



## Tóbakskönnun 2018

Árin 2012 og 2015 stóð Embætti landlæknis fyrir ítarlegum könnunum á notkun reyklauks tóbaks, rafrettum og reykingum meðal Íslendinga. Í upphafi árs 2018 var þessi könnun endurtekin og eru hér birtar niðurstöður um þróun daglegra reykinga og notkun á reyklauku tóbaki og rafrettum. Þátttakendur voru tæplega 4.000 manns, 18 ára og eldri, á öllu landinu og var svarhlutfall 50%. Niðurstöðurnar eru vigtaðar með tilliti til kyns, aldurs, búsetu og menntunar. Framkvæmdaraðili könnunarinnar var Gallup.

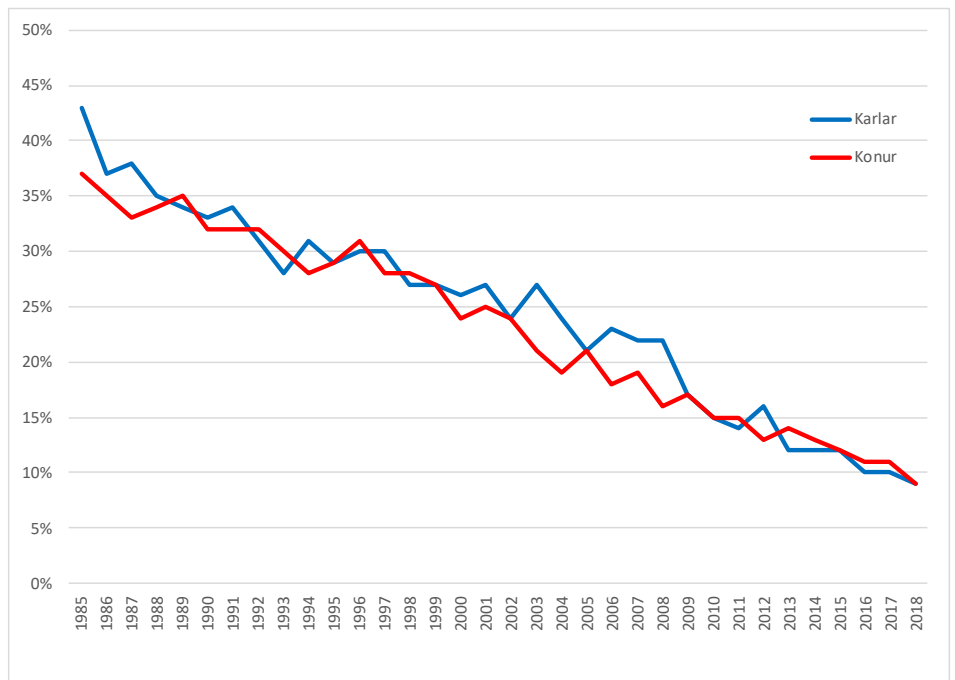
Frá því að fyrsta könnunin var lögð fyrir hefur dregið jafnt og þétt úr daglegum reykingum fullorðinna Íslendinga, úr 14% árið 2012 í tæp 9% 2018. Í ljósi þess hve tíðni daglegra reykinga er hlutfallslega lág hér á landi í alþjóðlegum samanburði er það sérstaklega gleðilegt að þeim skuli enn fækka sem reykja á hverjum degi. Á mynd 1 má sjá þessa þróun yfir 30 ára tímabil, hjá körlum og konum á aldrinum 18–69 ára.

Árangur tóbaksvarna á Íslandi hefur verið góður og byggir stefna stjórnvalda á [Rammasamningi Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar um tóbaksvarnir](#). Árið 2016 var Ísland í þriðja sæti meðal Evrópuþjóða í mælingum sem gerðar eru á framkvæmd sex lykilþátta sem miða að því að ná niður neyslu tóbaks. Þessir sex lykilþættir eru virk verð-

stýring, reyklauks svæði, upplýsingar um skaðsemi tóbaks í fjölmiðlum, bann við auglýsingum á tóbaki, viðvörunarmerkingar á tóbaksvörum og aðstoð við að hætta tóbaksnotkun.

Árið 2018 er nær enginn munur á heildartíðni daglegra reykinga milli karla og kvenna. Hlutfallslega fæstir í yngsta aldurshópnum, 18–24 ára, reykja daglega eða 5% karla og 6% kvenna. Reykingar eru hins vegar algengastar hjá konum á aldrinum 55–64 ára en rúm

13% í þeim hópi reykja daglega. Meðal karla eru daglegar reykingar algengastar í aldurshópnum 35–44 ára eða 12% (mynd 2). [Töluverður munur er á daglegum reykingum eftir menntunarstigi](#). Hlutfallslega fæstir í hópi þeirra sem lokið hafa háskólanámi reykja daglega eða 5%. Til samanburðar er tíðni daglegra reykinga 8% hjá þeim sem lokið hafa framhaldsskólaprófi og 12% hjá þeim sem lokið hafa grunnskólaprófi.



Mynd 1. Daglegar reykingar 18-69 ára eftir kyni, 1985-2018.

Efni:  
Tóbakskönnun 2018

bls.  
1

Ritstjórn  
Sigríður Haraldsdóttir sviðsstjóri, ábm.  
Védís Helga Eiríksdóttir

Ritstjóri  
Hildur Björk Sigbjörnsdóttir

Embætti landlæknis  
Barónsstíg 47  
101 Reykjavík  
Sími 510 1900  
Bréfasími 510 1919  
mottaka@landlaeknir.is  
www.landlaeknir.is

### Tóbak í vör og nef

Síðustu ár hefur orðið vart við aukna [neyslu á tóbaki í vör](#) hér á landi, einkum í hópi ungra karlmannna. Milli árána 2012 og 2015 varð óveruleg aukning á heildartíðni notkunar á tóbaki í vör en hún var um 3% bæði árin. Árið 2018 var dagleg notkun hins vegar komin í 5%.

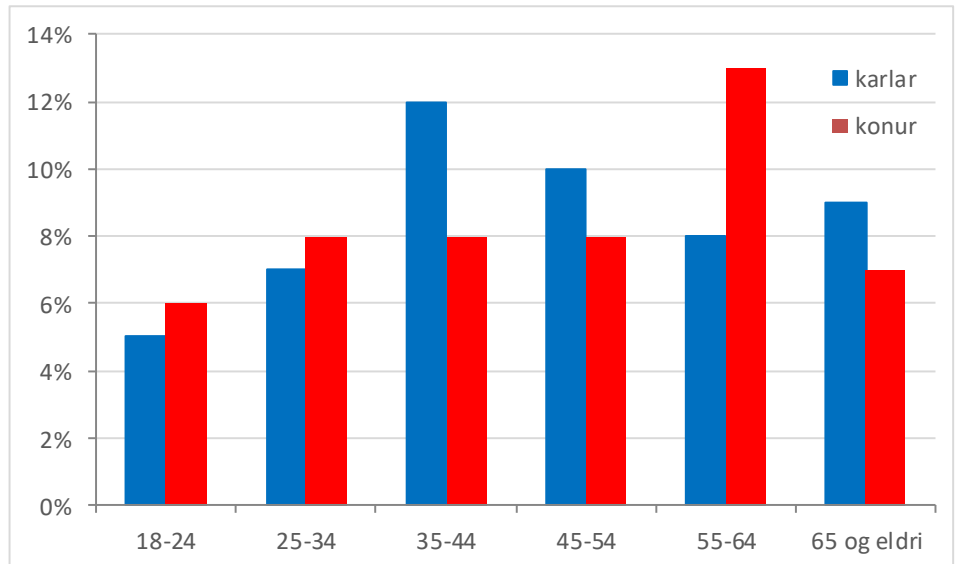
Notkun tóbaks í vör er mjög breytileg eftir aldri og kyni. Þannig nota 8% karla, 18 ára og eldri, tóbak í vör daglega en einungis 1% kvenna. Þá er notkun á tóbaki í vör mun algengari í yngri aldurshópum heldur en hjá þeim sem eldri eru (mynd 3). Dagleg notkun á tóbaki í vör dregst saman milli kannana hjá yngsta aldurshópi karla (18–24 ára) eða úr 23% árið 2015 í 14% árið 2018 (mynd 3). Á hinn bóginn jókst dagleg notkun karla í aldurshópnum 25–34 ára, úr 7% 2015 í 22% árið 2018.

Að undanförunu hafa verið vangaveltur um aukna notkun á tóbaki í vör á meðal ungra kvenna. Heildartíðni notkunar á tóbaki í vör hjá konum hefur mælst óveruleg í fyrri könnunum en nú mælist dagleg notkun kvenna 3% í aldurshópnum 18–24 ára og rúmlega 2% í aldurshópnum 25–34 ára.

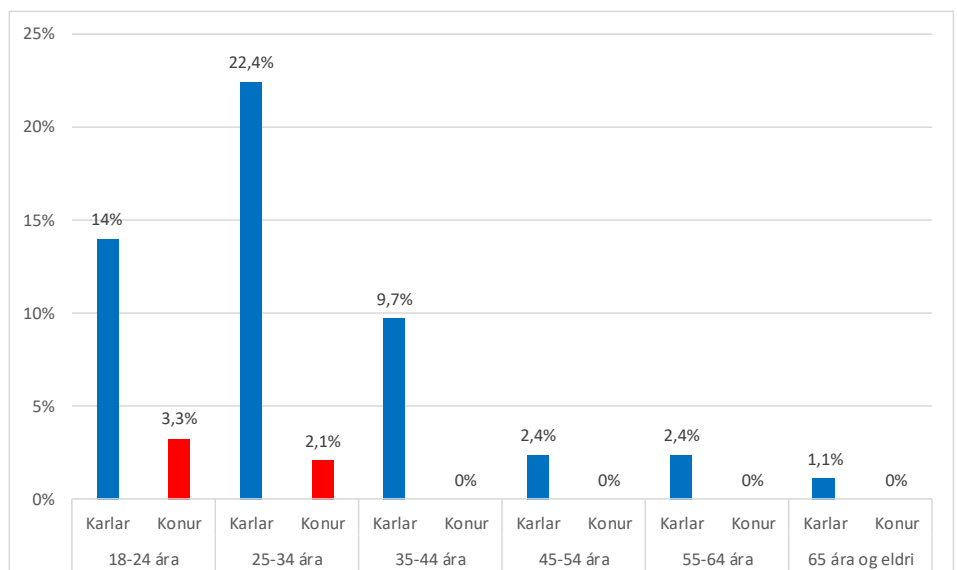
Árið 2018 er tíðni daglegrar [notkunar á tóbaki í nef](#) um 3% meðal karla, 18 ára og eldri, og hefur lítið breyst frá fyrri könnun árið 2015. Mest er notkunin í aldurshópnum 45–54 ára eða tæplega 7%. Mun algengara er að karlmenn á landsbyggðinni noti tóbak í nef heldur en þeir sem búa á höfuðborgarsvæðinu.

### Rafrettur

Dagleg [notkun á rafrettum](#) meðal 18 ára og eldri mældist um 5% í könnuninni 2018 sem samsvarar því að um 10.700 manns noti rafrettur daglega ef tekið er mið af þjóðinni allri. Árið 2015 notuðu um 1.700 manns rafrettur daglega. Þeim sem reykja daglega og nota rafrettur af



Mynd 2. Daglegar reykingar 18 ára og eldri eftir kyni og aldri, 2018.



Mynd 3. Dagleg notkun á tóbaki í vör 18 ára og eldri eftir kyni og aldri, 2018.

og til fækkar lítilla milli kannana en þeim sem bæði reykja daglega og nota rafrettur daglega fjölga hins vegar og eru rúmlega tvöfalt fleiri árið 2018 heldur en 2015. Þeim sem nota rafrettur daglega en reykja af og til fjölga þó enn meira (mynd 4).

Algengir styrkleikar á vökva sem notaður er í rafrettur eru 6 milligrömm

af níkótíni í millilítra (mg/ml), 12mg/ml og 18mg/ml. Flestir eða um 70% þeirra sem nota níkótínvökva í rafrettur nota vökva sem inniheldur 6 mg/ml, 22% nota 12 mg/ml og 6% nota 18 mg/ml styrkleika níkótíns. Algengast er að þeir sem nota rafrettur noti bragðbættan vökva eða um 90%.



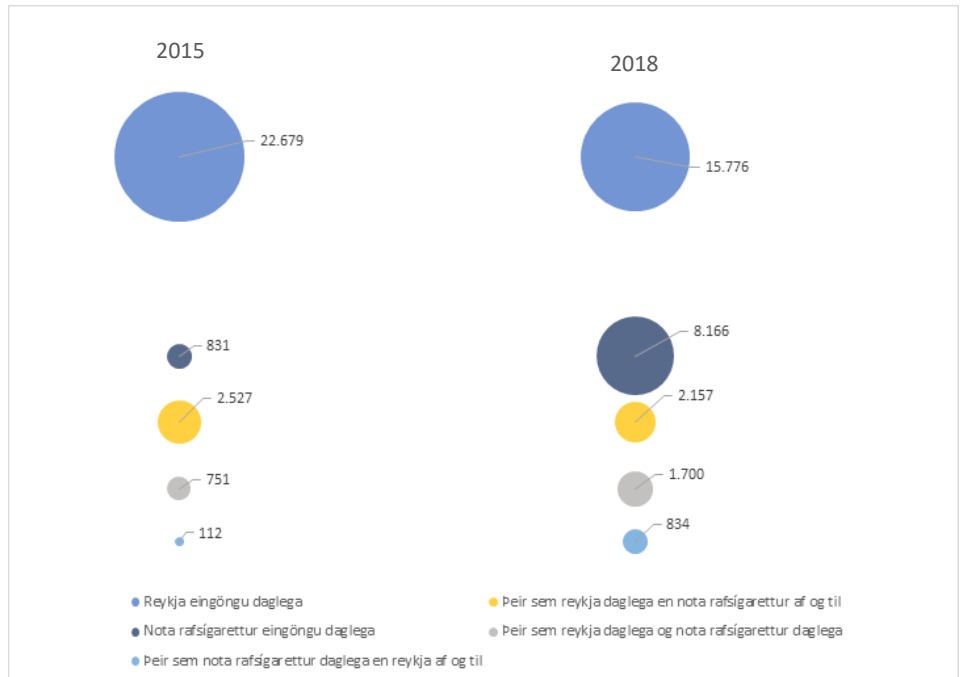
Dagleg notkun á rafretum jókst talsvert mikið milli ára 2015 og 2018 (mynd 5). Til að mynda mældist dagleg notkun á rafretum ekki hjá ungu fólki undir 35 ára aldri árið 2015. Árið 2018 er dagleg notkun á rafretum hjá þessum aldurshópi hins vegar orðin meiri en daglegar reykingar. Á sama tíma hefur dregið úr daglegum reykingum í nánast öllum aldurshópum.

### Niðurstaða

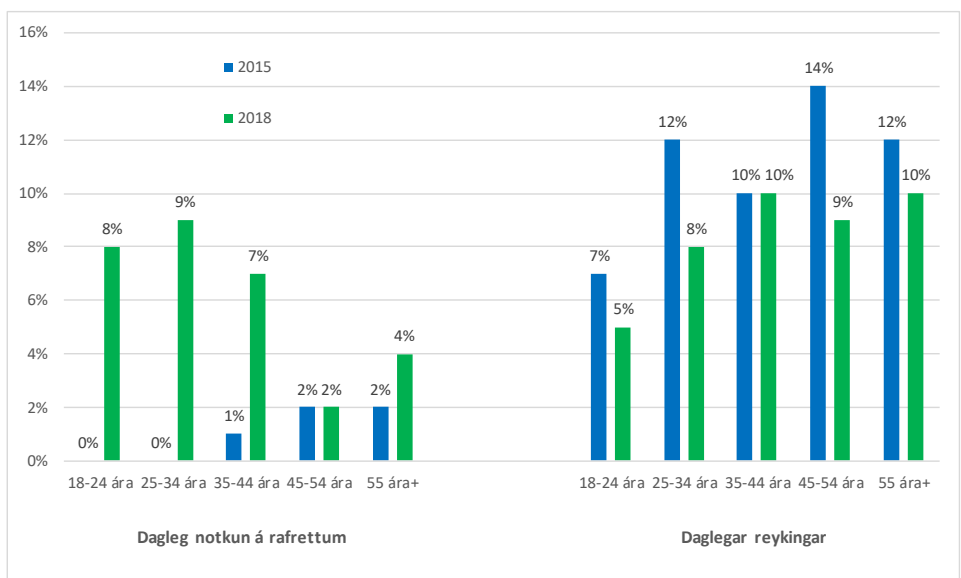
Til að draga úr tíðni reykinga og þar af leiðandi skaðlegum áhrifum tóbaks er mikilvægt að beita virkum og áhrifaríkum aðgerðum sem byggja á stefnu-mótun stjórnvalda. Sem dæmi má nefna virka verðstýringu, takmarkað aðgengi og aldurstakmörk við kaup á tóbaki.

Síðustu misseri hefur verið mikil um-ræða um rafrettur. Mikil aukning hefur orðið á daglegri notkun þeirra hér á landi, sérstaklega hjá yngri aldurshópnum. Mikilvægt er að fylgjast með þróun á tíðni reykinga og notkun á rafretum og þá sér í lagi með samspili notkunar á rafretum og reykingum hjá ungmennum.

Dagleg notkun á tóbaki í vör og dagleg notkun á rafretum er algengari en daglegar reykingar í aldurshópnum 18-34 ára. Í eldri aldurshópum eru daglegar reykingar enn mun algengari heldur en notkun á tóbaki í vör eða rafretum. Flestir þeirra sem nota rafrettur nota veikasta styrkleikann af nikótínvökva eða 6 mg/ml en mjög fáir nota styrkleika 18 mg/ml eða sterkari.



Mynd 4. Áætlaður fjöldi þeirra sem reykja og nota rafrettur 2015 og 2018.



Mynd 5. Samanburður á daglegum reykingum og daglegri notkun á rafretum milli ára 2015 og 2018.

*Sveinbjörn Kristjánsson  
Viðar Jensson*