



SUNDHEDSSTYRELSEN

Unge og alkohol – en dårlig cocktail



6. oktober 2022

Maria Koch Aabel

Programleder Fælles om ungelivet

Program

- Konsekvenser af alkohol
- Tal på unges brug af alkohol
- Alkoholculturen blandt unge (og voksne)

Hvor mange unge i DK (16-24 år) drikker over 10 genstande om ugen?

A. 19%

B. 39%

C. 59%

D. 79%

Konsekvenser af alkohol

10-4

Sundhedsstyrelsens anbefalinger om alkohol

Intet alkoholforbrug er risikofrit for dit helbred

Er du 18 år eller over?

- Højst 10 genstande om ugen
- Højst 4 genstande på samme dag

Er du under 18 år?

- Lad være med at drikke alkohol

Er du mellem 18 og 25 år?

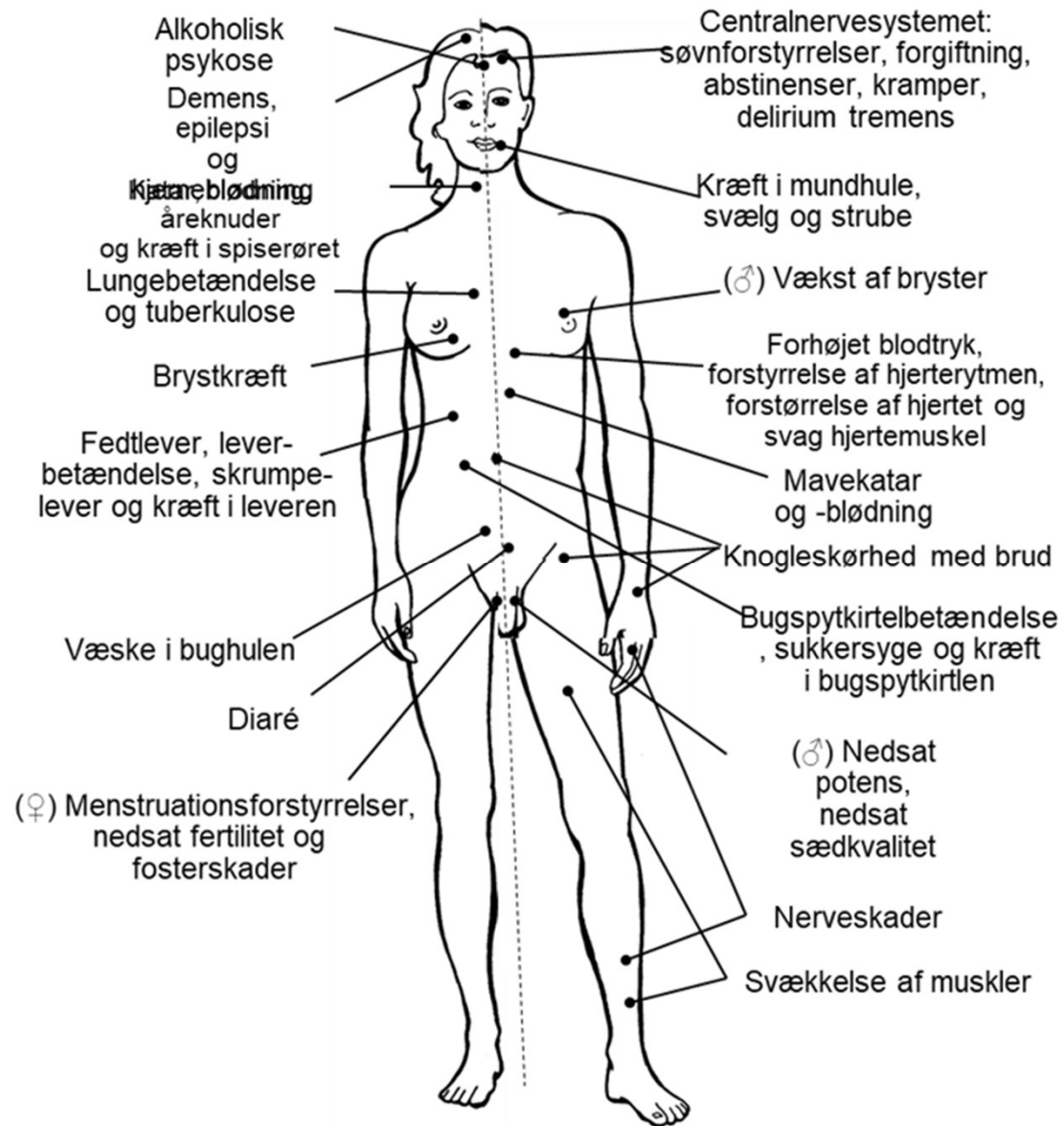
- Vær særlig opmærksom på ikke at overskride anbefalingerne

Er du gravid, eller prøver du at blive det?

- Lad være med at drikke alkohol

Ammer du?

- Vær forsigtig med at drikke alkohol



Alkohol og den unge hjerne

- Hjernen ikke er færdigudviklet før man er ca. 25 år og indtag af alkohol - og i særdeleshed rusdrikning - kan derfor påvirke modningen og udviklingen af hjernen.
- De hjernefunktioner, der påvirkes, er bl.a. hukommelse, læring, planlægning, beslutninger, impuls kontrol og sprog.
- Desuden er unge generelt mere risikovillige end voksne, og særligt i kombination med alkohol øger det risikoen for skader, ulykker og død..
- Rusdrikning blandt unge er associeret med øget risiko for depressive symptomer. Der ses desuden en sammenhæng mellem alkoholforbrug og selvskaade, selvmordstanker og selvmord.

Tidligt + stort alkoholforbrug

Ulykker og selvmord

Vold og grænseoverskridende adfærd

Uønsket sex

Hukommelse og indlæring

Søvnforstyrrelser og tømmermænd

Falder i havnen eller sover udenfor i januar - unges druk er dødsensfarlig

Danske unge har Europa-rekord i at drikke sig fulde. Ekspertter ønsker forbud mod salg af alkohol til unge under 18 år som modtræk.

TEA KROGH SØRENSEN
HANNE FÅLL NIELSEN
tea.krogh@ip.dk
hanne.fall.nielsen@ip.dk

De falder i havnen. De lægger sig til at sove på hovedvejen. De forsøger at springe fra den ene fjerdesals altan til den anden.



Danske unge drikker sig hyppigst fulde

Andelen af unge mellem 15 og 24 år fra EU-landene, som mindst en gang om ugen drikker sig fulde.

TAL I PCT.

Danmark	16,7
Holland	10,5
Belgien	10,4
Luxemb.	10,1
Tyskland	9,9
Slovenien	8,1

fire genstande om dagen. På den korte bane er faren ved at drikke sig i hegnet ifølge Alkohol & Samfund flere skader og ulykkelige beslutninger.

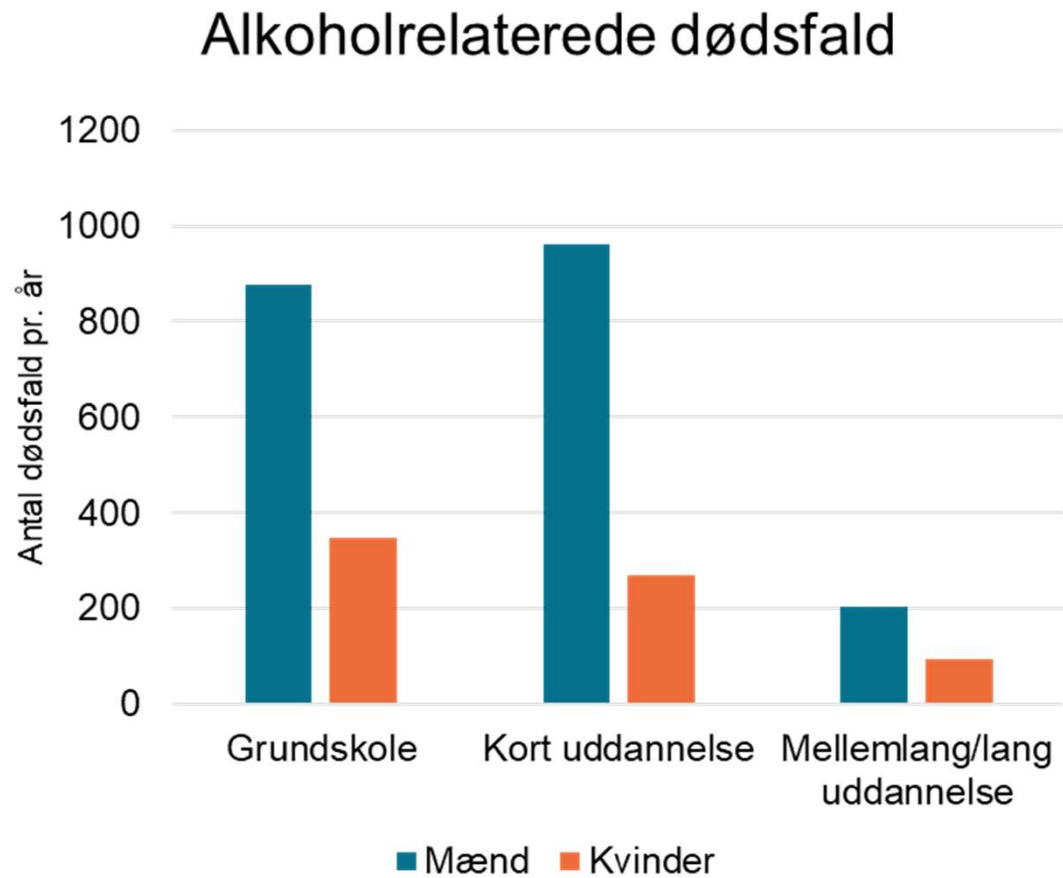
»Der til kommer faren for at tage menstret med at drikke sig helt væk med ind i voksenalivet, som især rammer unge fra familier med ikke så mange ressourcer,« siger Ida Fabricius Brunn.

På den baggrund er Alkohol & Samfund - i lighed med en lang række organisationer, eksperter og også flere politiske partier - en varm tilhænger af en aldersgrænse på 18 år ved salg af alkohol. »Alt tilgængelig viden

1.700 unge (15-24 år) indlæggelser per år pga. alkohol

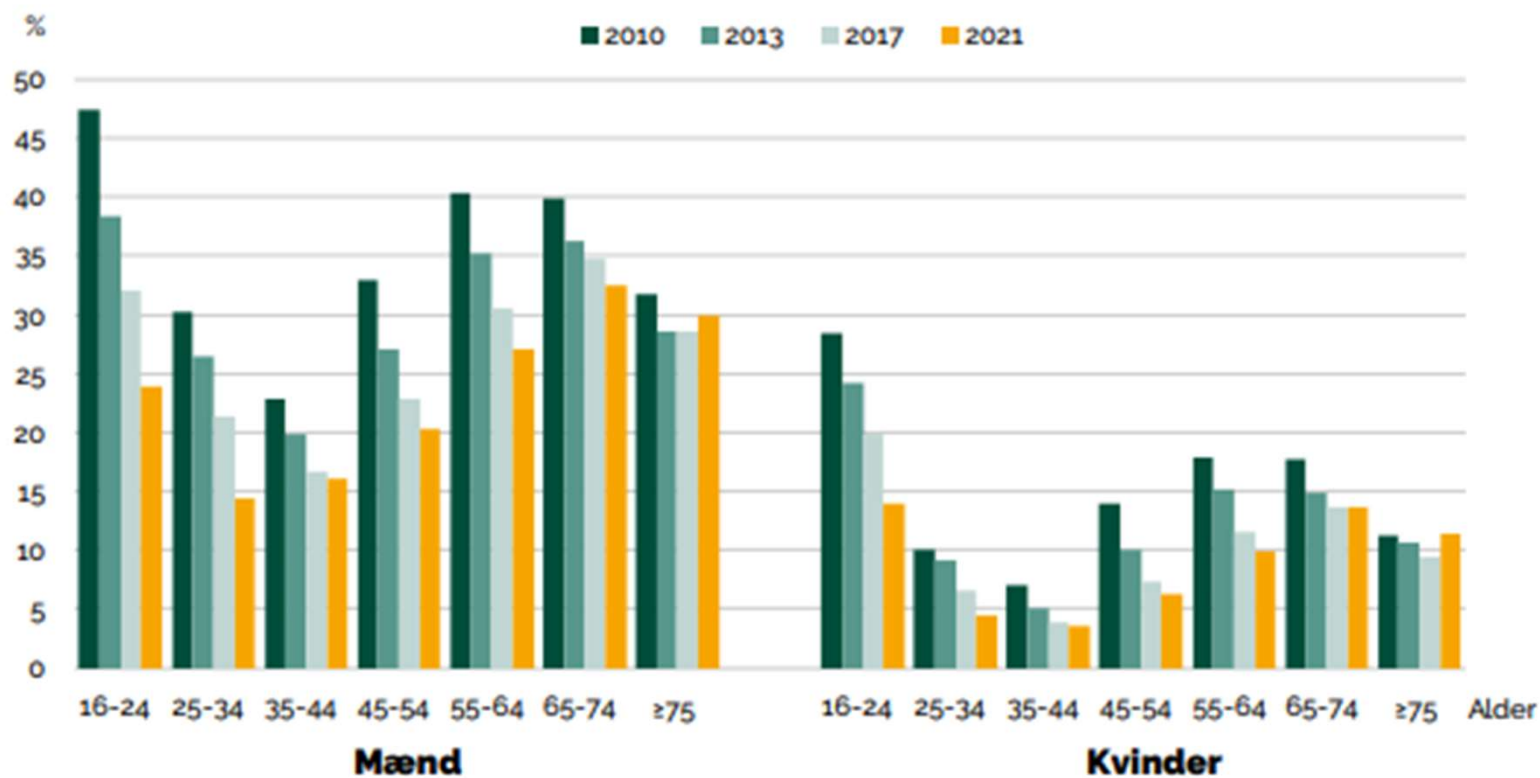
Alvorlige skader og død – i gennemsnit dør 1 ung person om måneden relateret til alkohol.

Ulighed i konsekvenser af alkohol

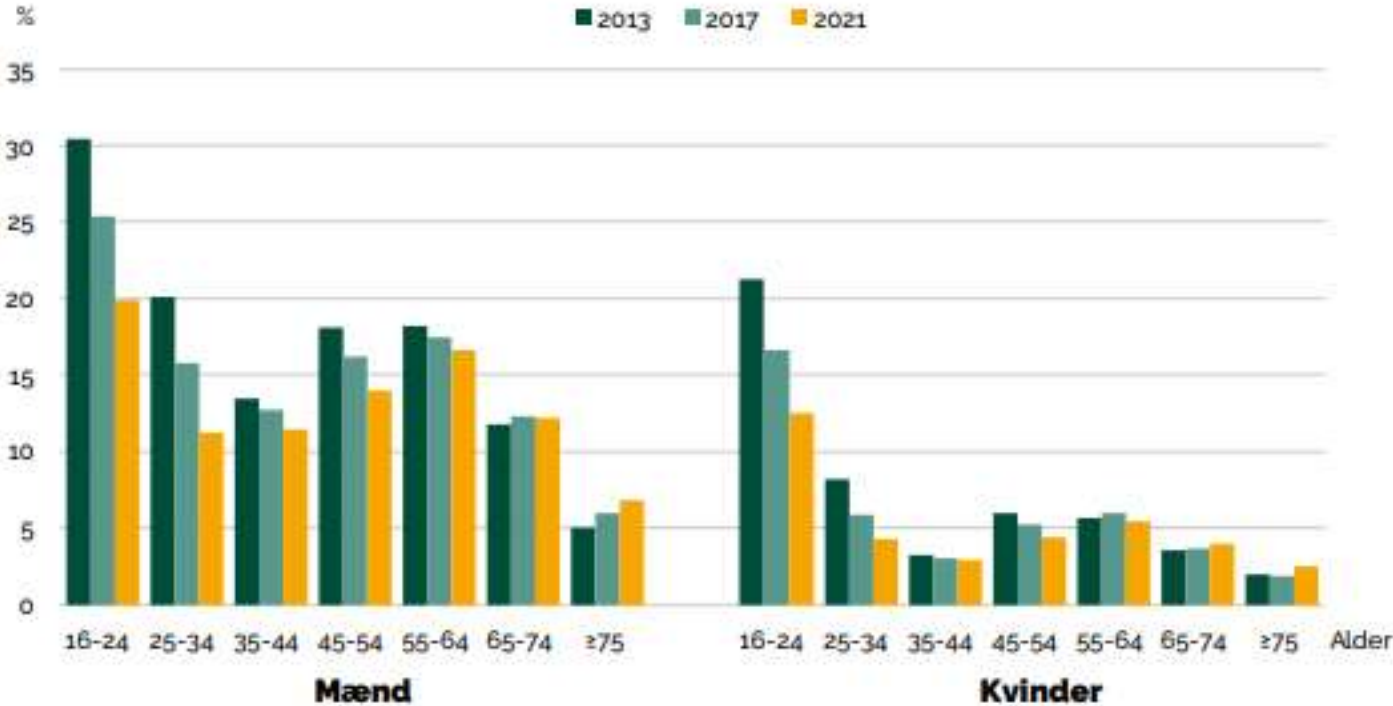


Tal på unges brug af alkohol i DK

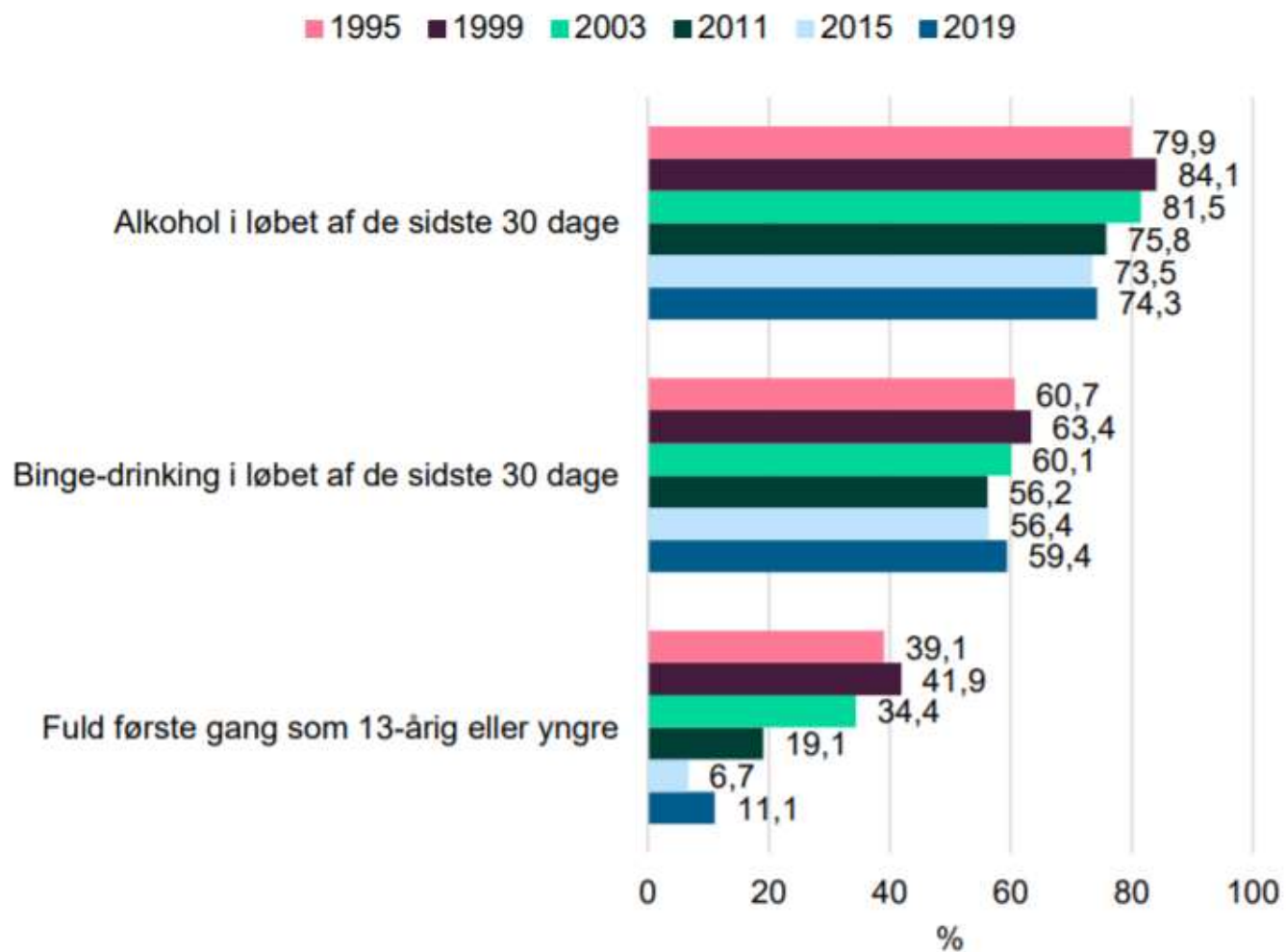
Andel, der drikker mere end 10 genstande på en typisk uge, 2010-2021, Sundhedsprofilen



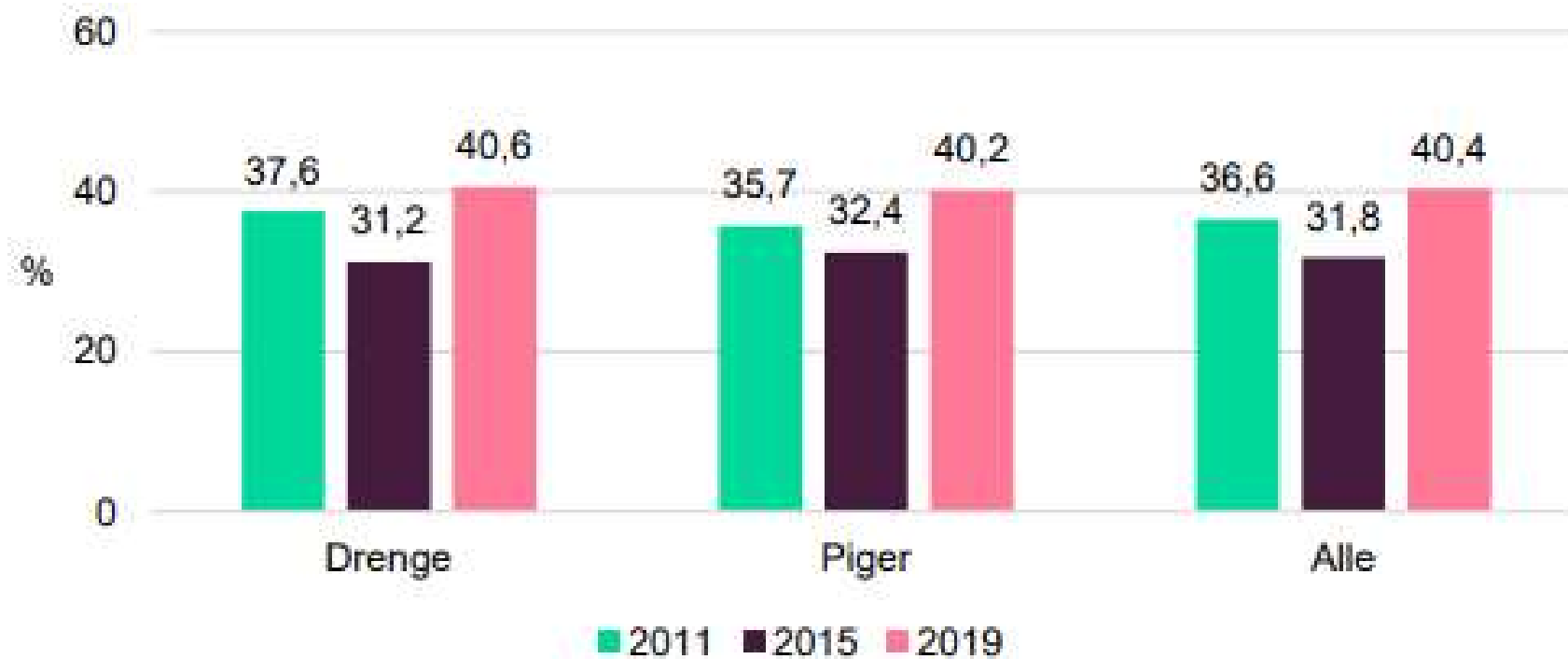
Andel, der ugentligt drikker fem eller flere genstande ved samme lejlighed, 2013-2021, Sundhedsprofilen



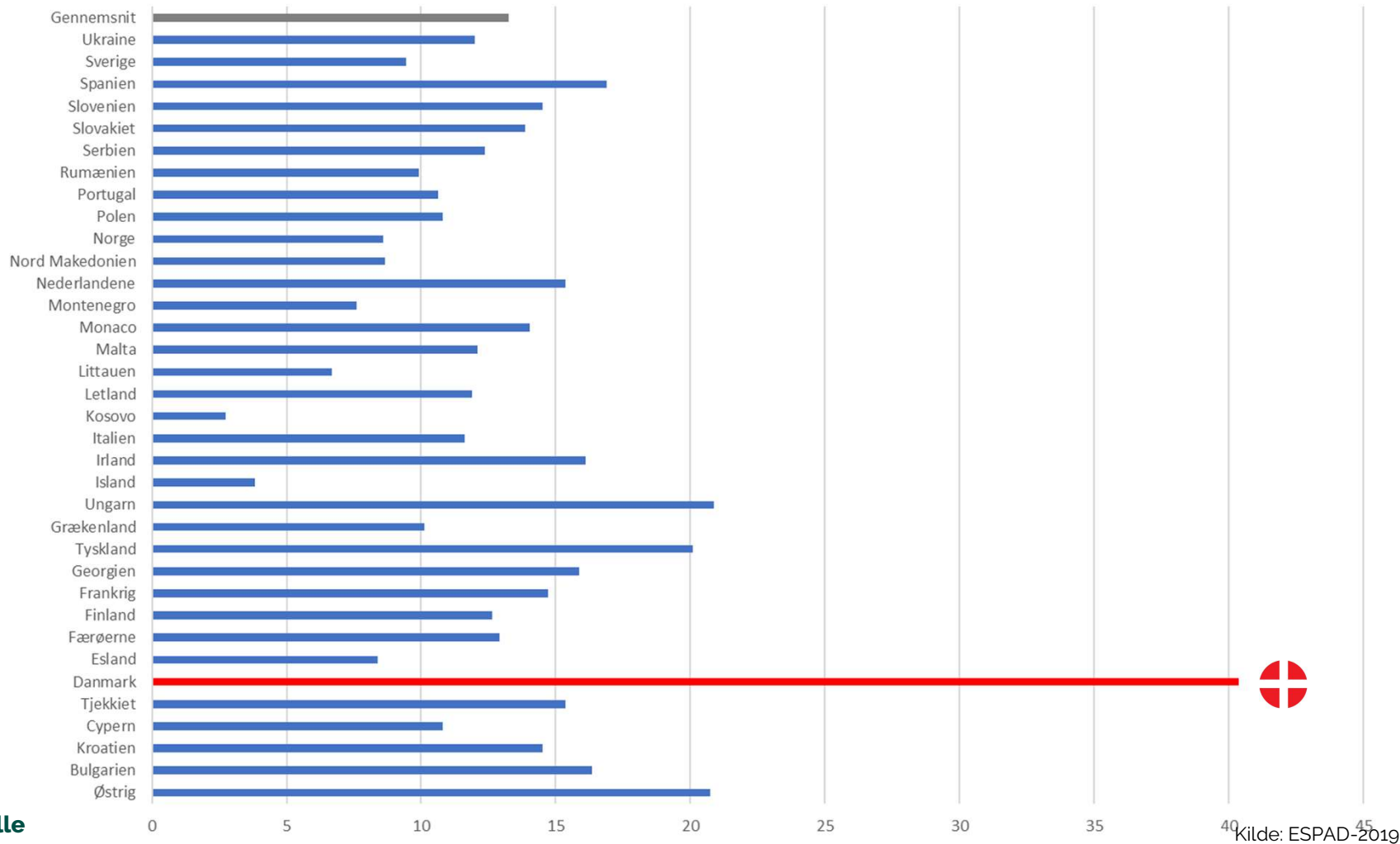
15-16 åriges brug af alkohol 1995-2019, ESPAD



Andel af de 15-16 årige, der har været fulde i løbet af de sidste 30 dage 2011-2019, ESPAD

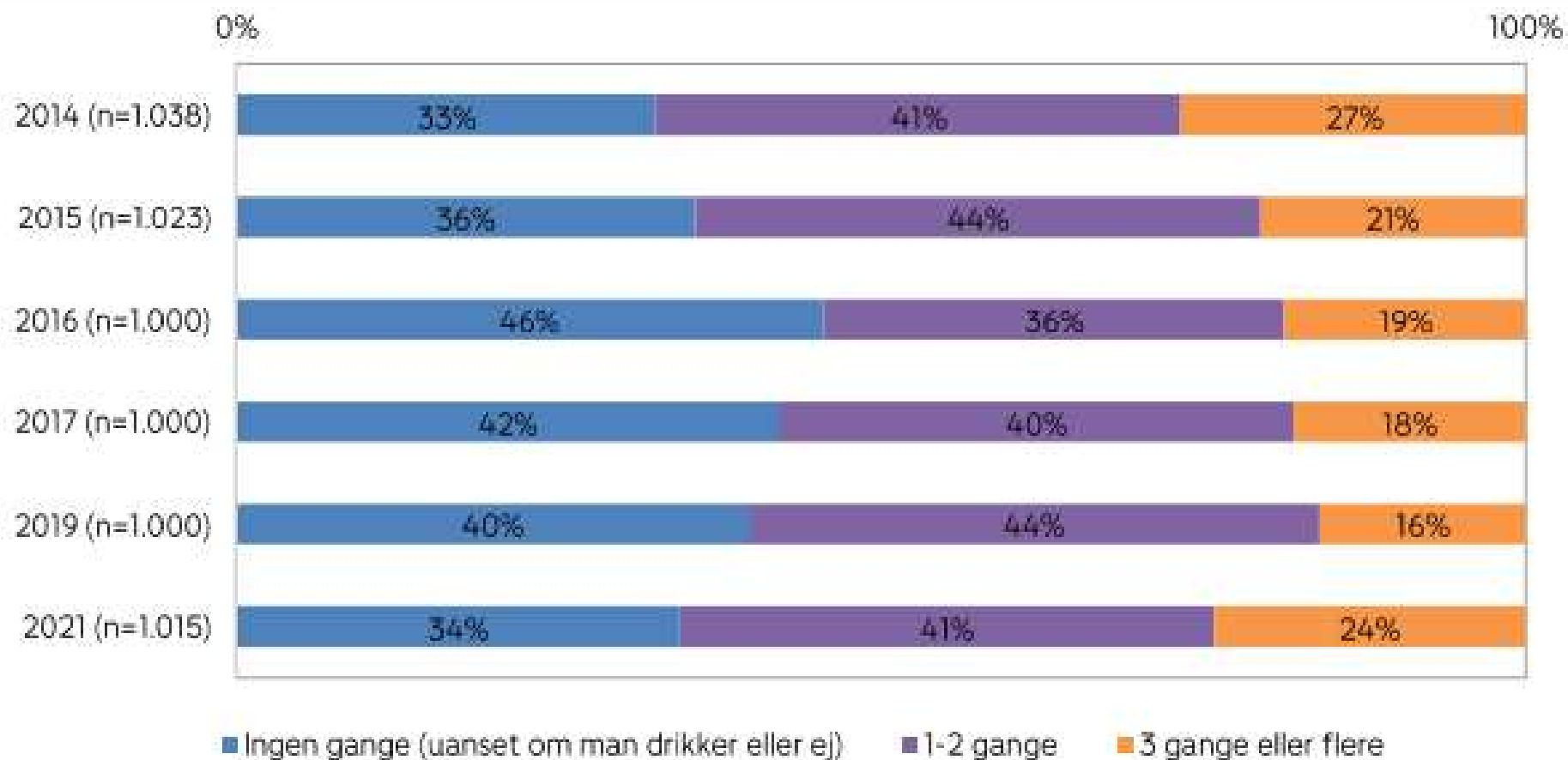


Fuld seneste 30 dage

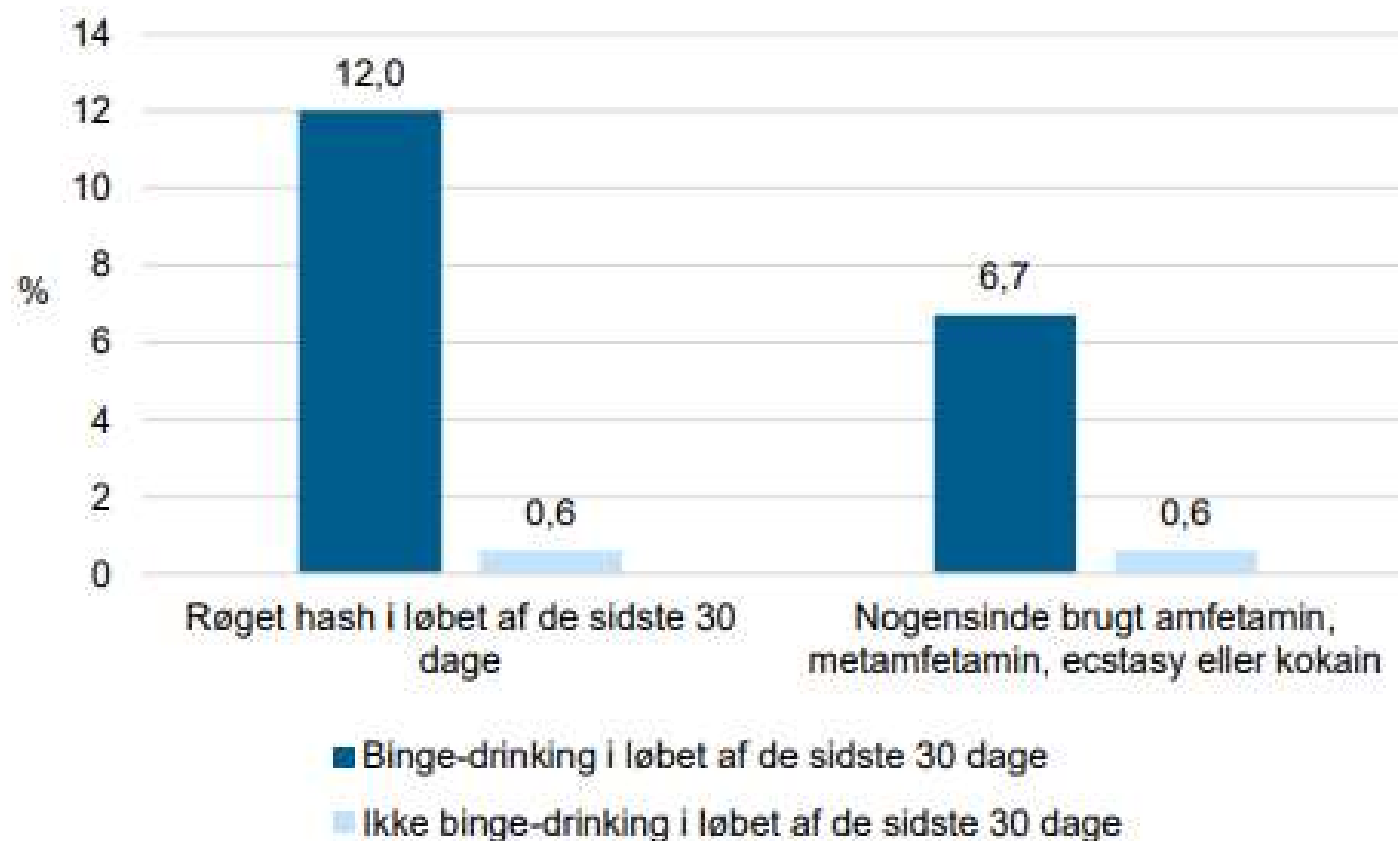


Binge drikning 15-25 årige

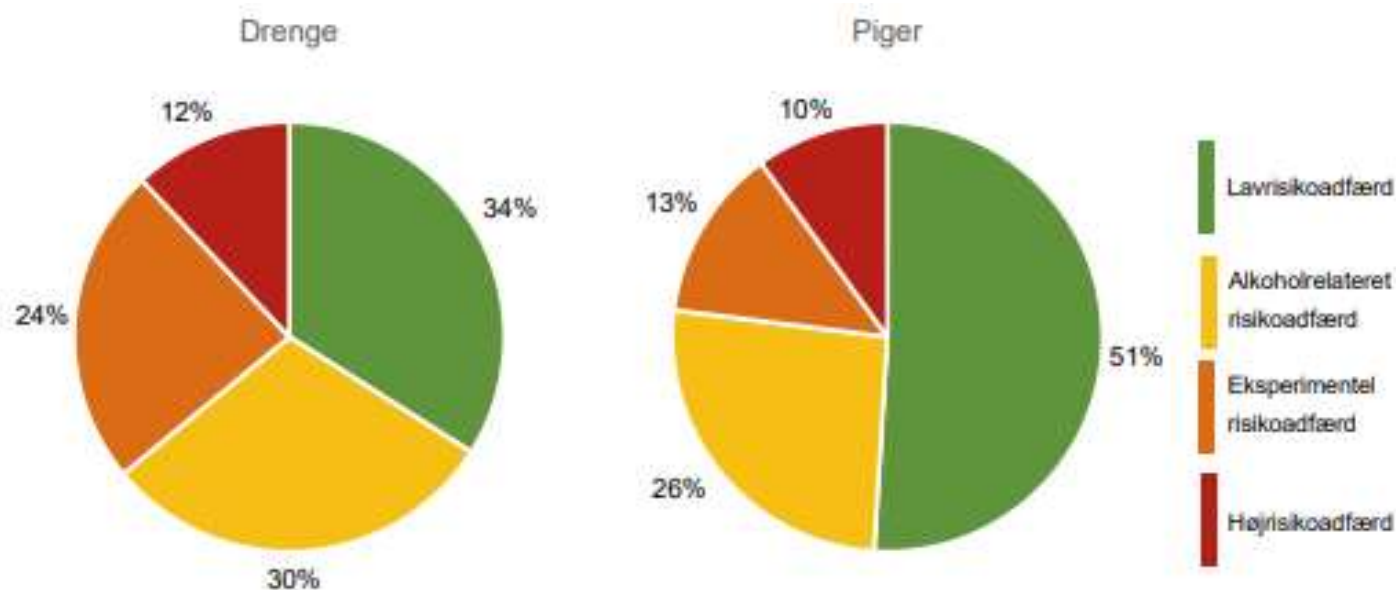
(Kilde: Kræftens Bekæmpelse og Trygfonden)



Sammenhæng mellem brug af rusmidler blandt 15-16 årige, ESPAD 2019



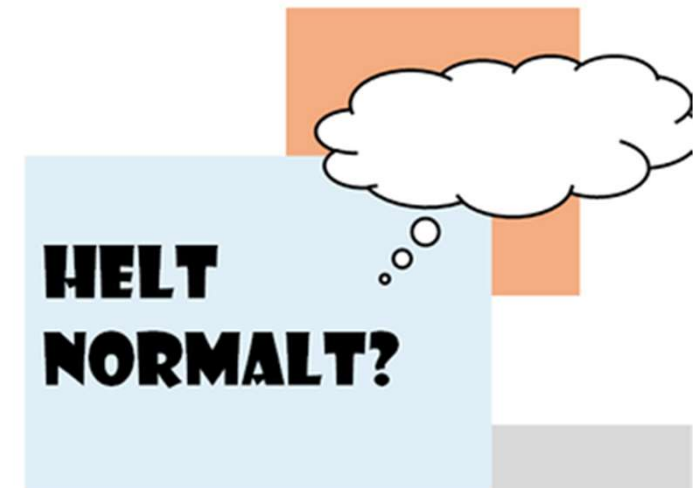
Risikoadfærd ophober sig blandt nogle grupper af unge



Kilde: UNG19 - Sundhed og trivsel på gymnasiale uddannelse 2019 (UNG19 GYM) og UNG19 - Sundhed og trivsel på erhvervsuddannelser 2019 (UNG19 EUD)

Opsamling – unges brug af alkohol

- Stor udbredelse af alkoholbrug blandt unge – og særligt den fuldskabsorienterede druk fylder.
- Alkoholforbruget blandt de 15-16 årige er reduceret de seneste 20 år og frem til 2014, hvorefter der ses en tendens til en mindre stigning i forbruget.
- Fald i brugen af alkohol blandt de lidt ældre unge fra 2010-2022 – dog obs efter covid.
- Alkoholdebuten i Danmark ligger omkring 15-16 år
- Det er både drenge og piger, der drikker alkohol og drikker fuldskabsorienteret
- Brugen af alkohol tager fart ved overgangen til ungdomsuddannelse
- Den fuldskabsorienterede druk blandt unge er relateret til fester og natteliv
- Der eksisterer en del flertalsmisforståelser blandt de unge (og deres forældre)



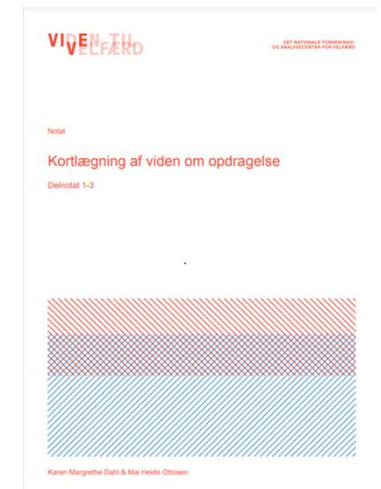
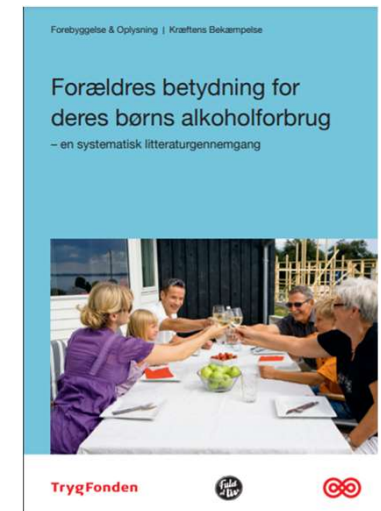
Alkoholulturen blandt unge (og voksne)



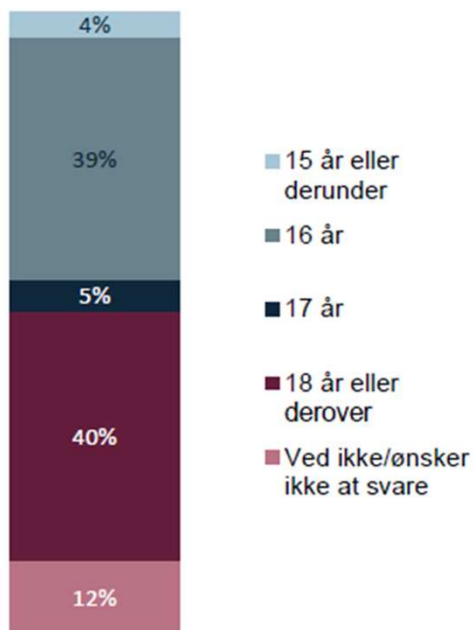


Forældres betydning for unges brug af alkohol

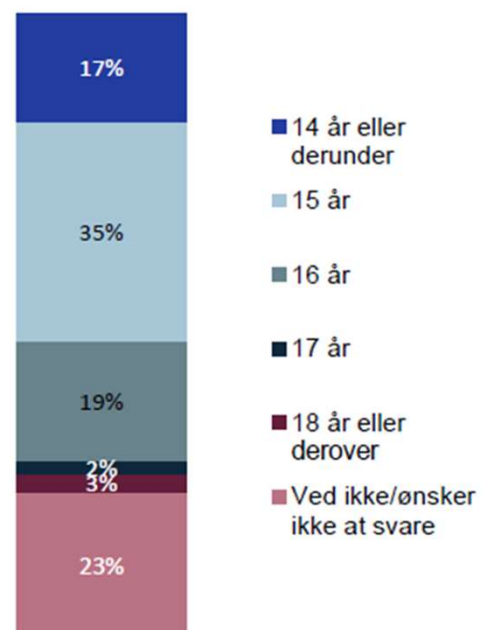
- Forældres eget alkoholforbrug har betydning for hvor tidligt og hvor meget de unge drikker
- Tendens til, at unge, der får alkohol af deres forældre eller drikker sammen med forældrene har et højere indtag af alkohol, end unge, der ikke får alkohol af deres forældre.
- Unge drikker mere, hvis deres egne eller venners forældre lægger hus til fester med alkohol
- Hvis forældrene kender den unges venner og vennernes forældre, ved hvor den unge er henne om aftenen og hvad den unge laver, så er det forbundet med senere alkoholdebut og et lavere alkoholforbrug.
- Hvis forældrene udviser tydelige holdninger mod alkohol, drikker de unge senere
- Hvis forældre og den unge har en tæt og tillidsfuld relation - og har en god dialog og laver aftaler om alkohol – så drikker de unge senere og drikker mindre.
- Hvis forældre bruger meget tid sammen med deres børn, drikker de mindre.



Den foretrukne aldersgrænse for at købe alkohol



Barnets alder, da det første gang fik lov til at drikke alkohol



"Min yngste begyndte at vise interesse for at have alkohol med til hygge-arrangementer og fester. Og jeg kan godt se, at det er nederen at være udenfor fællesskabet, hvis man ikke har noget med. Så det er den balance. Man skal give lidt elastik" (mor til piger på 15 og 18 år)



Score (0-100, hvor en højere score udtrykker lavere tilgængelighed) for tilgængeligheden af alkohol i 30 europæiske lande vurderet ud fra seks spørgsmål om tiltag, som er vægtet i forhold til effekten af de pågældende tiltag (5, 21).

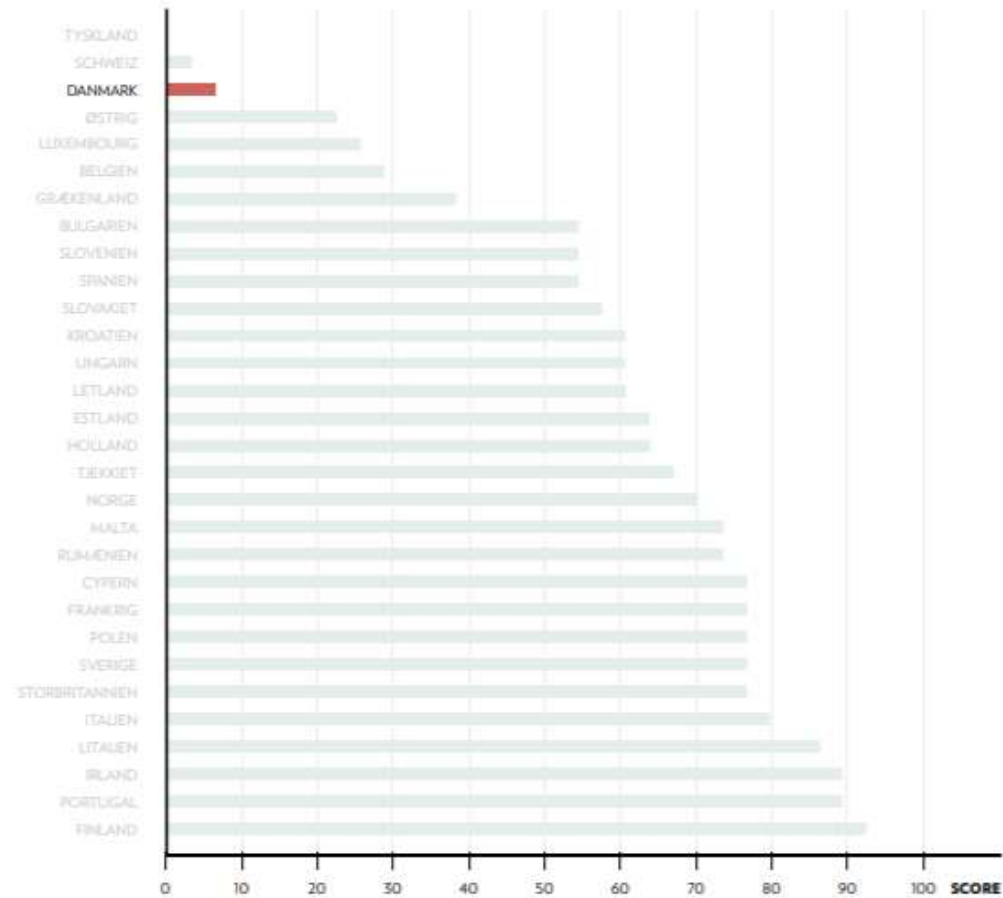


Diagram viser:
Tilgængelighed af alkohol i
30 europæiske lande.
Jo højere score jo lavere
tilgængelighed.

(WHO 2017)



Hvad møder de unge i nattelivet?

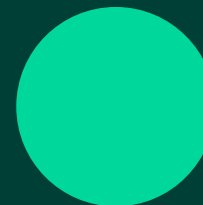
(Kilde: Epinion for Sundhedsstyrelsen)

44 % af elever på gymnasier og erhvervsskoler oplever tit at få **udskænket alkohol på diskoteker, barer, klubber mv. selv om de er under 18 år.**

55 % Af eleverne oplever ofte at diskoteker, barer og klubber laver **markedsføring til unge på deres alder for at få dem til at drikke mere alkohol**, fx happy hour og tilbud ved køb af mange shots.

45 % af eleverne synes, at der **mangler et udbud af alkoholfrie drikkevarer** som fx alkoholfrie øl og drinks, når de er til fester, går i byen eller er på festival





Sundhed for alle



SUNDHEDSSTYRELSEN

TrygFonden



Odder



Silkeborg



Gentofte



Sorø



Aalborg

Fælles om ungelivet

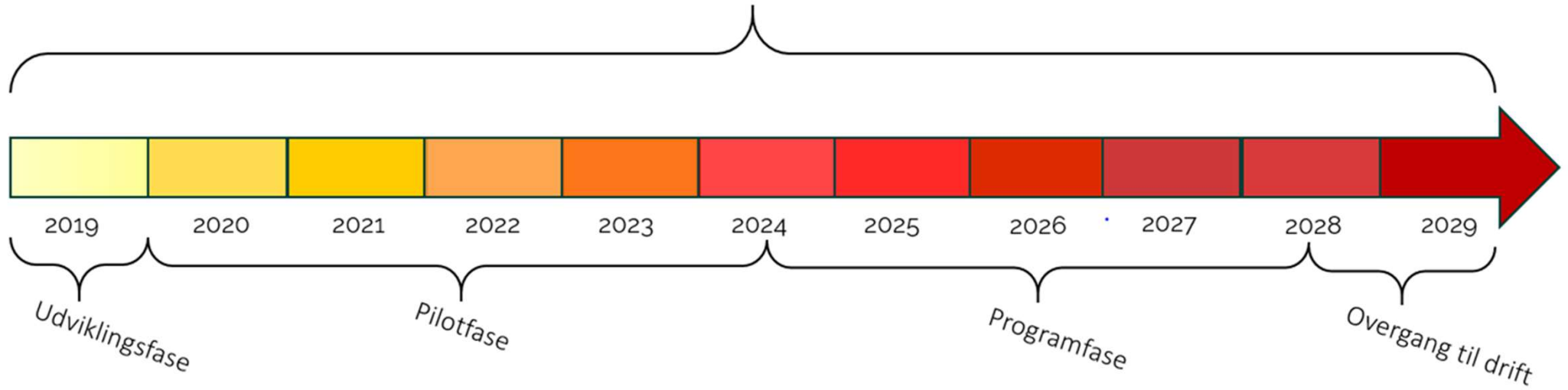
Oktober 2022

Temadag om Fælles om ungelivet

Maria Koch Aabel, programleder



Fælles om ungelivet



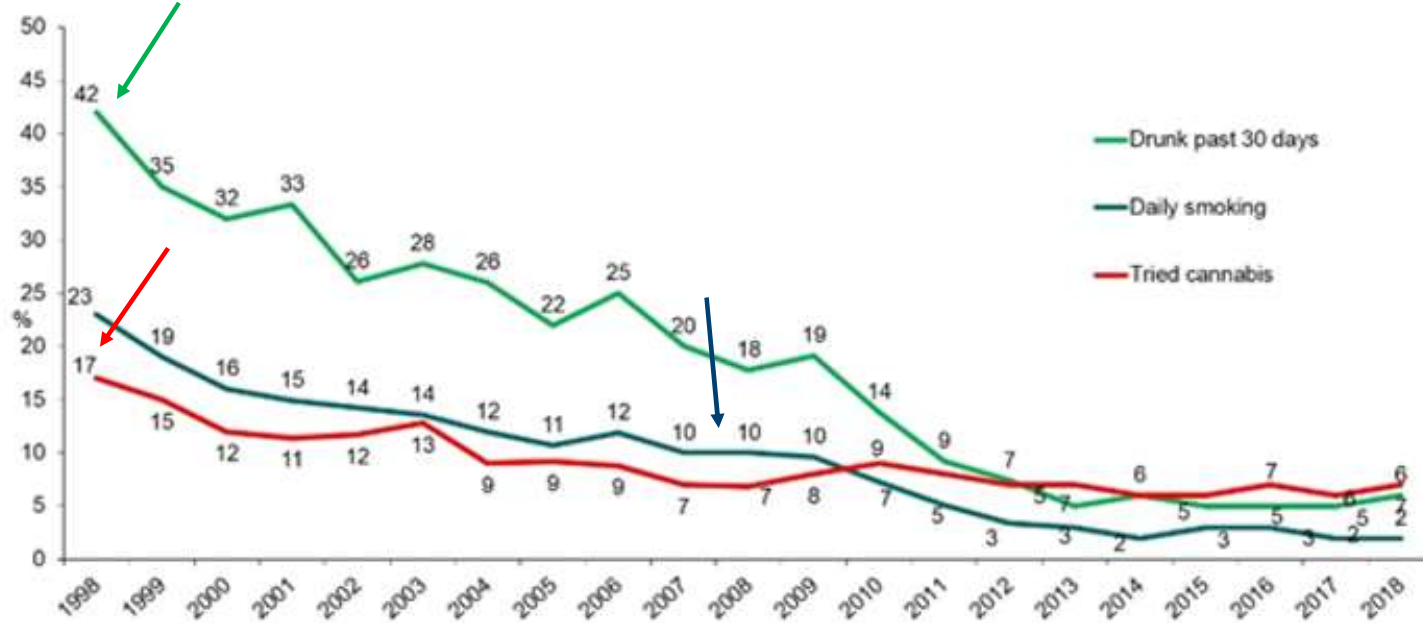


Afsættet

- **Ungdommen er en afgørende fase i livet.** Det er her vores viden, færdigheder og vaner etableres og bliver udslagsgivende for vores livschancer.
- **Danske unges brug af rusmidler er højt** – særligt brugen af alkohol. Et tidligt og højt forbrug af alkohol, rygning samt brug af stoffer kan have alvorlige konsekvenser på både kort og lang sigt.

Positive development over 20 years (10th grade students)

Substance use in Iceland 1997-2018



<https://planetyouth.org/>

Danske 15-16 årige:
(ESPAD 2019) :

40% har været fulde inden
for de sidste 30 dage

17% har prøvet hash

10% ryger dagligt

Score (0-100, hvor en højere score udtrykker lavere tilgængelighed) for tilgængeligheden af alkohol i 30 europæiske lande vurderet ud fra seks spørgsmål om tiltag, som er vægtet i forhold til effekten af de pågældende tiltag (5, 21).

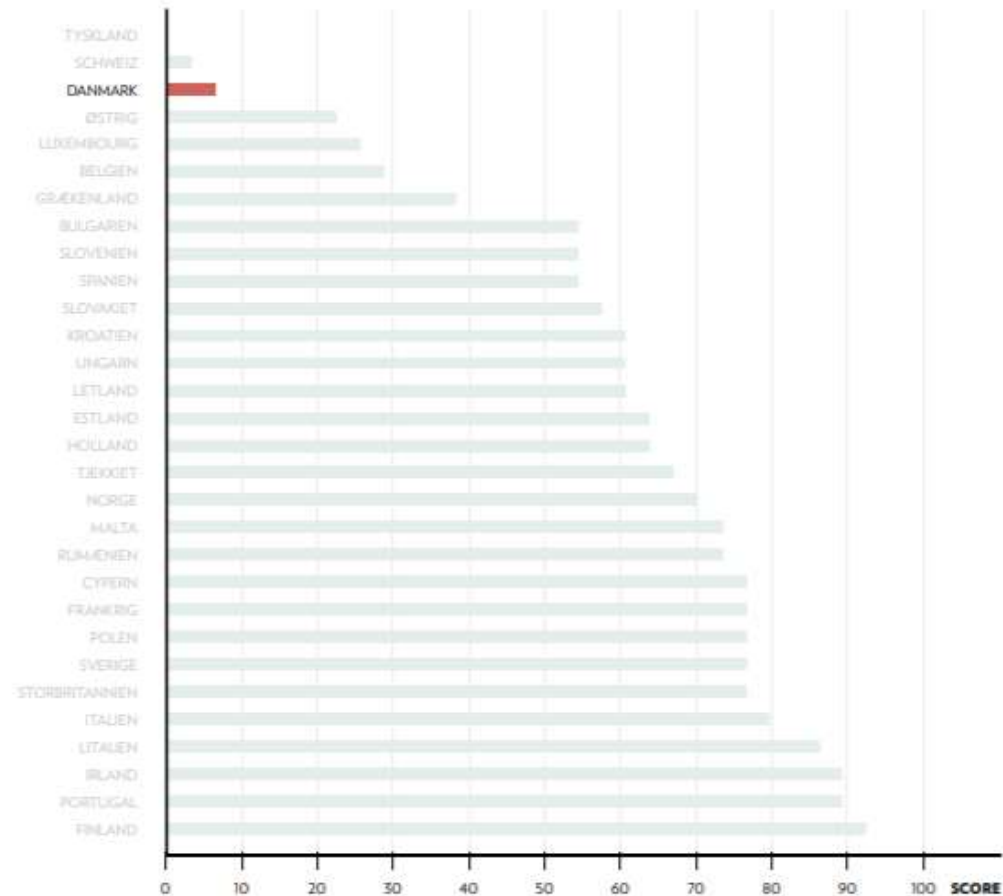


Diagram viser:
Tilgængelighed af alkohol i
30 europæiske lande.
Jo højere score jo lavere
tilgængelighed.

(WHO 2017)

10-4

Sundhedsstyrelsens anbefalinger om alkohol

Intet alkoholforbrug er risikofrit for dit helbred

Er du 18 år eller over?

- Højst 10 genstande om ugen
- Højst 4 genstande på samme dag

Er du under 18 år?

- Lad være med at drikke alkohol

Er du mellem 18 og 25 år?

- Vær særlig opmærksom på ikke at overskride anbefalingerne

Er du gravid, eller prøver du at blive det?

- Lad være med at drikke alkohol

Ammer du?

- Vær forsigtig med at drikke alkohol

Fælles om ungelivet

Målsætning:

At flere unge lever et frit ungdomsliv, hvor både forældre og lokalsamfund aktivt bidrager til at rammerne omkring de unge opmuntrer til et reduceret alkoholforbrug og beskytter mod brug af tobak og andre rusmidler.

Målgruppe:

Unge i alderen 13-18 år.



Grundpiller i Fælles om ungelivet

- Beskyttende faktorer
- Ansvaret ligger hos de voksne
- Datadreven indsats

Beskyttende faktorer

Forældre

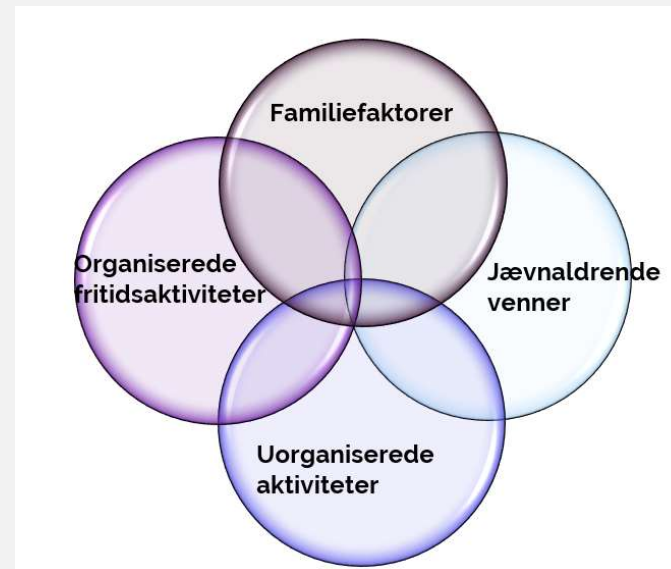
- Tid tilbragt sammen
- God kommunikation
- Involvering i venner
- Sætte grænser
- Rollemodeller

Venner

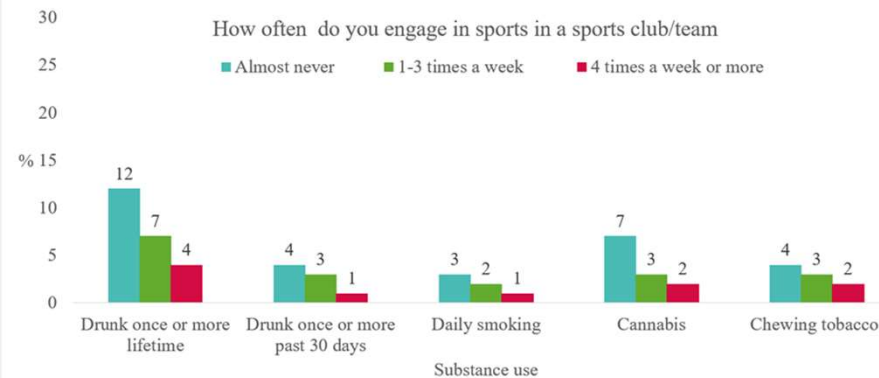
- Fælleskaber uden rusmidler
- Sociale normer
- Rollemodeller

Fritidsliv

- Deltagelse i organiserede og voksensuperviserede aktiviteter
- Voksne, der er uddannede
- Rollemodeller



Sports and substance use (ages 14-15), year 2018





Forældre vil vise unge et alternativ til druk og disko med basketball og skydning

Inspireret af Island skal fem kommuner skabe fællesskaber for unge, som ikke roterer om alkohol.



Skydning i stedet for druk er et af tilbuddene i Odder. (Foto: Anja Winkler)

LÆS OP ORDBOG TEKST

af
Josephine Gadegaard Kristiansen
Sarah Friis Elkjær
Tina Vestergaard Andersen

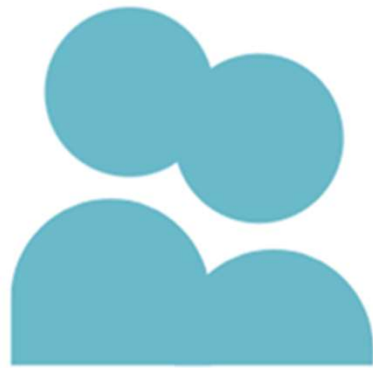
5. OKT KL. 16:59

Det klirrer godt i posen, når teenageren tager til halballer og private arrangementer. Omkring halvdelen af alle danske unge over 15 år har prøvet at være fulde, men det vil forældre i Odder lave om på.

Her siger de ja til fællesskabet med andre unge, men nej til at alkoholen skal være en selvfølgelig gæst til festen.

I et forsøg på at ændre de unges adfærd og alkoholvaner har et forældreråd derfor skabt arrangementet Åben Hal, forklarer Anja Winkler, der er medlem af forældrerådet bag projektet.

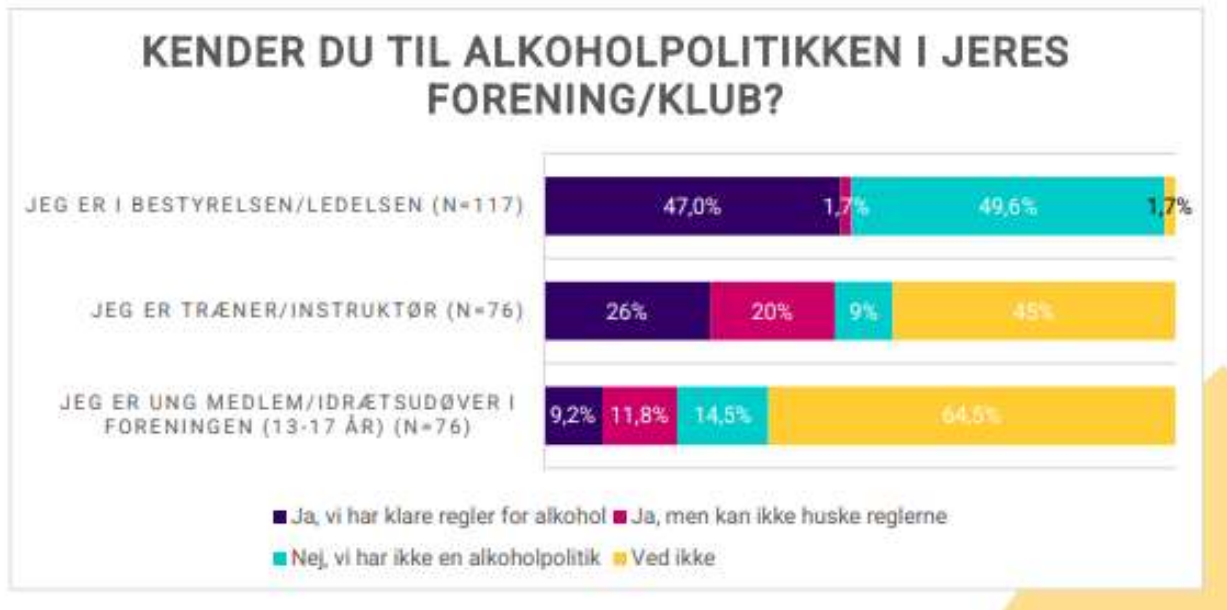
- Vi vil gerne være med til at lave nogle fællesskaber for unge, hvor alkohol ikke er en naturlighed. Åben Hal er et bud på et sted, hvor de unge bare kan komme, være sammen og hænge ud og lave forskellige aktiviteter, som vi tilbyder, siger hun.



TeenageForældre.dk

-Få gode råd til livet med en teenager

Foreningslivet som beskyttende faktor



Ansvarer ligger hos de voksne

- Involvering og aktivering af forældre og fritidsmiljøer – skabe tydelige rammer for de unge
- Understøtte forældresamarbejde og forældre-til forældre-indsatser





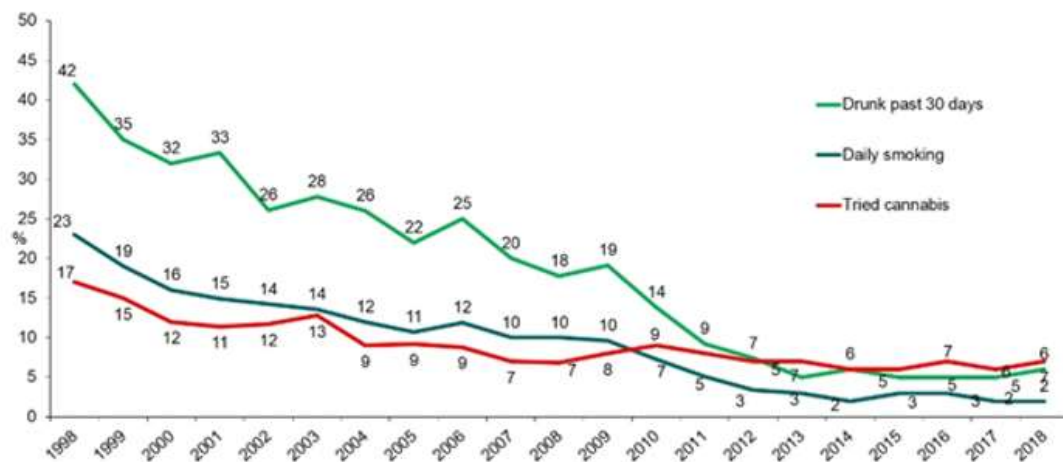
Datadreven indsats

Datadreven indsats

- Data kan skabe dialog om udfordringer, målsætninger og løsninger
- Der bør følges op på indsatser, dvs. effekt af indsats bør undersøges
- Data kan formidle status og udvikling
- Der er gode erfaringer i Island med at bruge data i dialogen mellem kommune, forældre, fritidslivsaktører, civilsamfund, skole og børn/unge

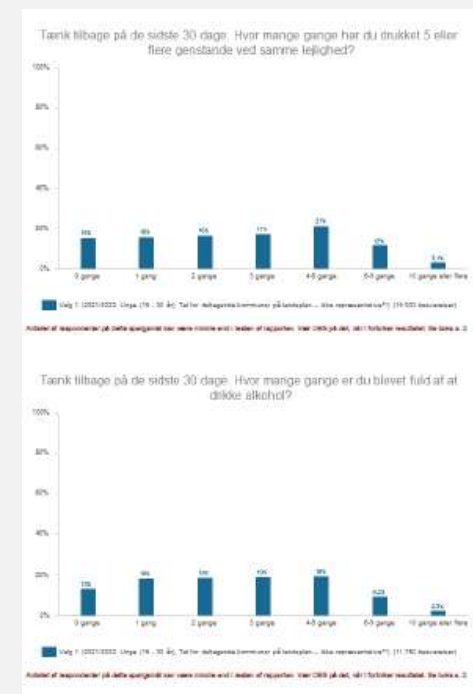
Positive development over 20 years (10th grade students)

Substance use in Iceland 1997-2018

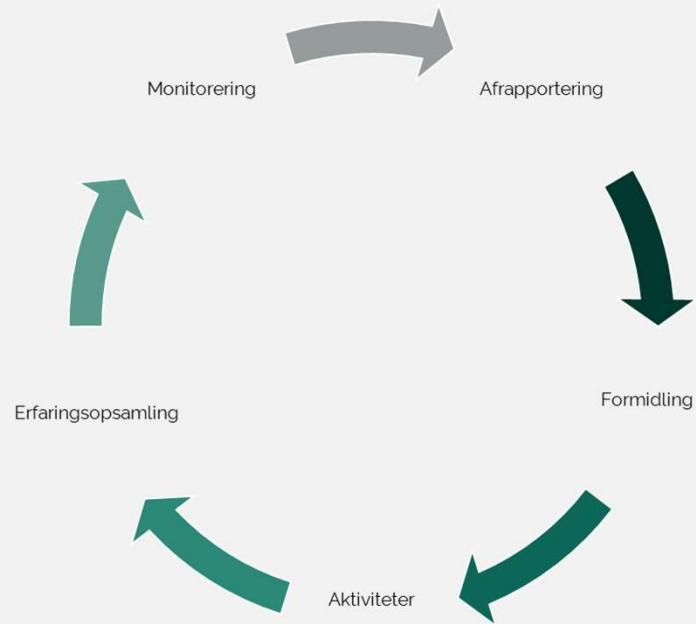


Kommunalt ejerskab til data og kendte data

- ✓ Kommunen skal selv indsamle lokale data for at følge op på lokale indsatser i forhold til lokale målsætninger
- ✓ Fælles spørgsmål, dataindsamlingstidspunkt mv skaber grundlag for at sammenligne med andre (FOU)
- ✓ 86 kommuner indsamler allerede data via BørnUngeLiv-platformen, så praksis er kendt for mange
- ✓ Eksisterende spørgeramme for udskoling (7.-9. kl.) og 15-30 årige (ungdomsuddannelser)
- ✓ Suppleret med spørgsmål om beskyttende faktorer



Datadreven indsats



Ungelivet i Odder kommune

Forældre - Tid sammen, interesse og støtte

7. kl. 8. kl. Data fra landstpl.

Venner - Sociale ov

7. kl. 8. kl. Data fra landstpl.

Fritidsliv

7. kl. 8. kl. 9. kl. Unge Data fra landstplan

Grundskole 10. kl. & STX

	7. kl.	8. kl.	9. kl.	Unge
Går ugentligt til sport i en forening eller klub (fx fodbold, håndbold, svømning eller ridning)	70%	62%	44%	37%
Dyrker ugentlig fitness/styrketræning i et fitnesscenter	26%	42%	41%	42%
Dyrker ugentlig motion eller sport uden for en forening eller fitnesscenter	57%	54%	55%	38%
Går ugentligt til teater, musik, spejder, rollespil, skak eller lign. i en forening, kulturhus eller bibliotek	13%	14%	13%	13%
Går ugentligt i ungdomsklub	43%	12%	9%	4%
Deltager ugentligt i aktiviteter/undervisning i Ungdomsskolen	27%	13%	9,3%	5,8%
Har et fritidsjob hver måned eller mere	30%	40%	60%	70%
Deltager i ønskede fritidsinteresser	69%	72%	67%	59%

Fysisk Aktivitet

Bevæger sig hver dag/næsten hver dag, så de bliver forpustet X% X%

Går til sport i en forening eller klub en gang/flere gange om ugen X%

Dyrker motion eller sport uden for en forening eller fitnesscenter en gang/flere gange om ugen X%

Mener det er vigtigt at være sammen med venner, når de går til en aktivitet i fritiden X%

Fysisk aktivitet er med til at forbedre ens trivsel og kan styrke relationer og fællesskaber.

Andelen af unge i udskolingen, der bruger rusmidler

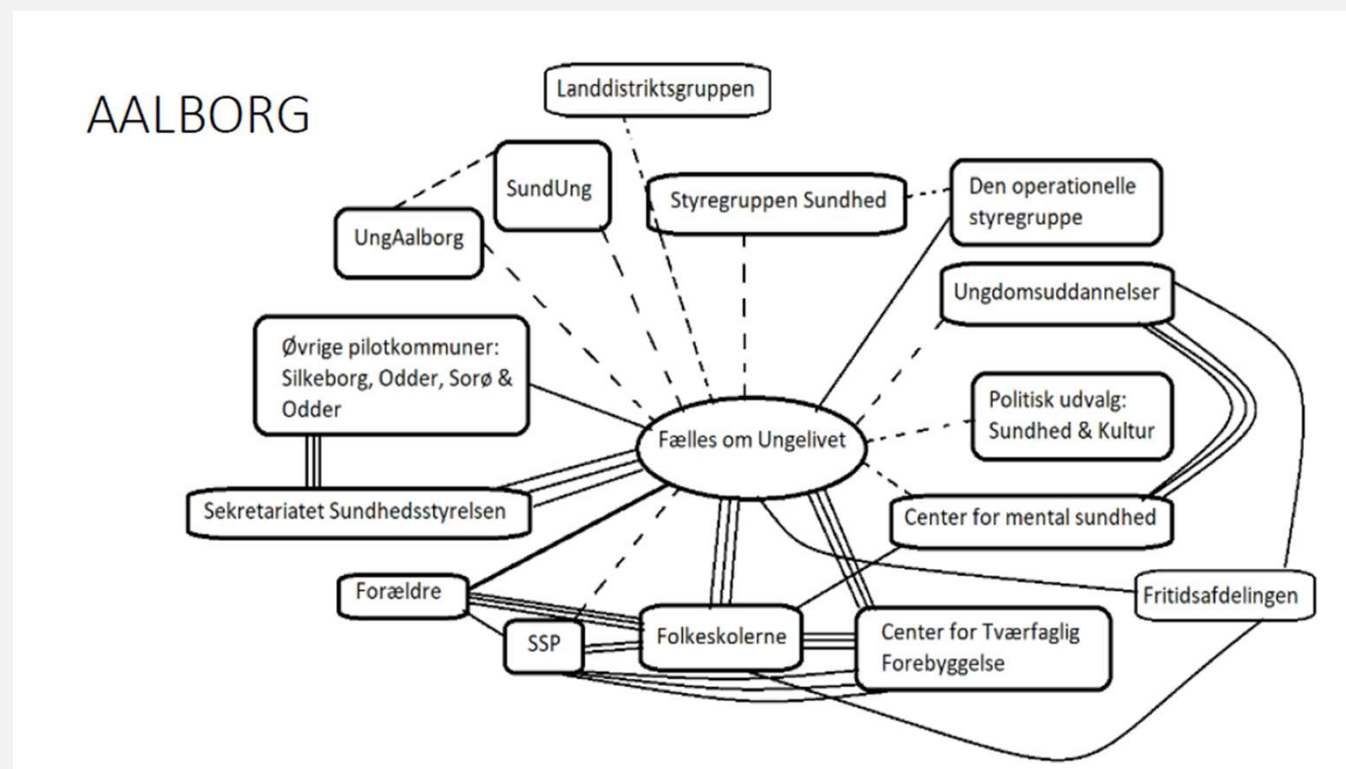
Unge, der sjældent eller aldrig er sammen med deres forældre i hverdagen, har størst andel med rusmiddelbrug

Rusmiddel	Altid eller ofte	Nogle gange	Sjældent eller aldrig
Ryger cigaretter	2	4	10
Bruger snus/vyggetobak	3	5	8
Prøvet at være fuld	26	34	39
Bingedrikker	22	30	32
Prøvet hash	3	5	9

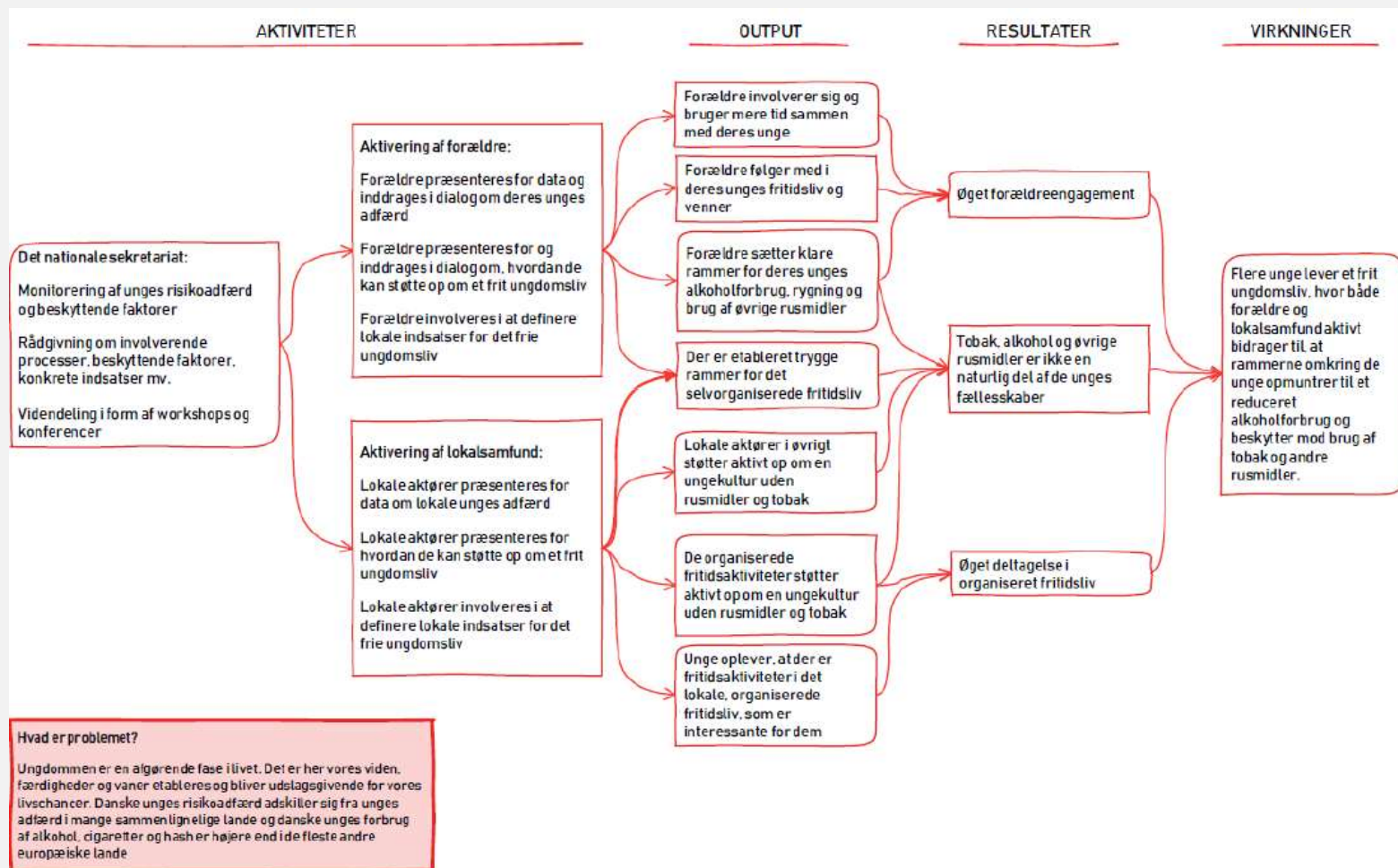
Fælles om Ungelivet

Lokal formidling og lokale aktiviteter

- Formidling af lokale data til relevante parter – forældre, foreningsliv, unge og andre med relevans for indsatsen lokalt.
- Iværksættelse af lokale aktiviteter, der styrker og aktiverer de beskyttende miljøer, der er omkring unges liv.



Forandringsteori



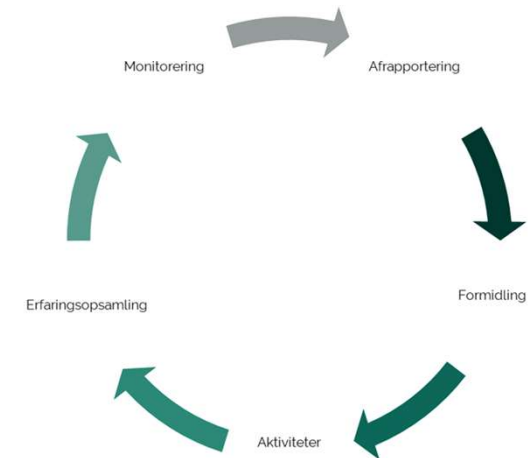
Evaluering og konceptudvikling

Formativ evaluering og erfaringsopsamling:

Bidrage til arbejdet med løbende at udvikle, afprøve og forbedre Fælles om Ungelivet samt understøtte udviklingen af modelkoncept for programfasen.

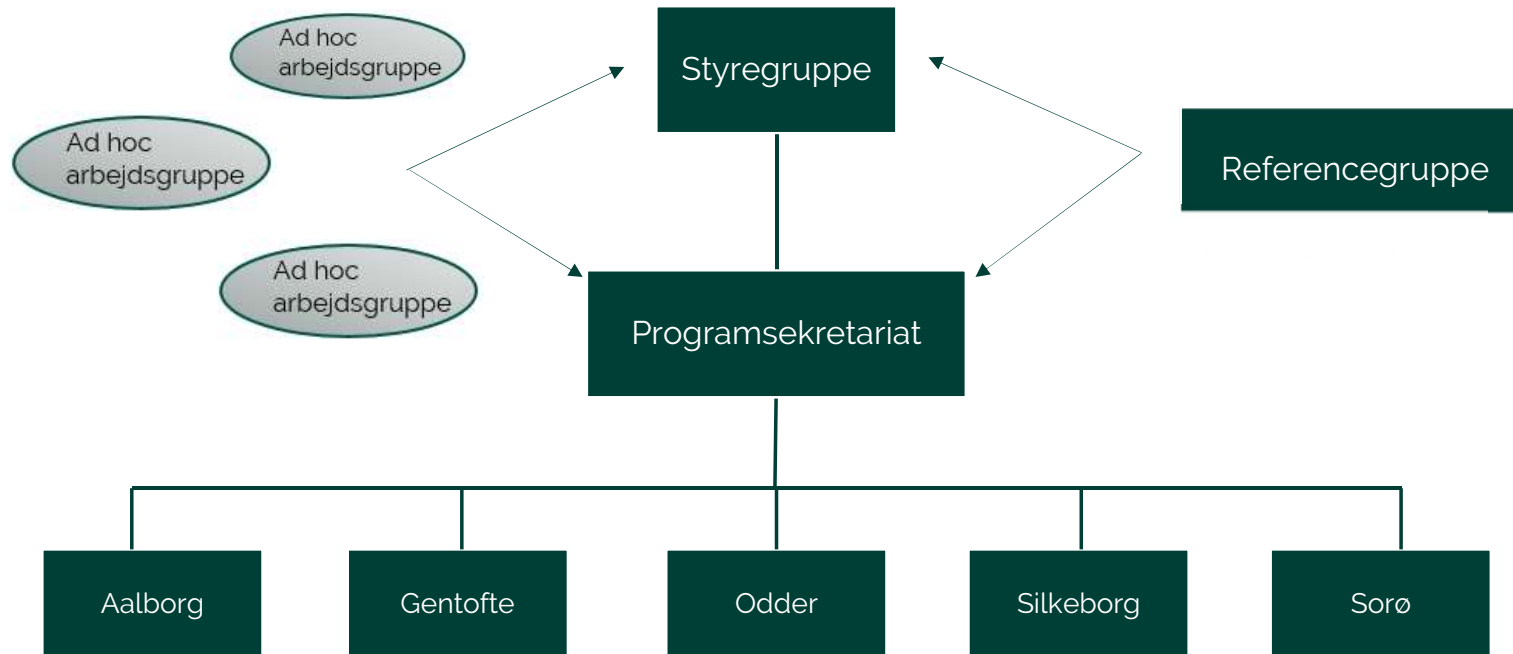
Erfaringsopsamling sker via:

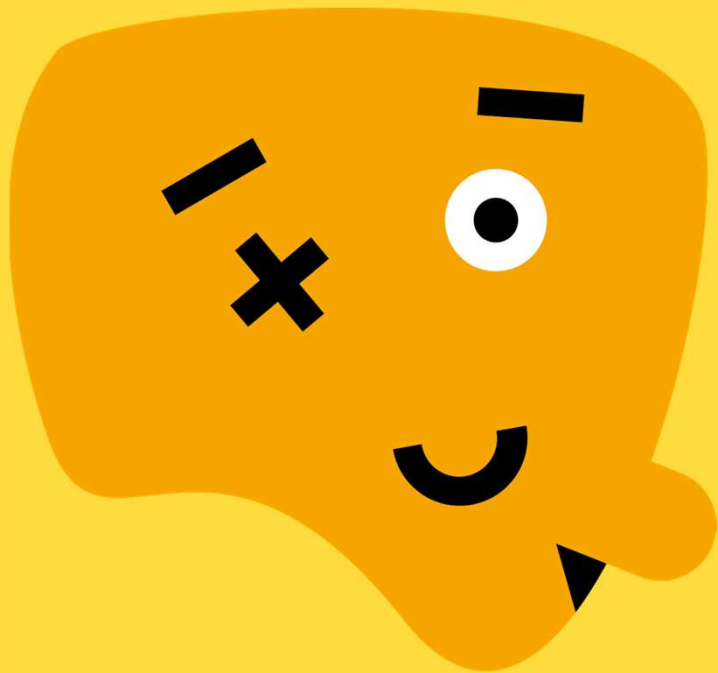
- Pilotkommunernes udfyldelse af aktivitetskemaer + interview og analyse af indsamlet data
- Lokal drøftelse af kapacitetsopbygning samt udfyldelse af dialogredskab + interview og analyse af indsamlet data
- Sekretariatets udfyldelse af logbog



Organisering

Programsekretariatet er ansvarlig for at understøtte pilotkommunerne i deres arbejde med at udvikle de modeller, der tilsammen skal blive til det samlede koncept for Fælles om ungelivet.





Læs mere her:

<http://sst.dk/da/faellesomungelivet>

Følg projektet på LinkedIn:

Fælles om ungelivet

Kontakt:

Maria Koch Aabel, programleder

E-mail: mwk@sst.dk

Tlf. 72 22 86 66

