

Úrslit úr "Hvussu hevir tú tað?" frá 2023

Tøl um vekt hjá føroyingum

Fólkaheilsustýrið gjørði á heysti 2023 eina stóra fólkaheilsukanning "Hvussu hevir tú tað?", ið hevði til endamáls at greina heilsustøðuna hjá vaksnum fólki í Føroyum. 8.000 føroyingar millum 18 og 85 ár úr øllum Føroyum vórðu tilvildarlíga vald út og fingur innbjóðing til at luttaka í kanningini, sum var tøk á Vanganum. 5.104 fólk sváraðu spurnakanningini, og tað gevur eitt svarprosent uppá 64 %. Talan er sostatt um størstu fólkaheilsukanning, sum er gjørd í Føroyum.

Kanningin "Hvussu hevir tú tað?" verður endurtikin fjórða hvørt ár. Fyrsta kanningin var í 2015, tann næsta í 2019 og nýggjasta kanningin var gjørd á heysti 2023. Hetta letur upp fyri, at til ber at fylgja eini gongd í samfelagnum.

Høvuðsøkini í spurnakanningini eru heilsa, sjúka og trivnaður, undir hesum eisini sjálvfráboðað mát fyri hædd og vekt. Upplýsingarnar um hædd og vekt eru brúktar til at rokna BMI. BMI er ein frymil, sum roknar lutfallið millum hædd og vekt hjá fólki (kg/m^2). Frymilin verður brúktur til at rokna yvir- og undirvekt hjá einum bólki av fólki. Yvirvekt og stór yvirvekt er ein stórir fólkaheilsutrupulleiki á heimsstigi. Yvirvekt og serliga stór yvirvekt er ein týðandi vandatáttur fyri nógvar ymsar sjúkur og støður, so sum hjartakarsjúkur, typu 2 diabetes, ymisk sløg av krabba, pínu í rørslulagnum, svøvnapnø, fertilitetstrupulleikar og at doyggja ov tíðliga. Harumframt hevir yvirvekt ofta við sær stigmatisering millum fólk (Den nationale sundhedsprofil 2021).

WHO hevir ásett vektbólkar fyri vaksin út frá, nær vektin kann væntast at hava negativa ávirkan á heilsuna (Talva 1).

Talva 1: Yvirlit yvir vektbólkar sambært WHO.

Vektbólkar	BMI-mørk
Undirvekt	$\text{BMI} < 18,5$
Normalvekt	$18,5 \leq \text{BMI} < 25,0$
Yvirvekt	$25,0 \leq \text{BMI} < 30,0$
Stór yvirvekt	$\text{BMI} \geq 30,0$

BMI tekur ekki hædd fyrir býti av feitti og vøddum í kroppinum. Tað merkir, at tveir persónar við sama BMI kunnu hava ymiskt lutfall av vøddum og feitti. Høgir persónar hava ofta eitt hægri BMI enn lágir persónar. Sostatt skulu fyrivarni takast, tá hugt verður at BMI á einstaklingastigi. Mett verður tó, at á samfelagsstigi er BMI eitt einfalt og objektivt mát fyri at meta um vektstøðuna í t.d. einum landi (Den nationale sundhedsprofil 2021).

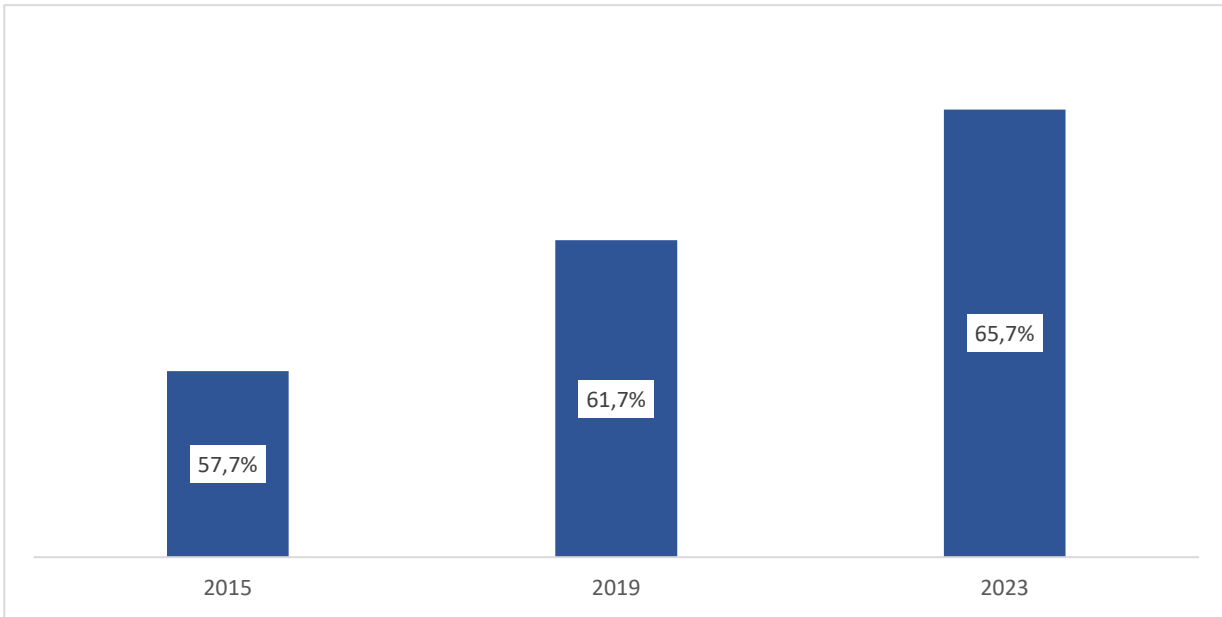
BMI ≥ 25

WHO skilmarkar BMI uppá 25 ella hægri sum yvirvekt. Í hesi frágreiðingini verða úrslitini frá “Hvussu hevur tú tað?”-2023 greinað út frá skilmarkingini hjá WHO. Tað merkir, at tá tosað verður um yvirvekt, er talan um fólk, ið hava eitt BMI, sum er 25 ella hægri.

Talva 2: Vektbólkar hjá monnum og kvinnum deilt uppá aldur.

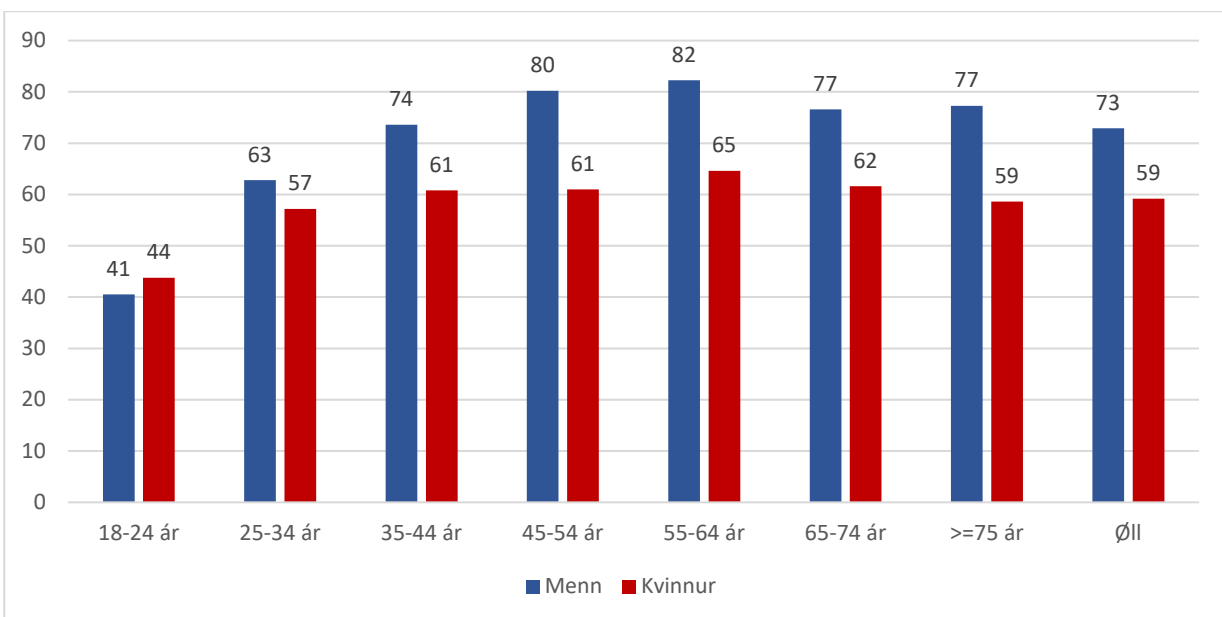
		18-24 ár	25-34 ár	35-44 ár	45-54 ár	55-64 ár	65-74 ár	>=75 ár	Øll
Menn	Undirvekt	0,5	0,3	0,3	0	0,2	0,3	0	0,2
	Normalvekt	59	36,8	26,1	19,8	17,5	23,1	22,7	26,9
	Yvirvekt	30,8	42,1	48,3	47,6	50,9	47,5	50	46,3
	Stór yvirvekt	9,7	20,7	25,3	32,6	31,4	29,1	27,3	26,6
	Tilsamans	100	100	100	100	100	100	100	100
	Tal av svarpersónum	195	304	375	429	440	316	154	2213
Kvinnur	Undirvekt	3,6	1,3	1,2	0,4	0	1,5	0,8	1,1
	Normalvekt	52,6	41,5	38,1	38,6	35,4	36,9	40,6	39,7
	Yvirvekt	28,5	27,9	30,2	35,2	36,1	41,9	38,3	33,7
	Stór yvirvekt	15,3	29,2	30,6	25,8	28,5	19,8	20,3	25,5
	Tilsamans	100	100	100	100	100	100	100	100
	Tal av svarpersónum	249	383	431	446	449	344	128	2430

Mynd 1: Prosentpartur av teimum, ið hava BMI ≥ 25 í 2015, 2019 og 2023.



Síðan 2015 er parturin av teimum, ið hava eitt BMI uppá 25 ella hægri vorðin størri. Í 2015 vóru 58 % av føroyingum, ið høvdu eitt BMI uppá 25 ella hægri, í 2019 vóru tað 62 %, og í 2023 er parturin av føroyingum við einum BMI uppá 25 ella hægri vaksin til 66 % (Mynd 1). Tað merkir við øðrum orðum, at parturin av føroyingum, ið livir við yvirvekt, er vaksin 8 prosentstig seinastu átta árin, og at tveir av trimum føroyingum í dag hava eitt ov høgt BMI.

Mynd 2: Prosentpartur av teimum, ið hava BMI ≥ 25 , deilt uppá kyn og aldur.

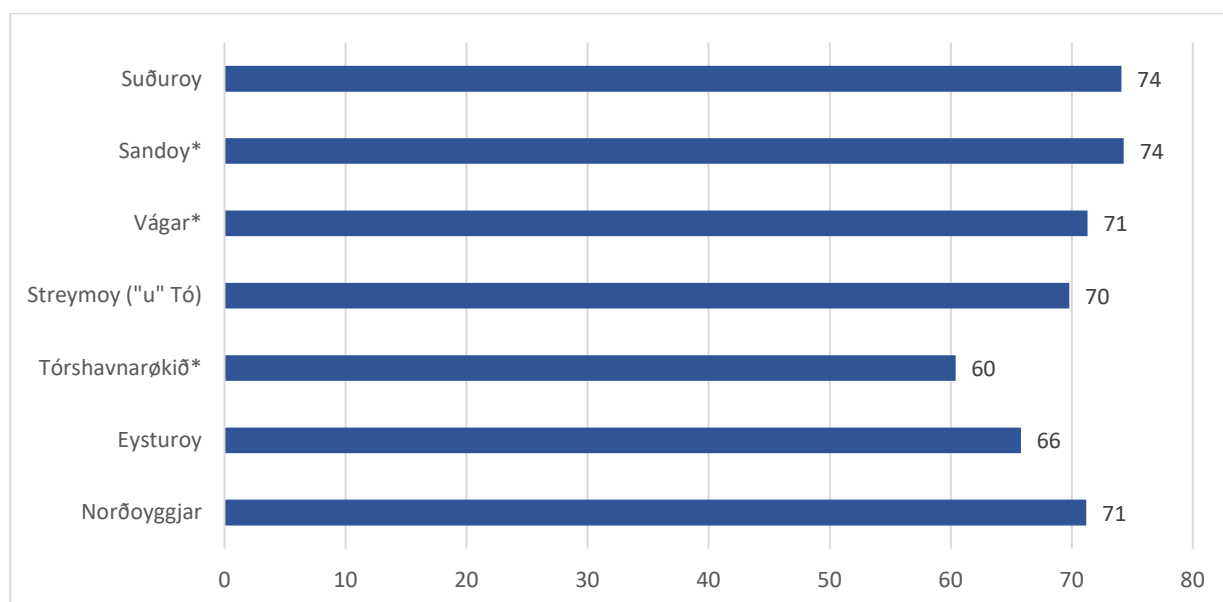


Fólkaheilsustýrið

Ein størri partur av monnunum (73 %), hevur eitt BMI uppá 25 ella hægri samanborið við kvinnur (59 %) (Mynd 2). Serliga nógvir menn í miðjum aldri, tvs. 45-64 ár, liva við yvirvekt, og fleiri enn 8 av 10 hava eitt ov høgt BMI. Størsti munurin millum kynini sæst í aldursbólkinum 45-54 ár, har 80% av monnunum og 61% av kvinnunum hava eitt BMI á 25 ella hægri og tí kunnu bólkast undir “yvirvekt”.

BMI ≥ 25 deilt uppá øki og útbúgving

Mynd 3: Prosentpartur av teimum, ið hava BMI ≥ 25, deilt uppá øki í Føroyum.

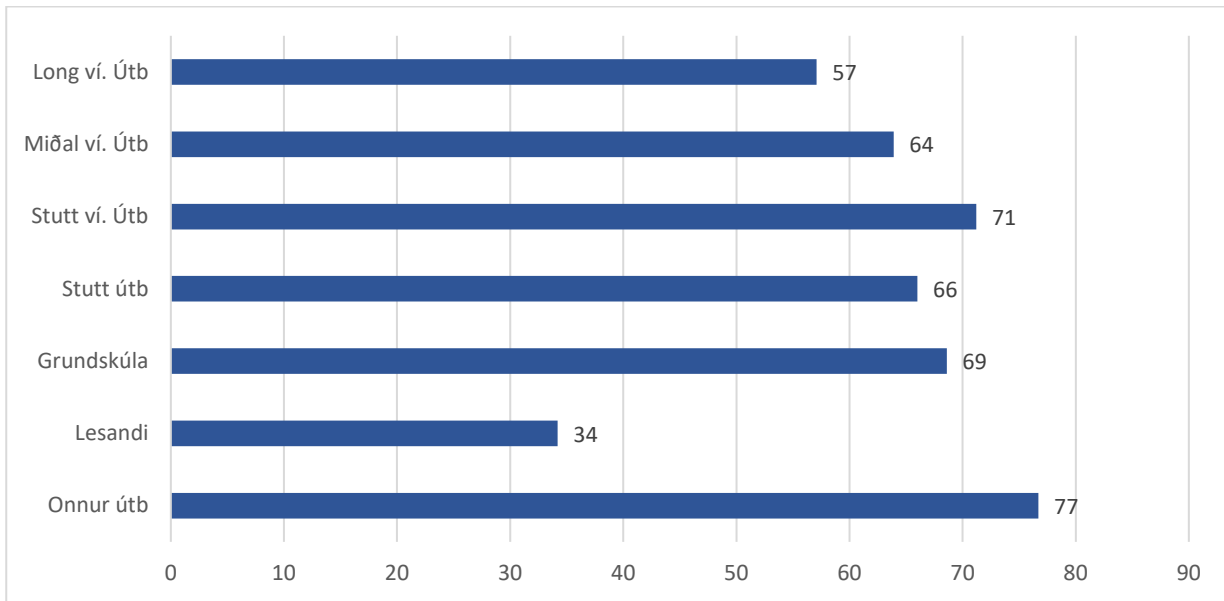


*Sandoy (íroknað Hestur, Koltur, Skúvoy og Stóru Dímun). Vágar (íroknað Mykines). Tórshavnarøkið (íroknað Argir, Hoyvík og Hvítanes)

Parturin av teimum við BMI uppá 25 ella hægri er minst í Tórshavnarøkinum har 60 % hava eitt BMI uppá 25 ella meira (mynd 3). Lutfalsliga eru tað flest við BMI uppá 25 ella hægri í Suðuroynni og í Sandoyinni, har tað er galdandi fyri 74 %.

Fólkaheilsustýrið

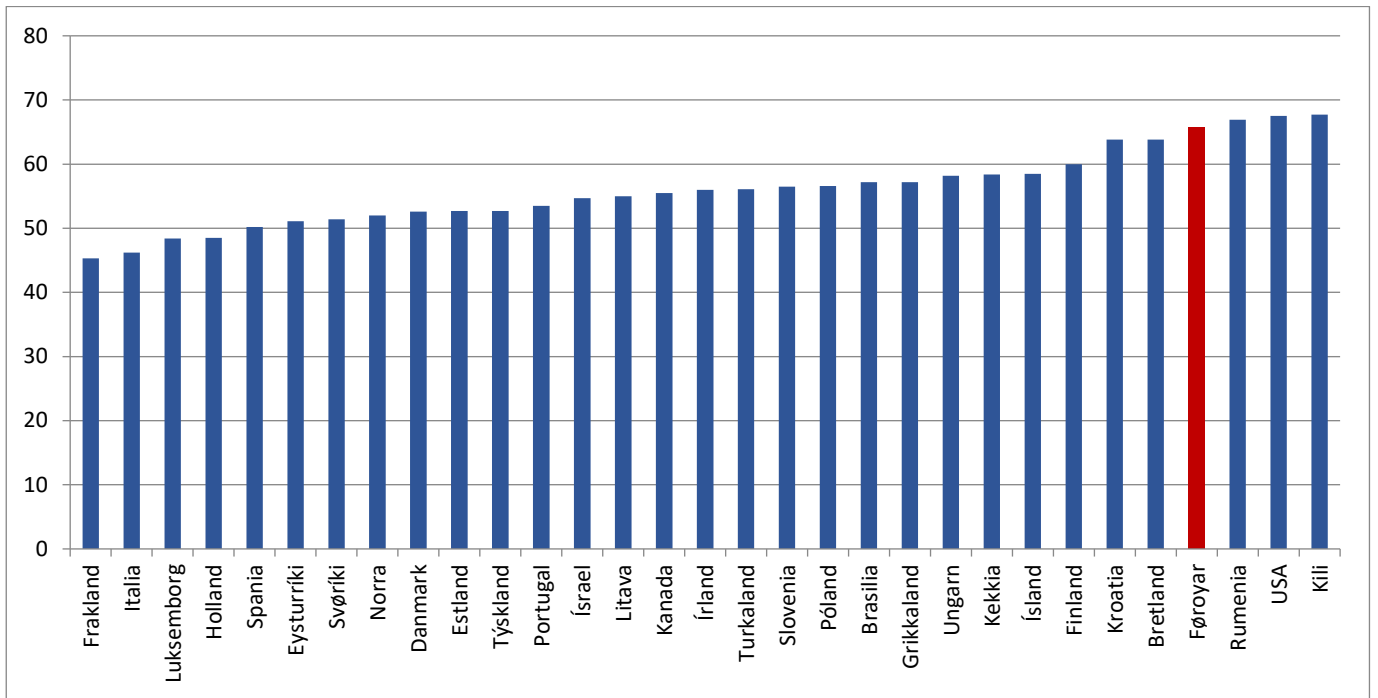
Mynd 4: Prosentpartur av teimum, ið hava BMI ≥ 25 , deilt uppá útbúgvingarstig.



Eitt samband sæst millum BMI og útbúgvingarstig (mynd 4). Millum tey, ið hava langa framhaldsútbúgving, eru lutfalsliga færri við BMI uppá 25 ella hægri, samanborið við tey við lægri útbúgving.

Samanbering við onnur lond

Mynd 5: Prosentpartur av fólki, ið hava BMI \geq 25, deilt uppá útvald lond.



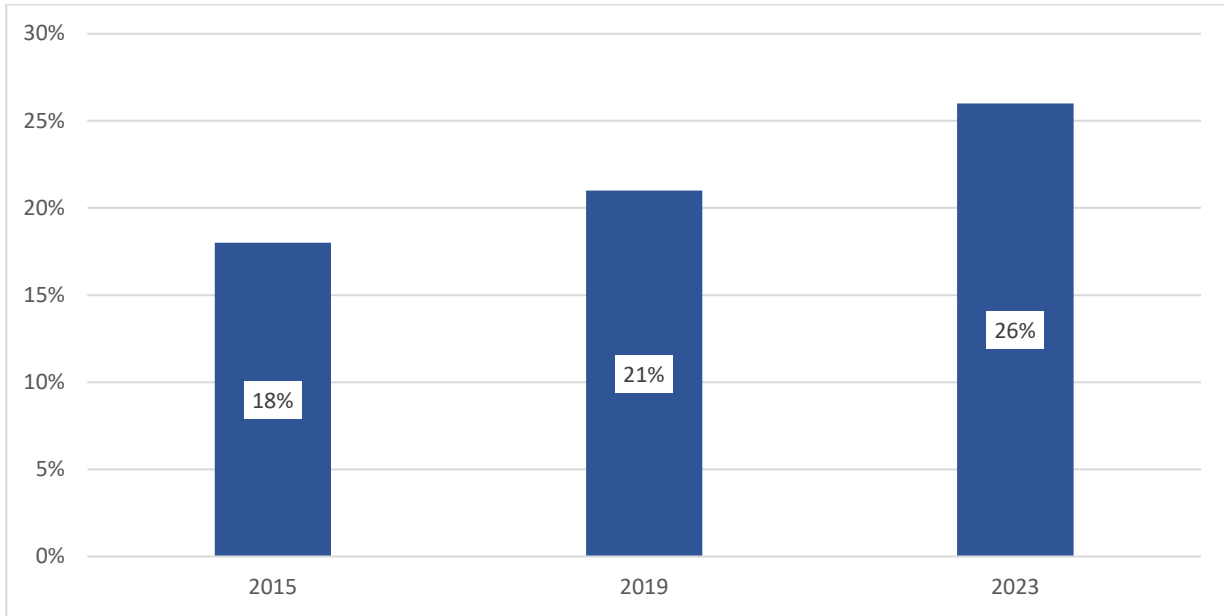
Kelda: OECD (2024), Overweight or obese population (indicator). doi: 10.1787/86583552-en [vitjað 8. apríl 2024]

Samanbera vit Føroyar við onnur lond, sær tað tíverri ikki gott út hjá okkum (mynd 5). Hyggja vit at, hvussu stórir partur av fólkinum livir við yvirvekt (hava eitt BMI á 25 ella hægri) í ymsu londunum, liggja vit omanfyri norðurlendsku grannalondini, og vit liggja væl framman fyri Noreg, Svøríki og Danmark. Føroyar liggja heilt uppi í toppinum, beint eftir Rumenia og beint frammanfyri Bretland og ikki langt frá USA, tá tað kemur til, hvussu stórir partur av fólkinum hevur eitt BMI uppá 25 ella hægri.

BMI \geq 30

WHO skilmarkar BMI á 30 ella hægri sum stór yvirvekt. Í komandi parti verða úrslitini frá “Hvussu hevur tú tað?” 2023 greinað út frá, hvussu nógv hava eitt BMI á 30 ella hægri.

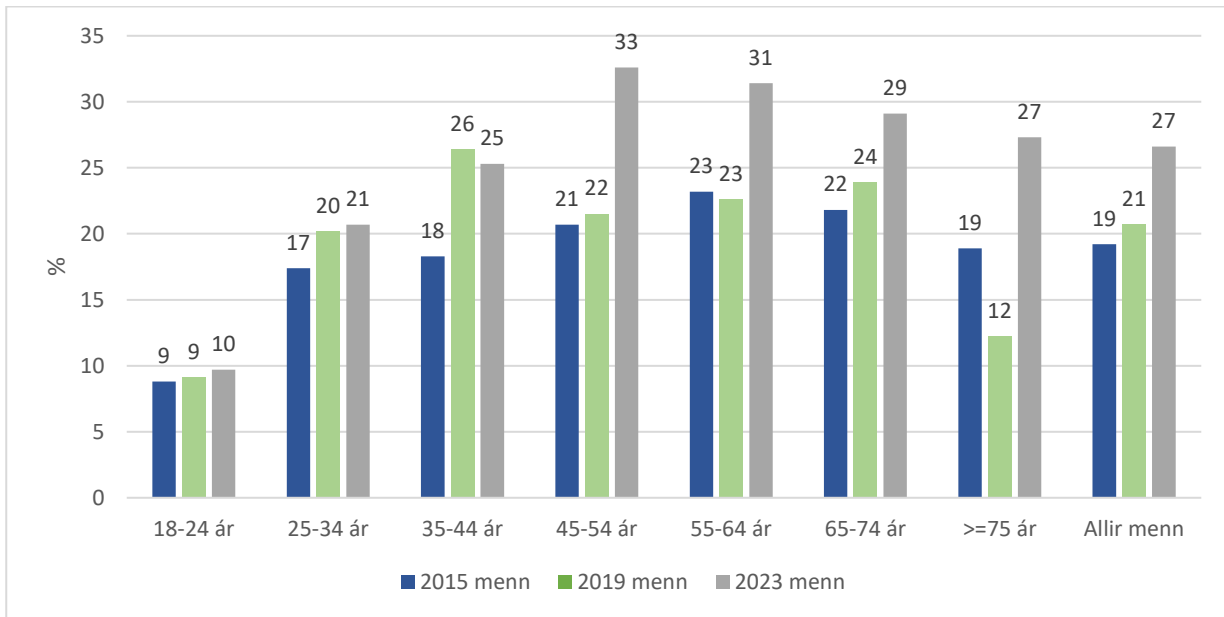
Mynd 6: Prosentpartur av teimum, ið hava BMI \geq 30 í 2015, 2019 og 2023.



Gongdin av stórari yvirvekt frá 2015 til í dag er greið, og tøluni vísa eina negativa gongd (mynd 6). Í 2015 høvdu 18 % av føroyska fólkinum eitt BMI uppá 30 ella hægri. Í 2019 var hesin parturin 21 %, og í 2023 vóru 26 % av føroyingum, ið livdu við stórari yvirvekt.

Fólkaheilsustýrið

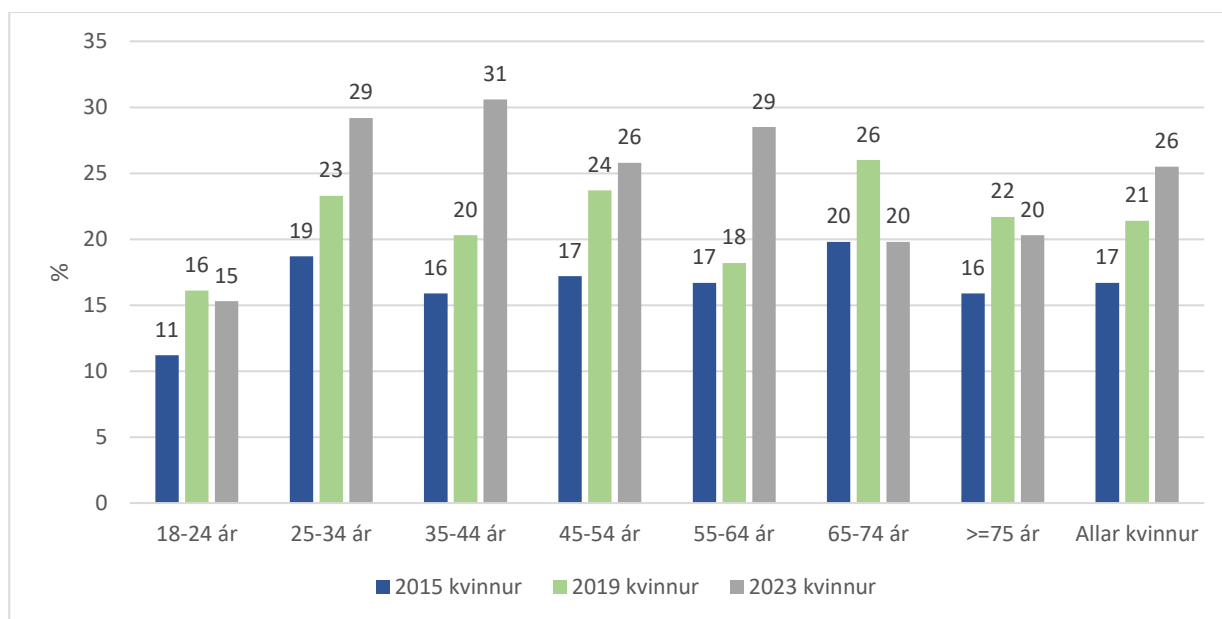
Mynd 7: Prosentpartur av monnum, ið hava BMI ≥ 30 í 2015, 2019 og 2023, deilt uppá aldur.



Hyggja vit eftir gongdini fyri menn deilt uppá aldursbólkar, sæst, at gongdin í at kalla øllum aldursbólkom er negativ (mynd 7). Størsti vøksturin sæst hjá monnunum í aldursbólkinum 45-54 ár. Í 2019 vóru 22 % av monnunum í hesum aldursbólkinum, ið livdu við stórari yvirvekt. Í 2023 var hetta talið vaksið til 33 % av monnunum, sum er ein vøkstur á 11 prosentstig.

Fyri allar menn í kanninginini vóru 19 % í 2015, 21 % í 2019 og 27 % í 2023, ið høvdu eitt BMI uppá 30 ella hægri.

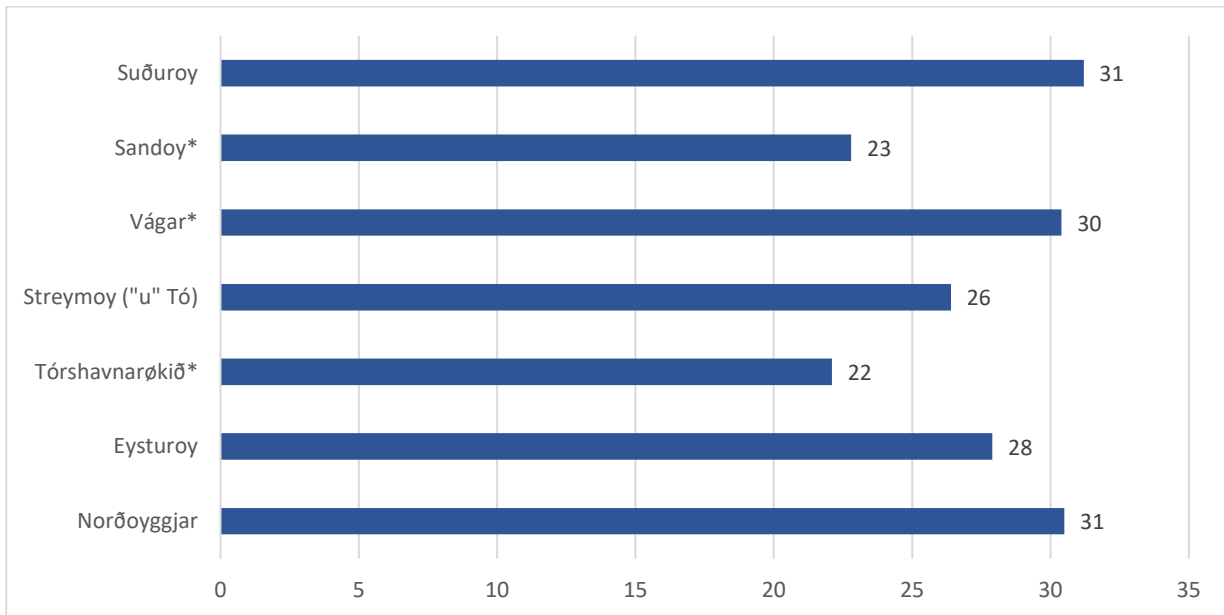
Mynd 8: Prosentpartur av kvinnum, ið hava BMI ≥ 30 í 2015, 2019 og 2023, deilt uppá aldur.



Eins og hjá monnunum er eisini ein størri partur av føroyskum kvinnum, ið liva við stórarri yvirvekt í 2023 samanborið við 2015 og 2019 (mynd 8). Samlað fyri kvinnurnar vóru 17 % í 2015, 21 % í 2019 og 26 % í 2023, ið høvdu eitt BMI uppá 30 ella hægri. Hyggja vit at tølunum deilt uppá aldursbólkar, er tað serliga í aldursbólkunum 35-44 ár og 55-64 ár, at ein munandi øking vísir seg frá 2019 til 2023. Í aldursbólkinum 35-44 ár livir meira enn triðja hvør kvinna í 2023 við stórarri yvirvekt. Í 2019 var hetta galdandi fyri fjórðu hvørja kvinnu.

BMI \geq 30 deilt uppá øki og útbúgving

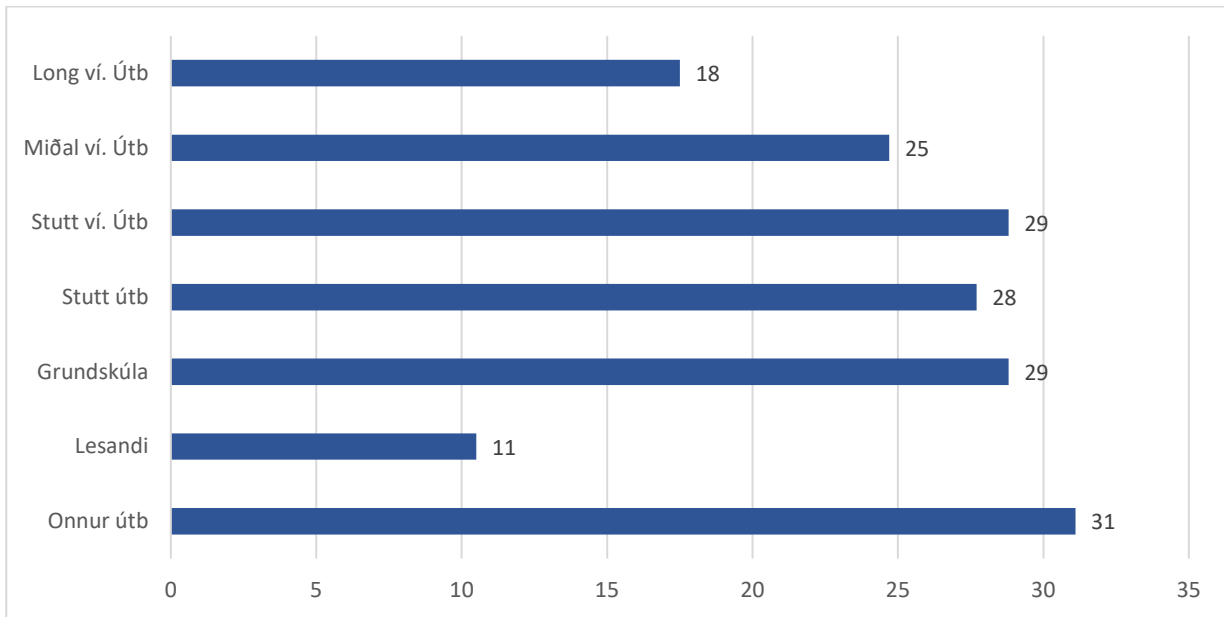
Mynd 9: Prosentpartur av teimum, ið hava BMI \geq 30 deilt uppá øki í Føroyum.



*Sandoy (íroknað Hestur, Koltur, Skúvoy og Stóru Dímun). Vágar (íroknað Mykines). Tórshavnarøkið (íroknað Argir, Hoyvík og Hvítanes)

Samband er millum hvørjum øki í landinum, fólk búgva, og BMI (mynd 9). Tað eru lutfalsliga flest við einum BMI uppá 30 ella hægri í Norðoyggjum og í Suðuroynni (31 %), meðan tað eru fæst í Tórshavnarøkinum (22 %), ein munur uppá 9 prosentstig.

Mynd 10: Prosentpartur av teimum, ið hava BMI ≥ 30 , deilt uppá útbúgvingarstig.



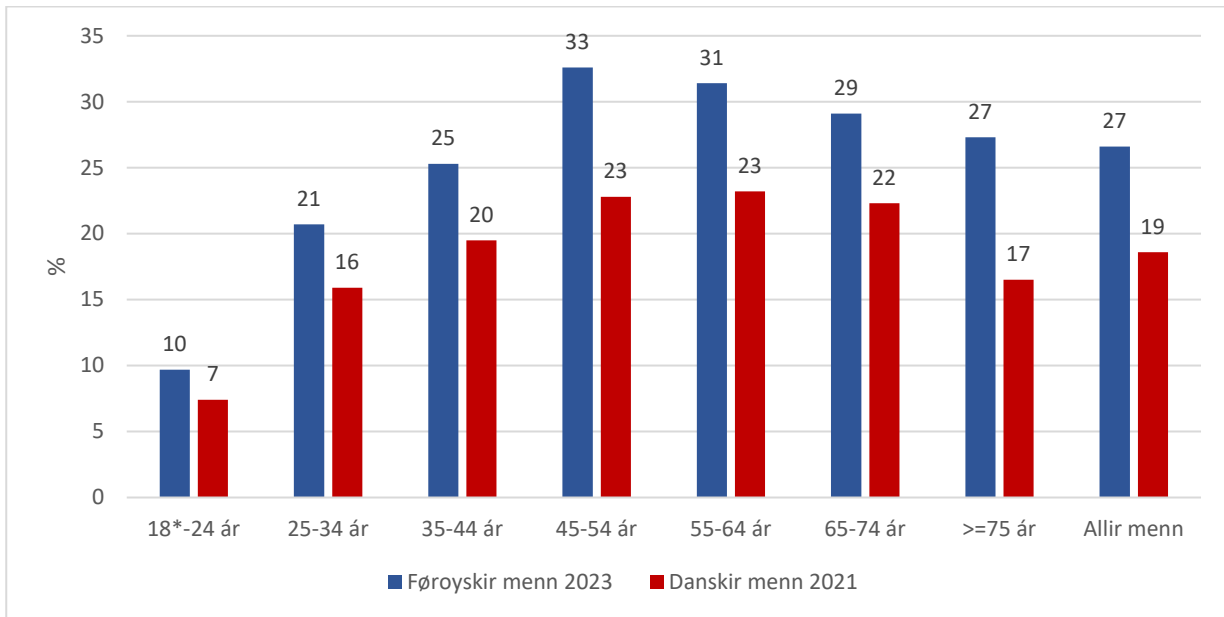
Kanningin vísir, at samband er millum útbúgvingarstig og at hava eitt BMI uppá 30 ella hægri (mynd 10). 18 % av teimum, ið hava langa framhaldsútbúgving, liva við stórari yvirvekt. Til samanberingar er hetta galdandi fyri 29 % av teimum, ið hava grundskúla sum hægsta útbúgvingarstig.

Samanbering við Danmark

Somu kanningar eru gjørdar í Danmark, og tí ber væl til at samanbera okkara BMI-tøl við donsk tøl (mynd 11 og 12). Her síggja vit, at prosentparturin av føroyingum, sum hava BMI uppá 30 ella hægri, er munandi størri í øllum aldursbólkum enn hann er hjá dønum, og tað ger seg galdandi hjá báðum kynum. Samlað fyri allar aldursbólkar liggja føroyingar 8 prosentstig omanfyri danir. Hjá monnum er munurin millum føroyingar og danir størri í aldursbólkunum omanfyri 44 ár enn hjá teimum, sum eru undir 45 ár.

Fólkaheilsustýrið

Mynd 11: Prosentpartur av føroyskum og donskum monnum, ið hava BMI \geq 30, deilt uppá aldur.



Hjá kvinnunum vísir tendensurin tvørturímóti, at munurin er serliga stórur hjá teimum yngru, og lutfalsliga nógv fleiri føroyskar enn danskar kvinnur undir 45 ár hava eitt BMI, sum er 30 ella hægri.

Mynd 12: Prosentpartur av føroyskum og donskum kvinnum, ið hava BMI \geq 30, deilt uppá aldur.

