

# Riskbruk av alkohol i Sverige enligt nya riktlinjer

I september 2023 publicerade Socialstyrelsen nya riktlinjer för riskbruk av alkohol<sup>(1)</sup>. Den nya gränsen för riskbruk sattes till 10 standardglas eller mer per vecka. Jämfört med tidigare riktlinjer<sup>(2)</sup> sänktes därmed gränsen för män från 15 glas medan gränsen för kvinnor förblev oförändrad. Som riskbruk räknas enligt riktlinjerna även intensivkonsumtion. Gränsen för intensivkonsumtion går vid att dricka 4 standardglas eller mer vid ett dryckestillfälle minst 1 gång per månad. Detta var en sänkning för män (tidigare 5 glas) medan gränsen för kvinnor även här var samma som innan.

## Riktlinjerna

Socialstyrelsens riktlinjer är avsedda att användas som rekommendationer inom hälso- och sjukvården för att identifiera personer i behov av stöd. I praktiken har de dock uppfattats som riktade till allmänheten och därmed väckt frågan om hur många i befolkningen som har ett riskbruk<sup>(3)</sup>. Inga aktuella beräkningar av riskbruk i Sverige utifrån dessa nya gränsvärden har dock ännu publicerats.

Syftet med detta Kortfakta är att ta fram en skattning av hur många i Sverige som enligt de nya riktlinjerna har ett riskbruk. Skattningarna presenteras för den vuxna befolkningen totalt men också uppdelat på kvinnor och män samt ålders- och kommungrupper. Resultaten är viktiga för att synliggöra det potentiella behovet av insatser från hälso- och sjukvården, men också för att få en bild av riskbrukets omfattning i Sverige.

## Monitormätningarna

CAN:s Monitormätningar är den studie som mest noggrant mäter alkoholkonsumtionen bland vuxna i Sverige. Varje månad intervjuas 1 500 vuxna svenskar om både mängden konsumerad alkohol och intensivkonsumtion under de senaste 30 dagarna<sup>(4)</sup>. I denna rapport använder vi data som samlats in under 2022 från personer i åldern 17–84 år. Eftersom det är känt att den självrapporterade mängden alkohol i genomsnitt utgör cirka hälften av vad som faktiskt konsumeras i Sverige, kompenseras beräkningarna utifrån detta faktum. Datamaterialet och metodologiska överväganden presenteras närmare på sidan 3.

**Tabell 1.** Andel med riskbruk gällande genomsnittskonsumtion och genomsnittskonsumtion och/eller intensivkonsumtion. Åldersgrupp 17–84 år. Monitordata år 2022.

	Män	Kvinnor	Alla
Genomsnittskonsumtion	(%)	(%)	(%)
Ingen konsumtion	23	29	26
Konsumtion utan riskbruk	37	48	42
Riskbruk	40	24	32

  

	Män	Kvinnor	Alla
Genomsnitt/intensiv	(%)	(%)	(%)
Ingen konsumtion	23	29	26
Konsumtion utan riskbruk	28	40	34
Riskbruk	49	32	41

## Riskbruk genomsnittskonsumtion

Andelen personer med riskbruk i termer av att dricka minst 10 glas per vecka uppgick till totalt 32 procent, 40 procent av männen och 24 procent av kvinnorna (Tabell 1). Satt i relation till befolkningssegmentet 17–84 år motsvarar detta drygt 2 600 000 personer, varav närmare 1 700 000 män och 950 000 kvinnor.

Riskbruket varierade endast marginellt mellan olika åldersgrupper och beräknades till 31 procent i samtliga åldersgrupper bortsett från i gruppen 50–64 år där andelen uppgick till 35 procent (Tabell 2). Vidare var andelen med riskbruk högre i storstadsområden (36%) jämfört med i mindre städer och på landsbygden (ca 30%) (Tabell 3).

**Tabell 2.** Andel med riskbruk gällande genomsnittskonsumtion och genomsnittskonsumtion och/eller intensivkonsumtion. Åldersgrupper. Monitordata år 2022.

	17–29	30–49	50–64	65–84
Genomsnittskonsumtion	(%)	(%)	(%)	(%)
Ingen konsumtion	33	24	22	27
Konsumtion utan riskbruk	36	45	43	42
Riskbruk	31	31	35	31

	17–29	30–49	50–64	65–84
Genomsnitt/intensiv	(%)	(%)	(%)	(%)
Ingen konsumtion	33	24	22	27
Konsumtion utan riskbruk	23	35	35	39
Riskbruk	44	41	43	34

**Tabell 3.** Andel med riskbruk gällande genomsnittskonsumtion och genomsnittskonsumtion och/eller intensivkonsumtion. SKL-regioner\*). Monitordata år 2022.

	A	B	C
Genomsnittskonsumtion	(%)	(%)	(%)
Ingen konsumtion	23	27	28
Konsumtion utan riskbruk	41	42	44
Riskbruk	36	30	29

	A	B	C
Genomsnitt/intensiv	(%)	(%)	(%)
Ingen konsumtion	23	27	28
Konsumtion utan riskbruk	33	34	34
Riskbruk	44	39	38

\*) Se Sveriges Kommuner och Landsting, SKL (2016). Kommungruppsindelning 2017 – Omarbetning av Sveriges kommuner och landstings kommungruppsindelning. Stockholm: Sveriges Kommuner och Landsting.

A = Storstäder och storstadsnära kommuner

B = Större städer och kommuner nära större stad

C = Mindre städer/tätorter och landsbygdskommuner



## Riskbruk totalt

När även intensivkonsumtion beaktas stiger andelen med riskbruk till totalt 41 procent (Tabell 1). Det ökar ungefär lika mycket bland män och kvinnor – från 40 till 49 procent av männen och från 24 till 32 procent av kvinnorna. Det betyder att i genomsnitt 9 procent av befolkningen intensivkonsumerar alkohol minst en gång i månaden utan att ha ett riskbruk i termer av en hög genomsnittskonsumtion (minst 10 glas per vecka). Det kan också konstateras att majoriteten av alkoholkonsumenterna har ett riskbruk enligt denna definition.

Ökningen i riskbruk när hänsyn tas till intensivkonsumtion är störst bland unga vuxna och minskar sedan med ökad ålder. I åldersgruppen 17–29 år ökar andelen rikkonsumenter från 31 till 44 procent medan motsvarande ökning i den äldsta åldersgruppen är från 31 till 34 procent (Tabell 2). Detta speglar redan kända ålderskillnader i dryckesmönster; yngre ägnar sig mer åt intensivkonsumtion än äldre. Riskbruk i de tre kommungrupperna med hänsyn till intensivkonsumtion uppgår till 44 procent i storstadsområden mot cirka 39 för övriga kommungrupper (Tabell 3). Med andra ord så kvarstod det demografiska mönster som framkom när riskbruk bara definierades utifrån en hög genomsnittskonsumtion.

## Begränsningar i beräkningarna

1. De självrapporterade uppgifter som ligger till grund för beräkningarna av antal glas per vecka har justerats med hänsyn till underrapportering (att endast hälften av den faktiska konsumtionen rapporteras i undersökningen). Uppräkningen görs lika mycket för alla respondenter oavsett konsumtionsnivå och sociodemografiska egenskaper då kunskap saknas om eventuell variation i underrapportering mellan grupper. De få studier som finns är inte heller samstämmiga men pekar på att de som dricker mindre underrapporterar mer och att det inte finns skillnader mellan kvinnor och män<sup>(5-7)</sup>. Trots att det råder en osäkerhet kring vår uppräkningsbedömning vi att alternativet att inte räkna upp vore sämre och skulle leda till en betydande underskattning av riskbruket i befolkningen. Denna typ av uppräkningsmetod är också etablerad i studier som undersöker andelen med riskbruk i olika länder<sup>(8)</sup>.
2. Skattningarna av intensivkonsumtion tar inte hänsyn till underrapportering eftersom kunskap om hur stor den kan vara saknas. Dessutom är definitionen av intensivkonsumtion mer strikt än i riktlinjerna eftersom frågan i Monitormätningarna utgår ifrån en mängd motsvarande "minst en flaska vin" (75 cl) vilket är mer än de 4 standardglas som gäller i riktlinjerna (ca 50 cl vin). Detta leder sammantaget till att våra beräkningar har en trolig underskattning av intensivkonsumtionen och därmed av riskbruket.

## Sammanfattningsvis

- Under 2022 skattades andelen vuxna i Sverige med ett riskbruk av alkohol till 32 procent i termer av hög genomsnittskonsumtion och till 41 procent när även intensivkonsumtion beaktas. Det senare resultatet innebär att en majoritet av alkoholkonsumenterna har ett riskbruk enligt de nya riktlinjerna.
- Män, unga respektive boende i storstadsområden är grupper där riskbruk är vanligare.
- De nya mer restriktiva riktlinjerna i kombination med en beräkning där hänsyn tas till underrapportering innebär att skattningen av riskbruk blir högre än tidigare.

## Om Monitormätningarna

I Monitormätningarna deltar 18 000 personer varje år men i denna analys har resultaten baserats på de drygt 17 000 respondenter som lämnat fullständiga svar på samtliga de frågor som ingår i analysen. Undersökningen pågår kontinuerligt under året. Urvalet av respondenter till undersökningen är individbaserat, slumpmässigt och representativt för personer mellan 17–84 år som bor i Sverige. Undersökningen genomförs både med hjälp av en självadministrerad webbenkät och av telefonintervjuer.

Se mer: [can.se/undersokningar/monitormatningarna](https://can.se/undersokningar/monitormatningarna)

**Författare:** Mats Ramstedt och Ulf Guttormsson

**URN:** urn:nbn:se:can-2024-1

**Publicerat:** 2024-02-22

**Citera gärna som:** Ramstedt M & Guttormsson U (2024).

Riskbruk av alkohol i Sverige enligt nya riktlinjer.

Kortfakta 04. Stockholm: Centraförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning.

## Referenser

- (1) Socialstyrelsen (2023). Insatser vid riskbruk av alkohol. Rekommendationer till hälso- och sjukvården.
- (2) Socialstyrelsen (2011). Nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder. Västerås: Socialstyrelsen.
- (3) SvD (2023). 15 procent kan ha riskbruk av alkohol. Publ. 2023-09-14
- (4) Guttormsson, U. (2023). Självrapporterade alkoholvanor i Sverige 2004–2022. CAN rapport 222. Stockholm: Centraförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning.
- (5) Stockwell, T., Zhao, J., & Macdonald, S. (2014). Who underreports their alcohol consumption in tele-phone surveys and by how much? An application of the 'yesterday method' in a national Canadian sub-stance use survey. *Addiction*, 109(10), 1657-1666.
- (6) Stockwell, T., Zhao, J., Greenfield, T., Li, J., Livingston, M., & Meng, Y. (2016). Estimating under-and over-reporting of drinking in national surveys of alcohol consumption: identification of consistent biases across four English-speaking countries. *Addiction*, 111(7), 1203-1213.
- (7) Livingston, M., & Callinan, S. (2015). Underreporting in alcohol surveys: whose drinking is underestimated?. *Journal of studies on alcohol and drugs*, 76(1), 158-164.
- (8) Shield, K. D., Gmel, G., Gmel, G., Mäkelä, P., Probst, C., Room, R., & Rehm, J. (2017). Life-time risk of mortality due to different levels of alcohol consumption in seven European countries: implications for low-risk drinking guidelines. *Addiction*, 112(9), 1535–1544.