

Myter og misforståelser om rygsmerter

Epinion for Sundhedsstyrelsen

Juli 2025



Epinion

Indhold

3	Baggrund og metode
5	Hovedkonklusioner
7	Karakteristik af personer med og uden rygsmerter
11	Målgruppe 1: Personer med nuværende rygsmerter
18	Målgruppe 2: Person uden nuværende rygsmerter
22	Myter og misforståelser om rygsmerter
24	Begrundelser for brug af smertestillende
28	Faktorer med betydning for inaktivitet og brug af smertestillende

Baggrund og metode

Resultaterne bygger på en national repræsentativ stikprøve blandt voksne danskere



1007 spørgeskemabesvarelser blandt danskere i alderen 18+. Data er indsamlet fra den 2. juli til og med den 14. juli 2025.



Data er efterfølgende vejet i henhold til Danmarks Statistiks populationsfordelinger, og stikprøven kan derfor betragtes som repræsentativ for en tilfældig stikprøve af danskere på parametrene **køn**, **alder**, **region** og **uddannelse**.

Hovedkonklusioner

Mange danskere oplever rygsmerter, og det får dem ofte til at søge mod smertestillende medicin og hvile. Hver fjerde angiver ikke en klar begrundelse for deres forbrug af smertestillende.



Mange danskere oplever kraftige rygsmerter med negativ betydning for den mentale trivsel

Et stort flertal på 84% af danskerne har oplevet rygsmerter inden for de seneste 12 måneder.

Blandt dem, der har haft rygsmerter, har 60% taget smertestillende medicin, og 52% vurderer, at de sandsynligvis vil tage smertestillende, hvis de får rygsmerter. Dermed er det et flertal af danskerne som enten har eller vil tage smertestillende i forbindelse med rygsmerter

27% af dem, der har haft rygsmerter, betegner deres smerter som stærke eller uudholdelige. Samtidig tilkendegiver 55%, at smerterne påvirker deres humør eller mentale trivsel negativt.

Personer med rygsmerter er oftere kvinder med kortere uddannelse og som ikke er i arbejde, mens personer uden rygsmerter oftere er mænd med længere uddannelser.



Et betydeligt mindretal mener, at smertestillende er nødvendigt, og at hvile er bedst ved rygsmerter

Blandt alle danskere er der 31%, som mener, at det er nødvendigt at tage smertestillende medicin ved rygsmerter. Derudover vurderer 26%, at det er bedst at ligge ned og hvile. Holdningerne er lige udbredte mellem personer, der har oplevet rygsmerter, og dem, som ikke har.

Kvinder og personer over 56 år har hver især en højere sandsynlighed for at mene, at smertestillende er nødvendigt, og at fysisk aktivitet er den bedste strategi ved rygsmerter.

62% af danskerne mener, at det er bedst at være fysisk aktiv, hvis man oplever rygsmerter, og det er 65% af dem som har oplevet rygsmerter som har været fysisk aktive i deres egenomsorg.



Hver fjerde bruger af smertestillende har et ureflekteret forbrug

Blandt de personer, der har taget smertestillende medicin i forbindelse med deres rygsmerter, er det omkring én ud af fire, der ikke angiver nogen refleksion eller forklaring på valget. I stedet fremstår brugen af smertestillende som det nemme valg uden overvejelser om konsekvenserne ved medicinforbruget.

53% af dem, der har taget smertestillende medicin i forbindelse med rygsmerter, har købt det i håndkøb uden at have rådført sig med en læge.

68% af dem, der har taget smertestillende medicin, havde en tydelig begrundelse for deres valg.

Begrundelserne var oftest relateret til at kunne varetage daglige funktioner eller til lindring af intense eller kroniske smerter.

Karakteristik af personer med og uden rygsmerter

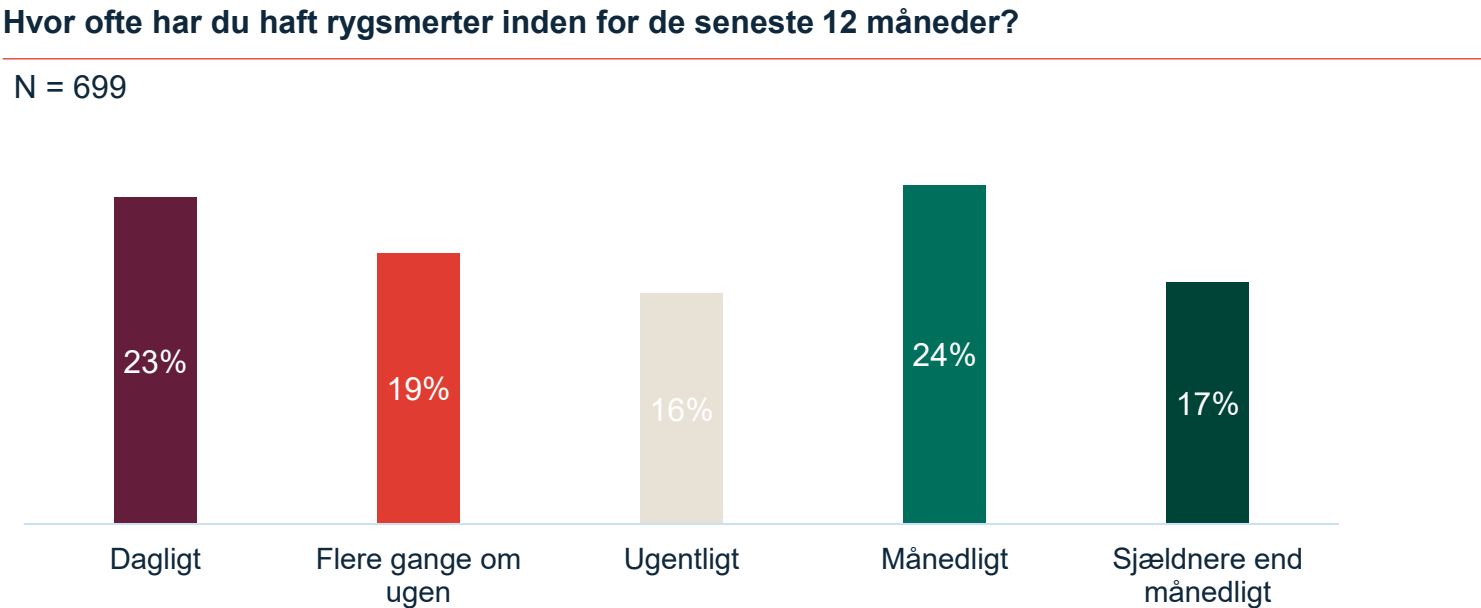
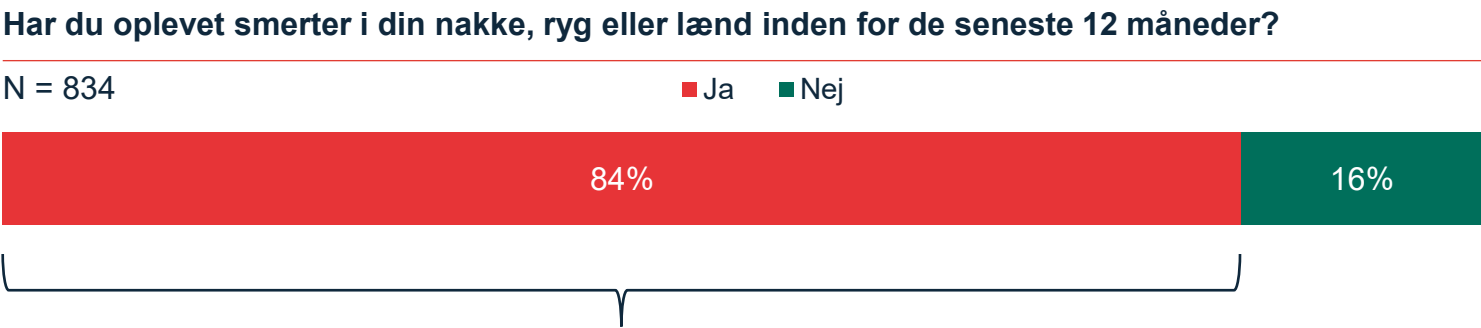
Størstedelen af personerne i datagrundlaget har haft rygsmarter det seneste år, og cirka hver fjerde oplever smerterne dagligt

Når den danske befolkning bliver spurgt, om de har oplevet smerter i nakke, ryg eller lænd inden for de seneste 12 måneder, er det hele 84% som svarer ja. Det er altså et stort flertal i den danske befolkningen, som svarer, at de har oplevet rygsmarter.

A dem med rygsmarter angiver 58%, at de har smerter ugentligt eller oftere.

Ser man specifikt på de personer, der oplever daglige smerter, svarer 59% af disse, at de enten oplever stærke eller uudholdelige smerter.

9% af den danske befolkning angiver således, at de er plagede af daglige smerter, som enten er stærke eller uudholdelige. Man må derfor forvente, at disse personer har en livskvalitet, som er betydeligt forringet på grund af deres rygsmarter.



Note: Vi har indsamlet flere besvarelser fra målgruppen, som ikke har oplevet rygsmarter inden for de seneste 12 måneder. Dette skyldes at vi gerne ville have minimum 300 besvarelser i begge grupper for at have nok besvarelser til at sikre statistisk sikkerhed i resultaterne for både dem med og uden rygsmarter. Vi har således 1007 besvarelser i alt med 699 besvarelser fra personer med rygsmarter og 308 besvarelser fra personer uden rygsmarter. Den øverste graf på denne side viser fordelingen af besvarelser før vi begyndte at indsamle ekstra besvarelser kun for personer uden rygsmarter. Definitionen på rygsmarter i denne undersøgelse er personer som har oplevet smerter der enten er placeret i nakken, ryggen eller lænden inden for de seneste 12 måneder.

Personer med rygsmarter er oftere kvinder med kortere uddannelse og som står uden for arbejdsmarkedet



Sammenlignet med den generelle voksne befolkning er personer med rygsmarter oftere kvinder. 56% af dem med rygsmarter er kvinder, sammenlignet med 51%.

Personer med rygsmarter har også oftere grundskole eller erhvervsfaglig uddannelse som deres højest gennemførte uddannelse. 53% af personer med rygsmarter har denne uddannelsesbaggrund mod 50% i befolkningen generelt. Dykker man længere ned i uddannelsesniveaut, ses det især, at der flere personer med en erhvervsfaglig uddannelse.

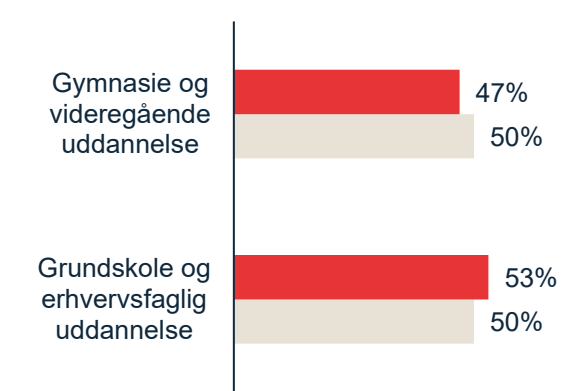
Derudover er personer med rygsmarter oftere ikke i beskæftigelse. 36% af personer med rygsmarter er uden for arbejdsmarkedet sammenlignet med 33% i befolkningen generelt.

Der ses også en lille overrepræsentation af personer fra Region Sjælland blandt dem med rygsmarter.

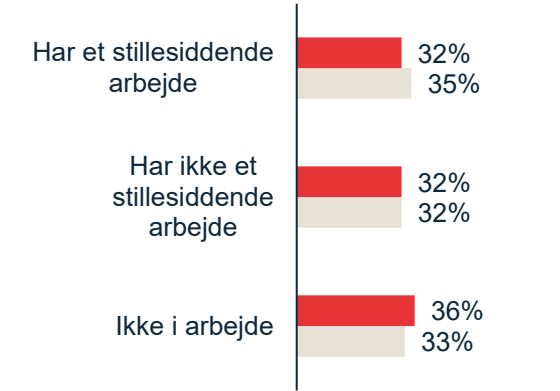
Endelig viser fordelingen af motionsvaner (ikke vist), at personer med rygsmarter dyrker motion på nogenlunde samme niveau som resten af befolkningen.

Befolkningen Personer med rygsmarter

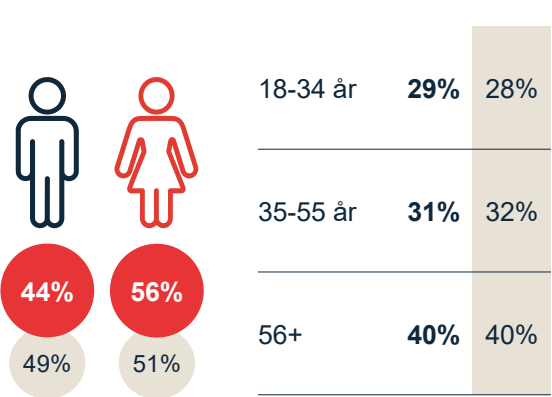
Højeste gnm.førte uddannelse



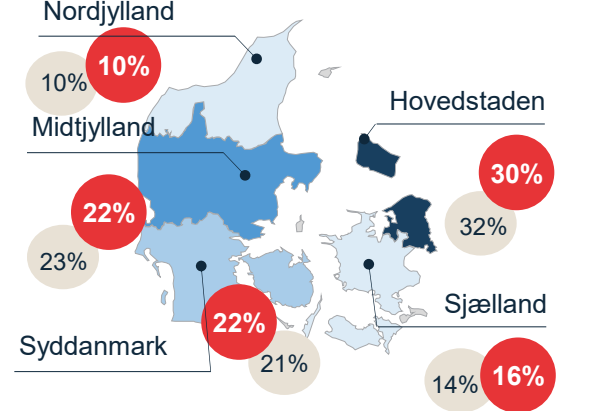
Arbejdsform



Køn og alder



Region



Personer uden rygsmarter er oftere mænd med længere uddannelse som er bosat i region Hovedstaden



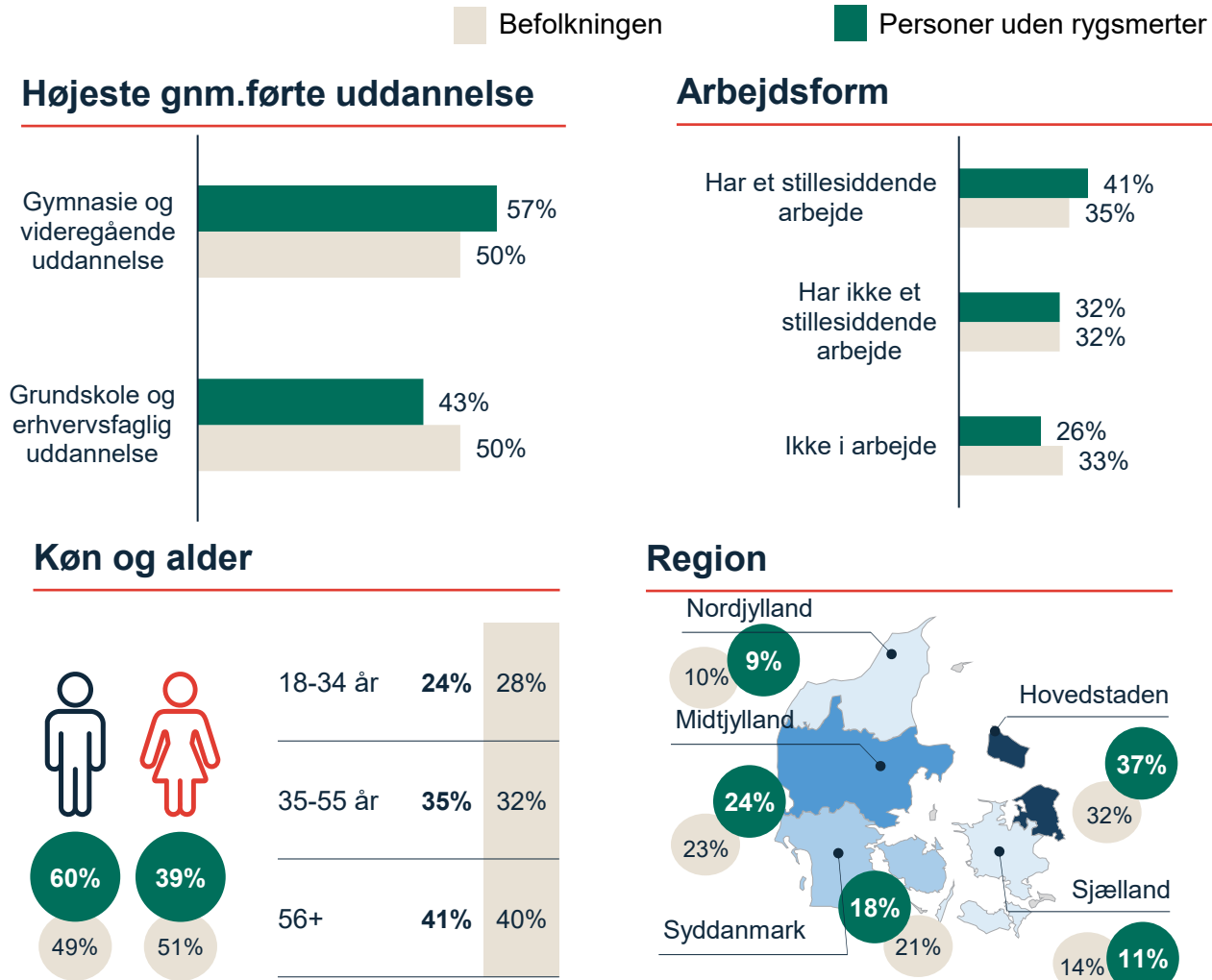
Sammenlignet med den danske voksne befolkning er personer uden rygsmarter oftere mænd. 60% af dem uden rygsmarter er mænd, mens andelen er 49% i den danske befolkning.

Personer uden rygsmarter har også oftere gymnasial eller videregående uddannelse som deres højest gennemførte uddannelse. 57% af personer uden rygsmarter har denne uddannelsesbaggrund, mod 50% i befolkningen generelt. Går man yderligere i dybden med uddannelsesniveaue, ses det især, at personer med en lang videregående uddannelse sjældnere har rygsmarter.

Personer uden rygsmarter er også oftere i stillesiddende arbejde, hvor 41% angiver dette sammenlignet med 35% i den danske befolkning.

Der er desuden en tydelig overrepræsentation af personer fra Region Hovedstaden blandt dem uden rygsmarter: 37% af personer uden rygsmarter bor i Region Hovedstaden, mens det ellers er 32%.

Endelig viser fordelingen af motionsvaner (ikke vist), at personer uden rygsmarter dyrker motion på nogenlunde samme niveau som resten af befolkningen.



Målgruppe 1: Personer med nuværende rygsmerter

Målgruppe 1: Personer med nuværende rygsmærter

Et flertal af personer med rygsmærter har taget smertestillende, og de fleste af disse har oplevet lettere eller moderate smerter

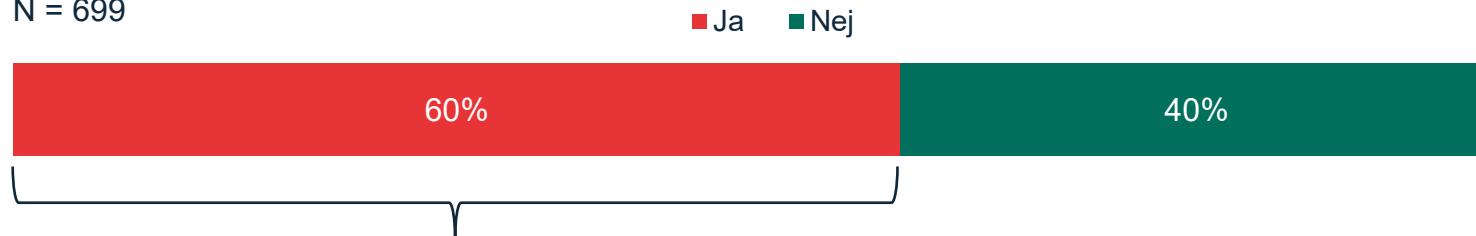
Blandt de personer, der har haft rygsmærter inden for de seneste 12 måneder, har 60% taget smertestillende medicin i forbindelse med deres smerter.

Hvis man ser nærmere på dem, der har taget smertestillende, har 60% oplevet enten lette eller moderate smerter som de værste for deres rygsmærter. Det viser, at der er et stort forbrug af smertestillende medicin blandt personer med rygsmærter – også blandt dem, der ikke har stærke smerter.

Der er dog også en tydelig tendens til, at personer, der har taget smertestillende, oftere har oplevet værre smerter, idet langt flere i denne gruppe angiver at have haft stærke eller uudholdelige smerter sammenlignet med dem, der ikke har taget smertestillende.

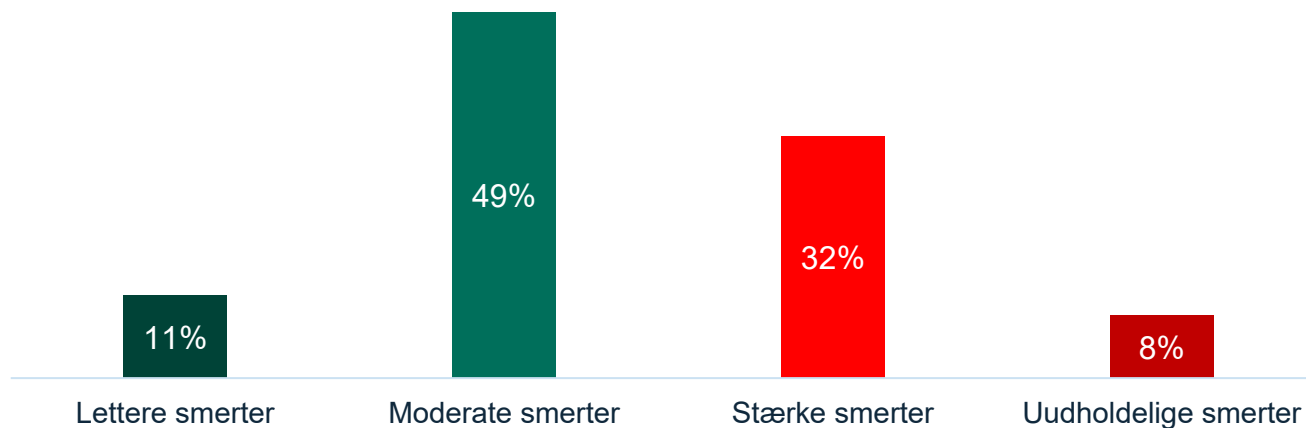
Har du inden for de seneste 12 måneder taget smertestillende medicin i forbindelse med rygsmærter?

N = 699



Hvor kraftige oplever du, at dine rygsmærter er, når de er værste?

N = 413

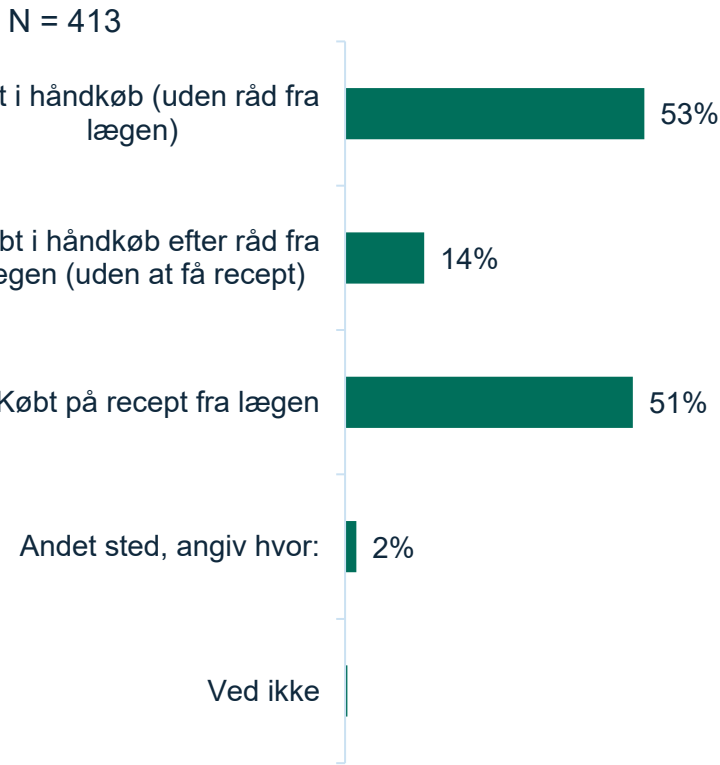


Langt de fleste får deres smertestillende medicin i håndkøb eller på recept, og det er oftest paracetamol eller ibuprofen

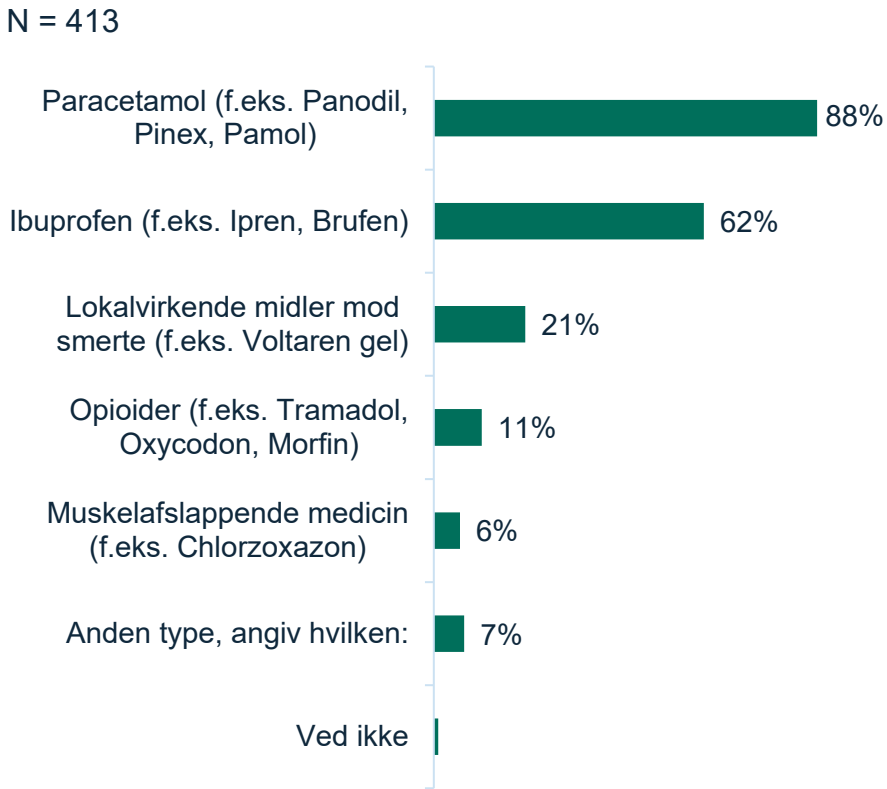
Blandt de personer som har taget smertestillende medicin i forbindelse med deres rygsmerter har langt de fleste gjort det enten i håndkøb eller med en recept fra lægen. Hvis man samler muligheden "på recept" og "råd fra lægen" er det, 65% som har været i kontakt med deres praktiserende læge i forbindelse med deres forbrug af smertestillende.

Når man zoomer ind på hvilke typer af smertestillende som folk anvender, er det langt de fleste som bruger paracetamol eller ibuprofen, mens lokalvirkende midler, opioder og muskelafslappende medicin er mindre udbredt. Under kategorien andet bliver blandt andet nævnt "Kodimagnyl", "Diclofenac" og "antidepressiva/Amitriptylin".

Hvor har du fået den smertestillende medicin, du har taget i forbindelse med rygsmerter? Vælg alle relevante svar.



Hvilke typer smertestillende medicin har du taget i forbindelse med rygsmerter? Vælg alle relevante svar.



Rygsmærter påvirker i højere grad hverdagsaktiviteter end evne til at passe ens arbejde

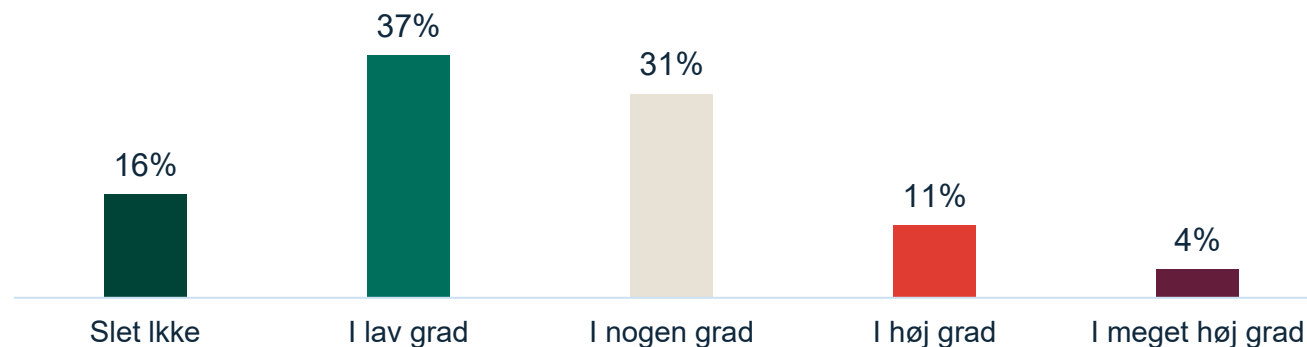
Blandt personer, der oplever rygsmærter, er det langt mere udbredt at angive, at rygsmærterne påvirker deres hverdag end deres arbejdsevne.

15% svarer, at det i høj eller meget høj grad er vanskeligere for dem at udføre normale aktiviteter i hverdagen, mens kun 3% i høj eller meget høj grad oplever, at rygsmærterne har påvirket deres arbejdsevne. Dette viser en tydelig forskel på, hvor meget rygsmærter påvirker livskvalitet og mulighederne for at have en lønindkomst.

Det skal dog bemærkes, at en stor del af respondenterne med rygsmærter ikke er i arbejde, mens hverdagsaktiviteter omfatter både personer med og uden beskæftigelse. Sorterer man de respondenter fra, som ikke er i arbejde, er det dog stadig kun omkring 5%, der i høj eller meget høj grad oplever, at rygsmærter påvirker deres arbejdsevne.

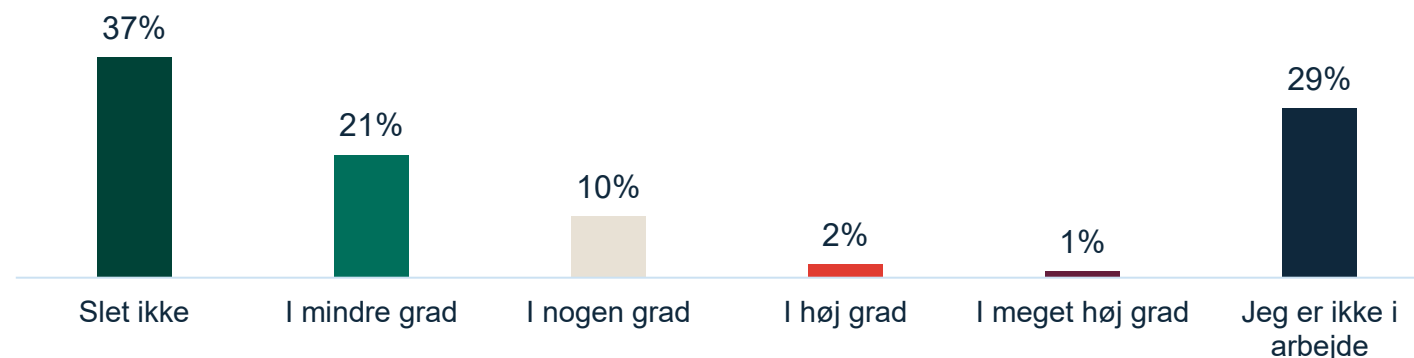
I hvilken grad har rygsmærter gjort det vanskeligere for dig at udføre aktiviteter i din hverdag såsom huslige opgaver, passe eventuelle børn/børnebørn, dyrke motion eller sove om natten?

N = 699



I hvor høj grad har rygsmærter påvirket din evne til at passe dit arbejde inden for de seneste 4 uger?

N = 699



Flertallet af personer med rygsmærter har forsøgt selv at håndtere smærterne og benytter generelt flere forskellige tiltag

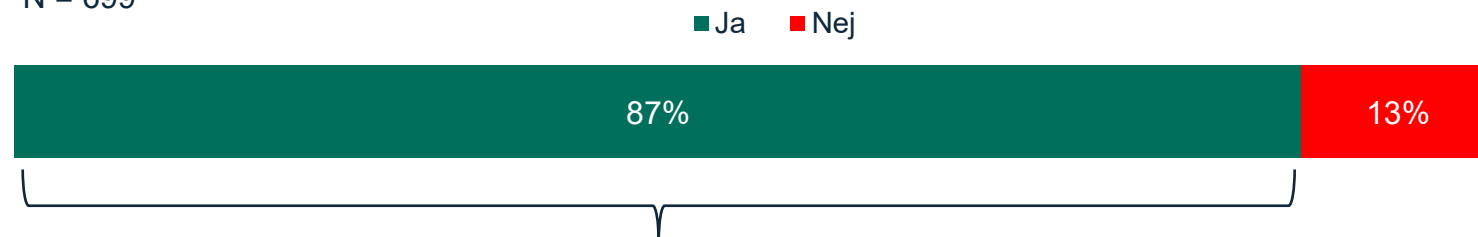
Tæt på 9 ud af 10 har forsøgt sig med egenomsorg for at håndtere deres rygsmærter. Blandt disse personer har mange af dem også prøvet forskellige tiltag. 42% - 77% angiver de fem svarmuligheder, hvilket viser, at de alle er udbredte blandt den danske befolkning.

De to mest udbredte er fysisk aktivitet og udstrækning, mens den mindst udbredte er varme/kulde-behandling.

I de åbne besvarelser, er der flere som i deres eget hjem anvender massage fra fx en massagepistol, en bold eller fra deres partner. Der er også flere som nævner forskellige former for alternative behandlingsformer som akupunktur, zoneterapi, infrarødt lys eller magnetterapi.

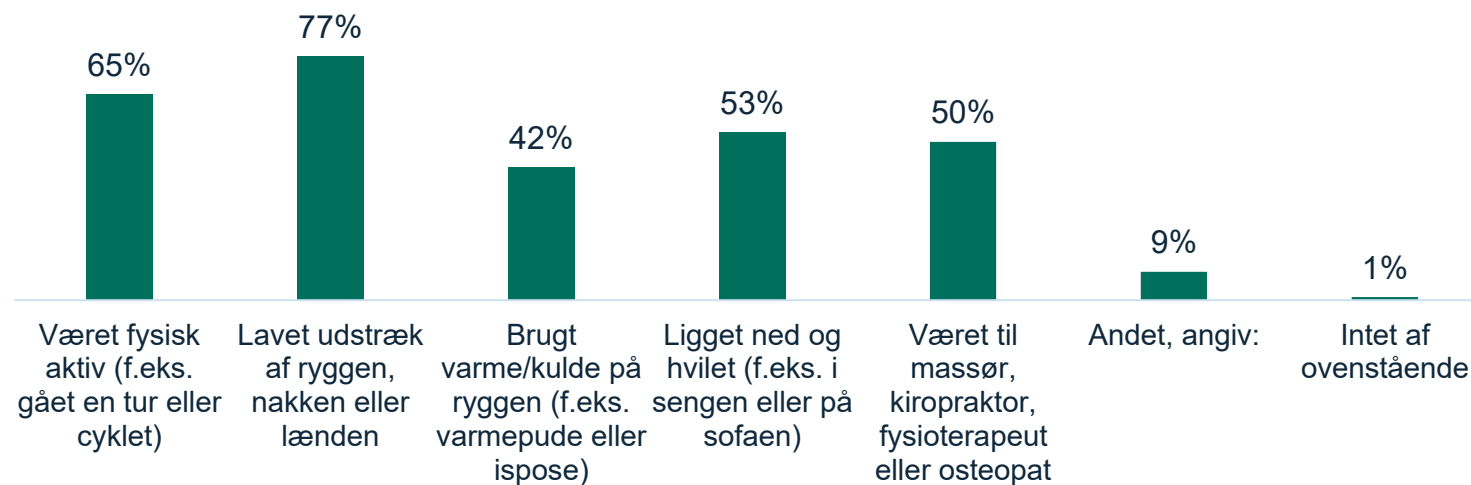
Har du forsøgt at håndtere dine rygsmærter på egen hånd?

N = 699



Hvilke af følgende har du gjort for at håndtere dine rygsmærter? Du kan vælge flere svar.

N = 611



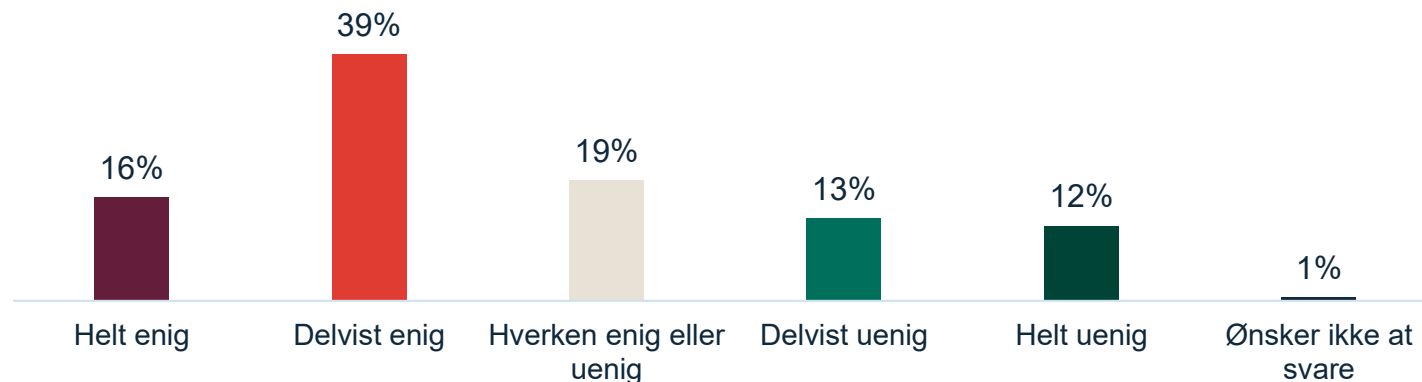
Over halvdelen af personer med rygsmærter oplever en negativ påvirkning af deres mentale trivsel, og disse personer er mere tilbøjelige til at tage smertestillende

55% er enige i, at rygsmærter påvirker deres humør eller mentale trivsel. Dette understreger, at rygsmærter har stor indvirkning på folks liv. Kun 25% er uenige i udsagnet.

Ser man nærmere på tallene, viser det sig også, at flere af dem, som oplever negativ påvirkning af deres mentale trivsel, tager smertestillende medicin for at lindre rygsmærterne: 77% af denne gruppe tager smertestillende, sammenlignet med 60% blandt alle personer med rygsmærter. Dette tyder på, rygsmærternes betydning for ens trivsel og så har betydning for behovet for at tage smertestillende.

Hvor enig er du i følgende: "Mine rygsmærter påvirker mit humør og/eller mentale trivsel."

N = 699



Målgruppe 1: Personer med nuværende rygsmerter

**Omkring 4 ud af 10 personer med rygsmerter har søgt hjælp hos en sundhedsfaglig person.
Almenpraktiserende læger og fysioterapeuter er de mest benyttede**

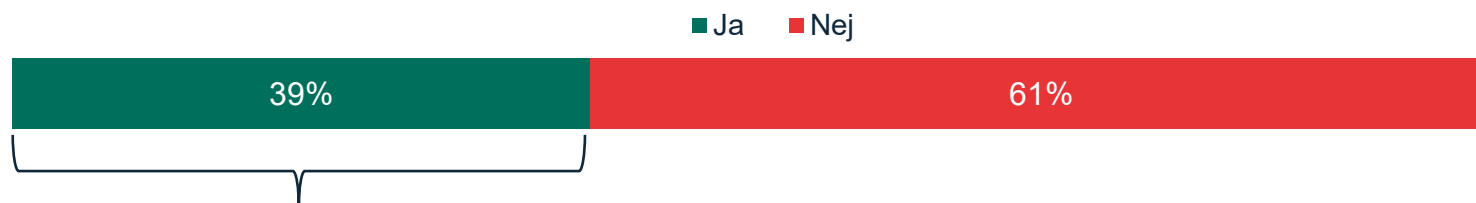
Det er forholdsvis udbredt at personer søger professionel hjælp, hvis de oplever rygsmerter. Dette er gældende for omkring 4 ud af 10.

Folk søger oftest mod praktiserende læger og fysioterapi, når de er i kontakt med sundhedspersonale.

Inden for kategorien andet svarer en del noget som falder under de faste kategorier fra spørgsmålet såsom reumatolog eller ortopæd samt flere som nævner akupunktør eller massør.

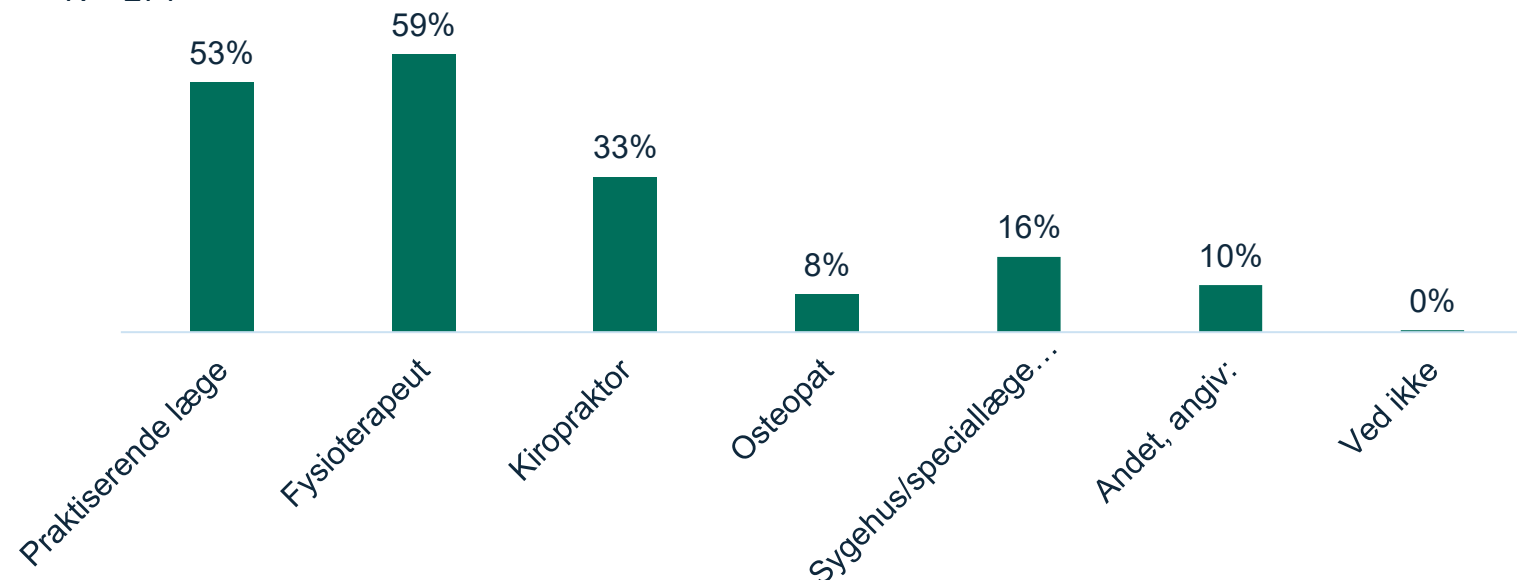
Har du inden for de seneste 12 måneder søgt en sundhedsfaglig person for dine rygsmerter?

N = 699



Hvilken type sundhedsfaglig person har du været i kontakt med? Du kan vælge flere svar.

N = 271



Målgruppe 2: Person uden nuværende rygsmerter

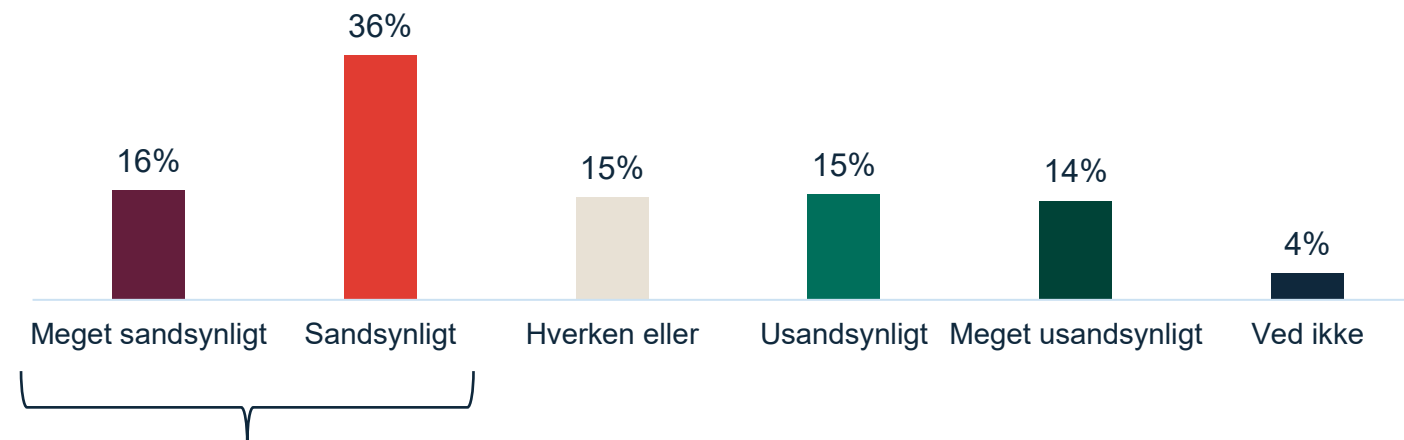
Over halvdelen af personer uden rygsmarter finder det sandsynligt, at de vil tage smertestillende for at lindre fremtidige rygsmarter

Også blandt personer uden rygsmarter er der mange, som finder det sandsynligt, at de vil tage smertestillende for at lindre rygsmarter. Hvor 60% af personer med rygsmarter har taget smertestillende, er det 52% af personer uden rygsmarter, der finder det sandsynligt eller meget sandsynligt, at de vil tage smertestillende i forbindelse med eventuelle fremtidige smerter. Omvendt er der 29%, som enten finder det usandsynligt eller meget usandsynligt.

Ser man nærmere på dem, der finder det sandsynligt at tage smertestillende, planlægger de dog også andre tiltag, hvis rygsmarter skulle opstå. De tre mest valgte svar blandt disse personer udover smertestillende er at opsøge en sundhedsfaglig person, dyrke motion eller lave udstrækningsøvelser for at lindre smerterne. Samtidig er der dog også 1 ud af 3 af disse, som svarer, at de vil vælge at hvile i sengen eller på sofaen som en måde at håndtere smerterne på.

Hvis du en dag får rygsmarter, hvor sandsynligt er det, at du ville tage smertestillende medicin for at lindre smerterne?

N = 308



Top 3 tiltag for at håndtere rygsmarter (udover smertestillende)

N = 158

1. Tage til massør, kiropraktor, fysioterapeut eller osteopat
2. Holde dig fysisk aktiv/motionere
3. Strække/udspænde ryggen

1 ud af 3 personer uden rygsmerter vil vælge afslapning og smertestillende, hvis de får rygsmerter

Mange mennesker vil søge mod afslapning og smertestillende, hvis de oplever rygsmerter. Dette angives af 1 ud af 3 respondenter.

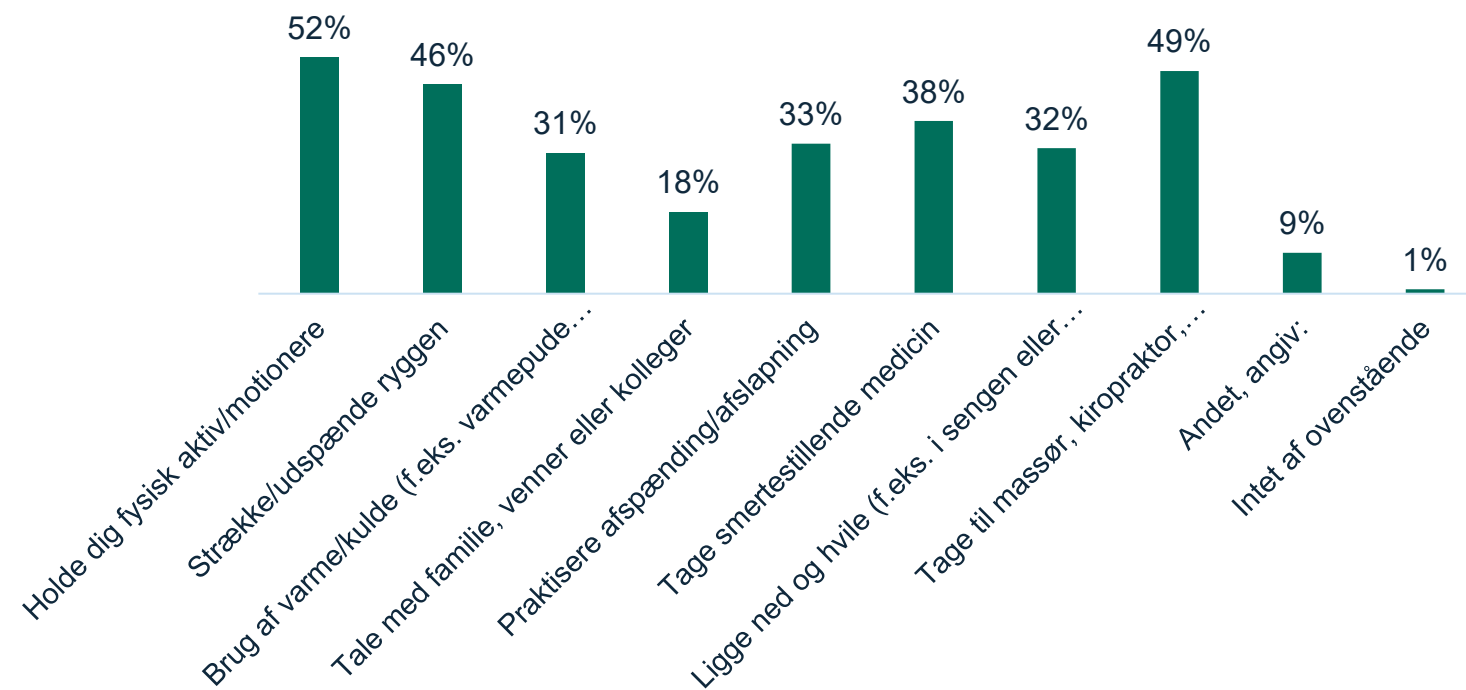
De tre tiltag, som flest vælger, er dog motion, udspænding og at opsøge en sundhedsfaglig person. Disse valg nævnes af 46-52% af respondenterne.

Det er især personer, der allerede er aktive, som vælger motion som en strategi til at håndtere eventuelle fremtidige rygsmerter. Blandt dem, der svarer, at de vil holde sig fysisk aktive ved rygsmerter, er 81% allerede aktive og dyrker motion mindst flere gange om ugen. Blandt dem, der ikke vælger fysisk aktivitet som et tiltag mod smerter, dyrker 52% på nuværende tidspunkt motion mindst flere gange om ugen.

Under kategorien "andet" er det store flertal af svar varianter af "søge min læge".

Hvis du en dag skulle opleve rygsmerter, hvilke af følgende forhold vil du så anvende for at håndtere smerterne? Du kan vælge flere svar.

N = 308



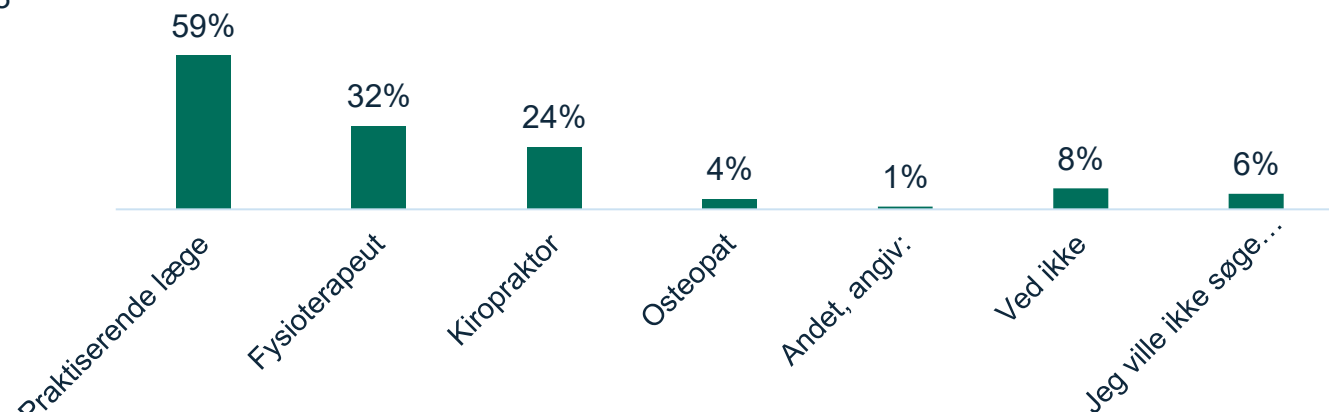
De fleste vil søge en praktiserende læge, hvis de får rygsmarter – særligt personer med længere uddannelse

Hvis personer uden rygsmarter skal vælge, hvilken type sundhedsfaglig person de vil opsøge, hvis de skulle få rygsmarter, vælger et solidt flertal den praktiserende læge. Dette gælder for 59%, mens fysioterapeut og kiropraktor også er udbredte valg med henholdsvis 24% og 32%. Kun 6% angiver, at de ikke vil opsøge nogen sundhedsfaglig person.

Blandt dem, der vælger den praktiserende læge, er der et markant flertal med længere uddannelse, især lang eller mellemlang videregående uddannelse. Omvendt er der blandt dem, der ikke vælger en praktiserende læge, langt flere med en erhvervsfaglig uddannelse. Dette viser en tydelig forskel mellem de grupper, der vælger eller fravælger at søge en praktiserende læge for rygsmarter. De, som vælger den praktiserende læge, er også en smule ældre, men kønssammensætningen ligner den samlede gruppe af personer uden rygsmarter.

Hvilken type sundhedsfaglig person vil du opsøge, hvis du begynder at opleve rygsmarter? Du kan vælge flere svar.

N = 308



Myter og misforståelser om rygsmerter

Myter og misforståelser om rygmerter

Der er bred tilslutning til de fleste myter, og der er kun små forskelle mellem personer med og uden rygmerter

Der er store forskelle i udbredelsen af de forskellige myter om rygmerter, men myterne er generelt lige udbredte blandt personer med og uden rygmerter.

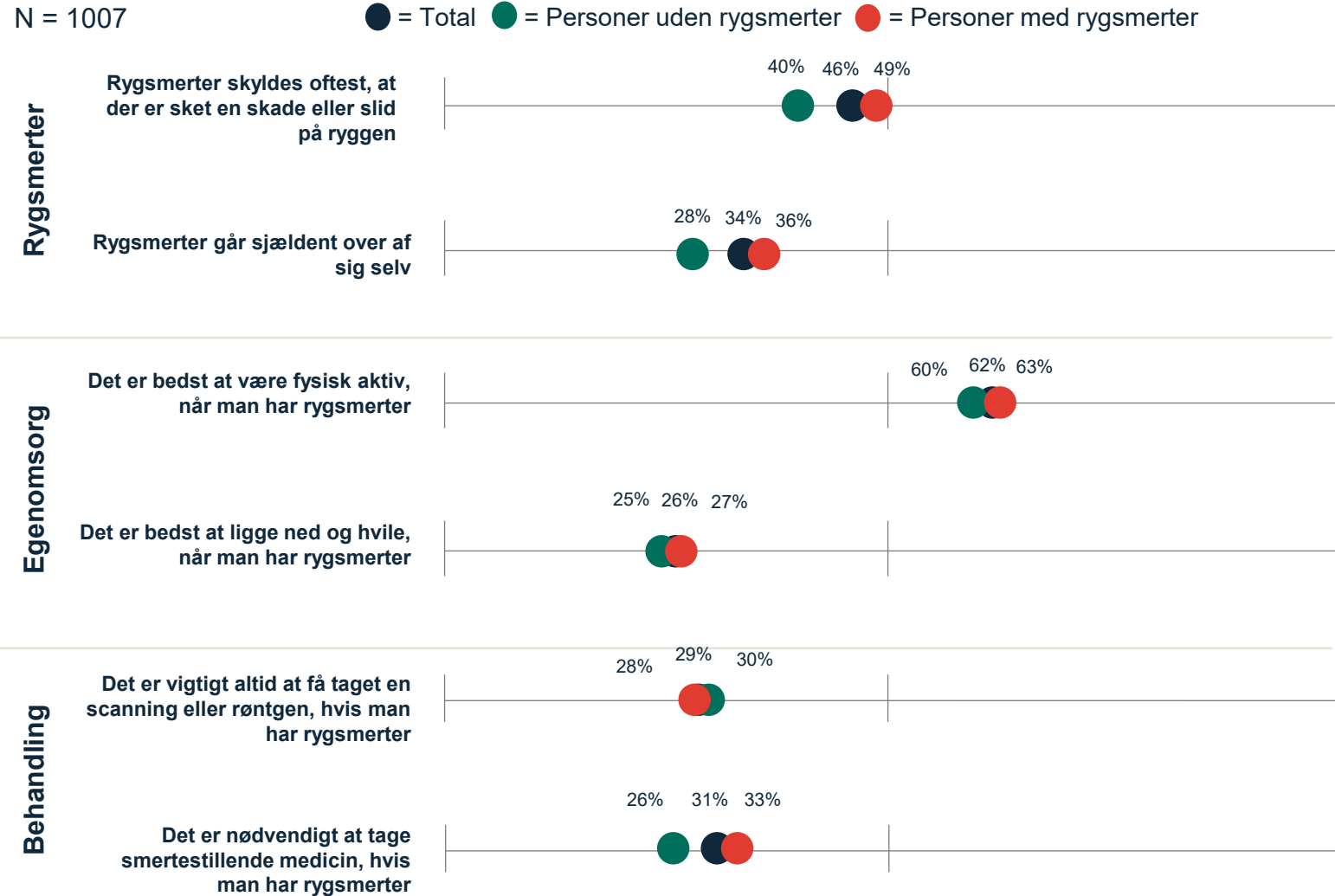
Variationen er størst mellem de spørgsmål om hvilke vs. fysisk aktivitet: 62% er enige i, at det er bedst at være fysisk aktiv, mens kun 26% er enige i, at hvile er bedst.

De største forskelle mellem personer med og uden rygmerter ses ved spørgsmål om selve rygmerterne, eksempelvis om årsagen til smerterne, og om de går over af sig selv, hvor forskellen er henholdsvis 9 og 8 procentpoint. For spørgsmålet om nødvendigheden af smertestillende medicin er forskellen 7 procentpoint.

For myter om smertestillende medicin er det omkring 1 ud af 3, der er enige i, at behandling med smertestillende er nødvendig.

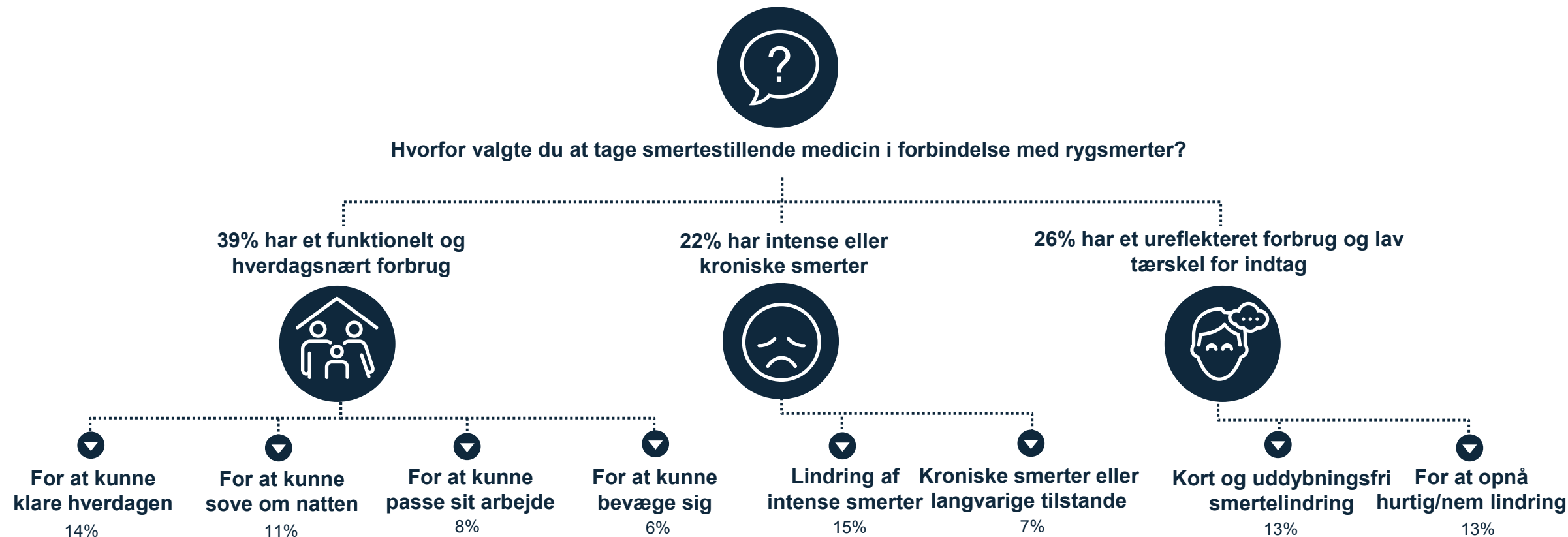
Dette viser, at der er et stort potentiale for at aflive eksisterende myter, som findes både blandt personer med og uden rygmerter.

Andel som er enige i hvert enkelt udsagn



Begrundelser for brug af smertestillende medicin

Oversigt over de tre svarmønstre for forbrug af smertestillende medicin



Note: Der er 380 besvarelser for personer som har taget smertestillende medicin i forbindelse med deres rygsmerter

Begrundelserne for at tage smertestillende er mangfoldige og rummer ikke én enkelt forklaring, der gælder for alle

Hvorfor valgte du at tage smertestillende medicin i forbindelse med rygsmerter? (åbne besvarelser kodet af Epinion)

N = 380		
Lindring af intense smerter	Smertestillende bruges til at udholde ekstreme smerter, hvor respondenterne fremhæver nødvendighed, desperation eller manglende alternativer.	15%
For at kunne fungere i hverdagen	Medicinen muliggør almindelig daglig funktion såsom at stå op eller lave daglige gøremål	14%
Kort og uddybningsfri smertelindring	Meget korte eller standardiserede udsagn uden kontekst, begrundelse eller beskrivelse af smerte. Fremstår som ureflekteret eller rutinepræget brug.	13%
For at opnå hurtig/nem lindring	Smertestillende vælges, fordi det er en let tilgængeligt, vanebaseret eller praktisk metode til at opnå smertelindring	13%
For at kunne sove om natten	Beskriver nødvendigheden af at tage smertestillende medicin for at kunne sove om natten og dermed fungere i ens hverdag	11%
For at slappe af i muskler/kroppen	Medicinen bruges til at kunne slappe af fysisk, løsne spændinger eller få ro i kroppen	11%
For at kunne passe sit arbejde	Brugen af smertestillende medicin som en forudsætning for at kunne arbejde	8%
Kroniske smerter eller langvarige tilstande	Besvarelsen angiver kronisk lidelse eller vedvarende behov for smertestillende	7%
For at kunne bevæge sig	Smertestillende tages for at kunne bevæge sig normalt, fx undgå at være låst fast, krumbøjet eller immobil	6%
Håb om effekt	Medicinen tages i håb om at det hjælper, uden sikkerhed for virkning	5%
Anbefalet af sundhedsfaglig person	Man tager smertestillende medicin grundet anbefaling om dette fra en sundhedsfaglig person såsom læge, fysioterapeut eller kiropraktor	3%
For at deltage i sociale aktiviteter eller fritid	Medicinen anvendes for at kunne deltage i sociale sammenhænge, motion eller fritidsaktiviteter	2%
For at undgå kompositionsskader	Smertestillende anvendes præventivt for at undgå at overbelaste andre muskler eller udvikle andre led- og muskelproblemer	1%
For at kunne tage sig af andre	Smertestillende tages for at kunne udføre omsorgsopgaver som forældre, partner eller hjælper.	1%

Der tegner sig tre mønstre i brugen af smertestillende medicin ved rygsmerter

Når danskere med rygsmerter bliver bedt om åbent og frit at beskrive, hvorfor de tager smertestillende medicin, træder der tre tydelige mønstre frem i svarene: 1) Et funktionelt og hverdagsnært forbrug, 2) Intense eller kroniske smerter og 3) Ureflekteret forbrug og lav tærskel for indtag

Et funktionelt og hverdagsnært forbrug

De mest udbredte motiver handler om at kunne klare dagligdagen. Det gælder både i en generel forstand (14%) og i mere specifikke sammenhænge som at kunne sove (11%), passe sit arbejde (8%) eller bevæge sig (6%). Dette tyder på, at smertestillende ikke primært opfattes som et behandlingsvalg, men snarere som et nødvendigt middel til at kunne leve op til de krav, hverdagen stiller. En respondent skriver for eksempel: *“Ellers havde jeg ikke kunnet klare en hel dag ude af sengen.”*

Intense eller kroniske smerter

Den mest udbredte enkeltstående kategori er lindring af intense smerter (15%). I disse svar beskrives smerten som invaliderende, uudholdelig eller eksistentielt belastende. Smertestillende medicin fremstår i disse tilfælde som nødvendig lindring frem for et egentligt valg, og anvendes ofte i fraværet af andre løsninger. Som en deltager formulerer det: *“Fordi jeg havde så ondt, at det ikke var til at holde ud.”* Dette viser, at en væsentlig andel af forbruget er knyttet til reelle akutte behov, og er dermed ikke nødvendigvis uhensigtsmæssigt. Samtidig peger det dog på, at mange danskere håndterer deres smerter gennem en medicinsk respons, snarere end gennem aflastning, vejledning eller fysisk behandling.

Ureflekteret forbrug og lav tærskel for indtag

En samlet andel på 26% kan placeres i kategorierne kort og uddybningsfri smertelindring (13%) og hurtig eller nem lindring (13%). Her er svarene typisk meget korte og generiske, som for eksempel *“det virker”* eller blot *“lindring”*. Andre beskriver brugen som en måde at komme videre i hverdagen uden større overvejelser, som i svaret: *“For at komme videre med det jeg lavede.”* Denne gruppe adskiller sig ved at udvise lav refleksion og en lav tærskel for brug af smertestillende, hvilket kan indikere en uhensigtsmæssig praksis, hvor medicin bruges af vane eller som første og eneste løsning.

Hvorfor valgte du at tage smertestillende medicin i forbindelse med rygsmerter?	
N = 380	
Lindring af intense smerter	15%
For at kunne fungere i hverdagen	14%
Kort og uddybningsfri smertelindring	13%
For at opnå hurtig/nem lindring	13%
For at kunne sove om natten	11%
For at slappe af i muskler/kroppen	11%
For at kunne passe sit arbejde	8%
Kroniske smerter eller langvarige tilstande	7%
For at kunne bevæge sig	6%
Håb om effekt	5%
Anbefalet af sundhedsfaglig person	3%
For at deltage i sociale aktiviteter eller fritid	2%
For at undgå kompensationsskader	1%
For at kunne tage sig af andre	1%

Epinion Aarhus

Fellow Workspace
Mariane Thomsens Gade 4B
8000 Aarhus
Danmark
T: +45 87 30 95 00
E: aarhus@epiniongloabal.com

Epinion København

Ryesgade 3F
2200 København N
Danmark
T: +45 87 30 95 00
E: copenhagen@epiniongloabal.com
www.epiniongloabal.com