



Vöktun áhrifaþátta—áfengis– og tóbaksnotkun 2017

Undanfarin fjögur ár hefur Embætti landlæknis vaktað nokkra áhrifaþætti heilbrigðis. Markmiðið er að fylgjast með heilsuhegðun og líðan Íslendinga og þróun tiltekinna áhrifaþátta, svo sem líðan, notkun áfengis og tóbaks, hreyfingu, mataræði, tannheilsu og ofbeldi. Gallup framkvæmir könnunina fyrir Embætti landlæknis og var könnunin lögð fyrir mánaðarlega út árið 2017. Úrtakið var 8.250 einstaklingar af öllu landinu, 18 ára og eldri, sem valdir voru af handahófi úr viðhorfahópi Gallup og úr þjóðskrá. Þátttökuhlutfall var 55%.

Upplýsingar sem fást úr vöktun Embættis landlæknis nýtast til greiningar á stöðu þessara áhrifaþátta í samfélaginu, í stefnumótun og heilsueflandi aðgerðum. Hér verður fjallað um áfengis- og tóbaksnotkun Íslendinga og helstu breytingar sem orðið hafa í þessum málaflokkum frá fyrri könnunum. Niðurstöður um aðra áhrifaþætti heilbrigðis úr fyrrgreindri vöktun verða til umfjöllunar í Talnabrunni síðar á þessu ári.

Skaðlegt neyslumynstur áfengis

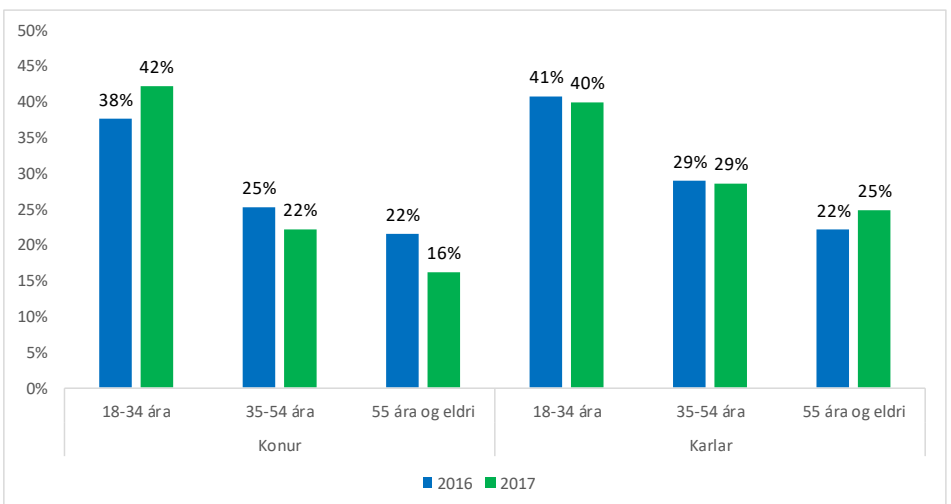
Þrjár spurningar voru notaðar til að meta umfang áfengisneyslu. Í fyrsta lagi var spurt hversu oft á síðustu 12 mánuðum viðkomandi hefði drukkið að minnsta kosti eitt glas sem innihélt áfengi. Í öðru lagi var spurt um ölvunardrykkju, þ.e. hversu oft á síðustu 12 mánuðum viðkomandi hefði á einum

degi drukkið að minnsta kosti fimm glös sem innihéldu 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 skilgreindur mælikvarði sem byggir á ofangreindum spurningum. Áhættustig eru reiknuð út frá tíðni áfengisneyslu, fjölda drykkja og tíðni ölvunardrykkju og nær kvarðinn frá 0 til 12. Karlmennt sem skora á bilinu 6–12 áhættustig teljast þannig vera með skaðlegt neyslumynstur en sama viðmið fyrir konur eru 5–12 áhættustig. Notkun á þessum mælikvarða veitir betri sýn á skaðlegt neyslumynstur heldur en þegar hver spurning er notuð ein og sér.

Ennfremur auðveldar þessi mælikvarði allan samanburð á neyslumynstri áfengis á milli þjóða.

Árið 2017 féllu um 32% karla og 27% kvenna undir þá skilgreiningu að vera með skaðlegt neyslumynstur á áfengi og hefur þetta hlutfall aukist um tvö prósentustig frá árinu 2016. Sé þetta hlutfall heimfært upp á þjóðina alla má gera ráð fyrir að neyslumynstur áfengis hafi verið skaðlegt hjá um 40 þúsund karlmonnum og 33 þúsund konum árið 2017. Mun fleiri í yngsta aldurshópnum (18–34 ára) reyndust vera með skaðlegt neyslumynstur en í eldri aldurshópnum. Á það við um bæði árin 2016 og 2017 (mynd 1). Aukningu milli ára má einna helst sjá hjá konum á aldrinum 18



Mynd 1. Áhættudrykkja eftir kyni og aldri 2016-2017.

Efni:

Vöktun áhrifaþátta—áfengis– og tóbaksnotkun 2017

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



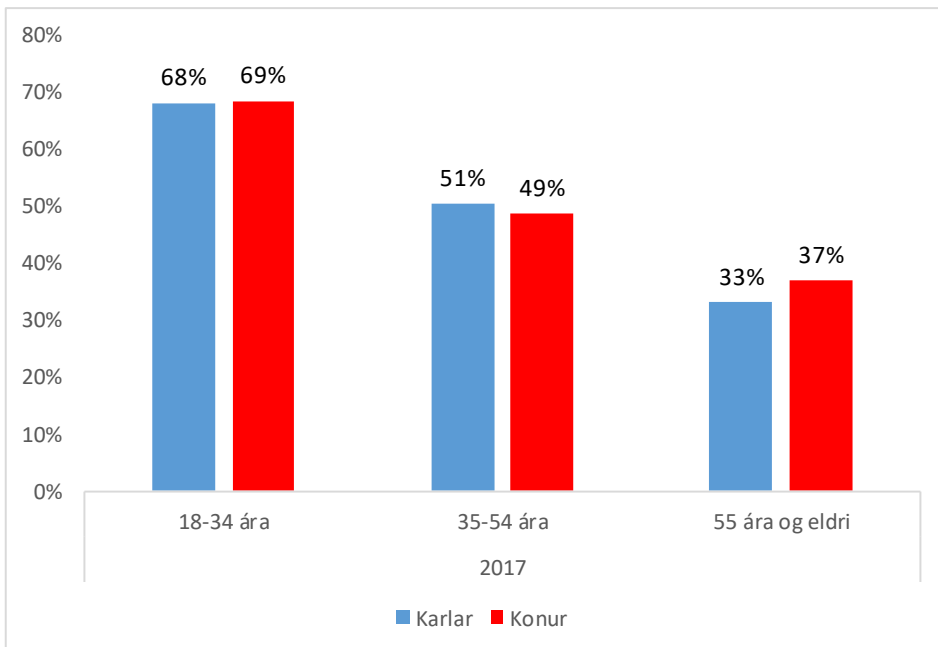
til 34 ára og körlum 55 ára og eldri. Þá er athyglisvert að það dregur úr áhættu-drykkju meðal kvenna 55 ára og eldri sem samsvarar 6 prósentustigum.

Ölvunardrykkja

Þegar spurt var um ölvunardrykkju árið 2017, þ.e. neyslu á fimm áfengum drykkjum eða meira á einum degi, sögðust um 40% karla drekka sig ölvaða einu sinni í mánuði eða oftar og um 22% kvenna. Ef þetta hlutfall er heimfært upp á þjóðina alla má gera ráð fyrir að um 50 þúsund karlmenn og 27 þúsund konur, 18 ára og eldri, hafi drukkið sig ölvaða einu sinni í mánuði eða oftar. Þá sögðust 52% karla í aldurshópnum 18–34 ára drekka sig ölvaða einu sinni í mánuði eða oftar, samanborið við 38% karla á aldrinum 35–54 ára. Ölvunardrykkja kvenna einu sinni í mánuði eða oftar mældist um 34% í aldurshópnum 18–34 ára samanborið við 17% hjá 35–54 ára. Með hækkandi aldri dró úr ölvunardrykkju landsmanna, meira hjá konum en körlum. Í samanburði við fyrra ár varð aukning í ölvunardrykkju hjá yngsta aldurshópnum (18–34 ára) á meðan aðeins dró úr hjá hinum eldri.

Daglegar reykingar fátíðari meðal ungra fólks

Árið 2017 reyktu um 9% landsmanna daglega eða rúmlega 22 þúsund manns 18 og eldri. Hlutfall þeirra sem reyktu sjaldnar en daglega var um 3% og hefur það verið nokkuð stöðugt undanfarin ár. Árið 2014 reyktu um 14% daglega sem samsvaraði daglegum reykingum hjá 35 þúsund manns. Má því áætla að þeim sem reykja daglega hafi fækkað um 13 þúsund á þessum þremur árum. Þegar á heildina er litið má sjá að lítil munur er á milli kynja hvað reykingar varðar. Árið 2017 voru daglegar reykingar algengastar hjá fólki á aldrinum 35–54 ára, eða 12%, samanborið við 8% í aldurshópnum 18–34 ára. Athyglisvert er að í yngsta aldurshópnum (18–34 ára) höfðu 68% aldrei reykt samanborið við 35% í elsta aldurshópnum (55 ára



Mynd 2. Hlutfall þeirra sem hafa aldrei reykt eftir kyni og aldri 2017.

eða eldri). Minnkun í reykingum samkvæmt þessum mælingum er í samræmi við sölutölur ÁTVR en þar varð samdráttur upp á 10% á síðasta ári í sölu á sigarettum. Þannig seldust árið 2016 ríflega ein milljón karton af sigarettum en rétt ríflega 900 þúsund karton árið 2017.

Tóbak í vör

Á árinu 2017 notuðu um það bil 7% karla tóbak í vör daglega. Neyslan var algengust meðal ungra karlmanna á aldrinum 18–29 ára. Um 11% karla í þeim aldurshópi notaði tóbak í vör daglega árið 2017 en 12% árið 2016. Hlutfall ungra karlmanna sem nota tóbak í vör sjaldnar en daglega lækkaði úr 8% árið 2016 í 4% 2017. Líkleg skýring á minni notkun á tóbaki í vör á árinu 2017 samanborið við 2016 er að tóbaks-gjaldið hækkaði mikið í upphafi árs 2017 sem hefur einnig komið fram í minni sölu á íslensku neftóbaki.

Tveir af hverjum fimm sem nota rafsigarettur reykja einnig

Dagleg notkun á rafsigarettum meðal 18 ára og eldri mældist um 4% árið 2017

sem samsvarar því að um það bil 10 þúsund manns hafi notað rafsigarettur daglega ef tekið er mið af þjóðinni allri. Svipað hlutfall eða um 4% notaði rafsigarettur sjaldnar en daglega eða 10 þúsund manns til viðbótar. Þetta er aukning frá sambærilegri mælingu árið 2016 þar sem tæplega 3% sögðust nota rafsigarettur daglega og önnur 3% sjaldnar en daglega eða samtals um 15 þúsund manns. Dagleg notkun á rafsigarettum er mest hjá karlmönnum á aldrinum 18–34 ára eða 9% samanborið við 4% í sama aldurshópi kvenna.

Sem fyrr segir var fjöldi þeirra sem notaði rafsigarettur árið 2016, annað hvort daglega eða sjaldnar, um 15 þúsund manns. Um 55% þeirra reyktu einnig eða um 8.250 manns. Samskonar mæling árið 2017 sýndi að 20 þúsund manns notaði rafsigarettur og af þeim reyktu 40% einnig eða 8.000 manns (mynd 3 – liður b).

Hlutfall af þeim sem nota rafsigarettur en hafa aldrei reykt hækkaði úr 7% árið

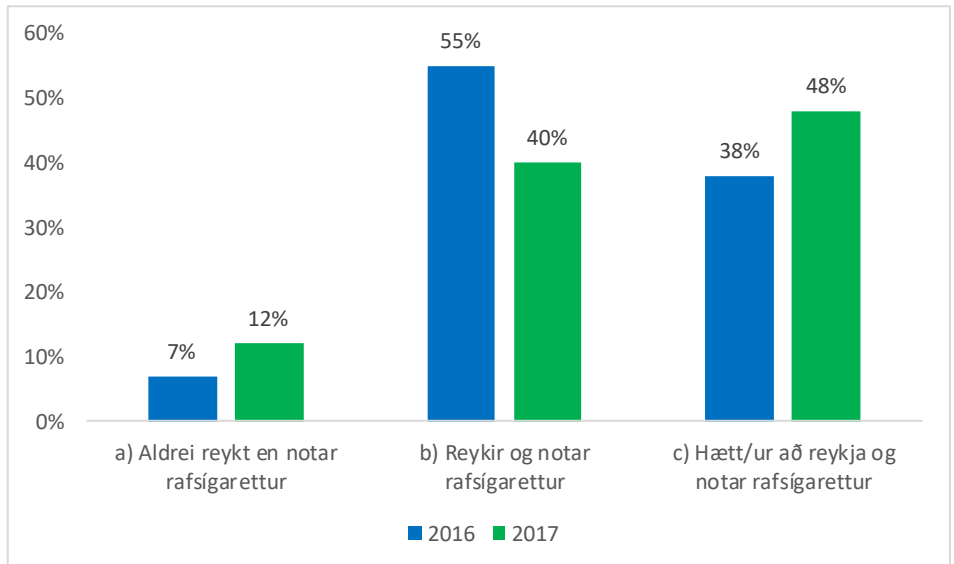


2016 í 12% árið 2017. Sé þetta hlutfall heimfært upp á þjóðina alla, 18 ára og eldri, fer það úr 0,4% árið 2016 í 1% árið 2017 (mynd 3 – liður a). Þetta samsvarar fjölgun í hópi þeirra sem aldrei hafa reykt en nota rafsígarettur um 1.500 manns milli ára.

Þá fjölga þeim sem nota rafsígarettur en eru hættir að reykja og fer hlutfallið úr 38% í 48% milli ára. Þetta samsvarar fjölgun í hópi þeirra sem notuðu rafsígarettur en eru hættir að reykja um 3.500 manns (mynd 3 – liður c).

Ánægjulegt er að sjá að dregið hefur úr daglegum reykingum um 5% milli áranna 2014 og 2017. Ef tekið er mið af landsmönnum öllum þá þýðir þetta að um 10 þúsund færri reyktu árið 2017 heldur en 2014. Árangur tóbaksvarna á Íslandi hefur verið góður en stefna stjórnvalda byggir á [Rammisamningi Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar um tóbaksvarnir](#). Ísland var árið 2016 í þriðja sæti meðal Evrópuþjóða í mælingum sem eru gerðar á framkvæmd sex lykilþátta til að ná niður neyslu tóbaks. Þessir sex lykilþættir eru virk verðstýring, reyklaus svæði, upplýsingar um skaðsemi í fjölmíðlum, bann við auglýsingum á tóbaki, viðvörunarmerkingar á tóbaksvörum og aðstoð við að hætta tóbaksnotkun.

Síðustu misseri hefur verið mikil umræða um rafsígarettur. Sú aukning sem sést hérlendis á notkun rafsígarettar má einnig sjá víða erlendis. Mikilvægt er að fylgjast með þróun á tíðni reykinga og notkun á rafsígarettum og þá sér í lagi með samspili notkunar á rafsígarettum og reykingum.



Mynd 3. Notkun á rafsígarettum eftir reykingasögu 2016-2017.

Athugið að myndin tekur aðeins til þess hóps sem notar rafsígarettur, þ.e. 6% fullorðinna landsmanna árið 2016 og 8% árið 2017.

Niðurstaða

Í heildina er ekki mikil breyting á áhættudrykkju Íslendinga. Helst ber þó að nefna aukningu meðal yngri kvenna og eldri karla. Nálægt því 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.

Vöktun áhrifapátta heilbrigðis gefur til kynna að enn dregur úr daglegum reykingum meðal Íslendinga. Töluverð hreyfing er á hlutfalli og samsetningu hópsins sem notar rafsígarettur. Niðurstöður vöktunarinnar virðast sýna að stór hópur einstaklinga notar rafsígarettur til að hjálpa sér við að hætta að reykja en einnig að stækkandi hópur sem sigist aldrei hafa reykt notar raf-

sígarettur.

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 við kaup á áfengi og tóbaki.

Rafn M. Jónsson
Viðar Jensson
Sveinbjörn Kristjánsson