

Nyhetsbrevet «Samfunnsmedisin og Folkehelse» holder deg oppdatert på hva som publiseres av viktige veiledere, rapporter, retningslinjer, brosjyrer, lover og forskrifter innen fagområdet den siste måneden. Har du forslag til saker send oss gjerne en e-post på [katrine.rutgersen@fhi.no](mailto:katrine.rutgersen@fhi.no).

>> [Påmelding nyhetsbrev](#)

RAPPORT - FHI.NO

## - Stor variasjon i hvordan ungdom bruker og opplever sosiale medier

**Ungdommers bruk av sosiale medier er verken utelukkende positiv eller utelukkende negativ - og det er stor variasjon i bruk. Dette viser en ny rapport fra Folkehelseinstituttet.**

– Et viktig funn i rapporten er at sosiale medier og gaming synes å være mer enn bare et tidsfordriv for ungdom. Det ser ut til å være viktige sosiale arenaer, på godt og vondt, sier forsker Jens Christoffer Skogen i Folkehelseinstituttet.

### Gir et bredere bilde av ungdoms bruk av sosiale medier

Tidligere har forskningen på ungdommers bruk av sosiale medier i stor grad fokusert på de negative effektene, sett i sammenheng med blant annet mengde bruk.

I denne undersøkelsen ble spørsmålene utviklet på bakgrunn av fokusgruppeintervju med ungdom, hvor de selv kunne diskutere hvordan bruk av sosiale medier og gaming henger sammen med psykisk helse og trivsel.

– Denne rapporten er viktig fordi den gir et bredere bilde av ungdoms bruk av sosiale medier og gaming, og resultatene er trolig nærmere ungdoms egne erfaringer og livsverden, forteller Skogen.

### Lettere å være seg selv

Noen ungdommer synes det er lettere å være seg selv og snakke om vanskelige ting når

de er på sosiale medier. For mange er sosiale medier en viktig arena for å holde kontakt med venner og familie og dele innhold med hverandre. Spesielt jenter trekker frem at de får positiv oppmerksomhet på sosiale medier. Men for en del ungdommer kan sosiale medier se ut til å by på utfordringer, som overdrevent fokus på sosial sammenligning, frykt for å glipp av noe og vansker med å regulere egen bruk.

– Generelt ser det ut til at jenter har flere både positive og negative erfaringer ved bruk av sosiale medier. Jenter rapporterer for eksempel at de hyppigere kommuniserer med andre og får positiv oppmerksomhet. Samtidig rapporterer også jenter i større grad press, forventninger og sosial sammenligning på sosiale medier. Videre forskning bør derfor ta sikte på å undersøke hvem som er mest sårbare for slike opplevelser, sier Skogen.

Rapporten viser også ikke overraskende at flere gutter enn jenter spiller online dataspill (gaming).

– Gutter ser ut til å ha flere sosiale fordeler av gaming enn jenter, og det kan også virke som at gutter er mindre investert i sin egen bruk av sosiale medier sammenlignet med jenter.

### Stor variasjon i bruk

En tredjedel av ungdommene synes at sosiale medier tar bort fokus fra viktigere ting og omtrent halvparten sier at de legger seg



senere enn de burde på grunn av sosiale medier.

– Men det er også en betydelig andel av ungdommene som ikke opplever sosiale medier på denne måten. Resultatene viser generelt at det er stor variasjon i hvordan ungdom bruker og opplever i sosiale medier.

### Om rapporten

Folkehelseinstituttet har i samarbeid med Bergen Kommune og Vestland fylkeskommune spurt 3700 elever i videregående skole om ungdoms bruk og opplevelser med sosiale medier og gaming.

>> Les hele rapporten [Hele verden er et tastertrykk unna – Ungdommers bruk og opplevelser med sosiale medier og online gaming på fhi.no](#).

## STAMI bidrar i stort EU-prosjekt om kjemisk sikkerhet

Et helt nytt EU-prosjekt skal gi mer kunnskap til å vurdere risiko ved kjemiske stoffer, for å møte nåværende og fremtidige utfordringer innen kjemikaliesikkerhet.

Resultatet vil bli brukt som grunnlag til nye europeiske og nasjonale strategier for å redusere eksponering for farlige kjemikalier og deres innvirkning på helse og miljø.

Målet vil være å skaffe nye lett tilgjengelige og brukbare data, sammen med nye vurderingsmetoder og verktøy.

Spesielt vil PARC bidra med kunnskap og verktøy for å identifisere nye, mindre farlige stoffer.

>> Les mer om [STAMI bidrar i stort EU-prosjekt om kjemisk sikkerhet](#) på [stami.no](#).



## Stort sett gode erfaringar med fastlegen

Pasientane har stort sett positive erfaringar med fastlegen og fastlegekontoret, men mange meiner at ventetida er for lang, viser ein ny rapport frå Folkehelseinstituttet.

Undersøkinga vart gjennomført blant 7912 vaksne pasientar i 2021 og 2022. Rapporten bygger på ei nasjonal undersøking frå 2018 og er laga på oppdrag frå Helse- og omsorgsdepartementet (HOD).

### Framleis nokre utfordringar

Som i 2018 meiner mange pasientar at ventetida er for lang: Fastlegekontora får dårlegast skår på indikatoren Tilgjengelighet (63 poeng). Tilgjengelighet handlar om i kva grad pasientane opplever ventetida til vanleg og akutt time som akseptabel.

>> Les hele rapporten [Pasienterfaringar med fastlegen og fastlegekontoret i 2021/2022](#) på [fhi.no](#).

## Pårørenderollen kan være krevende og uoversiktlig



**Informasjon om rettigheter, å bli sett og lyttet til, avlastning og økonomiske støtteordninger er viktig for at pårørende skal kunne leve gode liv og fungere godt i rollen som pårørende.**

Mange får god hjelp, men likevel er det ofte et misforhold mellom de pårørendes behov og det tilbudet de opplever at de får fra det offentlige.

Dette er noen av funnene i pårørendeundersøkelsen 2021/2022 som Helsedirektoratet har fått gjennomført via Opinion. Undersøkelsen er et ledd i oppfølging av «Vi – de pårørende» for at de skal kunne leve gode liv, som ble lansert i desember 2020.

### Pårørende for særlig sårbare grupper

Undersøkelsen har tatt utgangspunkt i pårørende til fire pasientgrupper som er beskrevet som særlig sårbare i Nasjonal helse- og sykehusplan og pårørendestrategien.

Dette er pårørende til barn og unge, personer med alvorlige psykiske lidelser og rusproblemer, personer med flere kroniske lidelser og skrøpelige eldre.

Arbeidet med pårørendestrategien fortsetter til 2025. Den inneholder seks innsatsområder og tiltak som skal bidra til at pårørende får anerkjennelse og blir bedre ivaretatt.

>> Les hele [rapporten](#) på [helsedirektoratet.no](#).

# Meir medverknad for brukarar og større valfridom i LAR

**Dei nye retningslinene for legemiddelassistert rehabilitering ved opioidavhengigheit (LAR) opnar for meir individuell tilpassing, auka medverknad for brukarar og fleire legemidlar. Pasienten sine egne erfaringar skal stå sentralt i val av legemiddel.**

– Dei nye retningslinene legg til rette for å bygge tillit og dialog mellom pasient og behandlar, framfor kontrolltiltak. Det leggest òg opp til større grad av individuell vurdering av ordninga om utlevering. Eg håpar dei nye retningslinene bidrar til at menneske i LAR i

større grad opplev å bli lytta til, seier helse- og omsorgsminister Ingvild Kjerkol.

## Arbeidet er i gong

Regjeringa sitt mål er at menneske med omfattande problemar med rus skal få den behandlinga og oppfølginga dei har behov for i den offentlege helsetenesten. Arbeidet med ei reform om førebygging og behandling på rusfeltet er i gong.

>> Les hele retningslinjen [Legemiddelassistert rehabilitering \(LAR\) ved opioidavhengighet vold](#) på regjeringen.no.



---

## Andre aktuelle saker...

### Bufdir: Nye avtaler om institusjonsplasser

Barne-, ungdoms-, og familiedirektoratet (Bufdir) inngår 19 nye avtaler med 14 ideelle leverandører om totalt 187 plasser i institusjonsbarnevernet. I tillegg har Bufdir en løpende avtale om 12 plasser hos én ideell leverandør.

### Alle kommunar har no fått eingangsmidlar til lågterskel psykisk helsetilbod

Helsedirektoratet har fordelt tilskotet til alle norske kommunar etter objektive kriterium. Målet er at tilskotet på ein rask måte kan bidra til å styrke og auke tilgangen til eksisterande kommunale lågterskeltilbod innan psykisk helse.

### Barn leker mindre ute i nærområdet

Andelen foreldre som oppgir at barna deres leker ute daglig, er mer enn halvert siden 2015.

### 540 millioner til inkludering av barn og unge

Bufdir har delt ut 540 millioner kroner til kommuner, frivillige organisasjoner og private aktører over hele landet i støtte til prosjekter som skal bidra til inkludering av barn og unge.

### Fortsatt reduksjon i kapasitet og tilgjengelighet til fastlege

Kapasiteten i fastlegeordningen har gått i negativ retning gjennom 2021. Det siste året har det blitt flere innbyggere uten fastlege. Selv om vi i 2022 ser den største veksten hittil i planperioden, er antall fastleger fortsatt for lavt.

### Partnervalg er en kilde til sosial ulikhet

Når foreldre likner på hverandre, blir det større sosial og genetisk ulikhet enn om foreldrepar hadde valgt hverandre tilfeldig.

### STAMIs årsrapport 2021

Årsrapporten gir en oversikt over STAMIs aktiviteter, innsatsområder og resultater i 2021.