



Ungdomars liv och hälsa i Sörmland

Kapitel 3

Liv&Hälsa
ung

Ungdomars liv och hälsa i Sörmland

Kapitel 3 – Om levnadsvanor

Resultat från Liv & hälsa ung undersökningarna i Sörmland, 2008-2020.

Om rapporten

Region Sörmland arbetar för att erbjuda olika kunskapsunderlag om sörmlänningarnas livsvillkor, levnadsvanor och hälsa. Ett övergripande mål för Region Sörmland är att vara Sveriges friskaste län 2025. Verksamheten Valfärd och folkhälsa har i uppdrag att på olika sätt kartlägga och sprida kunskap om hälsans bestämningsfaktorer och folkhälsans utveckling. Barns och ungas hälsa kartläggs bland annat genom enkätundersökningen Liv & hälsa ung. Rapporten -*Ungdomars liv och hälsa i Sörmland* är tänkt att utgöra ett kunskapsunderlag till beslutsfattare och tjänstepersoner verksamma i Region Sörmland, sörmländska kommuner, myndigheter och organisationer.

Rapporten ger en övergripande nulägesbeskrivning om barns och ungas folkhälsa i Sörmland och flera av dess bestämningsfaktorer, kön, ålder och socioekonomi. I rapporten synliggörs också utvecklingen av ungas hälsa över tid (2008-2020), hur hälsan är fördelad mellan tjejer och killar i grundskolans årskurser 7 och 9 samt årskurs 2 på gymnasiet. För att beskriva socioekonomiska skillnader i hälsa används variabeln föräldrarnas sysselsättning.

Arbetet har projektletts av Sanna Tiikkaja och medförfattare till rapporten är Susann Ericsson, båda arbetar på Valfärd och folkhälsa.

Nicklas Pihlström på Centrum för klinisk forskning har ansvarat för det statistiska underlaget.

Om du vill citera något från rapporten

Det är tillåtet att kopiera och på annat sätt mångfaldiga innehållet.

Om du citerar, var god uppge källan på följande sätt:

Källa: Ungdomars liv och hälsa i Sörmland. Kapitel 3 – Om levnadsvanor
Resultat från Liv & hälsa ung undersökningarna i Sörmland, 2008-2020.

Innehållsförteckning

Ungdomars liv och hälsa i Sörmland	2
Om rapporten	2
Introduktion och beskrivning av Liv & hälsa ung	4
1. Bakgrundsfaktorerna	6
1.1 Kön	6
1.2 Årskurs	6
1.3 Föräldrarnas sysselsättning - Socioekonomi	6
1.4 Levnadsvanor	8
2. Måltider och matvanor	8
2.1 Äta frukost	9
2.2 Äta lunch	14
2.3 Äta middag	19
2.4 Äta frukt eller grönsaker	24
2.5 Äta godis	29
2.6 Dricka läsk	34
3. Alkohol, narkotika och tobak (ANT)	40
3.1 Alkohol	40
3.2 Narkotika	51
3.3 Tobak	62
4. Sammanfattning	73
5. Referenser	74
8. Tabellbilaga	78

Introduktion och beskrivning av Liv & hälsa ung

Rapporten bygger på resultat från de variabler som finns med i Liv & hälsa ung undersökningarna genomförda i Sörmland mellan åren 2008-2020. Syftet är att visa på den epidemiologiska utvecklingen över tid för ungas hälsa och livsvillkor. Liv & hälsa ung (LHU) är en enkätundersökning, där samtliga skolor med elever i årskurs 7 och 9 samt elever i årskurs 2 på gymnasiet erbjuds att delta. Eleverna besvarar enkäten anonymt under skoltid, med en pedagog eller annan vuxen närvarande. Från och med år 2020 är undersökningen webbaserad, medan tidigare undersökningar har genomförts i pappersformat. Eleverna får svara på frågor som på olika sätt kan påverka ungas liv, hälsa och livsvillkor.

Liv & hälsa ung undersökningen förbereds och genomförs i samarbete med flera aktörer, exempelvis länets skolor, folkhälsonätverk och elever.

Totalt sett har svarsfrekvenserna varierat något under de olika undersökningsåren, från 86 till 74 procent. Under våren 2020 drabbades regionen av Covid-19 pandemin som påverkade svarsfrekvensen negativt år 2020. Många skolor i Sörmland hade en hög andel frånvarande elever i grundskolan och gymnasiet ställde om till digital undervisning, vilket påverkade genomförandet av undersökningen. Trots detta är svaren från år 2020 statistiskt sett tillförlitliga. Resultaten som redovisas i rapporten baseras sammantaget på svar från över 38 000 elever i årskurs 7 och 9 i grundskolan samt årskurs 2 på gymnasiet, i sörmländska skolorna.

Tabell 1. Antal svarande elever i LHU per undersökningsår

Undersökningsår LHU	Antal elever som deltagit i LHU	Svarsfrekvens
2020	6669	74%
2017	7807	84%
2014	7029	86%
2011	8037	81%
2007	8845	83%

”Denna enkät var bra då den omfattar stora områden och rör många viktiga ämnen. Det är bra att den är anonym också eftersom man vågar säga så som det verkligen är.”

Resultaten i denna rapport redovisas på länsnivå och de kommer att publiceras kapitelvis, uppdelat på olika teman. I det första kapitlet redovisades resultaten ungdomarnas självskattade hälsa följt av variabler som beskriver psykiskt välbefinnande och nedsatt psykiskt välbefinnande. I kapitel 2 redovisades resultaten för kroniska sjukdomar, funktionsnedsättningar och tandhälsa. I detta kapitel redovisas måltids- och matvanor, frukt- och grönsaksvanor, godis- och läskvanor samt bruk av alkohol, tobak och narkotika. Resultaten redovisas i andelar (%) och presenteras i fem olika figurer för varje variabel. De första två figurerna visar på resultat för 2020 års undersökning. Återstående tre figurer visar på trenderna, de vill säga resultat som visar på utvecklingen över tid mellan åren 2008-2020.

- Den första figuren redovisar resultat för de tre årskurserna (årskurserna 7 och 9 i grundskolan samt gymnasiet årskurs 2) uppdelat på tjejer och killar för år 2020.
- Den andra figuren redovisar resultaten för de tre årskurserna, tjejer och killar uppdelat på föräldrarnas sysselsättning, för år 2020.
- Den tredje figuren visar på trenden över tid (2008-2020) uppdelat på de tre årskurserna och för tjejer och killar.
- Den fjärde figuren visar på trender över tid för tjejer, uppdelat på de tre årskurserna och föräldrarnas sysselsättning.
- Den femte figuren redovisar trenden över tid för killar, uppdelat på de tre årskurserna och föräldrarnas sysselsättning.

I tabellbilagan redovisas antal elever som svarat på respektive fråga som redovisas i rapporten. Antal svar skiljer sig åt mellan olika frågor, kombination av frågor och för olika undersökningsår. I diagrammen redovisas fler resultat än vad som kommenteras i löpande text. För att ge en överblick av resultaten, görs sammanslagna resultatredovisningar i text. Resultaten som visar på förändringar över tid (i andel mellan åren 2008 och 2020) har testats för att se om skillnaden är statistiskt säkerställd (p- värde mindre än 0,05 anger statistisk signifikans). I resultatredovisningen används termerna procent (hur stort något är av en helhet) och procentenhet (skillnaden mellan två procenttal). Skalorna i diagrammen varierar mellan 25, 50, 75 och 100 procent.

1. Bakgrundsfaktorerna

Enligt kommissionen för jämlik hälsa har svenska barns och ungas livsvillkor, levnadsvanor och hälsa (i ett globalt perspektiv) utvecklats i positiv riktning. Samtidigt är hälsan fortsatt ojämnt fördelad och hälsoklyftorna tenderar att öka mellan olika grupper, till exempel vid indelning efter kön, ålder och socioekonomi (1). Det är vanligt att skilja på begreppet folkhälsa, som handlar om hälsotillstånd i grupper, kommuner eller regioner och hälsa som är en resurs för den enskilda individen. Även om de flesta människor har en god hälsa är folkhälsan inte god om det, som i dag, finns stora klyftor mellan grupper i samhället. När sambandet mellan så kallade strukturella faktorer och hälsa diskuteras är det därför viktigt att förstå att det handlar om risker och möjligheter på gruppnivå.

Barn och ungas hälsa och livskvalitet påverkas i stor utsträckning av deras livsvillkor (1). Flera av dessa villkor kan vara svåra att påverka för den enskilda. Det betyder att de som har makt över strukturella faktorer (påverkbara villkor som inverkar på barns och ungas livskvalitet och hälsa) har en central roll i arbetet för att minska de påverkbara hälsoklyftor som finns och samtidigt arbeta för att nya inte uppstår. Genomgående i rapporten presenteras jämlikhet i hälsa utifrån olika variablers samband med bakgrundsfaktorerna årskurs, kön och socioekonomi (föräldrarnas/vårdnadshavarnas sysselsättning).

1.1 Kön

En förutsättning för att göra så kallade jämställdhetsanalyser är tillgång till könsuppdelad statistik. I Liv & hälsa ung undersökningen finns en fråga som handlar om könsidentitet. Eleverna får besvara om de ser sig själva som "tjej" eller "kille" (åren 2004-2014 var svarsalternativen "flicka" eller "pojke"). Tidigare undersökningar visar att resultaten för hälsa och levnadsvanor skiljer sig åt mellan könen. Vid jämförelser mellan tjejer och killar i årskurs 9 uppgår till exempel en större andel tjejer att de är nedstämda (2) och en större andel killar lever upp till rekommenderad fysisk aktivitet och äter frukost varje dag (3).

Åren 2017 och 2020 finns ett tredje svarsalternativ till frågan om kön, "Identifierar mig varken som tjej eller kille". Det är ett fåtal elever (2 %) som har kryssat i detta svarsalternativ, dessa resultat redovisas inte i denna rapport. Andra studier visar dock att unga personer som inte identifierar sig som tjej eller kille i större utsträckning rapporterar ohälsa av olika slag (4).

1.2 Årskurs

Ungdomars hälsa, livsvillkor och levnadsvanor kan se olika ut vid olika åldrar. Redovisningar görs separat för elever i årskurs 7 eller årskurs 9 i grundskolan och för årskurs 2 på gymnasiet. Tidigare resultat från Liv & hälsa ung visar till exempel att andelen med god hälsa är högre bland yngre elever jämfört med äldre elever och att en större andel äldre elever har testat tobaksprodukter i jämfört med yngre (5).

1.3 Föräldrarnas sysselsättning - Socioekonomi

Skillnader i hälsa och välmående uppstår bland annat genom att sociala grupper i befolkningen har olika förutsättningar. En viktig bestämningsfaktor för barnets hälsa och välmående är föräldrarnas resurser. Knappa sociala och ekonomiska resurser kan påverka föräldrarnas hälsa negativt och ökar sårbarheten för sociala problem, vilket i sin tur kan påverka barnets hälsa och välmående (6).

Socioekonomi eller ekonomisk standard kan till exempel definieras utifrån utbildningsgrupper, yrkesgrupper eller inkomstgrupper. Generellt sett har barn och unga vars föräldrar arbetar eller studerar en bättre hälsa, bättre livsvillkor och levnadsvanor jämfört med barn och unga vars föräldrar är arbetslösa eller sjukskrivna (7). Samtidigt kan det vara komplext att belysa vad som ger upphov till vad, då orsakssambanden sannolikt går i båda riktningar (7), det vill säga från hälsa till ekonomisk standard men också från ekonomisk standard till hälsa.

Barn och unga kan ha svårt att svara på frågor om familjens socioekonomiska situation. I rapporten använder vi oss av indikatorn ”föräldrarnas sysselsättning” för att belysa familjens socioekonomi. Indelningen görs till två grupper, båda föräldrarna har sysselsättning (arbetar eller studerar) och om en eller båda föräldrarna saknar sysselsättning.

Från och med 2017 års undersökning har samtliga frågor som innehåller termerna mamma, pappa eller föräldrar justerats. I dessa frågor finns idag även termen vårdnadshavare. Enligt Socialstyrelsen betyder vårdnadshavare ”förälder eller av domstol särskilt utsedd person som har att utöva vårdnaden om ett barn”. Genomgående i rapporten används dock termen förälder då termen vårdnadshavare inte fanns med i enkätundersökningarna 2008, 2011 och 2014. Under alla undersökningsår är det fler elever vars båda föräldrar har sysselsättning, jämfört med antalet elever vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning.

Tabell 2. Antal elever baserat på föräldrarnas sysselsättning för LHU undersökningsår 2008-2020

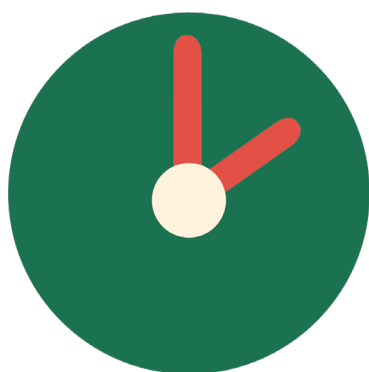
Undersökningsår	Föräldrarnas sysselsättning	Antal elever	Andel % elever
2020	Minst en förälder saknar sysselsättning	1168	19%
2020	Båda föräldrarna har sysselsättning	4965	81%
2017	Minst en förälder saknar sysselsättning	1593	21%
2017	Båda föräldrarna har sysselsättning	5984	79%
2014	Minst en förälder saknar sysselsättning	1710	25%
2014	Båda föräldrarna har sysselsättning	5245	75%
2011	Minst en förälder saknar sysselsättning	1776	22%
2011	Båda föräldrarna har sysselsättning	6213	78%
2007	Minst en förälder saknar sysselsättning	1849	21%
2007	Båda föräldrarna har sysselsättning	6981	79%

1.4 Levnadsvanor

Våra levnadsvanor påverkar våra kroppar, vår hälsa och våra liv. Under barndomen formas många levnadsvanor som påverkas av de vanor som finns i familjen, i skolan, bland kompisar och i media (8). Ohälsosamma vanor, så som att röka, påverkar vår hälsa negativt. Det finns samband mellan kost, alkohol och tobak och flera olika sjukdomar, exempelvis hjärt-kärlsjukdom, diabetes typ två och cancer (9.) Tonåren kan vara en experimenterande tid i livet, som kan leda till att ohälsosamma vanor etableras, så som användande av cigaretter (10).

Effekten av levnadsvanor vi har i dag kan uppkomma om flera år. Till exempel kan alkoholanvändning i ung ålder leda till riskkonsumtion av alkohol senare i livet och ohälsosamma kostvanor kan leda till övervikt och fetma (8). Enligt Livsmedelsverket fungerar hela kroppen bättre om man äter regelbundet - frukost, lunch och middag och något bra mellanmål däremellan. Att äta regelbundet kan minska småätandet vilket i sin tur kan minska risken för karies i tänderna.

I detta kapitel redovisas resultat för måltider och matvanor efterföljt av resultat för alkohol, narkotika och tobaksanvändning. Resultat för fysisk aktivitet kan inte redovisas, eftersom frågan har ändrats är den inte jämförbar mellan de olika undersökningsåren. Att röra på sig kan påverka hälsan positivt, exempelvis man kan känna sig piggare eller få bättre sömn (11). Rörelse minskar också risken för flertalet sjukdomar, så som hjärt-kärlsjukdom, cancer, depression, diabetes typ 2 och fetma.



2. Måltider och matvanor

Våra matvanor grundläggs i tidig ålder (12) och exponeringen av livsmedel och mat i våra butiker kan påverka konsumtion och inköp (13). Föräldrar och vårdnadshavare har en central roll för det egna barnets måltider och konsumtion av olika livsmedel. Det handlar bland annat om att ge barnet näringsriktig mat, bra matvanor och matglädje. Allt för att barnet eller ungdomen ska få så goda förutsättningar som möjligt till att växa och utvecklas, men också för att ge förutsättningar till en god hälsa under resten av livet (12).

Hälsosamma matvanor är förknippat med en god hälsa och en längre livslängd (14,15). Regelbundna måltidsvanor (intag av frukost, lunch och middag samt något bra mellanmål däremellan) gör att vi äter lagom mycket vid måltiderna samtidigt som risken för att småäta mellan måltiderna minskar (12). Barn och unga med ohälsosamma matvanor bedöms ha en ökad risk för övervikt och fetma.

Den sociala miljö vi lever i påverkar vad vi äter och det sätt vi ser på mat och måltider. Vi vet bland annat att matkulturer skiljer sig åt såväl mellan länder som inom ett land. Olika traditioner, religion och matkulturer påverkar även vilka maträtter och livsmedel som vi konsumerar och äter (18). Vår konsumtion påverkas också av marknadsföring, olika trender (till exempel att äta mindre mängd kött (19) och av familjens socioekonomiska förutsättningar (20). Den nationella kostundersökningen Riksmaten 2016–2017 som genomförs av Livsmedelsverket visar bland annat att ungdomar som bor i hushåll med hög utbildningsnivå äter grönsaker och fisk oftare och i lägre utsträckning dricker drycker som är sötade med socker jämfört med ungdomar från hushåll med låg utbildningsnivå. Undersökningen visar också att intaget av flera näringsämnen såsom D-vitamin, jod och järn är högre hos ungdomar vars hushåll har en högre utbildningsnivå (21).

2.1 Äta frukost

Två av frukostens största fiender är tidsbrist och stress. Det är lätt att ligga kvar i sängen när antalet sovtimmar blivit få. Med bra frukostvanor avses både att äta frukost varje dag och att innehållet är näringsriktigt (22).

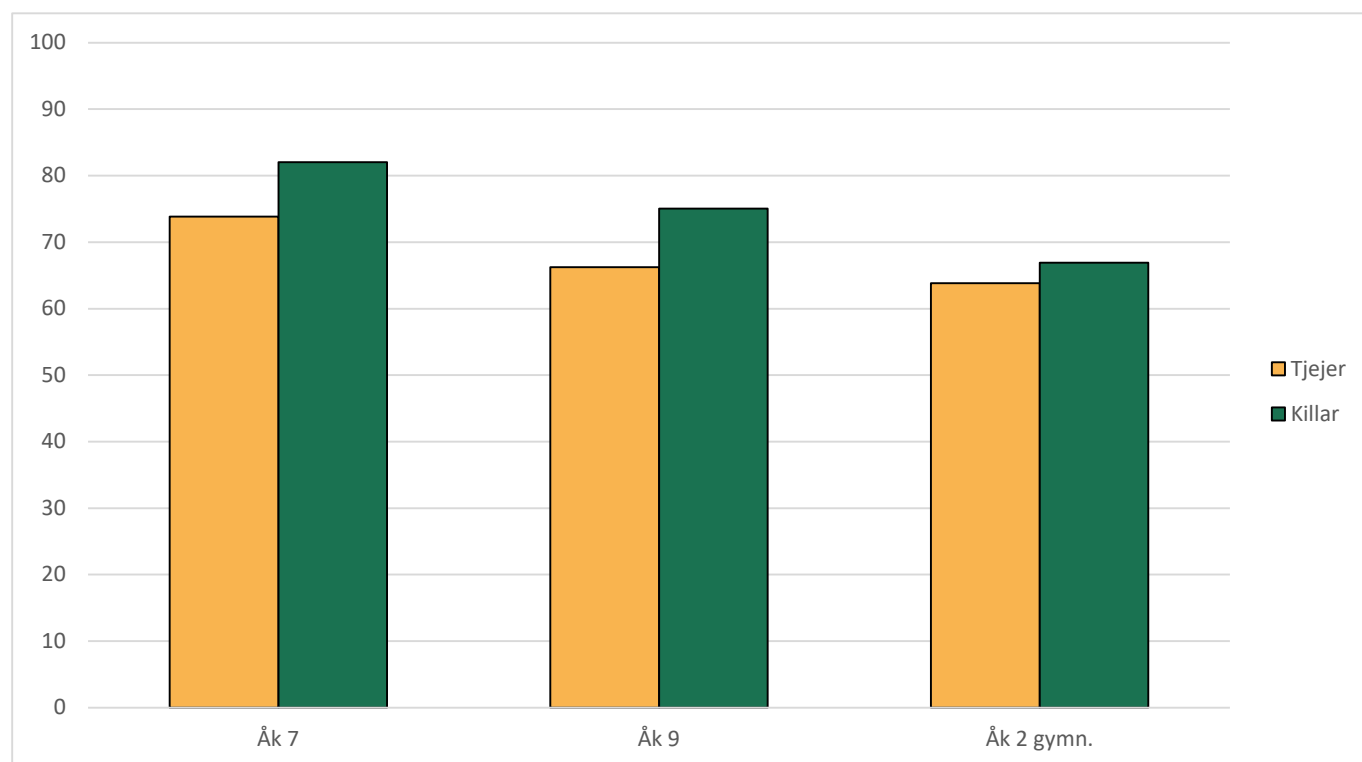
För att en elev ska orka med alla dagens händelser är frukosten viktig. Den som hoppar över frukosten blir lättare irriterad och risken att bli hungrig innan det är dags för lunch ökar. Detta kan till exempel leda till att eleven får svårare att koncentrera sig på skolarbetet vilket i sin tur kan påverka studierna och inläringen negativt (22). För den som är hungrig finns en större risk för att äta mer energitäta livsmedel och sötsaker (23). Att hoppa över frukosten kan därför vara en riskfaktor för övervikt eller fetma (24).

Totalt svarade 2993 tjejer och 3114 killar på frågan om hur ofta de äter frukost i LHU 2020. Av dessa uppgav 2056 tjejer och 2342 killar att de äter frukost varje dag eller 4-6 dagar per vecka.

Resultaten visar att 7 av 10 (71%) elever äter frukost varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Resultaten visar också att, oavsett årskurs, en större andel killar än tjejer äter frukost minst fyra dagar under en vecka.

Andelen som äter frukost varje dag eller 4-6 dagar per vecka sjunker med stigande ålder. Bland elever i årskurs 7 äter totalt sett 78 procent frukost minst fyra dagar per vecka vilket kan jämföras med 71 procent för eleverna i årskurs 9 och 66 procent för elever i årskurs 2 på gymnasiet.

Figur 1. Andel elever som äter frukost* efter årskurs och kön, LHU 2020

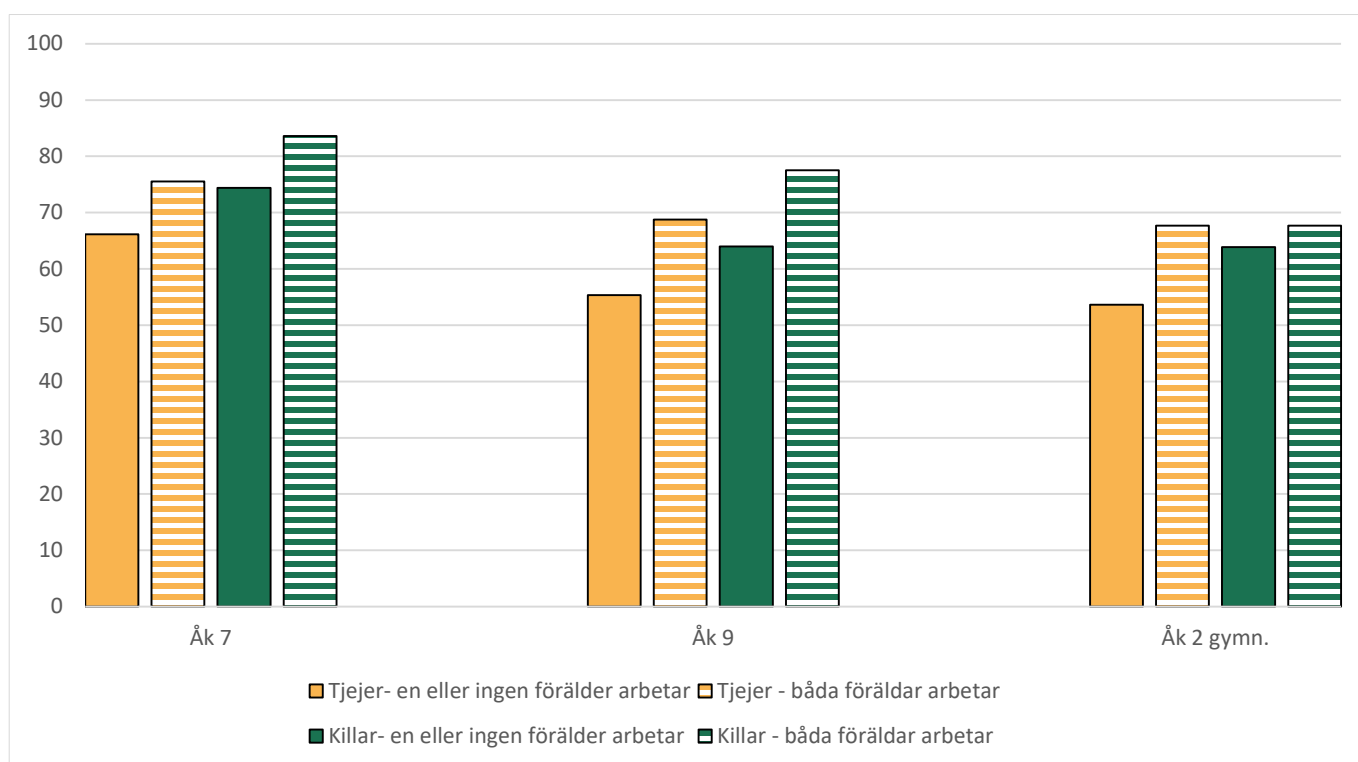


*Äter frukost varje dag eller 4-6 dagar per vecka.

Andelen elever som äter frukost skiljer sig åt mellan de olika socioekonomiska grupperna. I samtliga årskurser är andelen som äter frukost, varje dag eller 4-6 dagar per vecka, högre bland elever vars båda föräldrar har sysselsättning (73%) jämfört med elever vars minst en förälder saknar sysselsättning (62%).

Vid en indelning efter kön, ålder och socioekonomi visar resultaten att andelen som äter frukost varje dag eller 4-6 dagar per vecka är lägst bland tjejer i årskurs 2 på gymnasiet (54%) vars minst en förälder saknar sysselsättning och högst bland killar i årskurs 7 (84%) vars båda föräldrar har sysselsättning.

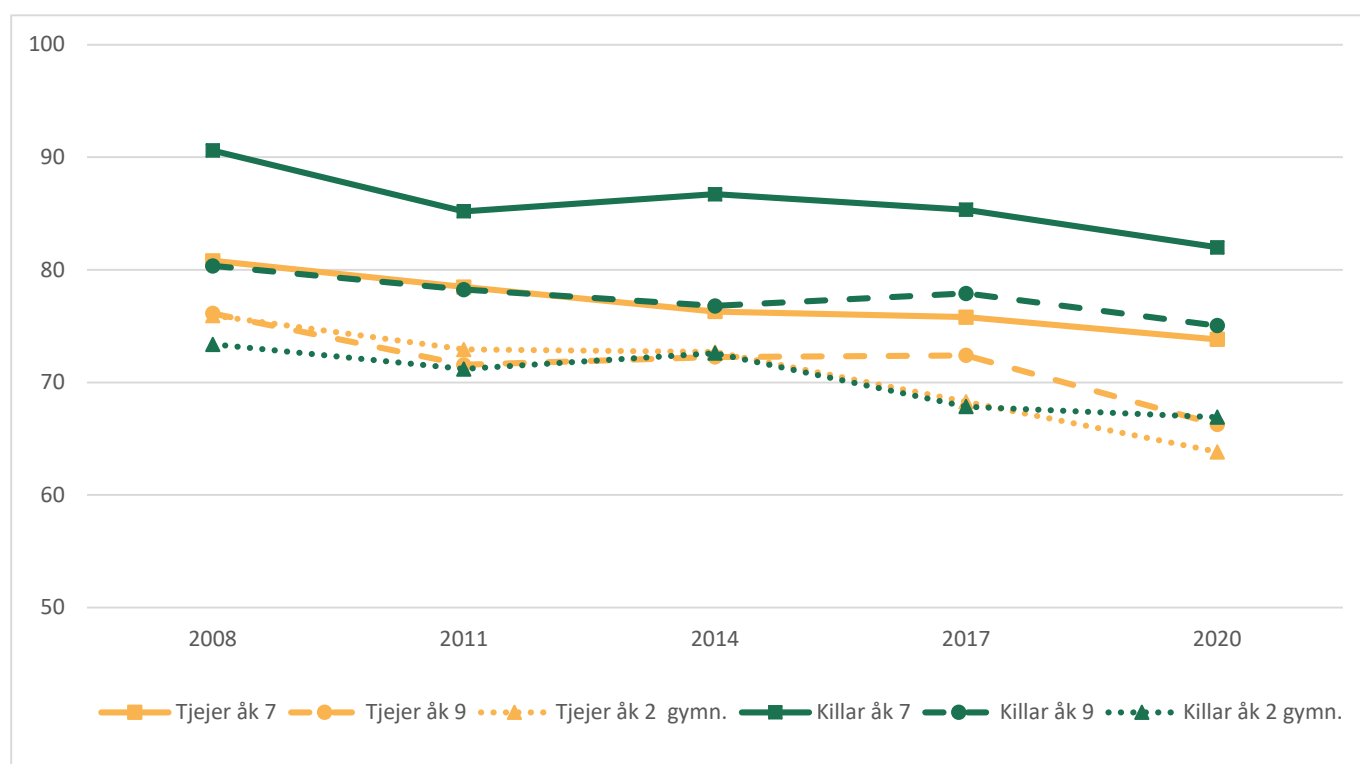
Figur 2. Andel elever som äter frukost* uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020



*Äter frukost varje dag eller 4-6 dagar per vecka.

Under undersökningsperioden 2008-2020 har den totala andelen tjejer som äter frukost sjunkit från 78 till 69 procent. Liknande mönster ses bland killar, där andelen som äter frukost har minskat från 85 till 77 procent. Dessa skillnader i andelen som äter frukost är statistisk säkerställda ($p=0,00$ bland både tjejer och killar).

Figur 3. Andel elever som äter frukost* efter årskurs och kön, LHU 2008-2020

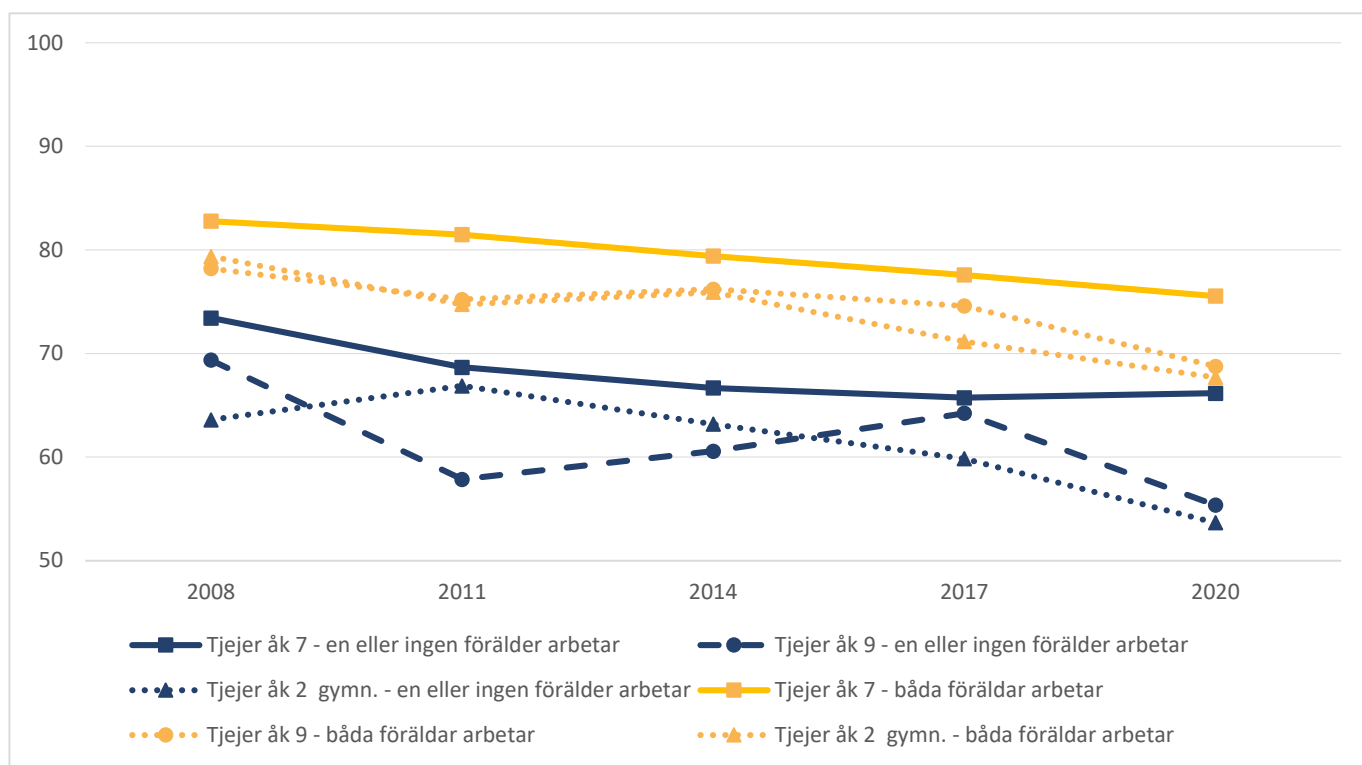


*Äter frukost varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Observera att skalan i denna figur går från 50-100%.

Även efter uppdelning på föräldrarnas sysselsättning, ses att andelen tjejer som äter frukost har minskat över tid. I gruppen vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning har andelen tjejer som äter frukost minskat med 10 procentenheter, från 69 till 59 procent under åren 2008-2020. Bland tjejer vars båda föräldrar har sysselsättning har andelen som äter frukost sjunkit från 80 till 71 procent. Dessa skillnader är statistiskt säkerställda ($p=0,00$ och $p=0,00$).

Andelen tjejer som äter frukost har minskat över tid

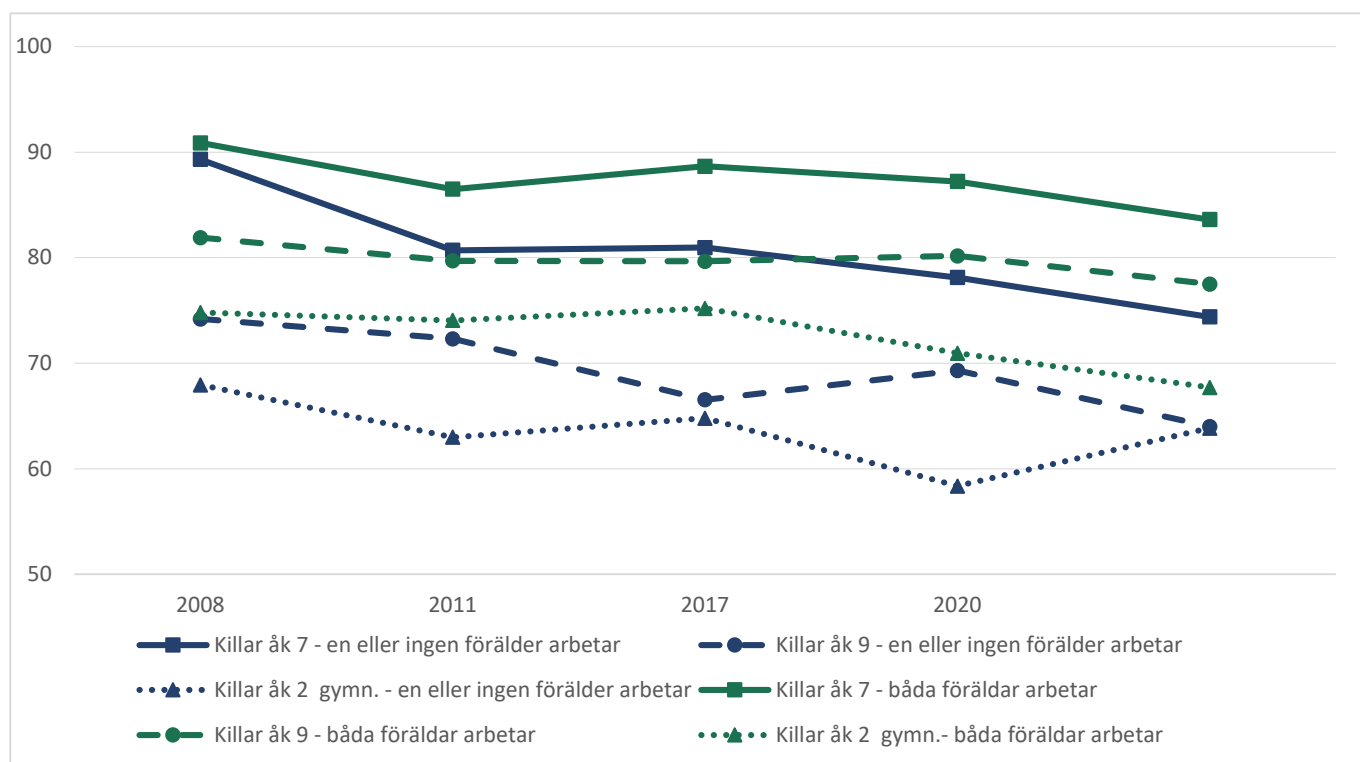
Figur 4. Andel tjejer som äter frukost* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Äter frukost varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Observera att skalan i denna figur går från 50-100%.

Även bland killarna ses skillnader i andelen som äter frukost över tid, när uppdelning görs efter föräldrarnas sysselsättning. Bland de vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning har andelen som äter frukost minskat med 10 procentenheter mellan åren 2008-2020, från 77 till 67 procent ($p=0,00$). Bland killars vars båda föräldrarna har sysselsättning har andelen som äter frukost sjunkit från 83 till 77 procent. Dessa skillnader är statistisk signifikanta ($p=0,00$).

Figur 5. Andel killar som äter frukost* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Äter frukost varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Observera att skalan i denna figur går från 50-100%.

2.2 Äta lunch

Skolan har en viktig roll i barn och ungas utveckling och är en betydelsefull samhällsverksamhet med stora förutsättningar att utjämna socialt betingad ohälsa (25). I Sverige finns det en tradition om att erbjuda elever en näringsrik skollunch för att främja hälsan (26) och skolmåltider som är bra bidrar till en trivsamt stämning och matglädje (27).

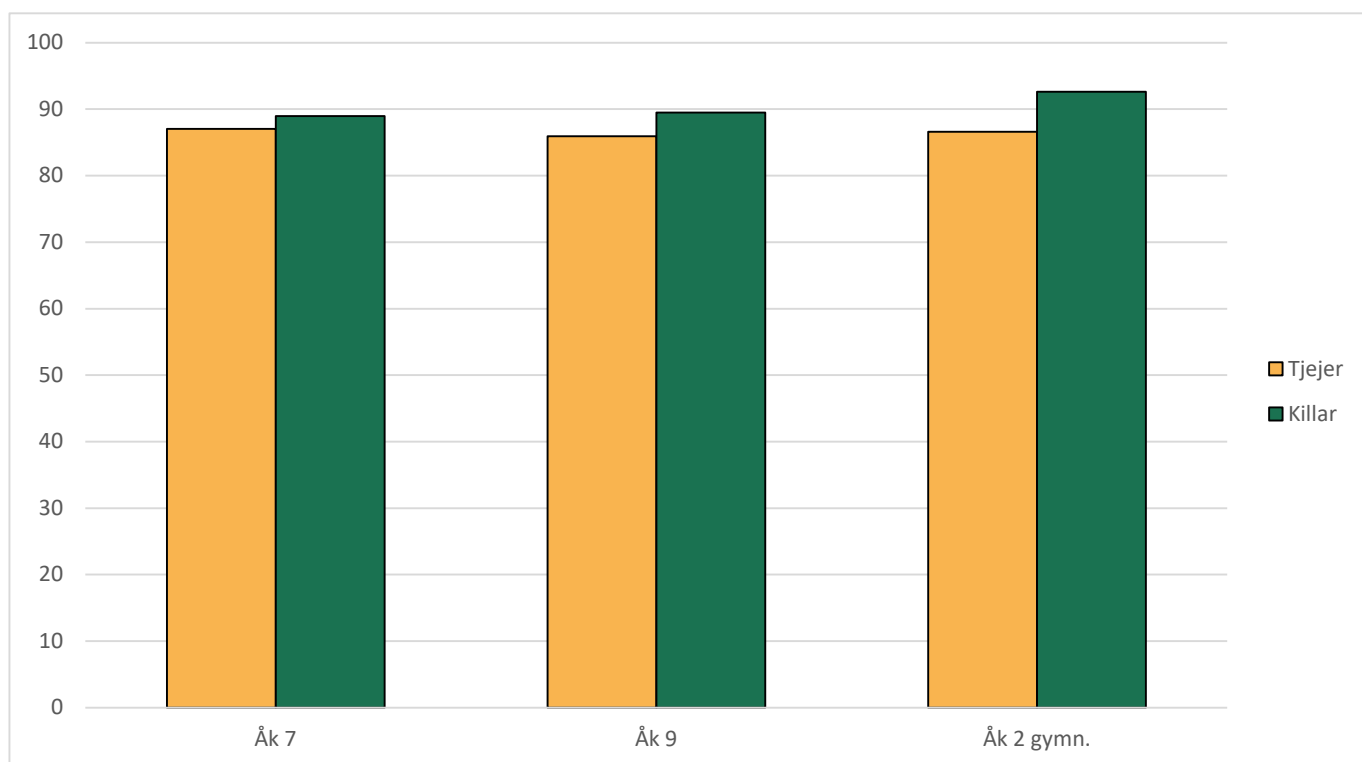
Skollunchen kan påverka elevernas prestation i skolan (28). Det har visat sig att elever som är hungriga har en högre frånvaro och fler sena ankomster (29). Att äta oregelbundet och att vara hungrig kan dessutom öka risken för att äta mer energitäta livsmedel och sötsaker (23), vilket i sin tur kan leda till övervikt och fetma (26).

I Liv & hälsa ung enkäten frågar vi hur ofta eleverna äter lunch under en vecka. Här inkluderas både skollunch och lunch som eleven äter hemma under helgen.

Totalt svarade 2990 tjejer och 3110 killar på frågan om hur ofta de äter lunch i LHU 2020. Av dessa uppgav 2588 tjejer och 2806 killar att de äter lunch varje dag eller 4-6 dagar per vecka.

Resultaten visar att närmare 9 av 10 (88%) elever äter lunch varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Andelen som äter lunch minst fyra dagar per vecka är relativt lika i de olika årskurserna. Vi ser att det finns en liten skillnad mellan könen och oavsett årskurs är det en större andel killar än tjejer som äter lunch minst fyra dagar per vecka.

Figur 6. Andel elever som äter lunch* efter årskurs och kön, LHU 2020

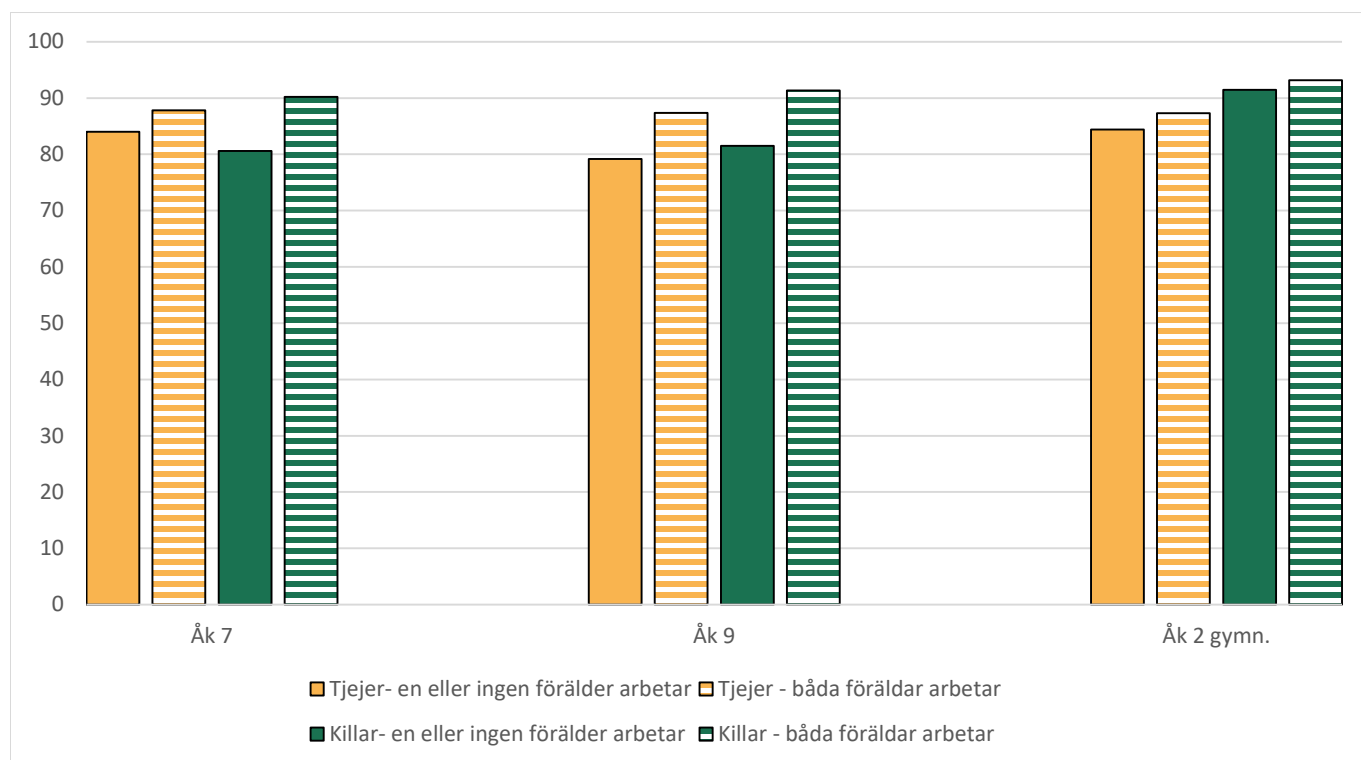


*Äter lunch varje dag eller 4-6 dagar per vecka.

Andelen elever som äter lunch varje dag eller 4-6 dagar per vecka skiljer sig åt mellan de två socioekonomiska grupperna. I samtliga årskurser är andelen som äter lunch högre bland elever vars båda föräldrar har sysselsättning (89%) jämfört med elever vars minst en förälder saknar sysselsättning (82%).

Vid en indelning efter kön, ålder och socioekonomi visar resultaten att andelen som äter lunch minst 4 dagar per vecka är lägst bland tjejer i årskurs 9 (79%) vars minst en förälder saknar sysselsättning och högst bland killar i årskurs 2 på gymnasiet (91%) vars båda föräldrar har sysselsättning.

Figur 7. Andel elever som äter lunch* uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020



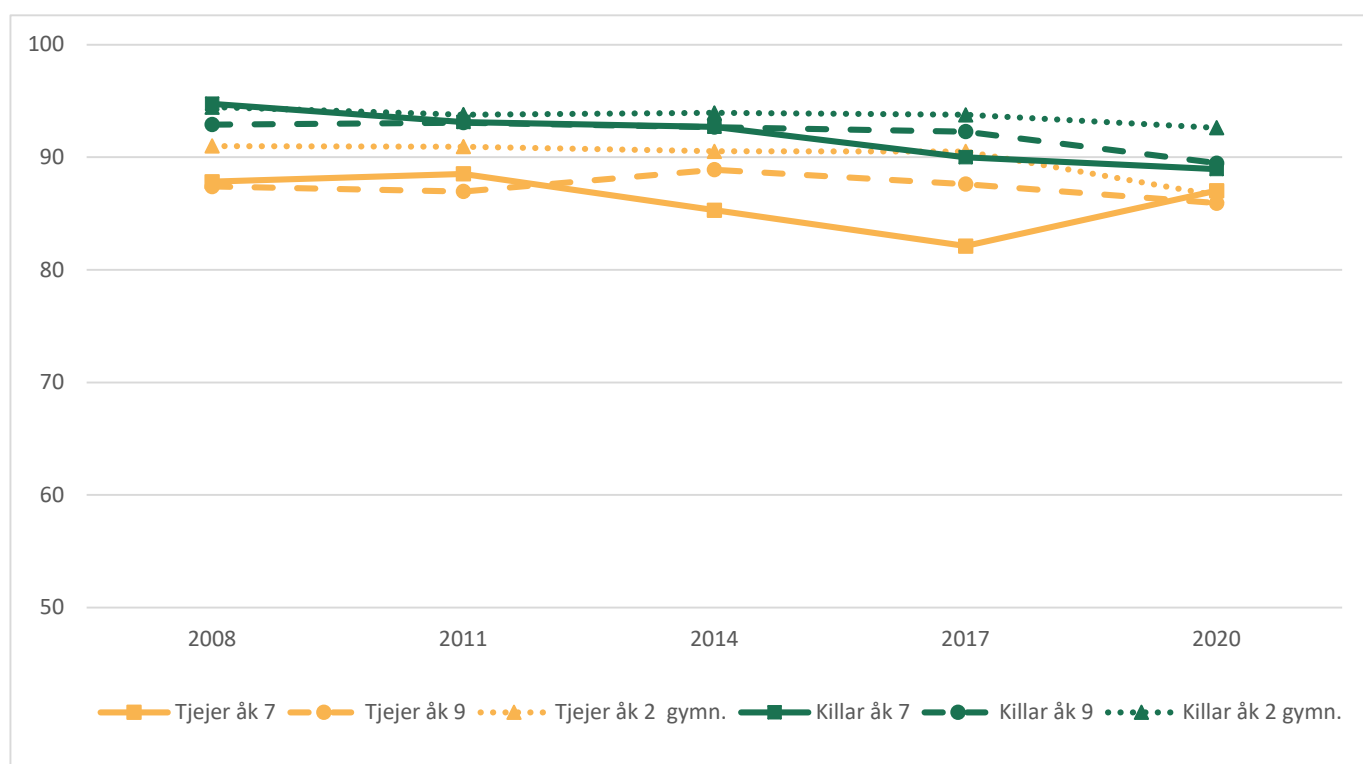
*Äter lunch varje dag eller 4-6 dagar per vecka.

Sett över tid, har den totala andelen tjejer som äter lunch minskat något, från 89 procent år 2008 till 87 procent år 2020 ($p=0,00$). En liten minskning ses också bland killarna, andelen som äter lunch har sjunkit från 94 till 90 procent ($p=0,00$). Dessa skillnader är statistiskt signifikanta.

”Jag tycker att maten borde bli bättre i alla skolor för vegetarianer och veganer, för det finns väldigt dåligt med protein för den som inte äter kött”



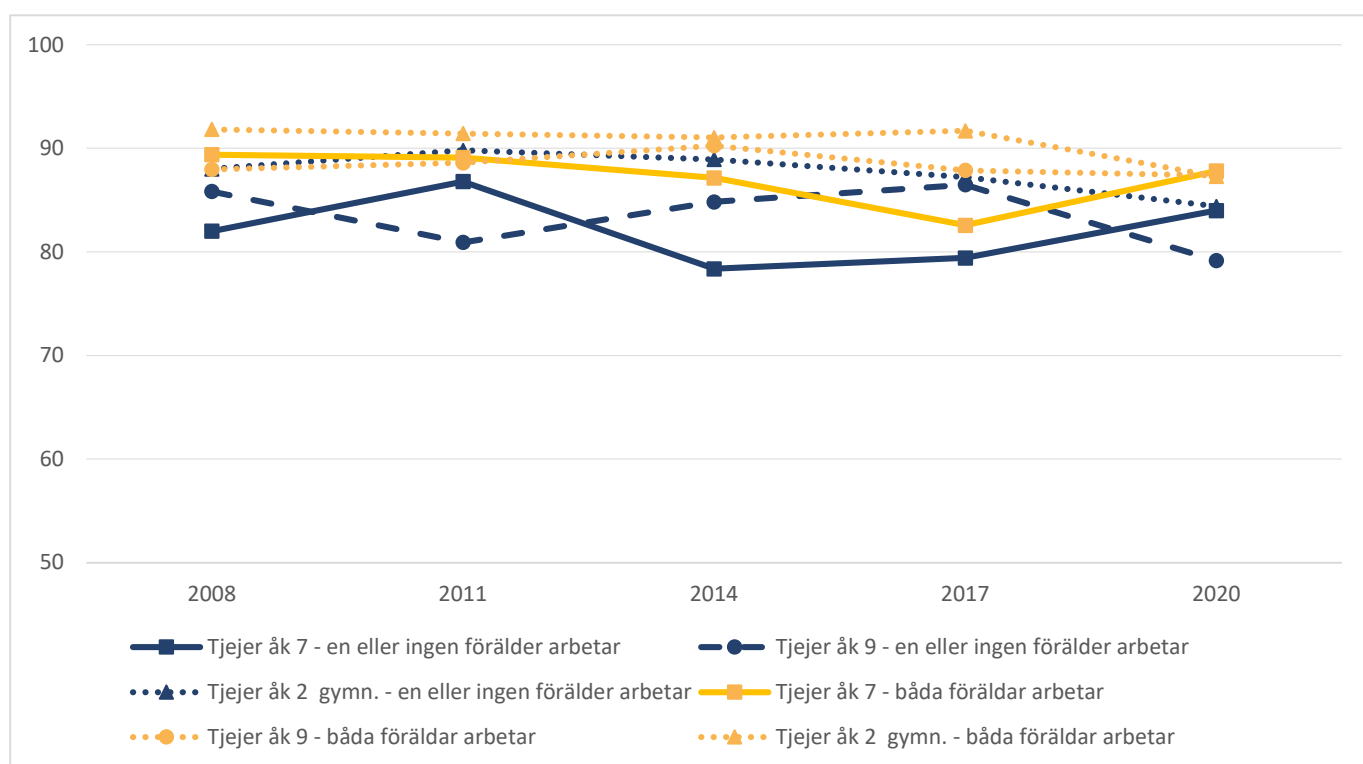
Figur 8. Andel elever som äter lunch* efter årskurs och kön, LHU 2008-2020



*Äter lunch varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Observera att skalan i denna figur går från 50-100%.

Vid uppdelning efter föräldrarnas sysselsättning, ses små skillnader i andelen tjejer som äter lunch mellan åren 2008 och 2020. I gruppen tjejer vars en eller båda föräldrarna saknar sysselsättning har andelen som äter lunch minskat med 2 procentenheter, till 83 procent år 2020. Bland tjejer vars båda föräldrar har sysselsättning har andelen som äter lunch minskat från 90 till 88 procent ($p=0,00$) under undersökningsperioden. Dessa skillnader är statistiskt signifikanta.

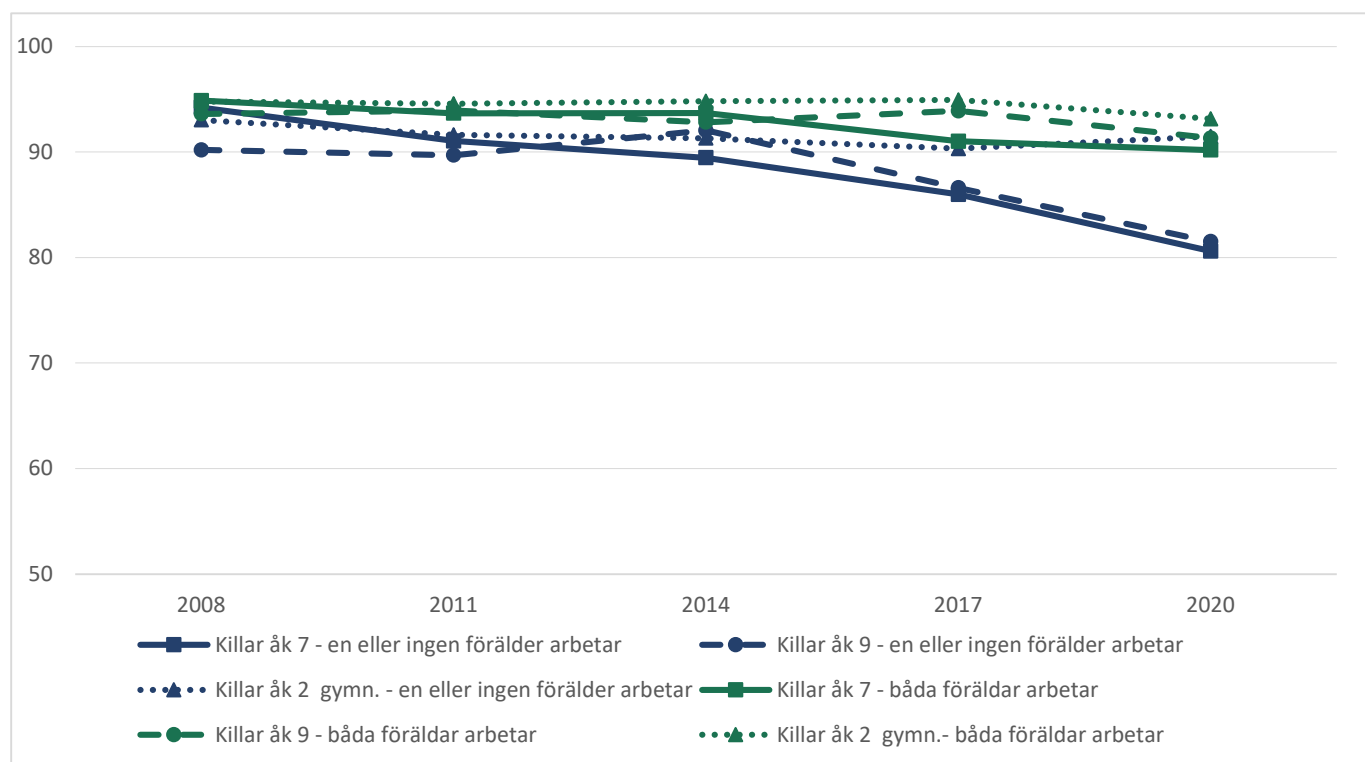
Figur 9. Andel tjejer som äter lunch* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Äter lunch varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Observera att skalan i denna figur går från 50-100%.

Bland killarna har andelen som äter lunch minskat med 8 procentenheter i den grupp vars en eller båda föräldrarna saknar sysselsättning, mellan åren 2008 och 2020. Bland killar vars båda föräldrar har sysselsättning har andelen som äter lunch inte minskat lika mycket över tid (3 procentenheter). Dessa skillnader är statistiskt säkerställda ($p=0,00$ i bägge grupperna).

Figur 10. Andel killar som äter lunch* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Äter lunch varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Observera att skalan i denna figur går från 50-100%.

2.3 Äta middag

Under dygnets vakna timmar befinner sig familjens medlemmar till stor del på annan plats än i hemmet. Familjen lever på så sätt stora delar ifrån varandra. Middagen kan därför vara en viktig måltid som möjliggör för familjen att samlas och prata om det som hänt under dagen (30), samtidigt som barnet utvecklar sitt språk, lär sig sociala beteenden och enkla umgängesregler (31).

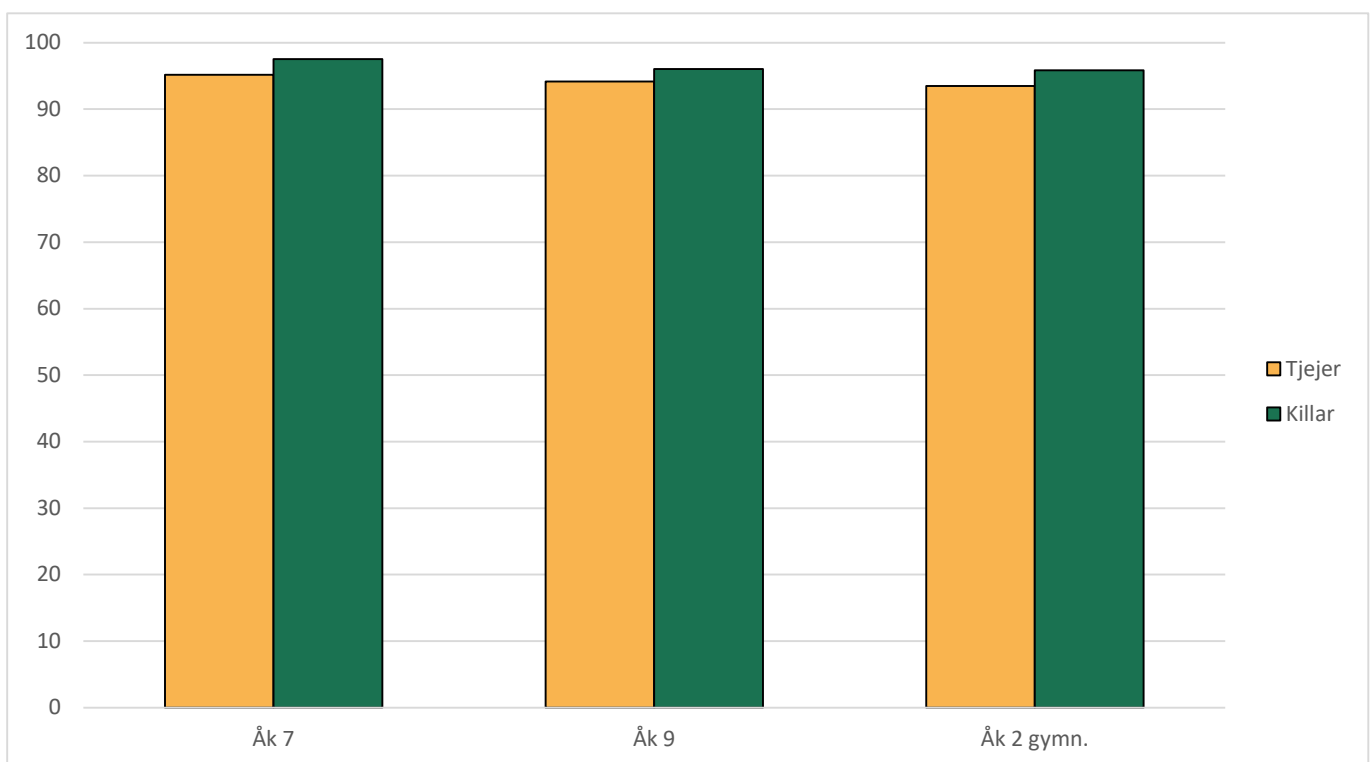
Det finns studier som tyder på att det finns många och goda effekter av att familjen regelbundet äter tillsammans (30). Måltider som äger rum ”i hemmet” vid en viss tidpunkt kan uppfylla ett socialt behov, möjlighet till social gemenskap (32) och inte bara något som tillfredsställer behovet av näring och stillar hungern.

Precis som för frågorna om frukost och lunch, ställer vi en fråga om hur ofta eleverna äter middag under en vecka.

Totalt svarade 2988 tjejer och 3111 killar på frågan om hur ofta de äter middag i LHU 2020. Av dessa uppgav 2820 tjejer och 3003 killar att de äter middag varje dag eller 4-6 dagar per vecka.

Resultaten för undersökningsåret 2020 visar att fler än var nionde elev (95%) äter middag varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Andelen som äter middag minst fyra dagar per vecka är relativt lika i de olika årskurserna. Vid en indelning efter kön ser vi att en något lägre andel tjejer (94%) än killar (96%) äter middag minst fyra dagar per vecka.

Figur 11. Andel elever som äter middag* efter årskurs och kön, LHU 2020

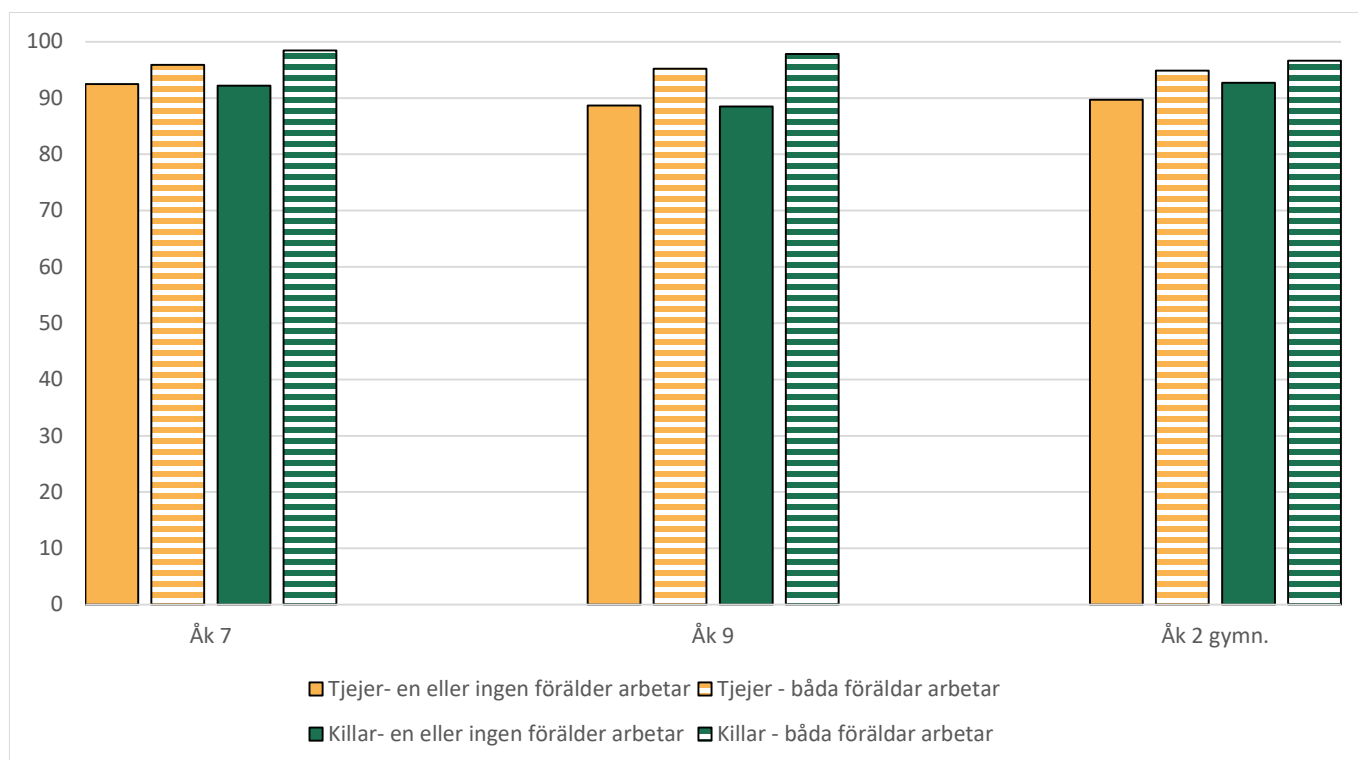


*Äter middag varje dag eller 4-6 dagar per vecka.

Andelen elever som äter middag varje dag eller 4-6 dagar per vecka skiljer sig åt mellan de två socioekonomiska grupperna. I samtliga årskurser är det en högre andel elever vars båda föräldrar har sysselsättning som äter middag (96%) jämfört med elever vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning (90%).

Vid en indelning efter kön, ålder och socioekonomi visar resultaten att andelen som äter middag minst 4 dagar per vecka är lägst bland tjejer i årskurs 9 (89%) vars minst en förälder saknar sysselsättning och högst bland killar i årskurs 7 och 9 (98%) vars båda föräldrar har sysselsättning.

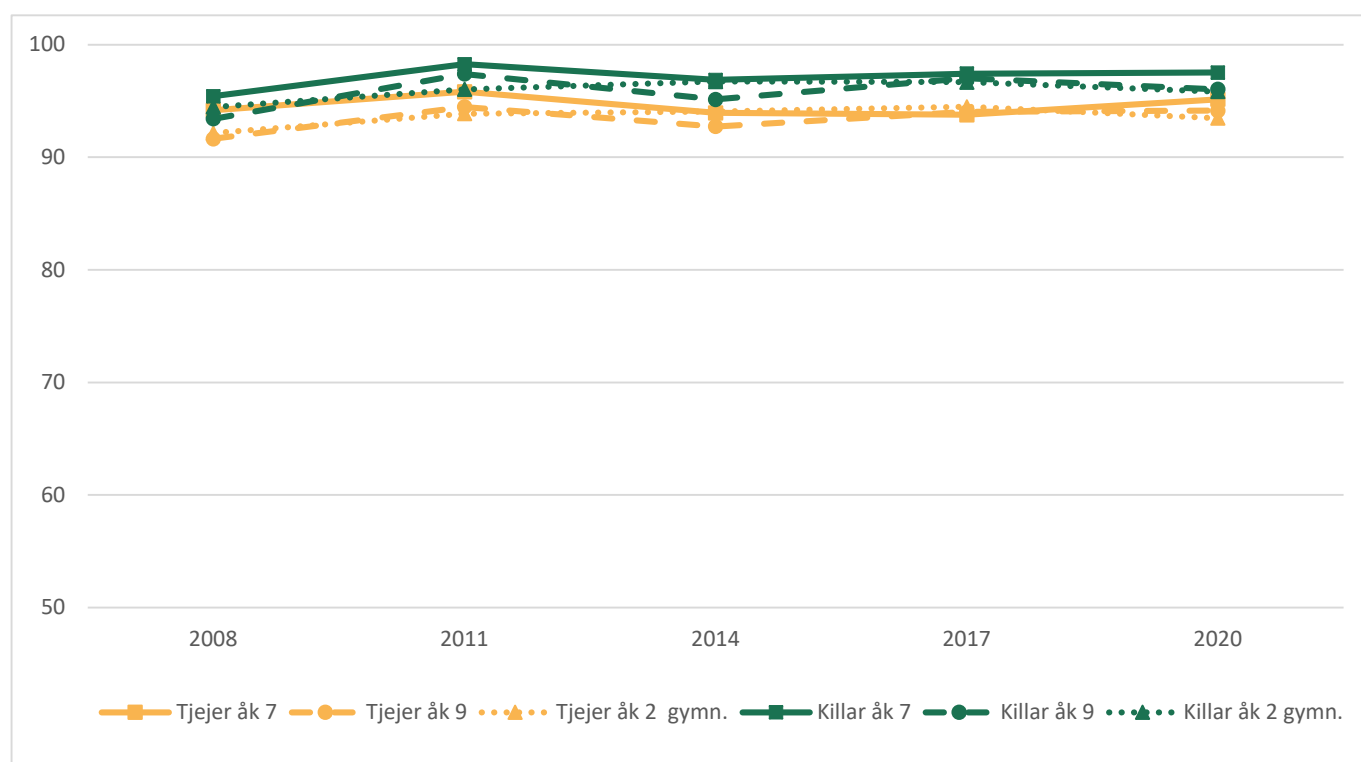
Figur 12. Andel elever som äter middag* uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020



*Äter middag varje dag eller 4-6 dagar per vecka.

Totalt sett har andelen tjejer och killar som äter middag varit relativt stabil över tid. År 2008 åt 93 procent av tjejerna middag och år 2020 var andelen 94 procent. Bland killarna har andelen som äter middag stigit något under perioden, från 94 procent till 97 procent ($p=0,00$ och $p=0,00$). Dessa skillnader är statistiskt signifikanta.

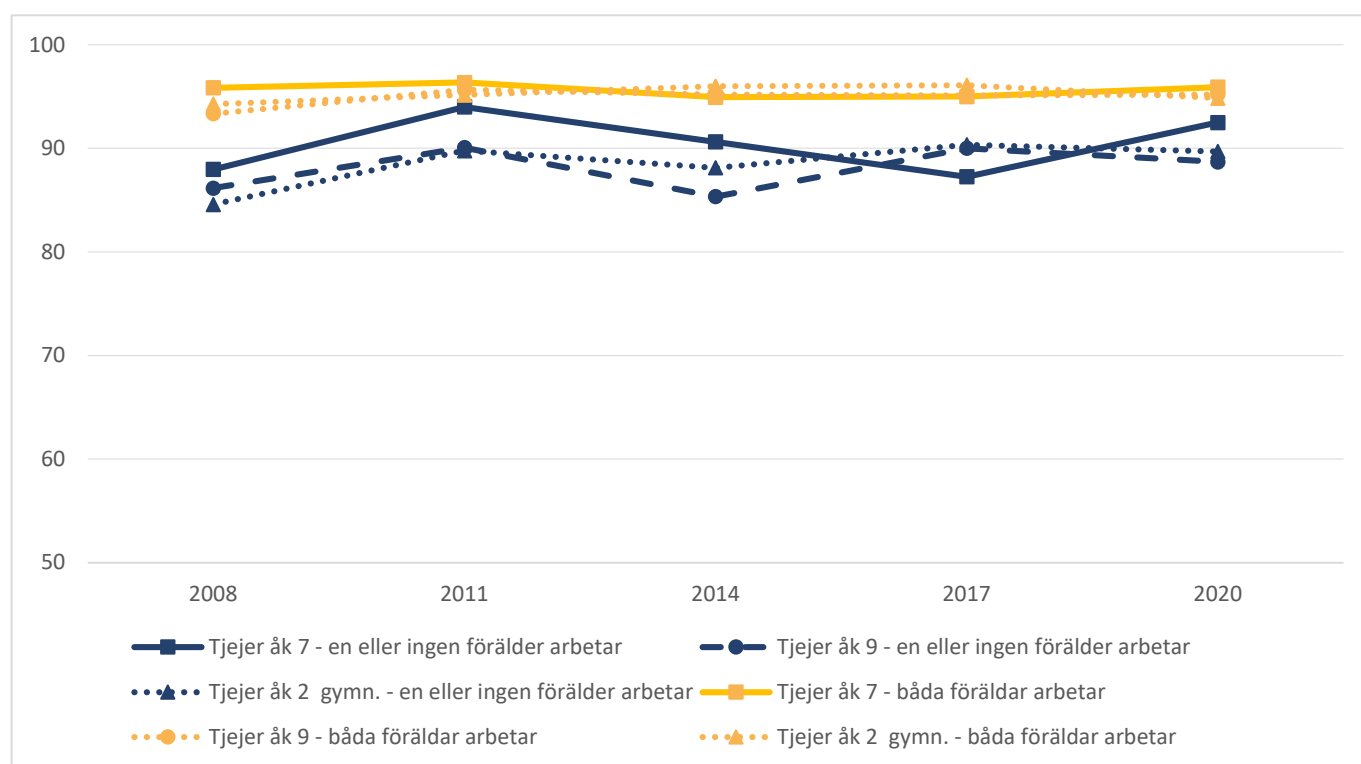
Figur 13. Andel elever som äter middag* efter årskurs och kön, LHU 2008-2020



*Äter middag varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Observera att skalan i denna figur går från 50-100%.

Efter uppdelning på föräldrarnas sysselsättning, har andelen tjejer som äter middag stigit över tid, från 86 till 90 procent bland de vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning. Denna skillnad är statistiskt signifikant ($p=0,00$). Detta mönster ses inte bland tjejer vars båda föräldrar har sysselsättning, i denna grupp var skillnaden i andelen som äter middag en procentenhet, mellan åren 2008 (94%) och 2020 (95%).

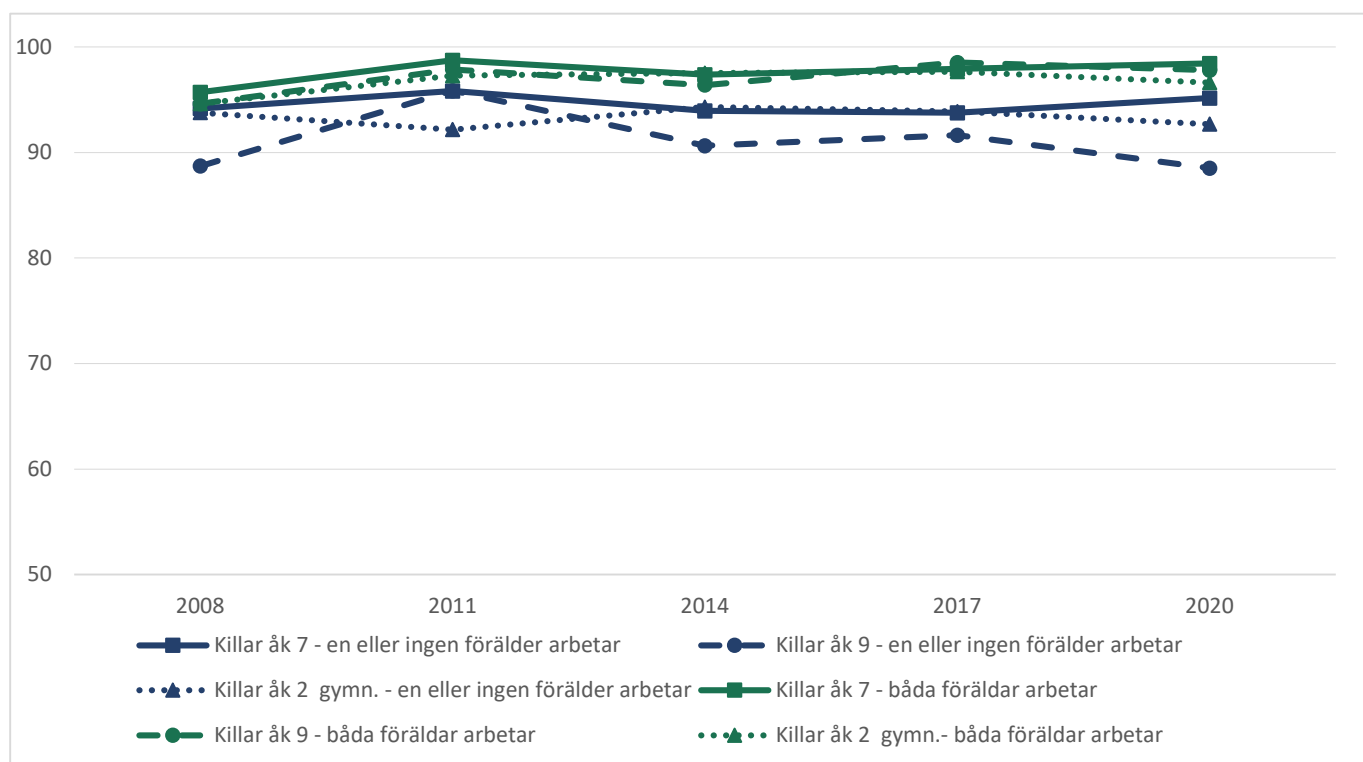
Figur 14. Andel tjejer som äter middag* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Äter middag varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Observera att skalan i denna figur går från 50-100%.

Bland killar vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning har andelen som äter middag legat stabilt över tid. I denna grupp åt 92 respektive 91 procent middag, åren 2008 och 2020. Andelen som äter middag har stigit lite bland killar vars båda föräldrar har sysselsättning, från 95 till 98 procent under perioden. Denna skillnad är statistiskt signifikant ($p=0,00$).

Figur 15. Andel killar som äter middag* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Äter middag varje dag eller 4-6 dagar per vecka. Observera att skalan i denna figur går från 50-100%.

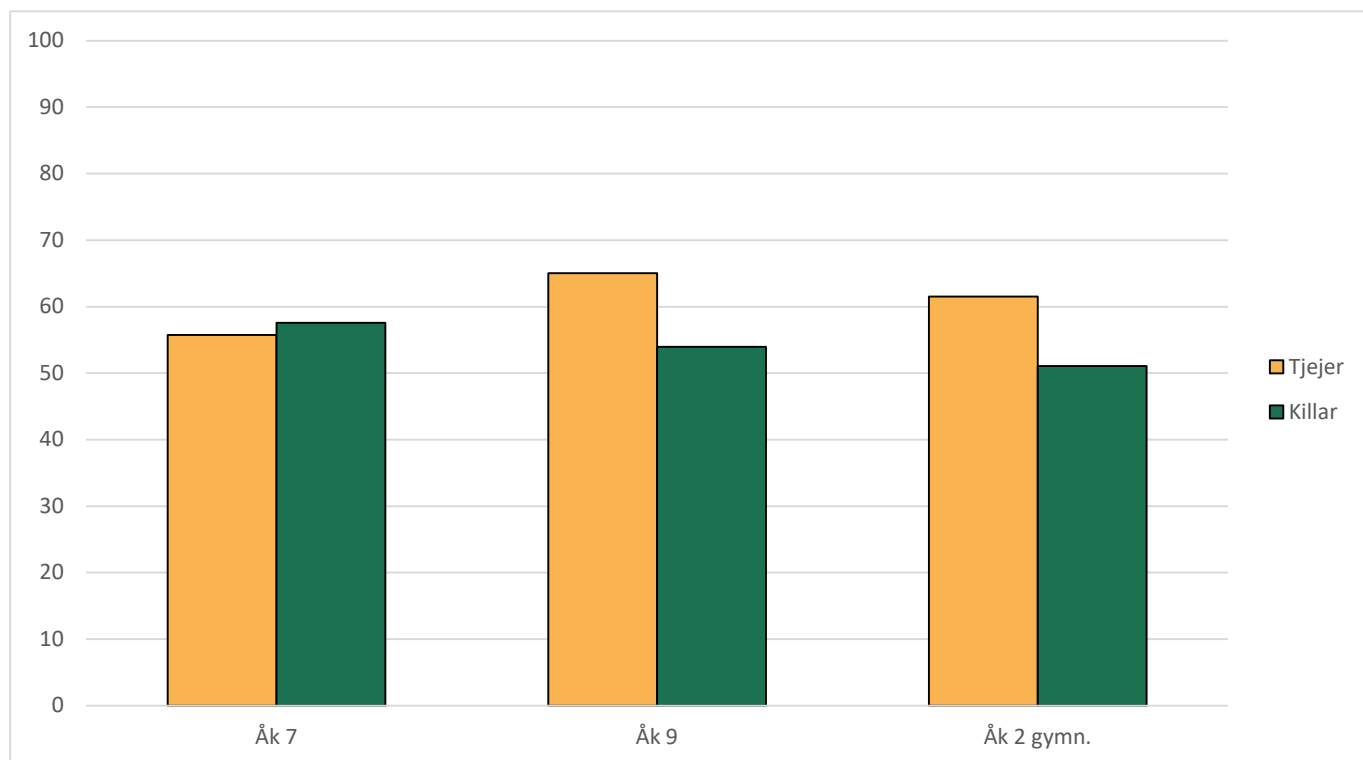
2.4 Äta frukt eller grönsaker

Frukt och grönsaker innehåller vitaminer och fibrer som är bra för kroppen och hälsan (33). Rekommendationen är att barn och unga över 10 år ska äta 500 gram frukt och grönt per dag, vilket är samma rekommendation som gäller för vuxna personer (34) det motsvarar fem knytnävsstora portioner om dagen (35). De olika färgerna i frukt och grönt kommer från så kallade antioxidanter (34), det är skyddande ämnen som bryter ned fria radikaler (36). Det är bra att äta olika sorters frukter och grönsaker eftersom de innehåller olika mycket och olika sorters näringsämnen (35).

Totalt svarade 2983 tjejer och 3096 killar på frågan om hur ofta de äter frukt eller grönsaker i LHU 2020. Av dessa uppgav 1 799 tjejer och 1 686 killar att de äter frukt eller grönsaker mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen.

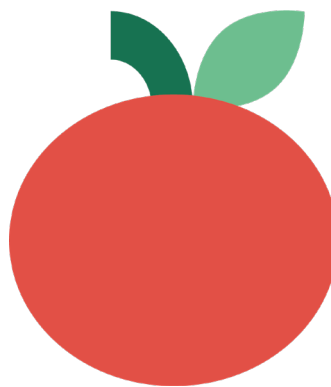
Resultaten från Liv & hälsa ung 2020 visar att 57 procent av eleverna äter frukt eller grönsaker mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen. Konsumtion av grönsaker och frukt varierar beroende på ålder och kön. Högst andel som äter frukt eller grönsaker mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen ses bland tjejer i årskurs 9 (65 %) och lägst andel finns bland killar i årskurs 2 på gymnasiet (51 %). I årskurs 7 är det något fler killar (58 %) än tjejer (56 %) som äter frukt och grönt. För årskurs 9 och 2 på gymnasiet är skillnaderna mellan tjejer och killar större (11 procentenheter i de båda årskurserna) och könsförhållande det omvända, det vill säga fler tjejer än killar äter frukt och grönt mer än en gång per dag eller så gott som dagligen.

Figur 16. Andel elever som äter frukt eller grönsaker* efter årskurs och kön, LHU 2020

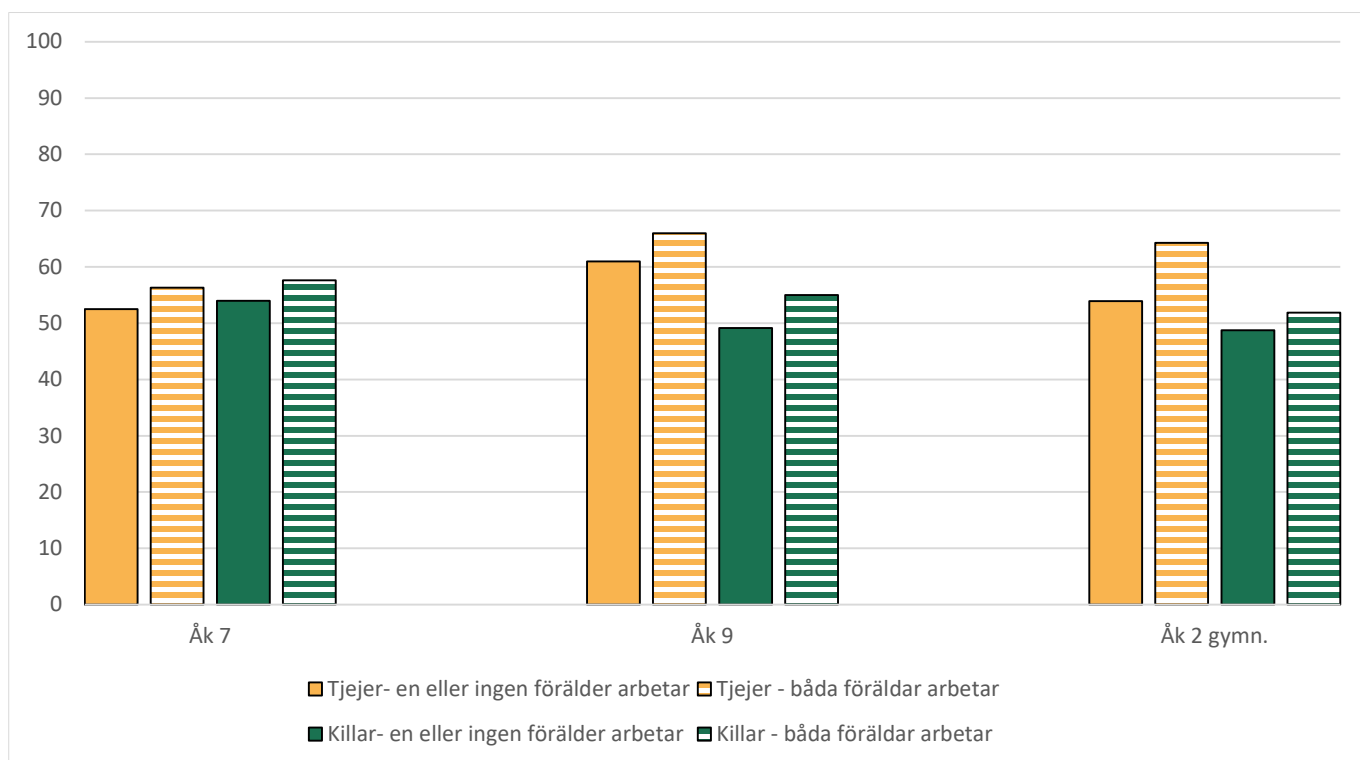


*Äter frukt eller grönsaker mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen.

Andelen som äter frukt och grönsaker dagligen är totalt högre hos elever vars båda föräldrarna har sysselsättning (59 %) jämfört med elever vars en eller båda föräldrar inte arbetar eller studerar (53 %). Störst socioekonomisk skillnad ses för tjejer i årskurs 2 på gymnasiet (10 procentenheter) och bland killar i årskurs 9 (6 procentenheter). Skillnaderna mellan de socioekonomiska grupperna är totalt sett minst bland elever i årskurs 7.



Figur 17. Andel elever som äter frukt eller grönsaker* uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020

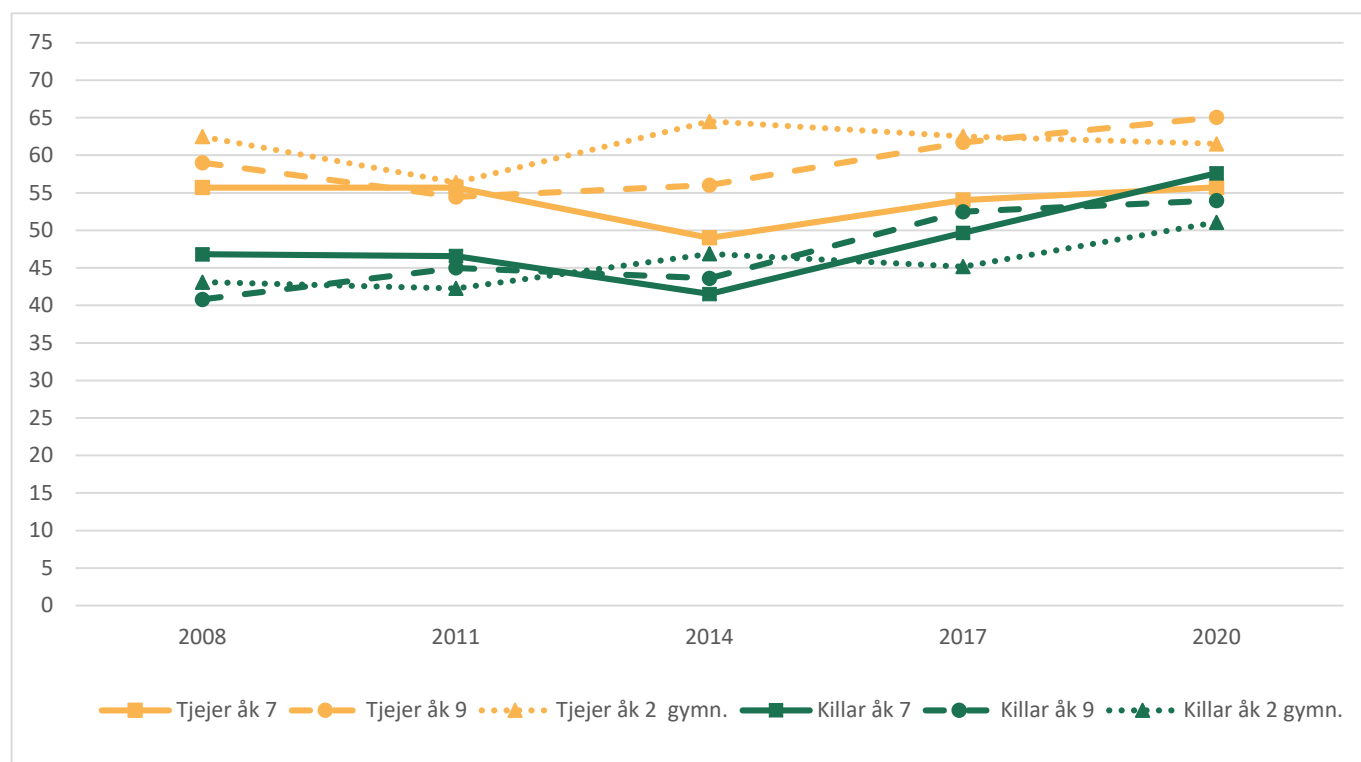


*Äter frukt eller grönsaker mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen.

Bland tjejer ses inga skillnader över tid för den totala andelen som äter frukt/grönsaker. År 2008 åt 59 procent av tjejerna frukt/grönsaker och år 2020 var motsvarande andel 60 procent. Bland killarna ses en stigande trend (10 procentenheter) i andelen som äter frukt/grönsaker. År 2008 åt 44 procent av killarna frukt/grönsaker, andelen steg till 54 procent år 2020. Denna skillnad är statistisk säkerställd ($p=0,00$).

Andelen killar som äter frukt och grönt har ökat över tid

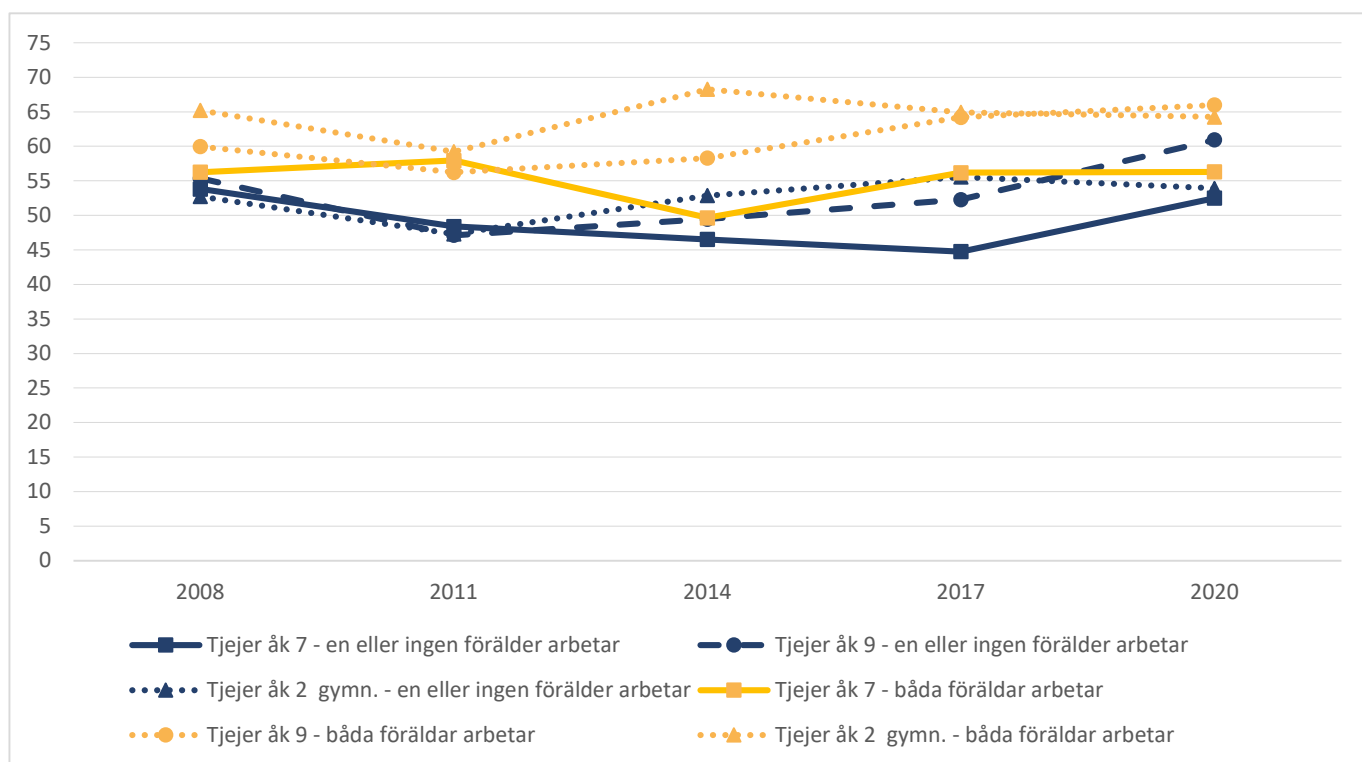
Figur 18. Andel elever som äter frukt eller grönsaker* efter årskurs och kön, LHU 2008-2020



*Äter frukt eller grönsaker mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen. Observera att skalan i denna figur går från 0-75%.

Efter uppdelning på socioekonomi, ses totalt sett inga skillnader över tid i andelen tjejer som äter frukt/grönt. I gruppen vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning, ses 1 procentenhets förändring i andelen som äter frukt/grönsaker mellan åren 2008 (54 %) och 2020 (55%). Andelen som äter frukt/grönsaker har stigit 2 procentenheter (från 60 till 62 %) bland tjejer vars båda föräldrar har sysselsättning.

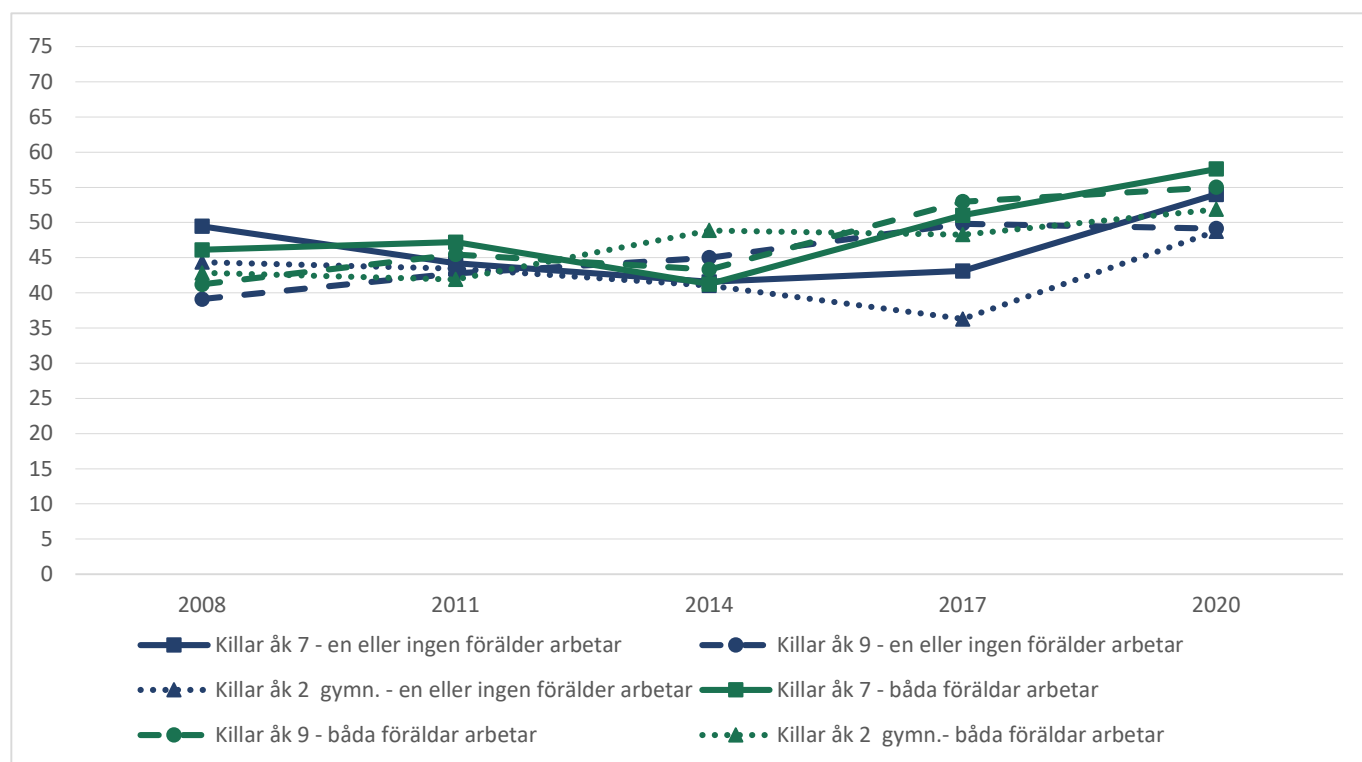
Figur 19. Andel tjejer som äter frukt eller grönsaker* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Äter frukt eller grönsaker mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen. Observera att skalan i denna figur går från 0-75%.

Bland killarna har andelen som äter frukt/grönsaker stigit över tid i båda socioekonomiska grupperna. I gruppen vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning steg andelen som äter frukt/grönsaker från 44 (2008) till 51 procent (2020). På liknande sätt, steg andelen som äter frukt/grönsaker med 12 procentenheter från 43 till 55 procent, bland killar i gruppen vars båda föräldrar har sysselsättning. Dessa skillnader är statistiskt signifikanta ($p=0,02$ och $p=0,00$).

Figur 20. Andel killar som äter frukt eller grönsaker* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Äter frukt eller grönsaker mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen. Observera att skalan i denna figur går från 0-75%.

2.5 Äta godis

Enligt Livsmedelsverket kommer 17 procent av den totala mängden kalorier som ungdomarna äter och dricker från godis, kakor, läsk och snacks. Detta är oroande eftersom dessa livsmedel tar plats från vanlig mat och påverkar intag av viktiga näringsämnen (37). Livsmedelsverkets rekommendation är att hålla igen på konsumtionen av glass, godis, kakor och läsk (38). Barn och unga behöver oftast vuxnas hjälp för att minska på intag av livsmedel som innehåller mycket socker, det gäller att hitta bra konsumtionsvanor utan att förbjuda sötsaker helt och hållet (39).

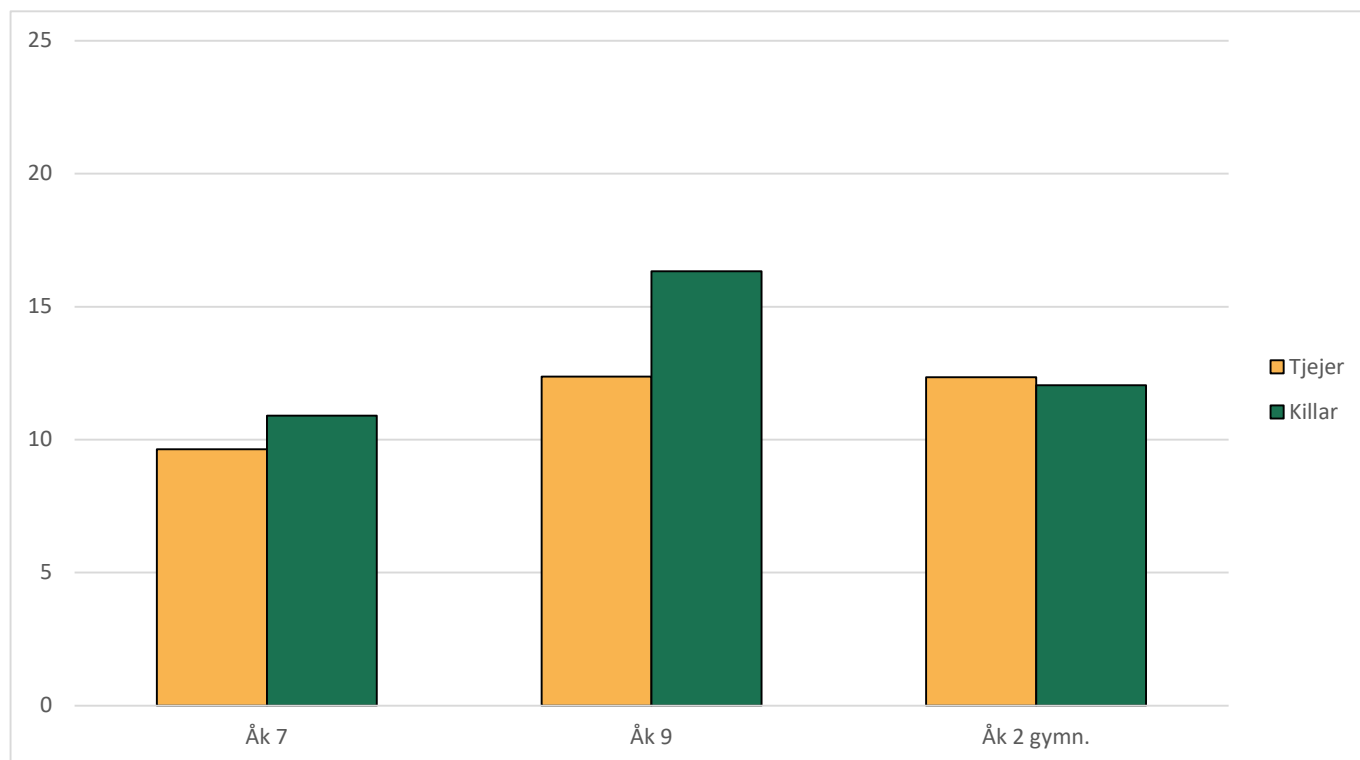
Tjejer och killars konsumtion av sötsaker, läsk och snacks skiljer sig åt. Till exempel äter tjejer mer godis och choklad än killar, medan killar dricker mer läsk och saft. Killar som går på gymnasiet dricker mest läsk och så kallade storkonsumenter dricker nästan en liter läsk per dag (37).

Totalt svarade 2978 tjejer och 3090 killar på frågan om hur ofta de äter godis i LHU 2020. Av dessa uppgav 335 tjejer och 402 killar att de äter godis mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen.

Resultaten från 2020 visar att totalt 12 procent av eleverna äter godis dagligen. Lägst andel finns bland elever i årskurs 7 (10 %) och högst andel finns bland elever i årskurs 9 (15 %).

Vid en indelning efter kön ser vi att totalt 11 procent av tjejerna och 13 procent av killarna äter godis dagligen. Största skillnad mellan könen ses bland eleverna i årskurs 9, i denna årskurs är det 12 procent av tjejerna och 16 procent av killarna som äter godis dagligen.

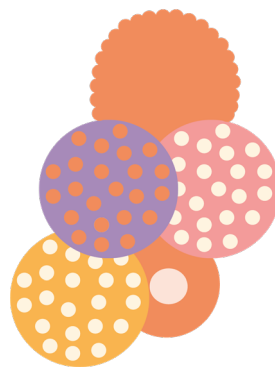
Figur 21. Andel elever som äter godis dagligen* efter årskurs och kön, LHU 2020



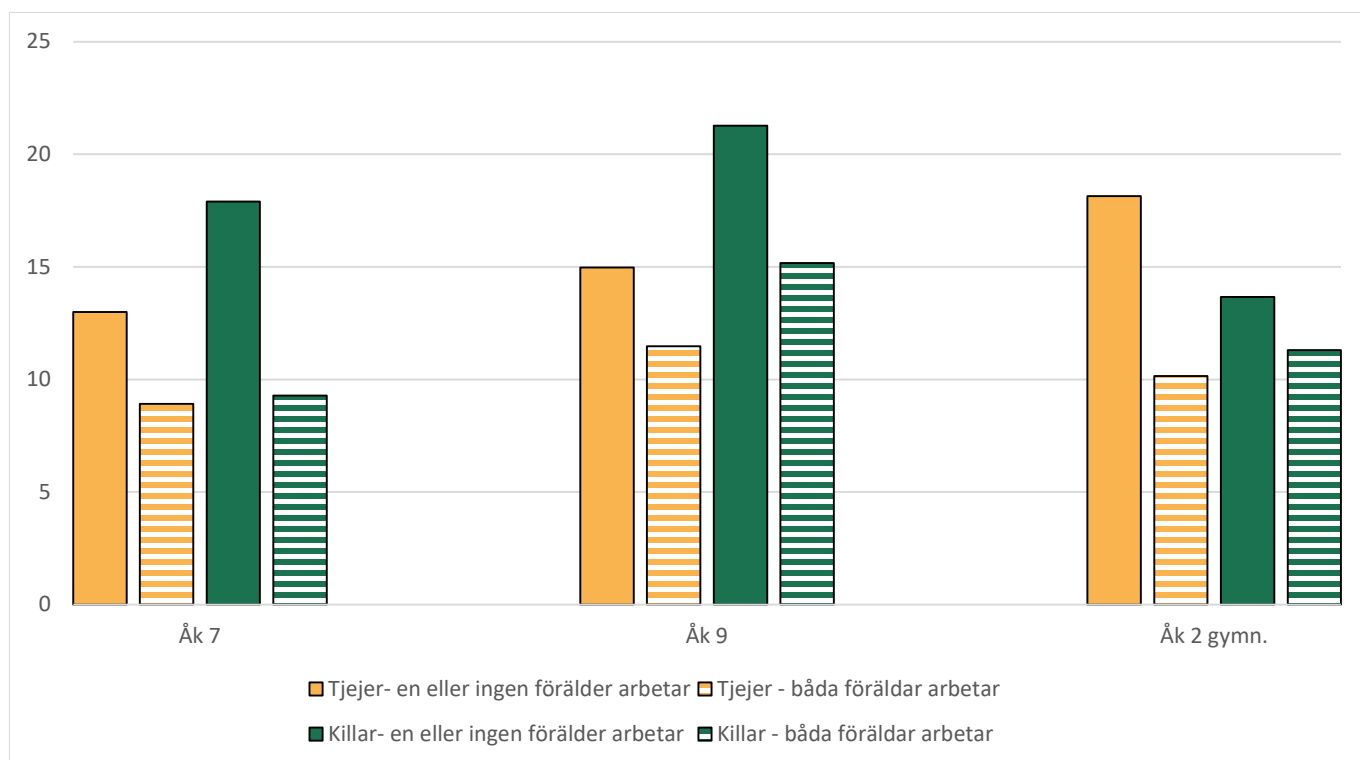
*Äter godis (ej tuggummi) mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen. Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Andelen elever som äter godis dagligen skiljer åt mellan de två socioekonomiska grupperna. Totalt sett är andelen som äter godis dagligen högre bland elever vars båda föräldrarna saknar sysselsättning (16 %) jämfört med elever vars en eller båda föräldrar har sysselsättning (11%).

Vid en indelning efter kön, ålder och socioekonomi visar resultaten att andelen elever som äter godis dagligen är lägst bland tjejer och killar i årskurs 7 (9%) vars båda föräldrar har sysselsättning. Högst andel finns bland killar i årskurs 9 där drygt en av fem (21 %) vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning äter godis dagligen. Nästan lika stora andelar ”godisätare” finns bland killar i årskurs 7 (18%) och tjejer i årskurs 2 på gymnasiet (18%) vars minst en förälder saknar sysselsättning.



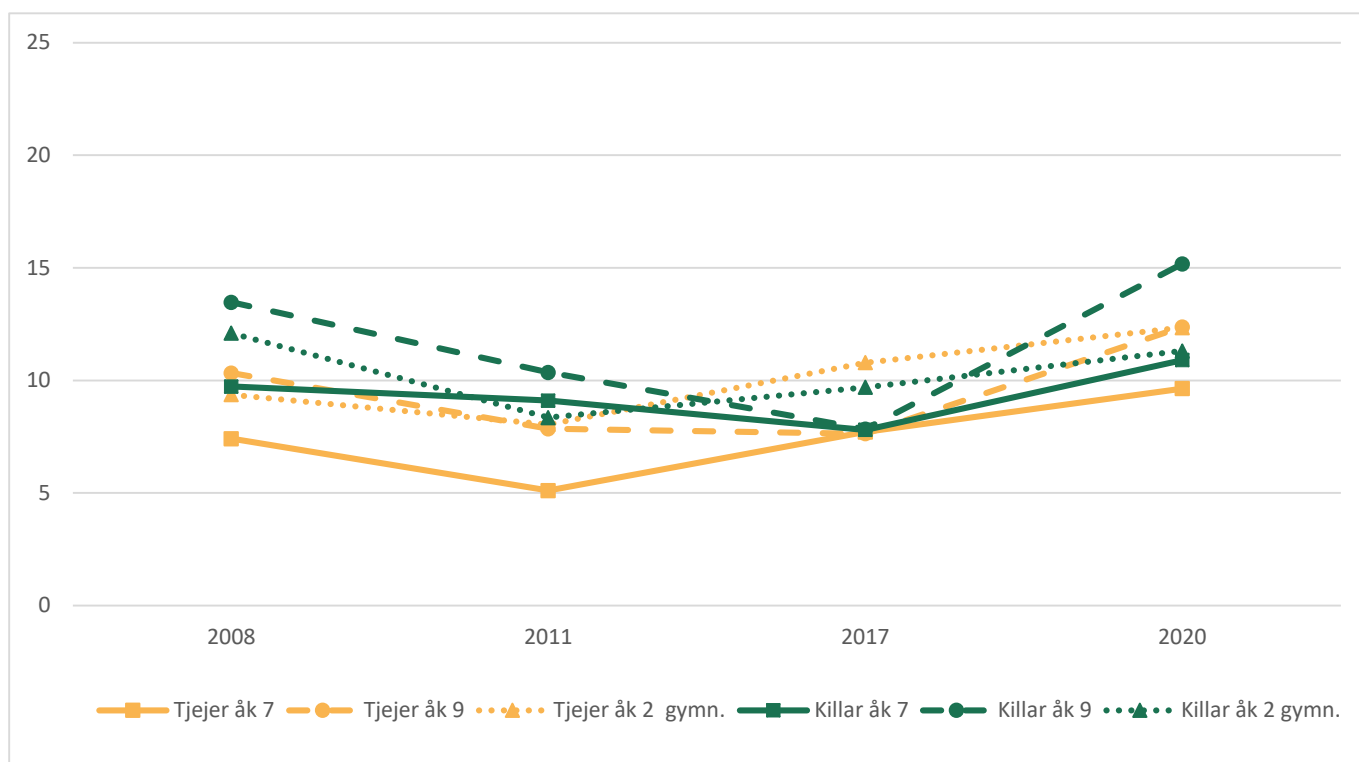
Figur 22. Andel elever som äter godis dagligen* uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020



*Äter godis (ej tuggummi) mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen. Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Över tid har andelen tjejer och killar som äter godis dagligen, totalt sett, legat ganska stabilt. Bland tjejer var andelen som äter godis dagligen 9 procent år 2008 och motsvarande andel var 11 procent år 2020. Denna skillnad är statistiskt säkerställd ($p=0,00$). Andelen killar som åt godis dagligen var 12 och 13 procent under undersökningsperioden.

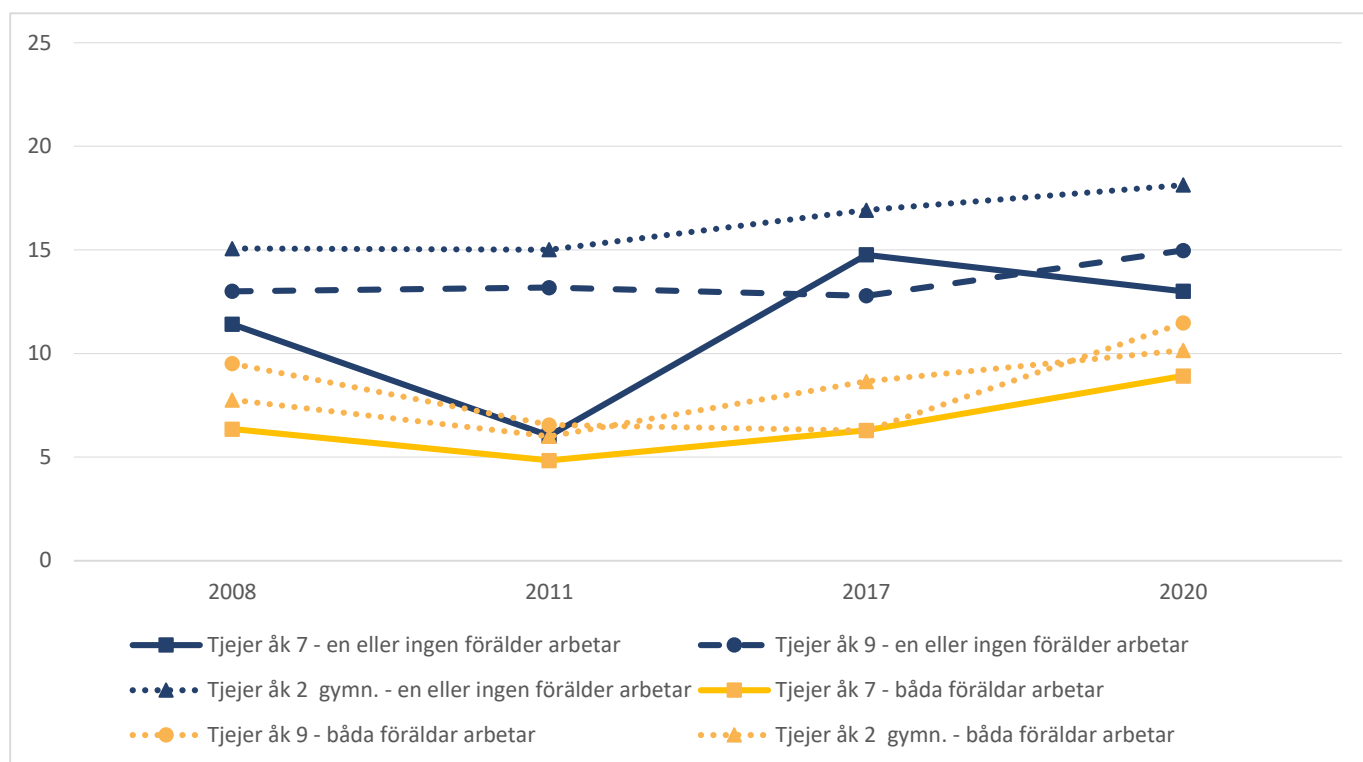
Figur 23. Andel elever som äter godis dagligen* efter årskurs och kön, LHU 2008-2020



*Äter godis (ej tuggummi) mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen. Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Efter uppdelning på socioekonomi ses, totalt sett, små skillnader över tid i andelen tjejer som äter godis dagligen. I gruppen vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning ses 2 procentenhets förändring i andel som äter godis dagligen, mellan åren 2008 (13 %) och 2020 (15%). Andelen som äter godis dagligen är lite lägre (8 % och 10%) bland tjejer vars båda föräldrar har sysselsättning.

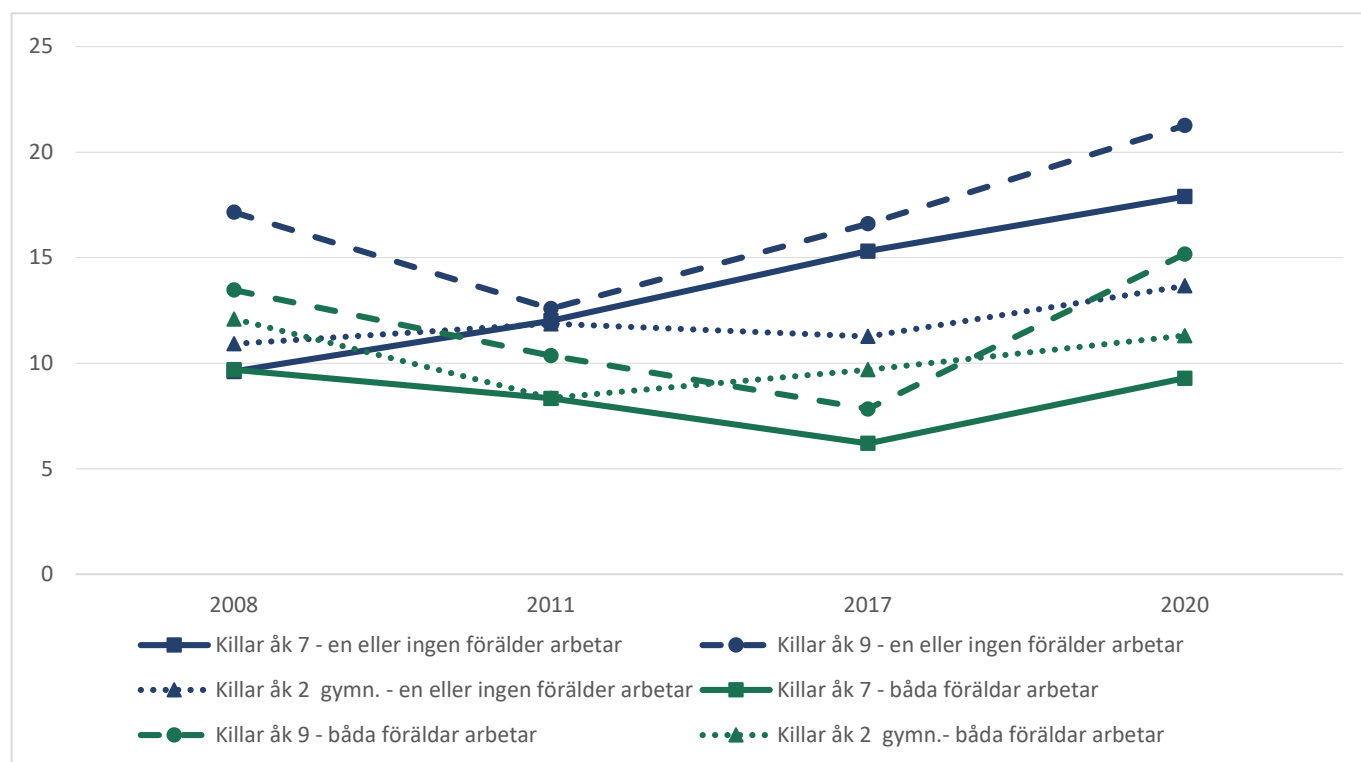
Figur 24. Andel tjejer som äter godis dagligen* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Äter godis (ej tuggummi) mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen. Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Bland killarna i gruppen vars en eller båda föräldrarna saknar sysselsättning, har andelen som äter godis dagligen totalt sett stigit lite över tid, från 13 till 18 procent under åren 2008-2020. Denna skillnad är statistiskt säkerställd ($p=0,00$). I gruppen vars båda föräldrar har sysselsättning äter 12 procent av killarna godis dagligen under denna period.

Figur 25. Andel killar som äter godis dagligen* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Äter godis (ej tuggummi) mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen. Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

2.6 Dricka läsk

Läsk är en stor källa till kalorier som är mycket lätt att få i sig eftersom läsk inte ger en lika stor mättnadskänsla som kolhydrater i fast form. Det finns flera studier som visar att drycker som är sötade med socker kan vara en bidragande orsak till övervikt och fetma (29). Även tandhälsan kan påverkas vid intag av stora mängder livsmedel som innehållande socker (40). Killar på gymnasiet är de som dricker mest läsk, och de som är så kallade storkonsumenter av läsk dricker nästan en liter per dag (37).

Frågan om läsk har ändrats vid några tillfällen. Vid undersökningarna 2008, 2011 och 2014 var det en enskild fråga ” Hur ofta brukar du dricka läsk?” År 2017 blev frågan en del av en matrisfråga där huvudfrågan var ”Hur ofta brukar du...?” och delfrågan var ”Dricka läsk”. År 2020 var det fortsatt en matrisfråga men med ett tillägg som handlar om sötad dryck. Huvudfrågan var ”Hur ofta brukar du...” och delfrågan var ...”dricka läsk eller annan dryck som innehåller socker?”.

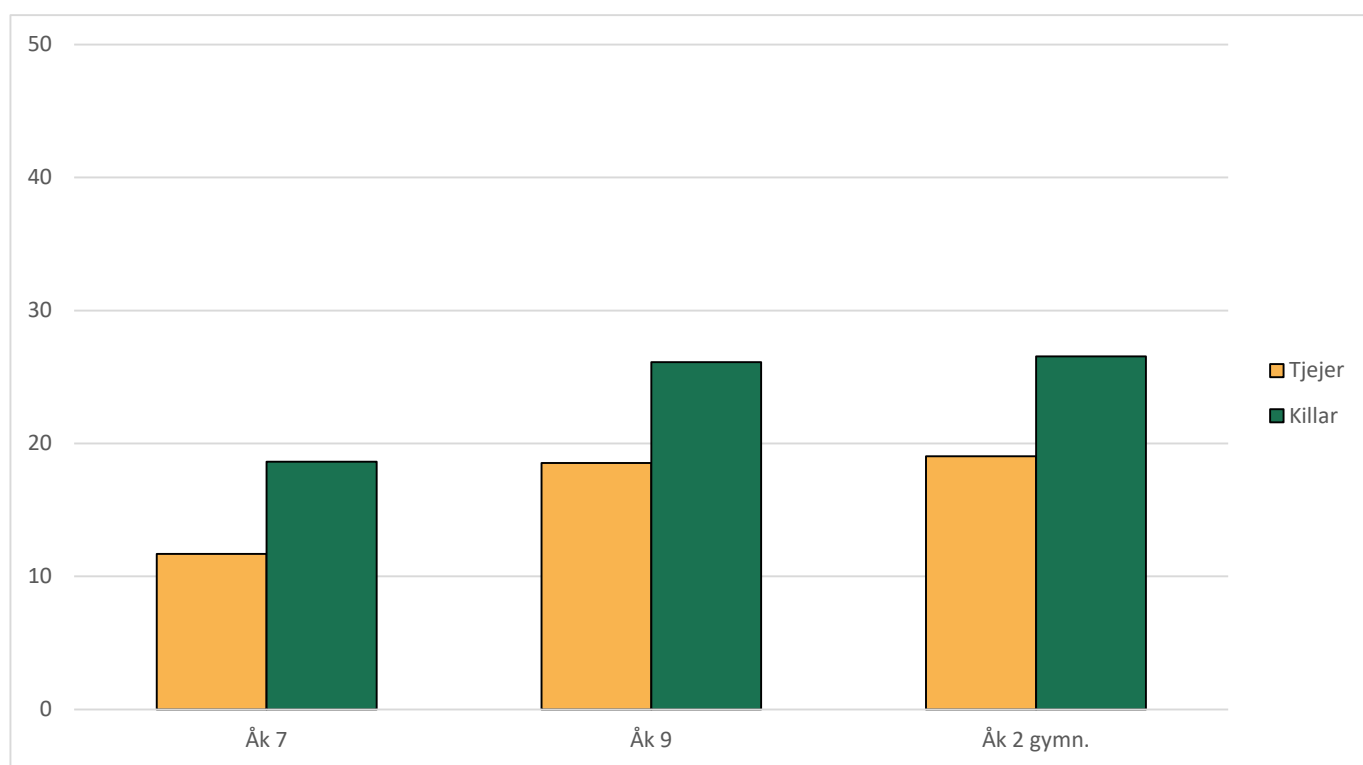
Totalt svarade 2978 tjejer och 3093 killar på frågan om hur ofta de dricker läsk i LHU 2020. Av dessa uppgav 473 tjejer och 725 killar att de dricker läsk mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen.

En av fem (20%) eleverna dricker läsk dagligen. Konsumtionen av läsk skiljer sig åt mellan tjejer och killar men också mellan årskurserna. Lägst andel som dricker läsk dagligen finns bland elever i årskurs 7 (15%) och högst andel finns bland elever i årskurs 9 (23%) samt årskurs 2 på gymnasiet (23 %).

Vid en indelning efter kön ser vi att totalt 16 procent av tjejerna och 24 procent av killarna dricker läsk dagligen. Största skillnad mellan könen ses bland eleverna i årskurs 2 på gymnasiet (8 procentenheter), i denna årskurs är andelen tjejer och killar som dricker läsk dagligen 19 respektive 27 procent.

Andelen som dricker läsk är högre bland killar än bland tjejer

Figur 26. Andel elever som dricker läsk dagligen* efter årskurs och kön, LHU 2020



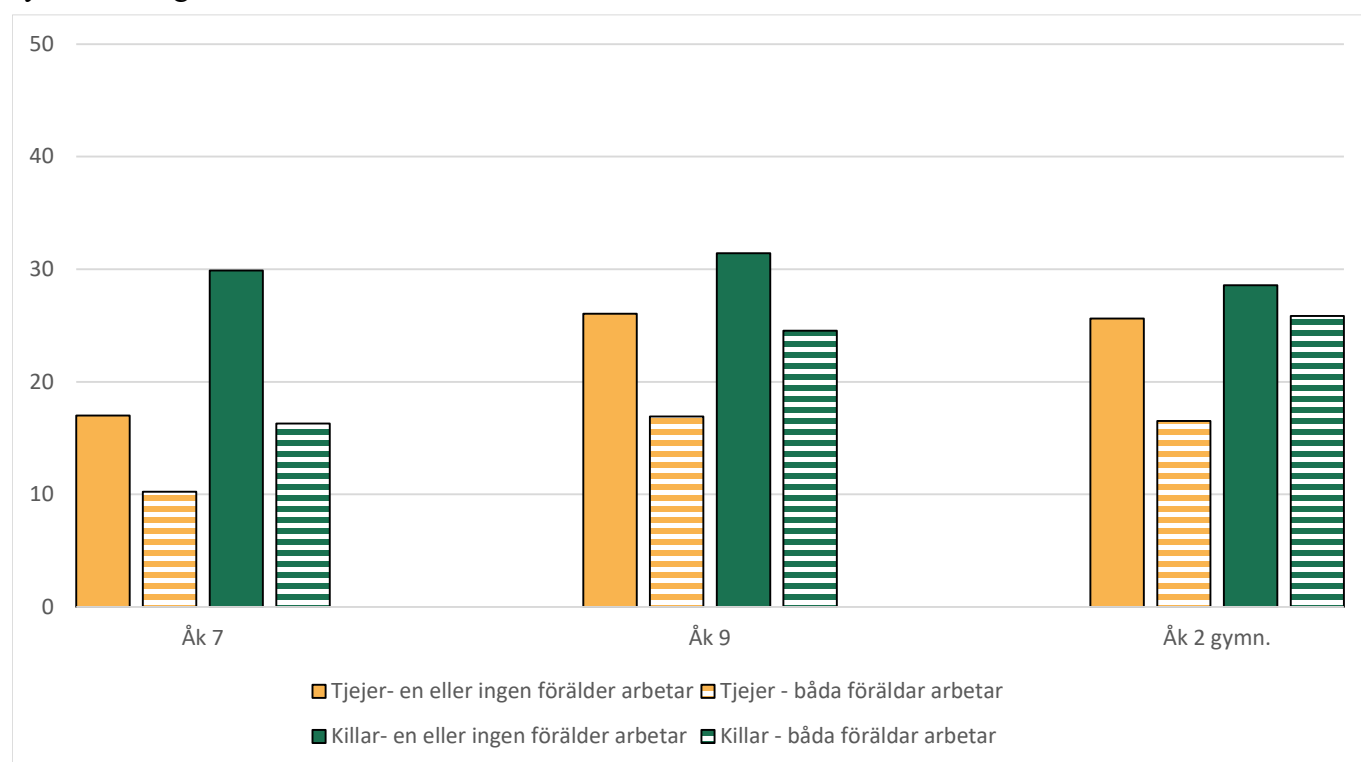
*Dricker läsk mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen.

Frågan har ändrats: År 2008-2017 stod det dricka läsk och 2020 var formuleringen dricka läsk eller annan sötad dryck. Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Andelen elever som dricker läsk dagligen skiljer sig åt mellan de två socioekonomiska grupperna. Totalt sett är andelen som dricker läsk högre bland elever vars båda föräldrarna saknar sysselsättning (26%) jämfört med elever vars en eller båda föräldrar har sysselsättning (18%).

Vid en indelning efter kön, ålder och socioekonomi visar resultaten att andelen elever som dricker läsk mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen är lägst bland tjejer (10%) och killar i årskurs 7 (16%) vars båda föräldrar har sysselsättning. Högst andel finns bland killar i årskurs 9 vars minst en förälder saknar sysselsättning, i denna grupp dricker närmare var tredje kille (31%) läsk mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen. Nästan lika höga andel läskdrickare finns bland killar i årskurs 7 (30%) och killar i årskurs 2 på gymnasiet (29%) vars minst en förälder saknar sysselsättning.

Figur 27. Andel elever som dricker läsk dagligen* uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020



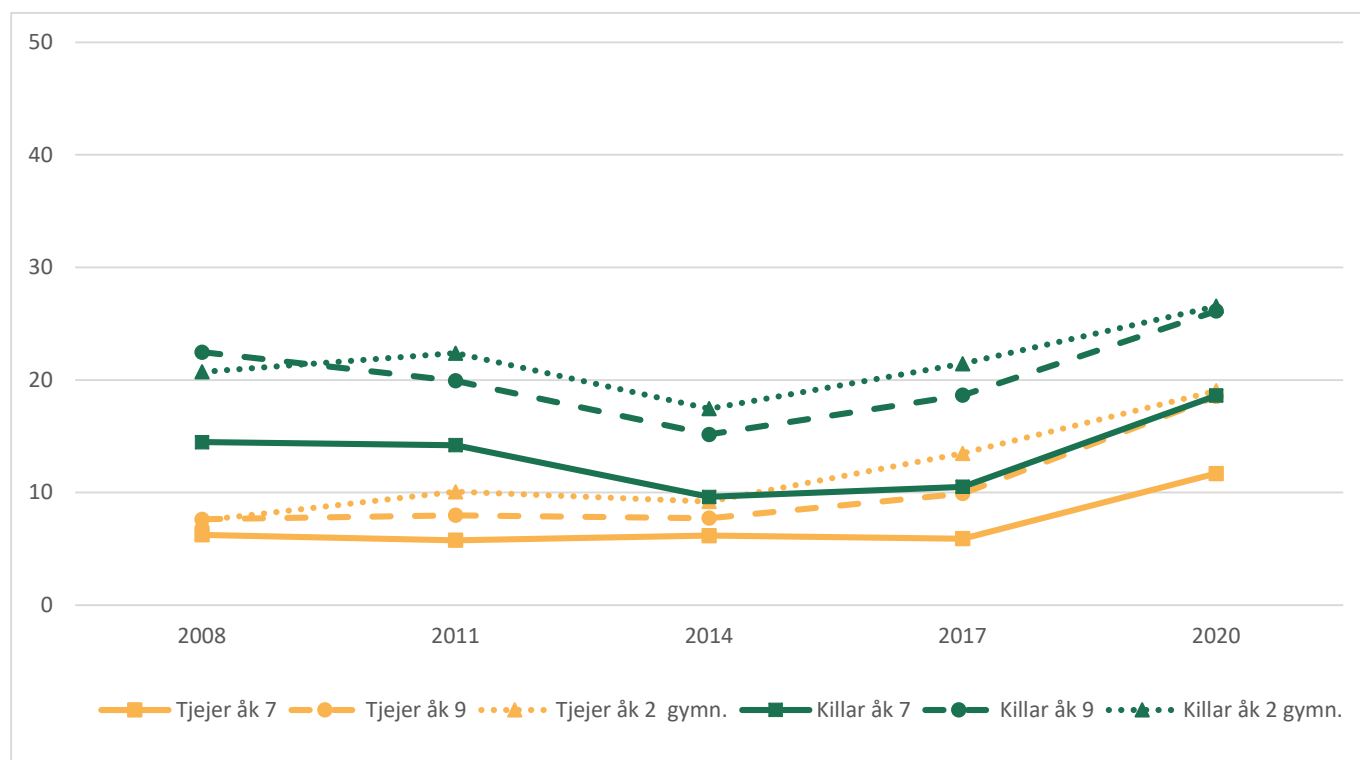
*Dricker läsk mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen.

Frågan har ändrats: År 2008-2017 stod det dricka läsk och 2020 var formuleringen dricka läsk eller annan sötad dryck. Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Den totala andelen som dricker läsk dagligen har stigit över tid, både bland tjejer och bland killar. Bland tjejerna har andelen som dricker läsk dagligen mer än fördubblats, från 7 till 16 procent under åren 2008-2020 ($p=0,00$). Bland killarna ses inte lika stor ökning, andelen som dricker läsk dagligen steg från 19 till 23 procent ($p=0,00$) under undersökningsperioden. Dessa skillnader över tid är statistisk säkerställda.

Andelen tjejer som dricker läsk har fördubblats

Figur 28. Andel elever som dricker läsk dagligen* efter årskurs och kön, LHU 2008-2020

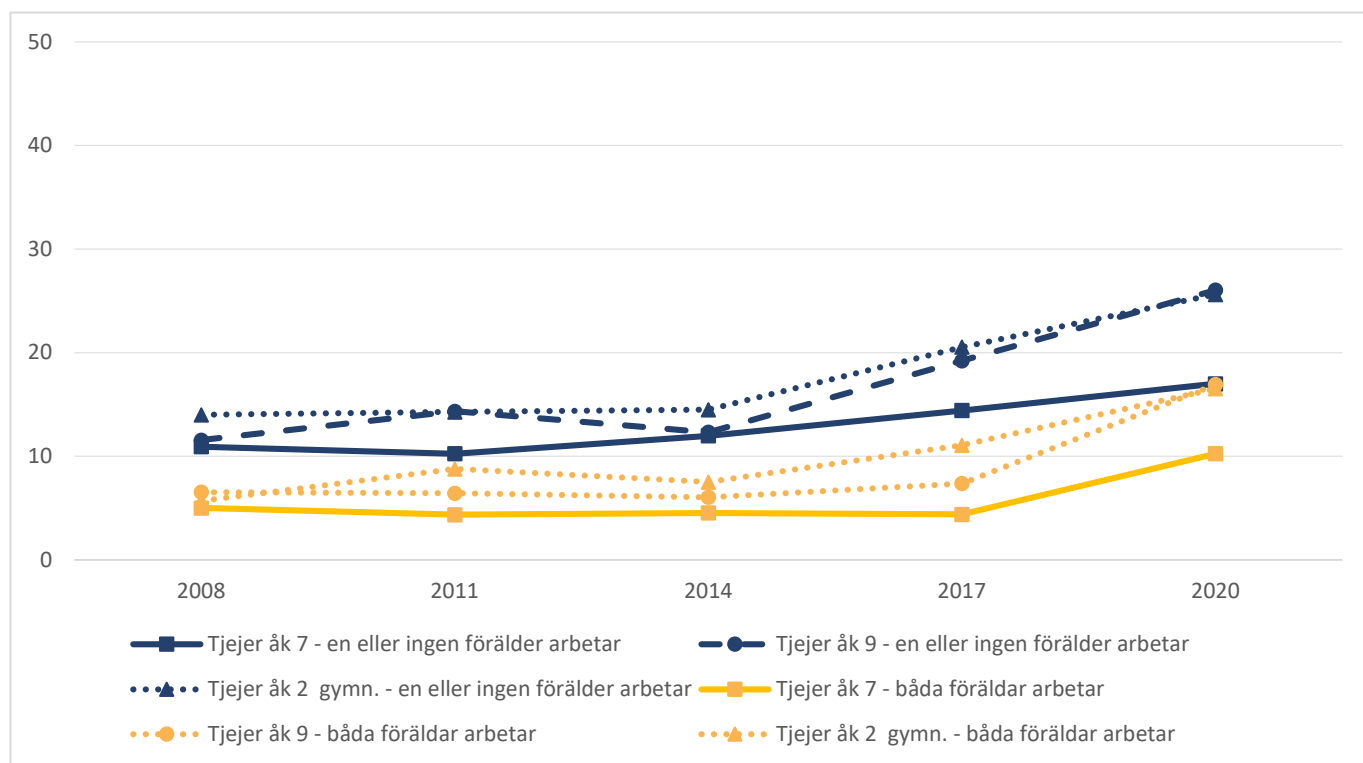


*Dricker läsk mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen.

Frågan har ändrats: År 2008-2017 stod det dricka läsk och 2020 var formuleringen dricka läsk eller annan sötad dryck. Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Sett över tid har andelen tjejer som dricker läsk dagligen ökat med 11 procentenheter i gruppen vars en eller båda föräldrarna saknar sysselsättning. Under år 2008 drack 12 procent av tjejerna i denna grupp läsk dagligen, år 2020 drack 23 procent läsk ($p=0,00$). På liknade sätt ses en ökning i andelen tjejer som dricker läsk dagligen i den grupp vars båda föräldrar har sysselsättning, från 6 till 14 procent ($p=0,00$). Dessa skillnader är statistiskt signifikanta.

Figur 29. Andel tjejer som dricker läsk dagligen* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



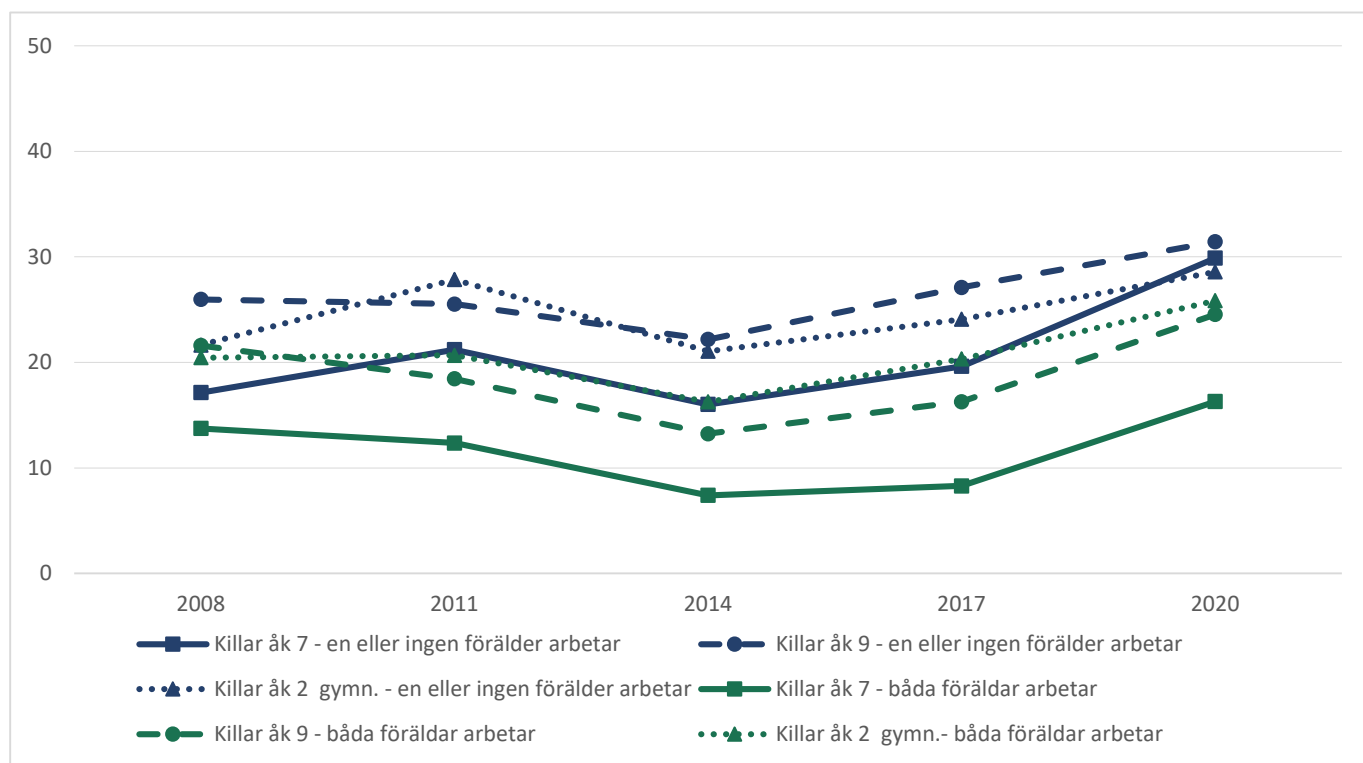
*Dricker läsk mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen.

Frågan har ändrats. År 2008-2017 stod det dricka läsk och 2020 var formuleringen dricka läsk eller annan sötdryck.

Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Bland killarna har andelen som dricker läsk dagligen stigit i gruppen vars en eller båda föräldrarna saknar sysselsättning. I denna grupp var det 22 procent som drack läsk dagligen år 2008 och år 2020 har andelen stigit till 30 procent ($p=0,00$). Bland killarna, vars båda föräldrar har sysselsättning har andelen som dricker läsk dagligen ökat något, från 19 till 22 procent ($p=0,00$). Dessa skillnader över tid är statistiskt säkerställda.

Figur 30. Andel killar som dricker läsk dagligen* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Dricker läsk mer än en gång om dagen eller så gott som dagligen.

Frågan har ändrats. År 2008-2017 stod det dricka läsk och 2020 var formuleringen dricka läsk eller annan sötdryck.

Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

3. Alkohol, narkotika och tobak (ANT)

Alkohol, narkotika och tobak är alla exempel på droger (ämnen) som vid användning framkallar någon form av rus och som påverkar kropp- eller tankeverksamheten (41). Tobak och alkohol är lagliga droger medan många så kallade narkotikaklassade preparat är olagliga droger. Vissa undantag görs för narkotikaklassade läkemedel som används i medicinskt syfte och förskrivs av läkare (41,42).

Alla droger kan ge ett beroende och för vissa individer blir detta beroende livslångt (41). Såväl bruk som missbruk av alkohol, narkotika och tobak orsakar stora kostnader för samhället. Förebyggande insatser som minskar bruket av droger kan bidra till betydande samhällsekonomiska besparingar och mänskliga vinster (44).

En förebyggande insats är att ha åldersgräns för att köpa och sälja alkohol och tobak (45). I Sverige finns en åldersgräns på 18 år och den gäller såväl köp som försäljning av tobaksprodukter (46). För alkohol finns två åldersgränser. Åldersgräns för försäljning och köp av alkohol på restauranger och barer är 18 år och på Systembolaget är åldersgränsen för köp och försäljning 20 år (47).



3.1 Alkohol

Alkohol påverkar de flesta organen i kroppen. Kortsiktiga riskeffekter av att dricka alkohol är till exempel försämrad sömn, omdöme, koncentrationsförmåga och minne (48). Riskbruk av alkohol påverka människors sociala relationer och ger en ökad risk för fysisk och psykisk sjukdom (48).

Det är också vanligt med skador och problem som beror på förändrat beteende vid alkoholkonsumtion. Till exempel är det mer förekommande att utsätta sig för att ha oskyddat sex vilket ökar risken för sexuellt överförbara sjukdomar. Det finns också en ökad risk för att råka ut för sexuella övergrepp, misshandel och rån (49).

Under de senaste decennierna ses en positiv trend då den totala alkoholkonsumtionen bland invånarna i Sverige har gått ned (50), och sedan millennieskiftet har även alkoholkonsumtionen bland ungdomar totalt sett minskat (51). Enligt rapporten Skolbarns hälsovanor 2020 dricker ungdomar oftast alkohol som är inköpt på Systembolaget, sannolikt genom inköp av någon annan än av ungdomarna själva (51).

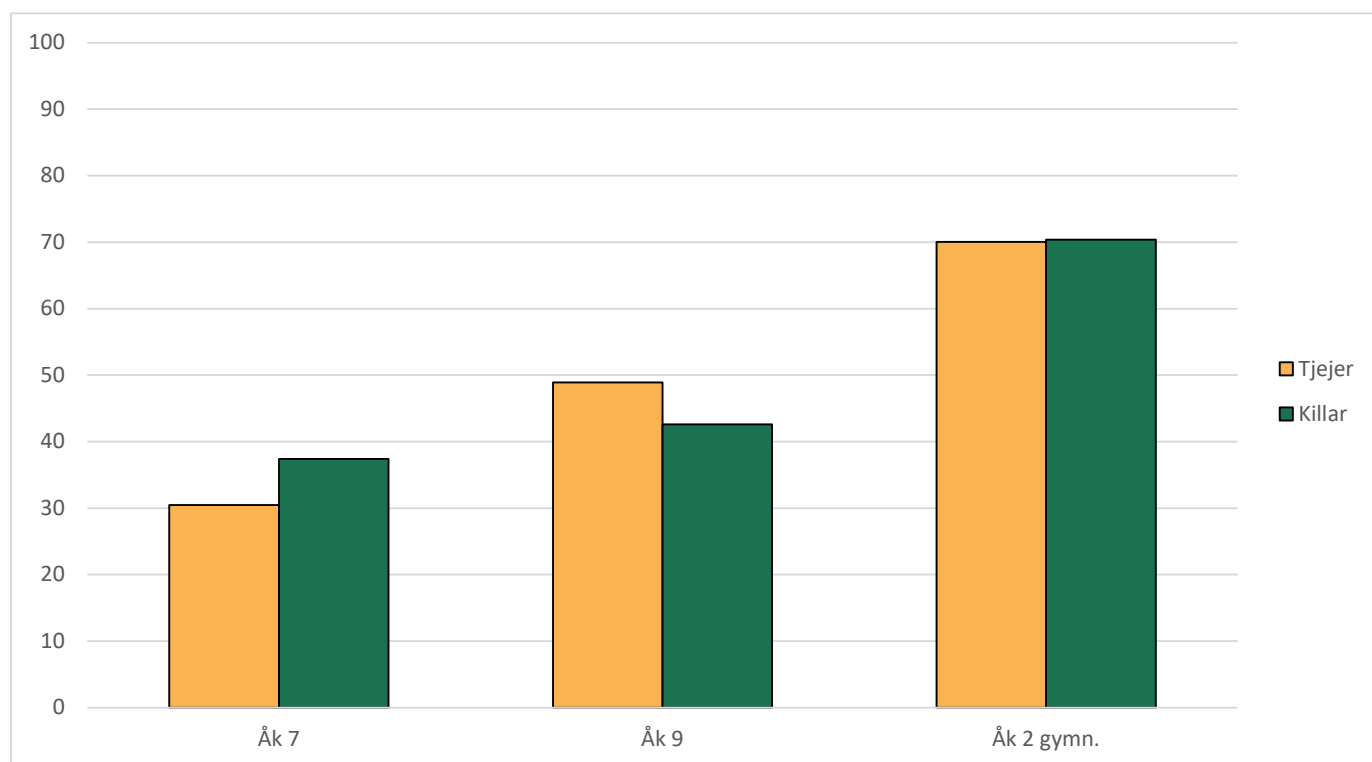
I Liv & hälsa ung enkäten är frågorna om alkohol något olika utformade. I årskurs 7 enkäten frågar vi om eleverna har druckit alkohol någon gång, för elever i årskurs 9 och 2 på gymnasiet finns tidsperspektivet 12 månader med i frågan.

Totalt svarade 3054 tjejer och 3213 killar på frågan om alkohol i LHM 2020. Av dessa uppgav 1448 tjejer och 1584 killar att de har druckit alkohol under de senaste 12 månaderna.

Andelen elever som har druckit alkohol är lägst i årskurs 7 (34%) och högst bland elever i årskurs 2 på gymnasiet (70%). I årskurs 7 och 9 visar resultaten också på skillnad i alkoholkonsumtion vid indelning efter kön. I årskurs 7 är det en högre andel killar (37%) än tjejer (30%) som druckit alkohol någon gång. I årskurs 9 ser vi ett omvänt resultat, det vill säga en högre andel tjejer (49 %) än killar (43%) har druckit alkohol någon gång under de senaste 12 månaderna.



Figur 31. Andel elever som har druckit alkohol* efter årskurs och kön, LHU 2020

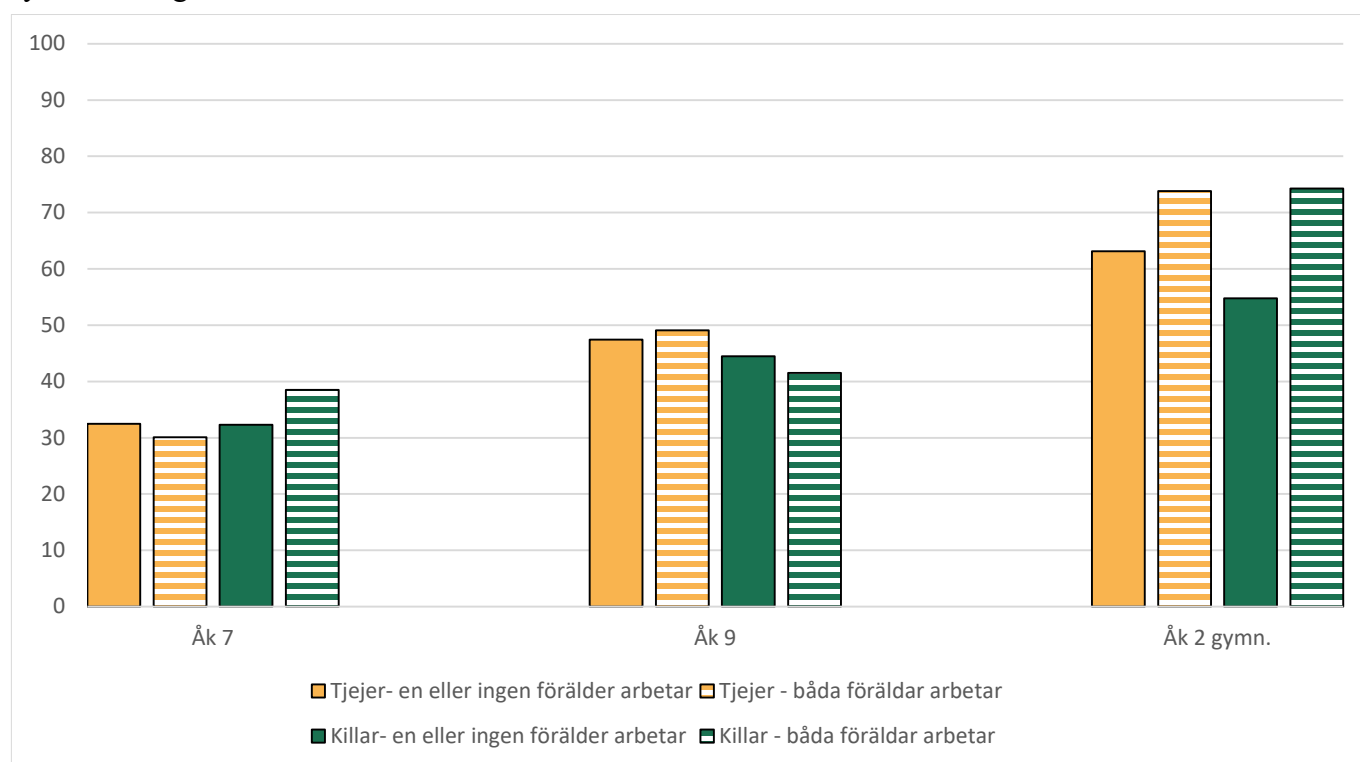


*Fråga till elever i åk 7 - Har du någon gång druckit alkohol? Fråga till elever i årskurs 9 och 2 på gymnasiet - Har du under de senaste 12 månaderna druckit alkohol?

Resultaten visar att andelen elever som druckit alkohol är större bland dem vars minst en förälder saknar arbete (47 %). Motsvarande andel är 49 procent bland elever vars båda föräldrar har sysselsättning.

Störst skillnad i andelen som druckit alkohol vid indelning efter socioekonomi och årskurs ses bland elever i årskurs 2 på gymnasiet. Resultaten visar att 59 procent av gymnasieeleverna vars minst en förälder saknar arbete har druckit alkohol under de senaste 12 månaderna och bland elever vars båda föräldrar har sysselsättning är motsvarande andel 74 procent.

Figur 32. Andel elever som har druckit alkohol* uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020

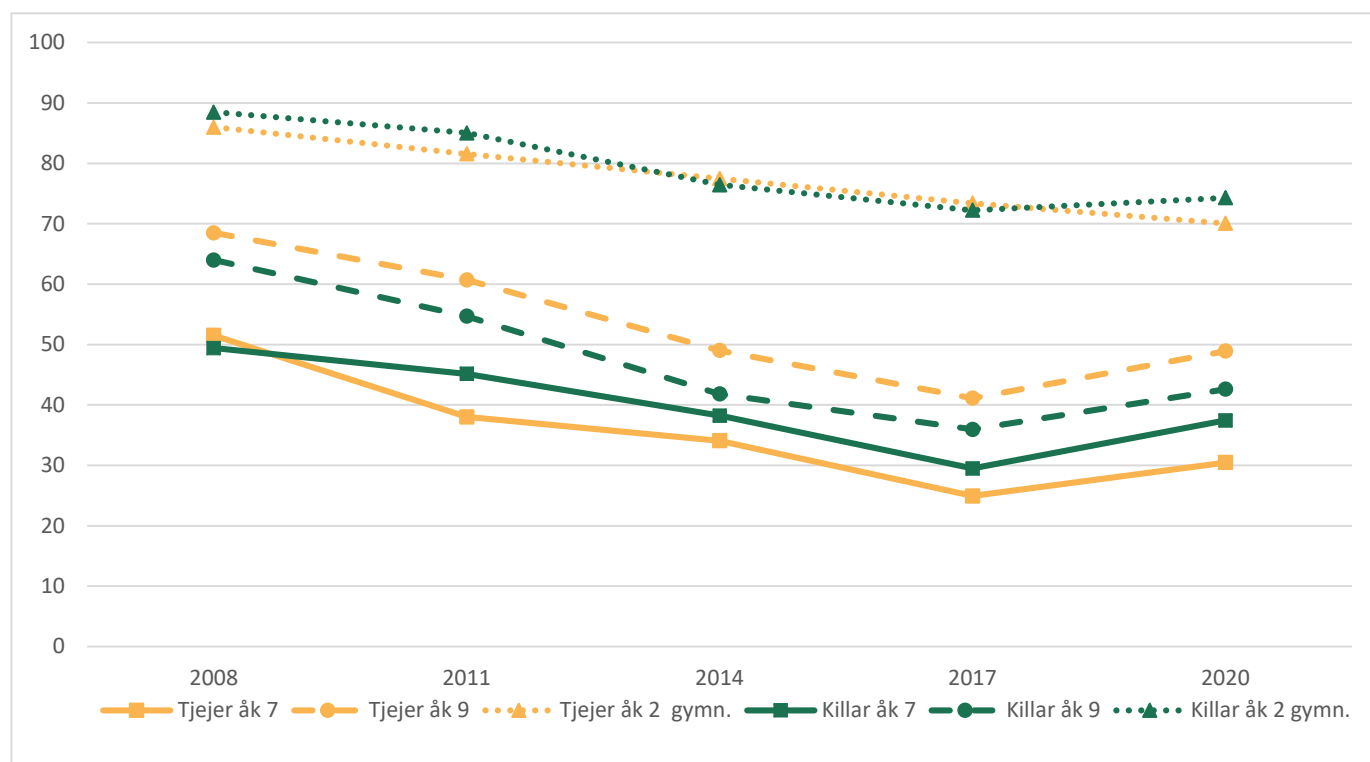


*Fråga till elever i åk 7 - Har du någon gång druckit alkohol? Fråga till elever i årskurs 9 och 2 på gymnasiet - Har du under de senaste 12 månaderna druckit alkohol?

Andelen tjejer och killar som har druckit alkohol har minskat med 18 procentenheter under åren 2008-2020. Totalt sett har andelen tjejer som har druckit alkohol sjunkit från 68 till 47 procent ($p=0,00$). Liknade mönster ses också bland killarna, andelen som har druckit alkohol har minskat från 66 till 49 procent ($p=0,00$). Dessa skillnader över tid är statistisk säkerställda. Andelen unga som har druckit alkohol minskar fram till år 2017, därefter stiger andelen något, främst bland elever i årskurs 7 och 9.

Andelen unga som har druckit alkohol har minskat med 18 procentenheter

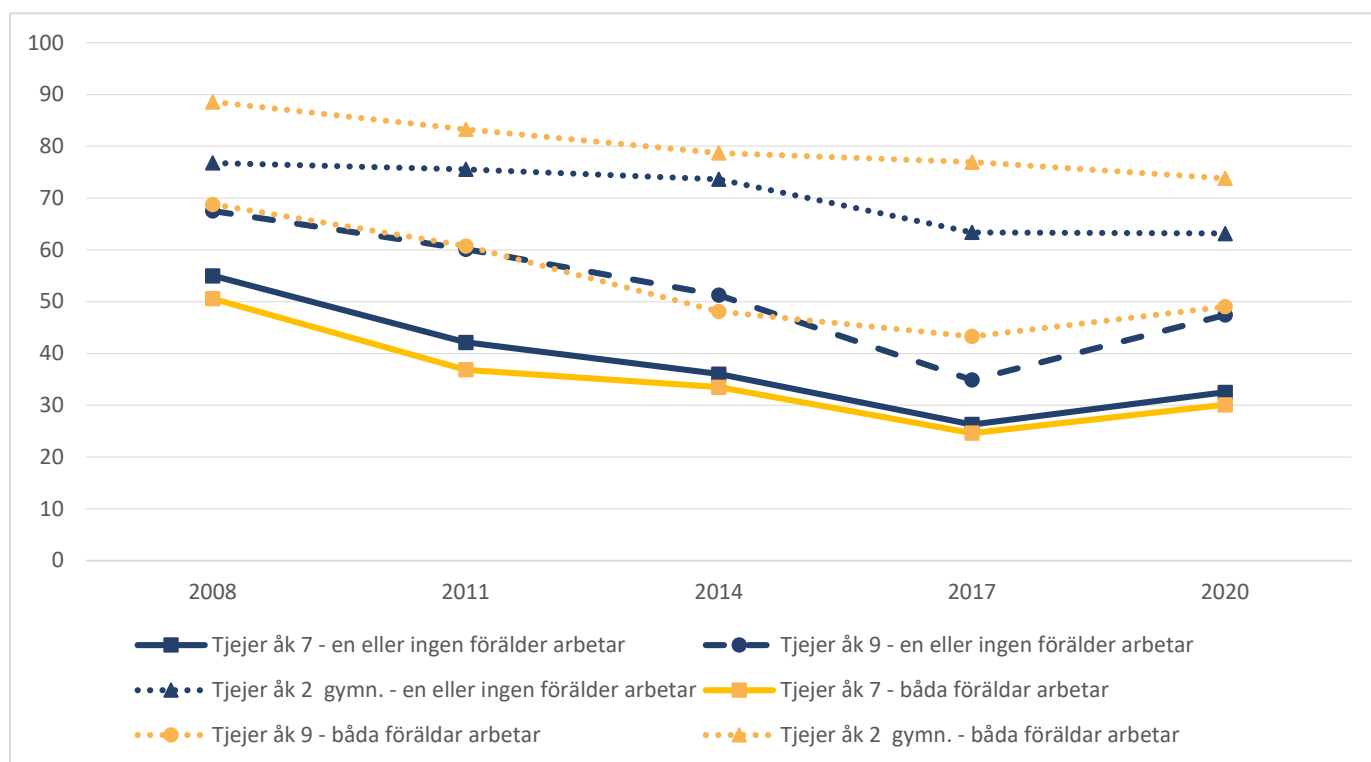
Figur 33. Andel elever som har druckit alkohol* efter årskurs och kön, LHU 2008-2020



*Fråga till elever i åk 7 - Har du någon gång druckit alkohol? Fråga till elever i årskurs 9 och 2 på gymnasiet - Har du under de senaste 12 månaderna druckit alkohol?

Andelen tjejer som har druckit alkohol visar på en signifikant minskande trend, även efter uppdelning på föräldrarnas sysselsättning. Bland tjejer vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning har andelen som har druckit alkohol sjunkit från 66 till 48 procent under åren 2008-2020 ($p=0,00$). I gruppen vars båda föräldrarna har sysselsättning sjönk andelen tjejer som har druckit alkohol från 69 till 47 procent ($p=0,00$).

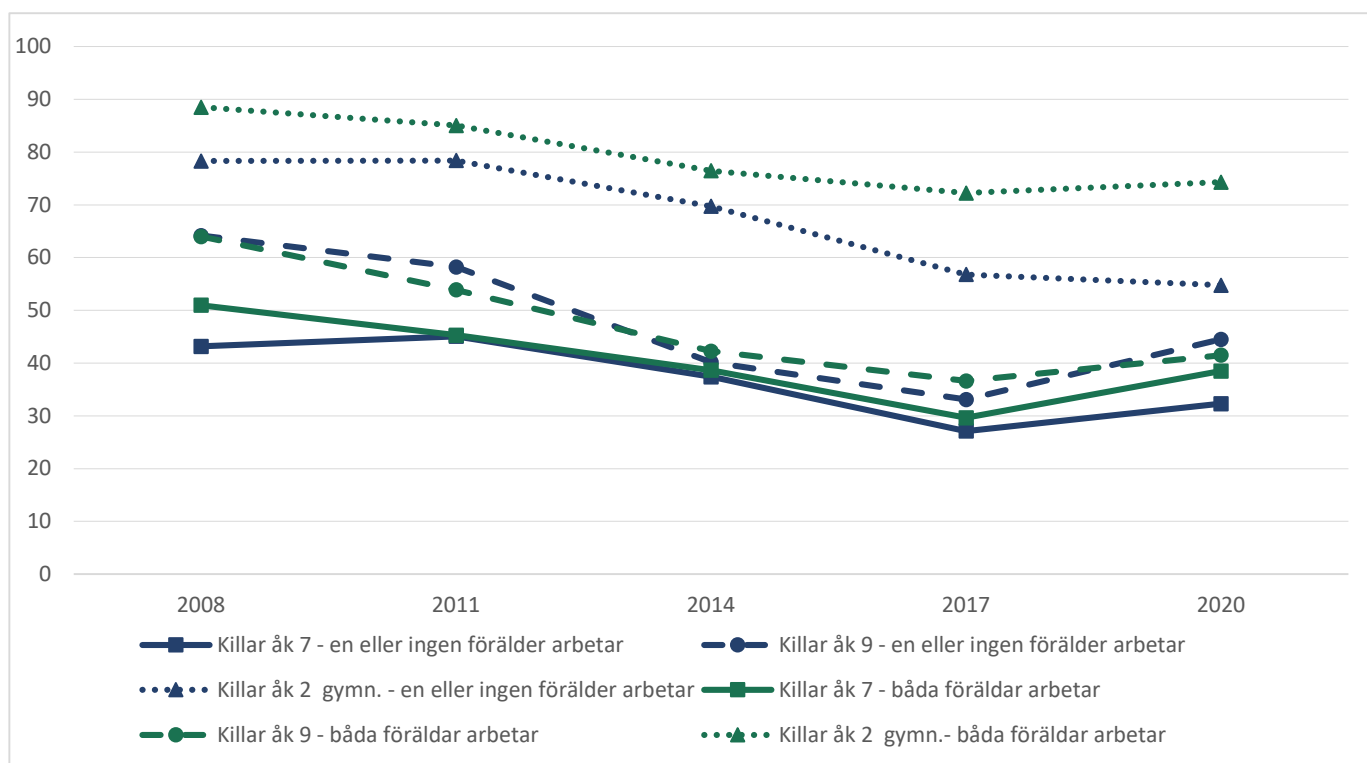
Figur 34. Andel tjejer som har druckit alkohol* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Fråga till elever i åk 7 - Har du någon gång druckit alkohol? Fråga till elever i årskurs 9 och 2 på gymnasiet - Har du under de senaste 12 månaderna druckit alkohol?

Efter uppdelning på föräldrarnas sysselsättning, ses ett liknande mönster bland killar som bland tjejerna, när det gäller andelen som druckit alkohol. Bland killar vars en eller båda föräldrarna saknar sysselsättning sjönk andelen som druckit alkohol med 18 procentenheter, från 60 till 44 procent under åren 2008-2020 ($p=0,00$). Bland killar vars båda föräldrar har arbete minskade andelen som druckit alkohol från 67 till 44 procent ($p=0,00$). Dessa skillnader är statistiskt säkerställda.

Figur 35. Andel killar som har druckit alkohol* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020

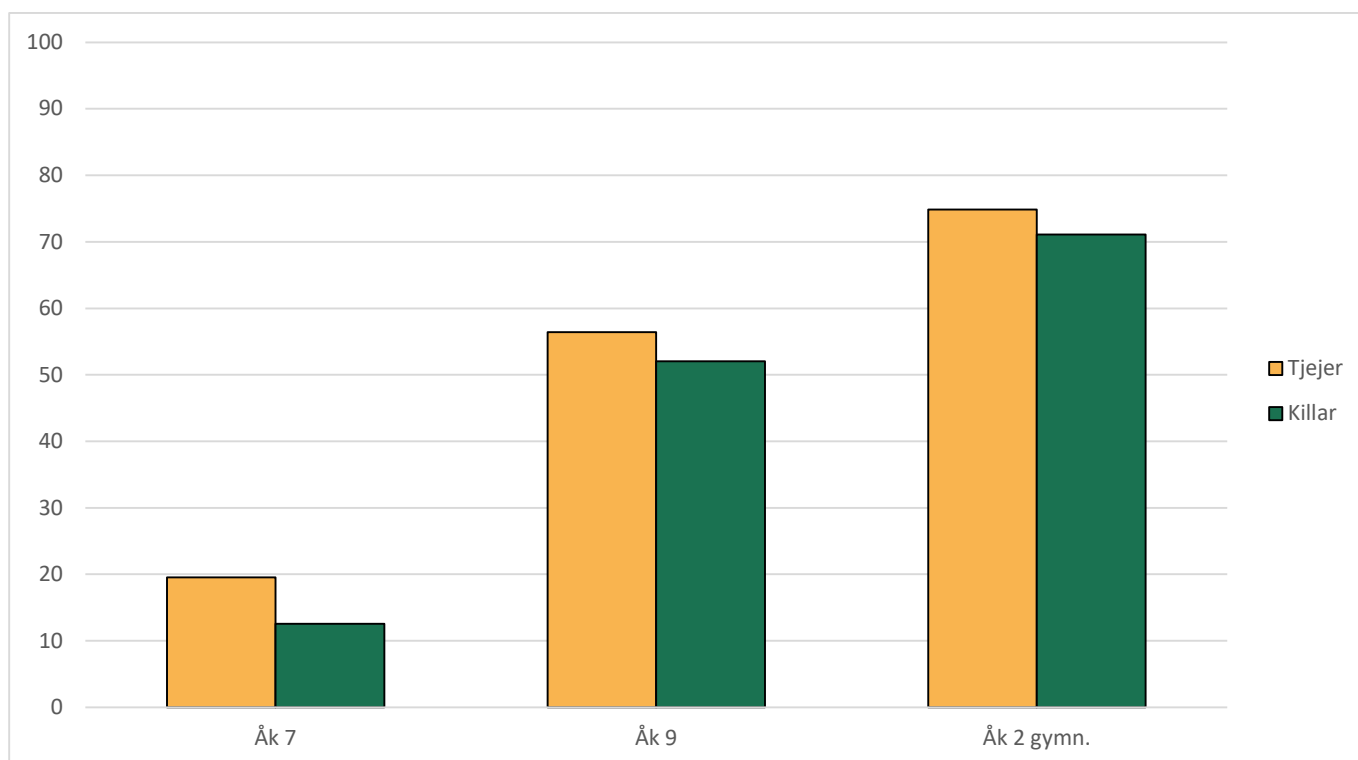


*Fråga till elever i åk 7 - Har du någon gång druckit alkohol? Fråga till elever i årskurs 9 och 2 på gymnasiet - Har du under de senaste 12 månaderna druckit alkohol?

Av elever som har druckit alkohol (3032) är det närmare hälften (48%) som druckit så att de känt sig berusade, vilket motsvarar 775 tjejer och 777 killar. Resultaten visar att ju högre årskurs desto större andel elever som har druckit så de känt berusning. Bland elever i årskurs 7 är andelen som druckit sig berusade 14 procent, i årskurs 9 är motsvarande andel 53 procent och i årskurs 2 på gymnasiet uppger drygt 7 av 10 elever (74%) att när de druckit alkohol har druckit så att de känt sig berusade.

Vid en indelning efter kön är det totalt sett en högre andel tjejer (55%) än killar (50%) som när de druckit alkohol druckit så de känt berusning. Skillnaderna mellan könen är högst bland elever i årskurs 7, där 20 procent av tjejerna känt sig berusade, motsvarande andel för killarna är 13 procent.

Figur 36. Andel elever som har känt sig berusade (av dem som druckit alkohol)* efter årskurs och kön, LHU 2020



*Har du under de senaste 12 månaderna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja

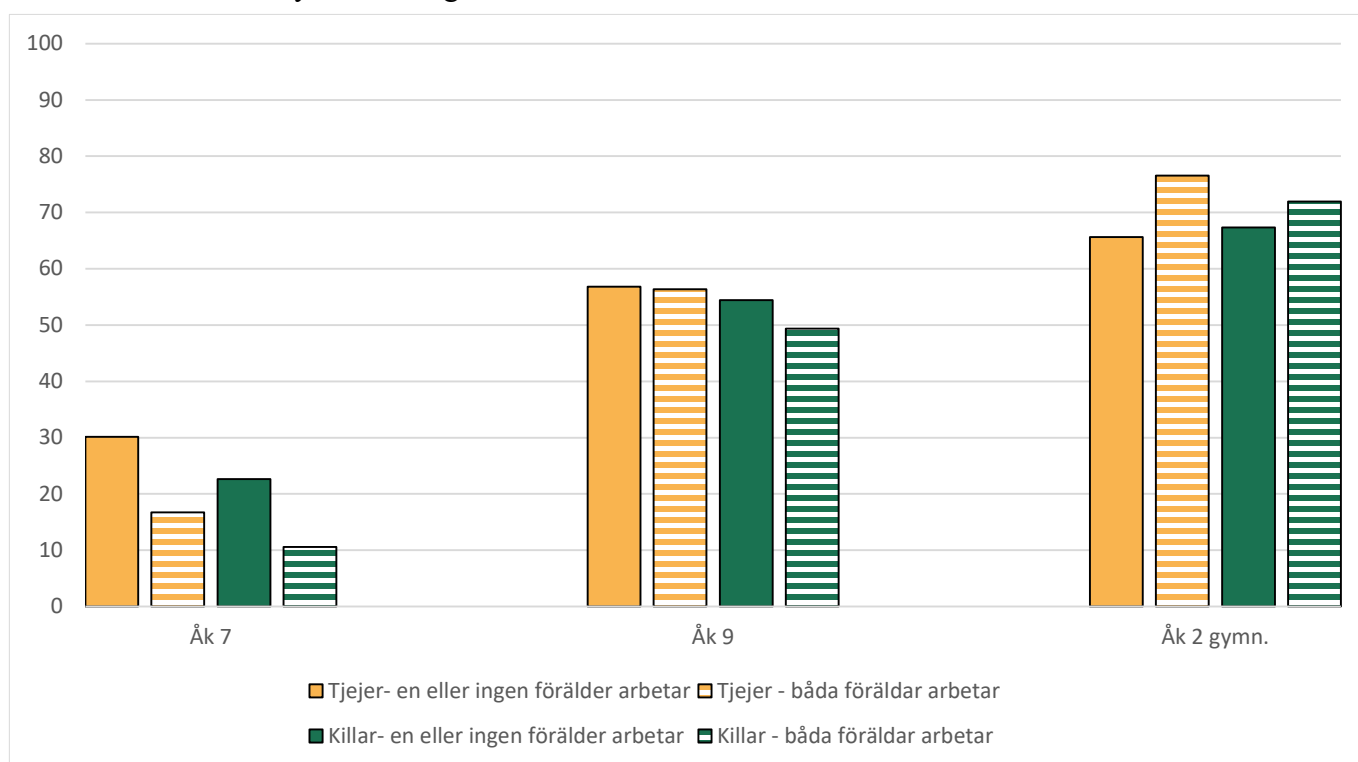
*Har du någon gång druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full?

OBS av de som har druckit alkohol.

Det är 55 procent av eleverna vars minst en förälder saknar sysselsättning som har druckit alkohol så att de känt sig berusade, motsvarande andel för elever vars båda föräldrar har sysselsättning är 51 procent.

De socioekonomiska skillnaderna för berusningsdrickande är lägst bland elever i årskurs 9. Störst socioekonomisk skillnad (12 procentenheter) ses bland elever i årskurs 7. Bland den grupp elever i årskurs 7 vars minst en förälder saknar sysselsättning har 26 procent druckit alkohol så de känt sig berusade. Andelen som känt sig berusade bland elever i årskurs 7 vars båda föräldrar har sysselsättning är 14 procent.

Figur 37. Andel elever som har känt sig berusade (av dem som druckit alkohol)* uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020



*Har du under de senaste 12 månaderna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja

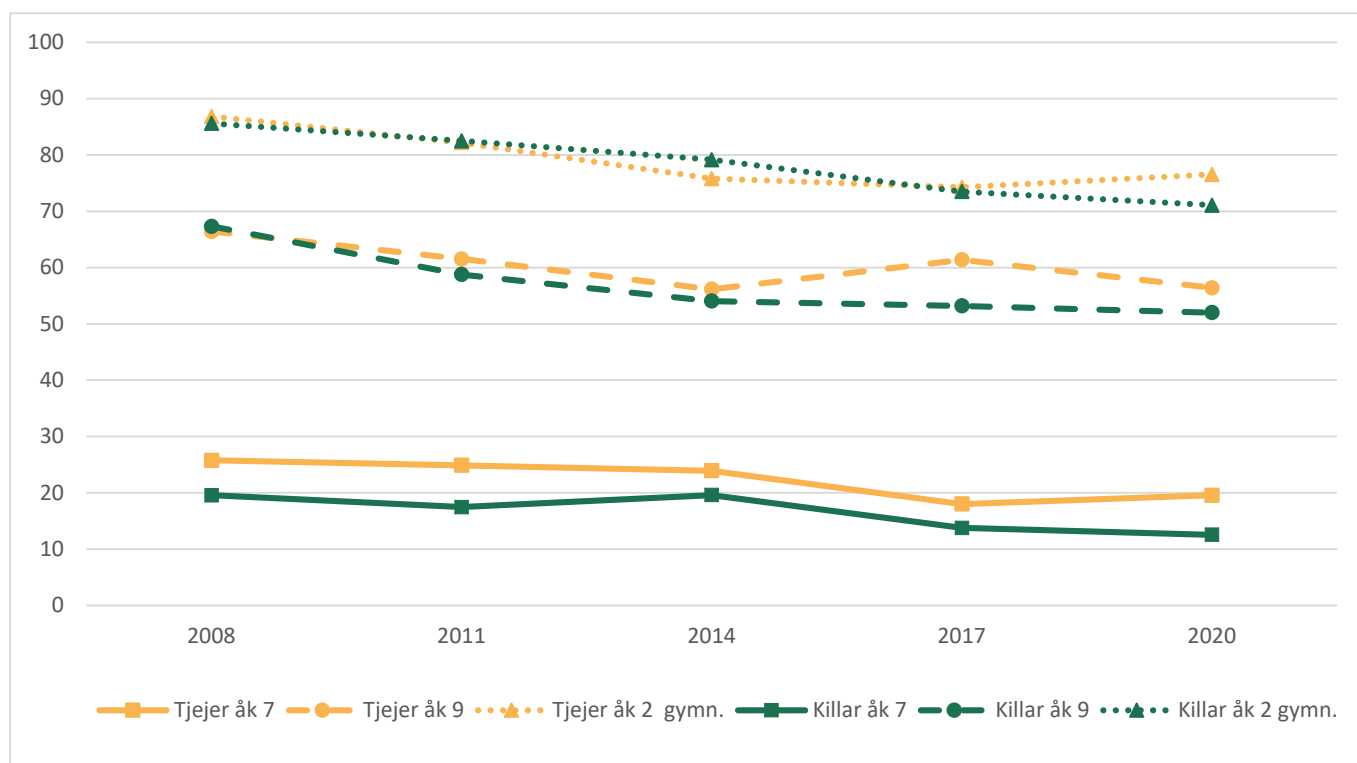
*Har du någon gång druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full?

OBS av de som har druckit alkohol.

Totalt sett har andelen elever som känt sig berusade minskat mellan åren 2008-2020. Bland tjejerna har andelen som känt sig berusade minskat från 64 till 55 procent ($p=0,00$), vilket motsvarar 11 procentenheter. Bland killarna ses en minskning på 13 procentenheter, från 63 till 50 procent i andelen som känt sig berusade ($p=0,00$). Dessa skillnader är statistisk säkraställda.

Totalt har andelen som känt sig berusade minskat över tid

Figur 38. Andel elever som har känt sig berusade (av dem som druckit alkohol)* efter årskurs och kön, LHU 2008-2020



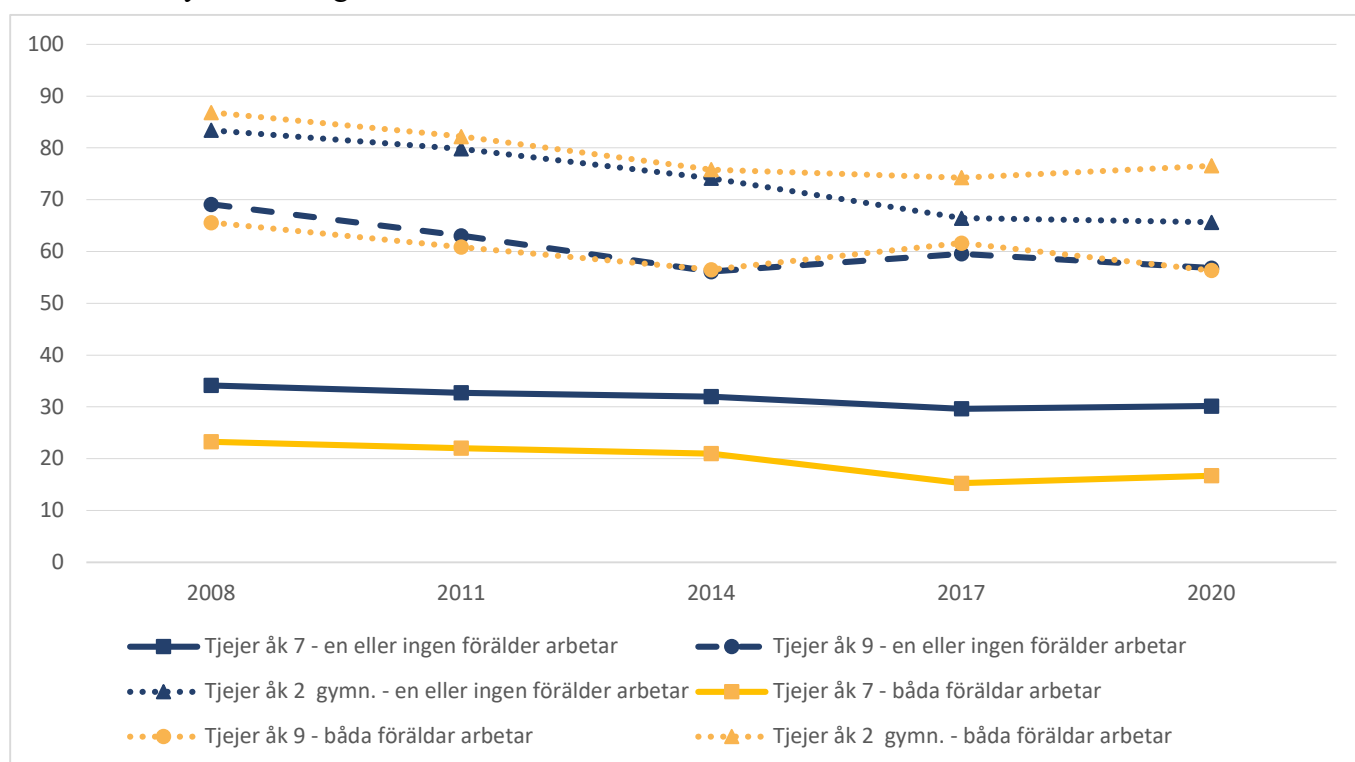
*Har du under de senaste 12 månaderna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja

*Har du någon gång druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full?

OBS av de som har druckit alkohol.

Efter uppdelning på föräldrarnas sysselsättning ser vi att andelen tjejer som känt sig berusade har sjunkit i de båda socioekonomiska grupperna. Bland tjejer vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning sjönk andelen som känt sig berusade från 65 till 55 procent ($p=0,00$). På liknade sätt minskade andelen tjejer som känt sig berusade från 64 till 54 procent bland de vars båda föräldrar har sysselsättning ($p=0,00$). Dessa skillnader över tid är statistiskt signifikanta.

Figur 39. Andel tjejer som har känt sig berusade (av dem som druckit alkohol)* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



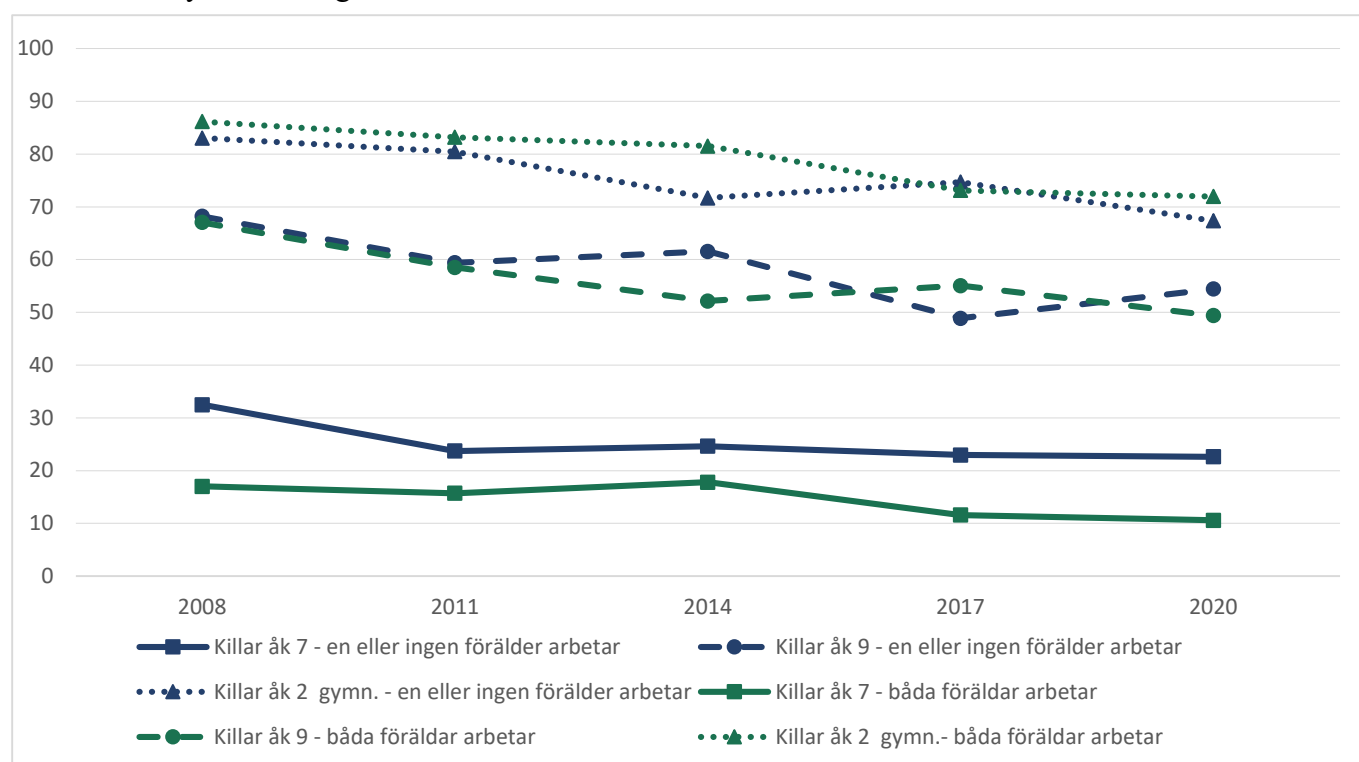
*Har du under de senaste 12 månaderna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja

*Har du någon gång druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full?

OBS av de som har druckit alkohol.

Efter uppdelning på föräldrarnas sysselsättning har den totala andelen killar som känt sig berusade sjunkit i de två grupperna. Bland killar vars en eller båda föräldrarna saknar sysselsättning minskade andelen som känt sig berusade från 67 till 53 procent under perioden 2008-2020 ($p=0,00$). Bland killar vars båda föräldrarna har sysselsättning sjönk motsvarande andel från 63 till 48 procent ($p=0,00$). Dessa skillnader är statistiskt signifikanta.

Figur 40. Andel killar som har känt sig berusade (av dem som druckit alkohol)* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Har du under de senaste 12 månaderna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja

*Har du någon gång druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full?

OBS av de som har druckit alkohol.

3.2 Narkotika

Att använda narkotika ökar risken för fysisk och psykisk ohälsa. För den som använder narkotika kan direkta negativa effekter uppstå i form av olyckor, dödsfall och våldsbrott (44).

Kroppens organ påverkas också på olika sätt.

Hur de påverkas beror bland annat på vilken typ av narkotika som används, men också hur den intas (om drogen t.ex. röks eller injiceras).

Påverkan på hjärna och lever är vanligt förekommande. När drogen injiceras finns även en ökad risk för infektioner och om drogen röks kan det påverka andningsorganen (52). På längre sikt kan narkotikabruket orsaka olika psykosociala besvär men också psykisk ohälsa så som psykossjukdomar och depression (44).

Vid tidigare analys av resultat från Liv & hälsa ung visar resultaten att bland de elever som använt narkotika är hasch/marijuana (cannabis) mest förekommande (44).

I Liv och hälsa ung undersökningen ställer vi flera frågor om narkotika. På följande sidor redovisas resultaten för frågan

”Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig?” och för de elever som svarat ”Ja, med säkerhet” på denna fråga.

I rapporten benämner vi denna grupp för elever som kan få tag i narkotika. Denna fråga ställes inte till elever i årskurs 7 i de undersökningar som genomfördes någon gång under 2008-2017, vilket gör att trender över tid inte kan redovisas för de yngre eleverna.

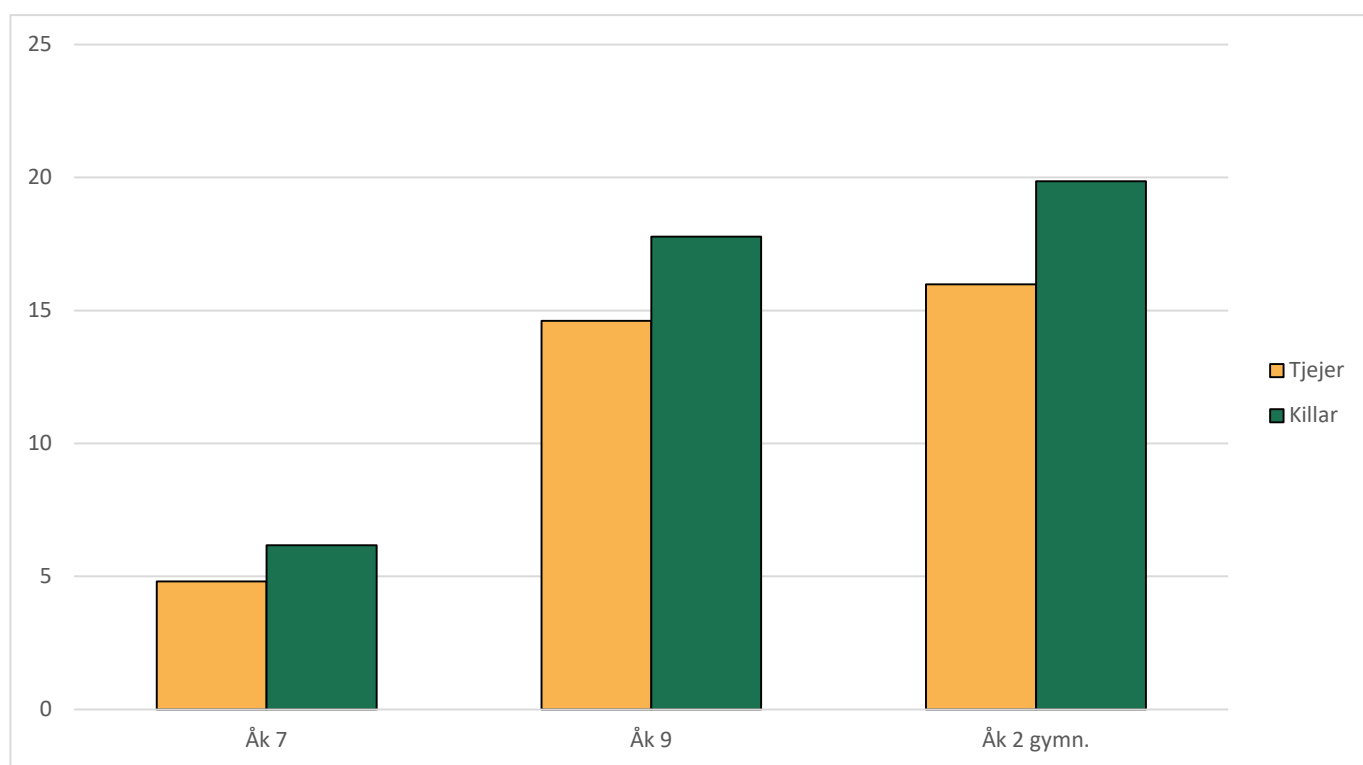
Sammanlagt svarade 3043 tjejer och 3201 killar på frågan om de kan få tag i narkotika. Av dessa svarade 338 tjejer och 456 killar att de med säkerhet kunde få tag i narkotika.



Totalt är det drygt 13 procent av eleverna som kan få tag på narkotika. Andelen som känner till någon som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dem är lägst i årskurs 7 (6% och högst i årskurs 2 på gymnasiet (18%. Resultaten visar på skillnader mellan könen. Oavsett årskurs så är det en högre andel killar (15% jämfört med tjejer (12% som vet hur de kan få eller hur de kan köpa narkotika.

Resultaten visar att vid en indelning efter socioekonomi är det totalt sett 14 procent av eleverna som har minst en förälder saknar sysselsättning som vet hur de kan få tag i narkotika motsvarande andel elever vars båda föräldrar har sysselsättning 12 procent.

Figur 41. Andel elever som kan få tag i narkotika* uppdelat på årskurs och kön, LHU 2020



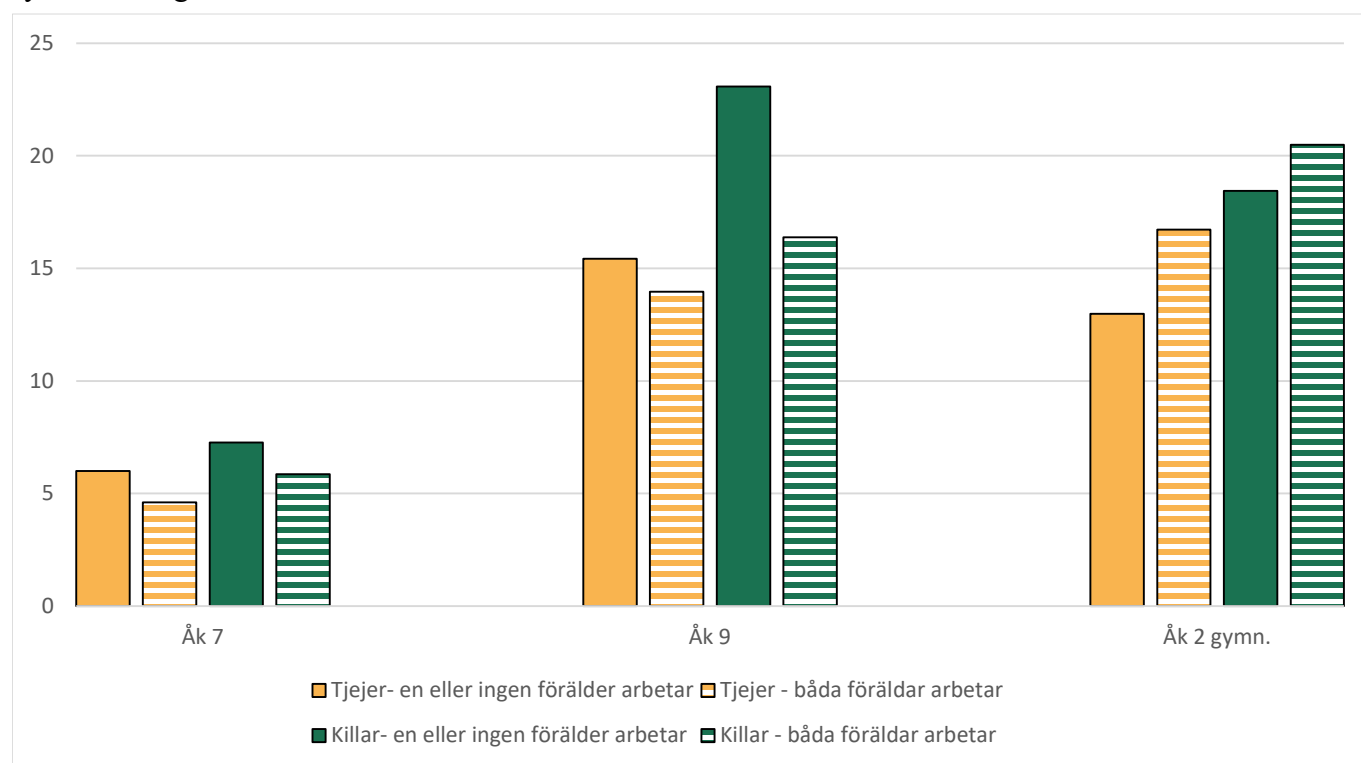
*Med säkerhet känner till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig. Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Resultaten visar att vid en indelning efter socioekonomi är det totalt sett 14 procent av eleverna som har minst en förälder saknar sysselsättning som vet hur de kan få tag i narkotika motsvarande andel elever vars båda föräldrar har sysselsättning 12 procent.

Störst andel elever som vet hur de kan få tag i narkotika finns bland killar i årskurs 9 och i den grupp vars minst en förälder saknar sysselsättning. I denna grupp känner nästan var fjärde kille (23%) till någon som kan ge eller sälja narkotika till dem.

Vid en indelning efter socioekonomi och kön visar resultaten att 11 procent av tjejerna och 17 procent av killarna vars minst en förälder saknar sysselsättning vet hur de kan få tag på narkotika. För tjejer och killar vars båda föräldrar har sysselsättning är motsvarande andelar 11 respektive 14 procent.

Figur 42. Andel elever som kan få tag i narkotika* uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020

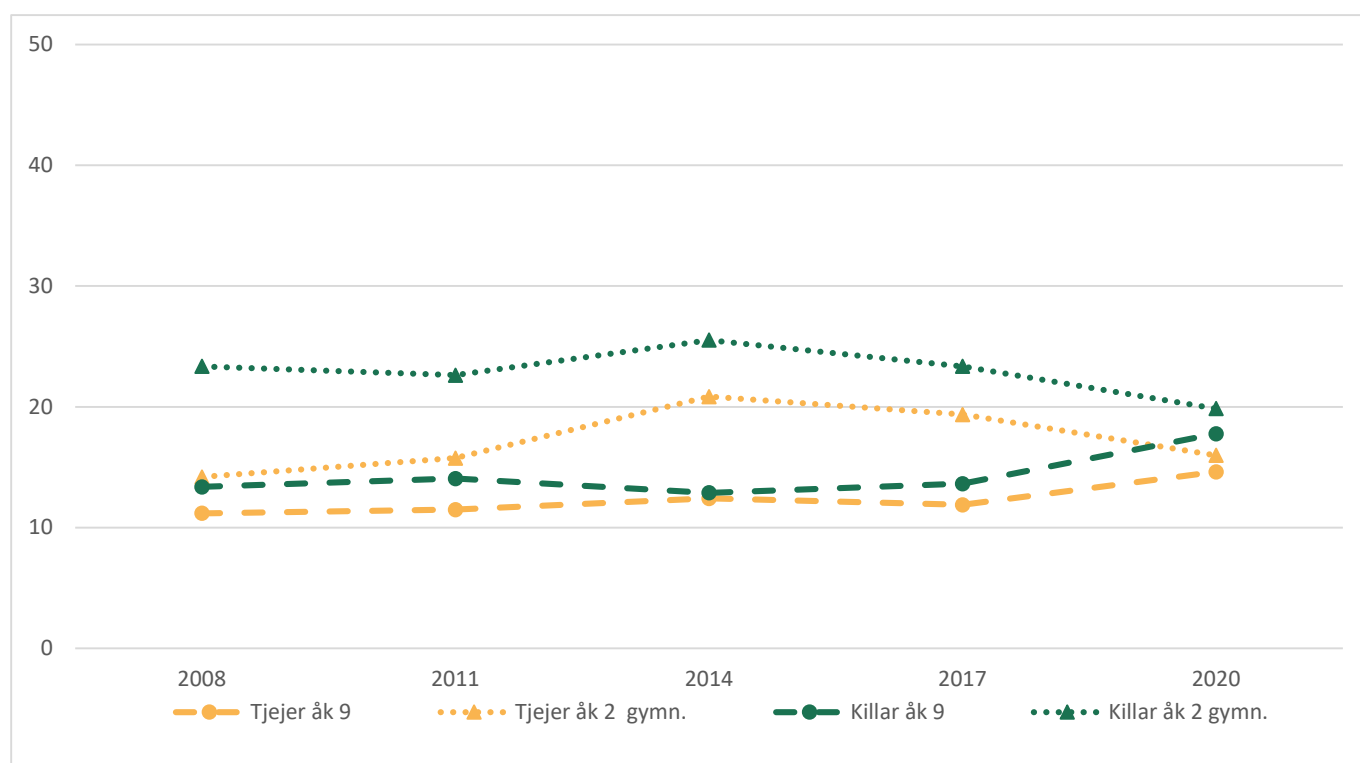


*Med säkerhet känner till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig. Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Frågan om man känner någon person som kan ge eller sälja narkotika ställs inte till elever i årskurs 7 i de tidigare undersökningarna (åren 2008-2017), vilket gör att trender över tid inte kan redovisas för de yngre eleverna.

Sett över tid har den totala andelen elever som kan få tag i narkotika minskat något, från 15 till 13 procent ($p=0,00$). Bland tjejerna var andelen som kunde få tag i narkotika 13 procent 2008 och 11 procent år 2020. Bland killarna ses en minskning med 4 procentenheter, från 18 till 14 procent under perioden ($p=0,00$). Dessa skillnader är statistisk säkerställda.

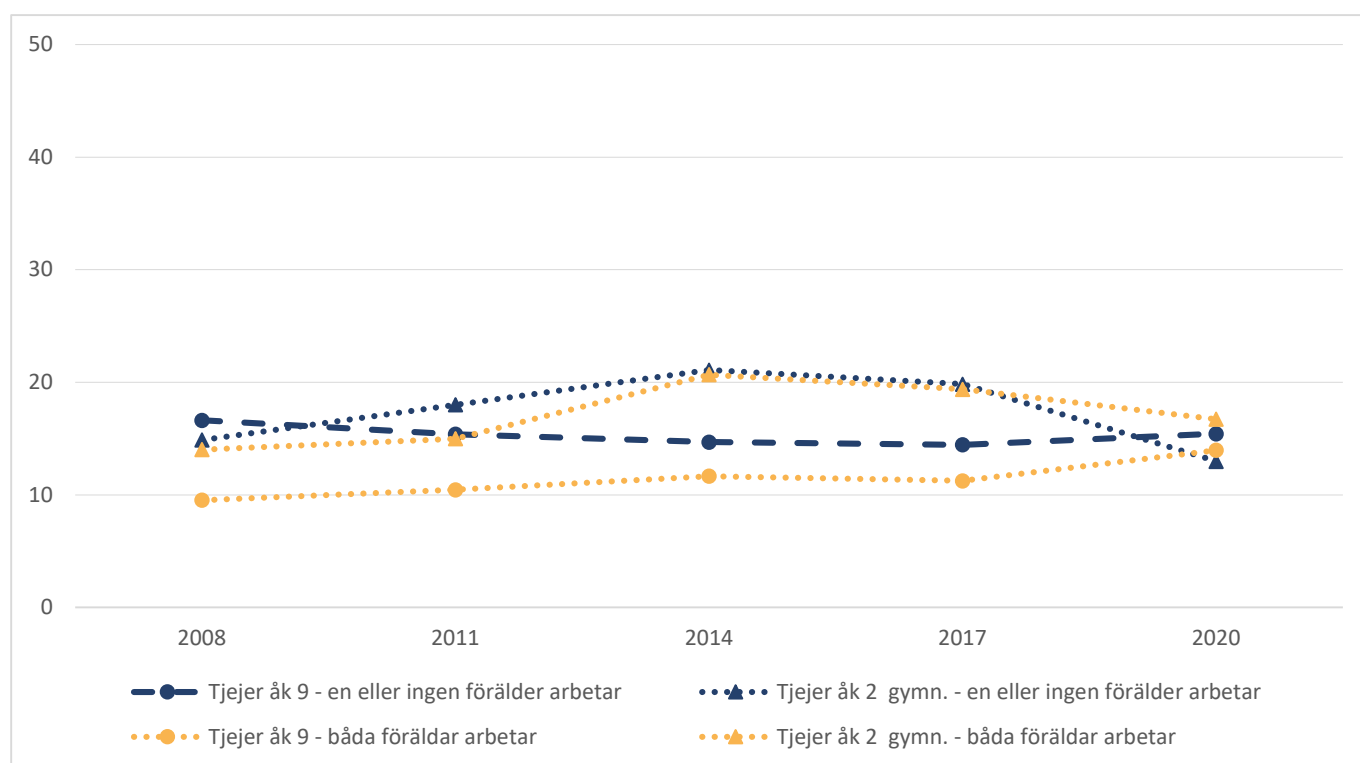
Figur 43. Andel elever som kan få tag i narkotika* efter årskurs och kön, LHU 2008-2020



*Med säkerhet känner till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig. Resultat finns inte för åk 7. Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Efter inledning på föräldrarnas sysselsättning minskade andelen som kan få tag i narkotika från 16 till 11 procent bland tjejer vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning. Denna skillnad är statistiskt signifikant ($p=0,02$). Bland tjejer vars båda föräldrar har sysselsättning ses ingen skillnad i andelen som kan få tag i narkotika, 2008 var andelen 12 och 2020 var andelen 11 procent.

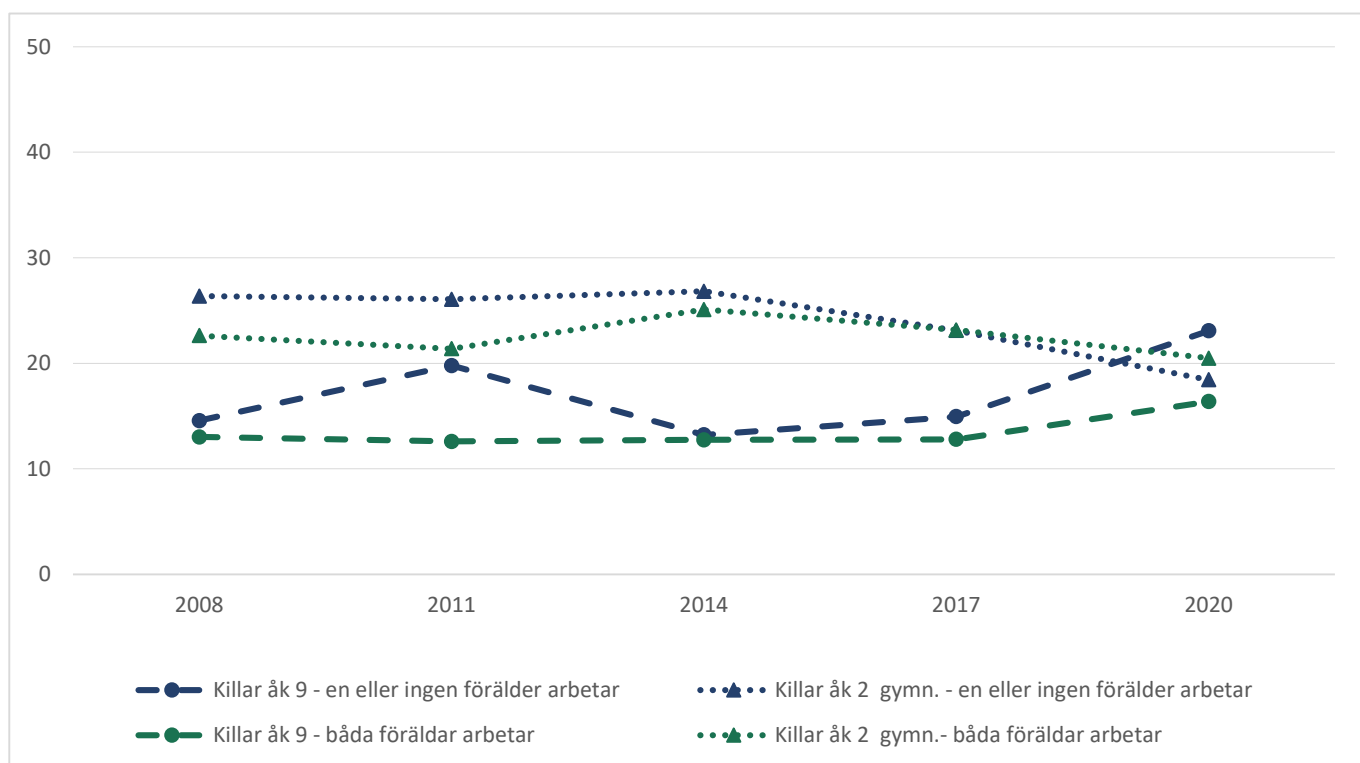
Figur 44. Andel tjejer som kan få tag i narkotika* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Med säkerhet känner till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig. Resultat finns inte för åk 7. Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Bland killarna ses också små skillnader i andelen som kan få tag i narkotika mellan åren 2008 och 2020. Bland killar vars båda föräldrar har sysselsättning sjönk andelen som kan få tag i narkotika från 18 till 14 procent. Denna skillnad är statistiskt signifikant ($p=0,00$). I gruppen vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning var motsvarande minskning från 20 till 17 procent.

Figur 45. Andel killar som kan få tag i narkotika* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



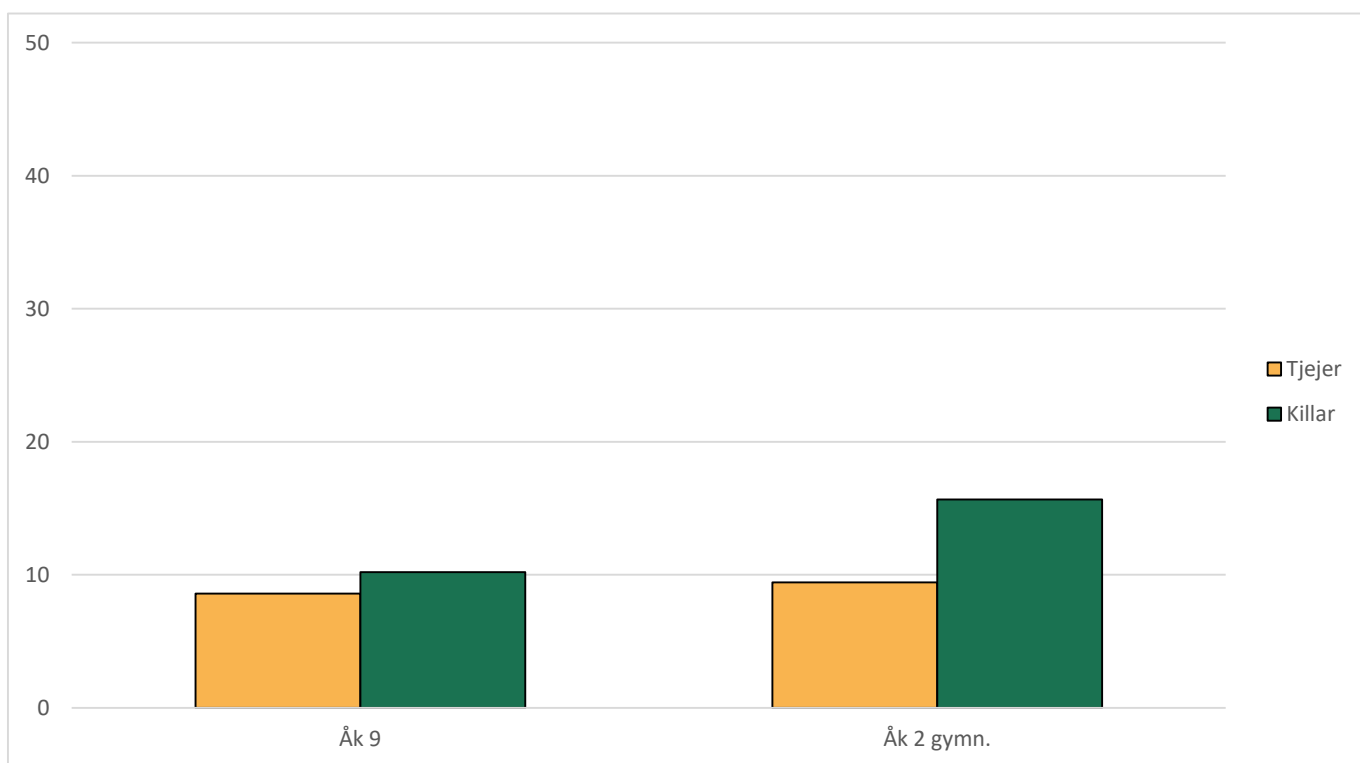
*Med säkerhet känner till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig. Resultat finns inte för åk 7. Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

I LHU får eleverna i årskurs 9 i grundskolan och i årskurs 2 på gymnasiet också svara på om de någon gång använt narkotika. På kommande sidor redovisas svar för de elever som angett att de använt narkotika en eller flera gånger.

Totalt svarade 1841 tjejer och 2054 killar på frågan om de använt narkotika i LHU 2020. Av dessa svarade 165 tjejer och 262 killar att de använt narkotika.

Det är totalt 11 procent av eleverna i årskurs 9 och 2 på gymnasiet som har använt narkotika. Vid indelning efter kön ser vi att det är en högre andel killar (13%) än tjejer (10%) som använt narkotika. Störst andel finns bland killar i årskurs 2 på gymnasiet, där 16 procent har använt narkotika.

Figur 46. Andel elever som har använt narkotika* efter årskurs och kön, LHU 2020

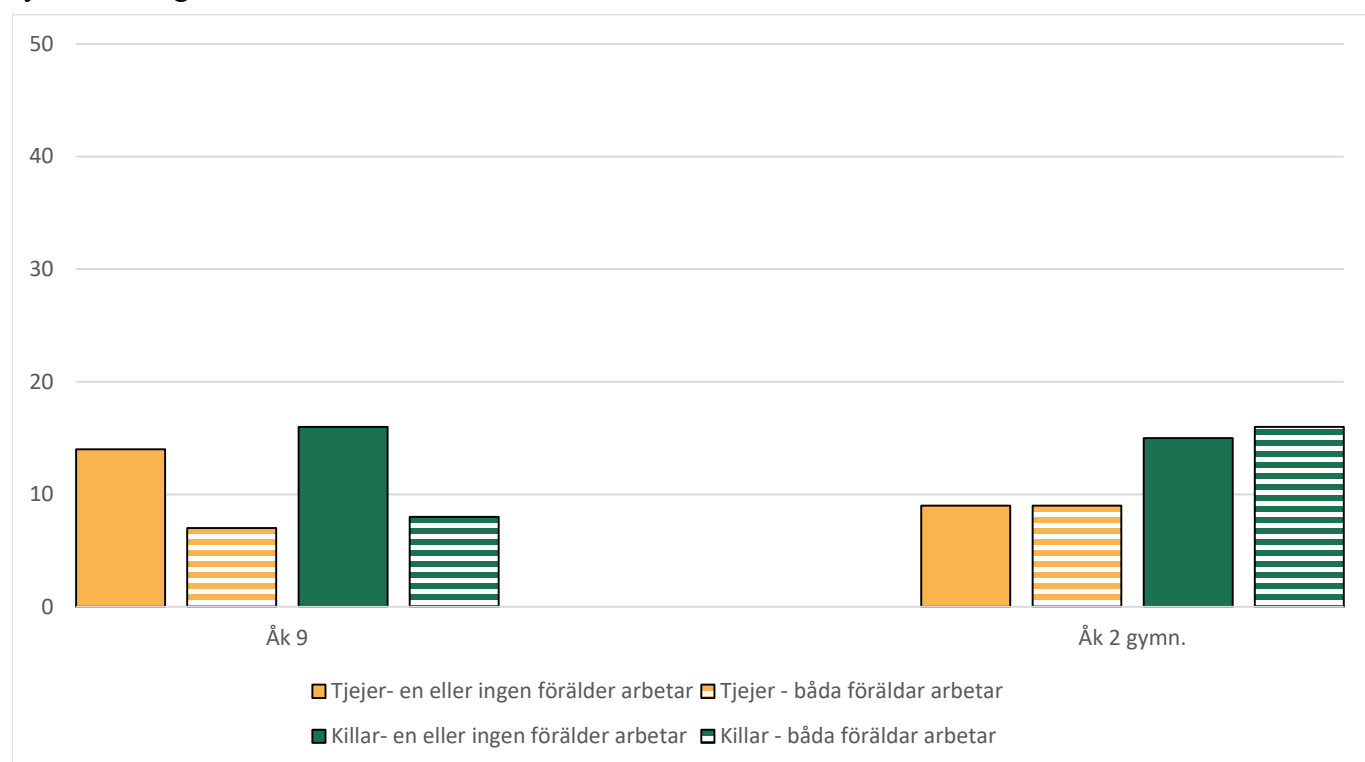


*Har använt narkotika en eller flera gånger. Denna fråga ställs inte till elever i årskurs 7. Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Vid en indelning socioekonomi visar resultaten att en högre andel elever vars en eller båda föräldrarna saknar sysselsättning (14%) har använt narkotika jämfört med elever vars båda föräldrar har sysselsättning (10%).

De socioekonomiska skillnaderna är störst bland elever i årskurs 9. I denna årskurs är det 15 procent av eleverna vars minst en förälder saknar sysselsättning och 8 procent av eleverna vars båda föräldrar har sysselsättning som har använt narkotika. Det är en skillnad på 7 procentenheter.

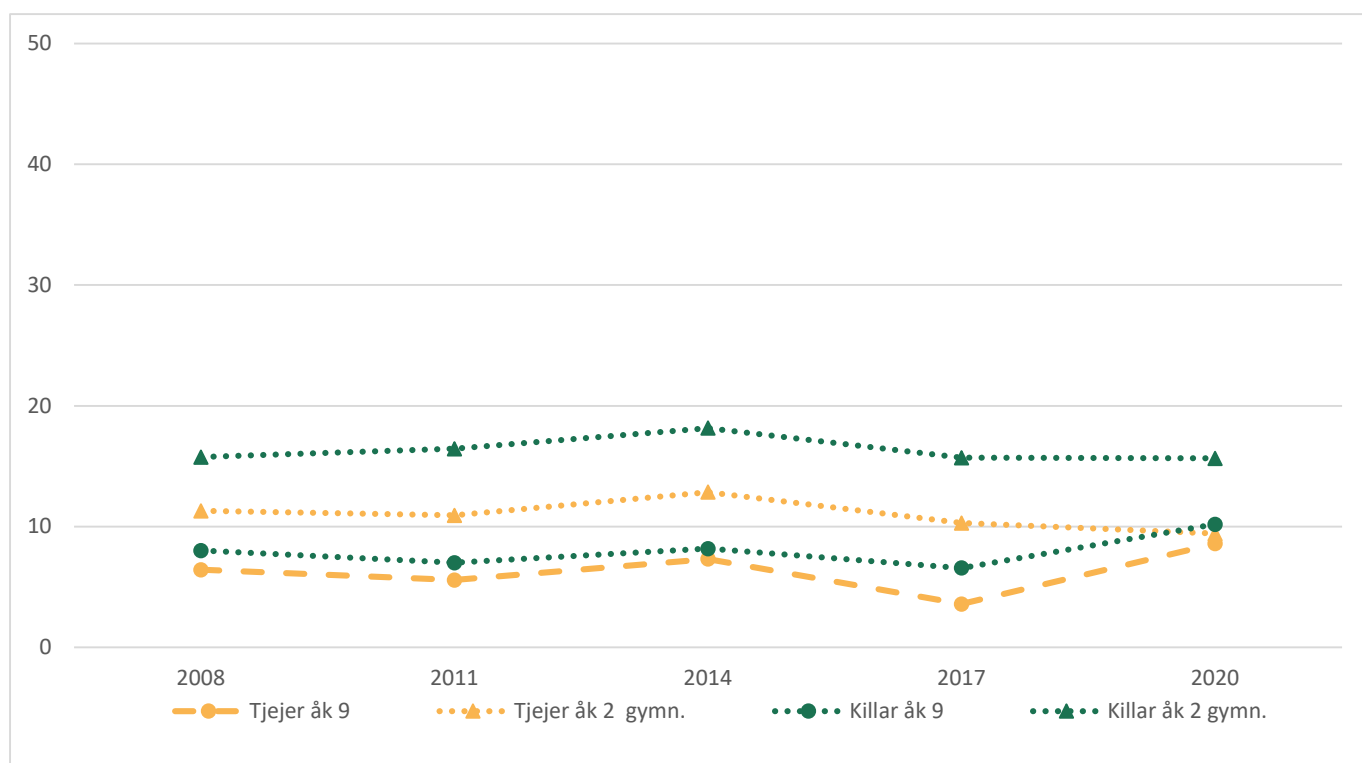
Figur 47. Andel elever som har använt narkotika* uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020



*Har använt narkotika en eller flera gånger. Denna fråga ställs inte till elever i årskurs 7. Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Sett över tid ses inga förändringar andelen elever som har använt narkotika under åren 2008-2020. Totalt sett har 9 procent av tjejerna använt narkotika. Bland killarna har narkotikaanvändningen varit 12 och 13 procent under perioden.

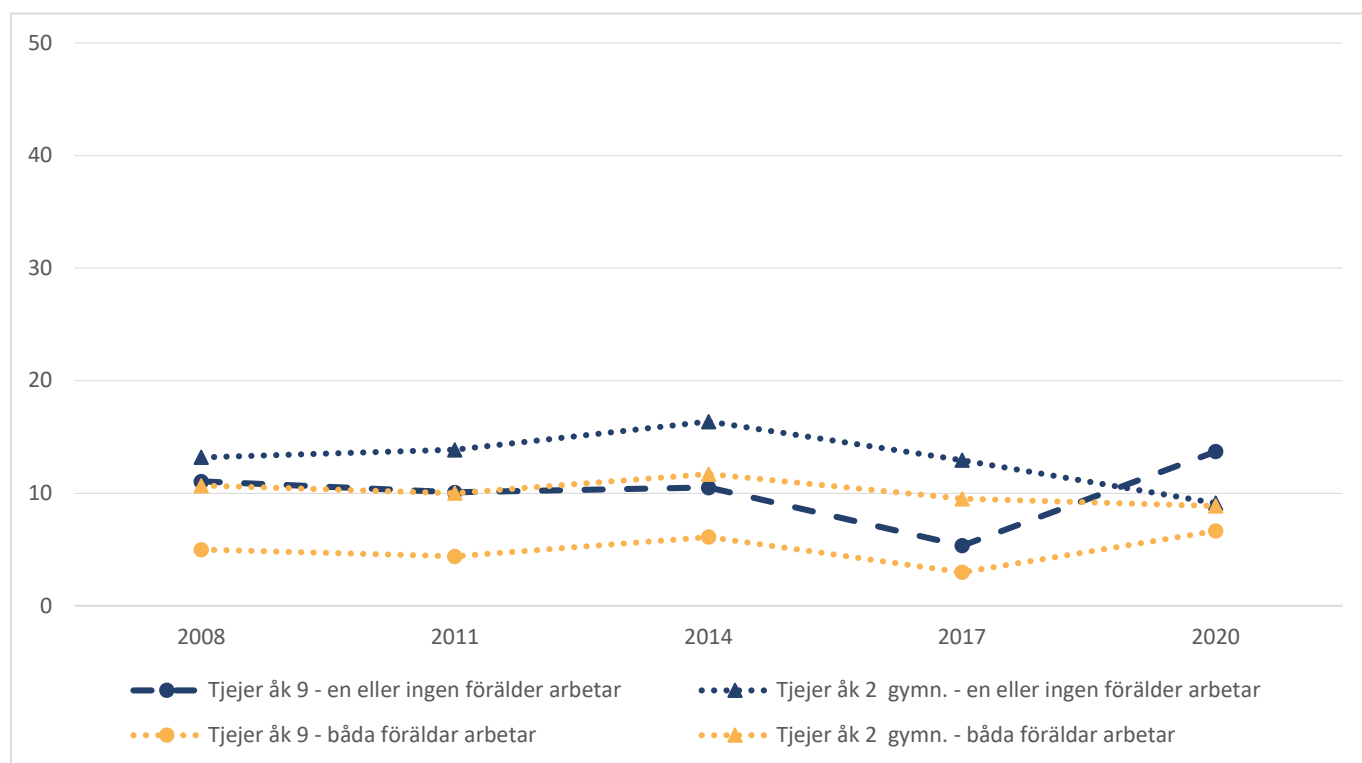
Figur 48. Andel elever som har använt narkotika* efter årskurs och kön, LHU 2008-2020



*Har använt narkotika en eller flera gånger. Denna fråga ställs inte till elever i årskurs 7. Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Efter uppdelning på föräldrarnas sysselsättning ses inga skillnader i narkotikaanvändning bland tjejer mellan åren 2008 och 2020. Bland tjejer vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning var andelen som använde narkotika 12 procent år 2008 och 11 procent år 2020. Bland tjejer vars båda föräldrar har sysselsättning var andelen som använde narkotika 8 procent bägge åren.

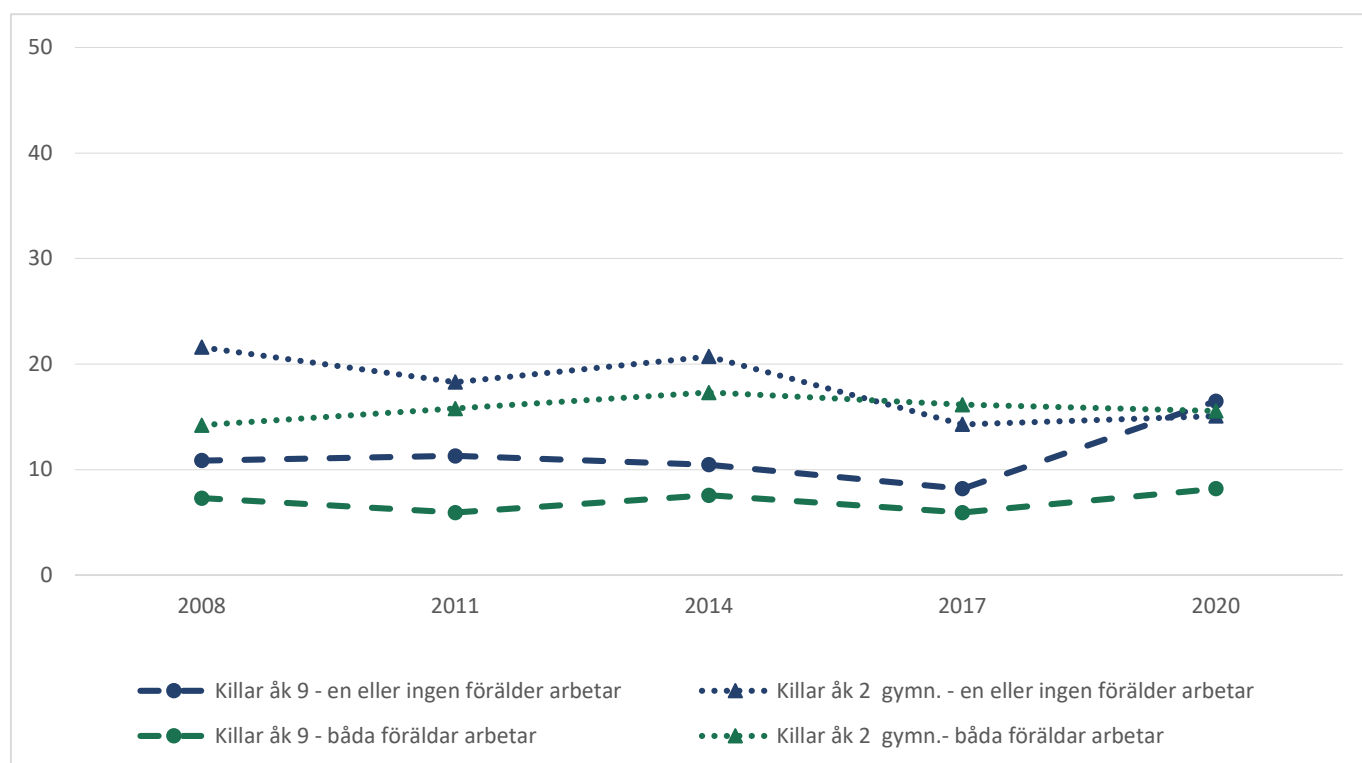
Figur 49. Andel tjejer som har använt narkotika* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Har använt narkotika en eller flera gånger. Denna fråga ställs inte till elever i årskurs 7. Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Bland killarna ses inte förändring över tid i narkotikaanvändande i de socioekonomiska grupperna. I gruppen vars en eller båda föräldrarna saknar sysselsättning har 16 procent av killarna använt narkotika under åren 2008-2020. Bland killar vars båda föräldrar har sysselsättning var andelen som har använt narkotika 11 procent år 2008 och 12 procent år 2020.

Figur 50. Andel killar som har använt narkotika* efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



*Har använt narkotika en eller flera gånger. Denna fråga ställs inte till elever i årskurs 7. Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

3.3 Tobak

Andelen som röker eller snusar har minskat sedan början av 2000 talet, både bland elever i årskurs 9 och årskurs 2 på gymnasiet. Men de senaste åren har minskningen för andelen rökare stannat av och andelen som snusar har ökat (53,54).

Snus och cigaretter innehåller nikotin som är beroendeframkallande och den som snusar eller röker får dessutom i sig andra ämnen som är skadliga för kroppen (55).

Tobaksrökning är en förebyggbar riskfaktor för sjukdom och för tidig död (56). Rökning ökar risken för att drabbas av en rad dödliga sjukdomar så som hjärt-kärlsjukdom, cancer och kroniskt obstruktiv lungsjukdom. Den ökade risken för sjukdom dödlighet hos rökare verkar vara densamma vart än i världen sjukligheten studeras. Det tycks också finnas ett samband mellan dödlighet och debutålder, ju lägre ålder desto större risk för sjukdom (57).

Det finns även hälsorisker med att snusa, även om det inte lika farligt för kroppen som det är att röka tobak. Till exempel finns en ökad risk att drabbas av tandlossning, diabetes typ 2 och minskad möjlighet att bli gravid. Den som snusar har även en ökad risk för att få vissa former av cancer (55).

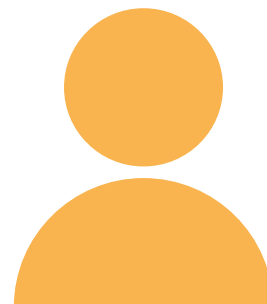
I dag finns även resultat som visar på samband mellan psykosomatiska besvär och tobaksrökning. I CAN:s drogvaneundersökning visar resultaten på ett samband mellan snusanvändning och psykosomatiska besvär, men det är inte ett lika tydligt mönster som för rökning (58).

Sammanlagt 3058 tjejer och 3210 killar svarade på frågan om rökning i LHU 2020.

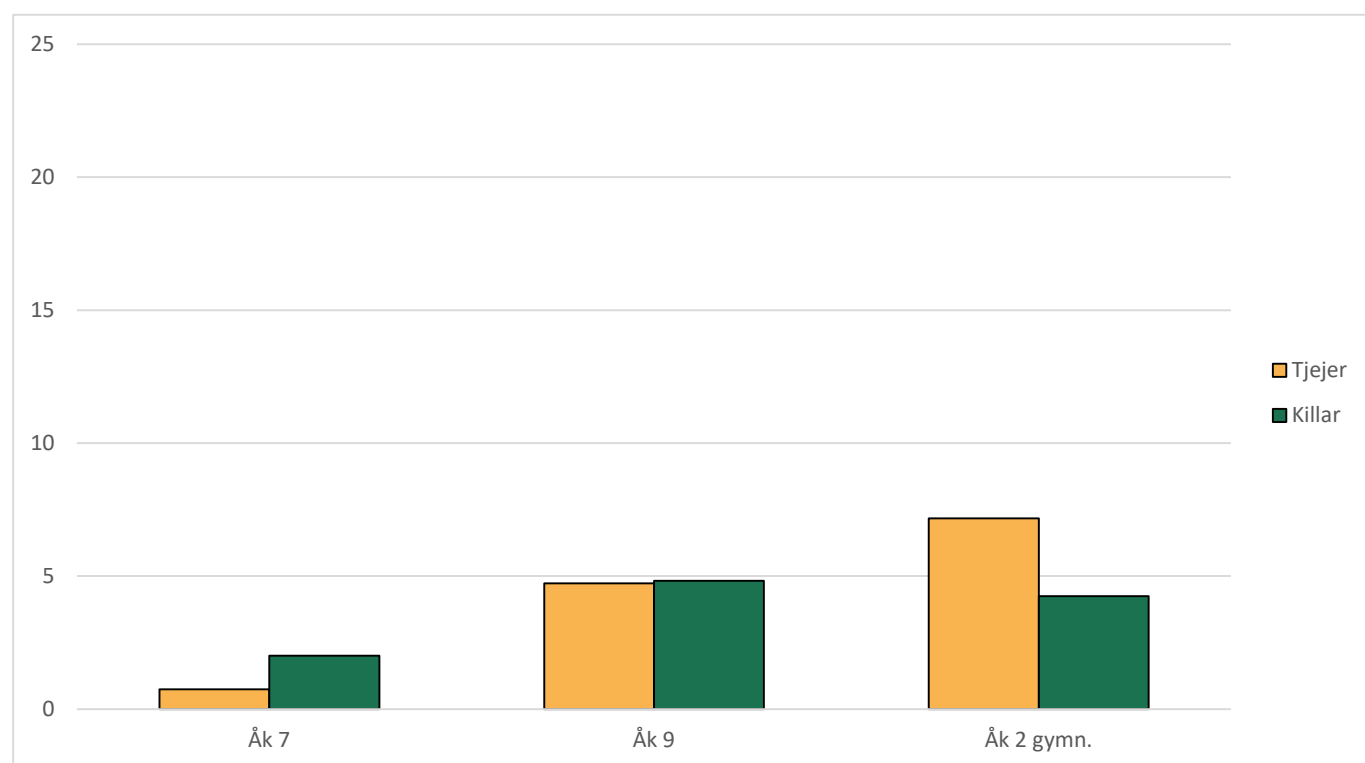
Av dessa röker 117 tjejer och 117 killar dagligen.

Totalt 4 procent av eleverna röker dagligen. Lägst andel cigarettörökare finns bland elever i årskurs 7 (2%) och högst andel finns bland elever i årskurs 2 på gymnasiet (6%). Vid en indelning efter kön och årskurs ser vi att andelen tjejer (1%) som röker i årskurs 7 är lägre än andelen killar (2%). För elever i årskurs 2 på gymnasiet visar resultaten på omvänt förhållande mellan könen, det vill säga det är en högre andel tjejer än killar som röker cigaretter dagligen, 7 respektive 4 procent. För elever i årskurs 9 är andelen som röker dagligen 5 procent för båda könen.

"Jag provade röka en gång ensam hemma bara för att jag ville prova inget seriöst ska aldrig göra om det heller."



Figur 51. Andel elever som röker dagligen efter årskurs och kön, LHU 2020

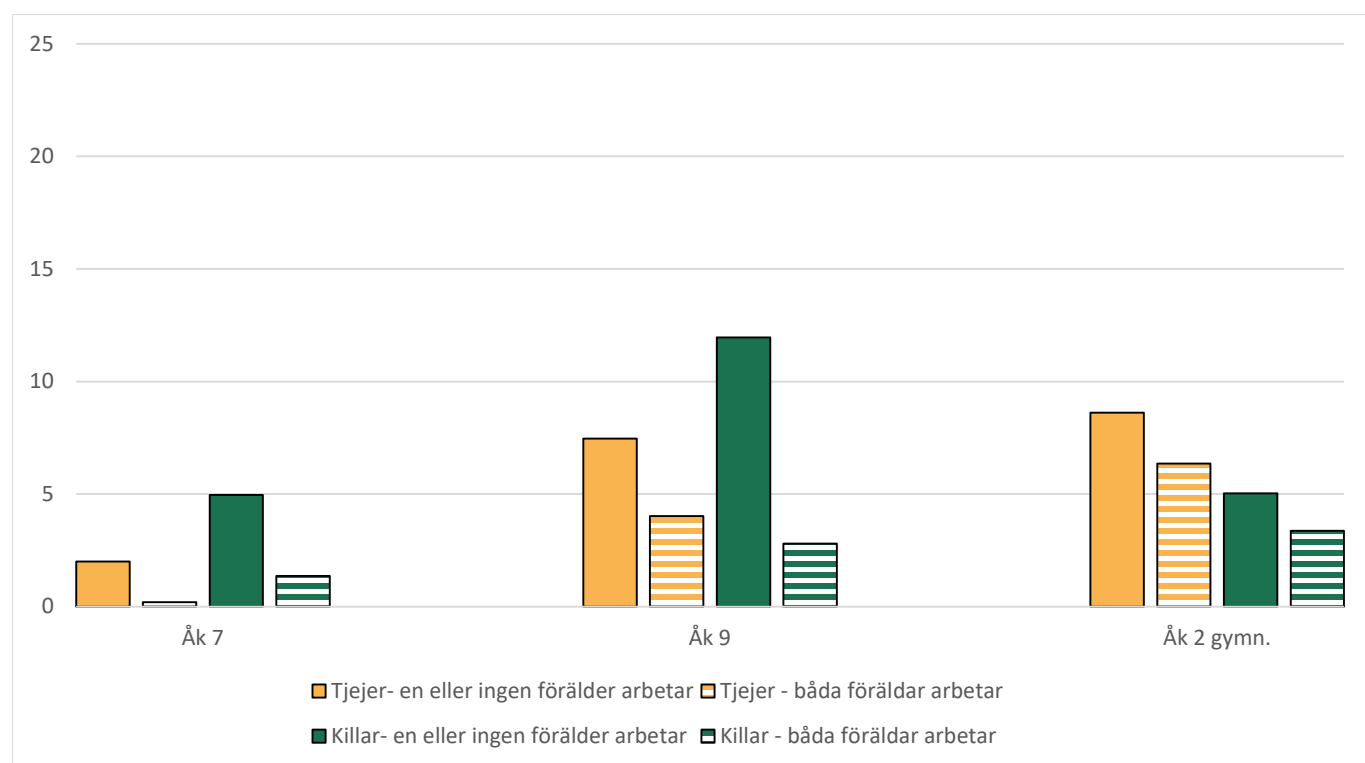


Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Totalt sett är andelen elever som röker dagligen lägre i den grupp vars båda föräldrar har sysselsättning (3%) jämfört med andelen för den grupp elever vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning (7%). Vid en indelning efter årskurs och socioekonomi visar resultaten att störst andel dagligrökare finns bland elever i årskurs 9 vars minst en förälder saknar sysselsättning (10%) och lägsta andel daglig rökare finns bland elever i årskurs 7 vars båda föräldrar har sysselsättning (1%).

Vid en indelning efter socioekonomi och kön så visar resultaten att 3 procent av tjejerna och 2 procent av killarna vars båda föräldrar har sysselsättning röker dagligen. Motsvarande andelar för tjejer och killar vars minst en förälder saknar sysselsättning är 6 respektive 7 procent.

Figur 52. Andel elever som röker dagligen uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020

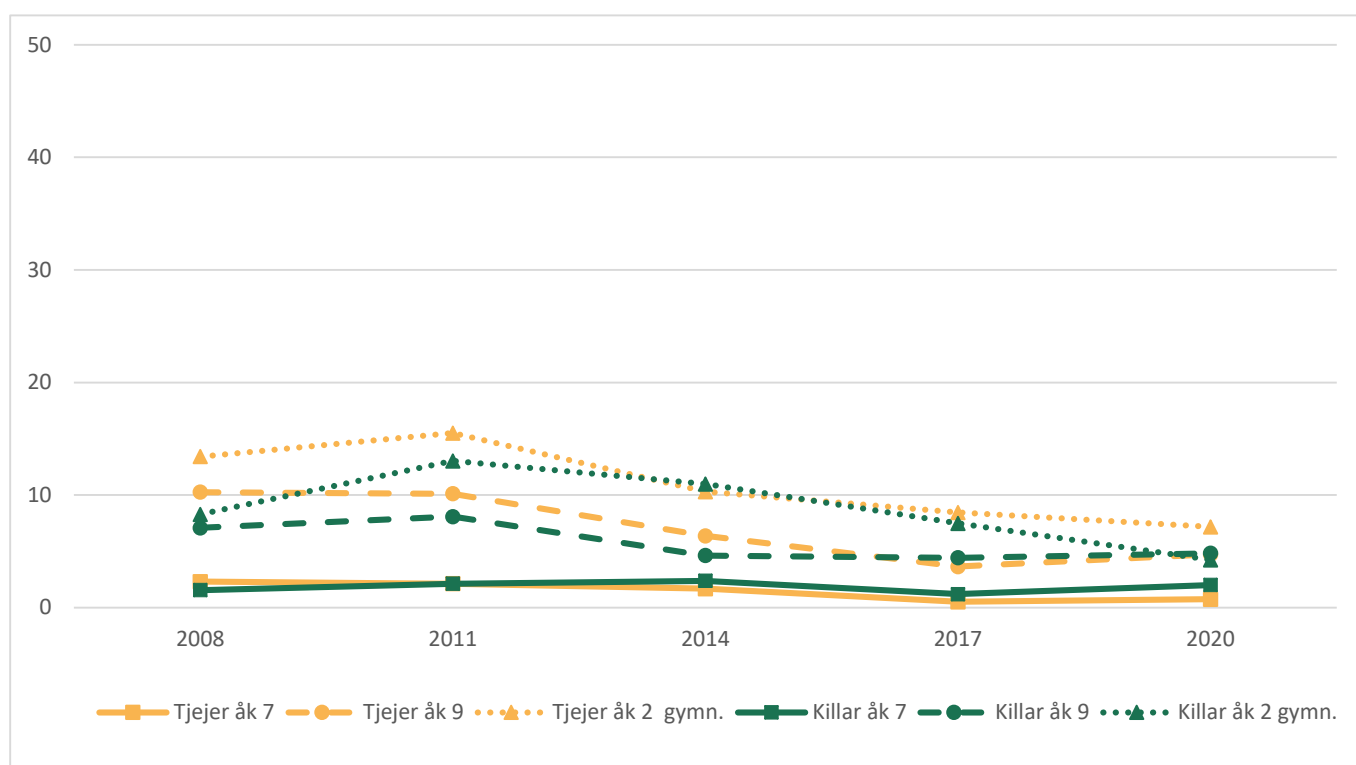


Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Totalt sett har andelen elever som röker dagligen minskat lite över tid. Bland tjejer sjönk andelen rökare från 9 till 4 procent mellan 2008 och 2020 ($p=0,00$). Bland killar har motsvarande andelar minskat från 6 till 4 procent ($p=0,00$). Dessa skillnader är statistiskt signifikanta.

Andelen dagligrökare har minskat lite mellan åren 2008-2020

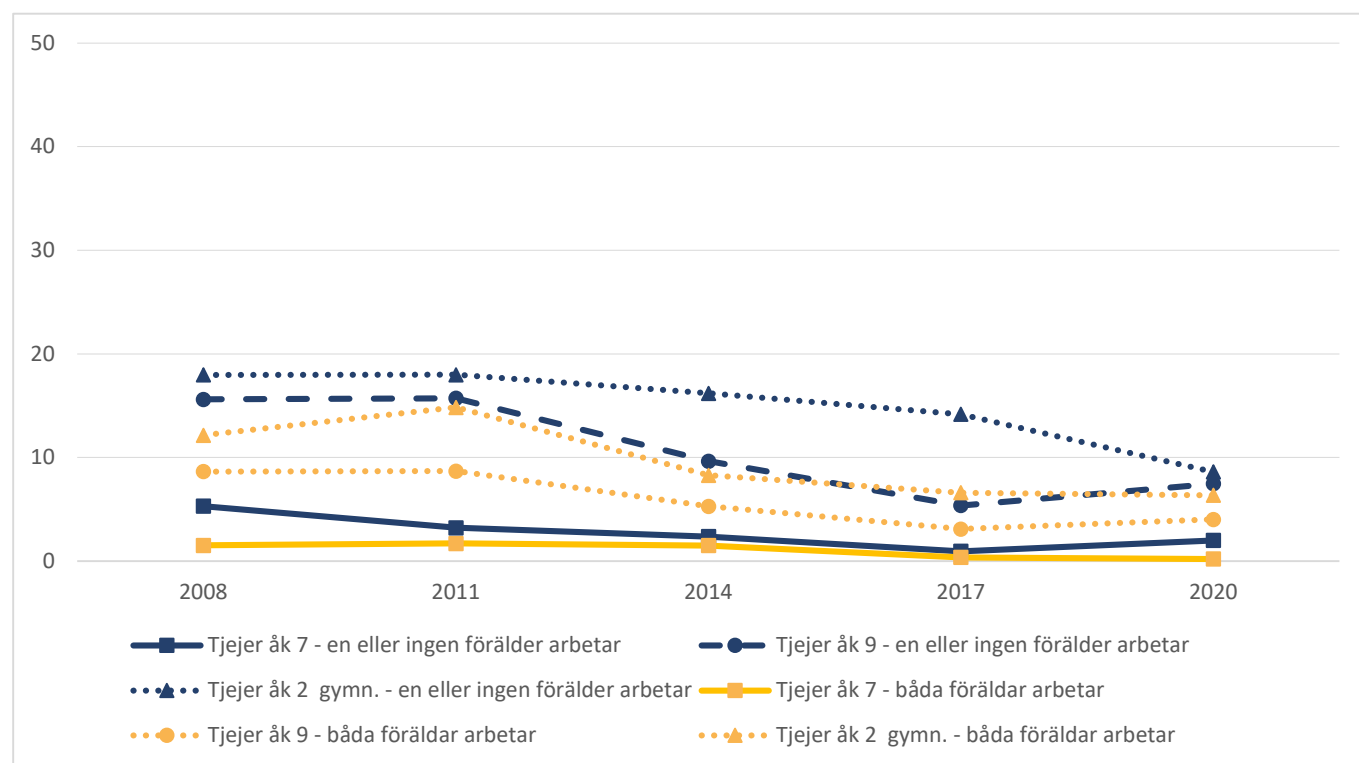
Figur 53. Andel elever som röker dagligen efter årskurs och kön, LHU 2008-2020



Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Efter uppdelning på socioekonomi, ses att andelen tjejer som röker dagligen har minskat mellan åren 2008 och 2020 i båda grupperna. Bland tjejer vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning sjönk andelen dagligrökare tjejer från 13 till 6 procent under perioden ($p=0,00$). Motsvarande minskning bland tjejer vars båda föräldrar har sysselsättning var från 7 till 3 procent mellan 2008 och 2020 ($p=0,00$). Dessa skillnader är statistiskt säkerställda.

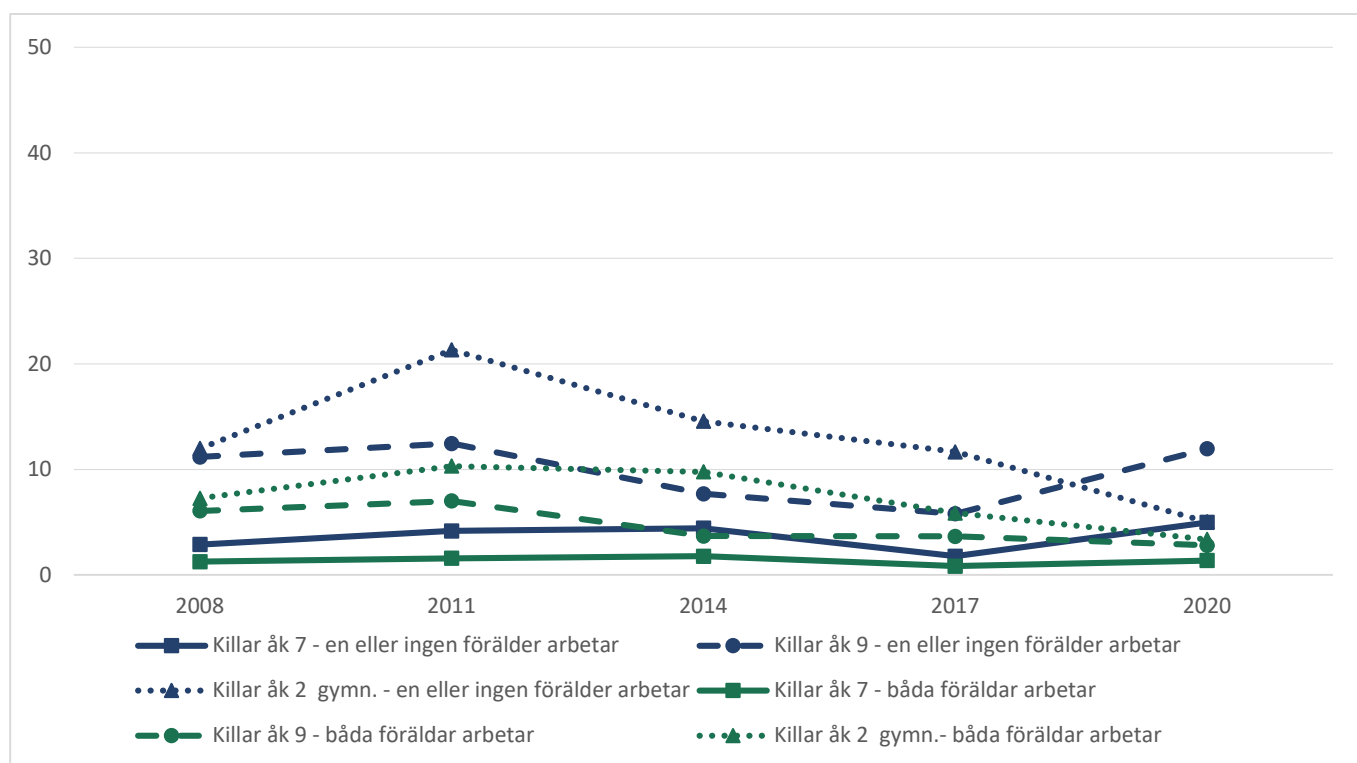
Figur 54. Andel tjejer som röker dagligen efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

Bland killar har andelen dagligrökare minskat lite mellan åren 2008 och 2020 i båda socioekonomiska grupperna. I gruppen vars en eller båda föräldrarna saknas sysselsättning var andelen dagligrökare 9 procent år 2008 och 7 procent år 2020. Andelen dagligrökare bland killar vars båda föräldrar har sysselsättning var 5 procent år 2008 och 2 procent år 2020. Denna skillnad är statistiskt signifikant ($p=0,00$).

Figur 55. Andel killar som röker dagligen efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



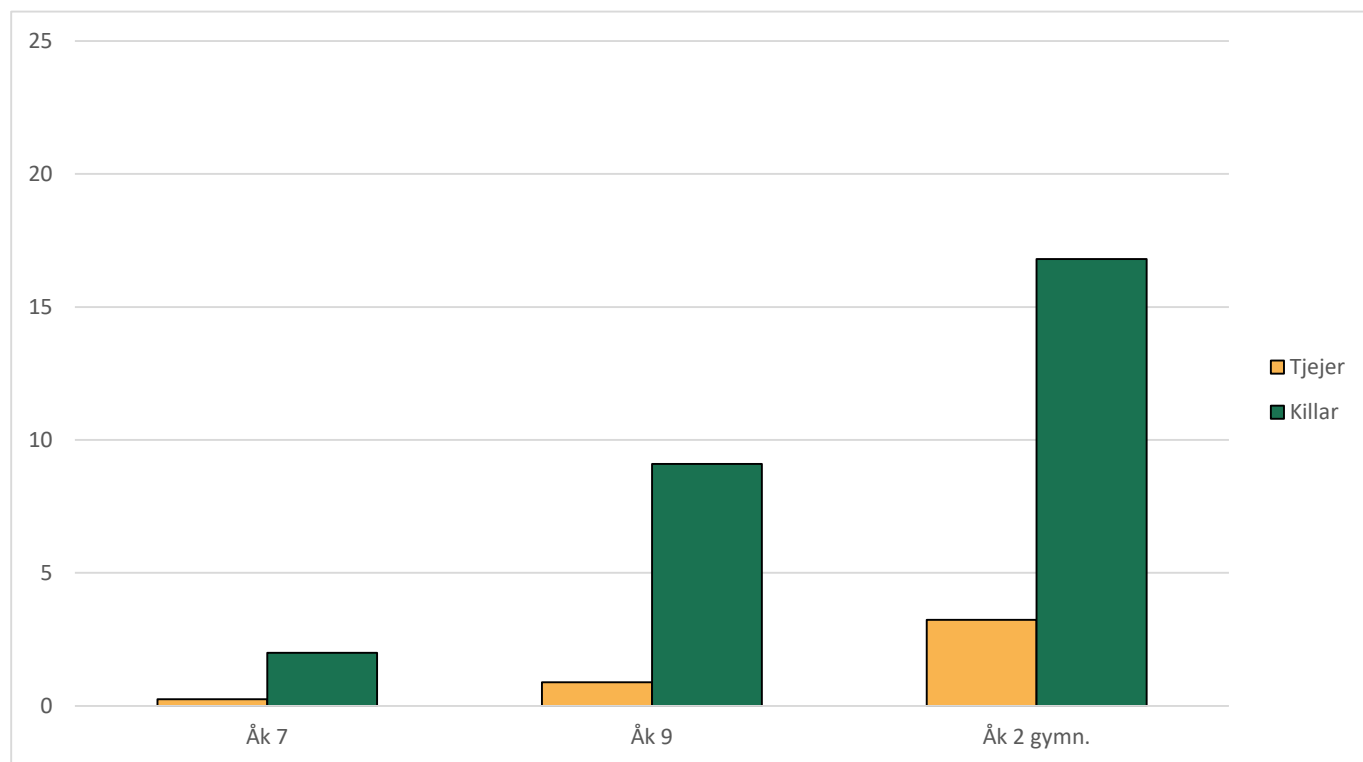
Observera att skalan i denna figur går från 0-50%.

I LHU 2020 svarade 3058 tjejer och 3214 killar på frågan om snus. Av dessa svarade 39 tjejer och 287 killar att de snusar dagligen. Det är totalt 6 procent av eleverna som snusar dagligen. Resultaten från undersökningen visar dock att tjejerna utgör en förhållandevis liten del av den totala andelen elever som snusar dagligen (1%).

Vid en indelning efter kön och årskurs så ser vi att lägsta andel tjejer (<1%) och killar (2%) som snusar dagligen finns bland elever i årskurs 7 och högst andel finns i årskurs 2 på gymnasiet där 3 procent av tjejerna och 17 procent av killarna snusar dagligen.

6 % av eleverna snusar dagligen

Figur 56. Andel elever som snusar dagligen efter årskurs och kön, LHU 2020



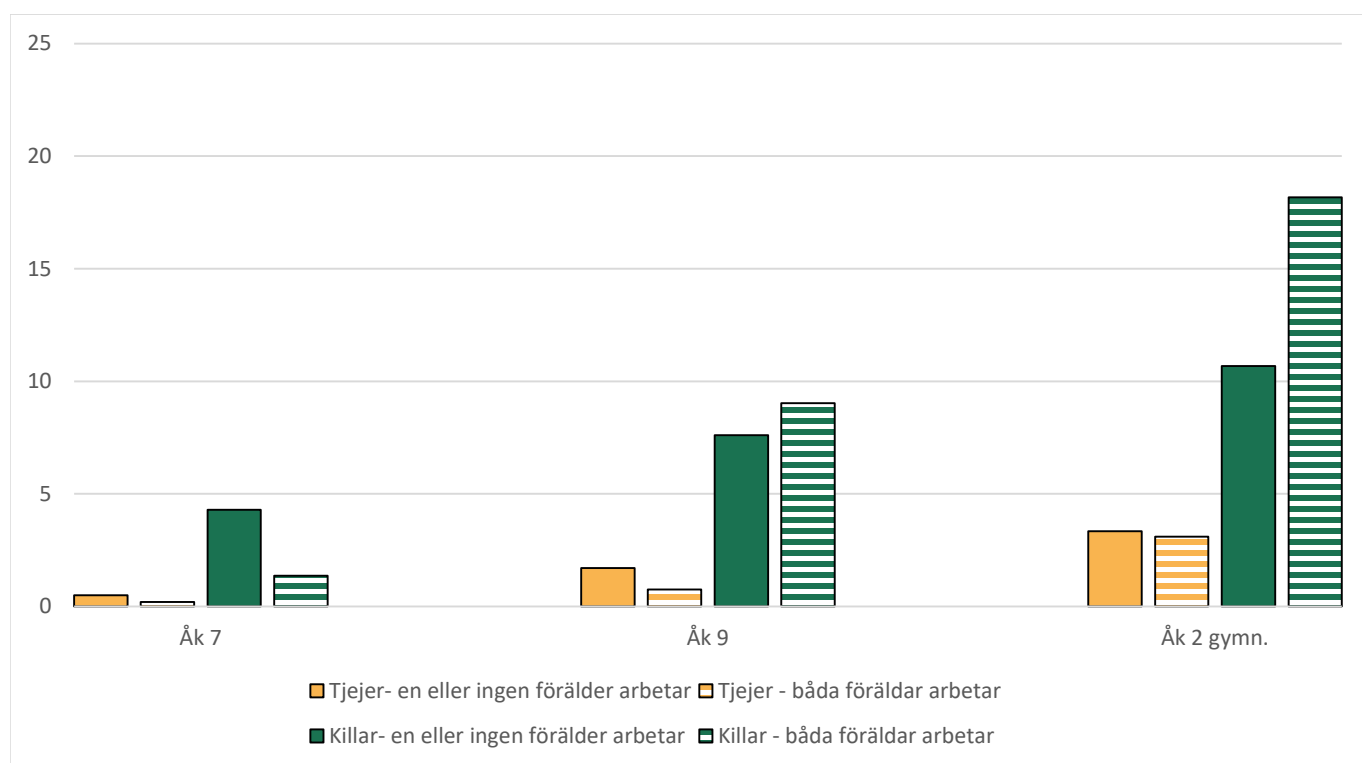
Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Andelen elever som snusar dagligen är totalt 5 procent i de båda socioekonomiska grupperna. Vid en indelning efter årskurs och socioekonomi visar resultaten att störst andel dagligsnusare finns bland elever i årskurs 2 på gymnasiet vars båda föräldrar har sysselsättning (11%).

Vid en indelning efter socioekonomi och kön så ser vi att 1 procent av tjejerna och 10 procent av killarna vars båda föräldrar har sysselsättning snusar dagligen. Motsvarande andelar för tjejer och killar vars minst en förälder saknar sysselsättning är 2 respektive 8 procent.

Den största socioekonomiska skillnaden vid indelning efter kön, ålder och andel som snusar dagligen ser vi bland killar i årskurs 2 på gymnasiet. Bland killar vars båda föräldrar har sysselsättning i denna åldersgrupp är det 18 procent som snusar dagligen. Det är 7 procentenheter högre jämfört med killarna i samma åldersgrupp vars mins en förälder saknar sysselsättning.

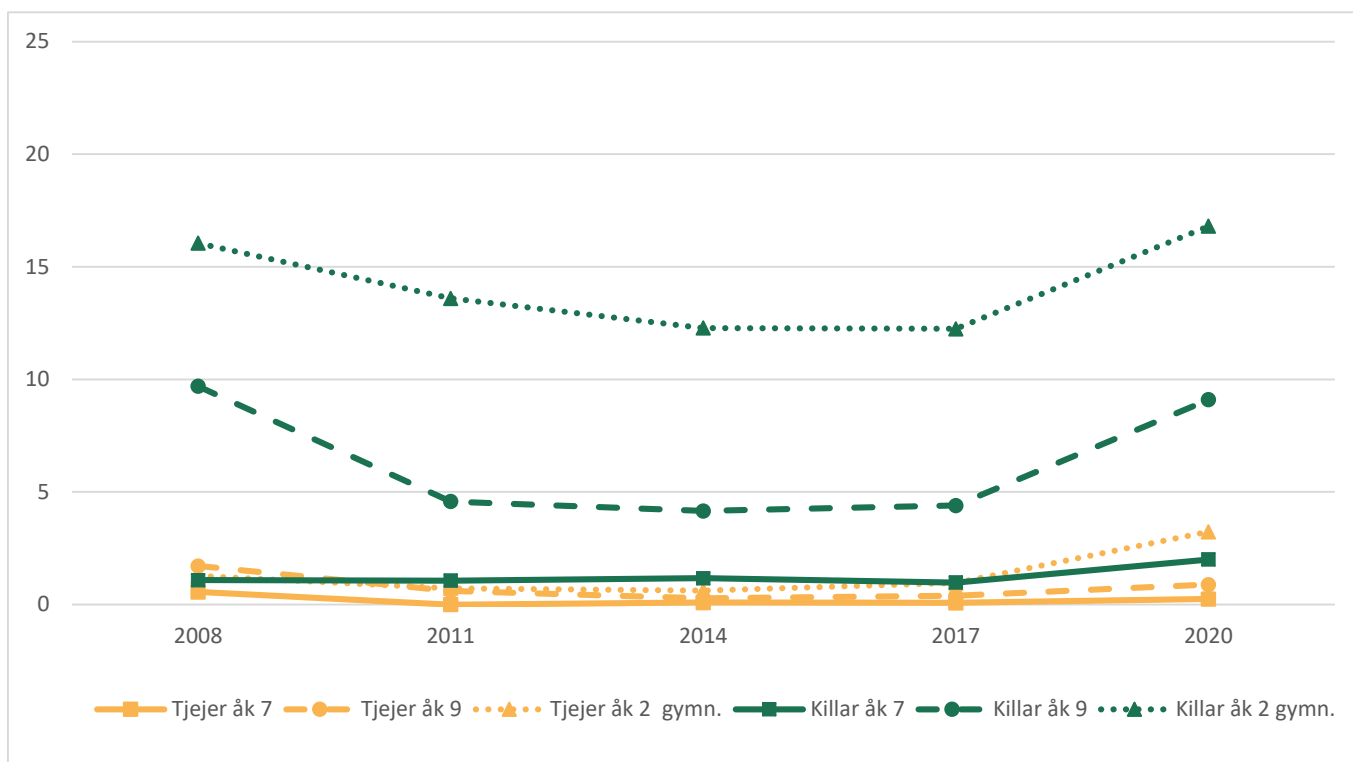
Figur 57. Andel elever som snusar dagligen uppdelat på årskurs, kön och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2020



Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Totalt sett har andelen elever som snusar dagligen inte förändrats mellan åren 2008 och 2020. Bland tjejer var totala andelen dagligsnusare 1 procent bägge åren. Bland killarna var motsvarande andelar 9 procent.

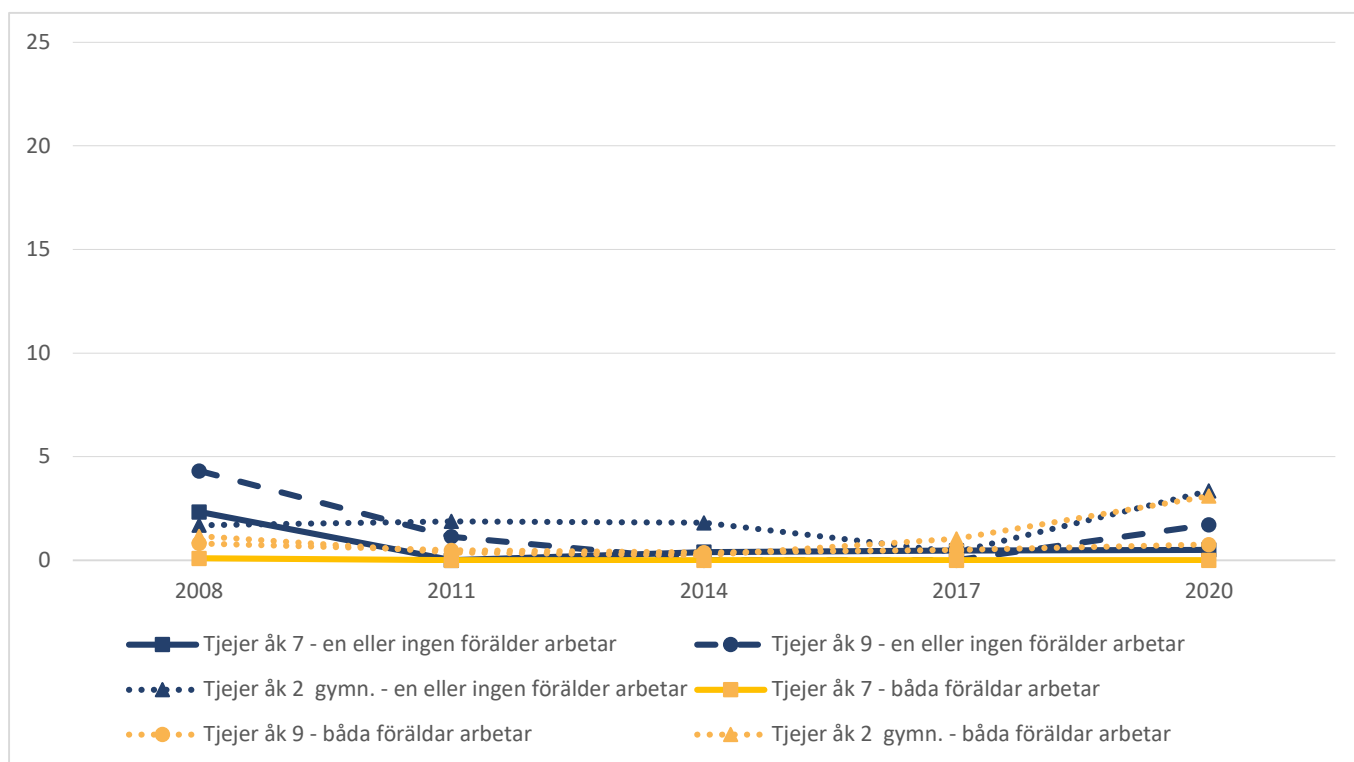
Figur 58. Andel elever som snusar dagligen efter årskurs och kön, LHU 2008-2020



Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Efter uppdelning på föräldrarnas sysselsättning, ses totalt sett inga skillnader bland tjejer i andelen dagligsnusare mellan åren 2008 och 2020. I gruppen vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning var andelen dagligsnusare 3 procent år 2008 och 2 procent år 2020. Bland tjejer vars båda föräldrar har sysselsättning, var andelen dagligsnusare 1 procent bägge åren.

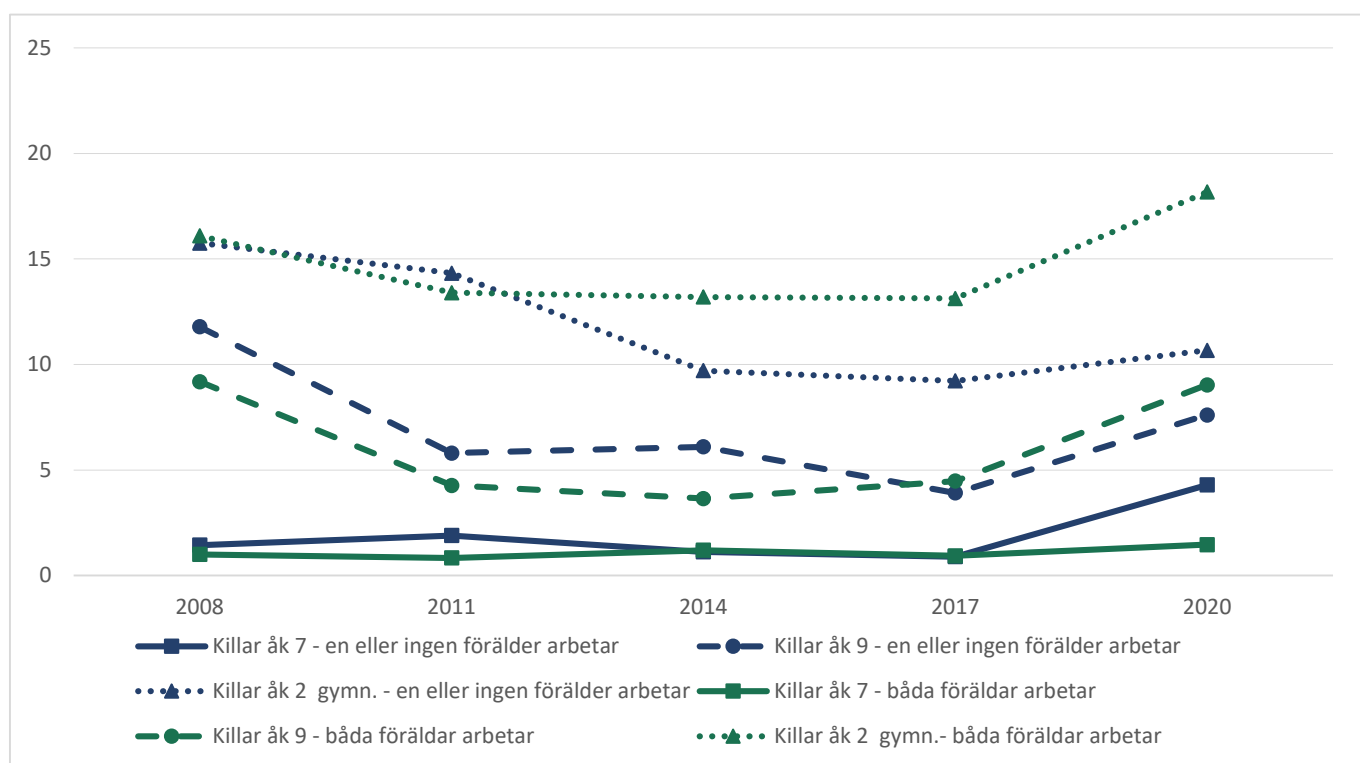
Figur 59. Andel tjejer som snusar dagligen efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

Bland killar ses inga skillnader i andelen dagligsnusare, inom de två socioekonomiska grupperna under åren 2008 och 2020. I gruppen vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning var andelen dagligsnusare 10 procent år 2008 och 8 procent år 2020. I gruppen killar vars båda föräldrar har sysselsättning var andelen dagligsnusare 9 procent under bägge åren.

Figur 60. Andel killar som snusar dagligen efter årskurs och föräldrarnas sysselsättning, LHU 2008-2020



Observera att skalan i denna figur går från 0-25%.

4. Sammanfattning

- Närmare tre av fyra elever äter frukost. Andelen som äter frukost är högst bland elever i årskurs 7 och bland killar. Bland elever vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning har andelen tjejer och killar som äter frukost sjunkit med 10 procentenheter mellan åren 2008 och 2020.
- Över 88 procent av eleverna äter lunch och andelarna är lika mellan tjejer och killar. Efter uppdelning på socioekonomi ses att andelen som äter lunch har minskat med 8 procentenheter bland killar vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning.
- Nio av tio elever äter middag. Andelen som äter middag är lika bland tjejer och killar. Däremot är andelen som äter middag är högre bland elever vars båda föräldrar har sysselsättning, 98 % bland killar.
- Över hälften av eleverna äter frukt och grönsaker dagligen. Bland killar har den totala andelen som äter frukt och grönsaker dagligen stigit med 10 procentenheter över tid, till 54 % år 2020. Andelen elever som äter frukt och grönsaker är högst i gruppen elever vars båda föräldrar har sysselsättning.
- Totalt sett äter 12% av eleverna godis dagligen. Sett över tid är andelen som äter godis ganska stabil över tid. Högsta andelen godisätare ses bland killar i årskurs 9, vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning (21 %).
- Totalt sett dricker 20% av eleverna läsk dagligen, och andelen är högre bland killar. Mellan åren 2008 och 2020 har andelen tjejer som dricker läsk fördubblats, till 16 %. I gruppen vars en eller båda föräldrar saknar sysselsättning har andelen som dricker läsk stigit, 11 procentenheter bland tjejer och 8 procentenheter bland killar.
- Nästan hälften av eleverna har druckit alkohol. Andelen elever som har druckit alkohol har minskat nästan 20 % mellan åren 2008-2020. Denna minskande trend är liknande i bägge socioekonomiska grupperna. Hälften av de som har druckit alkohol har känt sig berusade (1552 elever).
- Totalt 13% av eleverna kan med säkerhet få tag i narkotika och andelen är nästan dubbelt så stor bland killar i årskurs 2 på gymnasiet (20%). Mellan åren 2008 och 2020 har andelen som kan få tag i narkotika minskat lite. Dryga 10 % av eleverna i årskurs 9 och 2 på gymnasiet har använt narkotika.
- Totalt sett röker 4% av eleverna dagligen. Dagligrökning har minskat över tid, framförallt bland tjejer vars båda föräldrar inte har sysselsättning (från 13 till 6%).
- Sammantaget snusar 6% av eleverna dagligen, andelen är högst bland killar i årskurs 2 på gymnasiet (17%). Mellan åren 2008 och 2020 är andelen snusare stabil.

5. Referenser

1. **Kommisionen för jämlik hälsa.** *Nästa steg på vägen mot en mer jämlik hälsa. Förslag för ett långsiktigt arbete för en god och jämlik hälsa.* 2017 : Statens Offentliga Utredningar, 2017.
2. **Andréasson H, Ericsson S, Granström F et al.** *Liv & hälsa.* Eskilstuna : CDUT, 2015.
3. **Andreasson H, Lindström J, Persson C, Pihlström N, Tiikkaja S, Toroncoso Munoz C, m.fl.** *Mår alla bra? Ojämlighet i levnadsvanor i nionde klass - skillnader utifrån kön, sexuell läggning, födelseland, funktionsnedsättning och ekonomi.* Rapport 2 i rapportserien från Liv och hälsa ung-undersökningen 2017 i Mellansverige. [Internet]. Region Sörmland 2019.; Tillgänglig vid: https://samverkan.regionsormland.se/contentassets/f4689fd18b2c4ad58cc54b5c9615e2a2/jamlik-halsa-bland-unga_rapport2_webb-003.pdf.
4. **Folkhälsomyndigheten.** *Hälsan och hälsans bestämningsfaktorer för transpersoner. En rapport om hälsoläget bland transpersoner i Sverige.* Tillgänglig via www.folkhalsomyndigheten.se. u.o. : Folkhälsomyndigheten, 2015.
5. **Centrum för klinisk forskning Region Sörmland.** *Hälsan i Södermanland.* [Online] <https://samverkan.regionsormland.se/siteassets/utveckling-och-samarbete/halsan-i-sodermanland---varen-2020.pdf>.
6. **Andréasson H, Lindström J, Nordin I, Paulsson L, Persson C, Pihlström N, m.fl.** *Mår alla bra? Ojämlighet i hälsa i nionde klass - skillnader utifrån kön, sexuell läggning, födelseland, funktionsnedsättning och ekonomi.* Rapport 1 i rapportserien från Liv och hälsa ung-undersökningen 2017 i Mellansverige. [Internet]. 2018 s. 20. Tillgänglig vid: https://samverkan.regionsormland.se/siteassets/utveckling-och-samarbete/hallbarhet/mar-alla-bra_rapport1webb_2018.pdf
7. **Kröger H, Pakpahan E, Hoffman R.** *What causes health inequality? A systematic review on the relative importance of social causation and health selection.* European Journal of Public Health. 12 2015;25, ss. 951-960.
8. **Patton GC, Sawyer SM, Santelli JS, Ross DA, Afifi R, Allen NB, m.fl.** *Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing.* The Lancet. juni 2016;387(10036):2423–78.
9. **Folkhälsomyndigheten.** *Folkhälsans utveckling. Årsrapport 2020* [Internet]. 2020 mar s. 29. Tillgänglig vid: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/f/folkhalsans-utveckling-arsrapport-2020/>
10. **CDC TobaccoFree.** *Youth and Tobacco Use* [Internet]. Centers for Disease Control and Prevention. 2021 [citerad 12 augusti 2021]. Tillgänglig vid: https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/fact_sheets/youth_data/tobacco_use/index.htm
11. **1177.** *Rörelse är livsviktigt* [Internet]. [citerad 12 augusti 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.1177.se/liv--halsa/traning-och-fysisk-halsa/rorelse-ar-livsviktigt/>
12. **Livsmedelsverket.** *Barn och ungdomar 2-17 år.* 2021 [citerad 29 april 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/barn-och-ungdomar/barn-2-17-ar>
13. **Shaw SC, Ntani G, Baird J, Vogel CA.** *A systematic review of the influences of food store product placement on dietary-related outcomes.* Nutr Rev. 01 juni 2020;78(12):1030–45.
14. **Mozaffarian D.** *Dietary and Policy Priorities for Cardiovascular Disease, Diabetes, and Obesity.* Circulation. 12 januari 2016;133(2):187–225.
15. **Nordiska ministerrådet.** *Nordic Nutrition Recommendations 2012: Integrating nutrition and physical activity* [Internet]. s. 629. Tillgänglig vid: <https://www.norden.org/en/publication/nordic-nutrition-recommendations-2012>

16. **Socialstyrelsen.** *Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor. Stöd och styrning för ledning* [Internet]. 2018 juni s. 79. Tillgänglig vid: <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2018-6-24.pdf>
17. **Socialstyrelsen.** *Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor – Rekommendationer med tillhörande kunskapsunderlag* [Internet]. s. 567. Tillgänglig vid: <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2018-6-24-kunskapsunderlag.pdf>
18. **Robinson E, Thomas J, Aveyard P, Higgs S.** *What Everyone Else Is Eating: A Systematic Review and Meta-Analysis of the Effect of Informational Eating Norms on Eating Behavior.* Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics. 01 mars 2014;114(3):414–29.
19. **Sanchez-Sabate R, Sabaté J.** *Consumer Attitudes Towards Environmental Concerns of Meat Consumption: A Systematic Review.* International Journal of Environmental Research and Public Health. 05 april 2019;16:1220.
20. **Folkhälsomyndigheten.** *Många faktorer påverkar vad vi äter* [Internet]. [citerad 22 juni 2021]. Tillgänglig vid: <http://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/fysisk-aktivitet-och-matvanor/faktorer-paverkar-vad-vi-ater/>
21. **Moraes L, Lindroos AK, Lemming EW, Mattisson I.** *Diet diversity score and healthy eating index in relation to diet quality and socio-demographic factors: results from a cross-sectional national dietary survey of Swedish adolescents.* Public Health Nutrition. juli 2020;23(10):1754–65.
22. **Hallström L.** *Breakfast habits among European adolescents and their association with sociodemographic factors: the HELENA (Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence) study.* Public Health Nutr. oktober 2012;15(10):1879–89.
23. **Goldstone AP, Hernandez CGP de, Beaver JD, Muhammed K, Croese C, Bell G, m.fl.** *Fasting biases brain reward systems towards high-calorie foods.* European Journal of Neuroscience. 2009;30(8):1625–35.
24. **Alexander KE, Ventura EE, Spruijt-Metz D, Weigensberg MJ, Goran MI, Davis JN.** *Association of Breakfast Skipping With Visceral Fat and Insulin Indices in Overweight Latino Youth.* Obesity (Silver Spring). augusti 2009;17(8):1528–33.
25. **Persson M, Börjesson A, Carlson L, Carpelan C, Lannerö E, Weinehall L, m.fl.** SOU 2000:91 *Hälsa på lika villkor – nationella mål för folkhälsan* [Internet]. Stockholm; 2000 okt [citerad 06 juli 2021] s. 241. (Hälsa på lika villkor). Tillgänglig vid: <https://www.regeringen.se/49b6c3/contentassets/064128c-1fd3e4722b3769138f205ef46/halsa-pa-lika-villkor>
26. **Lennernäs M.** *Lunch och lärande - skollunchens betydelse för elevernas prestation och situation i klassrummet* [Internet]. Livsmedelsverket; [citerad 06 juli 2020] s. 30. Report No.: Rapport 1-2011. Tillgänglig vid: https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2011/2011_livsmedelsverket_1_lunch_och_larande.pdf
27. **Livsmedelsverket** [Internet]. *Måltider i skolan.* 2021 [citerad 06 juli 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/skola>
28. **Taras H.** *Nutrition and Student Performance at School.* Journal of School Health. 2005;75(6):199–213.
29. **Murphy JM, Wehler CA, Pagano ME, Little M, Kleinman RE, Jellinek MS.** *Relationship Between Hunger and Psychosocial Functioning in Low-Income American Children.* Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. februari 1998;37(2):163–70.

30. **Tulip.** *Tulip Middagsrapporten. En undersökning om svenska familjers middagsvanor 2019* [Internet]. issuu. 2019 [citerad 07 juli 2021]. Tillgänglig vid: https://issuu.com/tulipfood/docs/tulips_middagsrapport_a4_21_pdf
31. **Ordfronten.** *Ordfronten #26 : Niklas Ekstedt & Mats-Eric Nilsson om Ekstedt över öppen eld och Måltidens magi* [Internet]. www.storytel.com. [citerad 07 juli 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.storytel.com/se/sv/authors/65847-Mats-Eric-Nilsson?pageNumber=1>
32. **Fjellström C, Mattsson Sydner Y, Sepp H, Virhammar K.** *Näring för magen eller själen Om svensk måltidsforskning 1980–2003* [Internet]. Uppsala: Institutionen för hushållsvetenskap, Uppsala universitet; 2003 sep s. 46. (Måltidsakademiens Skriftserie nr 1). Tillgänglig vid: file:///C:/Users/susjan/AppData/Local/Temp/MicrosoftEdgeDownloads/9ae5ad1a-2b02-4665-9f94-0a8a963fec06/dokodoc.com_nring-fr-magen-eller-sjlen.pdf
33. **Livsmedelsverket.** *Matcirkeln Livsmedelsverket* [Internet]. Matcirkeln. 2021 [citerad 07 juli 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/matcirkeln>
34. **Livsmedelsverket.** *Barn och ungdomar 2-17 år*, Livsmedelsverket [Internet]. Barn och ungdomar 2-17 år. 2021 [citerad 07 juli 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/barn-och-ungdomar/barn-2-17-ar>
35. **Livsmedelsverket.** *Frukt, bär, grönt och baljväxter* [citerad 07 juli 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/mat-och-dryck/frukt-gront-och-baljvaxter>
36. **Livsmedelsverket.** *Antioxidanter* [citerad 07 juli 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/naringsamne/vitaminer-och-antioxidanter/antioxidanter>
37. **Livsmedelsverket.** *Riksmaten ungdom 2016-17. Så äter ungdomar i Sverige. Del 1 Livsmedelskonsumtion bland ungdomar i åk5, åk8 och åk2 på gymnasiet* [Internet]. [citerad 30 juni 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.livsmedelsverket.se/bestall-ladda-ner-material/sok-publikationer/artiklar/2018/2018-nr-14>
38. **Livsmedelsverket.** *Godis och läsk.* [citerad 07 juli 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/matvanor---undersokningar/riksmaten-ungdom/godis-och-lask>
39. **1177.** *Övervikt och fetma hos barn.* 2020 [citerad 07 juli 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.1177.se/sjukdomar--besvar/mage-och-tarm/fetma/overvikt-och-fetma-hos-barn/>
40. **1177.** *Kost och Tänder.* 2019 [citerad 07 juli 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.1177.se/liv--halsa/tandhalsa/kost-och-tander/>
41. **Hullin G.** *Vad är Alkohol och Droger?* | Droginformation.nu [Internet]. 2020 [citerad 17 augusti 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.droginformation.nu/droginformo/vad-ar-droger/>
42. **Drugsmart.** *Vad är en drog?* [Internet]. Drugsmart. [citerad 17 augusti 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.drugsmart.com/fakta/vad-ar-en-drog/>
43. **Riksdagsförvaltningen.** *Narkotikastrafflag (1968:64) Svensk författningssamling 1968:1968:64 t.o.m. SFS 2019:355 - Riksdagen* [Internet]. [citerad 17 augusti 2021]. Tillgänglig vid: https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/narkotikastrafflag-196864_sfs-1968-64

44. **Boström C.** *ANDTS-läget i Södermanlands län och länets kommuner. En kunskapssammanställning och lägesbild* [Internet]. ANDTS-läget i Södermanlands län och länets kommuner 2020. [citerad 17 augusti 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.lansstyrelsen.se/sodermanland/samhalle/social-hallbarhet/andts-andts-laget-i-sodermanlands-lan-och-lanets-kommuner.html>
45. Varför finns åldersgräns på alkohol? [Internet]. Drugsmart. [citerad 06 september 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.drugsmart.com/faq/varfor-finns-aldersgrans-pa-alkohol/>
46. Åldersgräns [Internet]. Tobaksfakta. [citerad 06 september 2021]. Tillgänglig vid: <https://tobaksfakta.se/kategori/tobakspolitik/aldersgrans/>
47. **Riksdagsförvaltningen.** *Alkohollag (2010:1622) Svensk författningssamling 2010:2010:1622 t.o.m. SFS 2020:876 - Riksdagen* [Internet]. [citerad 06 september 2021]. Tillgänglig vid: https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/alkohollag-20101622_sfs-2010-1622
48. **1177.** *Alkohol och hälsa* [citerad 17 augusti 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.1177.se/Jamtland-Harjedalen/liv--halsa/tobak-och-alkohol/alkohol-och-halsa/>
49. **Hullin G.** *Vad är alkohol?* | Droginformation.nu [Internet]. 2020 [citerad 17 augusti 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.droginformation.nu/droginform/olika-droger/alkohol/>
50. **Folkhälsomyndigheten.** *Alkoholkonsumtion i befolkningen.* [Internet]. [citerad 17 augusti 2021]. Tillgänglig vid: <http://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/andts/utveckling-inom-andts-anvandning-och-ohalsa/bruk/alkoholkonsumtion-i-befolkningen/>
51. **Guttormsson U.** *Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning. Skolelevers drogvanor* 2020 [Internet]. 2020 [citerad 17 augusti 2021]. Tillgänglig vid: <http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:can-2020-12>
52. Vilka organ i kroppen skadas när du använder narkotika? [Internet]. Drugsmart. [citerad 24 augusti 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.drugsmart.com/faq/vilka-organ-i-kroppen-skadas-nar-du-anvander-narkotika/>
53. **Zetterqvist M.** *Skolelevers drogvanor 2018* [Internet]. Stockholm; s. 80. Tillgänglig vid: <https://www.can.se/publikationer/skolelevers-drogvanor-2018/>
54. **Folkhälsomyndigheten.** *Ungdomars bruk av cigaretter, snus och e-cigaretter* — Folkhälsomyndigheten [Internet]. [citerad 17 augusti 2021]. Tillgänglig vid: <http://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/andts/utveckling-inom-andts-anvandning-och-ohalsa/bruk/tobak-och-liknande-produkter/ungdomars-bruk-av-cigaretter-snus-och-e-cigaretter/>
55. **1177.** *Rökning och snusning* [Internet]. [citerad 29 juni 2021]. Tillgänglig vid: <https://www.1177.se/liv--halsa/tobak-och-alkohol/rokning-och-snusning/>
56. **Folkhälsomyndigheten.** *Hälsorisker med rökning* — Folkhälsomyndigheten [Internet]. [citerad 29 juni 2021]. Tillgänglig vid: <http://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/andts/utveckling-inom-andts-anvandning-och-ohalsa/skadeverkningar/tobak-och-liknande-produkter/halsorisker-med-rokning/>
57. **Kölegård M.** *Registeruppgifter om tobaksrökningens skadeverkningar* [Internet]. Stockholm; 2014 mar s. 62. Tillgänglig vid: <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/statistik/2014-3-4.pdf>
58. **Thor S, Guttormsson U.** *När huvudet bultar och magen värker. Ungas psykosomatiska besvär och erfarenheter av alkohol, narkotika samt tobak* [Internet]. Stockholm; 2018 okt s. 16. Tillgänglig vid: https://www.can.se/app/uploads/2020/01/can-fokusrapport_01-nar-huvudet-bultar-och-magen-varker.pdf

8. Tabellbilaga

Undersök- ningsår	Hälsovariabel	Kön	Antal elever som har utfall* för respektive hälsovariabel	Totalt antal elever som svarat på respektive hälsovariabel
2008	Röker du? / Röker dagligen	Tjej	374	4334
2008	Röker du? / Röker dagligen	Kille	250	4440
2008	Snusar du? / Snusar dagligen	Tjej	52	4337
2008	Snusar du? / Snusar dagligen	Kille	394	4441
2008	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit alkohol? / Har druckit alkohol	Tjej	2944	4309
2008	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit alkohol? / Har druckit alkohol	Kille	2923	4408
2008	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja	Tjej	1875	2924
2008	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja	Kille	1826	2882
2008	Har du någon gång använt narkoti- ka? / Ja	Tjej	249	2881
2008	Har du någon gång använt narkoti- ka? / Ja	Kille	344	2931
2008	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Tjej	363	2890
2008	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Kille	534	2932
2008	Hur ofta äter du frukost under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	3361	4331
2008	Hur ofta äter du frukost under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	3599	4413
2008	Hur ofta äter du lunch under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	3812	4300
2008	Hur ofta äter du lunch under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	4106	4367
2008	Hur ofta äter du middag under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	3981	4298
2008	Hur ofta äter du middag under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	4133	4377

*T.ex äter frukost, röker dagligen eller dricker läsk dagligen.

Undersök- ningsår	Hälsovariabel	Kön	Antal elever som har utfall* för respektive hälsovariabel	Totalt antal elever som svarat på respektive hälsovariabel
2008	Hur ofta brukar du äta frukt eller grönsaker? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	2548	4320
2008	Hur ofta brukar du äta frukt eller grönsaker? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	1931	4435
2008	Hur ofta brukar du dricka läsk? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	309	4323
2008	Hur ofta brukar du dricka läsk? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	851	4422
2008	Hur ofta brukar du äta godis (inte tuggummi)? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	391	4310
2008	Hur ofta brukar du äta godis (inte tuggummi)? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	529	4420
2011	Röker du? / Röker dagligen	Tjej	371	3901
2011	Röker du? / Röker dagligen	Kille	320	4015
2011	Snusar du? / Snusar dagligen	Tjej	18	3914
2011	Snusar du? / Snusar dagligen	Kille	265	4019
2011	Har du under de senaste 12 månaderna druckit alkohol? / Har druckit alkohol	Tjej	2360	3874
2011	Har du under de senaste 12 månaderna druckit alkohol? / Har druckit alkohol	Kille	2451	3979
2011	Har du under de senaste 12 månaderna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja	Tjej	1496	2337
2011	Har du under de senaste 12 månaderna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja	Kille	1473	2429

*T.ex äter frukost, röker dagligen eller dricker läsk dagligen.

Undersök- ningsår	Hälsovariabel	Kön	Antal elever som har utfall* för respektive hälsovariabel	Totalt antal elever som svarat på respektive hälsovariabel
2011	Har du någon gång använt narkotika? / Ja	Tjej	220	2642
2011	Har du någon gång använt narkotika? / Ja	Kille	317	2730
2011	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Tjej	359	2625
2011	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Kille	497	2725
2011	Hur ofta äter du frukost under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	2898	3905
2011	Hur ofta äter du frukost under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	3120	4003
2011	Hur ofta äter du lunch under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	3451	3884
2011	Hur ofta äter du lunch under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	3726	3992
2011	Hur ofta äter du middag under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	3685	3892
2011	Hur ofta äter du middag under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	3881	3993
2011	Hur ofta brukar du äta frukt eller grönsaker? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	2163	3896
2011	Hur ofta brukar du äta frukt eller grönsaker? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	1783	4003
2011	Hur ofta brukar du dricka läsk? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	312	3889
2011	Hur ofta brukar du dricka läsk? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	761	4001
2011	Hur ofta brukar du äta godis (inte tuggummi)? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	273	3867
2011	Hur ofta brukar du äta godis (inte tuggummi)? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	389	3986

*T.ex äter frukost, röker dagligen eller dricker läsk dagligen.

Undersök- ningsår	Hälsovariabel	Kön	Antal elever som har utfall* för respektive hälsovariabel	Totalt antal elever som svarat på respektive hälsovariabel
2014	Röker du? / Röker dagligen	Tjej	206	3362
2014	Röker du? / Röker dagligen	Kille	211	3454
2014	Snusar du? / Snusar dagligen	Tjej	11	3344
2014	Snusar du? / Snusar dagligen	Kille	208	3447
2014	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit alkohol? / Har druckit alkohol	Tjej	1790	3343
2014	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit alkohol? / Har druckit alkohol	Kille	1790	3439
2014	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja	Tjej	1018	1687
2014	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja	Kille	994	1626
2014	Har du någon gång använt narkoti- ka? / Ja	Tjej	222	2193
2014	Har du någon gång använt narkoti- ka? / Ja	Kille	303	2274
2014	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Tjej	356	2147
2014	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Kille	428	2231
2014	Hur ofta äter du frukost under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	2468	3345
2014	Hur ofta äter du frukost under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	2694	3427
2014	Hur ofta äter du lunch under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	2951	3345
2014	Hur ofta äter du lunch under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	3183	3418
2014	Hur ofta äter du middag under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	3115	3328
2014	Hur ofta äter du middag under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	3254	3380

*T.ex äter frukost, röker dagligen eller dricker läsk dagligen.

Undersök- ningsår	Hälsovariabel	Kön	Antal elever som har utfall* för respektive hälsovariabel	Totalt antal elever som svarat på respektive hälsovariabel
2014	Hur ofta brukar du äta frukt eller grönsaker? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	1894	3353
2014	Hur ofta brukar du äta frukt eller grönsaker? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	1512	3433
2014	Hur ofta brukar du dricka läsk? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	257	3336
2014	Hur ofta brukar du dricka läsk? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	484	3431
2014	Hur ofta brukar du äta godis (inte tuggummi)? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	0	0
2014	Hur ofta brukar du äta godis (inte tuggummi)? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	0	0
2017	Röker du? / Röker dagligen	Tjej	142	3683
2017	Röker du? / Röker dagligen	Kille	161	3795
2017	Snusar du? / Snusar dagligen	Tjej	16	3682
2017	Snusar du? / Snusar dagligen	Kille	214	3802
2017	Har du under de senaste 12 månaderna druckit alkohol? / Har druckit alkohol	Tjej	1603	3624
2017	Har du under de senaste 12 månaderna druckit alkohol? / Har druckit alkohol	Kille	1635	3758
2017	Har du under de senaste 12 månaderna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja	Tjej	919	1598
2017	Har du under de senaste 12 månaderna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja	Kille	871	1623

*T.ex äter frukost, röker dagligen eller dricker läsk dagligen.

Undersök- ningsår	Hälsovariabel	Kön	Antal elever som har utfall* för respektive hälsovariabel	Totalt antal elever som svarat på respektive hälsovariabel
2017	Har du någon gång använt narkotika? / Ja	Tjej	151	2303
2017	Har du någon gång använt narkotika? / Ja	Kille	266	2446
2017	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Tjej	347	2289
2017	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Kille	441	2422
2017	Hur ofta äter du frukost under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	2658	3667
2017	Hur ofta äter du frukost under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	2895	3736
2017	Hur ofta äter du lunch under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	3154	3650
2017	Hur ofta äter du lunch under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	3405	3704
2017	Hur ofta äter du middag under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	3435	3652
2017	Hur ofta äter du middag under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	3597	3706
2017	Hur ofta brukar du äta frukt eller grönsaker? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	2161	3656
2017	Hur ofta brukar du äta frukt eller grönsaker? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	1831	3719
2017	Hur ofta brukar du dricka läsk? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	343	3626
2017	Hur ofta brukar du dricka läsk? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	610	3670
2017	Hur ofta brukar du äta godis (inte tuggummi)? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	312	3645
2017	Hur ofta brukar du äta godis (inte tuggummi)? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	343	3686

*T.ex äter frukost, röker dagligen eller dricker läsk dagligen.

Undersök- ningsår	Hälsovariabel	Kön	Antal elever som har utfall* för respektive hälsovariabel	Totalt antal elever som svarat på respektive hälsovariabel
2020	Röker du? / Röker dagligen	Tjej	117	3152
2020	Röker du? / Röker dagligen	Kille	117	3361
2020	Röker du? / Röker dagligen	Total	263	6669
2020	Snusar du? / Snusar dagligen	Tjej	39	3152
2020	Snusar du? / Snusar dagligen	Kille	287	3361
2020	Snusar du? / Snusar dagligen	Total	366	6669
2020	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit alkohol? / Har druckit alkohol	Tjej	1448	3152
2020	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit alkohol? / Har druckit alkohol	Kille	1584	3361
2020	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit alkohol? / Har druckit alkohol	Total	3121	6669
2020	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja	Tjej	775	3152
2020	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja	Kille	777	3361
2020	Har du under de senaste 12 måna- derna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full? / Ja	Total	1611	6669
2020	Har du någon gång använt narkoti- ka? / Ja	Tjej	165	3152
2020	Har du någon gång använt narkoti- ka? / Ja	Kille	263	3361
2020	Har du någon gång använt narkoti- ka? / Ja	Total	456	6669
2020	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Tjej	338	3152
2020	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Kille	456	3361
2020	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Total	840	6669

*T.ex äter frukost, röker dagligen eller dricker läsk dagligen.

Undersök- ningsår	Hälsovariabel	Kön	Antal elever som har utfall* för respektive hälsovariabel	Totalt antal elever som svarat på respektive hälsovariabel
2020	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Tjej	338	3152
2020	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Kille	456	3361
2020	Känner du till någon person som skulle kunna ge eller sälja narkotika till dig? / Ja, med säkerhet	Total	840	6669
2020	Hur ofta äter du frukost under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	2056	3152
2020	Hur ofta äter du frukost under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	2342	3361
2020	Hur ofta äter du frukost under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Total	4477	6669
2020	Hur ofta äter du lunch under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	2588	2990
2020	Hur ofta äter du lunch under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	2806	3110
2020	Hur ofta äter du lunch under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Total	5483	6669
2020	Hur ofta äter du middag under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Tjej	2820	3152
2020	Hur ofta äter du middag under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Kille	3003	3361
2020	Hur ofta äter du middag under en vecka? / Varje dag & 4-6 dagar	Total	5926	6669
2020	Hur ofta brukar du äta frukt eller grönsaker? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	1799	3152
2020	Hur ofta brukar du äta frukt eller grönsaker? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	1686	3361
2020	Hur ofta brukar du äta frukt eller grönsaker? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Total	3548	6669

*T.ex äter frukost, röker dagligen eller dricker läsk dagligen.

Undersök- ningsår	Hälsovariabel	Kön	Antal elever som har utfall* för respektive hälsovariabel	Totalt antal elever som svarat på respektive hälsovariabel
2020	Hur ofta brukar du dricka läsk? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	473	3152
2020	Hur ofta brukar du dricka läsk? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	725	3361
2020	Hur ofta brukar du dricka läsk? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Total	1234	6669
2020	Hur ofta brukar du äta godis (inte tuggummi)? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Tjej	335	3152
2020	Hur ofta brukar du äta godis (inte tuggummi)? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Kille	402	3361
2020	Hur ofta brukar du äta godis (inte tuggummi)? / Mer än en gång om dagen & så gott som dagligen	Total	770	6669

*T.ex äter frukost, röker dagligen eller dricker läsk dagligen.

Region Sörmland arbetar för varje människas rätt till god hälsa, kultur och utbildning. Alla människor har lika rättigheter och bemöts utifrån sina förutsättningar. Resultat från Liv & hälsa ung används som underlag för regionens och kommunernas arbete med barn och ungas livsvillkor, levnadsvanor och hälsa.

Exempel på hur tidigare resultat använts



En skola hade många elever som mådde psykiskt dåligt. Detta ledde till att elevhälsan gjorde en satsning på psykisk hälsa i skolan.



Vid planering och uppföljning av drogförebyggande arbete.



Som underlag för uppstart av samtalsmottagningar för unga som inte mår bra.

Vill du veta mer om enkätundersökningen,
titta på Liv & hälsa ungs webbplats
<https://samverkan.regionsormland.se/lhu2020>