

Anne Illemann Christensen  
Heidi Amalie Rosendahl Jensen  
Ola Ekholm  
Michael Davidsen  
Knud Juel



STATENS INSTITUT FOR  
FOLKESUNDHED

# Seksuel sundhed

Resultater fra Sundheds-  
og sygelighedsundersøgelsen 2013

## **Seksuel sundhed. Resultater fra Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013**

Anne Illemann Christensen  
Heidi Amalie Rosendahl Jensen  
Ola Ekholm  
Michael Davidsen  
Knud Juel

Copyright © 2016  
Statens Institut for Folkesundhed,  
Syddansk Universitet

Grafisk design: Trefold

Uddrag, herunder figurer og tabeller, er tilladt mod tydelig gengivelse. Skrifter, der omtaler, anmelder, citerer eller henviser til nærværende publikation, bedes sendt til Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

Elektronisk ISBN: 978-87-7899-342-7

Statens Institut for Folkesundhed,  
Syddansk Universitet  
Øster Farimagsgade 5A, 2. sal  
1353 København K  
[www.si-folkesundhed.dk](http://www.si-folkesundhed.dk)

Rapporten kan downloades fra  
[www.si-folkesundhed.dk](http://www.si-folkesundhed.dk)

# Seksuel sundhed

Ifølge WHO er seksuel sundhed en tilstand af fysisk, mental og social trivsel relateret til seksualitet. Seksuel sundhed kræver en positiv og respektfuld tilgang til seksualitet og seksuelle forhold såvel som muligheden for at have sikre seksuelle oplevelser, fri for tvang, diskrimination og vold (1). I forhold til seksuel sundhed er der således fokus på seksuel trivsel i alle livets faser, såvel som fokus på reduktion af sygdomme og uønskede graviditeter.

Seksualitet kan påvirke sundhed og livsstil i en positiv retning, og et tilfredsstillende sexliv kan bidrage til øget livskvalitet og trivsel. Omvendt kan seksuelle problemer og kønssygdomme føre til nedsat livskvalitet (2-4).

I Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013 er der spurgt til, hvor tilfreds man har været med sit sexliv inden for det seneste år. Svarmulighederne og svarfordelingen fremgår af tabel 1. Denne tabel samt de efterfølgende viser kun resultaterne for de 16-64-årige, da en stor del af den ældre befolkning ikke har besvaret spørgsmålet. I alt er der 51,2 % blandt de 16-64-årige mænd og 53,7 % blandt de 16-64-årige kvinder, der er særdeles tilfreds eller tilfreds med sit sexliv. I alle aldersgrupper er andelen, der er utilfreds eller særdeles utilfreds med sit sexliv, større blandt mænd end blandt kvinder.

I undersøgelsen er der endvidere spurgt til, om man inden for det seneste år har oplevet manglende eller nedsat lyst til sex. Svarmulighederne og svarfordelingen fremgår af tabel 2. I alt er der 6,9 % blandt mænd, der hele tiden eller ofte har oplevet manglende eller nedsat lyst. Blandt kvinder er andelen 20,9 %. Overordnet stiger andelen med alderen. Omvendt er der 48,0 % blandt mænd og 24,3 % blandt kvinder, der aldrig har oplevet manglende eller nedsat lyst til sex inden for det seneste år.

**Tabel 1.** Tilfredshed med sexliv blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper. 16-64 år. Procent

	16-24 år	25-34 år	35-44 år	45-54 år	55-64 år	Alle
<b>Mænd</b>						
Særdeles tilfreds	26,8	18,8	14,6	14,5	10,6	16,8
Tilfreds	26,1	34,3	37,3	37,6	35,3	34,4
Hverken tilfreds eller utilfreds	20,8	23,4	22,1	26,0	28,2	24,2
Utilfreds	8,7	14,7	16,7	13,9	12,2	13,4
Særdeles utilfreds	6,3	5,9	6,9	4,7	5,8	5,9
Ved ikke	11,3	2,8	2,3	3,4	7,9	5,4
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	731	640	836	1.086	1.260	4.553
<b>Kvinder</b>						
Særdeles tilfreds	22,9	19,2	18,3	14,4	11,1	17,0
Tilfreds	31,6	40,2	35,2	38,3	38,0	36,7
Hverken tilfreds eller utilfreds	18,5	22,4	23,7	25,6	26,6	23,5
Utilfreds	6,3	8,8	12,4	9,6	7,8	9,1
Særdeles utilfreds	3,0	4,9	5,4	4,8	3,8	4,4
Ved ikke	17,7	4,5	5,0	7,4	12,8	9,2
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	905	787	1.117	1.408	1.315	5.532

*Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013*

**Table 2.** Manglende eller nedsat lyst til sex blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper. 16-64 år.  
Procent

	16-24 år	25-34 år	35-44 år	45-54 år	55-64 år	Alle
<b>Mænd</b>						
Ja, hele tiden	0,9	0,7	0,7	0,7	3,2	1,2
Ja, ofte	2,8	6,6	4,3	5,3	9,7	5,7
Ja, ind imellem	10,0	19,1	16,8	18,9	23,4	17,7
Ja, men sjældent	19,7	30,8	27,4	29,9	28,0	27,3
Nej, aldrig	66,7	42,8	50,8	45,2	35,7	48,0
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	720	636	835	1.086	1.250	4.527
<b>Kvinder</b>						
Ja, hele tiden	1,7	4,8	5,4	7,0	10,7	6,0
Ja, ofte	7,6	14,6	16,8	16,5	18,0	14,9
Ja, ind imellem	16,1	33,5	33,6	35,7	36,0	31,4
Ja, men sjældent	24,9	26,0	22,7	22,8	20,8	23,4
Nej, aldrig	49,6	21,1	21,5	18,0	14,5	24,3
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Antal svarpersoner	878	784	1.112	1.397	1.288	5.459

*Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013*

### Seksuelle problemstillinger

I forbindelse med seksuelt samvær kan man desuden opleve en række problemstillinger, som kan gribe forstyrrende ind i lysten og/eller evnen til at gennemføre en seksuel aktivitet. Det kan eksempelvis dreje sig om samlejesmerter, besvær med at opnå orgasme, for tidlig eller forsinket sædafgang samt svigtende rejsning (2).

I Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013 er der blevet spurgt til, hvor ofte svarpersonerne oplever følgende situationer ved seksuelt samvær:

Mænd:

- Min rejsning har ikke været kraftig nok til at gennemføre samleje
- Jeg har haft for tidlig sædafgang
- Jeg har ikke – eller med stort besvær – opnået udløsning (orgasme)
- Jeg har haft smerter i kønsorganerne ved samleje

Kvinder:

- Jeg er ikke blevet tilstrækkelig fugtig i skeden
- Jeg har ikke – eller med stort besvær – opnået udløsning (orgasme)
- Jeg har haft skedekrampe, som forhindrer indtrængning
- Jeg har haft smerter i kønsorganerne ved samleje

Spørgsmålet er kun stillet til svarpersoner, der har haft seksuelt samvær med et andet menneske inden for det seneste år – i alt 76,5 % af befolkningen i alderen 16-64 år. Svarmuligheder og svarfordeling fremgår af tabel 3. Det ses, at næsten hver tiende seksuelt aktive mand i alderen 16-64 år (9,5 %) oplyser, at de ofte eller hver gang oplever for tidlig sædafgang, og næsten hver femte seksuelt aktive kvinde i alderen 16-64 år (17,6 %) oplyser, at de ofte eller hver gang slet ikke – eller med stort besvær – har opnået orgasme. I alt oplever 14,3 % blandt seksuelt aktive mænd i alderen 16-64 år én

eller flere af de nævnte situationer ved seksuelt samvær ofte eller hver gang, mens det gælder for 26,1 % blandt seksuelt aktive kvinder i alderen 16-64 år (data ikke vist).

Lette eller forbigående seksuelle klager regnes dog ikke for deciderede dysfunktioner (2). Svarpersonerne er således også blevet spurgt, hvorvidt de oplever disse situationer ved seksuelt samvær som et problem. Blandt mænd, der ofte eller hver gang oplever én eller flere af de nævnte situationer ved seksuelt samvær, angiver 8,0 %, at de oplever det som et problem. Blandt mænd er det overordnet set for tidlig sædafgang, der oftest opleves som problematisk. Problemer med svigtende rejsning og besværet orgasme stiger med alderen, mens

der ikke ses nævneværdig aldersforskel for de to øvrige situationer. Blandt kvinder, der ofte eller hver gang oplever ét eller flere af de nævnte situationer ved seksuelt samvær, angiver 16,2 %, at de oplever det som et problem. Forekomsten er især høj blandt unge kvinder (22,2 %). Blandt kvinder er det oftest, at man ikke er blevet tilstrækkelig fugtig i skeden, og at man ikke – eller med stort besvær – har opnået orgasme, der opleves som problematisk. Andelen, der oplever det som problematisk, at de ikke er blevet tilstrækkeligt fugtige i skeden, er størst i den ældste aldersgruppe (45-64 år), mens andelen, der oplever det som problematisk, at de ikke – eller med stort besvær – kan opnå orgasme, falder med alderen (data ikke vist).

**Tabel 3.** Oplevelsen af forskellige situationer ved seksuelt samvær. 16-64 år. Procent

	Slet ikke	Sjældent	Ind imellem	Ofte	Hver gang/ hele tiden	Antal svarpersoner
<b>Mænd</b>						
Min rejsning har ikke været kraftig nok til at gennemføre samleje	68,9	19,9	7,9	2,3	1,0	3.381
Jeg har haft for tidlig sædafgang	42,6	25,5	22,3	7,9	1,6	3.364
Jeg har ikke – eller med stort besvær – opnået udløsning (orgasme)	68,7	20,9	7,1	2,2	1,1	3.341
Jeg har haft smerter i kønsorganerne ved samleje	90,2	7,5	1,8	0,3	0,2	3.282
<b>Kvinder</b>						
Jeg er ikke blevet tilstrækkelig fugtig i skeden	40,7	26,1	21,3	8,6	3,4	3.938
Jeg har ikke – eller med stort besvær – opnået udløsning (orgasme)	29,9	29,6	22,9	10,8	6,8	3.915
Jeg har haft skedekrampe, som forhindrer indtrængning	94,3	3,5	1,4	0,6	0,3	3.875
Jeg har haft smerter i kønsorganerne ved samleje	68,9	17,7	1,8	0,3	0,2	3.898

*Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013*

Den seksuelle trivsel er tæt forbundet med livsomstændigheder og livsstilsfaktorer hos borgerne. Fx er overvægt, tobaksrygning og stort alkoholforbrug faktorer, som påvirker den seksuelle trivsel negativt. Indsatser over for disse faktorer vil derfor indirekte også gavne den seksuelle trivsel positivt. Derudover påvir-

kes den seksuelle trivsel også af livsomstændigheder såsom alder, forældreskab og visse sygdomme. Her kan der være behov for at italesætte seksualitet i mødet med de relevante borgergrupper (1).

I nærværende undersøgelse er svarpersonerne endvidere blevet spurgt, om de inden for de seneste 5 år har talt med en sundhedsprofessionel (læge, sundhedsplejerske, jordemoder mv.) om seksuelle spørgsmål. I alt angiver 17,5 % af befolkningen i alderen 16-64 år, at de har talt med en sundhedsprofessionel – 13,3 % på eget initiativ og 4,2 % på den sundhedsprofessionelles initiativ. Blandt seksuelt aktive mænd i alderen 16-64 år, der ofte eller hver gang oplever ét eller flere af de tidligere nævnte situationer ved seksuelt samvær, og som oplever det som et problem, er der 27,0 %, der har talt med en sundhedsprofessionel – 23,8 % på eget initiativ og 3,2 % på den sundhedsprofessionelles initiativ. Blandt seksuelt aktive kvinder i alderen 16-64 år, der ofte eller hver gang oplever ét eller flere af de nævnte situati-

oner ved seksuelt samvær, og som oplever det som et problem, er der 40,7 %, der har talt med en sundhedsprofessionel – 33,9 % på eget initiativ og 6,9 % på den sundhedsprofessionelles initiativ.

For en beskrivelse af undersøgelsens baggrund, formål, materiale og metode henvises der til rapporten "Materiale og metode. Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013" (5).

I de følgende opslagstabeller (tabel 4 og 5) gives en mere detaljeret beskrivelse af andelen, der har oplevet manglende eller nedsat lyst til sex, og andelen, der har været tilfreds med sit sexliv.

## Referencer

1. Sundhedsstyrelsen. Forebyggelsespakke – Seksuel sundhed. Sundhedsstyrelsen, 2012.
2. Graugaard C, Pedersen BK, Frisch M. Sundhed og seksualitet. København: Vidensrådet for forebyggelse, 2015.
3. Graugaard C, Giraldi A, Frisch M, Eplov LF, Davidsen M: Self-reported sexual and psychosocial health among non-heterosexual Danes. *Scan J Pub Health* 2015. 43(3):309-14
4. Eplov LF, Giraldi A, Davidsen M, Garde K, Kamper-Jørgensen F: Sexual Desire in a Nationally Representative Population. *J Sex Med* 2007;4: 47–56
5. Ekholm O, Christensen AI, Davidsen M, Juel K. Materiale og metode. Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013. København: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, 2015.

**Tabel 4.** Andel, der har været særdeles tilfreds eller tilfreds med sit sexliv i det seneste år

	Procent	OR	95 % sikkerhedsgrænser	Antal svarpersoner
<b>År</b>				
2013	52,4			10.085
<b>Mænd</b>				
16-24 år	52,9	1,04	(0,85;1,26)	731
25-34 år	53,2	1,05	(0,85;1,29)	640
35-44 år	51,9	1,00	(0,83;1,20)	836
45-54 år	52,0	1		1.086
55-64 år	45,9	0,78	(0,66;0,93)	1.260
Alle mænd	51,2			4.553
<b>Kvinder</b>				
16-24 år	54,5	1,08	(0,90;1,29)	905
25-34 år	59,4	1,32	(1,09;1,59)	787
35-44 år	53,5	1,04	(0,88;1,22)	1.117
45-54 år	52,6	1		1.408
55-64 år	49,1	0,87	(0,74;1,02)	1.315
Alle kvinder	53,7			5.532
<b>Uddannelse</b>				
Under uddannelse	50,4			1.177
Grundskole	52,5	1,13	(0,91;1,42)	476
Kort uddannelse	53,3	1,01	(0,90;1,14)	3.704
Kort videregående uddannelse	49,8	0,81	(0,68;0,98)	765
Mellemlang videregående uddannelse	54,0	1		2.169
Lang videregående uddannelse	50,5	0,87	(0,74;1,01)	1.236
Anden uddannelse	52,8	1,03	(0,79;1,35)	335
<b>Erhvervsmæssig stilling</b>				
Beskæftiget	55,0	1		6.812
Arbejdsløs	48,4	0,73	(0,58;0,91)	514
Førtidspensionist	36,2	0,50	(0,40;0,62)	426
Andre uden for arbejdsmarkedet	42,1	0,61	(0,48;0,78)	354
Efterlønsmodtager	50,9			489
<b>Samlivsstatus</b>				
Gift	55,7	1		5.439
Samlevende	62,8	1,09	(0,95;1,24)	1.575
Enlig (separeret, skilt)	44,6	0,66	(0,55;0,80)	558
Enlig (enkestand)	31,3	0,39	(0,24;0,64)	90
Enlig (ugift)	43,3	0,40	(0,35;0,46)	2.423
<b>Etnisk baggrund</b>				
Dansk	52,8	1		9.405
Anden vestlig	46,3	0,74	(0,58;0,95)	300
Ikke-vestlig	51,7	0,92	(0,74;1,14)	380

Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013

## Særdeles tilfreds eller tilfreds med sexliv

**Køn og alder:** I alt angiver 52,4 % af befolkningen i alderen 16-64 år, at de inden for det seneste år har været særdeles tilfreds eller tilfreds med sit sexliv. Det gælder for 51,2 % blandt mænd og 53,7 % blandt kvinder. Andelen er lavest i de to ældste aldersgrupper blandt både mænd og kvinder.

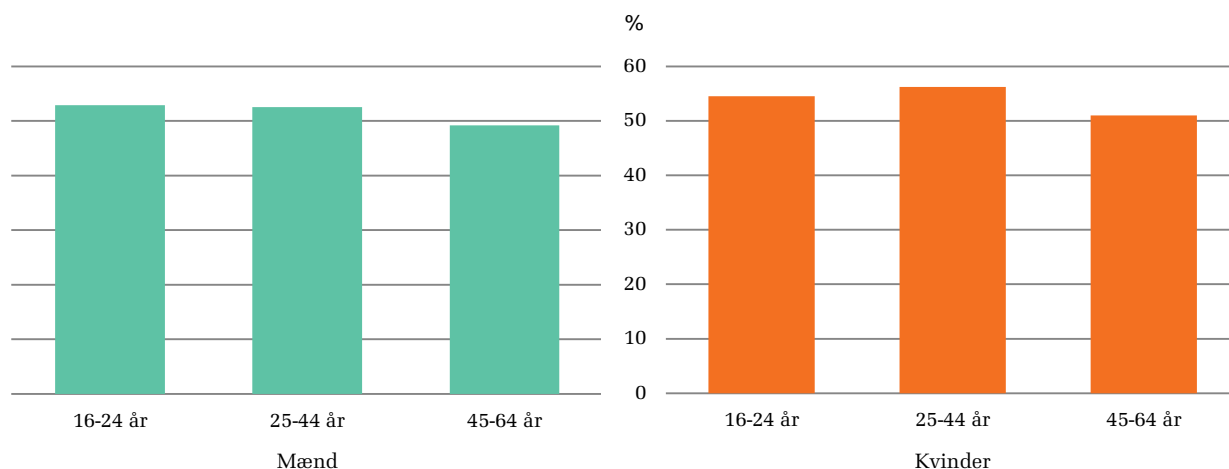
**Uddannelse:** Der ses ingen systematiske forskelle mellem uddannelsesgrupperne i andelen, der har været særdeles tilfreds eller tilfreds med sit sexliv. Dog er andelen relativt lille blandt personer med en kort videregående uddannelse.

**Erhvervsmæssig stilling:** Sammenlignet med beskæftigede (55,0 %) er andelen, der har været særdeles tilfreds eller tilfreds med sit sexliv, mindre blandt arbejdsløse (48,4 %), førtidspensionister (36,2 %) og blandt andre uden for arbejdsmarkedet (42,1 %).

**Samlivsstatus:** Forekomsten af personer, der har været særdeles tilfreds eller tilfreds med sit sexliv, er højere blandt gifte og samlevende end blandt enlige.

**Etnisk baggrund:** I gruppen med anden vestlig baggrund er der en lidt lavere forekomst af personer, der har været særdeles tilfreds eller tilfreds med sit sexliv end i gruppen med dansk baggrund.

**Figur 1.** Andel, der har været særdeles tilfreds eller tilfreds med sit sexliv inden for det seneste år. Procent



Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013



**Tabel 5.** Andel, der hele tiden eller ofte har nedsat eller manglende lyst til sex

	Procent	OR	95 % sikkerhedsgrænser	Antal svartpersoner
<b>År</b>				
2013	13,8			9.986
<b>Mænd</b>				
16-24 år	3,7	0,59	(0,36;0,98)	720
25-34 år	7,2	1,21	(0,80;1,84)	636
35-44 år	5,0	0,82	(0,53;1,27)	835
45-54 år	6,0	1		1.086
55-64 år	12,9	2,32	(1,67;3,21)	1.250
Alle mænd	6,9			4.527
<b>Kvinder</b>				
16-24 år	9,3	0,34	(0,25;0,45)	878
25-34 år	19,3	0,78	(0,62;0,98)	784
35-44 år	22,2	0,93	(0,76;1,14)	1.112
45-54 år	23,5	1		1.397
55-64 år	28,8	1,32	(1,09;1,59)	1.288
Alle kvinder	20,9			5.459
<b>Uddannelse</b>				
Under uddannelse	6,5			1.144
Grundskole	18,5	1,46	(1,08;1,97)	467
Kort uddannelse	14,0	1,07	(0,91;1,26)	3.675
Kort videregående uddannelse	14,5	1,18	(0,92;1,52)	767
Mellemlang videregående uddannelse	15,3	1		2.153
Lang videregående uddannelse	14,1	1,12	(0,90;1,40)	1.230
Anden uddannelse	19,7	1,73	(1,20;2,51)	333
<b>Erhvervsmæssig stilling</b>				
Beskæftiget	12,6	1		6.773
Arbejdsløs	15,5	1,22	(0,91;1,64)	506
Førtidspensionist	34,0	2,99	(2,34;3,81)	415
Andre uden for arbejdsmarkedet	22,8	1,77	(1,31;2,39)	352
Efterlønsmodtager	22,8			481
<b>Samlivsstatus</b>				
Gift	16,3	1		5.416
Samlevende	14,6	1,15	(0,96;1,38)	1.569
Enlig (separeret, skilt)	15,3	0,79	(0,61;1,03)	545
Enlig (enkestand)	21,2	0,85	(0,47;1,53)	85
Enlig (ugift)	8,7	0,84	(0,67;1,05)	2.371
<b>Etnisk baggrund</b>				
Dansk	13,5	1		9.312
Anden vestlig	17,3	1,29	(0,94;1,78)	301
Ikke-vestlig	14,7	1,20	(0,87;1,66)	373

Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013

## Nedsat eller manglende lyst til sex

**Køn og alder:** I alt oplyser 13,8 % af den voksne befolkning i alderen 16-64 år, at de hele tiden eller ofte har nedsat eller manglende lyst til sex. Andelen er større blandt kvinder (20,9 %) end blandt mænd (6,9 %), og med undtagelse af de 25-34-årige mænd stiger andelen med stigende alder.

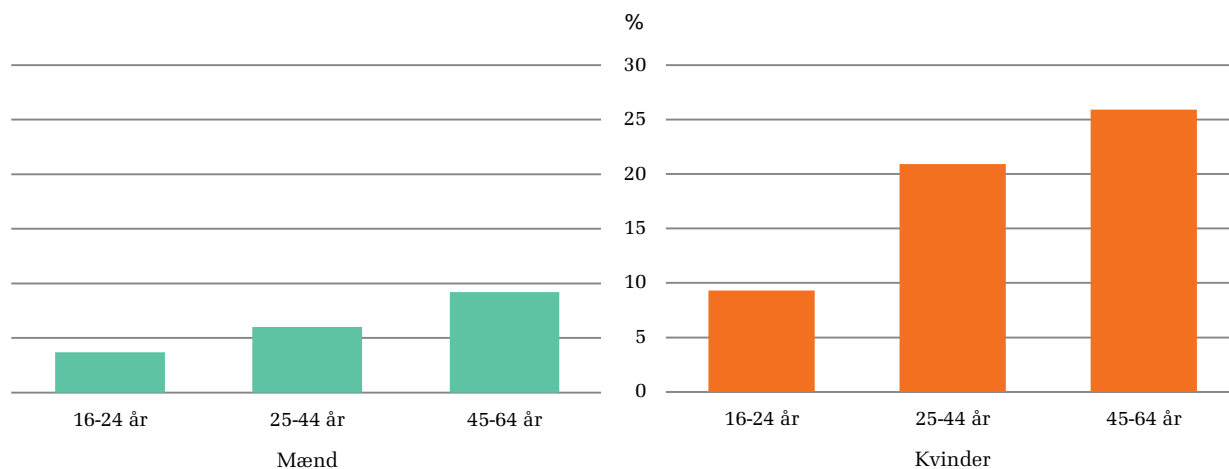
**Uddannelse:** Der ses ingen systematisk sammenhæng mellem højeste fuldførte uddannelsesniveau og forekomsten af personer med nedsat eller manglende lyst til sex. Forekomsten er dog relativt høj i gruppen med grundskole som højeste fuldførte uddannelsesniveau og i gruppen med anden uddannelse.

**Erhvervsmæssig stilling:** Forekomsten af personer, der angiver at have nedsat eller manglende lyst til sex, er markant højere i grupperne af førtidspensionister (34,0 %) og andre uden for arbejdsmarkedet (22,8 %) end i gruppen af beskæftigede (12,6 %).

**Samlivsstatus:** Der ses ingen nævneværdig forskel i andelen, der angiver, at de har nedsat eller manglende lyst til sex, mellem de forskellige grupper af samlivsstatus.

**Etnisk baggrund:** Der ses ingen nævneværdig forskel i andelen, der oplyser, at de har nedsat eller manglende lyst til sex, mellem de forskellige grupper af etnisk baggrund.

**Figur 2.** Andel der hele tiden eller ofte har nedsat eller manglende lyst til sex. Procent



*Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013*