



Livsstil og forebyggelse

**Fokus på befolkningens ryge-, motions-
og kostvaner**

Merete Osler



Foreningen af
Danske Lægestuderendes Forlag Aktieselskab
København · Århus · Odense

Indholdsfortegnelse

1.	<i>Baggrund</i>	9
1.1	Livsstil og forebyggelse	9
1.2	Problemstilling	9
1.3	Formål	9
2.	<i>Begreber og teoretisk referenceramme</i>	11
2.1	Anvendte begreber, afgrænsning og definitioner	11
2.2	Teorier for sundhedsadfærd	11
2.3	Modeller for forebyggelse	13
3.	<i>Materiale og metoder</i>	15
3.1	Baggrundsundersøgelseernes design	15
3.2	Målemetoder	16
3.3	Validitet	17
3.4	Bortfald	19
3.5	Statistiske metoder	19
4.	<i>Livsstil og forebyggelse</i>	21
4.1	Rygevaner	21
4.1.1	Levekår og rygevaner	23
4.1.2	Individuelle faktorer og rygevaner	25
4.1.3	Forebyggelse og rygevaner	28
4.2	Motionsvaner	29
4.2.1	Levekår og motionsvaner	31
4.2.2	Individuelle faktorer og motionsvaner	32
4.2.3	Forebyggelse og motionsvaner	33
4.3	Kostvaner	33
4.3.1	Levekår og kostvaner	35
4.3.2	Individuelle faktorer og kostvaner	36
4.3.3	Forebyggelse og kostvaner	38
4.4	Diskussion	40
4.4.1	Materiale og metoder	40
4.4.2	Resultater	41
4.4.3	Videre overvejelser	43
5.	<i>Sammenfatning</i>	46
6.	<i>Summary</i>	48
7.	<i>Litteratur</i>	50
	<i>Afhandlingens artikler</i>	61