Lýðheilsuvaktin

mánaðarleg vöktun valinna mælinga
í samanburði við fyrri ár

Embætti landlæknis
Directorate of Health

Neysla sykurlausra gosdrykkja

Hlutfall fullorðinna sem neytir sykurlausra gosdrykkja einu sinni á dag eða oftar

Spurning: Hversu oft neytir þú eftirfarandi fæðutegunda? Sykurlaust gos (diet drykkir).

Svarmöguleikar: Fimm sinnum á dag eða oftar. Fjórum sinnum á dag. Þrisvar sinnum á dag. Tvisvar sinnum á dag. Einu sinni á dag. 4-6 sinnum í viku. 2-3 sinnum í viku. Einu sinni í viku. Sjaldnar en einu sinni í viku. Aldrei.

Heild, 18 ára og eldri 2

Konur og karlar 3

Aldurshópar 4

Menntun 5

Um Lýðheilsuvaktina

Lýðheilsuvaktin er mánaðarleg vöktun á nokkrum helstu áhrifaþáttum heilbrigðis og vellíðanar. Markmiðið er að fylgjast með heilsuhegðun og líðan fullorðinna Íslendinga og þróun helstu áhrifaþátta heilbrigðis.

Byggt er á mánaðarlegri netkönnun sem Gallup framkvæmir fyrir embætti landlæknis. Mánaðarlega er tekið slembiúrtak, 18 ára og eldri, úr viðhorfahópi Gallup. Ef ekki er hægt að taka nógu stórt úrtak fyrir hvert heilbrigðisumdæmi er tekið slembiúrtak úr þjóðskrá innan þess svæðis. Í hverjum mánuði veljast um 800 einstaklingar til þátttöku og hefur þátttökuhlutfallið verið rúmlega 50% undanfarin ár.

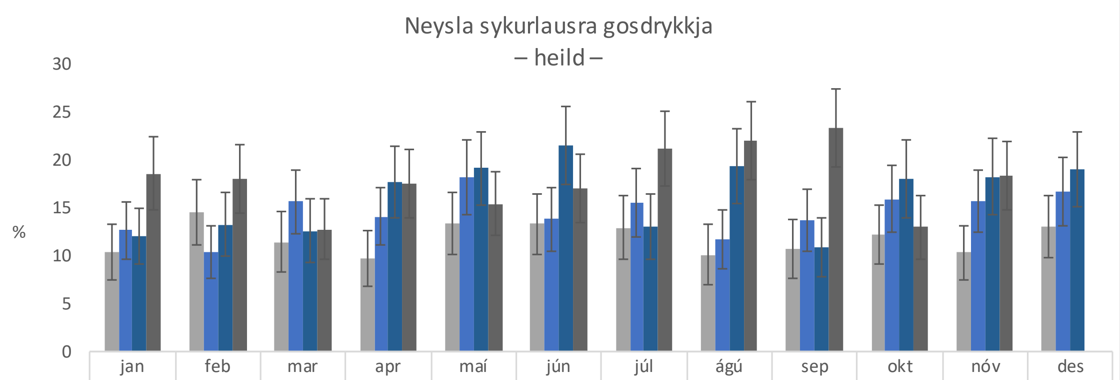
Túlkun á niðurstöðum

Við túlkun á niðurstöðum Lýðheilsuvaktarinnar ber að hafa í huga að um úrtakskönnun er að ræða. Í úrtakskönnunum getur komið fram flökt enda innihalda niðurstöðurnar ekki mælingar á öllum landsmönnum heldur á slembiúrtaki sem á þó að endurspegla þjóðina. Þá getur kerfisbundin skekkja einnig verið fyrir hendi, t.d. ef þeir sem hafna þátttöku eru að einhverju leyti frábrugðnir þeim sem taka þátt. Rétt er að taka fram að spurningalistinn er einungis sendur út á íslensku og nær lýðheilsuvaktin því einungis til þeirra sem geta svarað spurningalista á íslensku.

Í Lýðheilsuvaktinni eru hlutföll vigtuð til að endurspegla aldurs- og kynjasamsetningu þjóðarinnar. Eru niðurstöður sýndar með 95% vikmörkum til að gefa til kynna óvissuna að baki mælingunni. Fjöldi í hóp/úrtaki hefur áhrif á stærð vikmarka.

Dæmi um túlkun: Ef hlutfall mælist 8,0% og vikmörkin +/-1,3% þá er hægt að fullyrða með 95% vissu að hlutfallið í þýði sé á bilinu 6,7% (8,0-1,3) til 9,3% (8,0+1,3).

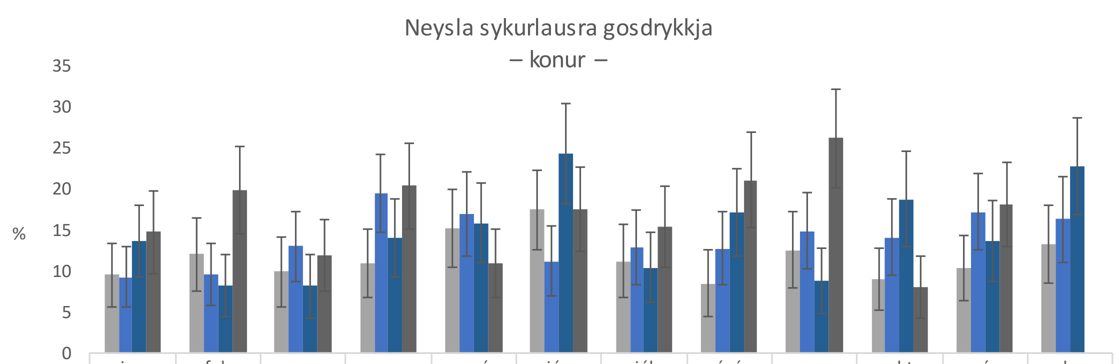
Heild, 18 ára og eldri



	jan	feb	mar	apr	maí	jún	júl	ágú	sep	okt	nóv	des
2019	10,5	14,7	11,5	9,8	13,5	13,4	13,0	10,2	10,8	12,3	10,4	13,2
2020	12,7	10,5	15,7	14,2	18,3	13,9	15,6	11,8	13,8	16,0	15,8	16,7
2021	12,1	13,3	12,7	17,8	19,2	21,6	13,1	19,5	11,0	18,1	18,4	19,1
2022	18,6	18,1	12,9	17,6	15,5	17,0	21,2	22,2	23,4	13,1	18,5	

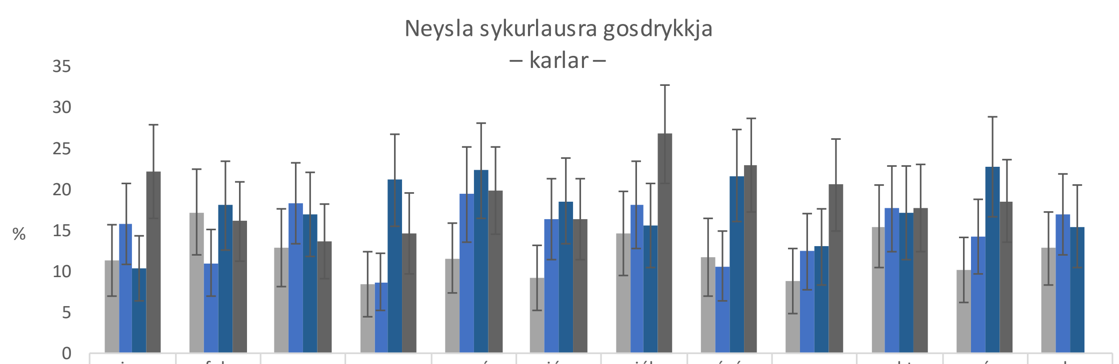
Mynd 1. Hlutfall fullorðinna sem neytir sykurlausra gosdrykkja einu sinni á dag eða oftar og 95% öryggisbil.

Konur og karlar



	jan	feb	mar	apr	maí	jún	júl	ágú	sep	okt	nóv	des
2019	9,6	12,2	10,0	11,1	15,3	17,6	11,3	8,6	12,7	9,1	10,5	13,4
2020	9,4	9,8	13,1	19,6	17,0	11,3	13,0	12,9	15,0	14,3	17,3	16,4
2021	13,8	8,3	8,3	14,1	15,9	24,5	10,5	17,3	8,9	18,9	13,7	22,8
2022	14,9	20,0	12,0	20,5	11,1	17,6	15,6	21,2	26,3	8,2	18,2	

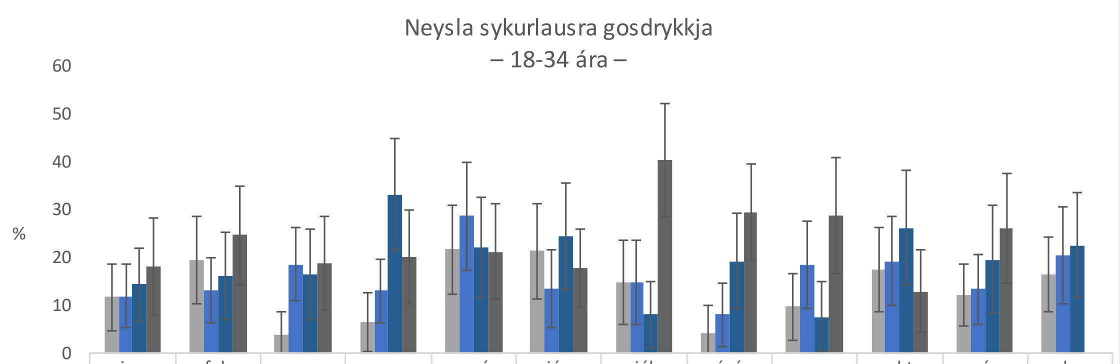
Mynd 2. Hlutfall kvenna sem neytir sykurlausra gosdrykkja einu sinni á dag eða oftar og 95% öryggisbil.



	jan	feb	mar	apr	maí	jún	júl	ágú	sep	okt	nóv	des
2019	11,4	17,3	13,0	8,5	11,7	9,3	14,7	11,8	9,0	15,5	10,3	12,9
2020	16,0	11,1	18,4	8,8	19,5	16,5	18,3	10,8	12,5	17,8	14,4	17,0
2021	10,4	18,2	17,0	21,2	22,5	18,7	15,7	21,8	13,1	17,3	22,9	15,6
2022	22,4	16,2	13,8	14,8	19,9	16,5	26,9	23,1	20,7	17,8	18,7	

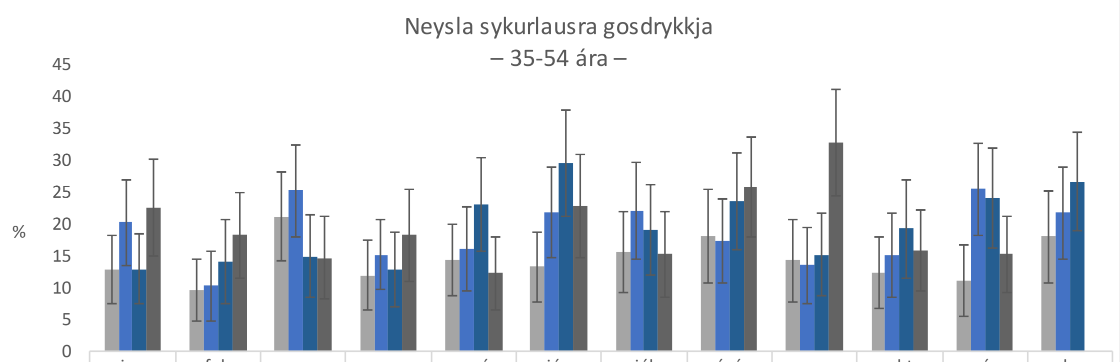
Mynd 3. Hlutfall karla sem neytir sykurlausra gosdrykkja einu sinni á dag eða oftar og 95% öryggisbil.

Aldurshópar



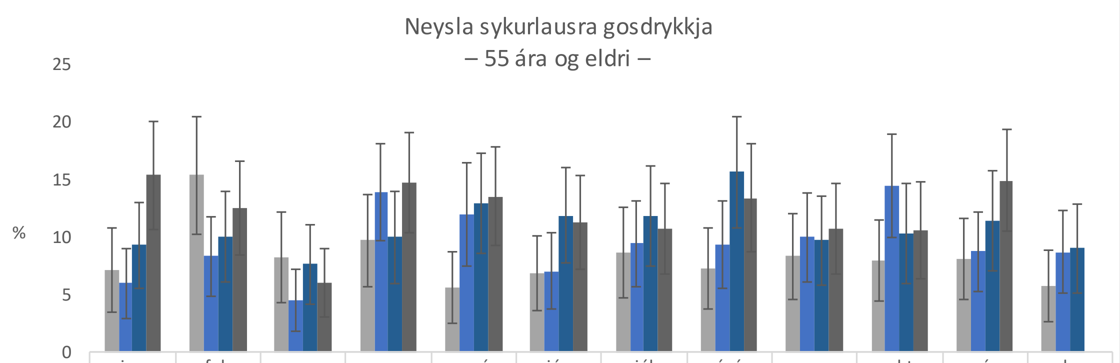
	jan	feb	mar	apr	maí	jún	júl	ágú	sep	okt	nóv	des
2019	11,8	19,6	4,1	6,6	21,8	21,5	15,0	4,4	9,9	17,5	12,3	16,6
2020	12,1	13,1	18,7	13,2	28,8	13,5	15,0	8,2	18,5	19,4	13,5	20,6
2021	14,5	16,3	16,5	33,4	22,3	24,6	8,2	19,4	7,7	26,3	19,7	22,7
2022	18,3	24,9	18,9	20,2	21,4	17,9	40,7	29,5	28,9	13,1	26,3	

Mynd 4. Hlutfall 18-34 ára sem neytir sykurlausra gosdrykkja einu sinni á dag eða oftar og 95% öryggisbil.



	jan	feb	mar	apr	maí	jún	júl	ágú	sep	okt	nóv	des
2019	12,9	9,6	21,3	12,0	14,5	13,4	15,7	18,2	14,4	12,5	11,3	18,2
2020	20,4	10,4	25,4	15,2	16,3	21,8	22,2	17,5	13,7	15,3	25,6	21,9
2021	13,1	14,2	15,1	12,9	23,2	29,6	19,1	23,7	15,2	19,4	24,3	26,8
2022	22,7	18,4	14,8	18,4	12,3	22,9	15,4	25,9	32,9	15,9	15,3	

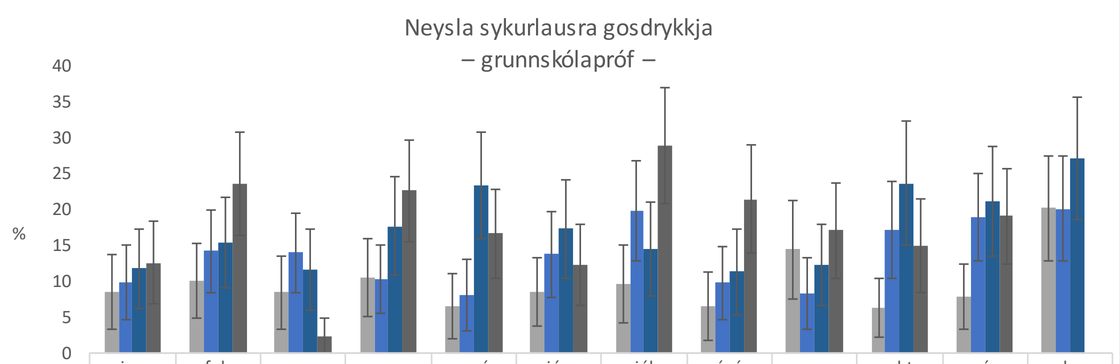
Mynd 5. Hlutfall 35-54 ára sem neytir sykurlausra gosdrykkja einu sinni á dag eða oftar og 95% öryggisbil.



	jan	feb	mar	apr	maí	jún	júl	ágú	sep	okt	nóv	des
2019	7,2	15,5	8,4	9,8	5,6	6,9	8,8	7,4	8,4	8,0	8,2	5,8
2020	6,0	8,4	4,6	14,0	12,1	7,1	9,5	9,4	10,1	14,6	8,8	8,8
2021	9,4	10,1	7,7	10,1	13,0	12,0	11,9	15,8	9,8	10,4	11,5	9,1
2022	15,5	12,6	6,1	14,8	13,6	11,3	10,8	13,5	10,8	10,6	15,0	

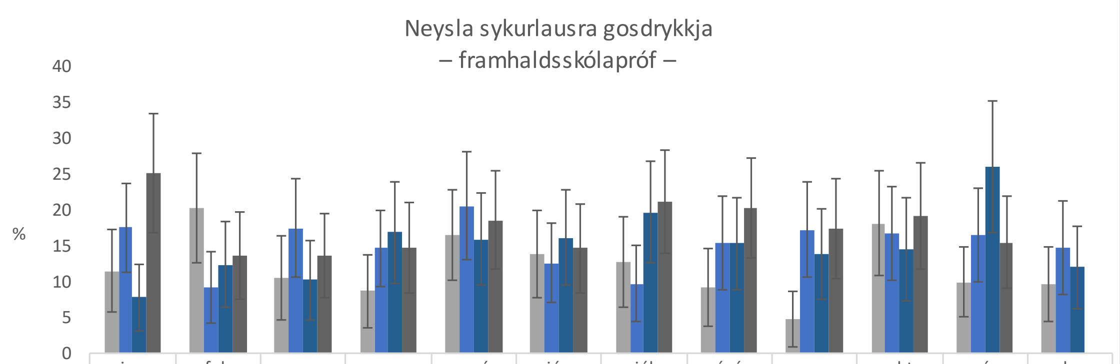
Mynd 6. Hlutfall 55 ára og eldri sem neytir sykurlausra gosdrykkja einu sinni á dag eða oftar og 95% öryggisbil.

Menntun



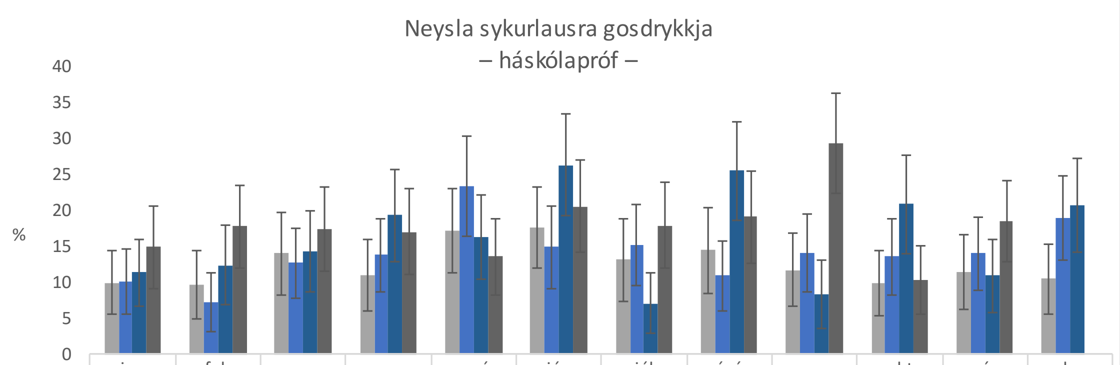
	jan	feb	mar	apr	maí	jún	júl	ágú	sep	okt	nóv	des
2019	8,7	10,1	8,5	10,6	6,7	8,7	9,7	6,7	14,5	6,4	8,0	20,3
2020	9,9	14,3	14,1	10,5	8,2	13,9	19,9	9,9	8,4	17,4	19,1	20,2
2021	11,9	15,6	11,7	17,8	23,5	17,4	14,7	11,4	12,3	23,8	21,2	27,2
2022	12,7	23,7	2,3	22,7	16,8	12,4	29,1	21,6	17,2	15,0	19,2	

Mynd 7. Hlutfall fullorðinna með grunnskólapróf sem neytir sykurlausra gosdrykkja einu sinni á dag eða oftar og 95% öryggisbil.



	jan	feb	mar	apr	maí	jún	júl	ágú	sep	okt	nóv	des
2019	11,6	20,4	10,7	8,8	16,7	14,0	12,9	9,3	4,9	18,3	10,0	9,8
2020	17,7	9,3	17,6	14,8	20,7	12,7	9,8	15,6	17,4	16,8	16,6	14,8
2021	7,9	12,5	10,3	17,0	16,0	16,3	19,8	15,4	14,1	14,7	26,2	12,1
2022	25,3	13,7	13,7	14,8	18,7	14,7	21,2	20,3	17,5	19,2	15,6	

Mynd 8. Hlutfall fullorðinna með framhaldsskólapróf sem neytir sykurlausra gosdrykkja einu sinni á dag eða oftar og 95% öryggisbil.



	jan	feb	mar	apr	maí	jún	júl	ágú	sep	okt	nóv	des
2019	10,0	9,7	14,1	11,0	17,3	17,8	13,2	14,5	11,8	9,9	11,5	10,5
2020	10,3	7,3	12,8	13,9	23,5	15,0	15,3	11,0	14,2	13,7	14,1	19,1
2021	11,5	12,5	14,5	19,4	16,4	26,4	7,2	25,7	8,4	20,9	11,0	20,8
2022	15,0	17,9	17,5	17,2	13,7	20,6	18,0	19,3	29,5	10,4	18,6	

Mynd 9. Hlutfall fullorðinna með háskólapróf sem neytir sykurlausra gosdrykkja einu sinni á dag eða oftar og 95% öryggisbil.