



Vöktun áhrifapátta—áfengis— og tóbaksnotkun 2016

Undanfarin þrjú ár hefur Embætti landlæknis vaktað nokkra áhrifapætti heilbrigðis. Markmiðið er að fylgjast með heilsuhegðun og líðan Íslendinga og þróun tiltekinna áhrifapátta, svo sem líðan, notkun áfengis og tóbaks, hreyfingu, mataræði, tannheilsu og ofbeldi. Gallup framkvæmir könnunina fyrir Embætti landlæknis og var könnunin árið 2016 lögð fyrir á tímabilinu júní og út desembermánuð. Úrtakið var 8.000 einstaklingar af öllu landinu, 18 ára og eldri, sem valdir voru af handahófi úr viðhorfahópi Gallup og úr þjóðskrá. Þátttökuhlutfall var 57,6%. Hér er fjallað um áfengis- og tóbaksnotkun Íslendinga og helstu breytingar frá fyrri könnunum. Fjallað verður um fleiri niðurstöður vöktunarinnar síðar.

Skaðlegt neyslumynstur áfengis

Þrjár spurningar voru notaðar til að meta umfang áfengisneyslu. Í fyrsta lagi var spurt hversu oft á síðustu 12 mánuðum viðkomandi hefði drukkið a.m.k. eitt glas sem inniheldur áfengi. Í öðru lagi var spurt um ölvunardrykkju, þ.e. hversu oft á síðustu 12 mánuðum viðkomandi hefði drukkið á einum degi að minnsta kosti fimm glös sem innihalda áfengi. Að lokum var spurt hversu marga áfenga drykki viðkomandi drykki að jafnaði þegar áfengis væri neytt.

Til þess að skoða skaðlegt neyslumynstur Íslendinga er settur mælikvarði

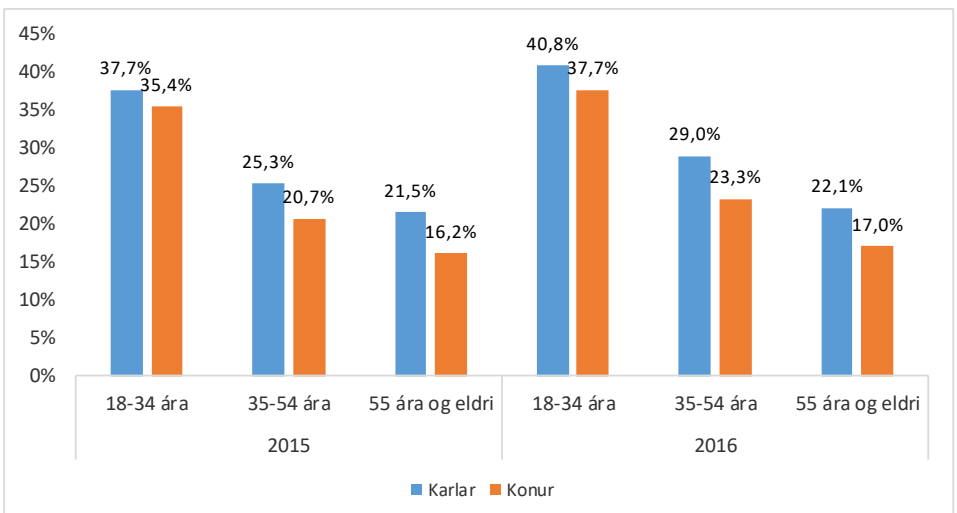
á ofangreindar spurningar. Áhættustig er reiknað út frá tíðni áfengisneyslu, fjölda drykkja og tíðni ölvunardrykkju og nær skalinn frá 0 til 12. Karlmennt sem fengu 6–12 áhættustig teljast þannig með skaðlegt neyslumynstur en sama viðmiði fyrir konur er 5–12 áhættustig. Þetta er meðal annars gert til að fá betri yfirsýn yfir skaðlegt neyslumynstur og til þess að eiga möguleika á því að bera neyslumynstrið saman við mynstrið hjá öðrum þjóðum. Þessar upplýsingar nýtast einnig til þess að geta betur greint og skipulagt áherslur í stefnumótun og aðgerðum til að draga úr skaðlegum áhrifum áfengis á einstaklinga og samfélagið í heild.

Nánari greining sýnir að um 30% karla,

18 ára og eldri, og 25% kvenna féllu undir þá skilgreiningu að vera með skaðlegt neyslumynstur áfengis árið 2016. Sé þetta hlutfall heimfært upp á þjóðina alla má gera ráð fyrir að neyslumynstur áfengis hafi verið skaðlegt hjá um 37 þúsund karlmenntum og 31 þúsund konum. Lítil breyting var frá fyrri könnun árið 2015. Mun fleiri í yngsta aldershópnum (18–34 ára) reyndust vera með skaðlegt neyslumynstur heldur en í eldri aldershópnum. Á það við um bæði árin 2015 og 2016 (mynd 1).

Ölvunardrykkja

Þegar spurt var um ölvunardrykkju, þ.e. neyslu á fimm áfengum drykkjum eða meira á einum degi, sögðust um 38% karla drekka sig ölvaða einu sinni í mán-



Mynd 1. Skaðleg áfengisneysla eftir kyni og aldri.

Efni:

Vöktun áhrifapátta—áfengis— og tóbaksnotkun 2016

bls.

1

Ritstjórn

Sigríður Haraldsdóttir sviðsstjóri, ábm.
Jónína M. Guðnadóttir

Ritstjóri

Hildur Björk Sigbjörnsdóttir

Embætti landlæknis

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



uði eða oftari og um 23% kvenna. Ef þetta hlutfall er heimfært upp á þjóðina alla má gera ráð fyrir að um 48 þúsund karlmenn og 29 þúsund konur, 18 ára og eldri, hafi drukkið sig ölvaða einu sinni í mánuði eða oftari. Þá sögðust 48% karla í aldurshópnum 18–34 ára drekka sig ölvaða einu sinni í mánuði eða oftari, samanborið við 37% karla í aldurshópnum 35–54 ára. Ölvunardrykkja kvenna einu sinni í mánuði eða oftari mældist um 32% í aldurshópnum 18–34 ára samanborið við 20% í aldurshópnum 35–54 ára. Með hækkandi aldri dró úr ölvunardrykkju landsmanna, meira hjá konum en körlum. Lítil breyting varð á ölvunardrykkju frá árinu 2014 þegar vöktun áhrifaþátta hófst með þessu sniði.

Daglegar reykingar fátíðari meðal yngri aldurshópa

Árið 2016 reyktu um 10% landsmanna daglega. Er það lítil breyting frá árinu 2015, en árið 2014 reyktu um 14% daglega samkvæmt vöktun embættisins á áhrifaþáttum heilbrigðis. Í heildina er lítil munur á milli kynja hvað reykingar varðar. Daglegar reykingar voru algengastar hjá fólki á aldrinum 40–49 ára, eða 16%, samanborið við 8% í aldurshópnum 18–29 ára. Athyglisvert er að í yngsta aldurshópnum, 18–34 ára, höfðu 68% aldrei reykt samanborið við 34% í aldurshópnum 55 ára eða eldri (mynd 2).

Um það bil 7% karla notuðu tóbak í vör daglega. Neyslan er algengust meðal ungra karlanna á aldrinum 18–29 ára, eða um 20% daglega eða öðru hvoru.

Dagleg notkun á rafsígarettum meðal 18–69 ára mældist um 3% árið 2016, sem gerir um það bil 6 þúsund manns ef tekið er mið af þjóðinni allri. Svipað hlutfall (3%) notaði rafsígarettur sjálfnar en daglega. Þetta er tölulægt aukning frá sambærilegri mælingu árið 2015 þar sem tæplega 1% eða um 2 þúsund manns notuðu rafsígarettur daglega.

Ánægjulegt er að sjá að dregið hefur úr daglegum reykingum um 4% milli ára 2014 og 2016. Ef tekið er mið af landsmönnum öllum þá þýðir þetta að um 8.000 færri reyktu árið 2016 heldur en 2014. Hluti af þessum árangri kemur fram í því að sífellt færri ungmenni byrja að reykja sígarettur en margfalt fleiri í yngsta aldurshópnum hafa aldrei reykt

11. árgangur. 2. tölublað. Febrúar 2017

heldur en í hinum elsta. Þessi staðreynd kemur einnig fram í ýmsum ungmennarannsóknnum sem hafa verið gerðar hér á landi.

Velta má fyrir sér ástæðu þeirrar aukningar sem kom fram í notkun á rafsígarettum á milli árána 2015 og 2016. Þessa aukningu má einnig sjá víða erlendis og undirstrikar ástæðu þess að fylgjast enn frekar með þróun þessara mála hér á landi. Mikilvægt er að fylgjast með þróun á tíðni reykinga og notkun á rafsígarettum og hversu algengt það er að einstaklingar noti hvorutveggja. Þannig má fylgjast betur með því hvort einstaklingar nota rafsígarettur til að hætta að reykja eða hvort um viðbót við sígarettureykingar sé að ræða.

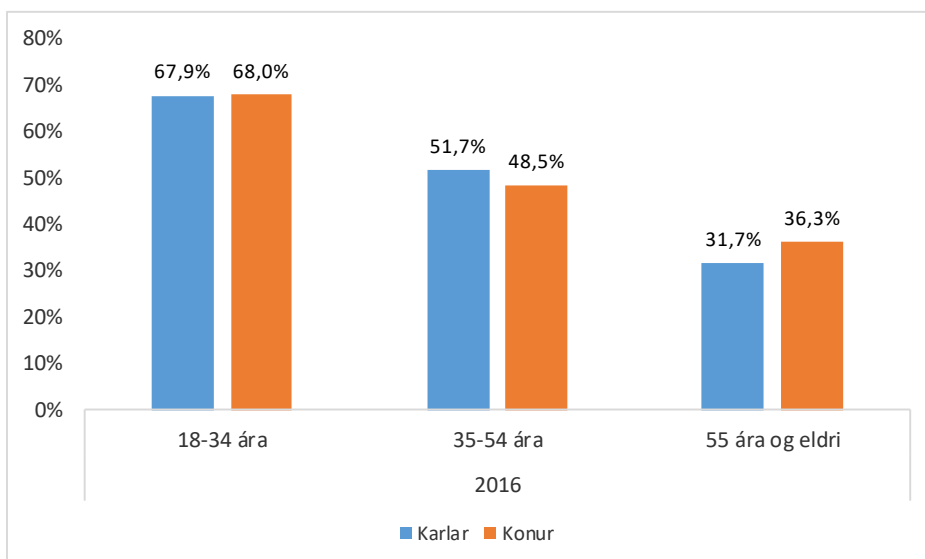
Niðurstaða

Vöktun áhrifaþátta heilbrigðis gefur til kynna að enn dregur úr daglegum reykingum Íslendinga. Mikilvægt er að fylgjast sérstaklega með notkun ungmenna á rafsígarettum.

Nálægt annar hver karlmaður og þriðja hver kona á aldrinum 18–34 ára er með skaðlegt neyslumynstur áfengis. Þetta skaðlega neyslumynstur getur haft margvíslegar alvarlegar afleiðingar, s.s. slys, þróun langvinnra sjúkdóma og áfengissýki. Til að draga úr skaðlegum áhrifum áfengis og tóbaks er mikilvægt að beita virkum og áhrifaríkum aðgerðum sem byggja á stefnumótun stjórnvalda. Sem dæmi má nefna virka verðstýringu, takmarkað aðgengi og aldurstakmörk.

Greint verður frá niðurstöðum annarra áhrifaþátta heilbrigðis í Talnabrunni síðar á árinu.

Rafn M. Jónsson
Viðar Jenson
Sveinbjörn Kristjánsson



Mynd 2. Hlutfall þeirra sem aldrei hafa reykt eftir kyni og aldri.