

Alkohol

Indtagelse af alkohol kan udgøre en risiko for helbredet. Denne risiko er påvirket af både mængden, der drikkes, samt drikkemønsteret - det vil sige hvor meget der drikkes ved samme lejlighed og hvor ofte⁽¹⁾. Derudover er alkohol mere skadeligt for visse grupper end andre, for eksempel unge og gravide⁽²⁾. I Danmark er det tidligere opgjort, at alkohol er en medvirkende årsag til mindst 2.900 dødsfald om året⁽³⁾.

På spørgsmålet om: 'Hvordan kan jeg drikke alkohol uden risiko for mit helbred?' svarer WHO, at det kan du ikke. For helbredet er det bedst at undgå alkohol⁽⁴⁾.

Sundhedsstyrelsen er marts 2022 kommet med nye udmeldinger om alkohol⁽⁵⁾. Udmeldingerne er:

Der er ingen sikker nedre grænse, hvor det er helt uden risiko at drikke alkohol.

- Børn og unge under 18 år frarådes at drikke alkohol
- Gravide og kvinder, der prøver at blive gravide, frarådes at drikke alkohol
- Ved sygdom bør man spørge lægen til råds angående alkohol

Hvis man vælger at drikke alkohol, skal man være opmærksom på risikoen. Befolkningsundersøgelser viser, at risikoen for alkoholrelateret sygdom og død er lav, hvis man:

- Undgår at drikke mere end 10 genstande om ugen
- Højest drikker 4 genstande på samme dag

Unge mellem 18-25 år er særlig sårbare for alkohol og skal være forsigtige med deres indtag.

Definitioner og afgrænsning

Drikker mere end 10 genstande om ugen

Borgerne er blevet bedt om at svare på, hvor mange genstande de drikker for hver ugedag. På den baggrund beregnes det gennemsnitlige antal genstande om ugen. I det følgende præsenteres kun data for de borgere, der drikker **mere end 10 genstande om ugen**.

Mindst en gang ugentligt drikker 5 genstande eller mere ved samme lejlighed

Spørgsmålet 'Hvor tit drikker du 5 genstande eller flere ved samme lejlighed?' bruges til at identificere dem, **der mindst ugentligt drikker 5 genstande eller mere ved samme lejlighed** – kan også kaldes **ugentligt rusdrikkeri** eller binge drinking.

Tegn på problematisk alkoholforbrug

Tegn på problematisk alkoholforbrug belyses i denne undersøgelse ud fra seks spørgsmål om alkoholforbrug, der udgør den såkaldte CAGE-C test. Tegn på problematisk alkoholforbrug defineres ved, at der i spørgsmål 29, 30, 31, 32 eller 34 (se Bilag A) er mindst to bekræftende svar, eller alternativt ét bekræftende svar i spørgsmål 29-32 eller 34 samt at der i spørgsmål 33 er svaret, at der indtages alkohol fire eller flere dage om ugen⁽⁶⁾.

Opsummering af resultater – alkohol

Alkoholvaner – køn, alder og sociale forhold

Figur 5.1. viser hhv. andelen, der drikker mere end 10 genstande om ugen, og andelen, der mindst en gang ugentligt drikker fem genstande eller mere ved samme lejlighed. Andelen af nordjyderne, der drikker mere end 10 genstande om ugen, er faldet løbende siden 2010 og er i 2021 på 13%. På landsplan er det 16%. Der er kønsforskelle i alkoholvaner. Samlet set har 19% af mændene et alkoholforbrug på mere end 10 genstande på en uge, mens det gælder 7% af kvinderne.

I følgende grupper er der en signifikant større andel, der drikker mere end 10 genstande om ugen, når der sammenlignes med gennemsnittet for befolkningen i Region Nordjylland:

- Mænd i aldersgrupperne 16-24 år, 45-64 år og 65+ år
- Borgere der er alderspensionister

Andelen af nordjyderne, der mindst en gang ugentligt drikker fem eller flere genstande ved samme lejlighed, er 7%. 11% af mændene drikker mindst en gang ugentligt fem eller flere genstande ved samme lejlighed, mens det tilsvarende tal for kvinderne er 4%.

For følgende grupper er der en signifikant større andel end gennemsnittet i Region Nordjylland, der mindst en gang om ugen drikker fem eller flere genstande ved samme lejlighed:

- Mænd i aldersgrupperne 16-24 år, 25-44 år samt 45-64 år
- Borgere med grundskole samt borgere med gymnasial uddannelse som højst fuldførte uddannelsesniveauer
- Borgere der bor alene (ikke-samlevende)

Udvikling i andel, der drikker mere end 10 genstande om ugen

Andelen, der drikker mere end 10 genstande om ugen, er faldet signifikant fra 2010 til 2021. Dette er et mønster, der ses på tværs af køn og aldersgrupper. Der ses et stort fald for mænd i aldersgruppen 16-24 år, hvor der i 2010 var 53%, der drak mere end 10 genstande om ugen, mens andelen i 2021 er 18%. For kvinderne i samme aldersgruppe ses også et stort fald, fra 33% i 2010 til 12% i 2021.

Alkoholforbrug i de nordjyske kommuner

Figur 5.3 viser, at andelen, der ugentligt drikker mere end 10 genstande i de nordjyske kommuner, varierer fra 12% i Brønderslev til 20% i Læsø Kommune. Læsø er ligeledes den eneste kommune, der afviger signifikant fra gennemsnittet for hele Region Nordjylland. I Aalborg er andelen, der ugentlig drikker 10 genstande eller mere, faldet signifikant fra 16% i 2017 til 13% i 2021.

Tegn på problematisk alkoholforbrug

Figur 5.4 præsenterer den andel, der på baggrund af CAGE-C spørgsmålsbatteriet, viser tegn på problematisk alkoholforbrug samt udviklingen i andelen fra 2010 til 2021. Det fremgår, at blandt mændene viser 15% tegn på problematisk alkoholforbrug. For kvinderne er det 7%. Dog ses det, at andelen for mændene er faldet fra 17% i 2010 til 15% i 2021. For kvinder ses det, at både for aldersgruppen 45-64 år samt 65+ år, er andelen med tegn på problematisk alkoholforbrug steget signifikant fra henholdsvis 7% til 9% og 5% til 7% i perioden fra 2017 til 2021.

Bonusinfo (data er ikke vist)

- 5% af nordjyderne ønsker at nedsætte deres alkoholforbrug
- 18% af mændene og 24% af kvinderne, der drikker mere end 10 genstande om ugen, ønsker at nedsætte deres alkoholforbrug
- 54% af mændene og 57% af kvinderne, der har tegn på problematisk alkoholforbrug, ønsker at nedsætte deres forbrug

Litteratur:

1. WHO: "Fact sheet Alcohol", WHO 2018 (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>, besøgt 12.1.2022)
2. Sundhedsstyrelsen: "Fakta om alkohol", <https://www.sst.dk/da/Viden/Alkohol/Fakta-om-alkohol>, besøgt 12.1.2022
3. Eriksen L, Davidsen M, Jensen HAR, Ryd JT, Strøbeck L, White ED, Sørensen J, Juel K.: "Sygdomsbyrden i Danmark – risikofaktorer" Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, 2016.
4. WHO: "Alcohol use -Q&A – How can I drink alcohol safely?" <https://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/alcohol-use/data-and-statistics/q-and-a-how-can-i-drink-alcohol-safely>, besøgt 12.1.2022
5. Sundhedsstyrelsen: "Sundhedsstyrelsens udmeldinger om indtag af alkohol", 2022: <https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2022/Notat-Sundhedsstyrelsens-udmeldinger-om-indtag-af-alkohol> (besøgt 8.3.2022)
6. Zierau F, Hardt F, Henriksen JH, Holm SS, Jorring S, Melsen T, et al. Validation of a self-administered modified CAGE test (CAGE-C) in a somatic hospital ward: Comparison with biochemical markers. Scand J Clin Lab Inv. 2005; 65: 615-22.

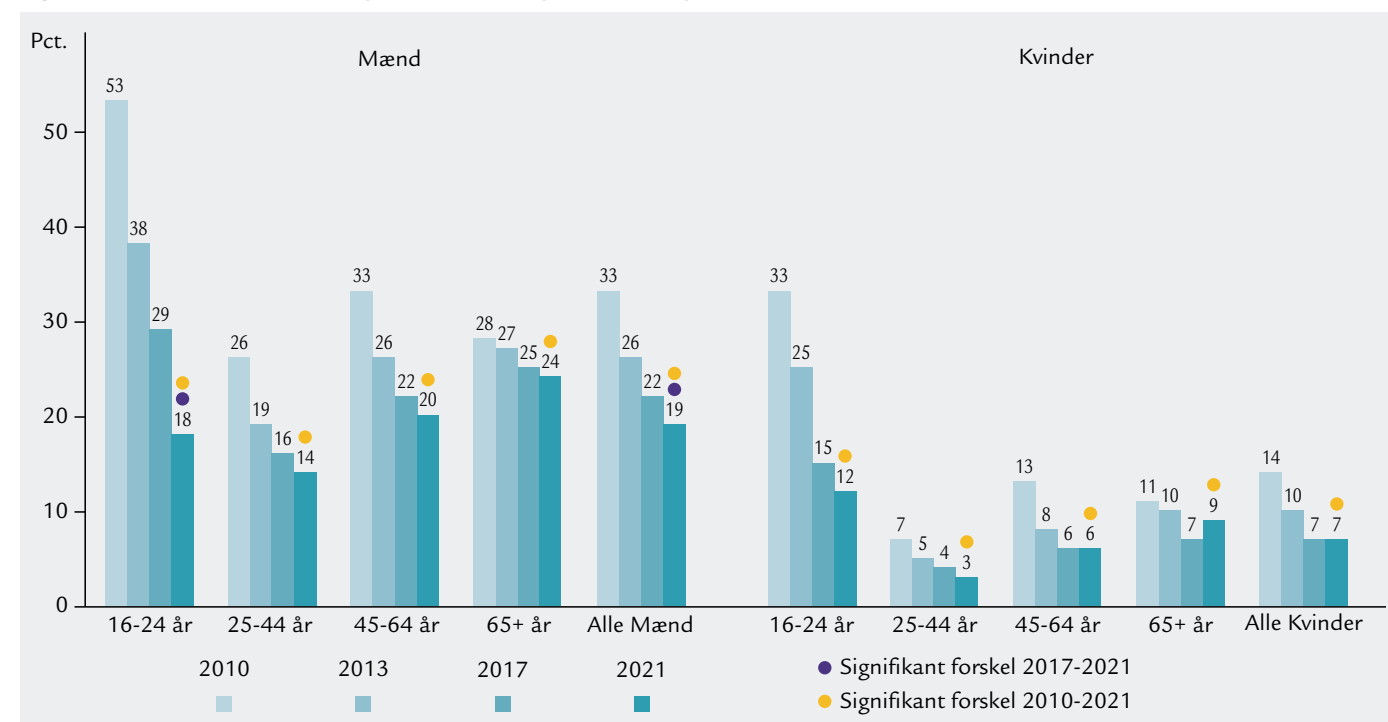
Figur 5.1: Drikker mere end 10 genstande om ugen og ugentligt rusdrikkeri – køn, alder og sociale forhold.

		Mere end 10 genstande		Ugentlig rusdrikkeri*		Mere end 10 genstande		Ugentlig rusdrikkeri	
		Pct.		Pct.		Personer		Personer	
Alle	2010	23				94.000		48.000	
	2013	18		11		80.000		39.000	
	2017	15		9		65.000		32.000	
	2021	13		7		56.000		32.000	
Mænd	16-24 år	18		15		4.800		4.100	
	25-44 år	14		10		8.200		6.000	
	45-64 år	20		12		14.000		9.000	
	65+ år	24		8		14.000		4.800	
	Alle mænd	19		11		41.000		24.000	
Kvinder	16-24 år	12		9		3.200		2.500	
	25-44 år	3		2		2.000		1.500	
	45-64 år	6		4		4.100		2.900	
	65+ år	9		3		5.100		1.600	
	Alle kvinder	7		4		14.000		8.500	
Uddannelses-niveau	Under uddannelse	12		10		6.800		5.900	
	Grundskole	11		6		7.400		4.500	
	Gymnasial	17		14		2.500		2.000	
	Erhvervsfaglig	14		7		18.000		9.000	
	Kort videregående	14		7		4.100		2.000	
	Mellemlang videregående	12		5		8.900		4.200	
	Lang videregående	14		7		4.900		2.600	
Erhvervsstatus	Beskæftigede	11		7		23.000		16.000	
	Arbejdsløse	12		7		1.400		900	
	Førtidspensionister	9		6		1.500		1.100	
	Efterlønsmodtagere	14		11		500		400	
	Alderspensionister	16		5		19.000		6.300	
	Øvrige ikke-erhvervsaktive	12		8		2.700		1.900	
Samlevsstatus	Samlevende	12		6		35.000		17.000	
	Ikke-samlevende	13		9		21.000		15.000	

Afviger ikke signifikant fra gennemsnittet i Region Nordjylland i 2021 Signifikant mindre Signifikant større

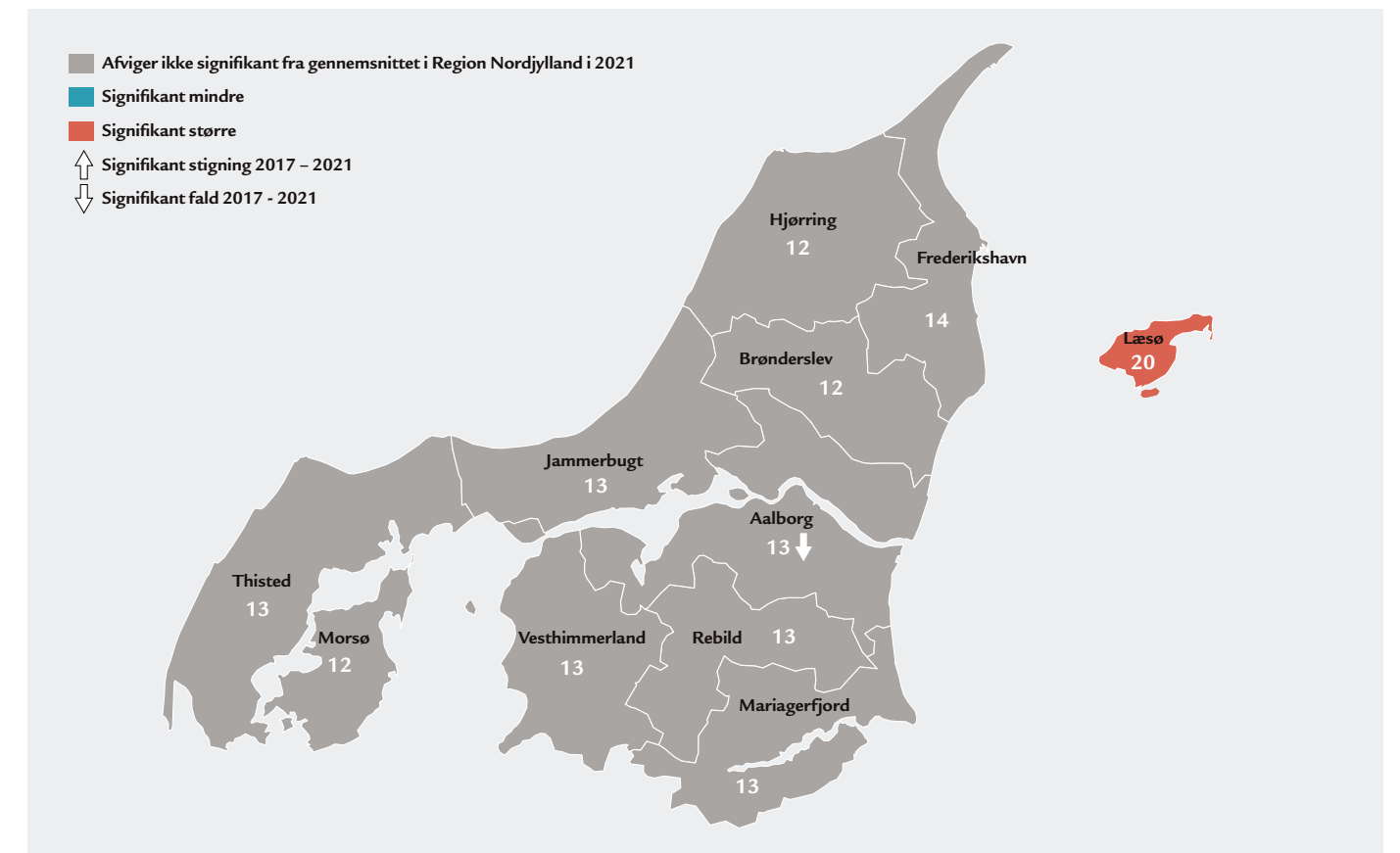
*Ugentligt rusdrikkeri blev ikke opgjort i 2010, hvorfor der ikke er data for dette år.

Figur 5.2: Drikker mere end 10 genstande om ugen. Udvikling fra 2010-2021. Procent.

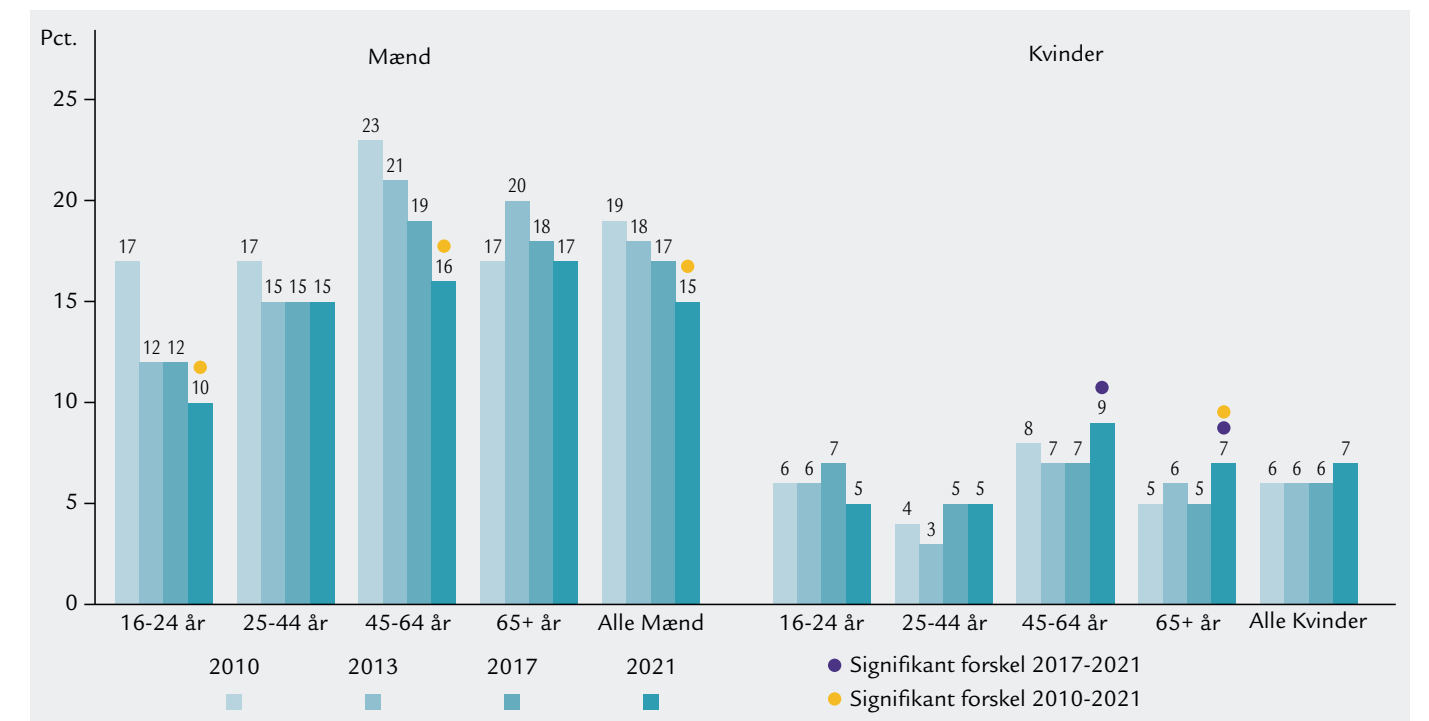


Alkohol

Figur 5.3: Drikker ugentligt mere end 10 genstande om ugen i de nordjyske kommuner. Procent.



Figur 5.4: Tegn på problematisk alkoholforbrug. Udvikling fra 2010-2021. Procent.



Alkohol