

Ólöf A. Steingrimsdóttir, Vilhjálmur Rafnsson,
Þórunn Sveinsdóttir, Magnús H. Ólafsson

EINKENNI FRÁ HREYFI- OG STÖÐKERFI

Hóprannsókn á úrtaki Íslendinga I

INNGANGUR

Einkenni frá hreyfi- og stöðkerfi eru talin algeng meðal Íslendinga. Hingað til hafa þó ekki verið birtar niðurstöður margra athugana sem sýna tíðni þessara einkenna hérlendis, né hversu mikil áhrif þau hafa á fjarvistir úr vinnu.

Á vegum Vinnueftirlits ríkisins hefur farið fram athugun á einkennum frá hreyfi- og stöðkerfi meðal úrtaks Íslendinga á aldrinum 16-65 ára. Notaður var spurningalisti, unninn af samstarfshópi á vegum Norrænu embættismannanefndarinnar um vinnuverndarmálefni (1, 2) (viðauki I). Listinn var þýddur á íslensku og jafnframt bætt við spurningum um einkenni frá höfði, fingrum og húð. Okkur er ekki kunnugt um að spurningalistinn hafi áður verið notaður við athuganir, sem byggja á úrtaki þjóðar.

Niðurstöður rannsóknarinnar verða birtar í þrem greinum. Í þessari grein er sagt frá niðurstöðum sem fram koma í yfirliti og viðbótarhluta listans. Í hinum greinunum verður fjallað nánar um einkenni frá hálsi eða hnakka, herðum eða öxlum og neðri hluta baks.

Meginmarkmiðið var að fá vitneskju um algengi (prevalence) einkenna frá hreyfi- og stöðkerfi meðal Íslendinga. Upplýsingarnar verður hægt að nota síðar til samanburðar við niðurstöður, sem fást þegar spurningalistinn verður lagður fyrir ýmsa starfshópa.

AÐFERÐIR

Við rannsóknina var notað slembiúrtak íslensku þjóðarinnar á aldrinum 16-65 ára. Úrtakið var valið á þann hátt að fundnir voru allir einstaklingar í þjóðskránni, sem fæddir eru 7. og 12. júlí á árabílinu 1921 til 1970. Þessu fólki var sent bréf þann 11. apríl 1986, þar sem rannsóknin var kynnt. Tíu dögum síðar voru spurningalistarnir sendir til fólksins og fylgdi þeim bréf með nánari upplýsingum. Óskað var

eftir að svör bærust Vinnueftirliti ríkisins fyrir 28. apríl 1986. Þrisvar voru send ítrekunarbref til þeirra sem ekki svöruðu fyrir tilsettan tíma og að lokum var ákveðið að útiloka svör sem bærust eftir 20. september 1986.

Leyfi Tölvunefndar var fengið til að vinna efnivið rannsóknarinnar í tölvu. Vinnslan fór fram með »d base III« gagnagrunni á einkatölvu Vinnueftirlits ríkisins.

Í töflu I er sýndur fjöldi karla og kvenna, búseta, hjúskaparstaða og aldursdreifing í úrtakinu annars vegar og þátttakenda í rannsókninni hins vegar. Í úrtakinu voru 421 karl og 434 konur eða alls 855 af báðum kynjum. Þátttakendur voru 627 og skiptust í 301 karl og 326 konur. Þar sem munurinn milli úrtaksins og þátttakenda er eins lítill og hlutfallstölurnar í töflu I gefa til kynna og

Table I. Sex, marital, geographical and age distribution of the total sample (855) and of the participants (627) in the study.

	Sample				Participants			
	Men		Women		Men		Women	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Total	421	49	434	51	301	48	326	52
Living in Reykjavik	165	19	173	20	105	17	121	19
Living outside Reykjavik	256	30	261	31	196	31	205	33
Married	217	25	232	27	155	25	186	30
Unmarried	175	21	158	19	124	20	113	18
Other marital status	29	3	44	5	22	3	27	4
Age								
16-19	47	5	39	5	42	7	29	5
20-24	57	7	66	8	33	5	51	8
25-29	56	7	62	7	33	5	47	8
30-34	42	5	53	6	28	5	43	7
35-39	45	5	52	6	35	6	40	6
40-44	45	5	37	4	33	5	32	5
45-49	34	4	21	3	21	3	14	2
50-54	27	3	34	4	21	3	22	4
55-59	33	4	37	4	30	5	26	4
60-64	28	3	31	4	20	3	21	3
65	7	1	2	-	5	1	1	-

Frá Vinnueftirliti ríkisins, Reykjavík. Barst 10/03/1988.
Samþykkt og sent í prentsmiðju 25/03/1988.

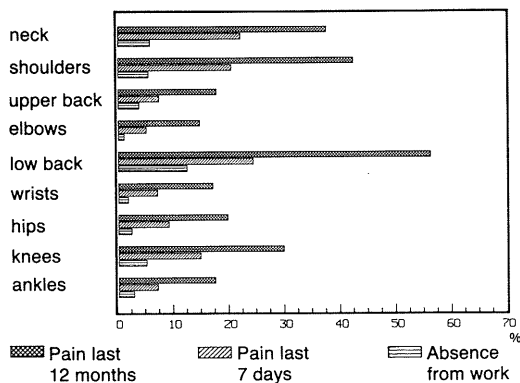


Fig. 1. Percentage of men, who reported complains during the last 12 months from different body regions ($n = 301$).

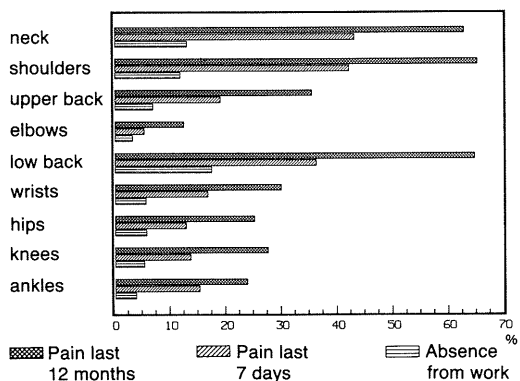


Fig. 2. Percentage of women, who reported complains during the last 12 months from different body regions ($n = 326$).

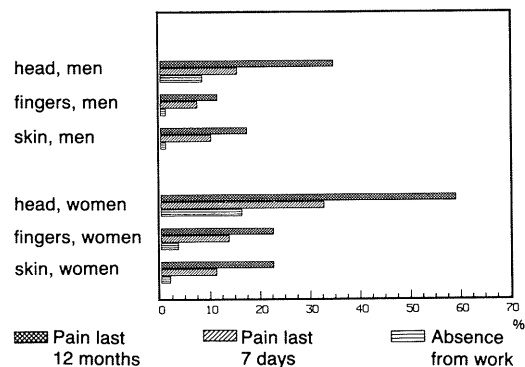


Fig. 3. Percentage of men and women, who reported complains from fingers, head and skin during the last 12 months.

um er að ræða slembiúrtak valið á kerfisbundinn hátt, má ætla að það gefi rétta mynd af þjóðinni í þeim aldursflokkum sem athugaðir voru.

Heildarþátttaka í rannsókninni var 73,5%. Nokkur brögð voru að því að þátttakendur svöruðu ekki öllum spurningum listans. Að sjálfsögðu hefur það áhrif á niðurstöðurnar. Við völdum þá leið að setja »nei« í eyðurnar fremur en fella hluta listans niður (viðauki II), vegna þess að margir svára einungis spurningum um þau svæði líkamans sem þeir hafa haft einkenni frá. Þetta kom í ljós, þegar spurningalistarnir voru lagðir fyrir fiskvinnslufólk og farið var yfir svörin áður en listunum var skilað.

Öryggismörk (confidence limit) voru ekki reiknuð, þar sem vænta má að þessar niðurstöður og niðurstöður athugana á einstökum starfshópum verði bornar saman með kíj-kvaðratprófi.

Fylgni einkenna, annars vegar frá hálsi og hins vegar frá höfði, herðum, neðri hluta baks og herðum/neðri hluta baks, var athuguð með kíj-kvaðratprófi. Jafnframt var áhættuhlutfall (risk ratio) reiknað út. Þannig voru niðurstöður um tíðni einkenna á síðustu 12 mánuðum bornar saman.

NIÐURSTÖÐUR

Mynd 1 sýnir hlutfall karla sem höfðu einkenni frá hreyfi- og stoðkerfi einhvern tíma á síðustu 12 mánuðum. Einnig er sýnt hlutfall þeirra sem höfðu einkenni einhvern tíma síðustu sjö sólarhringa og hlutfall þeirra sem töldu einkennin hafa komið í veg fyrir að þeir gætu stundað dagleg störf einhvern tíma á síðustu 12 mánuðum. Flestir höfðu einkenni frá neðri hluta baks, herðum eða öxlum og hálsi eða hnakka. Einkenni frá neðri hluta baks komu helst í veg fyrir að karlarnir gætu stundað dagleg störf sín. Í töflum II, III og IV eru hlutfallstölur gefnar upp, bæði í heild og eftir skiptingu í aldurshópa. Í hverjum aldurshópi eru fimm ár.

Á mynd 2 og í töflum V, VI og VII eru niðurstöður úr svörum kvenna sýndar á sama hátt og hjá körlum. Flestar höfðu einkenni frá herðum eða öxlum, neðri hluta baks, hálsi eða hnakka og frá höfði. Einkenni frá neðri hluta baks og höfði komu helst í veg fyrir að þær gætu stundað sín daglegu störf.

Mynd 3 sýnir hlutfall karla og kvenna sem höfðu einkenni frá höfði, fingrum og húð einhvern tíma á síðustu 12 mánuðum og síðustu sjö

sólarhringum. Einnig er sýnt hlutfall þeirra sem töldu að einkenni hefðu einhvern tíma komið í veg fyrir að þau gætu stundað dagleg störf.

Á myndum 4 og 5 er sýnt hlutfall karla og kvenna sem höfðu haft einkenni frá hreyfi- og stoðkerfi einhvern tíma síðastliðna 12 mánuði. Myndirnar eru byggðar á töflum II og V og niðurstöðum skipt eftir aldurshópum. Einkenni frá hálsi eða hnakka, herðum eða öxlum, úlnliðum, efri hluta baks, höfði og fingrum eru algengari hjá konum en körlum. Ekki er tölfræðilega marktækur munur á einkennum eftir aldri, nema að einkenni frá mjöðmum og fingrum aukast með aldrinum hjá konum.

Í töflu VIII er sýndur sá fjöldi karla og kvenna sem hafði á síðustu 12 mánuðum haft einkenni frá hálsi og jafnframt einkenni frá höfði, herðum, neðri hluta baks eða herðum/neðri hluta baks. Áhættuhlutföllin eru í öllum tilvikum stærri en tveir og tölfræðilega marktæk.

UMRÆÐA

Niðurstöðurnar sem hér liggja fyrir eru fengnar úr slembiúrtaki og ættu því að gefa glögga mynd af algengi einkenna frá hreyfi- og stoðkerfi meðal þjóðarinnar.

Óþægindi frá hálsi eða hnakka, herðum eða öxlum, neðri hluta baks og höfði eru útbreidd.

Table II. History of complains during the last 12 months from neck, shoulders, elbows, wrists, upper back, low back, hips, ankles, head and fingers in 5 years age groups among men.

Age	Anatomical sites																					
	Neck		Shoulders		Elbows		Wrists		Upper back		Low back		Hips		Knees		Ankles		Head		Fingers	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
16-19	11	26.2	10	23.8	3	7.1	6	14.3	5	11.9	15	35.7	4	9.5	16	38.1	9	21.4	14	33.3	2	4.8
20-24	10	30.3	11	32.4	3	8.8	5	14.7	8	23.5	18	52.9	4	11.8	12	35.3	7	20.6	18	52.9	3	8.8
25-29	15	45.5	16	48.5	4	12.1	11	33.3	10	30.3	28	84.9	5	15.2	12	37.5	7	21.2	14	42.4	5	15.2
30-34	12	42.9	16	57.1	5	17.9	6	21.4	7	25.0	15	53.6	6	21.4	7	25.0	5	17.9	12	42.9	2	7.1
35-39	16	45.7	16	45.7	6	17.1	6	17.1	6	17.1	19	54.3	6	17.1	7	20.0	2	5.7	12	34.3	4	11.4
40-44	13	39.4	18	54.5	7	21.2	4	12.1	7	21.2	22	66.7	12	36.4	11	33.3	7	21.2	9	27.3	5	15.2
45-49	8	38.1	9	42.9	2	9.5	4	19.0	2	9.5	12	57.1	6	28.6	7	35.0	3	15.0	6	28.6	4	19.0
50-54	10	47.6	8	38.1	2	9.5	3	14.3	2	9.5	14	66.7	3	14.3	6	28.6	3	14.3	5	23.8	3	14.3
55-59	15	50.0	13	44.8	6	20.0	4	13.3	3	10.0	16	53.3	5	16.7	6	20.0	5	16.7	12	40.0	4	13.3
60-64	3	15.0	9	45.0	5	25.0	2	10.0	3	15.0	7	35.0	6	30.0	3	15.0	3	15.0	3	15.0	2	10.0
65	1	-	2	-	2	-	1	-	1	-	4	-	3	-	3	-	2	-	0	0.0	1	-
Total	114	37.7	128	42.5	45	14.9	52	17.2	54	17.9	170	56.3	60	19.9	90	30.0	53	17.6	105	34.8	35	11.6

Table III. History of complains during the last 7 days from neck, shoulders, elbows, wrists, upper back, low back, hips, ankles, head and fingers in 5 years age groups among men.

Age	Anatomical sites																					
	Neck		Shoulders		Elbows		Wrists		Upper back		Low back		Hips		Knees		Ankles		Head		Fingers	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
16-19	2	4.8	3	7.1	1	2.4	2	4.8	2	4.8	4	9.5	1	2.4	8	19.0	1	2.4	5	11.9	1	2.4
20-24	4	12.1	3	8.8	0	0.0	2	5.9	3	8.8	5	14.7	2	5.9	7	20.6	3	8.8	6	17.6	3	8.8
25-29	9	27.3	8	24.0	2	6.1	6	18.2	3	9.1	15	45.5	2	6.1	6	18.8	2	6.1	7	21.2	3	9.1
30-34	4	14.3	7	25.0	2	7.1	0	0.0	1	3.6	6	21.4	2	7.1	2	7.1	2	7.1	4	14.3	1	3.6
35-39	10	28.6	12	34.3	4	11.4	4	11.4	5	14.3	8	22.9	1	2.9	3	8.6	1	2.9	2	5.7	2	5.7
40-44	11	33.3	9	27.3	3	9.1	2	6.1	4	12.1	9	27.3	7	21.2	6	18.2	2	6.1	3	9.1	3	9.1
45-49	6	28.6	5	23.8	2	9.5	3	14.3	1	4.8	8	38.1	4	19.0	5	25.0	2	10.0	5	23.8	3	14.3
50-54	6	28.6	4	19.0	0	0.0	1	4.8	0	0.0	7	33.3	0	0.0	2	9.5	1	4.8	1	4.8	2	9.5
55-59	12	40.0	6	20.7	0	0.0	1	3.3	1	3.3	6	20.0	2	6.7	4	13.3	3	10.0	11	36.7	4	13.3
60-64	3	15.0	4	20.0	2	10.0	1	5.0	2	10.0	4	20.0	4	20.0	1	5.0	3	15.0	3	15.0	1	5.0
65	0	0.0	1	-	0	0.0	0	0.0	1	-	2	-	3	-	1	-	2	-	0	0.0	0	0.0
Total	67	22.3	62	20.6	16	5.3	22	7.3	23	7.6	74	24.5	28	9.3	45	15.0	22	7.3	47	15.6	23	7.6

Athygli vekur að meira en 40% kvenna hafa haft óþægindi frá hálsi eða hnakka og herðum eða öxlum síðustu sjö sólarhringana. Þessar niðurstöður vekja spurningar um hvort óþægindin verði til þess að fólk leiti meðferðar innan heilbrigðiskerfisins og ef svo er, hvaða úrlausnir eru veittar.

Eins og fyrr segir er okkur ekki kunnugt um að spurningalistinn hafi áður verið notaður við athuganir sem byggja á úrtaki þjóðar. Flestar aðrar athuganir hafa verið gerðar á ákveðnum starfshópum og tilefnið verið sérstakar eða slæmar vinnuaðstæður (3-6). Að óreyndu má búast við því, að niðurstöður úr slíkum

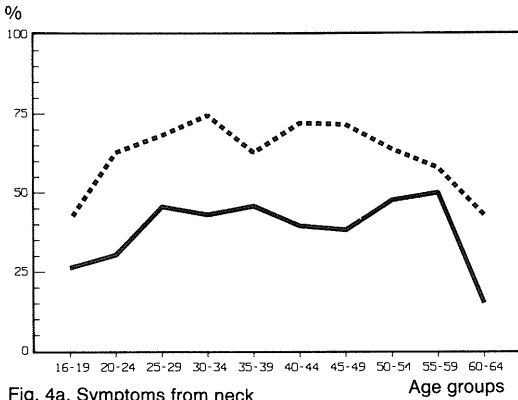


Fig. 4a. Symptoms from neck

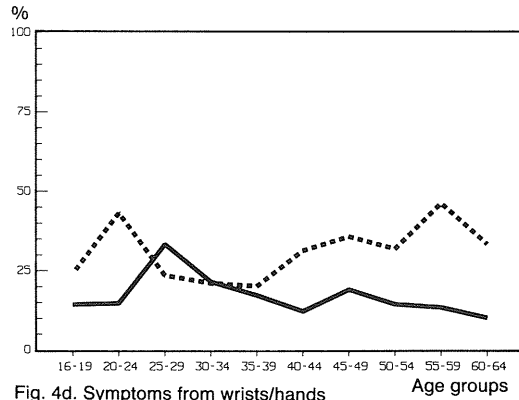


Fig. 4d. Symptoms from wrists/hands

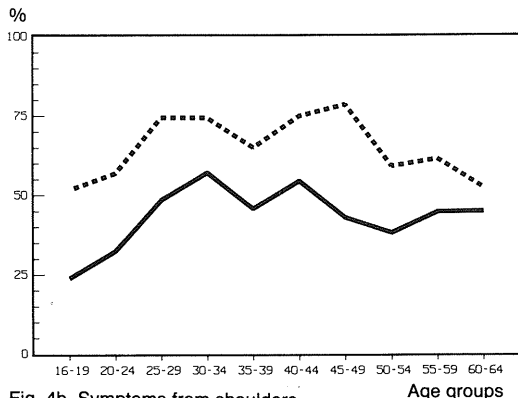


Fig. 4b. Symptoms from shoulders

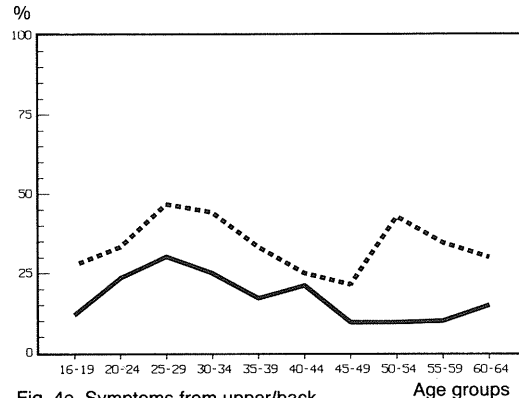


Fig. 4e. Symptoms from upper/back

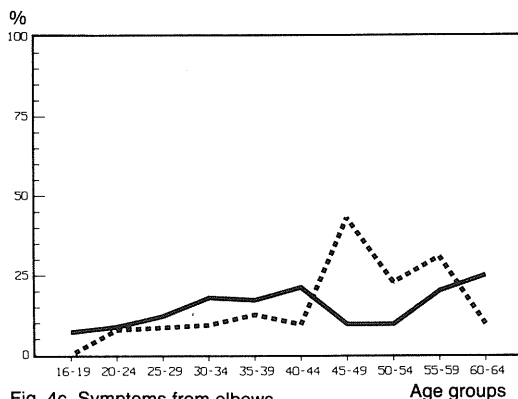


Fig. 4c. Symptoms from elbows

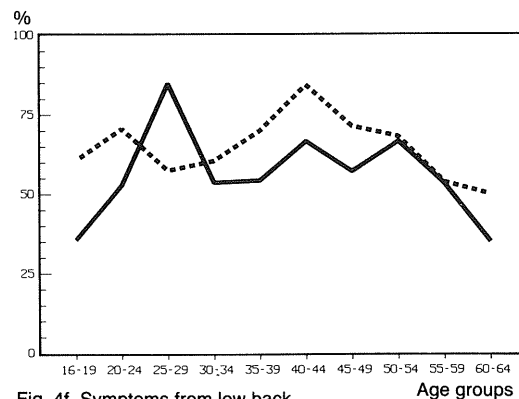


Fig. 4f. Symptoms from low back

-- Women — Men

Fig. 4. Percentage of men and women, in 5 years age groups, reporting complains during the last 12 months from neck, shoulders, elbows, wrists/hands, upper back and low back.

athugunum sýni háa tíðni einkenna ef borið er saman við það sem sést þegar slembiúrtak er notað.

Niðurstöðum úr spurningalistakönnunum hefur verið safnað saman hvaðanæva úr Svíþjóð og þær gefnar út í fjölríti (7). Í þessum gögnum er helst að finna gildar viðmiðunartölur, sem eru þó

háðar þeim annmörkum sem getið var hér að ofan. Engu að síður eru einkenni frá hálsi eða hnakka, heðum eða öxlum og neðri hluta baks algengari hér á landi, bæði þegar athugaðir eru síðustu 12 mánuðir og síðustu sjö sólarhringarnir hjá báðum kynjum.

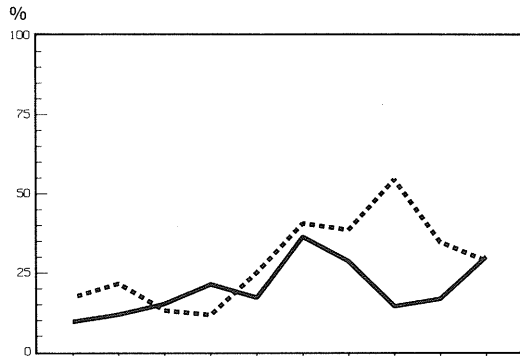


Fig. 5a. Symptoms from hips

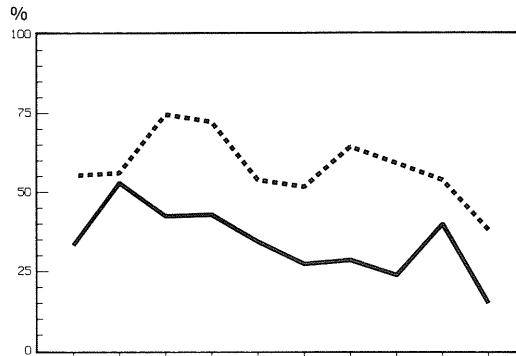


Fig. 5d. Symptoms from head

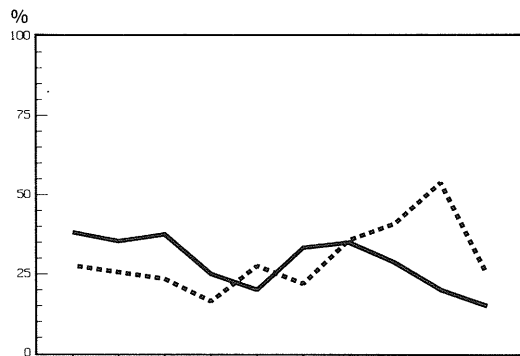


Fig. 5b. Symptoms from knees

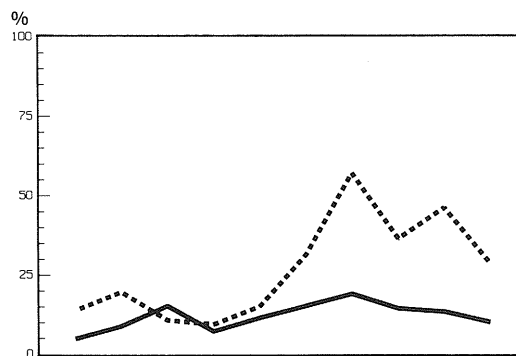


Fig. 5e. Symptoms from fingers

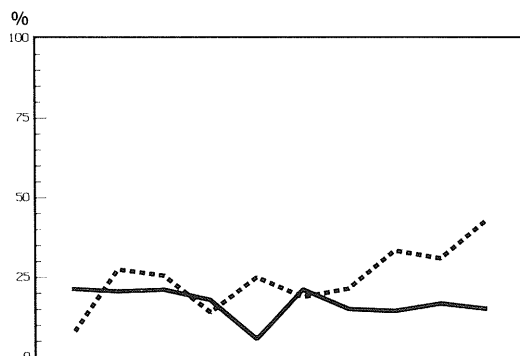


Fig. 5c. Symptoms from ankles/feet

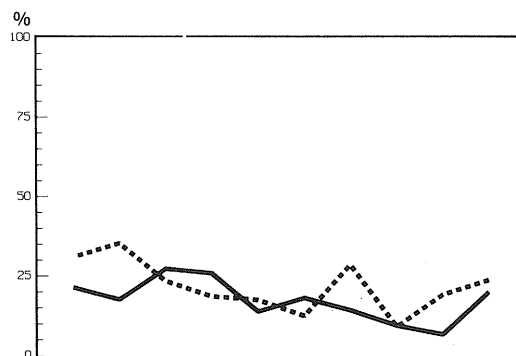


Fig. 5f. Symptoms from skin

-- Women — Men

Fig. 5. Percentage of men and women, in 5 years age groups, reporting complains during the last 12 months from hips/thighs, knees, ankles/feet, head, fingers and skin.

Table IV. *History of complains from neck, shoulders, elbows, wrists, upper back, low back, hips, ankles, head and fingers which have hindered normal work sometime during the last 12 months in 5 years groups among men.*

Age	Anatomical sites																					
	Neck		Shoulders		Elbows		Wrists		Upper back		Low back		Hips		Knees		Ankles		Head		Fingers	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
16-19	1	2.4	1	2.4	0	0.0	0	0.0	1	2.4	4	9.5	0	0.0	4	9.5	3	7.1	7	16.7	0	0.0
20-24	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	5.9	0	0.0	2	5.9	1	2.9	3	8.8	0	0.0
25-29	2	6.1	2	6.1	0	0.0	1	3.0	3	9.1	5	15.1	0	0.0	3	9.4	1	3.0	3	9.1	0	0.0
30-34	1	3.6	0	0.0	0	0.0	2	7.4	0	0.0	3	10.7	1	3.6	2	7.1	1	3.6	2	7.1	0	0.0
35-39	6	17.1	7	20.0	2	5.7	2	5.7	2	5.7	4	11.4	2	5.7	2	5.7	1	2.9	1	2.9	2	5.7
40-44	1	3.0	1	3.0	2	6.1	1	3.0	3	9.1	7	21.2	2	6.1	1	3.0	1	3.0	0	0.0	1	3.0
45-49	1	4.8	2	9.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	14.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	9.5	0	0.0
50-54	2	9.5	1	4.8	0	0.0	0	0.0	1	4.8	4	19.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	9.5	0	0.0
55-59	3	10.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	3.3	4	13.3	0	0.0	1	3.3	0	0.0	5	16.7	1	3.3
60-64	0	0.0	3	15.0	0	0.0	0	0.0	1	5.0	2	10.0	2	10.0	1	5.0	1	5.0	1	5.0	0	0.0
65	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	-	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Total	18	6.0	17	5.7	4	1.3	6	2.0	12	4.0	38	12.6	8	2.6	16	5.3	9	3.0	26	8.6	4	1.3

Table V. *History of complains during the last 12 months from neck, shoulders, elbows, wrists, upper back, low back, hips, ankles, head and fingers in 5 years groups among women.*

Age	Anatomical sites																					
	Neck		Shoulders		Elbows		Wrists		Upper back		Low back		Hips		Knees		Ankles		Head		Fingers	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
16-19	12	41.4	15	51.7	0	0.0	7	24.1	8	27.6	17	60.7	5	17.2	8	27.6	2	6.9	16	55.2	4	13.8
20-24	32	62.7	29	56.9	4	7.8	22	43.1	17	33.3	36	70.6	11	21.6	13	25.5	14	27.5	28	56.0	10	19.6
25-29	32	68.1	35	74.5	4	8.5	11	23.4	22	46.8	27	57.4	6	13.0	11	23.4	12	25.5	35	74.5	5	10.6
30-34	32	74.4	32	74.4	4	9.3	9	20.9	19	44.2	26	60.5	5	11.6	7	16.3	6	14.0	31	72.1	4	9.3
35-39	25	62.5	26	65.0	5	12.5	8	20.0	13	33.3	28	70.0	10	25.0	11	27.5	10	25.0	21	53.8	6	15.0
40-44	23	71.9	24	75.0	3	9.4	10	31.3	8	25.0	27	84.4	13	40.6	7	21.9	6	18.8	16	51.6	10	31.3
45-49	10	71.4	11	78.6	6	42.9	5	35.7	3	21.4	10	71.4	5	38.5	5	35.7	3	21.4	9	64.3	8	57.1
50-54	14	63.6	13	59.1	5	22.7	7	31.8	9	42.9	15	68.2	12	54.5	9	40.9	7	33.3	13	59.1	8	36.4
55-59	15	57.7	16	61.5	8	30.8	12	46.2	9	34.6	14	53.8	9	34.6	14	53.8	8	30.8	14	53.8	12	46.2
60-64	9	42.9	11	52.4	2	9.5	7	33.3	6	30.0	10	50.0	6	28.6	5	25.0	9	42.9	8	38.1	6	28.6
65	1	-	1	-	0	0.0	0	0.0	1	-	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	-	0	0.0	1	-
Total	205	62.9	213	65.3	41	12.6	98	30.1	115	35.6	210	64.8	82	25.3	90	27.7	78	24.0	191	59.1	74	22.7

Table VI. *History of complains during the last 7 days from neck, shoulders, elbows, wrists, upper back, low back, hips, ankles, head and fingers in 5 years age groups among women.*

Age	Anatomical sites																					
	Neck		Shoulders		Elbows		Wrists		Upper back		Low back		Hips		Knees		Ankles		Head		Fingers	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
16-19	7	24.1	7	24.1	0	0.0	5	17.2	3	10.3	4	14.3	2	6.9	3	10.3	2	6.9	5	17.2	2	6.9
20-24	15	29.4	14	27.5	1	2.0	10	19.6	5	9.8	21	41.2	4	7.8	6	11.8	9	17.6	10	20.0	3	5.9
25-29	19	40.4	17	36.2	1	2.1	5	10.6	13	27.7	11	23.4	3	6.5	2	4.3	5	10.6	20	42.6	4	8.5
30-34	23	53.5	24	55.8	2	4.7	3	7.0	11	25.6	13	30.2	2	4.7	2	4.7	1	2.3	25	58.1	3	7.0
35-39	20	50.0	20	50.0	0	0.0	2	5.0	9	23.1	19	47.5	5	12.5	5	12.5	6	15.0	10	25.6	3	7.5
40-44	19	59.4	19	59.4	2	6.3	7	21.9	7	21.9	20	62.5	7	21.9	7	21.9	6	18.8	8	25.8	8	25.0
45-49	9	64.3	10	71.4	2	14.3	4	28.6	1	7.1	6	42.9	2	15.4	2	14.3	2	14.3	7	50.0	4	28.6
50-54	9	40.9	10	45.5	2	9.1	6	27.3	6	28.6	10	45.5	7	31.8	8	36.4	7	33.3	8	36.4	5	22.7
55-59	11	42.3	10	38.5	6	23.1	9	34.6	5	19.2	8	30.8	6	23.1	8	30.8	6	23.1	9	34.6	9	34.6
60-64	8	38.1	7	33.3	2	9.5	4	19.0	2	10.0	6	30.0	4	19.0	2	10.0	5	23.8	4	19.0	4	19.0
65	1	-	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	-	0	0.0	0	0.0
Total	141	43.3	138	42.3	18	5.5	55	16.9	62	19.2	118	36.4	42	13.0	45	13.8	50	15.4	106	32.8	45	13.8

Table VII. History of complains from neck, shoulders, elbows, wrists, upper back, low back, hips, ankles, head and fingers which have hindered normal work sometime during the last 12 months in 5 years groups among women.

Age	Anatomical sites																					
	Neck		Shoulders		Elbows		Wrists		Upper back		Low back		Hips		Knees		Ankles		Head		Fingers	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
16-19	3	10.3	1	3.4	0	0.0	1	3.4	1	3.4	5	17.9	1	3.4	1	3.4	0	0.0	4	13.8	2	6.9
20-24	2	3.9	3	5.9	1	2.0	3	5.9	2	3.9	6	11.8	2	3.9	3	5.9	3	5.9	5	10.0	2	3.9
25-29	6	12.8	8	17.0	1	2.1	4	8.5	4	8.5	7	14.9	2	4.3	1	2.1	1	2.1	11	23.4	2	4.3
30-34	4	9.3	5	11.6	0	0.0	0	0.0	2	4.7	5	11.6	1	2.3	1	2.3	1	2.3	10	23.3	0	0.0
35-39	5	12.5	5	12.5	3	7.5	1	2.5	5	12.8	10	25.0	2	5.0	2	5.0	1	2.5	6	15.4	0	0.0
40-44	5	15.6	5	15.6	0	0.0	2	6.3	2	6.3	10	31.3	5	15.6	2	6.3	0	0.0	7	22.6	1	3.1
45-49	4	28.6	2	14.3	1	7.1	1	7.1	1	7.1	2	14.3	1	7.7	1	7.7	1	7.7	3	21.4	2	14.3
50-54	2	9.1	1	4.5	0	0.0	1	4.5	0	0.0	1	4.5	0	0.0	0	0.0	2	9.5	2	9.1	0	0.0
55-59	7	26.9	4	15.4	4	15.4	4	15.4	3	11.5	4	15.4	4	15.4	5	19.2	2	7.7	4	15.4	2	7.7
60-64	4	19.0	5	23.8	1	4.8	2	9.5	3	15.0	7	35.0	1	4.8	2	10.0	2	9.5	1	4.8	1	4.8
65	1	-	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Total	43	13.2	39	12.0	11	3.4	19	5.8	23	7.1	57	17.6	19	5.9	18	5.5	13	4.0	53	16.4	12	3.7

Table VIII. Number of men and women with symptoms from neck during the last 12 months according to symptoms from head, shoulders, low back and shoulders/low back during the last 12 months with estimates of risk ratio.

Region by sex	Symptoms from neck last 12 months		Risk ratio
	Yes	No	
Men			
Symptoms from head	63	42	
No symptoms from head	51	145	4.3**)
Symptoms from shoulders	69	36	
No symptoms from shoulders	45	176	7.5**)
Symptoms from low back	77	93	
No symptoms from low back	37	94	2.1*)
Symptoms from shoulders and low back	49	38	
No symptoms from shoulders and low back	65	149	3.0**)
Women			
Symptoms from head	159	41	
No symptoms from head	55	80	5.3**)
Symptoms from shoulders	168	23	
No symptoms from shoulders	37	98	19.3**)
Symptoms from low back	156	54	
No symptoms from low back	49	67	4.0*)
Symptoms from shoulders and low back	131	28	
No symptoms from shoulders and low back	74	93	5.9**)

*) p<0.01. **) p<0.001.

Óþægindi frá hreyfi- og stoðkerfi virðast hafa veruleg áhrif á vinnufærni Íslendinga. Margir segja þau hafa komið í veg fyrir að þeir gætu stundað dagleg störf einhvern tíma á síðustu 12 mánuðum. Hér eru hlutfallstölurnar svipaðar og í sænsku niðurstöðunum (7). Meðal kvenna er tíðnin lægst 3,4% vegna einkenna frá olnbogum og hæst 17,6% vegna einkenna frá neðri hluta baks. Meðal karla er tíðnin einnig lægst vegna einkenna frá olnbogum, það er að segja 1,3%, en hæst 12,6% vegna einkenna frá neðri hluta baks.

Athugað var, hvort einstaklingar sem höfðu haft einkenni frá hálsi, hefðu jafnframt haft einkenni frá tilteknum líkamssvæðum. Í ljós kom, að fylgni var á milli einkenna frá hálsi og einkenna frá höfði, herðum, neðri hluta baks og herðum/neðri hluta baks, einkum hjá konum. Sem dæmi má nefna, að meirihluti kvenna sem höfðu haft óþægindi frá herðum höfðu einnig haft óþægindi frá hálsi. Þetta styður tölfræðilega við þá klínísku reynslu, að fylgni sé milli einkenna frá ýmsum hlutum hreyfi- og stoðkerfisins.

Rannsóknin skýrir ekki ástæður þess, að einkennin eru svo algeng meðal Íslendinga. Niðurstöðurnar gefa einungis vísbendingu um umfang vandans. Á þessu stigi er aðeins hægt að velja vöngum yfir orsökunum, sem sjálfsagt eru margþættar. Leiða má getum að því, að langur vinnudagur auki tíðni slíkra einkenna. Því er rétt að hafa í huga að vinnudagurinn er langur hér á landi miðað við annars staðar, þar á meðal í Svíþjóð (8). Fleiri atriði geta haft áhrif. Sem dæmi má nefna slæmar vinnuáðstæður, streitu og

kalda veðráttu. Það eru verðug rannsóknaverkefni að prófa þessar og aðrar tilgátur.

Síðustu árin hafa umræður um forvarnir aukist, bæði innan heilbrigðisstétta og meðal almennings. Árangur forvarnaraðgerða sést ekki alltaf strax á breyttri líðan fólks eða lægri sjúkdómstíðni. Þó má ætla, að heppilegra sé að koma í veg fyrir mikil óþægindi, en að hjálpa þeim sem þegar hafa þolað sársauka og orðið fyrir vinnutapi. Ef þekkingu á líffræði og lífeðlisfræði mannslíkamans ásamt verkfræði- og tækniþekkingu er beitt til þess að ná góðri samhæfingu manns og starfa, verður síðar hægt að sjá jákvæðan árangur í auknum afköstum og betri líðan fólks.

SUMMARY

Prevalence of musculoskeletal symptoms in the Icelandic population. Survey of a random sample I.

In order to survey the prevalence of musculoskeletal symptoms in the Icelandic population this study was carried out on a random sample of men and women of the ages 16 to 65 years. The aim was to gather a reference material for future use in comparison with results from different subgroups of the working population. The cohort comprised 855 subjects, 421 men and 434 women. Questionnaires developed by a working group supported by the Nordic Council of Ministers were used. The questionnaires were sent by mail and if not answered they were recalled thrice. The participation rate was 73.5%, 301 men and 326 women filled in the questionnaires. The age, sex and geographical distribution of the non-participants were similar as in the whole cohort. The highest prevalence of symptoms during the last 12 months among the men were reported from the neck, shoulders, low back and head. The percentages were 37.7, 42.5, 56.3 and 34.8 in the regions respectively. The highest prevalence of symptoms during the last 12 months among women were from the same regions as among men. The percentages were 62.9, 65.3, 64.8 and 59.1 in the regions respectively. The lowest prevalence of symptoms during the last 12 months among men were from fingers, 11.6% and among women from the elbow regions 12.6%. The

prevalence of the symptoms in each region differed considerable between age groups. We are not aware of any other study performed with these questionnaires on a representative sample of a nation. The prevalence of symptoms in this sample are high in both sexes as compared to those found in variety of populations representing many different occupations and work tasks, which have been studied in Sweden. However, these Swedish subpopulations are most likely selected as a study material because of the awareness of some musculoskeletal trouble among them.

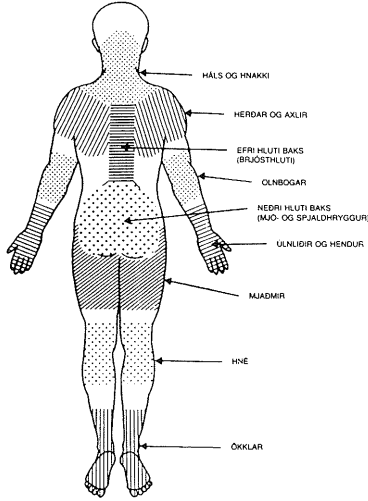
HEIMILDIR

1. Andersson G, Biering-Sörensen F, Hermansen L, Jonsson B, Jörgensen K, Kilbom Å, Kuorinka I, Vinterberg H. Nordiska frågeformulär för kartläggning av yrkesrelaterade muskuloskeletal besvär. *Nordisk Medicin* 1984; 99: 54-5.
2. Kuorinka I, Jonsson B, Kilbom Å, Vinterberg H, Biering-Sörensen F, Anderson G, Jörgensen K. Standardised Nordic questionnaires for the analysis of musculoskeletal symptoms. *Applied Ergonomics* 1987; 18: 233-37.
3. Stålhammar HR, Leskinen TPJ, Kuorinka IAA, Gautreau MHJ, Troup JDG. Postural, epidemiological and biomechanical analysis of luggage handling in an aircraft luggage compartment. *Applied Ergonomics* 1986; 17: 177-83.
4. Björkstén MG, Jonsson B. Besvär från rörelseorganen bland läkarsekreterare. *Arbete och hälsa* 1987; 34.
5. Brulin C, Jonsson B, Karlehagen S. Besvär i rörelseorganen bland bangårdspersonal. En deskriptiv epidemiologisk studie. *Arbete och hälsa* 1985; 37.
6. Anderson K, Karlhagen S, Jonson B. The importance of variations in questionnaire administration. *Applied Ergonomics* 1987; 18: 229-32.
7. Ydreborg B. Referensdata till formulären FHV 001 D, FHV 002 D, FHV 003 D, FHV 004 D och FHV 007 D. Stiftelsen för Yrkesmedicinsk och miljömedicinsk forskning och utveckling i Örebro. Rapport 6: 1986.
8. Ólafsson S. Umfang vinnunnar á Íslandi. Rannsókn á atvinnuþátttöku og lengd vinnuvikunnar í nokkrum löndum. Félagsvísindastofnun, Háskóli Íslands. Handrit, 1988.

ADDENDUM I

Leiðbeiningar við að svara spurningalistaum:

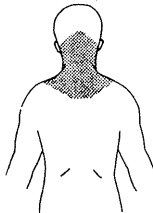
Svaraðu með því að krossa í rétt, sem á best við. Reyndu að svara eftir bestu getu þótt þú sért ekki alveg viss um hvernig þú átt að svara. Gættu þess að svara nákvæmlega, jafnvel þótt þú hafir ekki halt nein óþægindi.



Myndin að ofan sýnir staðsetningu þeirra líkamshluta sem nefndir eru í spurningunum hér á eftir. Mörkin milli þeirra eru djúps. Þú verður að gera þér grein fyrir, með hliðsjón á myndinni, hvar óþægindi eru (ef um óþægindi er að ræða).

ÓÞÆGINDI FRÁ HREYFI- OG STÖÐKERFI

Hefur þú einhvern tíma, s. t. 12 mána, haft óþægindi (sársauka, verki, ónoti)?	Hér svara aðeins þeir sem hafa verið með óþægindi	
	Hafa óþægindi einhvern tíma komið í veg fyrir að þú gæfir stund- að daglig störf síðasti 12 mána?	Hefur þú einhvern tíma, síðustu 7 aðlarhringa, haft óþægindi?
Hálsi eða hnacka 1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já	3 <input type="checkbox"/> Nei 4 <input type="checkbox"/> Já	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já
Herðum eða öxum 1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já, hægra megin 3 <input type="checkbox"/> Já, vinstra megin 4 <input type="checkbox"/> Já, báðum megin	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já	7 <input type="checkbox"/> Nei 8 <input type="checkbox"/> Já
Örnögum 1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já, í hægra örnögum 3 <input type="checkbox"/> Já, í vinstri örnögum 4 <input type="checkbox"/> Já, í báðum örnögum	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já	7 <input type="checkbox"/> Nei 8 <input type="checkbox"/> Já
Úlnliðum eða höndum 1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já, í hægra úlnlið eða hendi 3 <input type="checkbox"/> Já, í vinstri úlnlið eða hendi 4 <input type="checkbox"/> Já, í báðum úlnliðum eða höndum	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já	7 <input type="checkbox"/> Nei 8 <input type="checkbox"/> Já
Efri hluta baks (brjósthluta) 1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já	3 <input type="checkbox"/> Nei 4 <input type="checkbox"/> Já	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já
Neðri hluta baks (míðhyggja og spjálðrygg) 1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já	3 <input type="checkbox"/> Nei 4 <input type="checkbox"/> Já	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já
Annart mjólm eða báðum mjólmum 1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já	3 <input type="checkbox"/> Nei 4 <input type="checkbox"/> Já	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já
Öðru hnénu eða báðum hnéjum 1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já	3 <input type="checkbox"/> Nei 4 <input type="checkbox"/> Já	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já
Öðrum ökslaftali eða báðum ökslaftölum 1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já	3 <input type="checkbox"/> Nei 4 <input type="checkbox"/> Já	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já



HALS OG HNAKKI

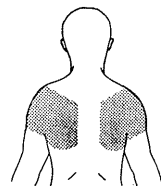
Leiðbeiningar við að svara spurningalistaum:

Með óþægindum í hálsi og hnacka er átt við sársauka, verki eða ónoti í þeim líkamshluta, sem skýggður er í myndinni. Ef þú hefur einnig óþægindi í nálægum líkamshlutum, þá þúmst þú þig um að reyna að líta fram hjá því og beina athyglinni að skýggða svæðinu. Ef þú hefur óþægindi í herðum og öxum, er því komið á framfæri þegar þú svarar spurningalistaum um herðar og axlir.

Svaraðu með því að krossa í þann rétt, sem á best við. Settu aðeins einn kross við hverja spurningu. Reyndu að svara eftir bestu getu þótt þú sért ekki alveg viss um hvernig þú átt að svara. Gættu þess að svara á spurningalistaum þó þú hafir ekki halt óþægindi í hálsi og hnacka.

- 1. Hefur þú einhvern tíma haft óþægindi (sársauka, verki eða ónoti) í hálsi eða hnacka?
1 Nei 2 Já
- 2. Hefur þú einhvern tíma slasaast á hálsi eða hnacka?
1 Nei 2 Já
- 3. Hefur þú einhvern tíma skipt um starf eða starfsvæð vegna óþæginda í hálsi eða hnacka?
1 Nei 2 Já
- 4. Hve lengi alla, síðustu 12 mánuði, hefur þú haft óþægindi í hálsi eða hnacka?
1 0 daga
2 1–7 daga
3 8–30 daga
4 Meira en 30 daga en ekki daglega
5 Daglega
- 5. Hafa óþægindi í hálsi eða hnacka dregið úr vinnu þinni síðustu 12 mánuði?
a. Í starfi (heima eða að heiman)?
1 Nei 2 Já
b. Þegar þú átt frí?
3 Nei 4 Já
- 6. Hve lengi alla, síðustu 12 mánuði, hefur þú ekki getað sinnt daglegum störfum (heima eða að heiman) vegna óþæginda í hálsi eða hnacka?
1 0 daga
2 1–7 daga
3 8–30 daga
4 Meira en 30 daga
- 7. Hefur þú einhvern tíma, á síðustu 12 mánuðum, farið í skoðun eða meðferð hjá lækni, sjúkrahúsi eða öðrum vegna óþæginda í hálsi eða hnacka?
1 Nei 2 Já
- 8. Hefur þú einhvern tíma, síðustu 7 aðlarhringa, haft óþægindi í hálsi eða hnacka?
1 Nei 2 Já

Ef svar við spurningu 4 er 0 daga, átt þú ekki að svara spurningum nr. 5–8.



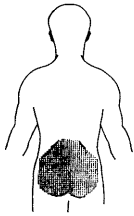
HERÐAR OG AXLIR

Leiðbeiningar við að svara spurningalistaum:

Með óþægindum í herðum og öxum er átt við sársauka, verki eða ónoti í þeim líkamshluta, sem skýggður er á myndinni. Ef þú hefur einnig óþægindi í nálægum líkamshlutum, þá þúmst þú þig um að reyna að líta fram hjá því og beina athyglinni að skýggða svæðinu. Ef þú hefur óþægindi í hálsi eða hnacka, er því komið á framfæri þegar þú svarar spurningalistaum um háls og hnacka.

Svaraðu með því að krossa í þann rétt, sem á best við. Settu aðeins einn kross við hverja spurningu. Reyndu að svara eftir bestu getu þótt þú sért ekki alveg viss um hvernig þú átt að svara. Gættu þess að svara á spurningalistaum þó þú hafir ekki halt óþægindi frá herðum eða öxum.

- 9. Hefur þú einhvern tíma haft óþægindi (sársauka, verki eða ónoti) í herðum eða öxum?
1 Nei 2 Já
- 10. Hefur þú einhvern tíma slasaast í herðum eða öxum?
1 Nei 2 Já, hægra megin
3 Já, vinstra megin
4 Já, báðum megin
- 11. Hefur þú einhvern tíma skipt um starf eða starfsvæð vegna óþæginda í herðum eða öxum?
1 Nei 2 Já
- 12. Hefur þú einhvern tíma haft óþægindi í herðum eða öxum síðustu 12 mánuði?
1 Nei 2 Já, hægra megin
3 Já, vinstra megin
4 Já, báðum megin
- 13. Hve lengi alla, síðustu 12 mánuði, hefur þú haft óþægindi í herðum eða öxum?
1 1–7 daga
2 8–30 daga
3 Meira en 30 daga en ekki daglega
4 Daglega
- 14. Hafa óþægindi í herðum eða öxum dregið úr vinnu þinni síðustu 12 mánuði?
a. Í starfi (heima eða að heiman)?
1 Nei 2 Já
b. Þegar þú átt frí?
3 Nei 4 Já
- 15. Hve lengi alla, síðustu 12 mánuði, hefur þú ekki getað sinnt daglegum störfum (heima eða að heiman) vegna óþæginda í herðum eða öxum?
1 0 daga
2 1–7 daga
3 8–30 daga
4 Meira en 30 daga
- 16. Hefur þú einhvern tíma, á síðustu 12 mánuðum, farið í skoðun eða meðferð hjá lækni, sjúkrahúsi eða öðrum vegna óþæginda í herðum eða öxum?
1 Nei 2 Já
- 17. Hefur þú einhvern tíma, síðustu 7 aðlarhringa, haft óþægindi í herðum eða öxum?
1 Nei 2 Já, hægra megin
3 Já, vinstra megin
4 Já, báðum megin



NEDRI HLUTI BAKS (MJÖHRYGGUR/SPJALDHRÝGGUR).

Leiðbeiningar við að svara spurningalista-num:
Með neðri hluta baks (mjóhrygg/spjaldhrygg) er átt við skyggða svæðið & myndinni. Með óþægindum í neðri hluta baks (mjóhrygg/spjaldhrygg) er átt við sársauka, verki eða ónot í þeim líkamshluta, sem skyggður er á myndinni, með eða án leiðsluverkja niður í annan eða báða ganglimi (fótas).

Svaraðu með því að krossa í þann reit, sem á best við. Settu aðeins einn kross við hverja spurningu. Reyndu að svara eftir þöstu getu þótt þú sért ekki alveg viss um hvernig þú átt að svara. Gættu þess að svara á spurningalista-num þó þú hafir ekki haft óþægindi frá neðri hluta baks.

<p>1. Hefur þú einhver tima haft óþægindi (sársauka, verki eða ónot) í neðri hluta baks (mjóhrygg/spjaldhrygg)?</p> <p>1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já</p> <p>El svar við spurningu 1 er nettandi átt þú ekki að svara spurningum nr. 2-8.</p>	<p>5. Hafa óþægindi frá neðri hluta baks dregið úr virkni þinni síðustu 12 mánuði?</p> <p>a. Í starfi (heima eða að heiman)?</p> <p>1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já</p> <p>b. Þegar þú átt frí?</p> <p>3 <input type="checkbox"/> Nei 4 <input type="checkbox"/> Já</p>
<p>2. Hefur þú einhver tima dvalið á sjúkrahúsi vegna óþæginda í neðri hluta baks?</p> <p>1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já</p>	<p>6. Hve lengi alla, síðustu 12 mánuði, hefur þú ekki gæið sinni daglegum störfum vegna óþæginda í neðri hluta baks?</p> <p>1 <input type="checkbox"/> 0 daga</p> <p>2 <input type="checkbox"/> 1-7 daga</p> <p>3 <input type="checkbox"/> 8-30 daga</p> <p>4 <input type="checkbox"/> Meira en 30 daga</p>
<p>3. Hefur þú einhver tima skipt um starf eða starfsvæði vegna óþæginda í neðri hluta baks?</p> <p>1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já</p>	<p>7. Hefur þú einhver tima, síðustu 12 mánuðum, farið í skabum eða meðferð hjá lækni, sjúkráðgjafi eða öðrum vegna óþæginda í neðri hluta baks?</p> <p>1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já</p>
<p>4. Hve lengi alla, síðustu 12 mánuði, hefur þú haft óþægindi í neðri hluta baks?</p> <p>1 <input type="checkbox"/> 0 daga</p> <p>2 <input type="checkbox"/> 1-7 daga</p> <p>3 <input type="checkbox"/> 8-30 daga</p> <p>4 <input type="checkbox"/> Meira en 30 daga en ekki daglega</p> <p>5 <input type="checkbox"/> Daglega</p> <p>El svar við spurningu 4 er 0 daga, átt þú ekki að svara spurningum nr. 5-8.</p>	<p>8. Hefur þú einhver tima, síðustu 7 sólarhringa, haft óþægindi í neðri hluta baks?</p> <p>1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já</p>

EINKENNI FRÁ HÖFÐI, FINGRUM OG HÚÐ.

	Hér svara aðeins þeir sem hafa verið með óþægindi	
Hefur þú einhver tima, síðustu 12 mánuði, haft óþægindi (sársauka, verki, ónot) í?	Hafa óþægindin einhver tima komið í veg fyrir að þú gætir stundað dagleg störf síðustu 12 mánuði?	Hefur þú einhver tima, síðustu 7 sólarhringa, haft óþægindi?
HÓMI 1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já	3 <input type="checkbox"/> Nei 4 <input type="checkbox"/> Já	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já
Fingrum 1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já, hægra megin 3 <input type="checkbox"/> Já, vinstra megin 4 <input type="checkbox"/> Já, báðum megin	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já	7 <input type="checkbox"/> Nei 8 <input type="checkbox"/> Já
Hefur þú einhver tima, síðustu 12 mánuði, haft útblot (sexm, bólar, róða) á höndum eða framhandleggjum?	Hafa útblotin ein-tima komið í veg fyrir að þú gætir stundað dagleg störf síðustu 12 mánuði?	Hefur þú einhver tima, síðustu 7 sólarhringa, haft útblot?
1 <input type="checkbox"/> Nei 2 <input type="checkbox"/> Já	3 <input type="checkbox"/> Nei 4 <input type="checkbox"/> Já	5 <input type="checkbox"/> Nei 6 <input type="checkbox"/> Já

ADDENDUM II

Addendum II. Men and women in different age groups who did not answer some questions in the questionnaire.

Age	Anatomical sites																					
	Neck		Shoulders		Elbows		Wrists		Upper back		Low back		Hips		Knees		Ankles		Head		Fingers	
	M	W	M	W	M	W	M	W	M	W	M	W	M	W	M	W	M	W	M	W	M	W
16-19	4	2	3	2	3	3	3	0	3	2	3	2	3	3	3	2	4	4	2	0	4	0
20-24	3	2	1	4	3	3	2	2	3	3	2	1	2	3	3	2	3	2	2	9	2	15
25-29	3	2	2	5	2	5	2	6	3	5	0	3	3	4	2	4	3	5	2	4	3	5
30-34	4	3	2	1	4	4	4	4	4	4	3	1	6	7	6	5	6	5	4	1	4	4
35-39	0	6	1	3	0	5	0	4	2	7	2	3	2	7	1	7	3	5	0	2	2	6
40-44	1	4	2	3	3	8	6	7	4	9	2	3	3	6	1	6	3	7	6	3	9	5
45-49	3	1	4	2	3	3	3	4	3	6	1	1	4	4	4	4	5	5	3	0	4	2
50-54	1	0	0	3	1	4	1	3	3	1	0	2	1	2	1	4	1	4	4	1	2	2
55-59	5	3	4	1	8	3	8	3	8	2	3	2	8	3	5	1	5	1	2	3	4	4
60-64	3	4	2	3	4	6	5	4	4	4	3	3	4	3	6	4	6	2	2	2	3	3
65	3	0	2	0	2	0	3	1	3	0	1	0	1	0	2	0	2	0	2	0	1	0
Total	30	27	23	27	33	44	37	38	40	43	20	21	37	42	34	39	41	40	29	25	38	46