Flytskjema over deltakere i HUNT Covid for Nord-Trøndelag (HUNT4 NT) og Sør-Trøndelag (HUNT4 ST).

¹ Innbyggere som tidligere var invitert til HUNT 70+ i Trondheim og innbyggere som tidligere hadde deltatt i HUNT i Nord-Trøndelag og som hadde fått en egen invitasjon ble ikke invitert.



Figur 3 Andel som deltok i HUNT Covid i prosent av inviterte etter alder, kjønn og undersøkelse.

2.3 Utvalg og indikatorer

Resultatene i denne rapporten er basert på alle voksne som deltok i HUNT4 i Nord- og Sør-Trøndelag samt de som deltok i HUNT Covid. Spørsmålene fra spørreskjemaene vises i figur 4, og der fremgår også hvordan spørsmålene er kodet. *Dårlig livskvalitet* er basert på spørsmålet: «Når du tenker på hvordan du har det for tida, er du stort sett fornøyd med tilværelsen eller er du stort sett misfornøyd?». De som svarer ett av alternativene i den røde boksen er kodet som dårlig. Indikatoren *moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker* er basert på spørsmålene under «Har du de siste 2 ukene følt deg:». Her er det beregnet en gjennomsnittsskåre og benyttet en grenseverdi (2.15) for å skille de som har et moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager fra de som ikke har det. For noen av spørsmålene om koronapandemien vises alle svaralternativene uten omkodning, men noen alternativer er utelatt (de som er strøket over).

I Nord-Trøndelag ble det, i tillegg til spørreskjemadata, tatt blodprøver av deltakerne på feltstasjonene i HUNT Covid. Disse blodprøvene ble analysert for å undersøke om deltakerne hadde utviklet antistoffer mot viruset. Testen skiller mellom antistoffer som skyldes smitte eller vaksinerings. Figur 14 viser andelen som hadde antistoffer som skyldes smitte etter tidspunkt for deltakelse (måned) i perioden datainnsamlingen pågikk.

Når du tenker på hvordan du har det for tida, er du stort sett fornøyd med tilværelsen eller er du stort sett misfornøyd?
(Sett ett kryss)

Svært fornøyd

Meget fornøyd

Ganske fornøyd

Både/og

Nokså misfornøyd

Meget misfornøyd

Svært misfornøyd

Har du de siste 2 ukene følt deg:
(Sett ett kryss per linje)

	Nei	Litt	En god del	Svært mye
Trygg og rolig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Glad og optimistisk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nervøs og urolig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Plaget av angst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Irritabel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nedfor/deprimert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ensom	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Generelt anspent	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Har du de siste 2 ukene følt deg:
(Sett ett kryss per linje)

	Nei	Litt	En god del	Svært mye
Ensom	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Omtrent hvor ofte har du i løpet av de siste 12 måneder drikket alkohol?
(Tenk på alkoholholdige drikker som øl, vin, brennevin, rusbrus med mer. Regn ikke med lettøl)

Ikke drikket alkohol siste 12 måneder

1 gang i måneden eller sjeldnere

2-4 ganger per måned

2-3 ganger per uke

4 eller flere ganger per uke

Jeg har aldri drikket alkohol

Hvor ofte driver du mosjon? (Ta et gjennomsnitt)
Med mosjon mener vi at du f.eks. går tur, går på ski, sykler, svømmer eller driver trening/idrett.

Aldri

Sjeldnere enn en gang i uka

En gang i uka

2-3 ganger i uka

Omtrent hver dag

Har du vært testet for koronaviruset (Covid-19)?

Nei Ja

HVIS JA:

Nei Ja

Har du testet positivt?

Hvor enig er du i følgende:

Jeg har vært bekymret for at smitten skulle ramme noen av mine nærmeste ...

Jeg har vært bekymret for at smitten skulle ramme meg selv

Her kommer noen spørsmål om deltagelse i kulturelle, religiøse og sportslige aktiviteter. Det meste av dette har vært nedstengt under pandemien. Spørreundersøkelsen pågår over 2 år, så det er viktig å følge betydningen av endring av slik deltagelse.

Hvor mange ganger har du i løpet av de siste 6 måneder selv drevet med: (Sett ett kryss per linje)

	Mer enn 1 gang/uke	1 gang/uke	1-3 ganger/måned	1-5 ganger/siste 6 måneder	Aldri
Friluftsliv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hvor mye har du mosjonert under koronapandemien i forhold til tidligere?
Med mosjon mener vi at du f.eks. går tur, går på ski, sykler, svømmer eller driver trening/idrett.

	Ikke relevant/er aldri mosjonert	Mosjonert mindre enn før	Mosjonert litt mindre enn før	Ingen endring	Mosjonert litt mer enn før	Mosjonert mye mer enn før	Vet ikke
.....	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Hvordan har dine alkoholvaner vært under koronapandemien? Tenk på alkoholholdige drikker som øl, vin, brennevin, rusbrus med mer.

	Ikke relevant/drikker ikke alkohol	Drukket mye mindre alkohol	Drukket mindre alkohol	Uendret	Drukket mer alkohol	Drukket mye mer alkohol	Vet ikke
.....	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Hvordan har forholdet til familie og venner blitt påvirket som følge av myndighetenes koronatililtak?

	Mye bedre	Bedre	Uendret	Verre	Mye verre	Ikke aktuelt
Ektefelle/samboer/partner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Barn som bor hjemme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Verken enig eller uenig

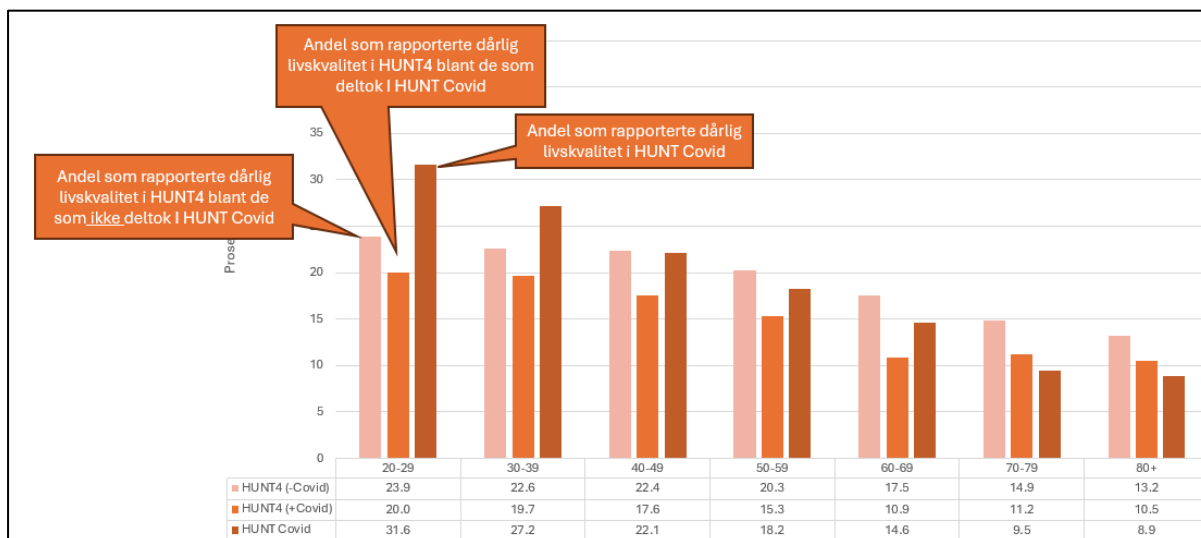
	Helt uenig	Ganske uenig	Litt uenig	Verken enig eller uenig	Litt enig	Ganske enig	Helt enig
.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Figur 4 Spørsmål og koding av spørsmål som er brukt i rapporten.

2.4 Analyser og tolkning

Tallene som presenteres i denne rapporten formidles ved hjelp av enkle figurer, og viser prosentandeler innen aldersgrupper og kjønn som har gitt et bestemt svar. Noen av figurene viser endring etter alder og kjønn fra HUNT4 til HUNT Covid. Her gjør vi oppmerksom på at de som befinner seg innenfor en bestemt aldersgruppe i HUNT Covid ikke er nøyaktig de samme som i tilsvarende aldersgruppe i HUNT4 fordi alle deltakere er blitt 4 til 5 år eldre. Aldersgruppene består derfor dels av de samme deltakerne og dels av nye som kom inn i den aktuelle aldersgruppen siden HUNT4. Resultatene presenteres enkeltvis for Nord-Trøndelag, for Sør-Trøndelag og for Trondheim. Merk at figurene som presenterer Sør-Trøndelag inkluderer Trondheim.

Figurene som viser endringer i helse fra HUNT4 og HUNT Covid trenger en leseveiledning. Vi har valgt dårlig livskvalitet for kvinner (figur 5) som eksempel (se under). Søylene til høyre (mørk farge) viser andel som rapporterte dårlig livskvalitet i HUNT Covid-undersøkelsen. De midterste søylene viser andel som rapporterte dårlig livskvalitet i HUNT4-undersøkelsen blant de som deltok i HUNT Covid, og søylene til venstre viser andel som rapporterte dårlig livskvalitet i HUNT4-undersøkelsen blant de som ikke deltok i HUNT Covid. På denne måten ser vi at de som deltok i HUNT Covid hadde lavere andel med dårlig livskvalitet i HUNT4-undersøkelsen, enn de som ikke deltok i HUNT Covid. Dette indikerer at det ikke er helt tilfeldig hvem som deltok i HUNT Covid-undersøkelsen. Vi vil rimeligvis anta at befolkningsandelen som opplevde dårlig livskvalitet i den perioden data til HUNT Covid ble samlet inn, egentlig er noe høyere enn det våre tall viser.



Figur 5 Fortolkning av noen figurer i rapporten.

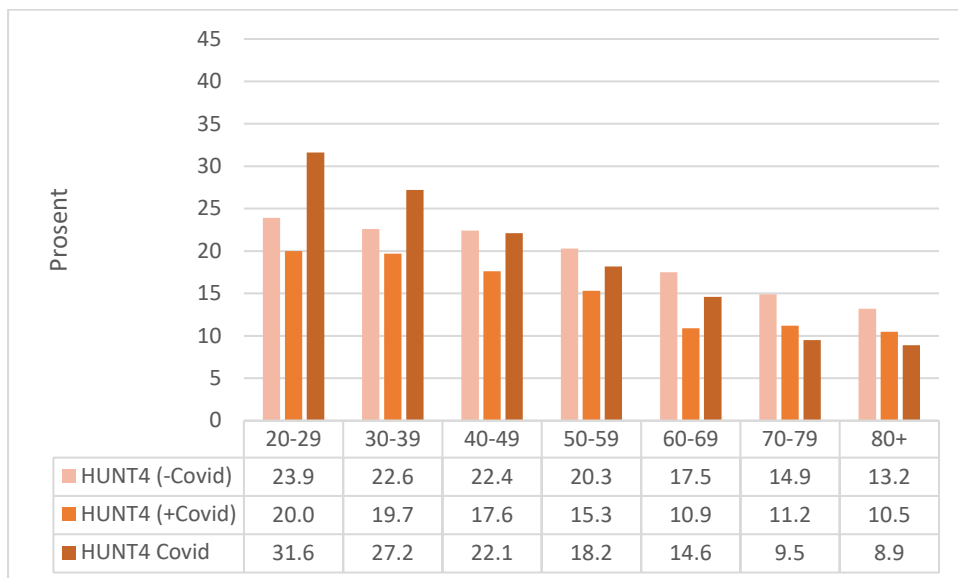
Gitt mulige skjevheter i undersøkelsen utvalg, er det altså en viss usikkerhet knyttet til hvor godt resultatene beskriver helsetilstanden i befolkningen generelt. Analyser av tidligere HUNT-undersøkelser, og fra HUNT4, har vist at det blant de som ikke deltok er en høyere andel menn og unge, samt en høyere andel med lavere utdanning og dårligere helse, sammenliknet med dem som deltok [7, 8]. Som det er vist i figur 2 og i vedleggstabell 1 og 2 i denne rapporten så varierer også deltakelsen i HUNT Covid med alder, kjønn og utdanningsnivå. Det er vanskelig å si sikkert hvordan dette påvirker resultatene som presenteres i rapporten, men vi antar at helsetilstanden kan fremstå noe bedre i rapporten enn det som ville vært tilfellet dersom alle hadde deltatt.

Resultatene fra HUNT4 og HUNT Covid viser et øyeblikksbilde (tverrsnitt) av helsetilstanden i befolkningen og som hovedregel kan man ikke si noe om hvilke faktorer som forårsaker forekomstene og endring i forekomst som vi ser. Det kan være nærliggende å tolke endringene vi observerer i helsetilstand mellom HUNT4 og HUNT Covid som en konsekvens av pandemien og/eller smitteverntiltakene. Selv om pandemien kan ha påvirket helse og levevaner i befolkningen eller i grupper av befolkningen, har helsetilstanden vært, og vil fortsette å være i endring, også uavhengig av pandemier.

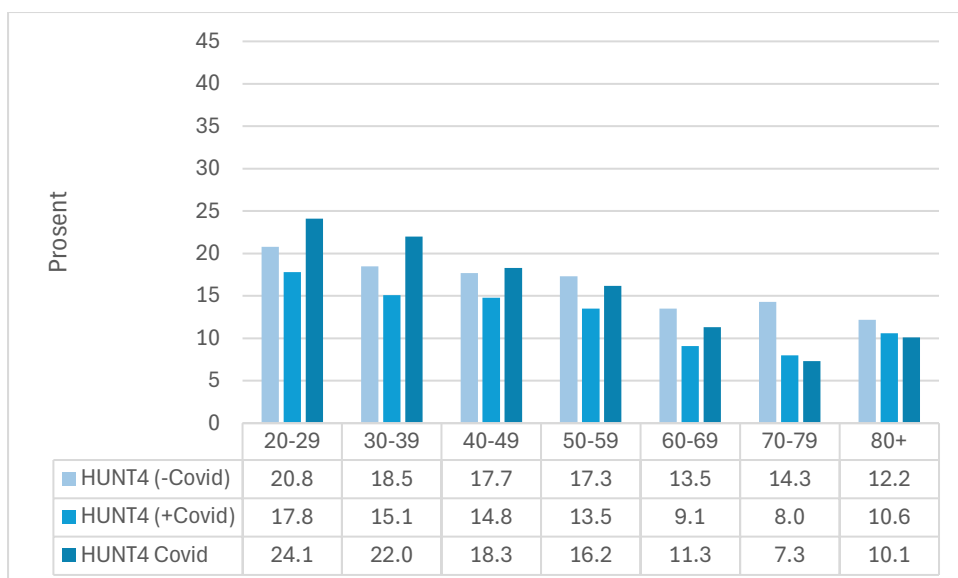
3. Endringer i helse fra HUNT4 til HUNT Covid

Livskvalitet

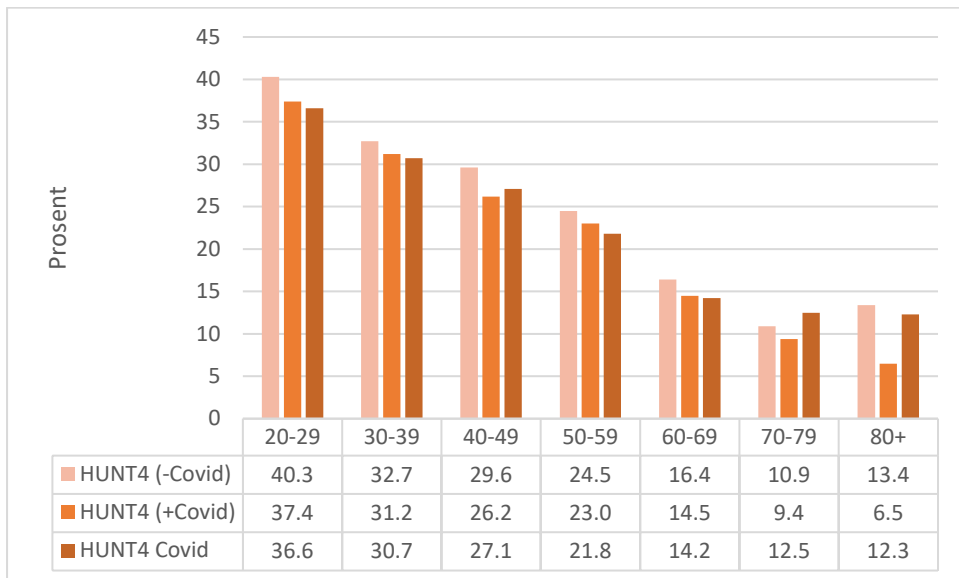
I Nord-Trøndelag er andelen som rapporterte dårlig livskvalitet HUNT Covid høyere enn den var i HUNT4 for alle aldersgrupper under 70 år. For personer over 70 år er denne andelen litt lavere. I Sør-Trøndelag er forskjellene mindre: blant personer under 70 år har andelen som rapporterte dårlig livskvalitet økt noe for menn, mens den er nokså uendret for kvinner. For personer over 70 år i Sør-Trøndelag har andelen som rapporterte dårlig livskvalitet økt for begge kjønn.



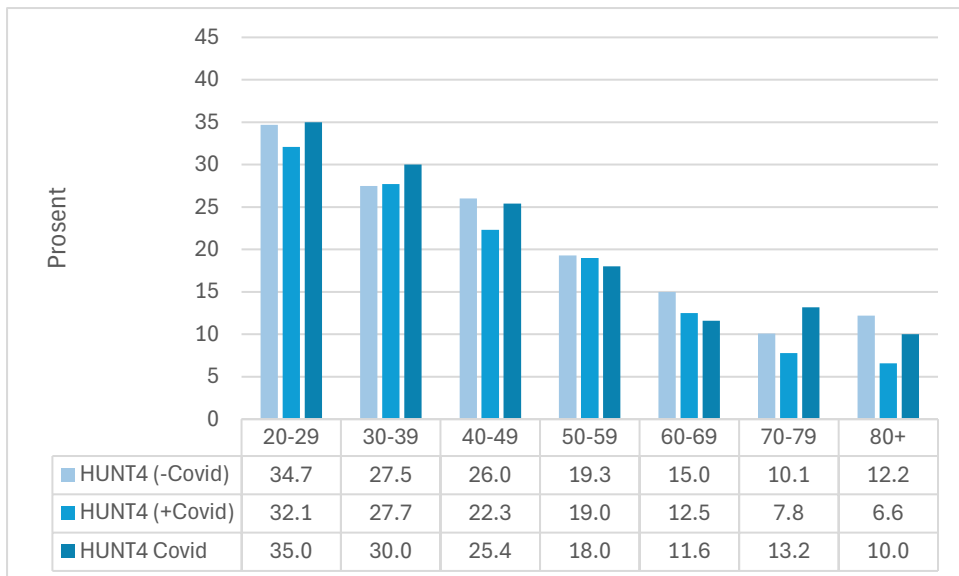
Figur 6 Andel kvinner som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.



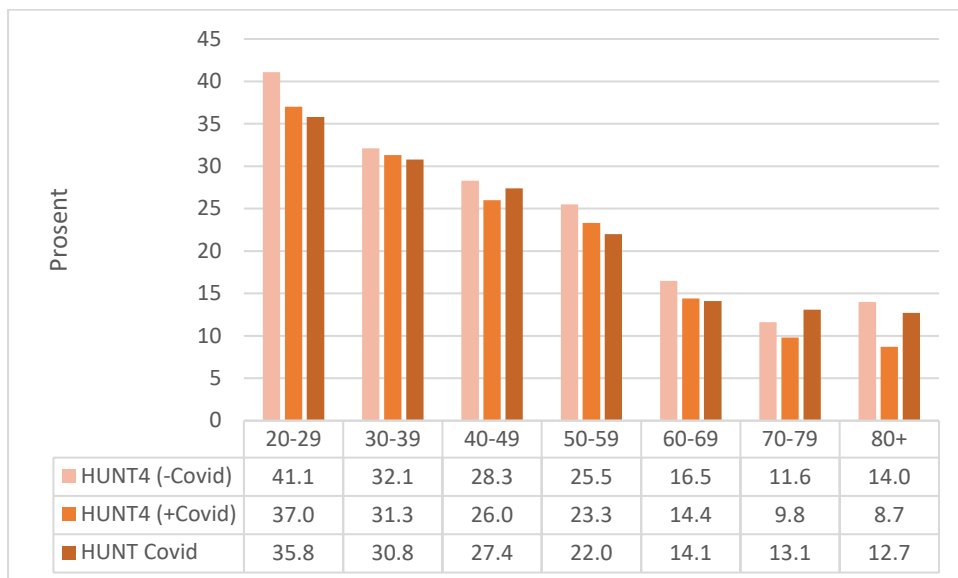
Figur 7 Andel menn som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.



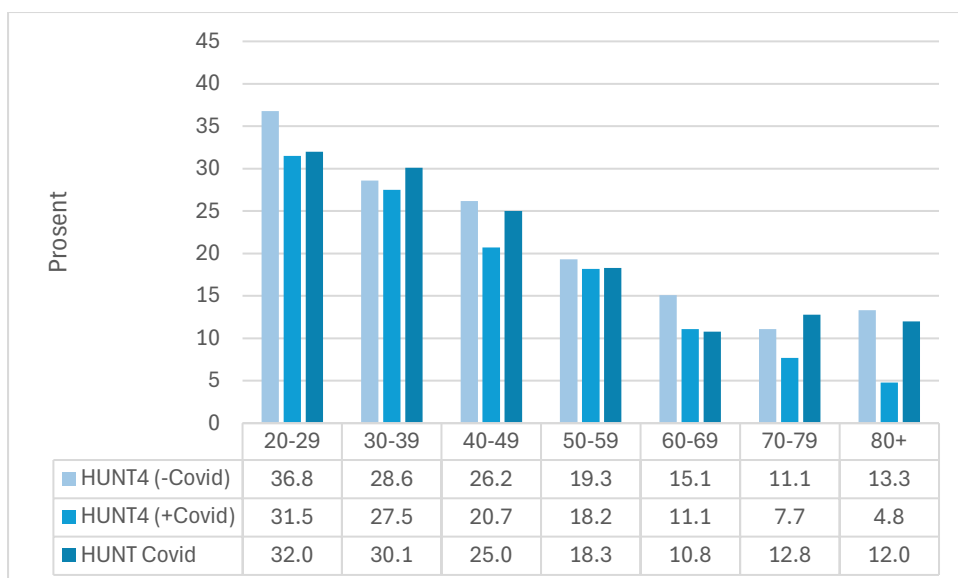
Figur 8 Andel kvinner som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag



Figur 9 Andel menn som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag



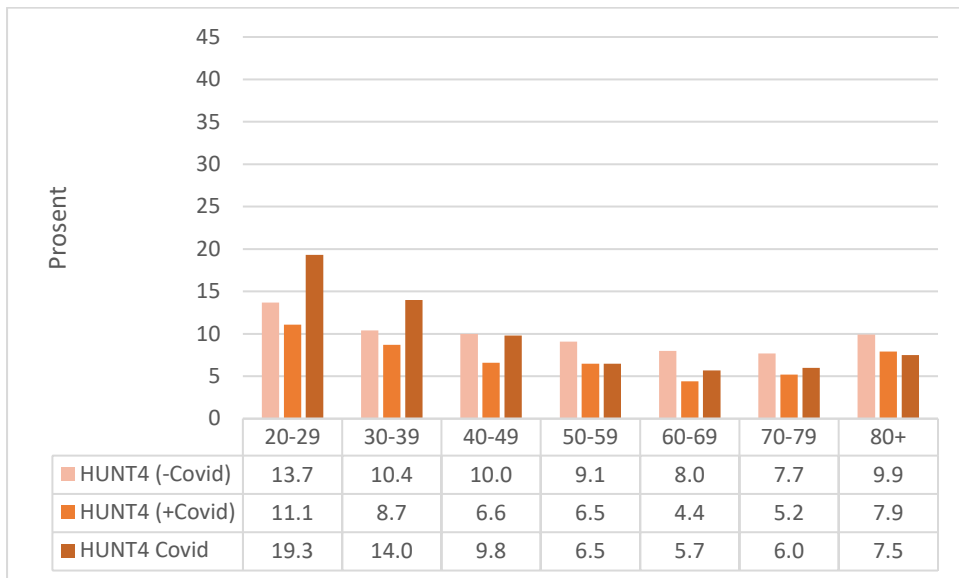
Figur 10 Andel kvinner som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim



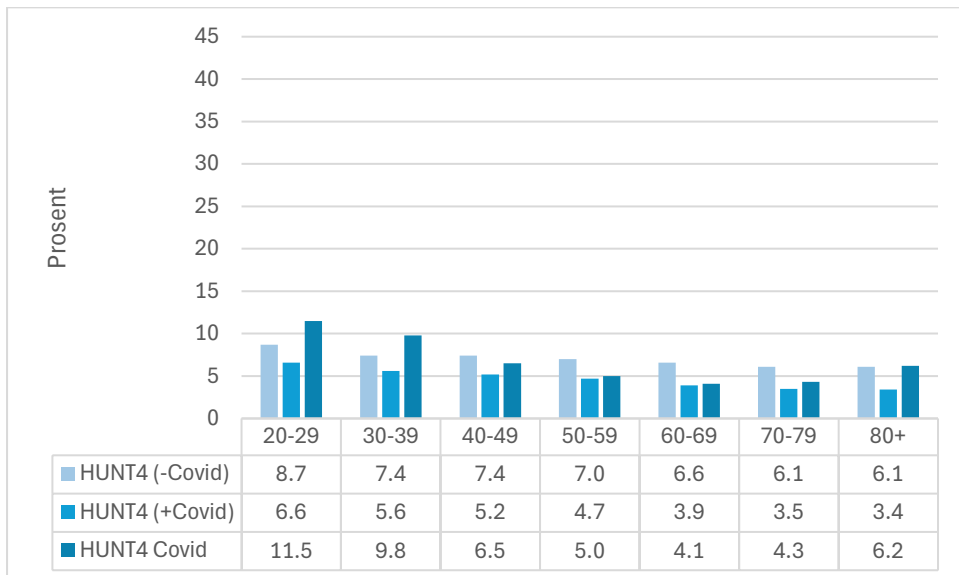
Figur 11 Andel menn som rapporterer dårlig livskvalitet etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim

Psykiske helseplager

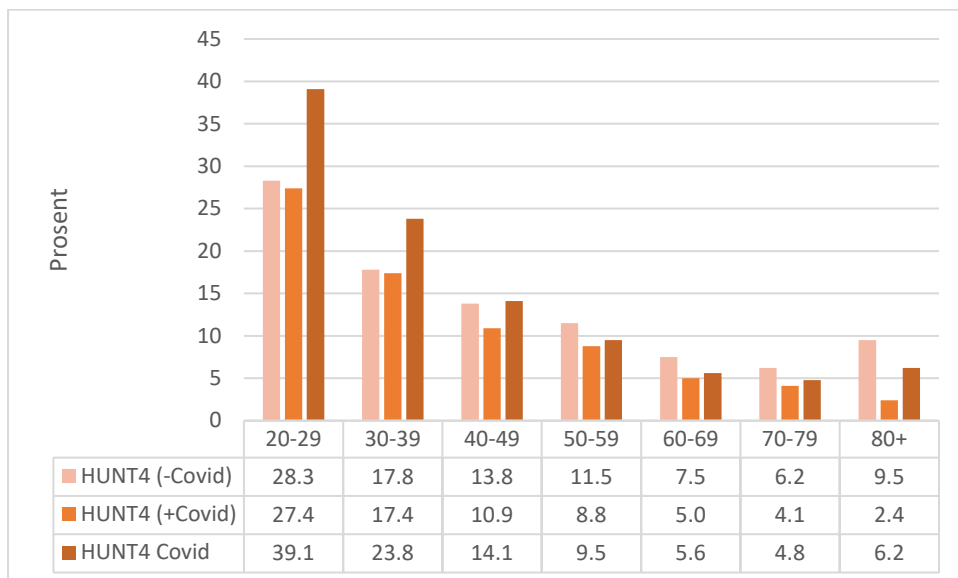
En høyere andel rapporterte om psykiske helseplager i HUNT Covid sammenlignet med HUNT4. Dette gjelder for begge kjønn og de aller fleste aldersgrupper. Andelen er en god del høyere i Sør-Trøndelag enn i Nord-Trøndelag. Økningen er tydeligst blant de yngste aldersgruppene, som også før pandemien hadde høyest forekomst. Forekomsten av psykiske helseplager er også gjennomgående noe høyere blant kvinner enn blant menn.



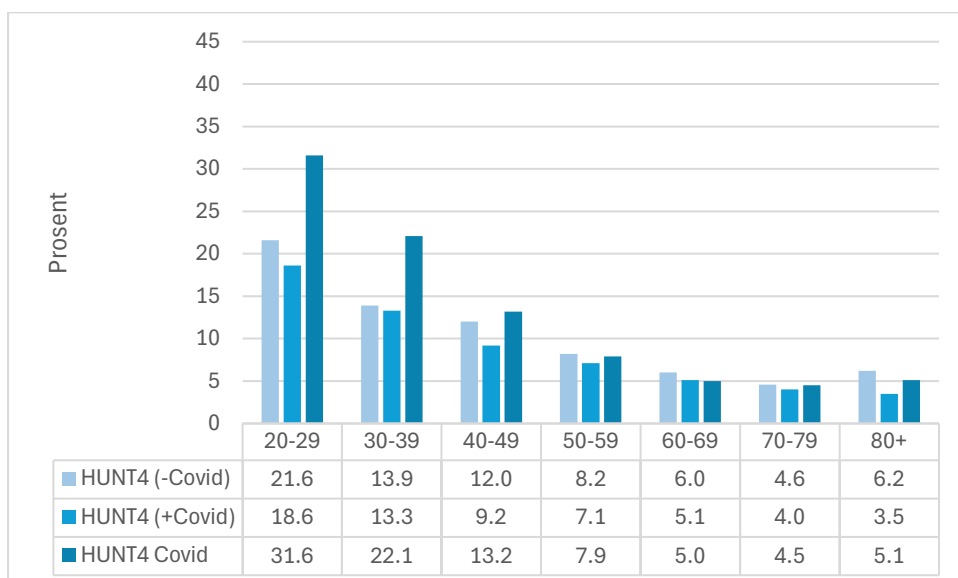
Figur 12 Andel kvinner som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.



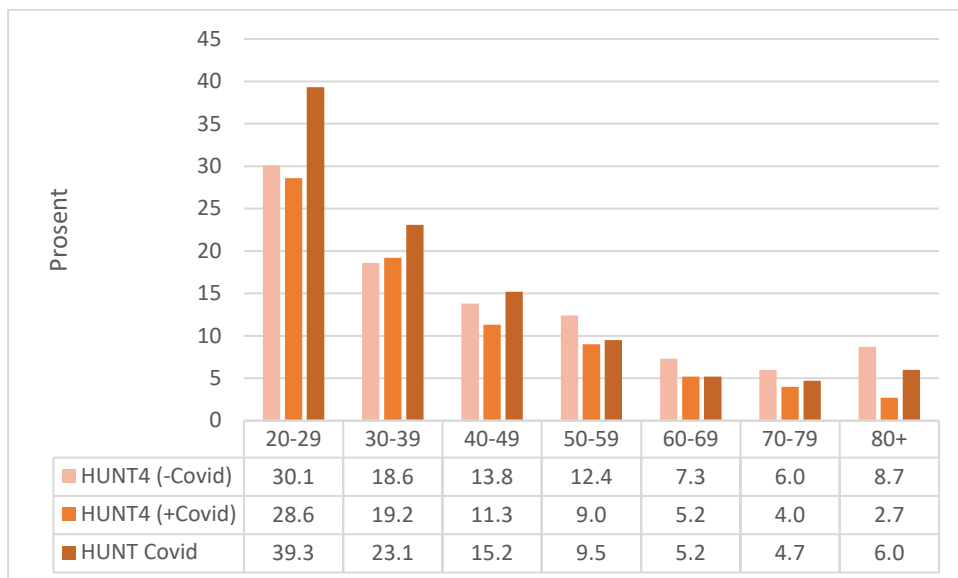
Figur 13 Andel menn som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.



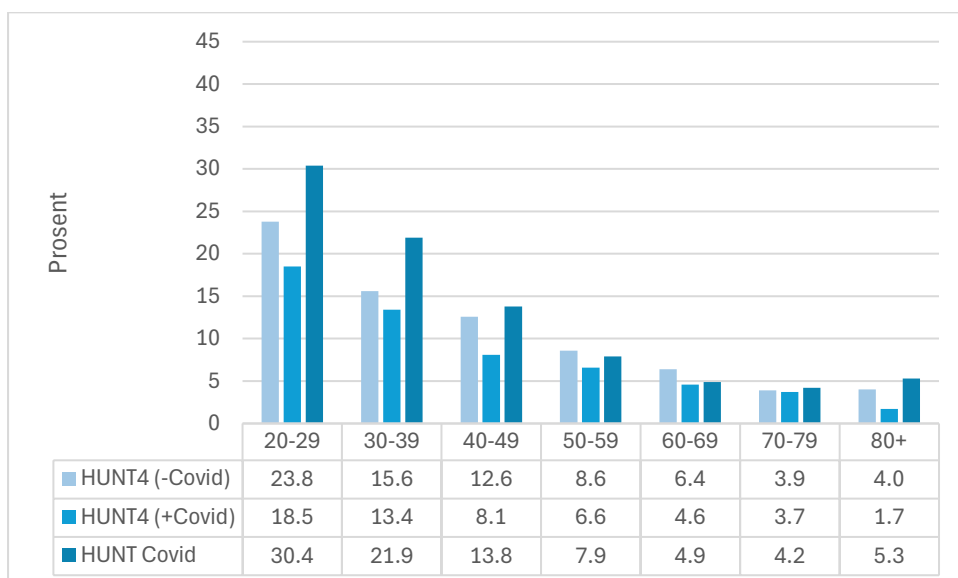
Figur 14 Andel kvinner som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag



Figur 15 Andel menn som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag



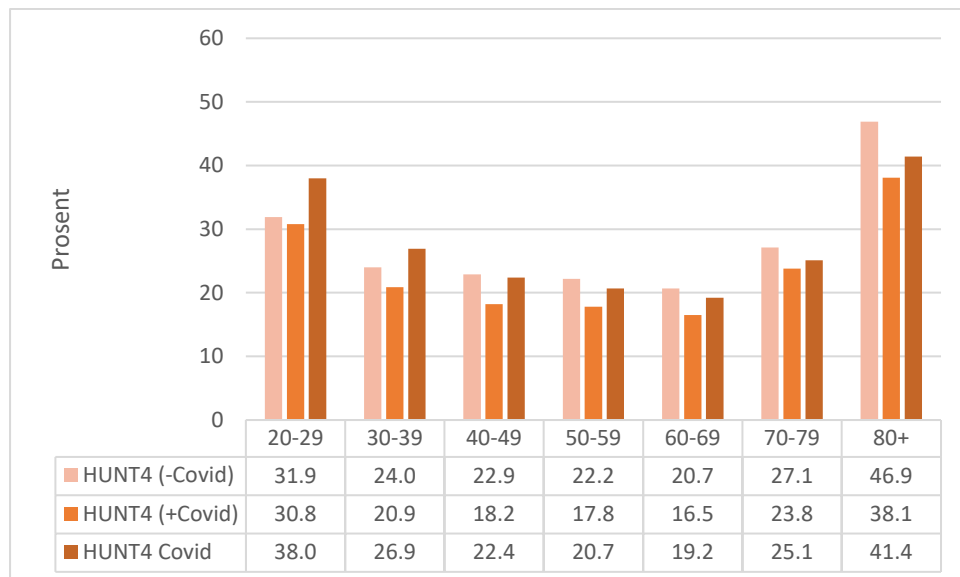
Figur 16 Andel kvinner som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim



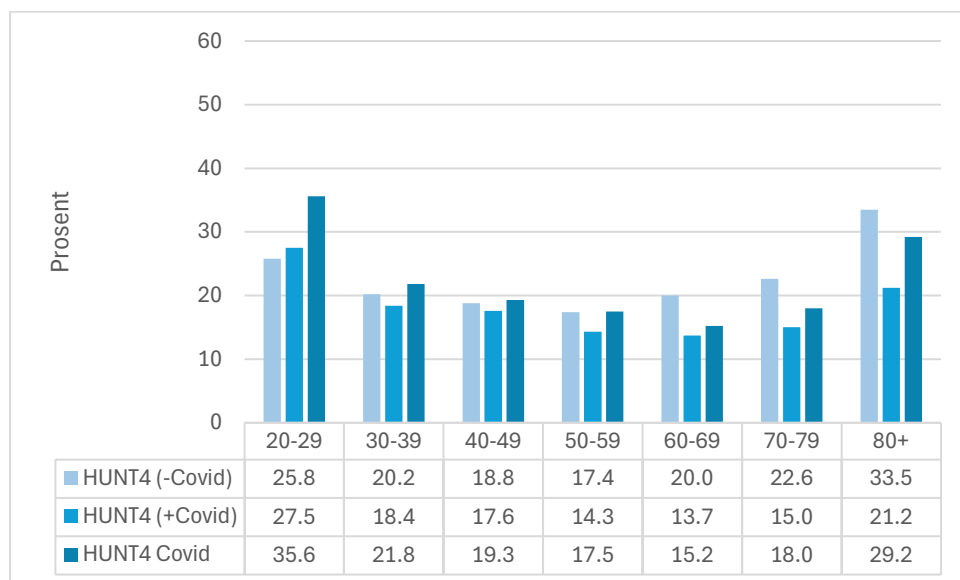
Figur 17 Andel menn som rapporterer moderat eller høyt nivå av psykiske helseplager siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim

Ensomhet

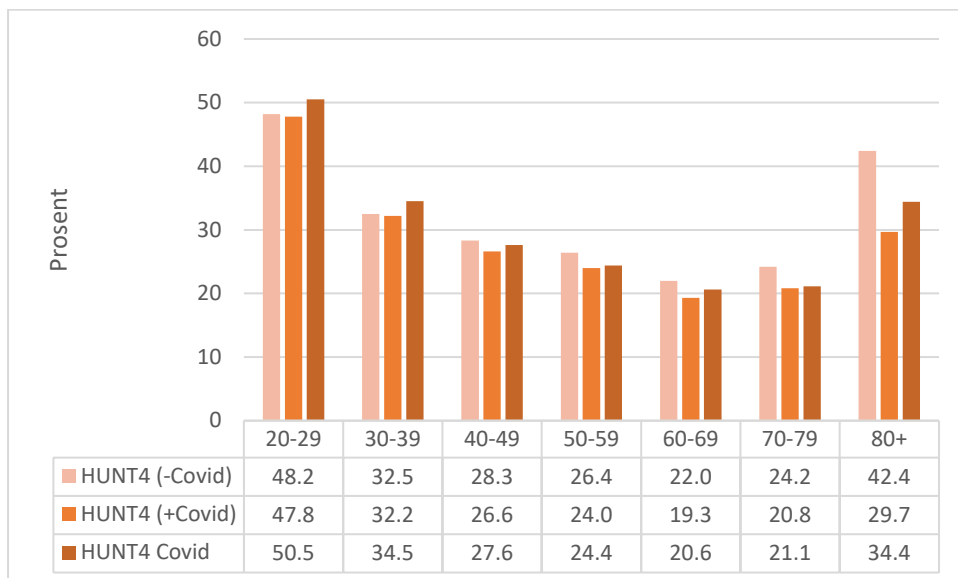
Som før pandemien er det blant de yngste og eldste deltagerne at høyest andel svarer at de føler seg ensomme. Andelen er gjennomgående noe høyere i Sør-Trøndelag enn i Nord-Trøndelag. For de aller fleste aldersgrupper er andelen som rapporterer om ensomhet høyere i HUNT Covid enn i HUNT4. Unntaket er menn i aldersgruppene 40-69 år i Sør-Trøndelag der andelen er lik eller noe lavere.



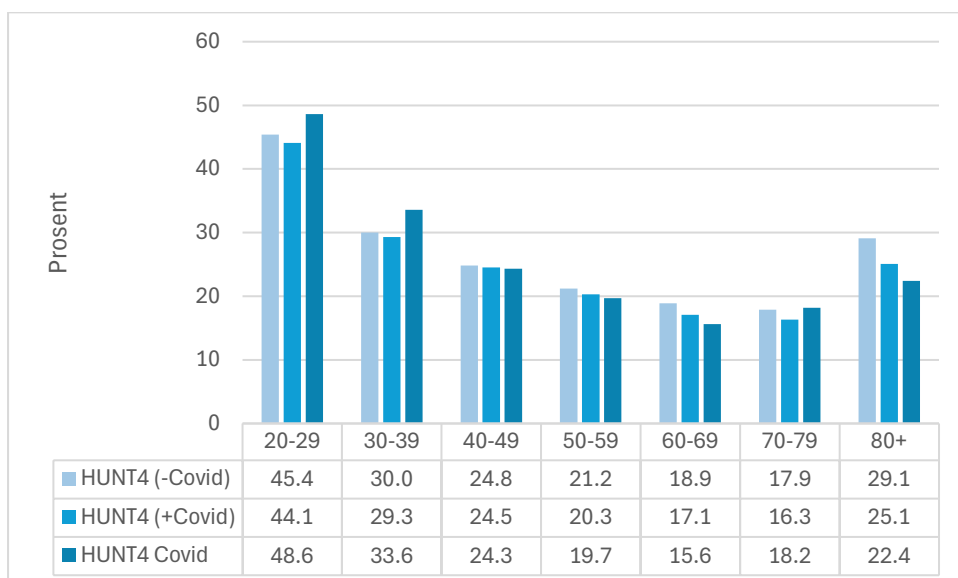
Figur 18 Andel kvinner som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.



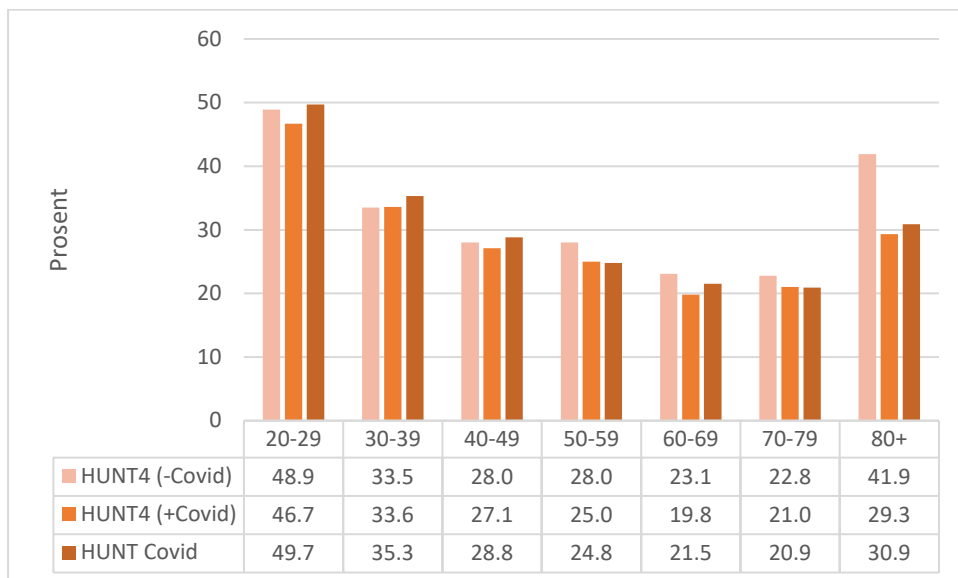
Figur 19 Andel menn som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Nord-Trøndelag.



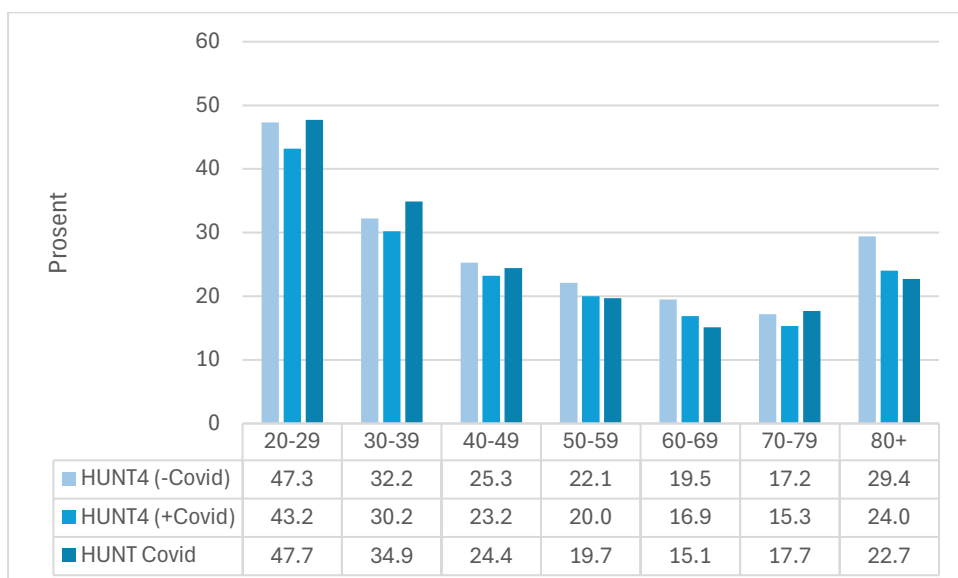
Figur 20 Andel kvinner som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag



Figur 21 Andel menn som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Sør-Trøndelag



Figur 22 Andel kvinner som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim.



Figur 23 Andel menn som oppgir at de har følt seg ensomme siste 2 uker etter aldersgruppe i HUNT4 og HUNT Covid. Trondheim.

Endringer i levevaner

Figurene som viser endringer i levevaner presenteres som vedlegg til rapporten. Andel kvinner og menn som rapporterer at de drikker alkohol oftere enn 2 til 3 ganger i uka viser små endringer i frekvensen av alkoholbruk fra HUNT4 til HUNT Covid (vedleggsfigur 1 til 6). Tendensen for begge kjønn og i de fleste aldersgruppene er stabilitet eller en nedgang i andelen som rapporterer at de ofte drikker alkohol. Unntaket ser ut til å være den yngste aldersgruppen der det er en liten økning. Det er også en økning i den eldste aldersgruppen i Nord-Trøndelag.

Andelen kvinner og menn som rapporterer at de minst én gang har bedrevet friluftsliv siste 6 måneder er stabilt høy, men tendensen er en liten nedgang i alle aldersgrupper og for begge kjønn (vedleggsfigur 7 til 12). Den mest markante nedgangen finner vi i den eldste aldersgruppen.

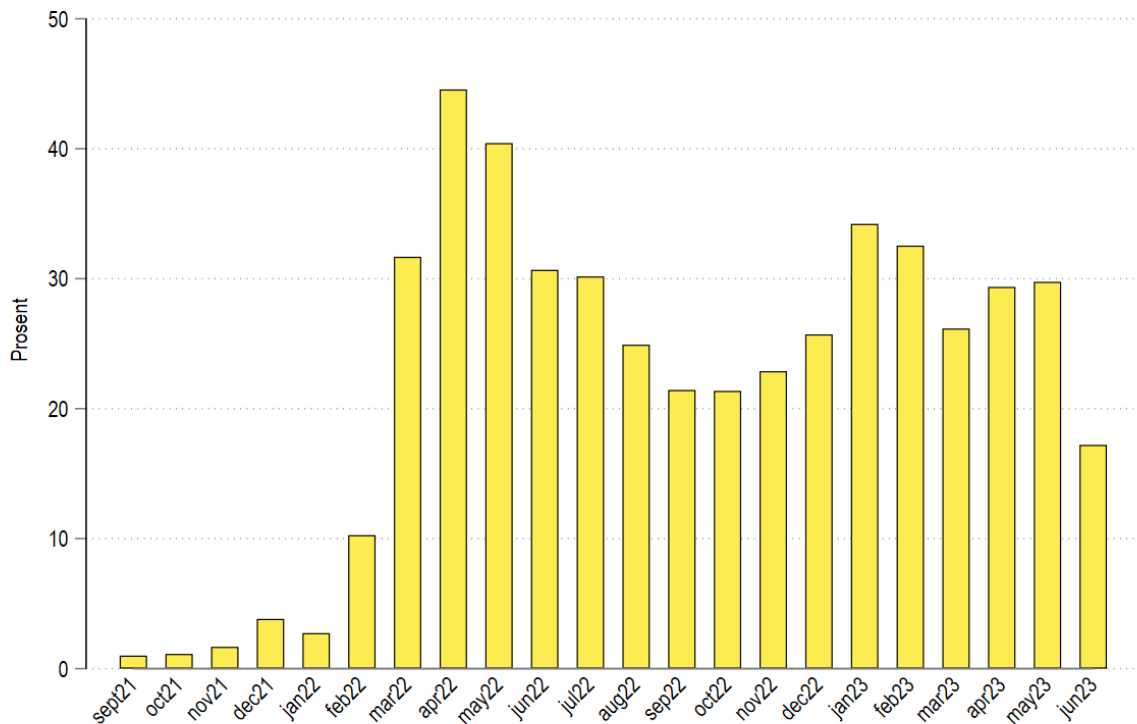
Andelen kvinner og menn som rapporterer at de mosjonerer daglig tyder gjennomgående på små endringer (vedleggsfigur 13 til 18). I Nord-Trøndelag finner vi en nedgang blant de yngste og eldste mennene og i Sør-Trøndelag og Trondheim er det en nedgang i den yngste aldersgruppen blant menn. For kvinner er det stabilt nivå eller en økning i andelen som rapporterer daglig fysisk aktivitet fra HUNT4 til HUNT Covid.

4. Opplevelsen av Covid-pandemien

Gjennomgått infeksjon basert på antistoff-testing i Nord-Trøndelag

Figur 24 viser andelen som ifølge blodprøve hadde gjennomgått koronainfeksjon før de deltok i HUNT Covid², fremstilt i forhold til måned for deltakelse i Nord-Trøndelag i tidsrommet fra september 2021 til juni 2023. I denne perioden begynte de såkalte omikronvariantene å dominere. Mens det høsten 2021 var små andeler som fikk påvist gjennomgått infeksjon på deltakingstidspunktet, steg andelene kraftig i februar, mars og april 2022. Andelen med påvisbar gjennomgått infeksjon før deltakelse sank deretter før en ny økning begynte i oktober/november 2022. Andelen deltakere med påvist gjennomgått infeksjon var lav blant de som deltok helt på slutten av datainnsamlingen sommeren 2023. Fordi det er uklart hvor lenge antistoffer etter gjennomgått infeksjon holder seg på et målbart nivå i blodet, kan ikke Figur 24 betraktes som er direkte uttrykk for smittetrykket i befolkningen på deltakelsestidspunktet. Ulike kommuner ble invitert på ulike tidspunkt, og figuren reflekterer derfor også i noen grad geografisk variasjon i smitte. Den gir imidlertid en indikasjon på hvor mange som med stor sikkerhet hadde gjennomgått koronainfeksjon på det tidspunktet de svarte på spørsmålene i HUNT-Covid. Samlet for alle deltakere i HUNT-Covid i Nord-Trøndelag var denne andelen 22 %.

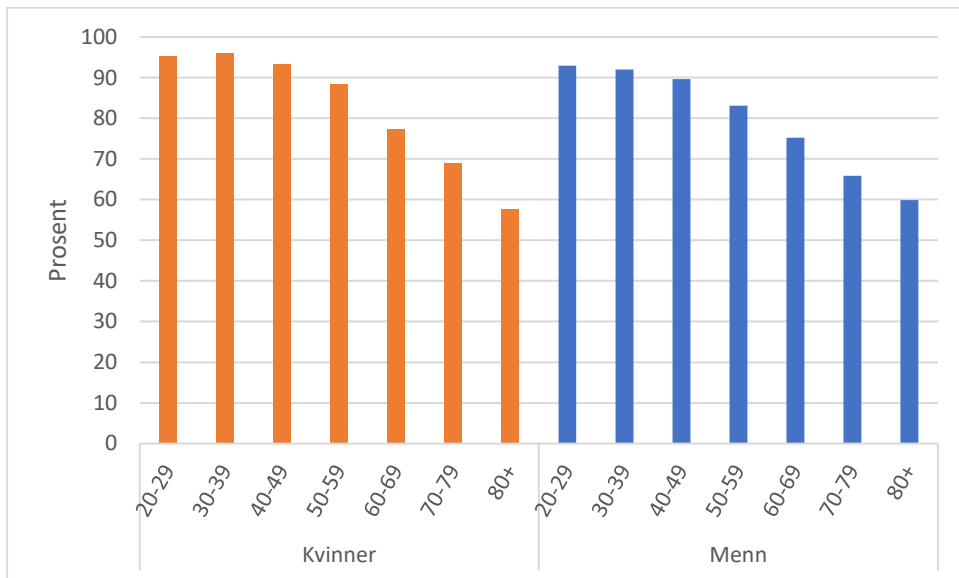
² Serologisk undersøkelse som viste om de hadde utviklet antistoffer som skyldes smitte (Nucleocapsid-protein)



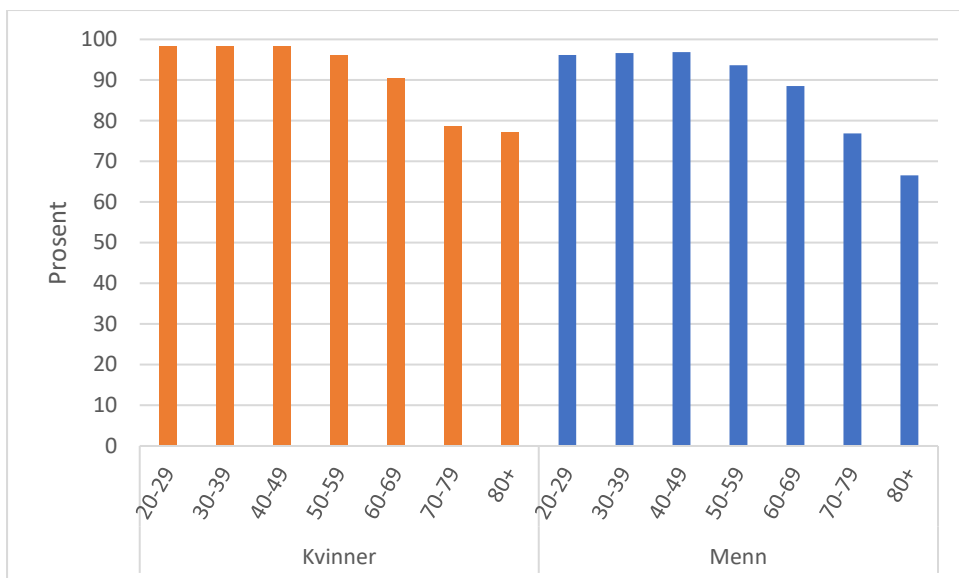
Figur 24 Andel deltakere som hadde antistoffer i blodet forenlig med tidligere gjennomgått Covid-19-infeksjon i HUNT Covid i Nord-Trøndelag, etter måned for deltakelse. Merk at ulike kommuner deltok på ulike tidspunkt og at det er usikkerhet rundt hvor lang tid etter infeksjon antistoffene er målbare i blodet. Figuren gir derfor ikke et direkte bilde av smittetrykket i Trøndelag gjennom pandemien.

Selvrapportert testing for Covid

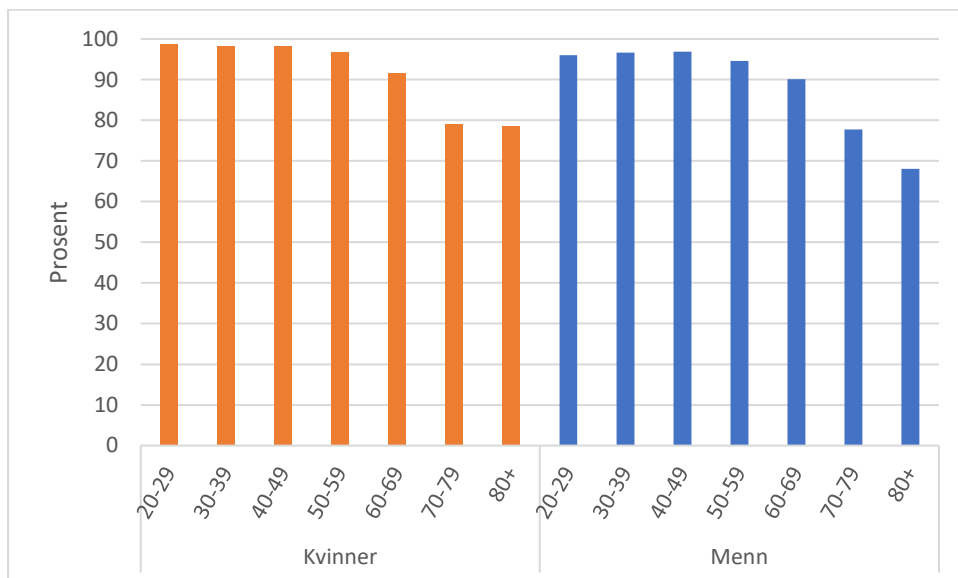
Den generelle trenden i Trøndelag som helhet er at de yngre aldersgruppene i større grad rapporterer at de har vært testet for koronaviruset. Andelen faller noe fra og med femtiårene. Det er hovedsakelig små kjønnsforskjeller, men generelt ser det ut til at kvinnene har svakt høyere andeler som rapporterer om testing enn menn. I Nord-Trøndelag (se Figur 25) oppgir rundt 90 % av de mellom 20 og 49 år å ha blitt testet. Den laveste testandelen var blant de som var 80 og eldre, hvor rundt 60 % hadde blitt testet. Trenden er lik i Sør-Trøndelag (Figur 26), men her er andelen jevnt over høyere. Også de opp til 69 år rapporterer om nær 90 % testandel. Andelen faller til litt under 80 % for 70 til 70-årsperioden. For de som er 80 og eldre er det flere kvinner enn menn som rapporterer å ha blitt testet, nær 80 % mot nær 70 %. Trenden for Trondheim (Figur 27) er svært lik trenden for Sør-Trøndelag. Store andeler av de fra 20 til 59 rapporterer å ha blitt testet, mot rundt 80 % for de på 70 år og over. Igjen er det færre menn enn kvinner blant de på 80 år og over som rapporterer om testing.



Figur 25 Andel som rapporterer å ha vært testet for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Nord-Trøndelag.



Figur 26 Andel som rapporterer å ha vært testet for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Sør-Trøndelag.



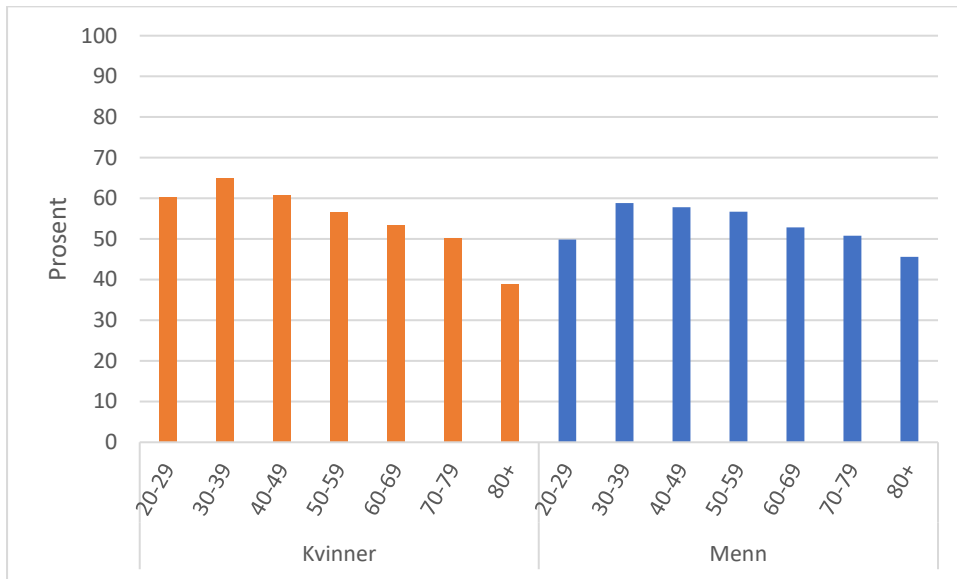
Figur 27 Andel som rapporterer å ha vært testet for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Trondheim.

For de som rapporterer å ha testet positivt for Covid i Nord-Trøndelag (Figur 28), varierer andelen mellom 40 % og 65 % i de ulike aldersgruppene. Smitten var høyest blant kvinner i trettiårene (rundt 65 %), og lavest blant kvinner på 80 år og eldre (nesten 40 %). Det var mindre variasjon blant mennene, hvor de i trettiårene hadde en andel på nesten 60 %, og de på 80 år og eldre på cirka 45 %. Det var en tydelig forskjell på kvinner og menn i tjuårene, hvor 60 % av kvinnene rapporterte om smitte, mot kun 50 % av mennene. Det er verdt å merke seg at disse andelene er klart høyere enn andelen som har påvisbare antistoffer i blodet ved deltakelsestidspunktet (Figur 24), noe som kan være forenlig med at mange deltakere hadde gjennomgått infeksjonen i lang tid før undersøkelsen og/eller ikke hadde utviklet antistoffer.

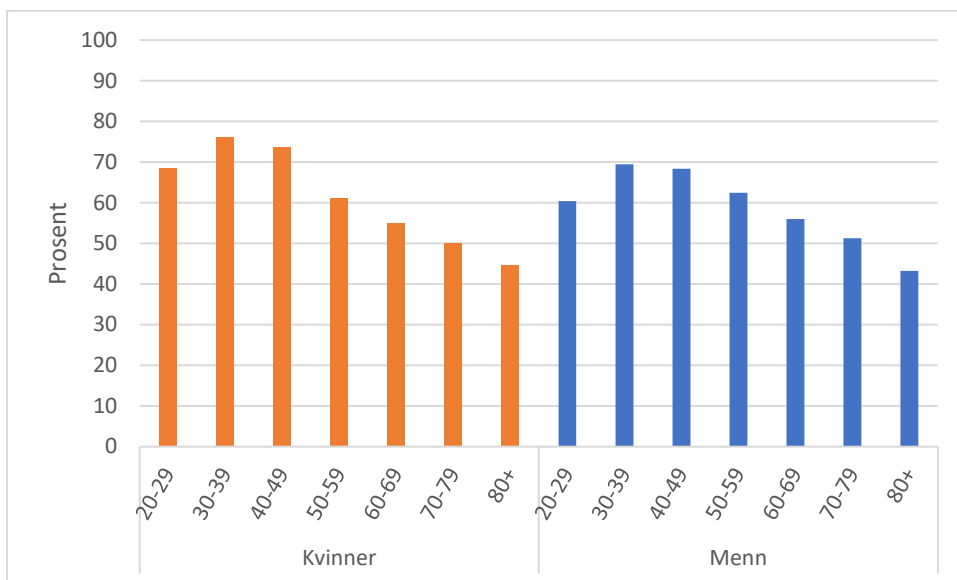
I Sør-Trøndelag (Figur 29) kan man merke seg at det er en generelt høyere andel av de yngre som rapporterer om smitte, og at blant disse rapporterer flere kvinner enn menn om smitte. Igjen er det i trettiårene at andelene er høyest, der 75 % av kvinnene og nesten 70 % av mennene rapporterer om smitte. Førtiåringene ligger like under dette for både kvinner og menn. Også her er det en tydelig forskjell blant kvinner og menn i tjuårene, hvor nesten 70 % av kvinnene rapporterer om smitte mot cirka 60 % av mennene. Fra 50-årene er andelene ganske like for menn og kvinner, og faller deretter med økende alder.

I Trondheim (Figur 30) er mønstrene de samme som for Sør-Trøndelag. Blant aldersgruppene fra 20 til og med 49 år er det noe høyere andeler av kvinner som rapporterer om smitte. Fra 50 og til og med 79 år er den selvrapporterte smitten høyere. Blant de på 80 og eldre er det igjen kvinnene som rapporterer om mest smitte.

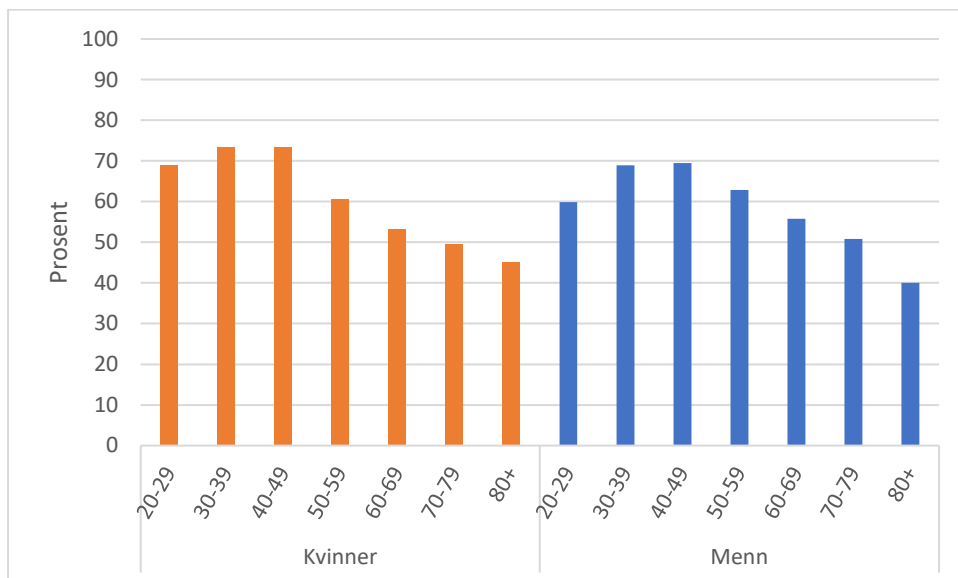
Selvrapportert Covid-smitte



Figur 28 Andel som rapporterer å ha testet positivt for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Nord-Trøndelag.



Figur 29 Andel som rapporterer å ha testet positivt for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Sør-Trøndelag.

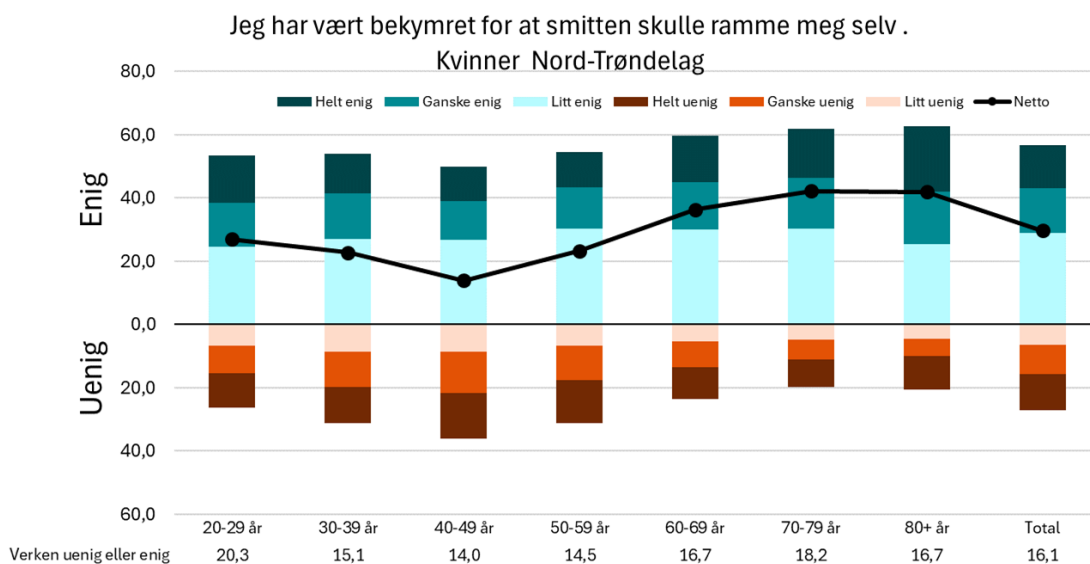


Figur 30 Andel som rapporterer å ha testet positivt for koronaviruset etter kjønn og aldersgrupper i Trondheim.

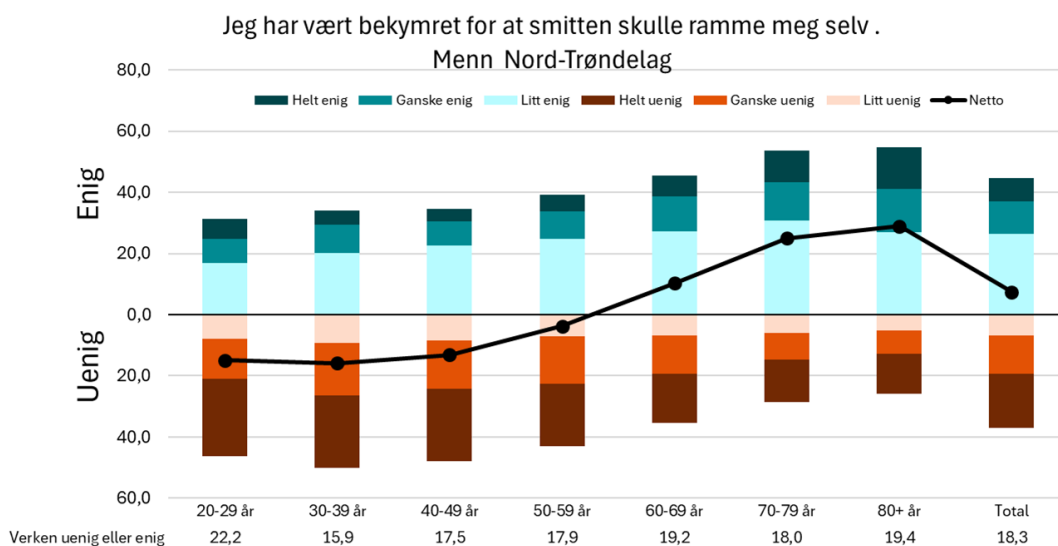
Det er verdt å merke seg at andelen deltakere som rapporterer å ha blitt vaksinert mot Covid, er svært høy. 98.6 % av alle kvinner og 98.9 % av alle menn i Nord-Trøndelag rapporterte at de var vaksinert. Tilsvarende tall for Sør-Trøndelag var respektive 98.4 % og 98.5 %. Ingen aldersgrupper hadde under 97 % vaksinerte. I en kartlegging utført av FHI i uke 38 i 2021 oppga 97 % at de enten hadde blitt vaksinert eller ønsket å vaksinere seg [1].

Bekymring for selv å skulle bli smittet med koronavirus

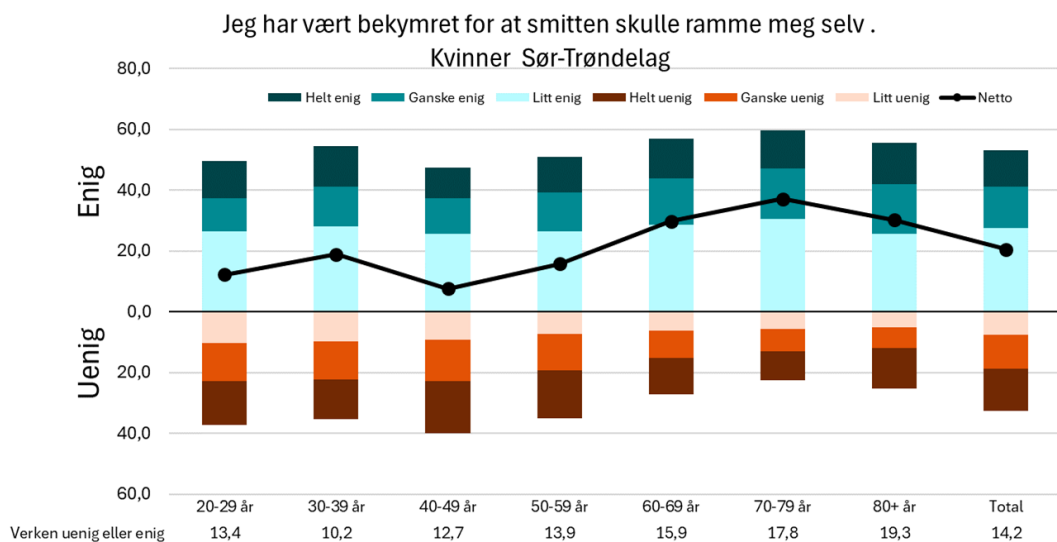
Flere kvinner enn menn oppgir at de har vært bekymret for å bli smittet med koronavirus. Andelen som oppgir at de har vært bekymret er høyest for aldersgruppene over 60 år og lavest for aldersgruppen 40-49 år. Andelene er jevnt over noe lavere i Sør-Trøndelag enn i Nord-Trøndelag. Blant kvinner er det flere som oppgir å ha vært bekymret enn ikke bekymret i alle aldersgrupper. Blant menn under 60 år oppgir flest at de ikke har vært bekymret.



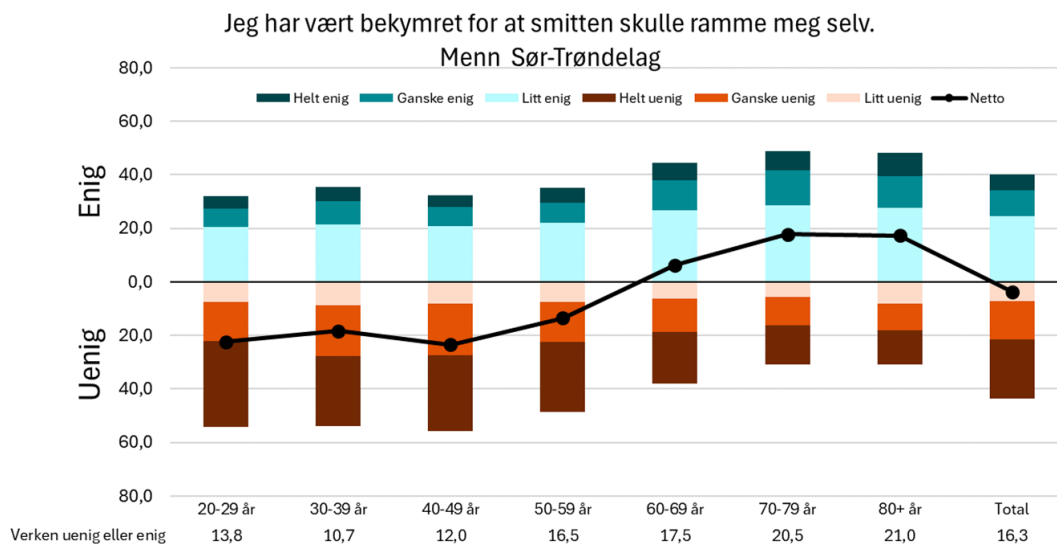
Figur 31 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Nord-Trøndelag.



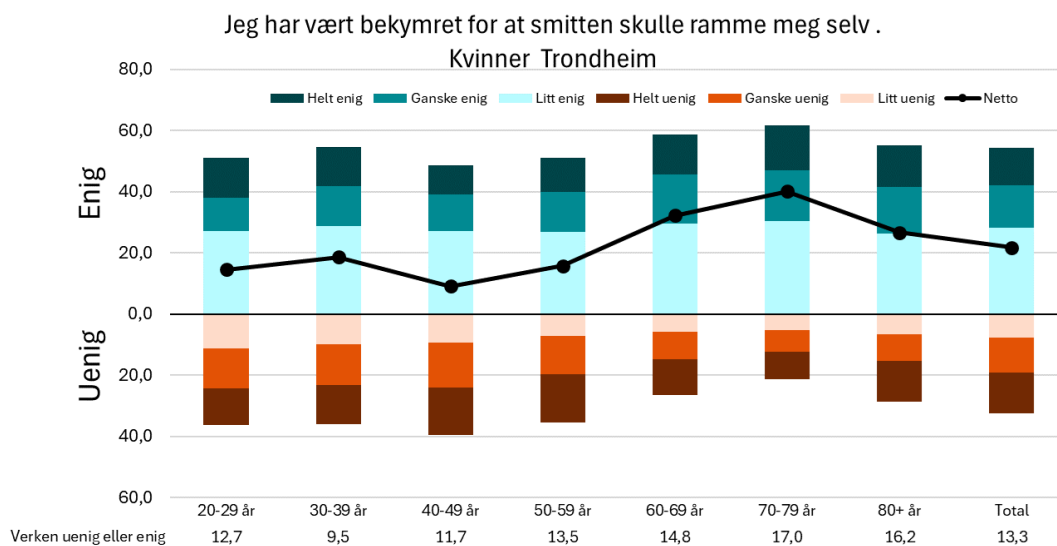
Figur 32 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Nord-Trøndelag.



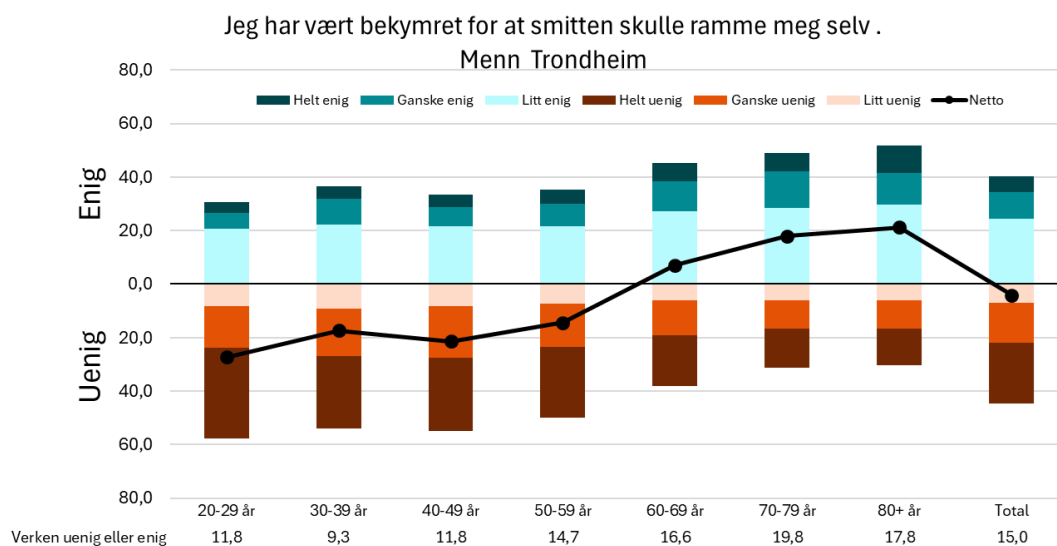
Figur 33 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Sør-Trøndelag.



Figur 34 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Sør-Trøndelag.



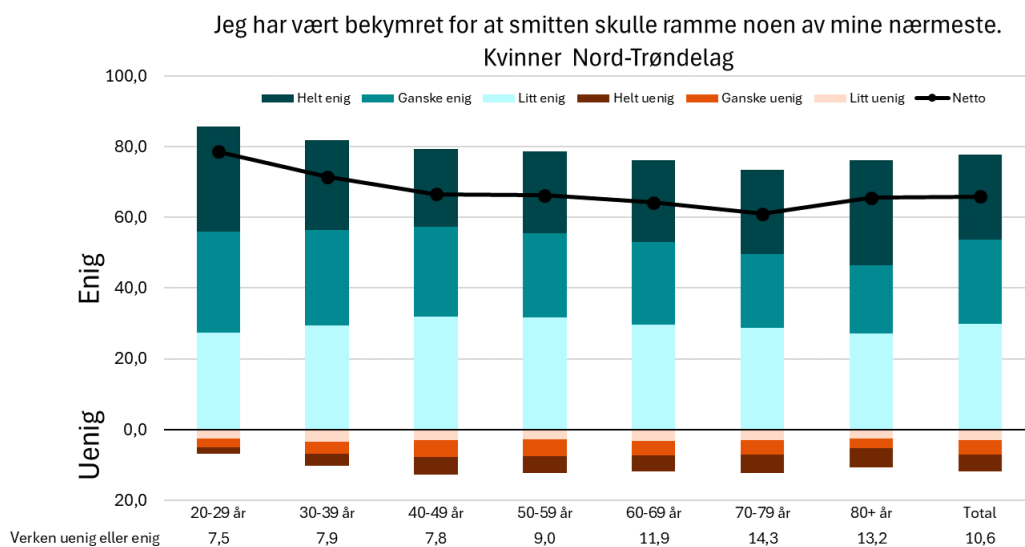
Figur 35 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Trondheim.



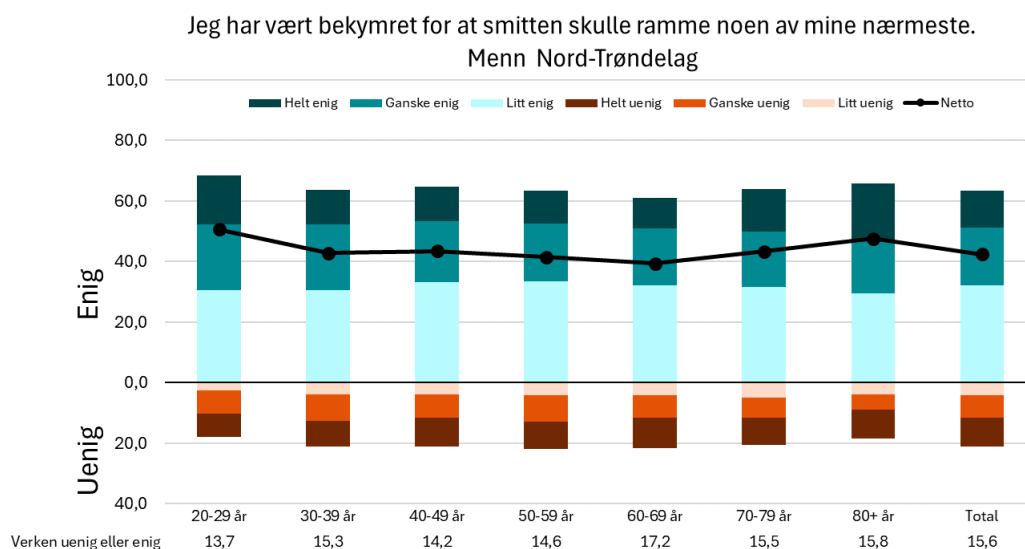
Figur 36 Andeler som uttrykker bekymring for selv å bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Trondheim.

Bekymring for at mine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus

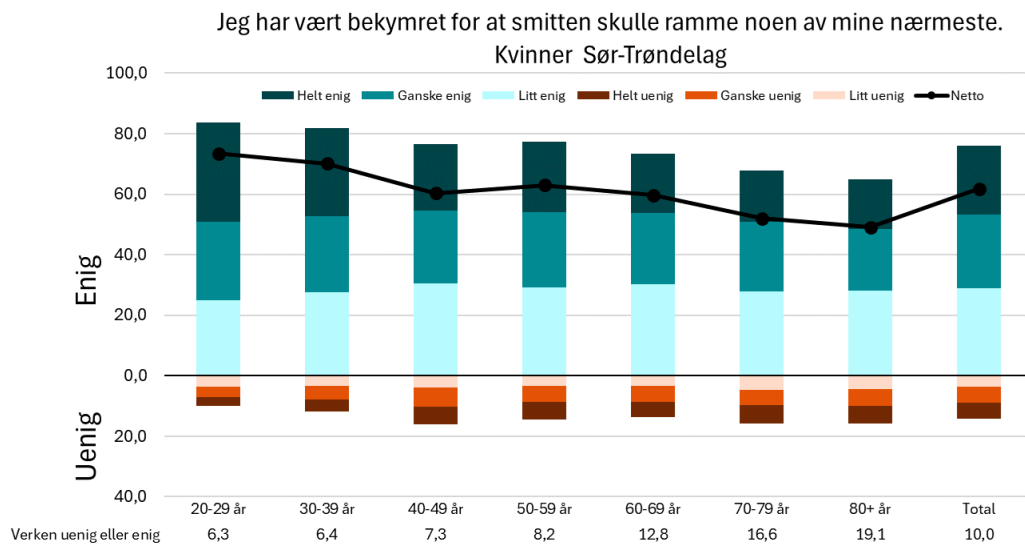
Det er mange flere som oppgir å ha vært bekymret for at andre skulle bli smittet med koronavirus enn at de selv skulle bli smittet. Det er i den yngste aldersgruppen, 20-29 år, at andelen er størst. Andelen er litt større blant kvinner enn blant menn.



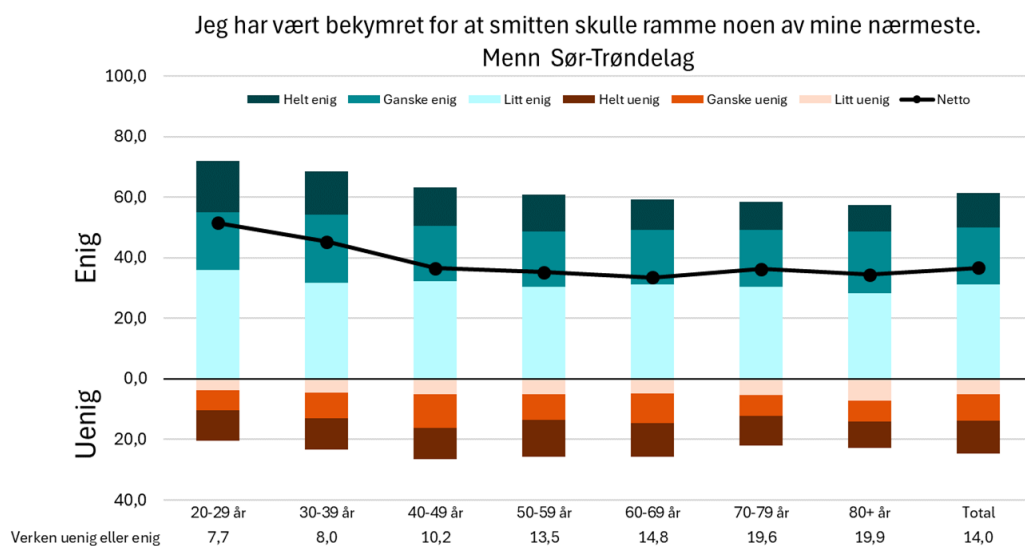
Figur 37 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Nord-Trøndelag.



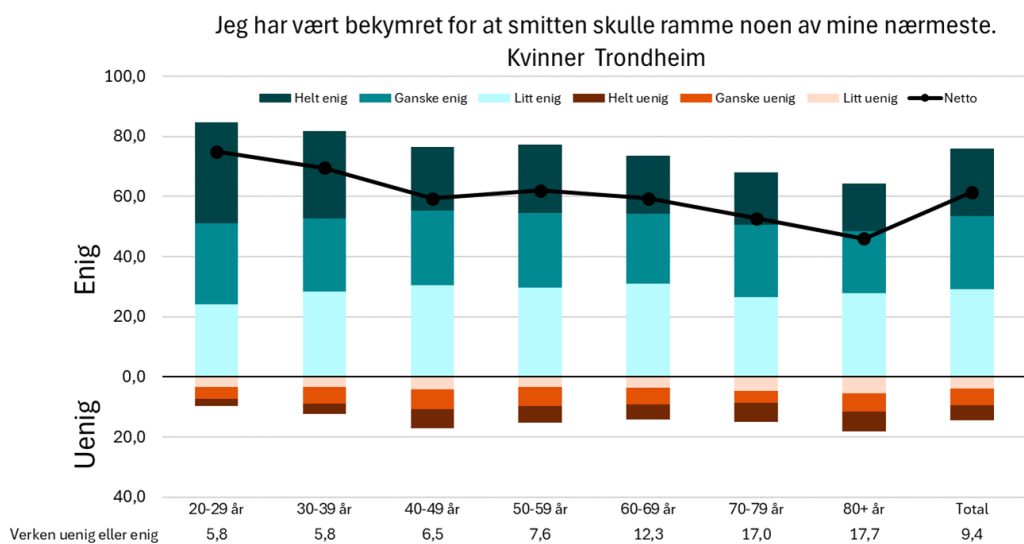
Figur 38 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Nord-Trøndelag.



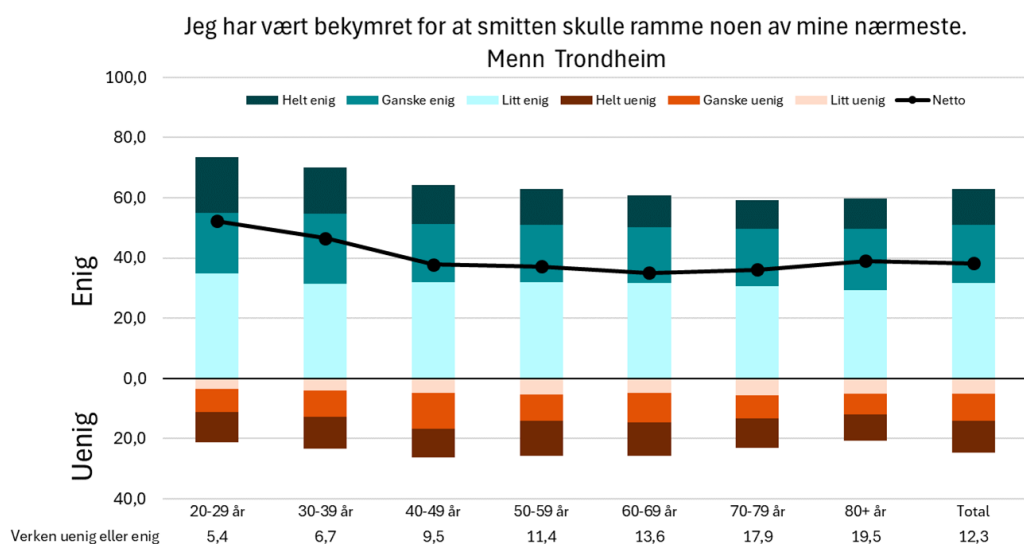
Figur 39 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Sør-Trøndelag.



Figur 40 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Sør-Trøndelag.



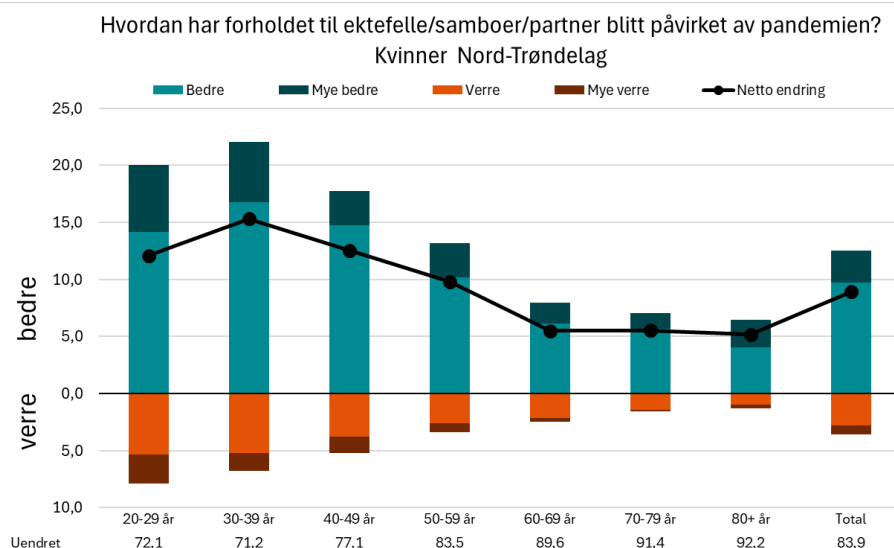
Figur 41 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Kvinner i Trondheim.



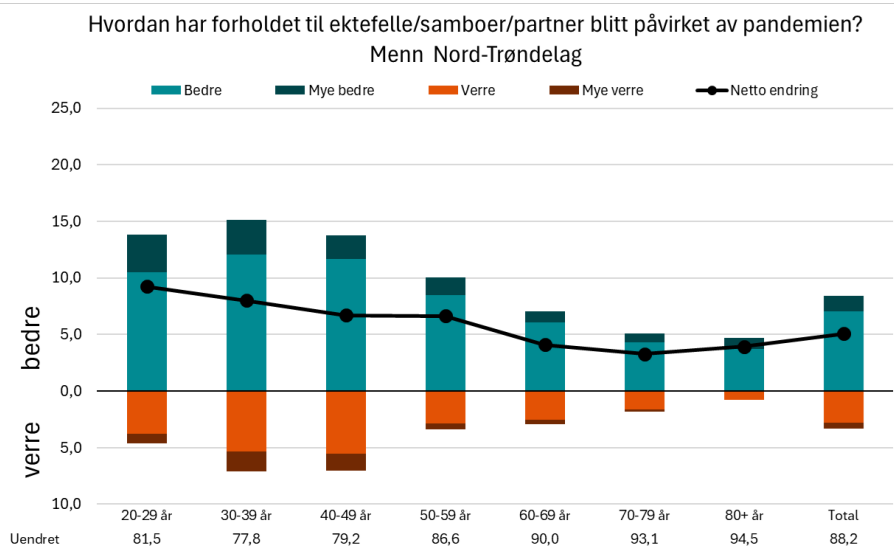
Figur 42 Andeler som uttrykker bekymring for at noen av sine nærmeste skulle bli smittet med koronavirus (fra «Helt enig» til «Helt uenig») etter alder. Menn i Trondheim.

Endring i forholdet til ektefelle/samboer under pandemien

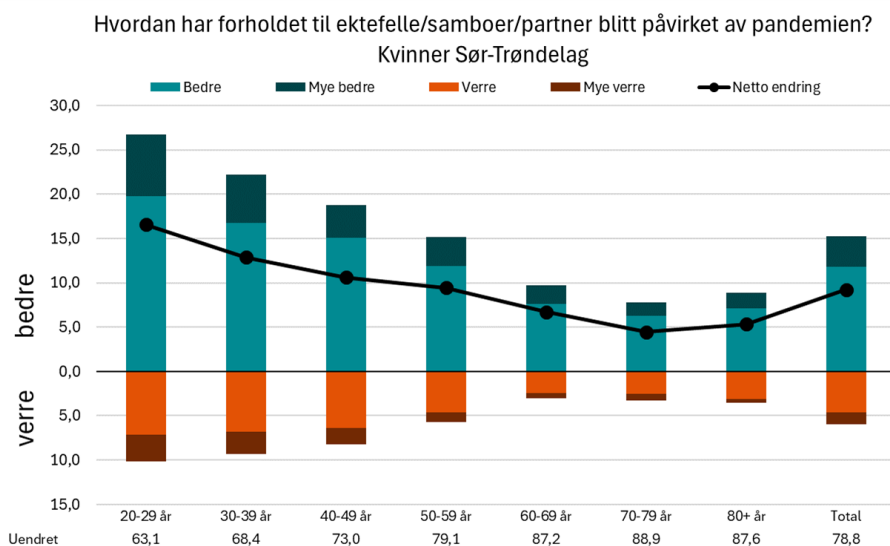
De aller fleste svarer at pandemien ikke har endret forholdet til ektefelle/samboer, og for de som mener at det er endret, er det flere som sier at det har blitt bedre enn som sier det har blitt verre. Andelen som synes at forholdet har blitt bedre er høyest blant aldersgruppene 30-39 år i Nord-Trøndelag og 20-29 år i Sør-Trøndelag. For eldre aldersgrupper er andelen lavere. Andelen er også noe høyere blant kvinner enn blant menn. Andelen som oppgir at forholdet har blitt verre er også høyest blant aldersgruppene under 50 år.



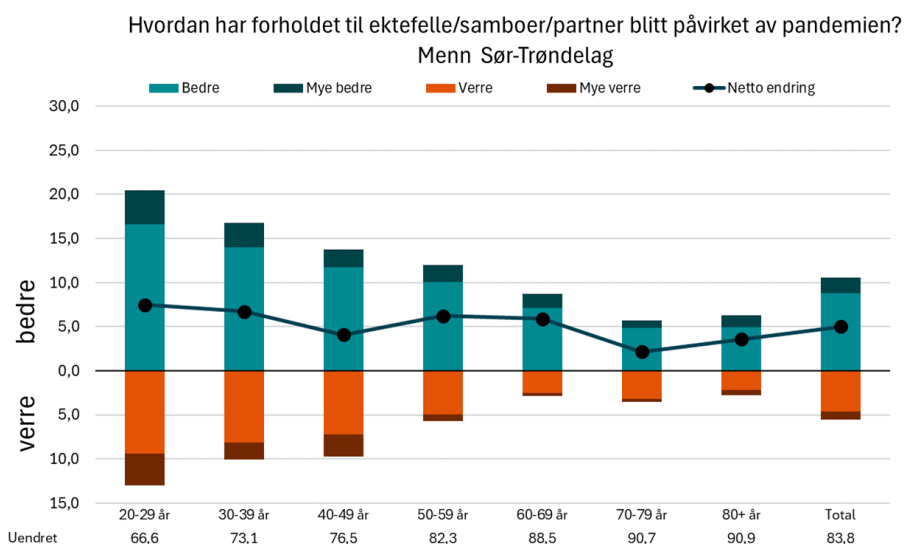
Figur 43 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Kvinner i Nord-Trøndelag.



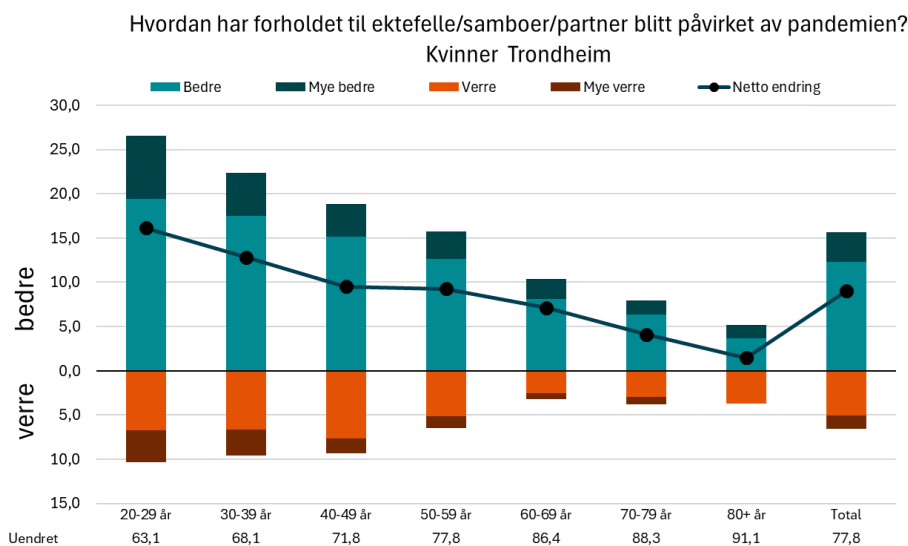
Figur 44 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Menn i Nord-Trøndelag.



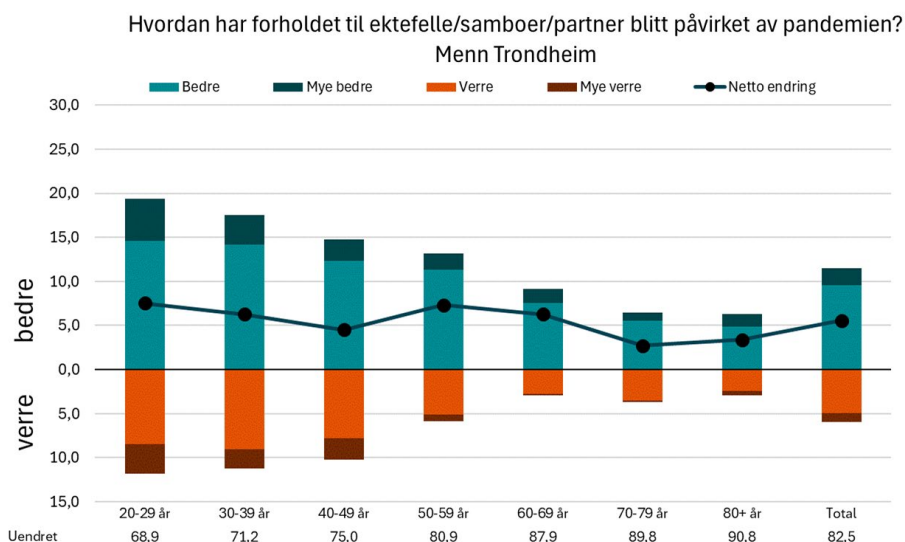
Figur 45 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Kvinner i Sør-Trøndelag.



Figur 46 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Menn i Sør-Trøndelag.



Figur 47 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Kvinner i Trondheim.



Figur 48 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til ektefelle/samboer under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre») etter alder. Menn i Trondheim.

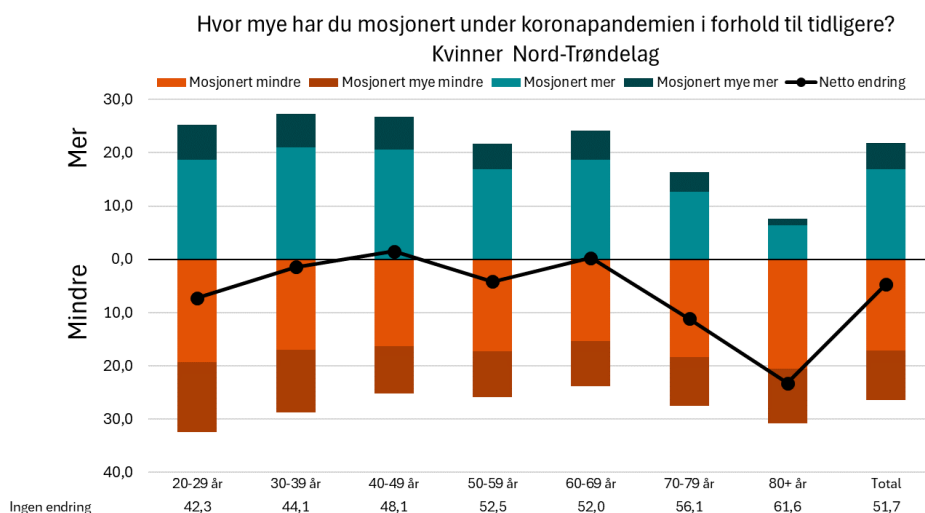
Endring i forholdet til barn som bor hjemme under pandemien

Figurene som viser endring i forholdet til barn som bor hjemme vises i vedlegg til rapporten (vedleggsfigurene 19 til 24). Rundt 70-90 % i de ulike aldersgruppene rapporterer om ingen endring i forholdet til barn som bor hjemme. Blant de som rapporterer om endring i forholdet, er endringen i hovedsak en bedring i forholdet til barna. Det er svært små andeler som rapporterer om en forverring i forholdet til barn som bor hjemme.

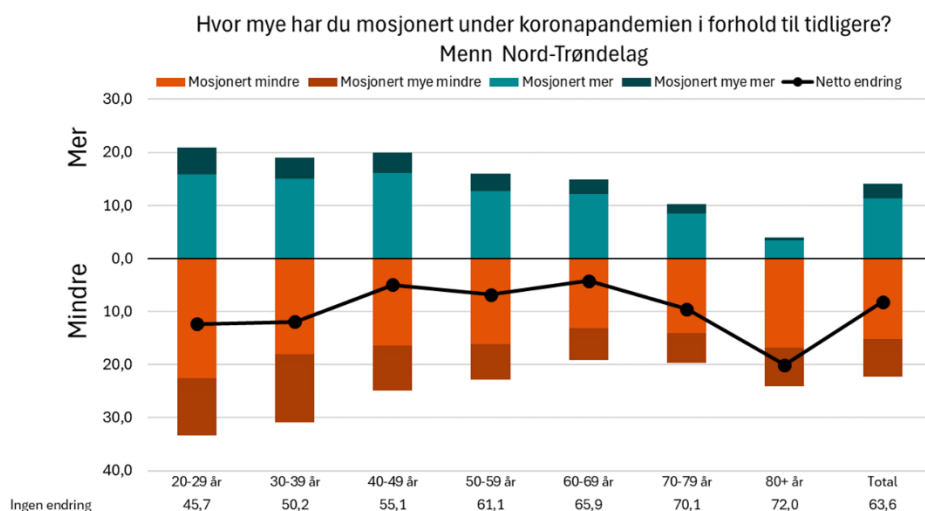
Endring i mosjonsvaner under pandemien

Blant deltagerne fra Nord-Trøndelag oppgir over halvparten at de mosjonerer like mye som før koronapandemien, 52 % blant kvinner og 64 % blant menn. Andelen som oppgir at de mosjonerer mindre er høyere enn andelen som oppgir at de mosjonerer mer. Andelen som oppgir at de ikke har endret vaner er høyere blant menn og andelen som oppgir at de mosjonerer mer er størst blant kvinner. Det er blant de eldste at færrest oppgir at de mosjonere mer enn før pandemien.

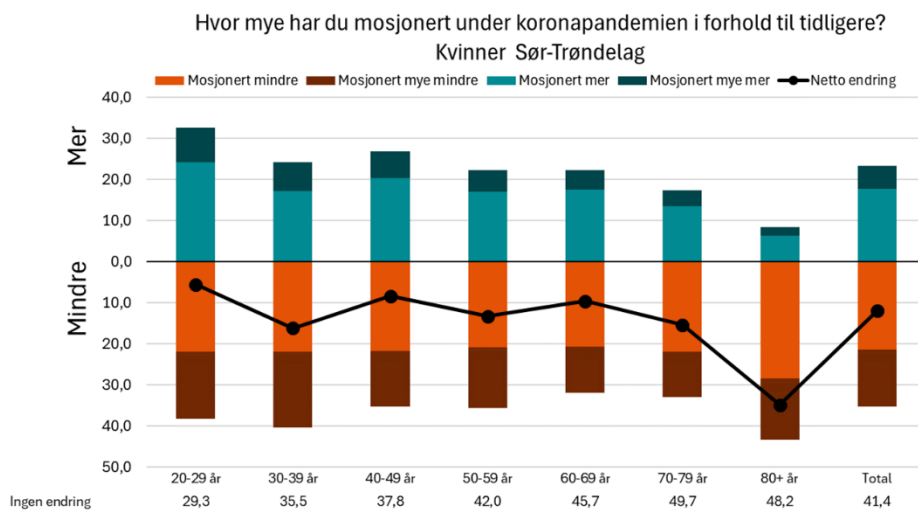
I Sør-Trøndelag er det en noe lavere andel som sier de ikke har endret vaner, 41 % blant kvinner og 52 % blant menn. Også her er det en større andel som oppgir at de mosjonerer mindre enn andelen som oppgir at de mosjonerer mer. Både i Nord- og Sør-Trøndelag er netto endring mest negativ for aldergruppen 80 år og eldre.



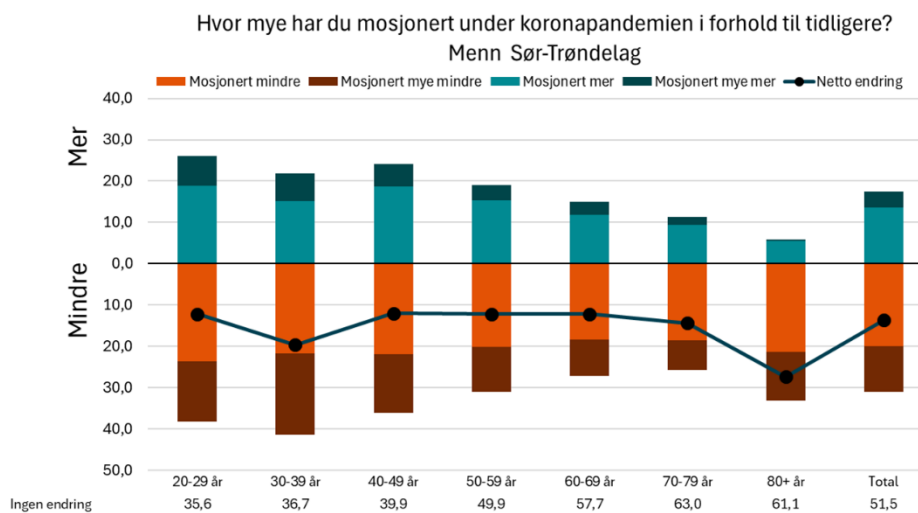
Figur 49 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Kvinner i Nord-Trøndelag.



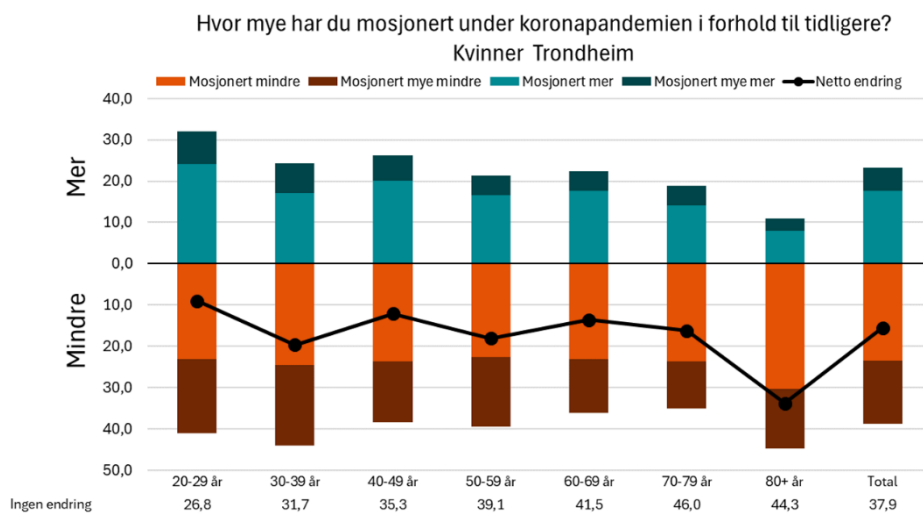
Figur 50 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Menn i Nord-Trøndelag.



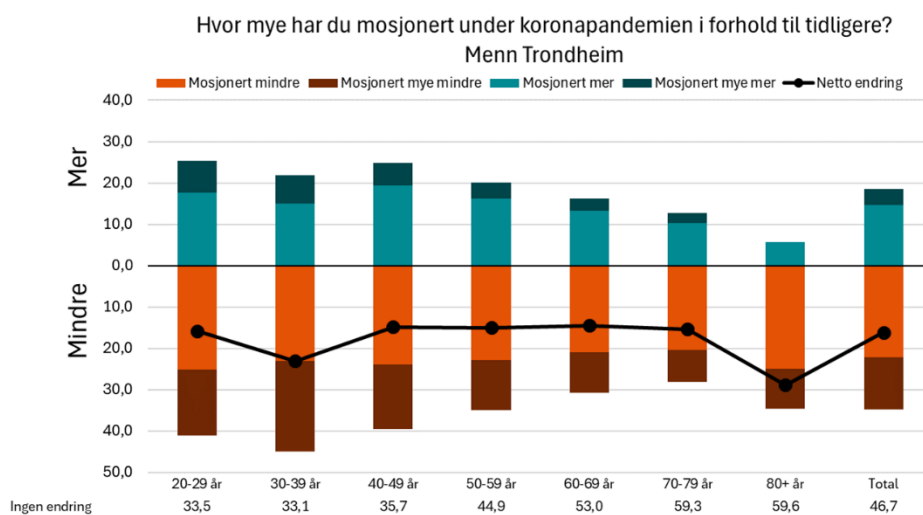
Figur 51 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Kvinner i Sør-Trøndelag.



Figur 52 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Menn i Sør-Trøndelag.



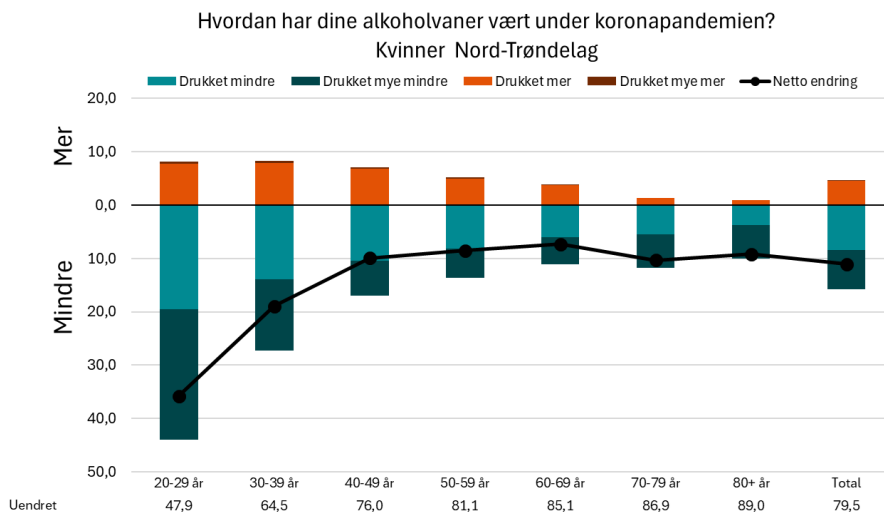
Figur 53 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Kvinner i Trondheim.



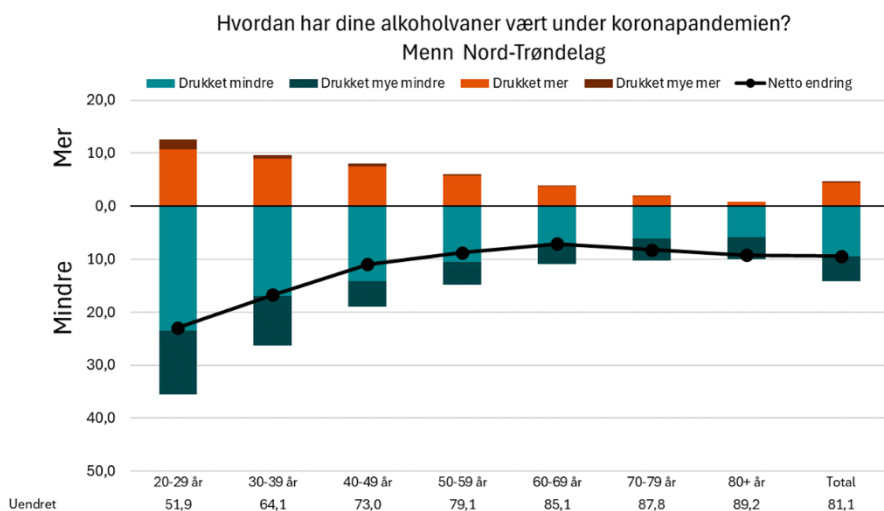
Figur 54 Andeler som rapporterer om endring i mosjonsvaner under koronapandemien (fra «Mosjoner mye mindre» til «Mosjonert mye mer») etter alder. Menn i Trondheim.

Endring i alkoholvaner under pandemien

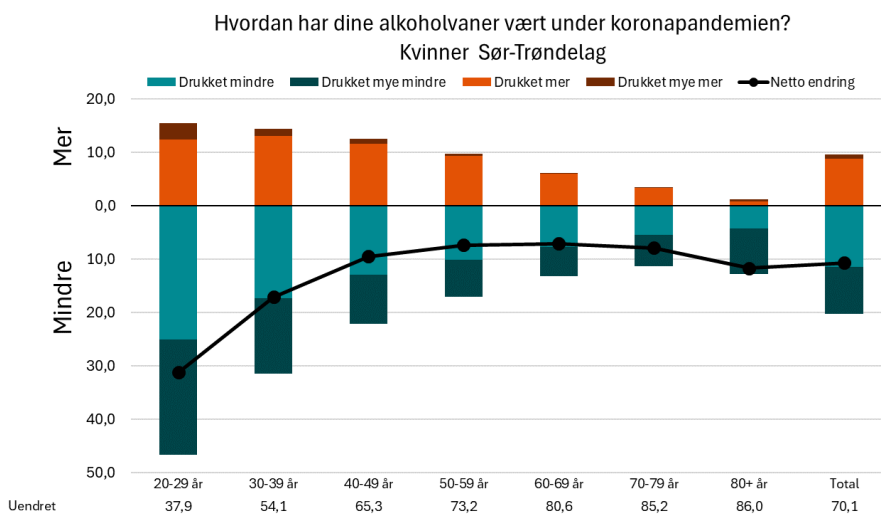
Rundt 80 % av de som svarte i Nord-Trøndelag og 70 % i Sør-Trøndelag oppgir at de ikke endret alkoholvanene under pandemien. De er ingen vesentlig forskjell mellom kvinner og menn i fordelingen av svarene på dette spørsmålet. Det er langt flere som oppgir at de drikker mindre enn før pandemien, sammenlignet med de som oppgir at de drikker mer. Nettoendringen er mindre alkohol for alle aldersgrupper, men endringen er størst for aldersgruppen 20-29 år.



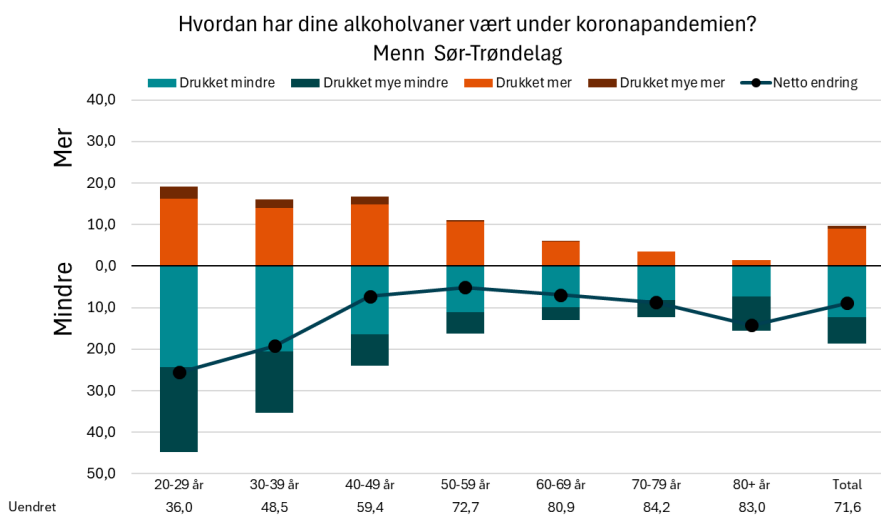
Figur 55 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Kvinner i Nord-Trøndelag.



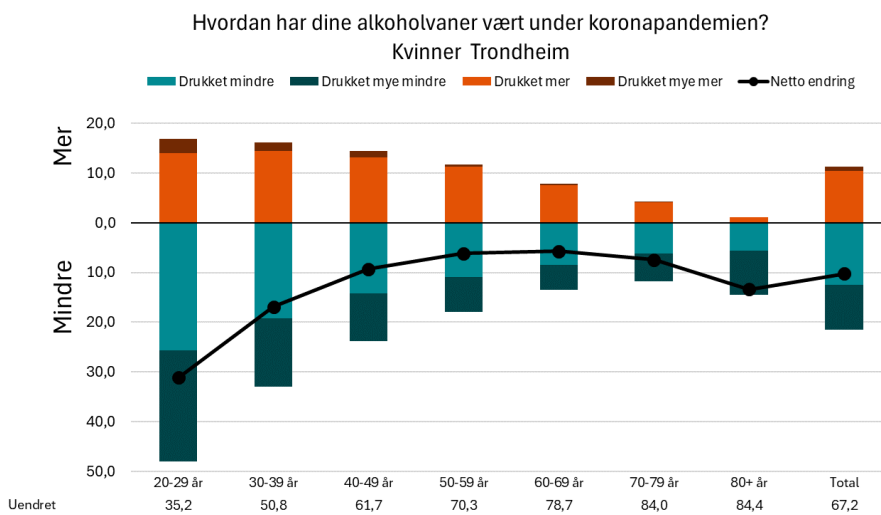
Figur 56 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Menn i Nord-Trøndelag.



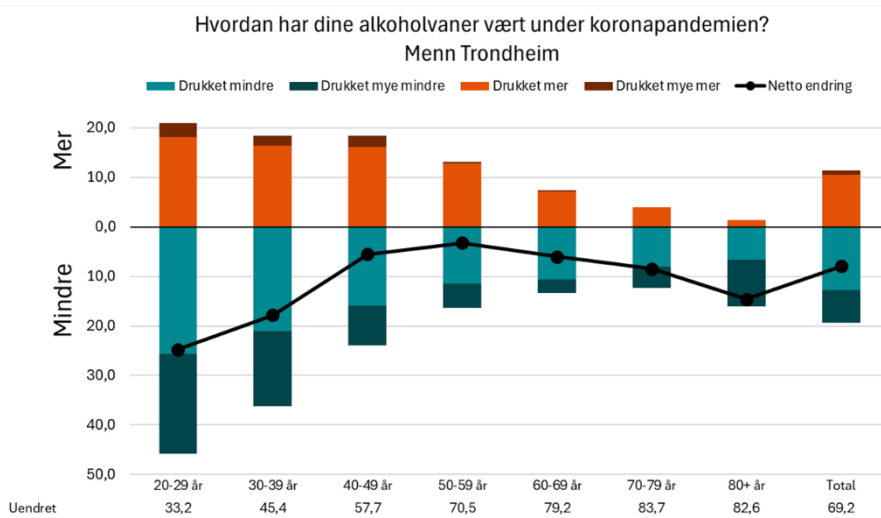
Figur 57 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Kvinner i Sør-Trøndelag.



Figur 58 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Menn i Sør-Trøndelag.



Figur 59 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Kvinner i Trondheim.



Figur 60 Andeler som rapporterer om endrede alkoholvaner under koronapandemien (fra «Drukket mye mindre» til «Drukket mye mer») etter alder. Menn i Trondheim.

Oppsummering

Generelt opplevde innbyggerne i Trøndelag en negativ utvikling i psykiske helse i perioden vi har sett på, i form av dårligere livskvalitet enn før pandemien og høyere andel som rapporterte om psykiske helseplager, spesielt blant unge. Både de eldre og yngre følte seg mer ensomme enn før.

Under og etter pandemien har det vært utbredte oppfatninger om endring i levevaner som følge av pandemien og nedstengning. Denne rapporten bidrar til å kaste lys over noen av disse oppfatningene. Eksempelvis var det en oppfatning om at befolkningen økte sitt konsum av alkohol, og muligens brukte dette som en måte å håndtere omstendighetene på. Funnene fra HUNT indikerer at dette ikke stemmer for de fleste i Trøndelag. Tvert imot er det flere som har redusert sitt konsum av alkohol, enn som har økt det. Spesielt blant unge var det en sterk reduksjon.

Det var tidlig i pandemien en frykt for at nedstengningen skulle føre til økt belastning i parforhold, og at flere ville gå fra hverandre. I rapporten ser vi heller at det er flere som har fått et bedre forhold til partneren sin enn som har fått et verre forhold. Igjen er det størst endring blant de unge.

En tredje oppfatning var at befolkningen ville bli mer passive og trene mindre under pandemien. Til en viss grad støtter funnene opp under denne oppfatningen. Dataene viser at de færreste opplevde endring i sin mosjonstendens, men det var likevel litt flere som oppga en reduksjon enn som oppga en økning.

Deltakerne var i stor grad bekymret for at smitten skulle ramme deres nærmeste. De var mindre bekymret for selv å bli smittet, noe som må ses i sammenheng med at over halvparten av de under 70 år oppga at de allerede hadde blitt smittet av koronavirus.

5. Referanser

1. Folkehelseinstituttet, *Folkehelse rapportens temautgave 2021. Folkehelsen etter covid-19. Pandemiens konsekvenser for ulike grupper i befolkningen*. 2021, Folkehelseinstituttet: Oslo.
2. Brantsæter, A.L., *Kunnskapsbasert folkehelsearbeid*, in C. Øverby, MK Torstveit & R. Høigaard (Red.), *Folkehelsearbeid*. 2011, Høyskoleforlaget. p. 40-52.
3. Göran, D. and M. Whitehead, *Policies and strategies to promote social equity in health*. 1991.
4. Folkehelseinstituttet, *Helsetilstanden i Norge 2018. Folkehelse rapporten – kortversjon*. 2018.
5. Helsedirektoratet. *Veileder til systematisk folkehelsearbeid* (<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/systematisk-folkehelsearbeid>). 2020.
6. Krokstad, S., et al., *Cohort Profile: the HUNT Study, Norway*. *Int J Epidemiol*, 2013. **42**(4): p. 968-77.
7. Asvold, B.O., et al., *Cohort Profile Update: The HUNT Study, Norway*. *Int J Epidemiol*, 2022.
8. Langhammer, A., et al., *The HUNT study: participation is associated with survival and depends on socioeconomic status, diseases and symptoms*. *BMC Med Res Methodol*, 2012. **12**: p. 143.

6. Vedleggsfigurer og tabeller

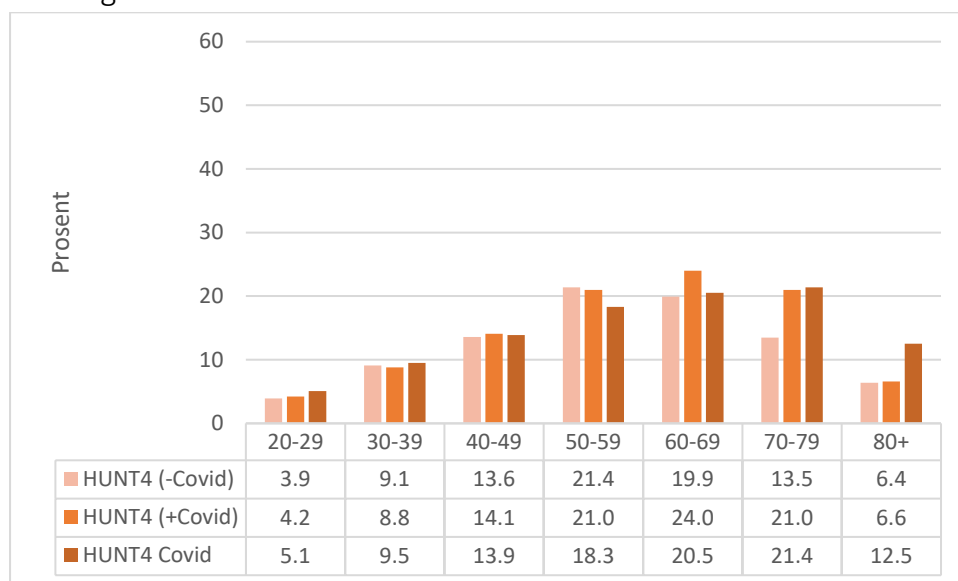
Vedleggstabell 1 Deltakere i HUNT4 og HUNT Covid i antall og prosent. Nord-Trøndelag

	Deltok i H4 og invitert til HCov		Deltok i HCov		Andel inviterte som deltok i HCov
	Antall	Prosent	Antall	Prosent	Prosent
Kvinner					
20-29	2784	10.66	1536	8.04	55.2
30-39	3548	13.59	2257	11.82	63.6
40-49	4748	18.19	3503	18.34	73.8
50-59	5354	20.51	4418	23.13	82.5
60-69	4844	18.56	4136	21.65	85.4
70-79	3638	13.94	2671	13.98	73.4
80+	1189	4.55	579	3.03	48.7
Totalt	26105	100	19100	100	73.2
Menn					
20-29	2143	9.86	694	5.12	32.4
30-39	2600	11.97	1185	8.74	45.6
40-49	3603	16.58	2005	14.78	55.6
50-59	4548	20.93	3057	22.54	67.2
60-69	4713	21.69	3746	27.62	79.5
70-79	3291	15.14	2417	17.82	73.4
80+	832	3.83	459	3.38	55.2
Totalt	21730	100	13563	100	62.4
Kvinner					
Grunnskole	2820	10.88	1779	9.35	63.1
1-2årig videreg. skole	4011	15.47	2965	15.58	73.9
3 år i videreg. skole	3272	12.62	2322	12.2	71.0
Fagbrev eller svennebrev	4239	16.35	3172	16.67	74.8
Høyskole/univ. < 4 år	5608	21.63	4274	22.47	76.2
Høyskole/univ. > 4 år	5975	23.05	4513	23.72	75.5
		100		100	
Menn					
Grunnskole	1830	8.47	1027	7.59	56.1
1-2årig videreg. skole	3300	15.27	2091	15.46	63.4
3 år i videreg. skole	2411	11.15	1383	10.23	57.4
Fagbrev eller svennebrev	6341	29.34	3806	28.14	60.0
Høyskole/univ. < 4 år	4428	20.49	2963	21.91	66.9
Høyskole/univ. > 4 år	3305	15.29	2255	16.67	68.2
		100		100	

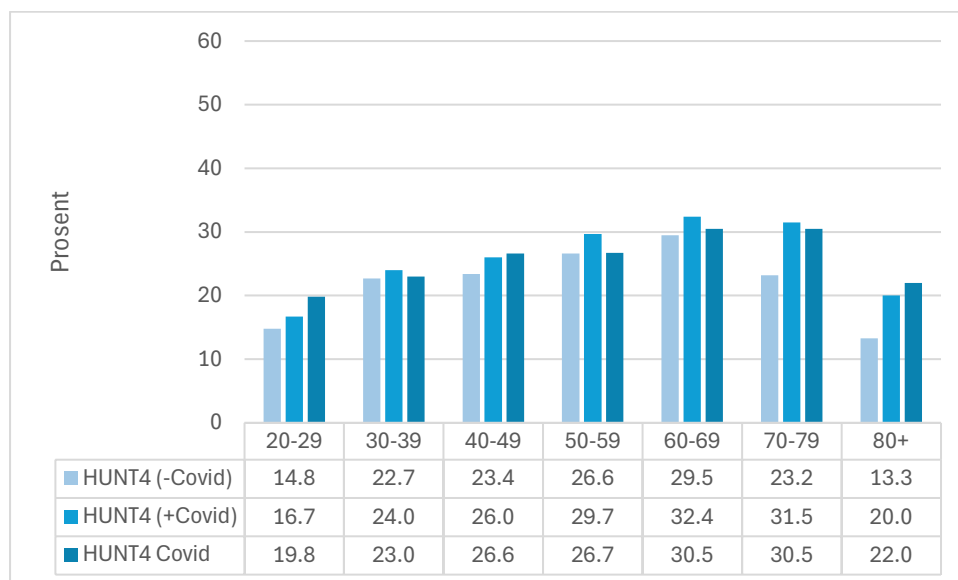
Vedleggstabell 2 Deltakere i HUNT4 og HUNT Covid i antall og prosent. Sør-Trøndelag

	Deltok i H4 og invitert til HCov		Deltok i HCov		Andel inviterte som deltok i HCov
	Antall	Prosent	Antall	Prosent	Prosent
Kvinner					
20-29	8881	15.46	2386	10.65	26.9
30-39	9249	16.1	3274	14.61	35.4
40-49	10396	18.09	4518	20.16	43.5
50-59	11561	20.12	5351	23.88	46.3
60-69	9681	16.85	4835	21.58	49.9
70-79	5525	9.62	1857	8.29	33.6
80+	2169	3.77	189	0.84	8.7
Totalt	57462	100	22410	100	39.0
Menn					
20-29	5523	12.61	1035	6.9	18.7
30-39	5976	13.65	1630	10.86	27.3
40-49	7658	17.49	2603	17.35	34.0
50-59	8924	20.38	3589	23.92	40.2
60-69	8483	19.37	3900	25.99	46.0
70-79	5424	12.38	2032	13.54	37.5
80+	1808	4.13	217	1.45	12.0
Totalt	43796	100	15006	100	34.3
Kvinner					
Grunnskole	4175	7.7	983	4.53	23.5
1-2årig videreg. skole	6922	12.76	2422	11.16	35.0
3 år i videreg. skole	7595	14	2652	12.22	34.9
Fagbrev eller svennebrev	6825	12.58	2355	10.85	34.5
Høyskole/univ. < 4 år	12605	23.24	5434	25.03	43.1
Høyskole/univ. > 4 år	16120	29.72	7862	36.22	48.8
		100		100	
Menn					
Grunnskole	2602	6.39	596	4.11	22.9
1-2årig videreg. skole	4995	12.27	1404	9.69	28.1
3 år i videreg. skole	4648	11.42	1428	9.86	30.7
Fagbrev eller svennebrev	8521	20.94	2453	16.93	28.8
Høyskole/univ. < 4 år	9099	22.36	3697	25.52	40.6
Høyskole/univ. > 4 år	10831	26.61	4908	33.88	45.3
		100		100	

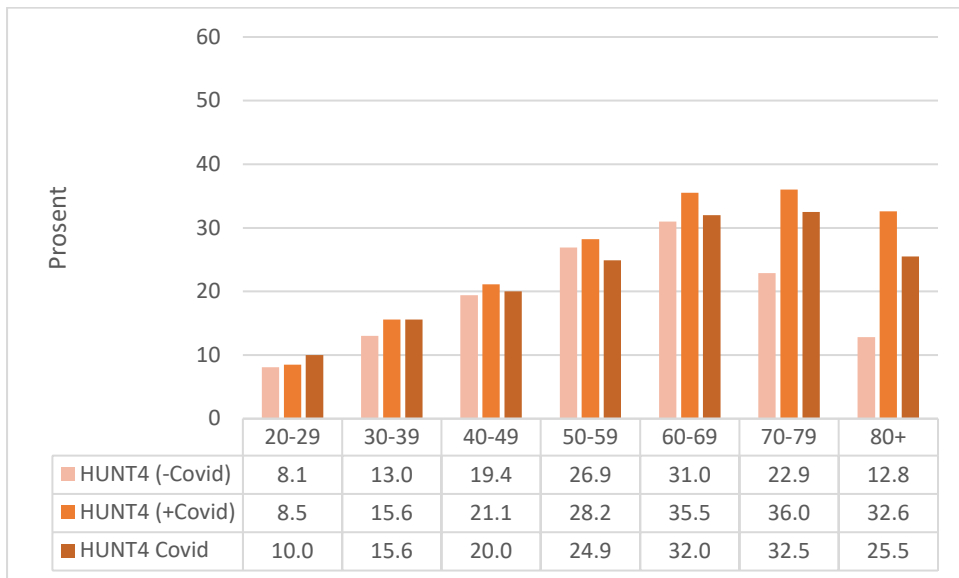
Endringer i frekvens i alkoholbruk



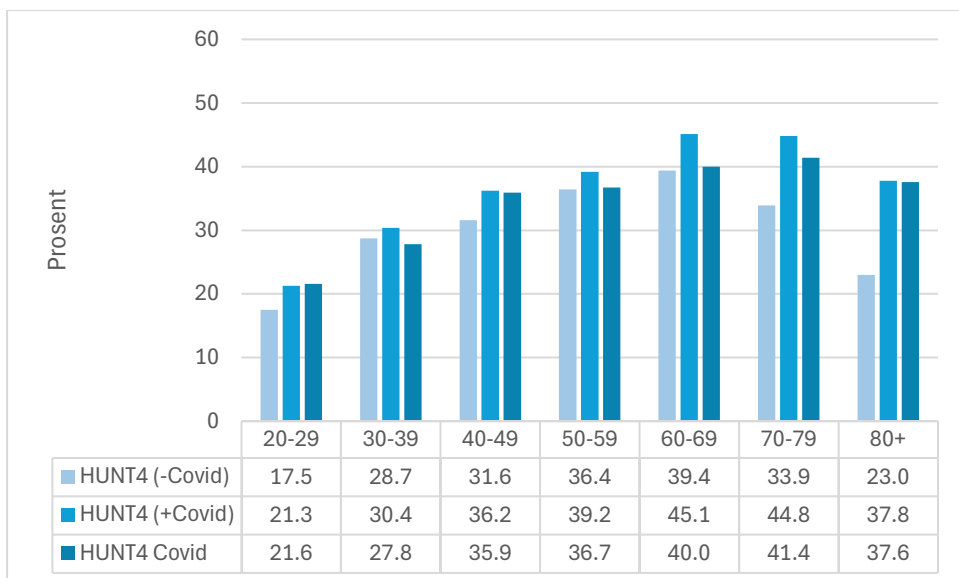
Vedleggsfigur 1 Andel kvinner som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Nord-Trøndelag.



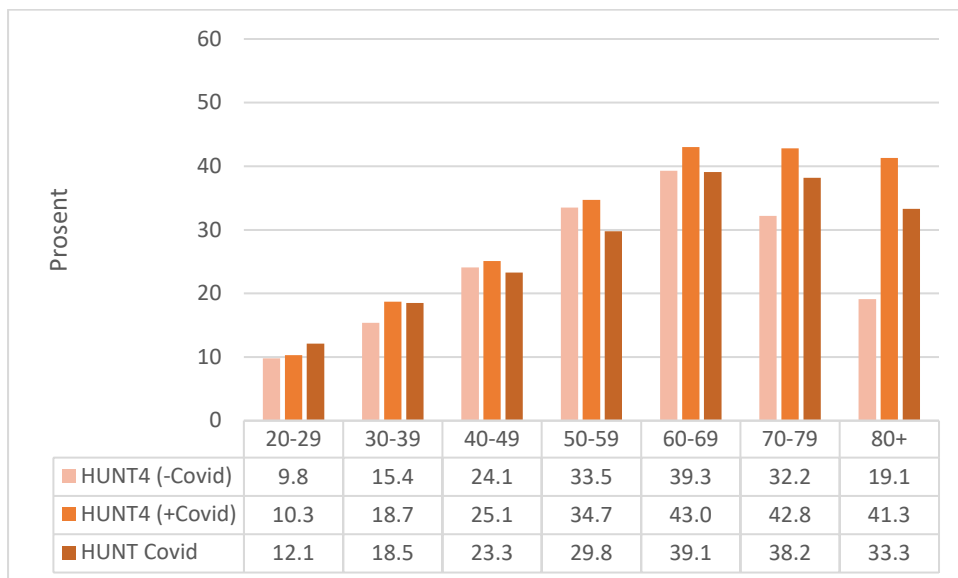
Vedleggsfigur 2 Andel menn som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Nord-Trøndelag.



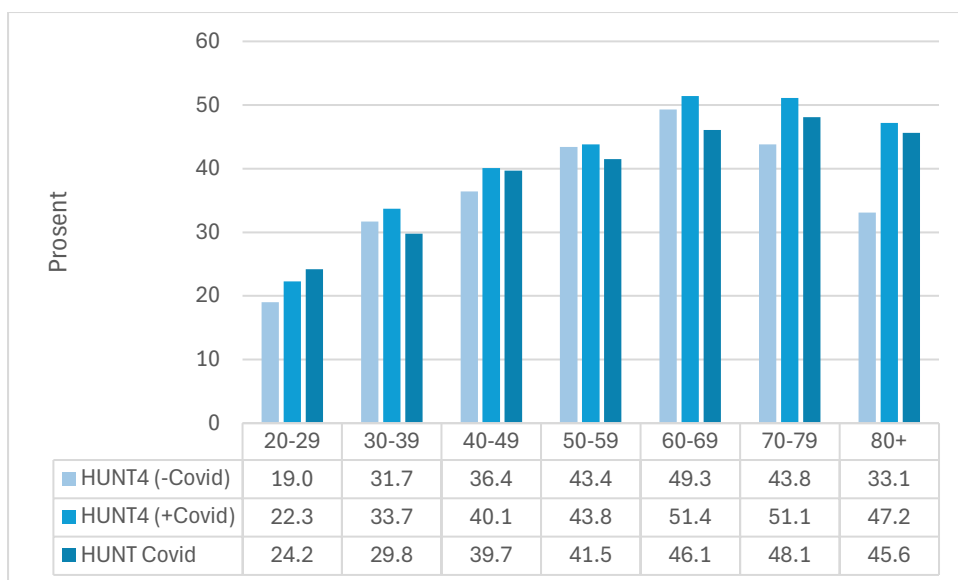
Vedleggsfigur 3 Andel kvinner som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Sør-Trøndelag.



Vedleggsfigur 4 Andel menn som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Sør-Trøndelag.

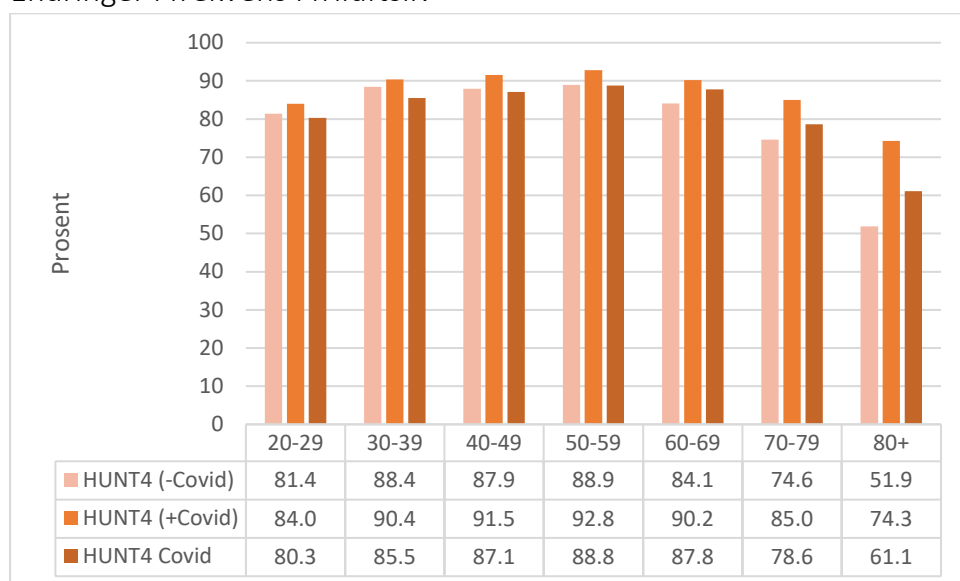


Vedleggsfigur 5 Andel kvinner som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Trondheim.

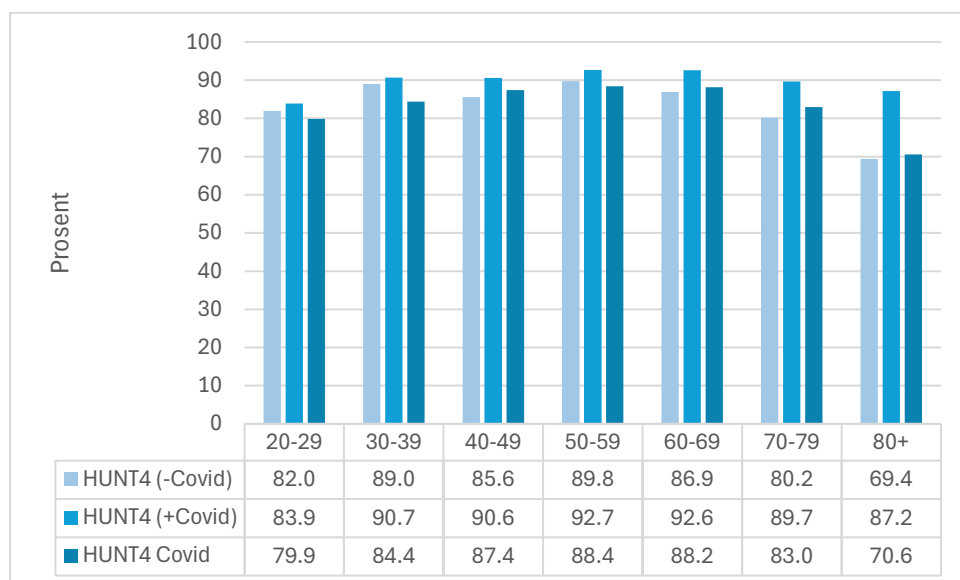


Vedleggsfigur 6 Andel menn som har drukket alkohol 2-3 ganger i uka eller oftere siste året, Trondheim.

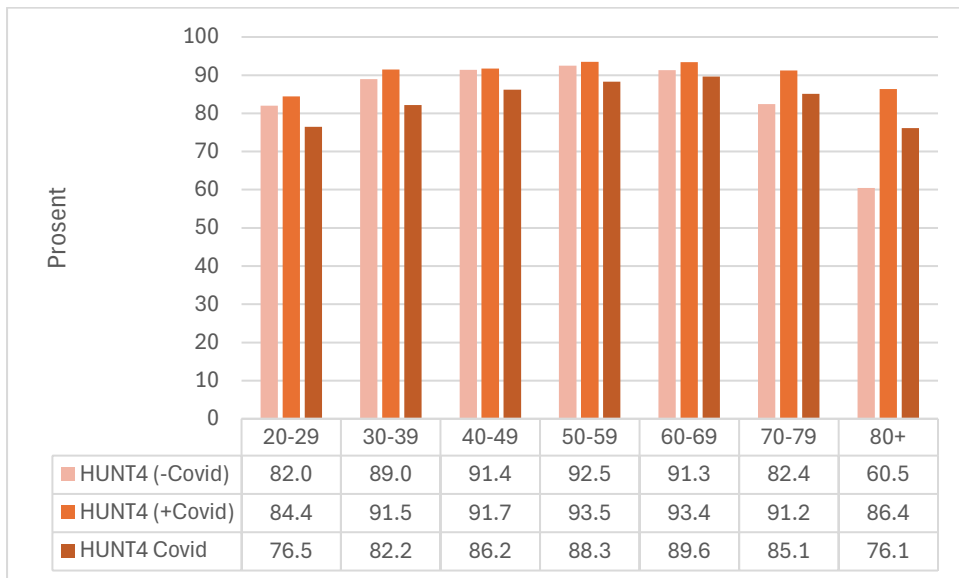
Endringer i frekvens i friluftsliv



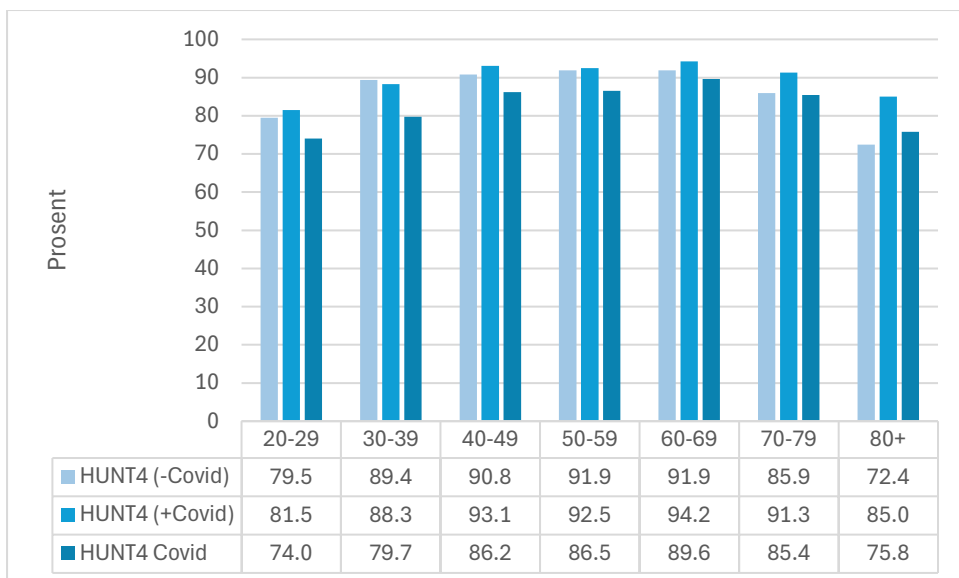
Vedleggsfigur 7 Andel kvinner som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Nord-Trøndelag.



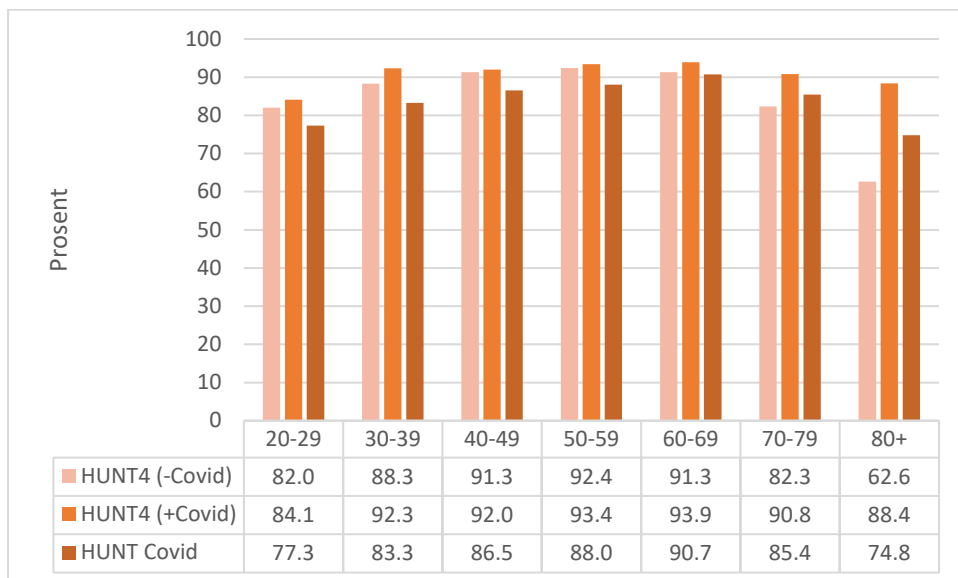
Vedleggsfigur 8 Andel menn som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Nord-Trøndelag.



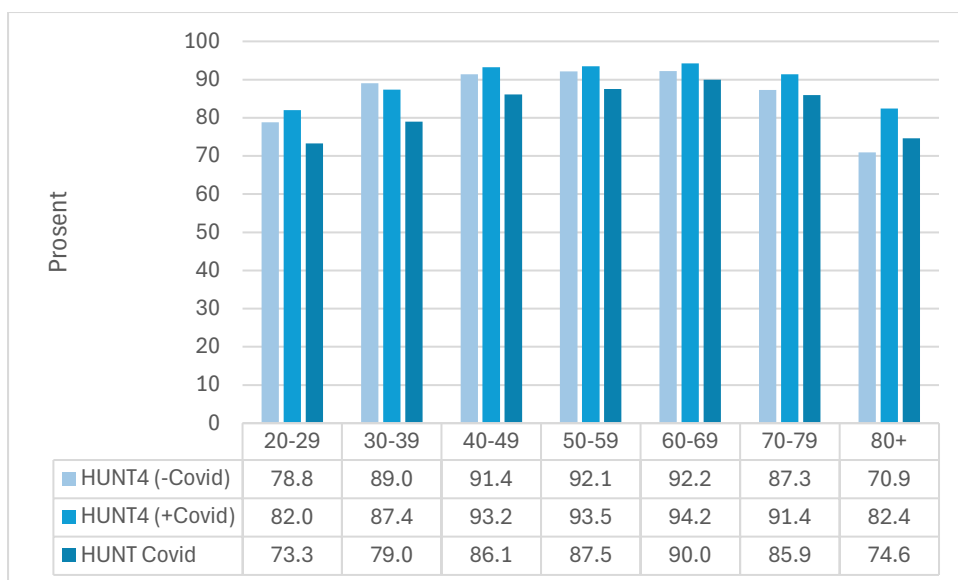
Vedleggsfigur 9 Andel kvinner som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Sør-Trøndelag.



Vedleggsfigur 10 Andel menn som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Sør-Trøndelag.

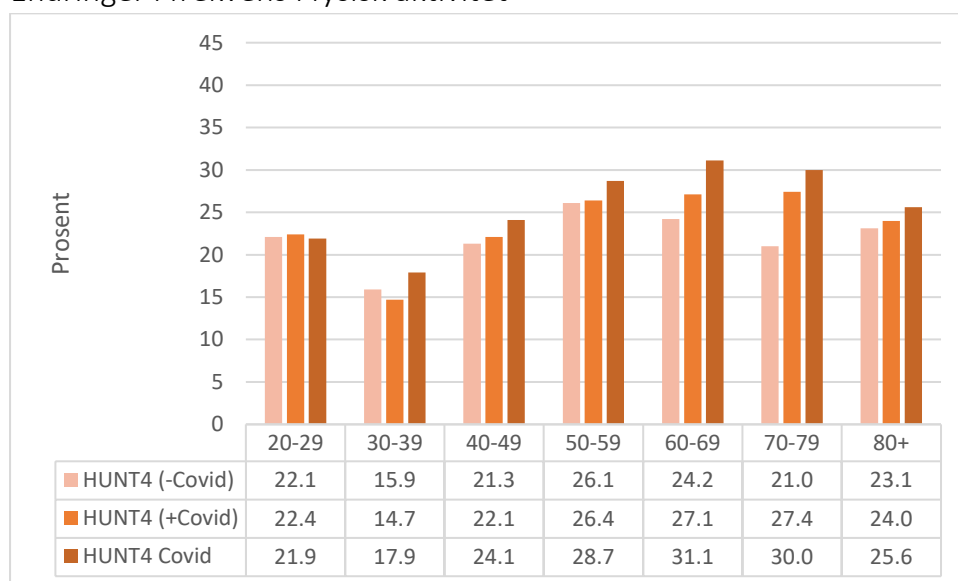


Vedleggsfigur 11 Andel kvinner som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Trondheim.

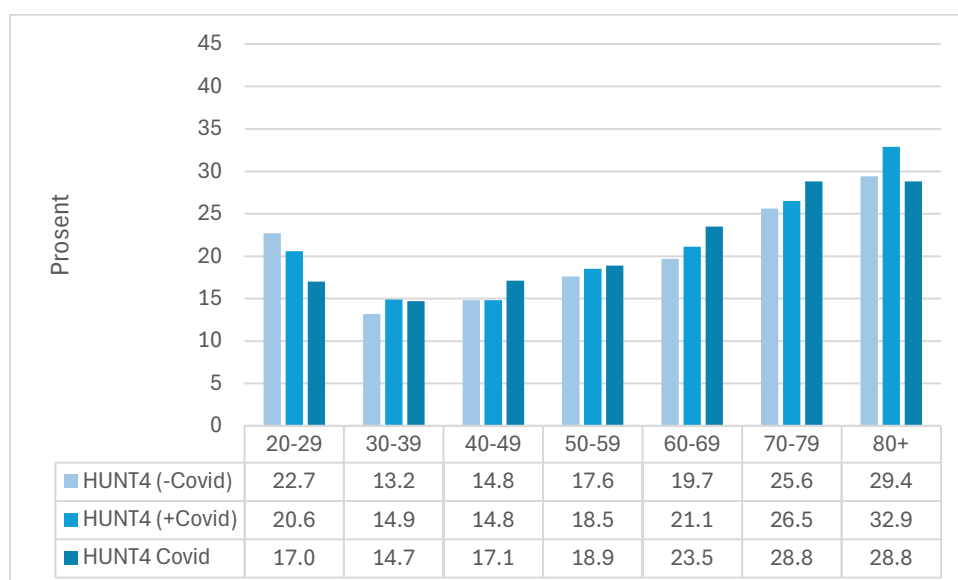


Vedleggsfigur 12 Andel menn som har bedrevet friluftsliv minst én gang siste 6 måneder, Trondheim.

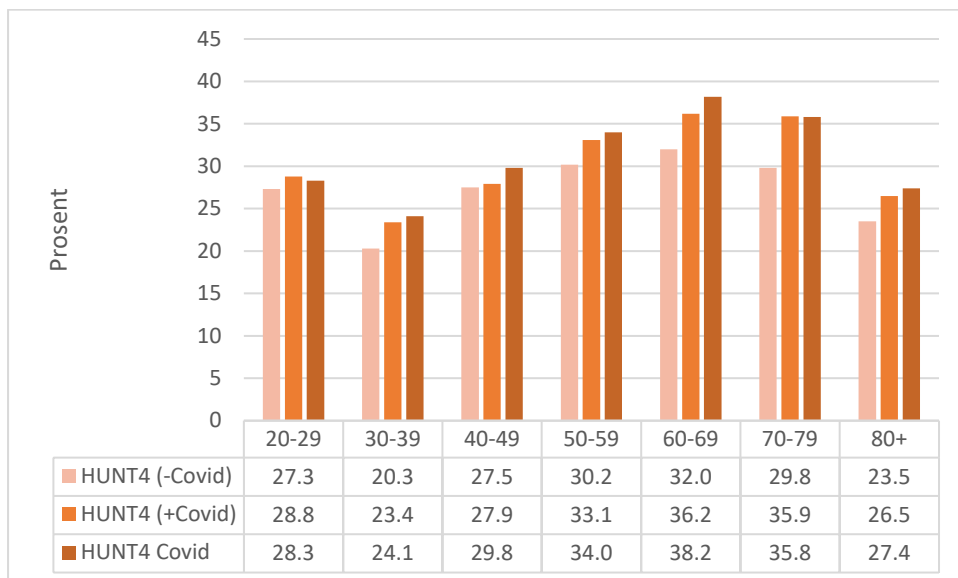
Endringer i frekvens i fysisk aktivitet



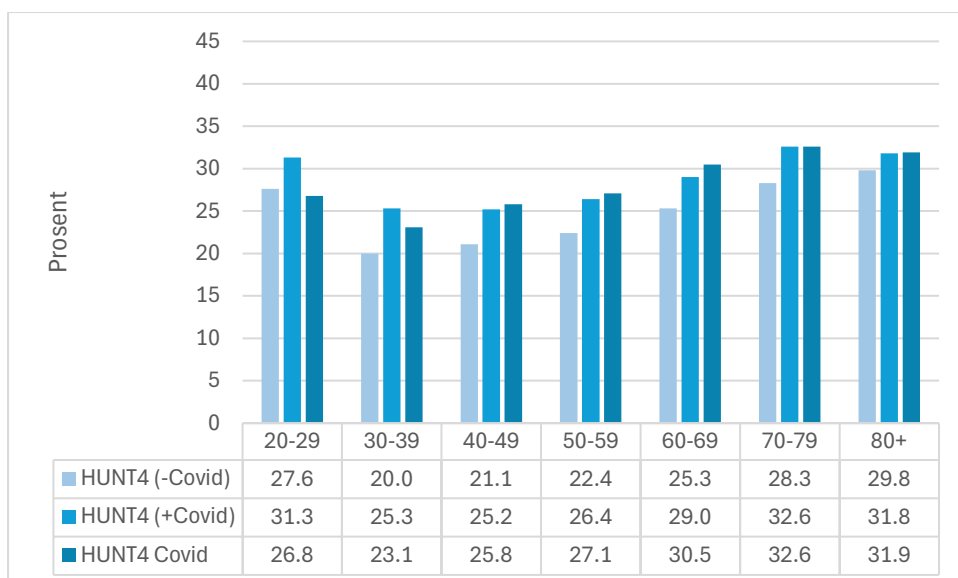
Vedleggsfigur 13 Andel kvinner som mosjonerer omtrent daglig. Nord-Trøndelag.



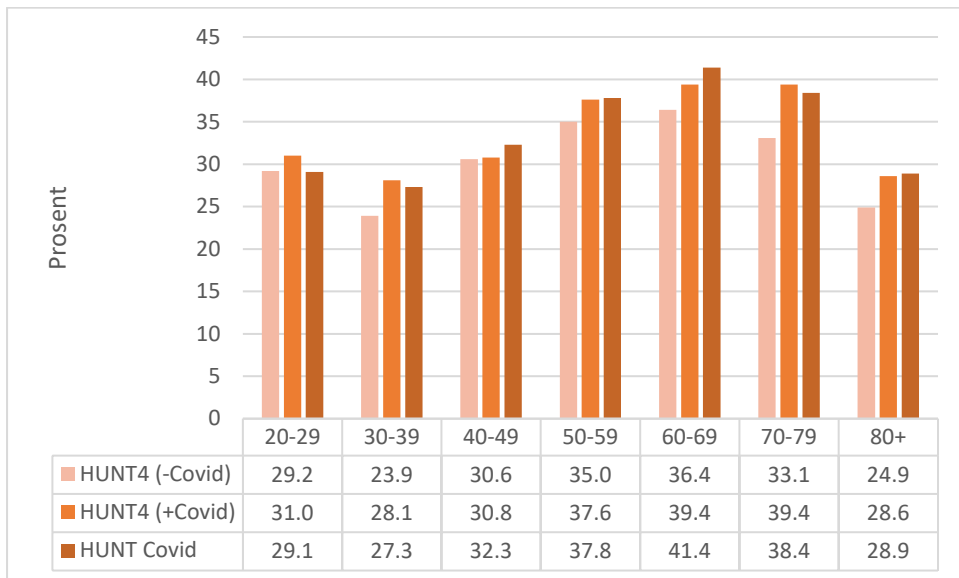
Vedleggsfigur 14 Andel menn som mosjonerer omtrent daglig. Nord-Trøndelag.



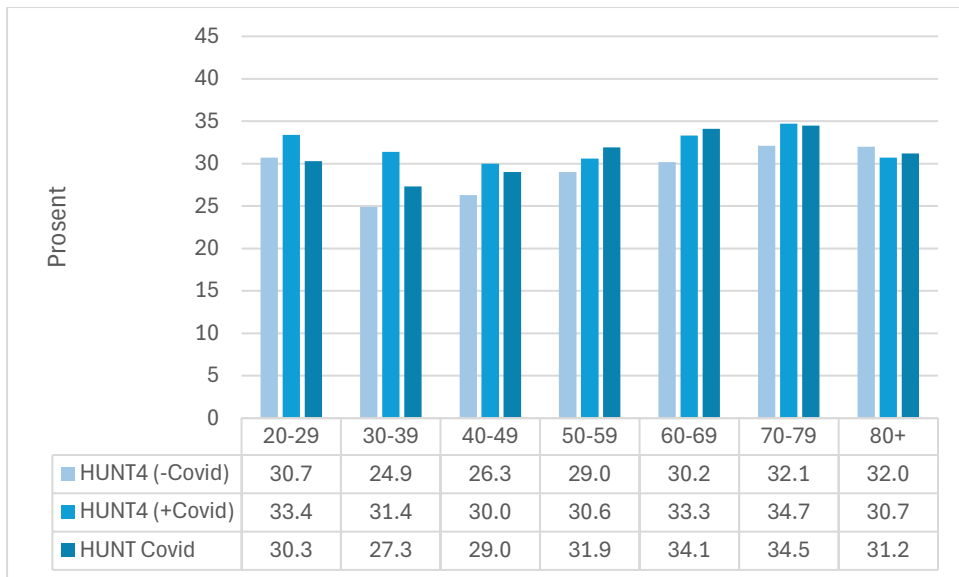
Vedleggsfigur 15 Andel kvinner som mosjonerer omtrent daglig. Sør-Trøndelag.



Vedleggsfigur 16 Andel menn som mosjonerer omtrent daglig. Sør-Trøndelag.

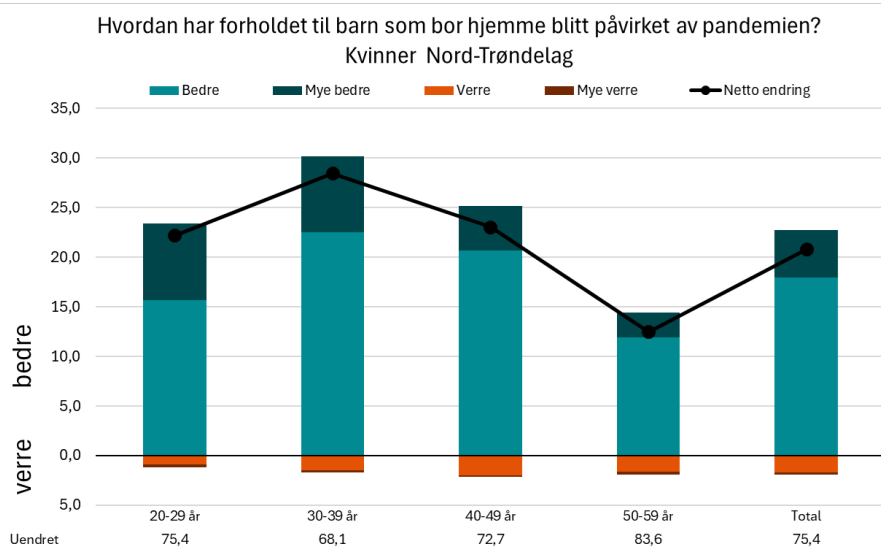


Vedleggsfigur 17 Andel kvinner som mosjonerer omtrent daglig. Trondheim.

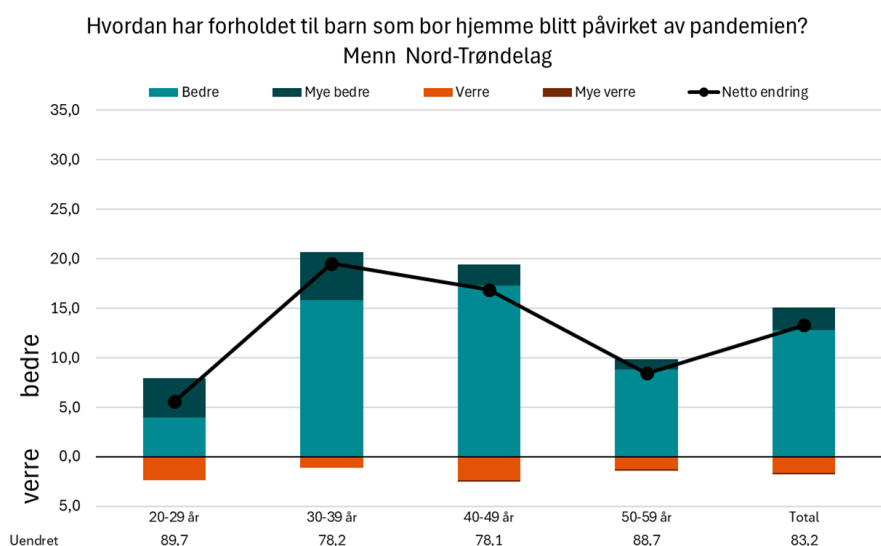


Vedleggsfigur 18 Andel menn som mosjonerer omtrent daglig. Trondheim.

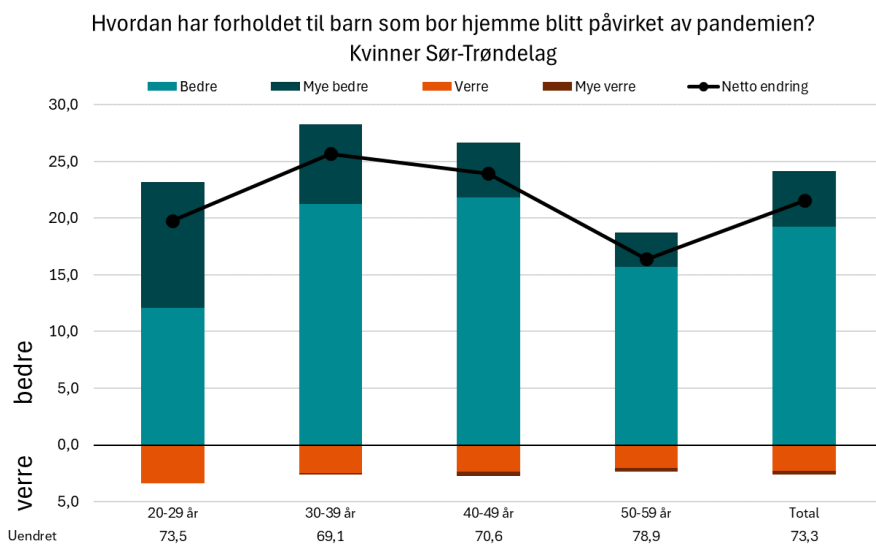
Endring i forholdet til barn som bor hjemme under pandemien



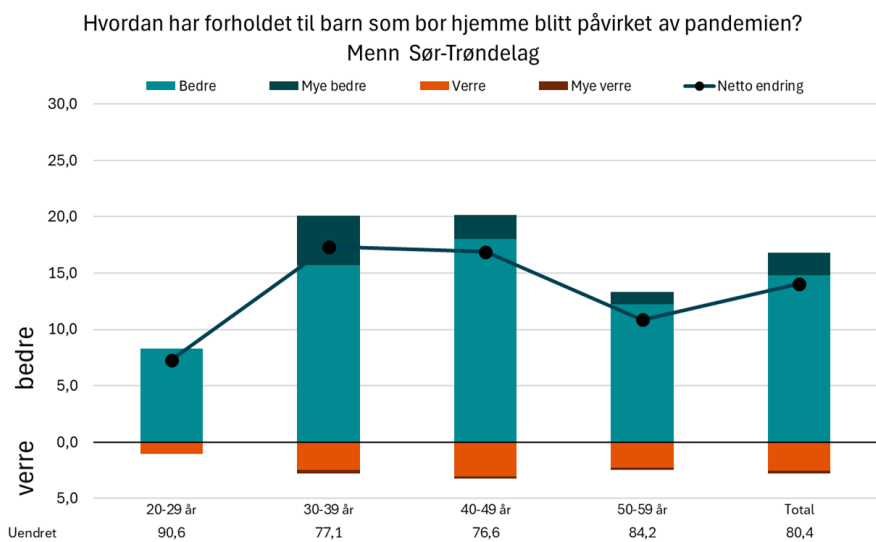
Vedleggsfigur 19 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre»). Kvinner i Nord-Trøndelag.



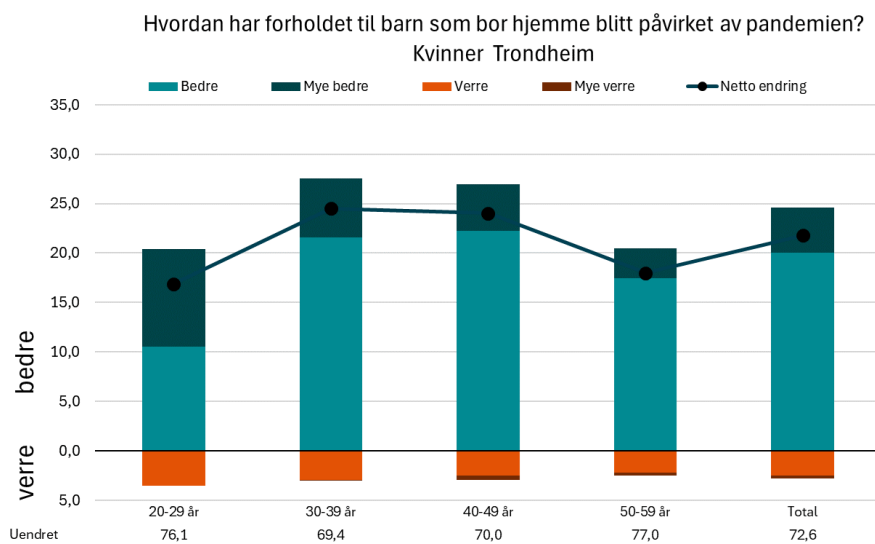
Vedleggsfigur 20 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre»). Menn i Nord-Trøndelag.



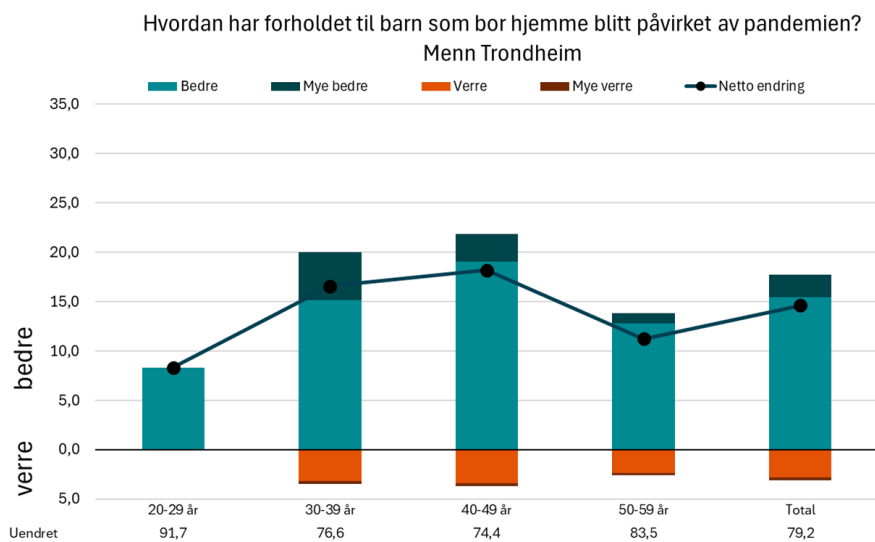
Vedleggsfigur 21 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre»). Kvinner i Sør-Trøndelag.



Vedleggsfigur 22 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre»). Menn i Sør-Trøndelag.



Vedleggsfigur 23 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre»). Kvinner i Trondheim.



Vedleggsfigur 24 Andeler som rapporterer om endring i forholdet til barn som bor hjemme under koronapandemien (fra «Mye bedre» til «Mye verre»). Menn i Trondheim.

