

Populärvetenskaplig litteratur ökar hälsokunskapen

In sickness and in health : how information and knowledge are related to health behaviour / Kristina Eriksson-Backa. – Åbo : Åbo Akademis förlag, 2003. – 205 s. : ill., tab.

Diss. : Åbo Akademi

ISBN 951-765-152-X

ISBN 951-765-153-8 (digitalt)

Det är vanligt att läsa och höra om hälsa i olika informationskällor - inte minst i massmedia - idag, och ett av de aktuella hälsorelaterade ämnena är anknutet till den mat vi äter. Samtidigt insjuknar allt fler människor i sjukdomar som har samband med föda och livsstil.

Hur hänger detta ihop? Blir folk trots allt inte tillräckligt upplysta om hur de borde äta och leva, eller kan de inte ta emot all information som erbjuds och omvandla de erhållna råden till ett hälsosamt beteende?

Syftet med denna undersökning har varit att ur ett informationsvetenskapligt perspektiv undersöka sambandet mellan de informationskällor folk använder för information om mat och hälsa, deras kunskaper om hälsa och föda, samt deras hälsobeteende.

Femtio finländare i åldern 20-42 år intervjuades i undersökningen. Av dessa var 18 gravida kvinnor, 17 diabetiker och de resterande 15 personerna utgjorde en kontrollgrupp.

På basis av den typ av informationskällor personerna mest använde, samt ansåg vara mest pålitlig och nyttig, indelades personerna i de tre grupperna 'hälsoproffsgruppen', 'populärvetenskapsgruppen' och 'vardagsinformationsgruppen'. De tre grupperna visade sig ha varsin specifik och karakteristisk informationsprofil.

Respondenterna i 'hälsoproffsgruppen' hade den snävaste informationsprofilen. De var mycket inriktade på professionalism och föredrog så gott som enbart den information som erhålls av läkare eller annan hälsovårdspersonal.

I denna grupp bestämdes valet av källa långt av det personliga hälsotillståndet eftersom en majoritet av personerna hade en diagnosticerad sjukdom; diabetes. De var även mest selektiva i sin informationsanskaffning.

Kunskapsnivån, som mättes genom en rad kunskapstester, var hos dessa personer för det mesta på en lägre nivå än i de andra grupperna. Personerna i denna grupp uppvisade även ett hälsobeteende som var något sämre än i de andra grupperna. Detta var mest synligt i användningen av alkohol och tobak, medan ätbeteende var bäst, antagligen på grund av att diabetesen kräver en noggrann kontroll av födointaget.

'Populärvetenskapsgruppen' uppvisade den bästa kunskapsnivån, det bästa hälsobeteendet, och den bästa informationskompetensen. Dessa personer hade den mest positiva attityden till hälsoinformation, de var mest aktiva att söka och diskutera dylik information, och de kunde tillgodogöra sig informationen bäst.

I denna grupp var den viktigaste källan litteratur specialiserad på hälsa och välmåga. Även i denna grupp hade hälsotillståndet rätt stort inflytande på valet av källa. Gruppen bestod av något fler gravida kvinnor än kontrollgruppmedlemmar.

I 'vardagsinformationsgruppen' återfanns personer som inte särskilt tydligt föredrog någon viss typ av informationskälla, utan som närmast höll sig till vardagliga källor såsom nyhetsmedier och personer i näromgivningen. Dessa personer visade inget större intresse för hälsoinformation och attityden till hälsoinformation och hälsosamt leverne var försiktigare än i de andra grupperna, d.v.s. de tyckte att det finns för mycket hälsorelaterad information och att den är rätt skrämmande. Kunskapsmässigt befann sig dessa personer på en mellannivå.

Resultaten visar att användningen av en viss typ av informationskällor och aktiviteten att söka hälsoinformation är anknutna till kunskapsnivån hos respondenterna. Vetenskaplig information i populariserad form visade sig bäst kunna omvandlas till kunskap. Därtill har vissa demografiska faktorer, närmast kön, samband med den uppvisade kunskapen. Kvinnor visade sig ha bättre kunskap än män.

Vad gäller hälsobeteendet hos respondenterna berodde beteendet mindre på information och kunskapsnivå än på bakgrundsfaktorer, såsom den hälsosituation respondenterna befann sig i. Detta framkom särskilt tydligt hos de gravida kvinnorna, som undvek tobak och alkohol under graviditeten.

Inom den hälsofrämjande verksamheten är tilltron till information och undervisning stark. Uppfattningen är att om folk erbjuds information så förvärvar de kunskap som leder till ett bättre hälsobeteende. Många gånger är, vilket även avhandlingen visar, så inte fallet. Det har framförts förslag att detta kan bero på att informationen getts på fel sätt.

Då syftet är att befrämja hälsa genom att erbjuda information borde vikt läggas vid innehållets form, språk och abstraktionsnivå. Informationen borde vara intresseväckande, uppmuntrande, positiv, pålitlig och lättförståelig, det vill säga sådan som den ofta framställs i populärvetenskaplig, hälsorelaterad litteratur.

PM Kristina Eriksson-Backa, Åbo Akademi
Email. Kristina.eriksson-backa@abo.fi