

# Kapitel 5. Alkohol

- Mænd overskrider oftere genstandsgrænsen end kvinder
- Unge overskrider oftere genstandsgrænsen end ældre
- Der er procentvis flere, der overskrider genstandsgrænsen, blandt svarpersoner, der har 15 eller flere års uddannelse sammenlignet med de, der har mindre end 10 års uddannelse
- Alderen, hvor man var fuld første gang, er faldet markant gennem tiden
- Tidlig alkoholdebut er relateret til hyppigere overskridelse af genstandsgrænsen

Et højt alkoholforbrug har alvorlige konsekvenser for krop såvel som psyke. Personer med et stort alkoholforbrug har højere dødelighed og sygelighed end personer med moderat eller intet forbrug. Mindst 3.000 dødsfald om året i Danmark har alkohol som primær eller medvirkende årsag, hvilket svarer til 5 % af alle dødsfald (Juel, Sørensen & Brønnum-Hansen 2006). Denne overdødelighed kan især tilskrives sygdomme som slagtilfælde, skrumpelever, bugspytkirtelbetændelse samt kræft i mundhule, svælg, spiserør, bryst og tyktarm (Corrao et al. 2004). Derudover medfører alkoholmisbrug og -afhængighed en række psykiske lidelser og problemer som for eksempel vold, kriminalitet, seksuelle overgreb samt problemer i forhold til familien og arbejdspladsen. Alkohol er dog også et nydelsesmiddel, som de fleste danskere har et fornuftigt forhold til. Endvidere har et moderat alkoholforbrug også positive helbredseffekter, da midaldrende og ældre personer med et moderat alkoholforbrug, sammenlignet med afholdende har en 20-30 % lavere risiko for at dø af iskæmisk hjertesygdom (Fagrell et al. 1999). Betydningen af alkohol som risikofaktor for sygelighed og dødelighed er således i nogen grad kompliceret af, at der også er kendte positive fysiske såvel som psykiske og sociale virkninger af et let til moderat alkohol-

forbrug. Det står dog fast, at det er de skadelige virkninger af alkohol, der er et af de største folkesundhedsmæssige problemer, i det danske samfund (Grønbæk 2004).

Generelt er dødeligheden ikke højere blandt personer, som overholder genstandsgrænserne sammenlignet med personer, som slet ikke drikker alkohol. Derimod dør personer, som overskrider genstandsgrænsen, i gennemsnit 4-5 år for tidligt sammenlignet med personer, der ikke overskrider genstandsgrænsen. Desuden har personer, som overskrider genstandsgrænsen, samlet set 150.000 ekstra kontakter til praktiserende læge og 350.000 ekstra sygedage hvert år sammenlignet med personer, der ikke overskrider genstandsgrænsen. Sundhedsvæsnets årlige nettoudgift på grund af alkohol på cirka 597 mio. kr. (Juel, Sørensen & Brønnum-Hansen 2006).

For at forebygge alkoholrelaterede problemer i den danske befolkning anbefaler Sundhedsstyrelsen en maksimumsgrænse på 21 genstande om ugen for mænd og 14 genstande om ugen for kvinder. Dette betegnes som Sundhedsstyrelsens anbefalede genstandsgrænse. Desuden fraråder Sundhedsstyrelsen, at man drikker mere end fem genstande ved samme lejlighed (for eksempel i

løbet af en aften), da det er mere helbredsskadeligt at drikke en stor mængde alkohol på én gang end at sprede forbruget ud over flere dage. Hvis man på en dag eller aften drikker mere end fem genstande, kaldes det for binge-drinking. Endelig anbefales gravide helt at lade være med at drikke alkohol.

### Alkoholforbrug i en typisk uge

I KRAM-undersøgelsen er svarpersonerne blevet bedt om at angive, hvor meget øl, vin, hedvin og spiritus de drikker på hver af dagene i en typisk uge. Grunden til, at der spørges så detaljeret til forbruget, er, at det er velkendt, at mængden af selvrapporeret indtag af alkohol bliver større jo mere detaljeret, der udspørges (Rehm 1998).

Da det antages, at der er en generel tendens til, at alkoholforbruget underrapporteres, anses den metode, som giver det største alkoholforbrug, for at være den mest valide. Ved at sammenlægge svarene for indtagelse af øl, vin, hedvin og spiritus fås et samlet mål for alkoholforbrug i en typisk uge.

Tabel 5.1 viser alkoholforbruget blandt mænd og kvinder i KRAM-undersøgelsen. Det ses, at den største andel blandt både mænd og kvinder drikker 1-7 genstande om ugen. Mænd drikker generelt mere end kvinder. I aldersgruppen 18-24 år, er der en større andel, som har et stort alkoholforbrug, end i de øvrige aldersgrupper. Dette gælder særligt blandt mænd.

Tabel 5.1 Ugentligt alkoholforbrug blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper. Procent

Mænd	18-24 år	25-44 år	45-64 år	65+ år	I alt
0 genstande	11,4	12,5	9,9	9,6	10,8
1-7 genstande	23,8	48,2	36,5	33,8	38,3
8-14 genstande	22,2	23,0	27,7	27,7	25,5
15-21 genstande	16,9	9,6	13,3	14,8	12,8
22-29 genstande*	12,5	3,7	6,4	8,2	6,6
30 eller flere genstande*	13,2	3,1	6,3	6,1	6,0
Antal svarpersoner	2.065	8.597	13.689	6.397	30.748

Kvinder	18-24 år	25-44 år	45-64 år	65+ år	I alt
0 genstande	17,6	23,5	16,6	20,1	19,4
1-7 genstande	41,3	60,0	52,3	48,5	52,6
8-14 genstande	26,4	13,2	22,2	21,3	19,8
15-21 genstande*	10,0	2,4	6,0	7,0	5,6
22-29 genstande*	3,2	0,6	1,9	2,1	1,7
30 eller flere genstande*	1,5	0,3	1,1	1,0	0,9
Antal svarpersoner	3.597	14.814	20.172	6.322	44.905

\*Overskrider Sundhedsstyrelsens genstandsgrænse for ugentligt forbrug

I KRAM-undersøgelsen overskrider 10,3 % af svarpersonerne Sundhedsstyrelsen genstandsgrænse i løbet af en typisk uge (tabel 5.2). Dette er en mindre andel end i SUSY-2005 (14,3 %).

Tabel 5.2 Andel, der overskrider Sundhedsstyrelsen genstandsgrænse i en typisk uge, blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper. Procent

		Forekomst (%)	Antal svarpersoner
Total		10,3	75.673
Mænd	18-24 år	25,8	2.065
	25-44 år	6,8	8.602
	45-64 år	12,7	13.691
	65+ år	14,2	6.397
	Mænd i alt	12,6	30.755
Kvinder	18-24 år	14,7	3.600
	25-44 år	3,3	14.820
	45-64 år	9,0	20.175
	65+ år	10,1	6.323
	Kvinder i alt	8,2	44.918

Det fremgår endvidere af tabel 5.2, at der i KRAM-undersøgelsen er procentvis flere mænd (12,6 %) end kvinder (8,2 %), som overskrider Sundhedsstyrelsen genstandsgrænse i løbet af en uge. Blandt både mænd og kvinder er der en større andel, som overskrider genstandsgrænsen, blandt de 18-24-årige end i de øvrige aldersgrupper – især er andelen stor blandt de yngste mænd (25,8 %). Andelen, som overskrider genstandsgrænsen, er mindst i aldersgruppen 25-44 år for både mænd (6,8 %) og kvinder (3,3 %).

Figur 5.1 viser andelen blandt mænd og kvinder i KRAM-undersøgelsen, der overskrider Sundhedsstyrelsen genstandsgrænse i en typisk uge i forskellige uddannelsesgrupper. Det ses, at andelen er mindre blandt svarpersoner, der har mindre end 10 års uddannelse, end blandt svarpersoner, der har 15 eller flere års uddannelse. Dette adskiller sig fra den tendens, der ses ved Kost, Ryg-

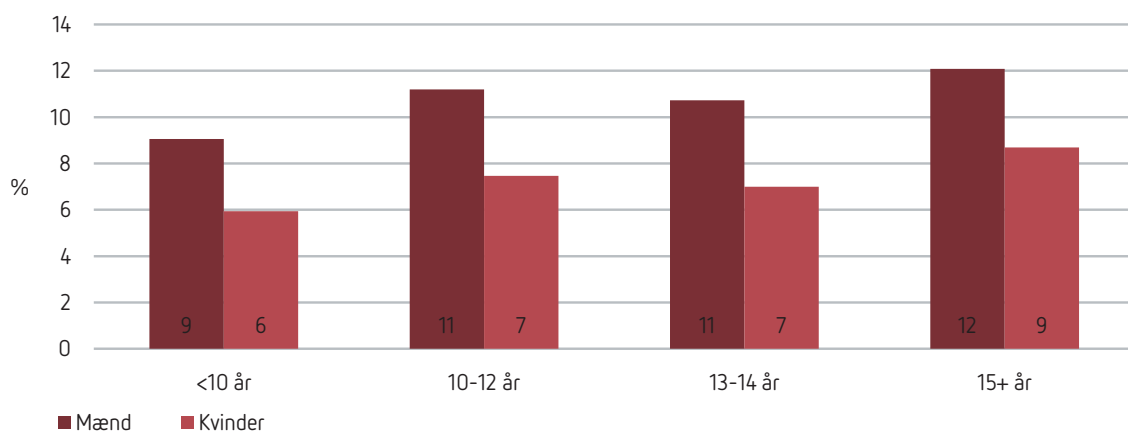
*“Skyldes det, at der er mange småbørnsforældre i aldersgruppen 25-44 år, at der er en relativ lille andel, der overskrider genstandsgrænsen?”*

ning og Motion, hvor andelen, der har usunde vaner, er størst blandt svarpersoner med mindre end 10 års uddannelse.

Der er en større andel blandt ikke-erhvervsaktive (13,6 %) end blandt erhvervsaktive (8,2 %), der overskrider Sundhedsstyrelsen genstandsgrænse. Sammenhængen er særlig udtalt blandt mænd. Således overskrider 18,8 % af de ikke-erhvervsaktive mænd genstandsgrænsen, mens dette kun gælder for 9,9 % af de erhvervsaktive mænd (data ikke vist).

*“Hvorfor drikker procentvis flere svarpersoner med en lang uddannelse for meget, når de lever sundt på alle andre områder?”*

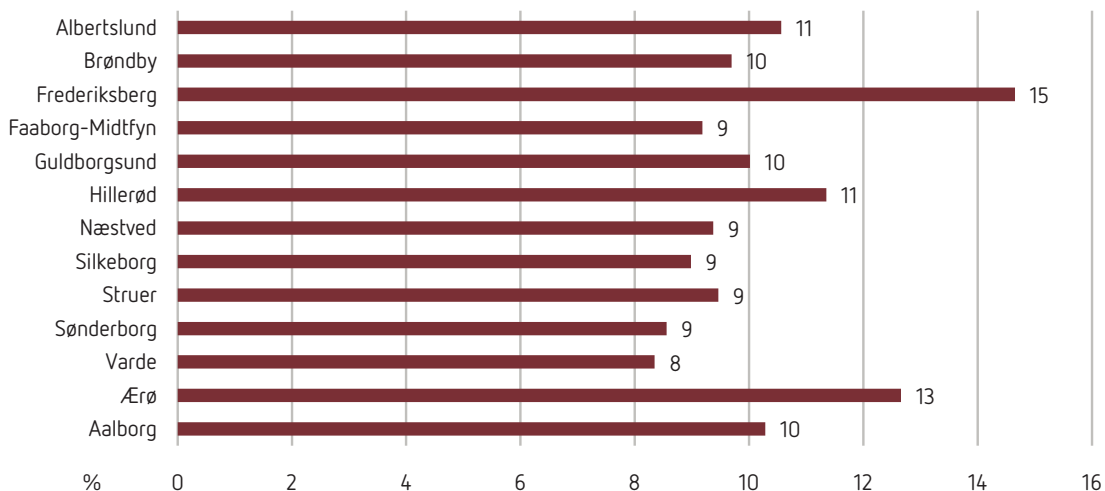
Figur 5.1 Andel, der overskrider Sundhedsstyrelsen genstandsgrænse i en typisk uge, blandt mænd og kvinder (25 år eller derover) i forskellige uddannelsesgrupper. Aldersjusteret procent



Andelen, der overskrider Sundhedsstyrelsen genstandsgrænse i en typisk uge, er størst i Frederiksberg Kommune (figur 5.2).

Blandt svarpersoner, der ikke overskrider Sundhedsstyrelsen genstandsgrænse i en typisk uge, er der procentvis flere (74,0 %), der har et godt eller virkelig godt selv vurderet helbred, end blandt de, der overskrider genstandsgrænsen (68,7 %) (data ikke vist).

Figur 5.2 Andel, der overskrider Sundhedsstyrelsen genstandsgrænse i en typisk uge, i de 13 KRAM-kommuner. Procent



Bemærk: Resultaterne gælder kun for de personer, der har deltaget i KRAM-undersøgelsen i de enkelte kommuner, og er ikke repræsentative for kommunens borgere som helhed

Der ses ingen sammenhæng mellem overskridelse af genstandsgrænsen og langvarig sygdom (data ikke vist).

## Binge-episoder

Det fremgår af tabel 5.3, at 26,6 % af svarpersonerne i KRAM-undersøgelsen har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed (binge-episode) inden for den seneste måned.

*Tabel 5.3 Andel, der har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed inden for den seneste måned, blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper. Procent*

		Forekomst (%)	Antal svarpersoner
Total		26,6	71.850
Mænd	18-24 år	73,4	1.983
	25-44 år	37,8	8.305
	45-64 år	33,1	13.157
	65+ år	17,9	6.131
	Mænd i alt	36,6	29.576
Kvinder	18-24 år	49,0	3.442
	25-44 år	16,0	13.950
	45-64 år	12,4	19.153
	65+ år	5,7	5.729
	Kvinder i alt	16,7	42.274

I tabel 5.3 ses desuden, at der i alle aldersgrupper er en større andel blandt mænd end kvinder, der har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed inden for den seneste måned. Andelen, som har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed inden for den seneste måned, falder med alderen. Der er især

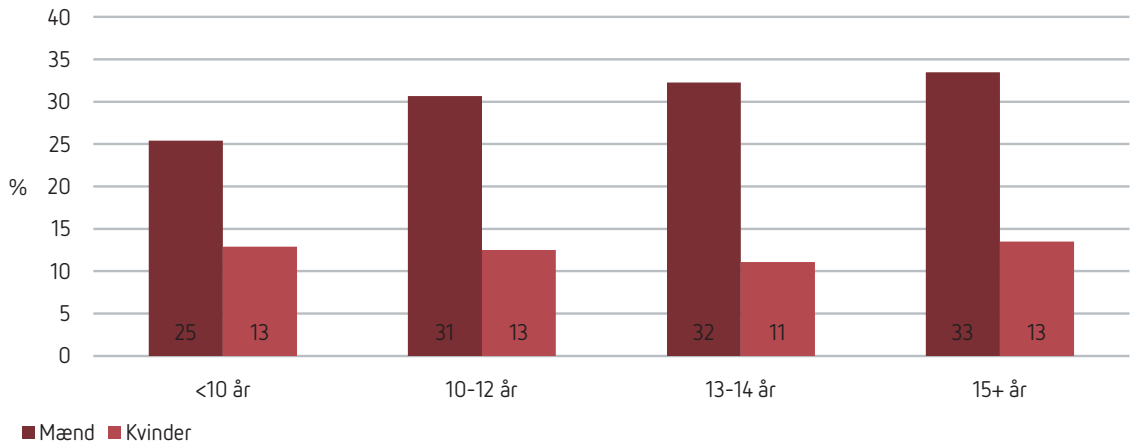
en stor andel blandt de yngste mænd, som har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed inden for den seneste måned.

I figur 5.3 ses andelen, der har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed inden for den seneste måned, i forskellige uddannelsesgrupper. Blandt mænd stiger andelen, der har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed, med stigende uddannelseslængde. Således har 25,4 % blandt mænd med mindre end 10 års uddannelse, drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed, mens det er 33,5 % blandt mænd med 15 eller flere års uddannelse. Blandt kvinder ses ingen forskel mellem de forskellige uddannelsesgrupper.

Der er en større andel blandt ikke-erhvervsaktive (36,0 %) end blandt erhvervsaktive (27,2 %), der har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed inden for den seneste måned. Dette ses for både mænd og kvinder. Sammenhængen er, ligesom ved overskridelse af genstandsgrænsen, særlig tydelig blandt mænd. Således har 51,2 % af de ikke-erhvervsaktive mænd drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed, mens dette kun gælder for 37,9 % af de erhvervsaktive mænd (data ikke vist).

*"Hvorfor er der en social gradient i andelen, der drikker mere end fem genstande, blandt mænd men ikke blandt kvinder?"*

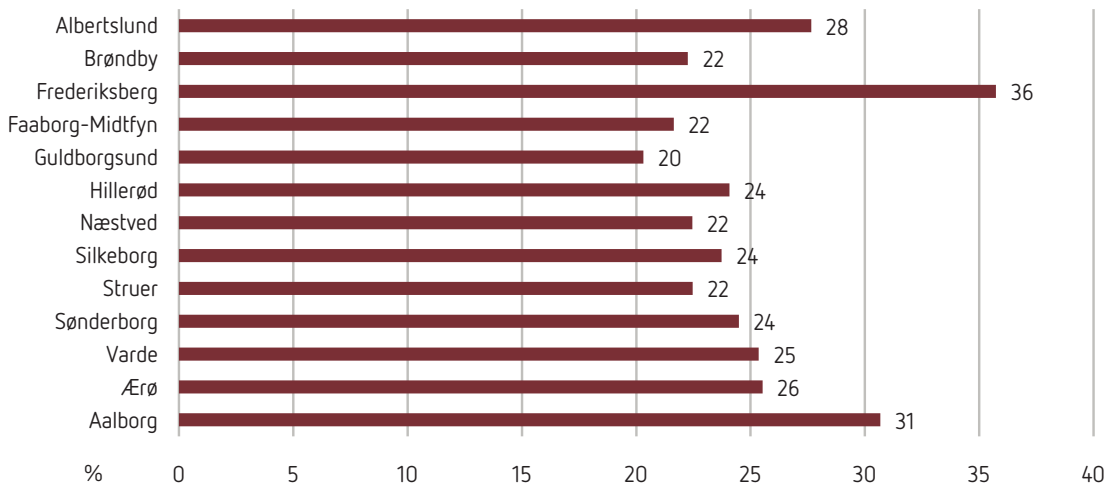
Figur 5.3 Andel, der har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed inden for den seneste måned (25 år eller derover), blandt mænd og kvinder i forskellige uddannelsesgrupper. Aldersjusteret procent



Figur 5.4 viser andelen, der har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed inden for

den seneste måned i de 13 KRAM-kommuner. Det ses, at andelen er størst i Frederiksberg Kommune.

Figur 5.4 Andel, der har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed inden for den seneste måned, i de 13 KRAM-kommuner. Procent



Bemærk: Resultaterne gælder kun for de personer, der har deltaget i KRAM-undersøgelsen i de enkelte kommuner, og er ikke repræsentative for kommunens borgere som helhed

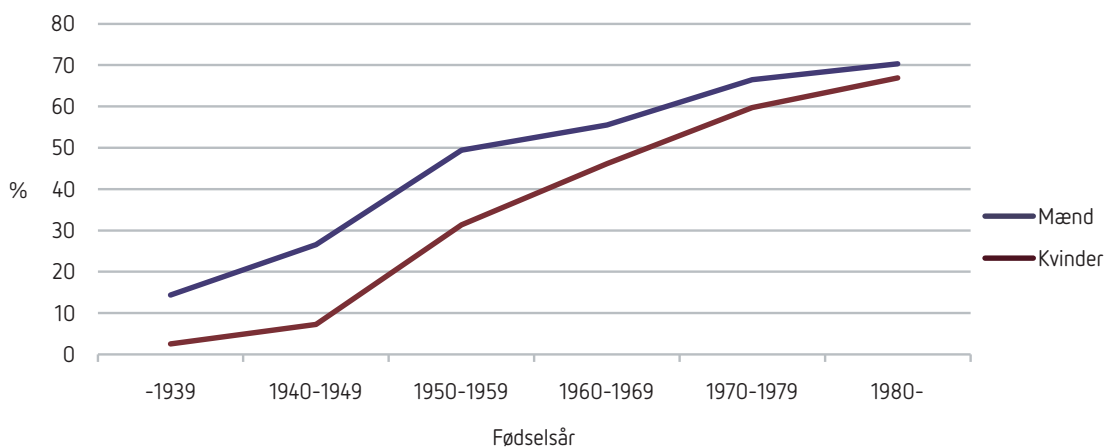
Der ses ingen sammenhæng mellem andelen, der har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed, og selv vurderet helbred. Derimod ses en sammenhæng mellem binge-drinking og langvarig sygdom. Blandt svarpersoner, der har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed inden for den seneste måned, er der 33,7 %, der har en langvarig sygdom, mens det er 25,6 % blandt de, der ikke har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed.

### Alder ved alkoholdebut

Svarpersonerne er blevet bedt om at angive, hvor gamle de var første gang, de drak så meget alkohol, at de blev fulde. I KRAM-undersøgelsen var 1,1 % af svarpersonerne under 12 år gamle, 8,8 % var 12-13 år, 35,1 % var 14-15 år og 55,1 % var 16 år eller ældre, da de første gang var fulde. (data ikke vist).

Alderen ved alkoholdebut har ændret sig væsentlig gennem tiden. Figur 5.5 viser andelen, der var under 16 år, første gang de drak så meget alkohol, at de blev fulde, opdelt på fødselsår. Det ses, at blandt mænd, der er født i 1939 eller tidligere, er det 14,3 %, der var fulde første gang inden de fyldte 16 år, mens det er 70,3 % blandt svarpersoner, der er født i 1980 eller senere. Andelen, der var under 16 år, første gang de var fulde, er således steget markant gennem årene. Det skal dog bemærkes, at – især ældre – svarpersoner kan have husket forkert, da de blev bedt om at huske mange år tilbage i tiden. Det kan desuden være, at svarpersonerne bevidst har svaret, at de var ældre, end de var, da alkoholforbrug tidligere var og stadig er et følsomt område.

Figur 5.5. Andel, der var under 16 år, første gang de drak så meget alkohol, at de blev fulde, opdelt på fødselsår. Procent



Der ses en sammenhæng mellem alderen første gang, man var fuld, og overskridelse af genstandsgrænsen i løbet af en typisk uge (tabel 5.4). Blandt de, som var fulde første gang inden de fyldte 12 år, er det 22,0 %, der overskrider genstandsgrænsen i en typisk uge, mens det er 9,7 % blandt de, der var 16 år eller ældre, første gang de var fulde.

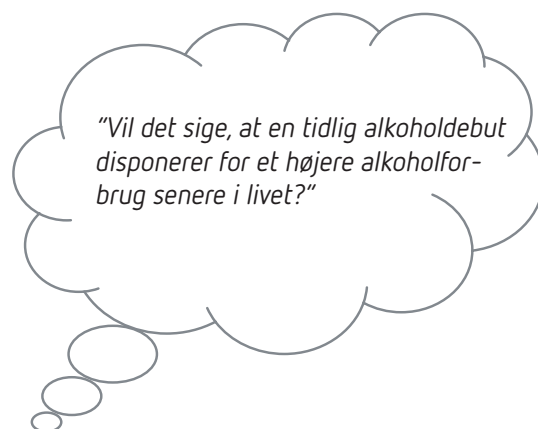
*Tabel 5.4 Andel, der overskrider Sundhedsstyrelsens genstandsgrænse i løbet af en typisk uge, opdelt på alder første gang, man var fuld. Procent*

	Mænd	Kvinder	I alt	Antal svarpersoner
<12 år	23,7	17,1	22,0	486
12-13 år	21,1	13,1	17,8	4.454
14-15 år	13,7	9,1	11,8	19.760
16+ år	11,3	8,1	9,7	33.890
Total	13,3	8,9	11,3	58.590

Ligeledes ses en sammenhæng mellem alderen første gang, man var fuld, og hvor ofte man har drukket mere end fem genstande inden for det seneste år (tabel 5.5). Blandt svarpersoner, der

*Tabel 5.5 Hvor ofte man har drukket mere end fem genstande inden for de seneste år opdelt på alder første gang, man var fuld. Procent*

Alder, da man var fuld første gang	Ingen	Mindre end én gang om måneden	Cirka 1-3 gange om måneden	En eller flere gange om ugen	Antal svarpersoner
<12 år	12,8	42,6	21,9	22,7	458
12-13 år	9,3	42,3	27,3	21,1	4.309
14-15 år	11,5	48,9	26,6	13,1	19.241
16+ år	27,2	51,9	15,1	5,8	32.745
Total	19,9	49,9	20,3	9,9	56.753



var under 12 år gamle første gang, de var fulde, er der en større andel, der har drukket mere end fem genstande ved en enkelt lejlighed mindst én gang inden for den seneste måned, end blandt svarpersoner, der var ældre første gang, de var fulde. Ligeledes er der blandt svarpersoner med sen alkoholdebut (16+ år) en større andel, der ikke har drukket mere end fem genstande ved samme lejlighed inden for det seneste år, end blandt svarpersoner, der var yngre, da de var fulde første gang.