



HBTTQI- personers hälsa och ohälsa



Vad är hälsa?

Mer än bara frånvaron av ohälsa

Att definiera hälsa är inte helt enkelt. Det handlar om fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och inte bara frånvaro av sjukdom. Hälsa är en resurs i vardagen, inte målet med livet, och den varierar exempelvis beroende på våra livsvillkor och levnadsvanor. En god hälsa ger oss resurser att klara av de krav vi ställs inför i livet.

Hälsa handlar alltså inte bara om biologiska faktorer såsom till exempel hur välmående våra lungor är eller hur bra kondition vi har, utan det innefattar också sådant som våra relationer, hur vi mår känslomässigt, vår sömn och beteenden vi gör i vardagen.

Påverkan på hälsan

Det finns en mängd faktorer som påverkar hälsan. Dels påverkar våra livsvillkor och vår uppväxt vår hälsa. Vi vet exempelvis att en otrygg barndom där exempelvis våld eller ekonomisk utsatthet förekommit ökar risken för ohälsa.

Vår trivsel på arbetet, vår ekonomiska situation, vår kost och motion, vår bostadsmiljö, luft- och vattenföroreningar, våra alkohol- och drogvvanor, hot, våld och trakasserier samt våra gener är alla exempel på sådant som påverkar vår hälsa.





Hälsa och HBTQI

HBTQI-personer rapporterar sämre hälsa än heterosexuella och cispersoner

Flera hälsoproblem vanligare hos HBTQI-personer

- Psykisk ohälsa, såsom depression och ångest
- Alkohol- och drogproblem
- Muskelvärk i axlar, rygg och skuldror
- Huvudvärk och migrän
- Sömnsvårigheter

Forskning tyder på att hälsan skiljer sig stort inom gruppen HBTQI-personer, det ser exempelvis inte likadant ut för bisexuella och transpersoner.

Unga HBTQI-personer

Unga HBTQI-personer har sämre hälsa än andra unga, och det gäller framför allt den psykiska hälsan. De saknar trygghet och studiero i skolan i större utsträckning än andra unga, och många avstår från fritidsaktiviteter av rädsla för att bli dåligt bemötta. Det är också vanligare för unga HBTQI-personer än för andra unga att bli utsatt för mobbning, hot och misshandel.



Psykisk ohälsa

HBTQI-personer har högre risk för suicid och många upplever psykisk ohälsa

Sämre psykiskt mående

Särskilt ångest och depression är vanligt hos HBTQI-personer, och vanligare än hos heterosexuella och cispersoner.

Bisexuella

Bisexuella personer har sämre psykiskt mående än både hetero- och homosexuella, och de har även mer suicidtankar.

Unga transpersoner särskilt hög risk

- 57% av unga transpersoner i åldrarna 15-19 år har allvarligt övervägt att ta sitt liv
- Transpersoner som söker sig till vården och får diagnosen könsdysfori har hög sannolikhet att vårdas för depression och ångestproblematik, men ångest och depression minskar dock mer och mer ju längre tid som går efter genomförd könsbekräftande vård
- Oro inför att bli dåligt bemött gör dock att många transpersoner undviker att söka vård



Hälso- och sjukvårdens ansvar

”Antingen tvingas man komma ut eller så håller man tyst och kan känna sig lite skambelagd för att man ljuger och det är ju en sån här...det är ju två jobbiga vägar att ta.”

- Anonym, intervjustudie vid Göteborgs Universitet

Ingen ska tvingas att komma ut eller behöva ljuga om vem de är. Patienter ska inte heller behöva förklara sin läggning eller identitet för vårdpersonal. Ett gott bemötande med ett könsneutralt språk är grunden för en jämlik vård, tillsammans med ett icke-dömande och normkritiskt tankesätt och handlande.

Exempel på könsneutralt och normkritiskt språk:

- Har du partner eller partners?
- Vem eller vilka är barnets vårdnadshavare?
- Vilka pronomen använder du?

Region Västmanland

Region Västmanland, inkluderat hälso- och sjukvården, har antagit en hbtq-policy som är menad att bidra till att regionens invånare och medarbetare bemöts med respekt och kunskap oavsett kön, könsöverskridande identitet eller uttryck eller sexuell läggning.

Källor

Folkhälsomyndigheten (2015) Hälsan och hälsans bestämningsfaktorer för transpersoner. En rapport om hälsoläget bland transpersoner i Sverige.

Folkhälsomyndigheten (2019). Suicidförsök vanligare bland unga hbtq-personer (Artikelnummer 19003).

Forte – Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd (2018). Hälsa och livsvillkor bland unga hbtq-personer – Vad vet vi och vilka forskningsbehov finns?

Göteborgs Universitet, Västra Götalandsregionen (2019). Hbtq-personers upplevelser av bemötande inom hbtq-diplomerade vårdverksamheter i Västra Götalandsregionen.

Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2019). Olika verkligheter.

Socialstyrelsen (2016). Psykisk ohälsa bland personer i samkönade äktenskap (Artikelnummer 2016-2-23).



HBTQI-personers hälsa och ohälsa

Vi hoppas att denna korta sammanställning var
hjälpfull för dig, antingen som privatperson
eller yrkesverksam.

Regionhuset, 721 89 Västerås
021-17 30 00
hallbarhet@regionvastmanland.se