Risken i siffror

När du har fyllt i det här kan du säga ”från 10 till 5 av 100 på tre år” i stället för ”halverar risken”.

Det tar ungefär fem minuter. Skriv ut mallen, eller fyll i den på datorn i ett PDF-program.

Det här behöver du veta

En rubrik som ”ny studie: det här ökar risken med 50 procent” ger ett relativt mått. Det säger hur mycket risken ändras. Hur stor risken var från början framgår inte. Den absoluta risken säger hur många som drabbas, till exempel som ett antal av 100 under en viss tid.

En systematisk översikt från Cochrane väger ihop 35 studier. I studierna uppfattades en relativ riskminskning som större och mer övertygande än en absolut, men förståelsen blev inte bättre. Säger du hur mycket risken minskar i procent, säg också hur stor risken är utan behandling.

Använd samma nämnare genom hela jämförelsen, till exempel 2 av 100 mot 1 av 100. Formen 1 av 50 mot 1 av 100 är svårare att förstå. Säg också vilken grupp och vilken tidsperiod siffran gäller.

I försök har bildrutor gjort att fler förstår en riskminskning rätt. Den som har svårt att tolka diagram har oftast ingen nytta av bilden, så visa siffrorna tillsammans med rutorna. Samla de drabbade i ett block och visa hela gruppen.

Källor: Akl m.fl., Cochrane 2011; Trevena m.fl., BMC Med Inform Decis Mak 2013; Spiegelhalter, Annu Rev Stat Appl 2017; Galesic m.fl., Health Psychol 2009; Ancker m.fl., J Am Med Inform Assoc 2006.

Exempel

Karin, ST-läkare i allmänmedicin på en vårdcentral (påhittat exempel)

En patient har läst att ett läkemedel mot benskörhet halverar risken för höftfraktur. Siffrorna är ett räkneexempel från Cochrane-översikten och inget studieresultat.

Vad hon har fått

En relativ siffra: ”halverar risken”

Risken utan och med

Utan läkemedlet 10 av 100, med läkemedlet 5 av 100.

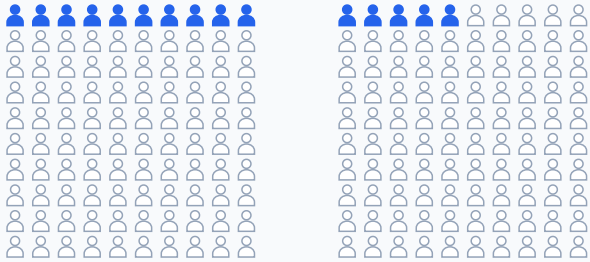
Tidsperioden

Tre år.

Hennes mening

Utan läkemedlet får 10 av 100 en höftfraktur på tre år. Med läkemedlet får 5 av 100 det.

Med läkemedlet får 5 färre av 100 en höftfraktur på tre år



Utan: 10 av 100 **Med: 5 av 100**

Din tur, cirka fem minuter

Skriv aldrig namn eller andra uppgifter om patienter här.

1. Vad har du fått?

- [ ] En relativ siffra, till exempel ”halverar risken” eller ”ökar risken med 50 procent”
- [ ] Två siffror med olika nämnare, till exempel ”1 av 50 mot 1 av 100”
- [ ] En procentsats

Har du bara en relativ siffra? Leta upp risken utan behandling i källan. Utan den går det inte att säga hur många som drabbas. En procentsats blir X av 100 direkt: 10 procent är 10 av 100. Är risken mindre än 1 av 100, skriv den som X av 1 000.

2. Risken utan och med. Skriv siffrorna och färga lika många figurer, rad för rad från övre vänstra hörnet.



Utan: ____ av 100



Med: ____ av 100

3. Tidsperioden och gruppen

4. Min mening, med samma nämnare och tidsperioden

Så använder du det du skrev

Visa meningen och rutorna för en kollega och fråga vad de betyder. Stämmer svaret med det du menade, använd dem. Annars skriv om meningen.

När en patient frågar om en rubrik, säg båda siffrorna med samma nämnare och tidsperioden.

Vill du få ut det mesta av den här mallen?

I kursen Professionell kommunikation i vården fortsätter du med modul 4, Siffror och risker som går att förstå. Modulen tar också upp siffror vid testsvar.

Kursen finns på academy.geniusmotion.se. Introt och modul 1 är gratis att prova.

Mallen är ett stöd när du förbereder dig. Fakta i den är kontrollerade mot källorna i oktober 2026. Personerna i exemplen är påhittade.