Apoteket AB

PRESSMEDDELANDE
2010-05-31

Apoteket AB har kartlagt svenskarnas hälsovanor

Hälften av svenskarna har dålig koll på sin hälsa

Nästan hälften av svenskarna gör inte regelbundna hälsokontoroller och mer än var femte svensk gör det aldrig. Detta enligt Apoteket AB som har tagit pulsen på svenskarnas hälsovanor. Störst påverkan för att få oss att förändra våra hälsovanor är det faktum att vi blir allvarligt sjuka.

Apoteket AB har kartlagt 7 000 svenskars syn på hälsa och deras hälsovanor. Resultatet visar att 48 procent av svenskarna gör en hälsokontroll mer sällan än vartannat år och att 22 procent aldrig gör det.

Hälften av de tillfrågade uppger att de inte kontrollerar sin hälsa oftare för att de inte vet vart de ska vända sig, eller att de inte känner något behov. Varannan svensk bedömer ändå sin hälsa som god till mycket god – de främsta drivkrafterna till ett mer hälsosamt liv är att må bättre, att kunna fortsätta ha ett aktivt liv och att förebygga sjukdomar. 51 procent av de tillfrågade säger att personlig coachning och tydligt mätbara mål skulle vara de bästa verktygen för att förbättra sin hälsa.

Men trots att svensken uppger sin hälsa som god har de ett kortsiktigt och reaktivt perspektiv att se på sin hälsa. 74 procent tänker utifrån en månad till ett års perspektiv för att aktivt ändra sina vanor och nå förbättrad hälsa. Mer än hälften, 53 procent, uppger att det som skulle ha störst påverkan för att aktivt ändra sina vanor är det faktum att de blir allvarligt sjuka.

God hälsa är inte bara frånvaro av sjukdom, utan är ett upplevt tillstånd med flera dimensioner – fysisk, mental och social. En god hälsa kan ses som en resurs för att uppnå viktiga mål i livet och kan understödjas av både goda levnadsvanor och rätt läkemedel.

– Vi ser ett tydligt behov av ett personligt hälsotest som fungerar i vardagen och som ökar förståelsen hur levnadsvanor påverkar hälsan. Idag har personer som vill kontrollera sina hälsovärden begränsade möjligheter, säger Eva Fernvall varumärkesdirektör på Apoteket

– Vår tids största folkhälsoproblem är hjärt- och kärlsjukdomar. Varannan svensk drabbas och levnadsvanor som rökning, fysisk aktivitet, matvanor, stress och sömn påverkar och spelar en viktig roll. Vi har därför lanserat Apotekets Hälsokoll som tillför en mätbar dimension och ger människor motivation att själva påverka sina vanor för att må bra idag och på sikt minska risken för hjärt-kärlsjukdom, säger Eva Fernvall, varumärkesdirektör på Apoteket AB.

I undersökningen deltog 7139 respondenter (18 – 80 år) från hela Sverige. Undersökningen genomfördes vecka 17 – 19 av Market Direction på uppdrag av Apoteket AB.

Om Apotekets Hälsokoll
Apotekets Hälsokoll är ett enkelt, personligt och vetenskapligt baserat hälsotest som lyfter fram människors möjligheter att påverka sina vanor för att må bra idag och på för sikt minska risken för hjärt-kärlsjukdom. Detta uppnås genom att ge kunder tillgång till utgångsvärden och relevanta verktyg för deras personliga förändringsarbete. Resultaten sparas på apoteket.se/halsolabbet, där kunden själv sätter upp sina mål och följer sin utveckling.

Hälsokollen innehåller hälsoenkät, personligt möte på Apoteket med utbildad farmaceut som utför testerna (blodtryck, kolesterol och midjemått). Priset för att genomföra Apotekets Hälsokoll är 250 kronor.

För ytterligare information, vänligen kontakta:
Eva Fernvall, varumärkesdirektör Apoteket AB, 070-590 28 93.

Vi är Hela Sveriges Apotek – vi erbjuder konsumenter i hela landet läkemedel och attraktiva hälsoprodukter. Vår rådgivning och lösningar ska inspirera till ett liv i hälsa och göra det enklare att må bra. Apoteket har ett stort utbud av kunskapstjänster och erbjuder läkemedelsförsörjning till många verksamheter inom vård och omsorg. Viktiga kunder på den här marknaden är landsting, kommuner och företag.