



Folkhälsomyndigheten

Podden Liv & Hälsa

Så är svenskarnas sexuella hälsa

[Pernilla Engström, programledare] Omkring hälften av alla i Sverige är nöjda med sitt sexliv. Det visar en stor undersökning som bland annat ställt frågor om kondomanvändning, frihet att säga nej till sex och utsatthet för sexuellt våld. Jag säger välkommen till dig Anna Nielsen. Du är utredare och har jobbat med den här undersökningen.

[Anna Nielsen, utredare] Tack så mycket!

[Pernilla] Vad visar resultaten? Hur står det till med den sexuella och reproduktiva hälsan i Sverige?

[Anna] Ja, generellt sett så är det bra. Till exempel så uppger de flesta att de kan ta initiativ till sex. De allra flesta säger att de kan säga nej när de inte vill ha sex, och vi ser också att de flesta kan välja partner utan krav från familjen. Och som det var inne på, omkring hälften av alla kvinnor och män säger att de är mycket nöjda eller ganska nöjda med sexlivet. Men det kvarstår en hel del utmaningar.

[Pernilla] Kan du berätta vad består de i?

[Anna] Ja, till exempel så ser vi det här med sexuellt våld, som alltid är återkommande i våra undersökningar. Att det är höga nivåer av utsatthet bland kvinnor, framför allt unga kvinnor.

[Pernilla] Det är någonting som vi måste prata lite mer om strax, tänker jag. Men för att börja i den här änden då, varför behövs det en sådan här undersökning?

[Anna] Den sexuella och reproduktiva hälsan påverkar den allmänna hälsan. Det vet vi, och den påverkar genom hela livet. Från barn och ungdomstid upp till vuxen ålder, så det är viktigt för den allmänna hälsan helt enkelt.

[Pernilla] Ni har ju tittat på den sexuella hälsan bland människor från 16 till 84 år. Hur skulle du säga att den skiljer sig mellan olika åldersgrupper och kön?

[Anna] Ja generellt sett så var kvinnorna något mer nöjda med sexlivet i jämförelse med män. Och män uppgav i högre utsträckning än kvinnor att de inte var så nöjda eller inte alls nöjda med sexlivet.

[Pernilla] Vad kan det bero på tror du?

[Anna] Ja, vi har ju inte undersökt några bakomliggande orsaker i den här undersökningen, men vi har ju ställt frågor om upplevda sexrelaterade problem. Så där skulle vi kunna eventuellt få vissa ledtrådar.

[Pernilla] Och vad kan det vara?

[Anna] Ja, bland kvinnor så var det vanligaste problemet som man uppgav att man hade saknat intresse för sex under det senaste året, och det var framförallt tydligt i åldersgruppen 30 till 44 år hos kvinnor.

[Pernilla] Vad vet man om orsakerna till det?

[Anna] Från forskningen så vet vi att det kan ju handla både om fysiska och psykosociala bakomliggande faktorer, liksom för relationsproblem eller så. Och för kvinnor i fertil ålder då som det här handlar om, 30 till 44 år, så kan det också handla om att man har fött barn och man har småbarn hemma och så vidare.

[Pernilla] Du sa också att män generellt är mindre nöjda än kvinnor. Kan man veta någonting om vad det är som de är mindre nöjda med?

[Anna] Det kan ju höra ihop också med de sexrelaterade problemen, som män uppger i den här undersökningen. Och då var det framför allt svårighet att få eller behålla stånd som var det vanligaste uppgivna problemet hos män i de äldre åldersgrupperna. Och bland de yngre var det vanligast att man får orgasm för tidigt.

[Pernilla] Ett annat resultat är ju att män inte känner sig lika fria som kvinnor att säga nej till sex. Kan du berätta lite mer om det här?

[Anna] Det stämmer. Vi har ställt frågor om sexuell egenmakt och det kan bland annat handla om att man känner sig mindre fri att ta initiativ till sex, eller föreslå någonting som man vill göra när man har sex med en partner. Och män rapporterade även i lägre utsträckning att de alltid kan säga nej om de inte vill hektar sex eller säga nej till vissa praktiker eller vissa saker som en partner vill göra när man har sex. Och det här är som tydligast bland män i den äldsta åldersgruppen, 65 till 84 år. Det var strax över hälften av männen som uppgav att de alltid kan säga nej till sex.

[Pernilla] Vad kan ligga i det tror du, vad kan orsakerna vara?

[Anna] Igen, vi har ju inte tittat på de bakomliggande anledningarna. Men det kan ju handla om traditionella föreställningar som lever kvar lite starkare i den äldre åldersgruppen. Så traditionella mansroller om att män alltid vill ha sex och män är alltid redo för sex. Men det är viktigt att det finns arenor för män också, där man kan prata om sex och samtycke och relationer.

[Pernilla] Du sa i början att kvinnor i hög grad rapporterar att de utsatts för sexuellt våld och sexuella trakasserier. Hur vanligt är det här och vad kan det handla om?

[Anna] Vi har ställt frågor om sexuella trakasserier, både i det fysiska och digitala rummet. Bland annat så är det en av sex kvinnor som säger att de har varit utsatta för samlagsförsök mot deras vilja. Och lika många uppger att någon haft samlag med dem, eller gjort annat utsatt för andra sexuella handlingar, när de befann sig ett utsatt eller hjälplöst tillstånd. Och det här en av sex, det gäller alla kvinnor. Men sen om vi tittar på den yngsta åldersgruppen i den här undersökningen, 16 till 29 år, så är det så många som 23 procent, närmare en av fyra, som uppger utsatthet för

bland annat det här med att någon haft samlag eller gjort något annat sexuellt mot dem när de befann sig i en utsatt eller hjälplös situation.

[Pernilla] Det låter ju som en väldigt hög siffra. Har ni sett någonting om det här har ändrats över tid, eller är problemet större nu än vad det varit tidigare?

[Anna] Vi har också gjort den här undersökningen tidigare, 2017, om sexuell hälsa i befolkningen och vi ser liknande siffror. Tyvärr blir vi inte överraskade. Det har inte blivit, det har inte förbättrats kan man säga, men det har heller inte försämrats.

[Pernilla] När det gäller digitala trakasserier, hur vanligt är det och vilken typ av trakasserier kan det röra sig om?

[Anna] Ja, det var nästan hälften av de unga kvinnorna mellan 16 och 29, som sa att de hade utsatts för digitala sexuella trakasserier. Och i enkäten så definierade vi det som att någon hade skickat sms eller mejl eller chatt med oönskade sexuella inviter. Det kan vara till exempel bilder eller filmer eller text med sexuellt innehåll. Så det var ju väldigt vanligt. Sen så kan det också handla om att man tvingas göra något sexuellt framför en webbkamera, men just den formen var något mindre vanligt än det här digitala sexuella trakasserier.

[Pernilla] Finns det någonting man kan göra om man själv eller någon man känner är utsatt?

[Anna] Ja, det vi ser i undersökningen överlag är att det är en ganska låg andel, både män och kvinnor, som har varit utsatta för sexuellt våld, som har sökt stöd eller hjälp. Och det finns ju hjälp att få. Både från hälso- och sjukvård eller via stödmottagning, hjälplinjer eller socialtjänsten. Så att det är det. Men vi ser också att ungefär hälften, strax över hälften män och kvinnor, har berättat för någon annan om den här händelsen. Så det kan ju vara, det är en bra början om man säger så. Att man delar med sig till en vän eller lärare eller anhörig eller någon om vad som har hänt, och så kan den personen kanske stötta och även vid behov få den utsatta att söka professionell hjälp.

[Pernilla] Finns det någonting man kan göra för att förebygga det här, eller få ner siffrorna på något sätt? Jag tänker att det är ju unga människor som är mest utsatta. Kan det handla om sexualundervisningen i skolan eller något annat?

[Anna] Ja, absolut. Alltså skolan är ju väldigt, väldigt viktig och det såg vi också i vår tidigare undersökning UngKAB. Där uppgav ju unga personer att skolan är den absolut viktigaste källan till information när det handlar om sex och samtycke och relationer. Och vi måste fortsätta att jobba förebyggande på många olika nivåer i samhället.

[Pernilla] Hur skulle du säga att utvecklingen av digitalt innehåll och sociala medier har påverkat den sexuella hälsan i befolkningen?

[Anna] Jag skulle säga att digitaliseringen både har gynnat och utmanat den sexuella och reproduktiva hälsan i Sverige. Å ena sidan så öppnar det ju upp för

möjligheter. Det är ju ökad tillgång till information om sexuell och reproduktiv hälsa, och vi har också det här med digital vård som ökar tillgänglighet till vården. Och det är också en arena för sexuell utforskning och intimitet på distans, så det är ju det är ju det positiva hela. Vi ser här i undersökningen att digitalt sex fortfarande är relativt ovanligt i befolkningen. Men ungefär 20 procent av både unga kvinnor och unga män säger att de har haft digitalt sex någon gång under det senaste året. Och utmaningarna har vi redan varit inne på, med ökad utsatthet för sexuella trakasserier.

[Pernilla] Bland unga personer i åldern 16 till 29 år så är det ju två av fem som uppger att de har haft vaginalt samlag utan skydd under det senaste året. Det här låter ju ganska mycket. Vad kan det bero på att man inte skyddar sig?

[Anna] Det är tyvärr en fortsatt utmaning, det här med kondomlöst sex med en ny eller tillfällig partner och det bekräftas ju flera av våra egna studier, bland annat. Och det här är såklart någonting vi jobbar med, för att minska spridning av sexuellt överförbara infektioner. Det finns såklart många anledningar till att man inte skyddar sig. Jag skulle säga att generellt sett så är kunskapen om sexuellt överförbara infektioner och hur man skyddar sig god bland unga i Sverige skulle jag säga. Så troligen så kan det också handla om sexuell kommunikation, dvs hur omsätter man den här kunskapen i praktiken? Hur kommunicerar man med en partner om kondom? Så att så klart måste vi se till att alla har tillräcklig kunskap om sexuellt överförbara infektioner och hur man skyddar sig. Och där har ju skolan, elevhälsan, ungdomsmottagningarna en central roll. Och sen är också viktigt med jämlik tillgång till kostnadsfria kondomer.

[Pernilla] Och till sist då, finns det någonting som var och en kan göra för att förbättra sin egen sexuella hälsa?

[Anna] Det man kan göra är att lyssna på sin kropp, prata med andra om relationer eller andra frågor och funderingar som man har. Kommunicera öppet med en partner, om man har någon. Söka professionell hjälp om man upplever att man har problem med någonting. Men såklart också det här vi har varit inne på flera gånger, skydda sig mot sexuellt överförbara infektioner och oönskad graviditet genom att använda preventivmetoder som skyddar. Och sen också det här med att är man utsatt för någon form av sexuellt våld eller har varit, så är det viktigt att man berättar för någon som kan stötta en att man söker hjälp för det.

[Pernilla] Tack så mycket Anna

[Anna] Tack

[Pernilla] Och vill du som lyssnar höra fler avsnitt av Liv och hälsa så följ oss gärna.