

2019

Niðurstöður ESPAD-könnunarinnar

# Vímuefnaneysla unglinga á Íslandi



HÁSKÓLI ÍSLANDS  
MENNTAVÍSINDASVIÐ

Ársæll Arnarson, prófessor  
Rannsóknarstofa í tómstundafræði

Ingibjörg Kjartansdóttir  
Menntavísindastofnun



**HÁSKÓLI ÍSLANDS**  
**MENNTAVÍSINDASVIÐ**

Ársæll Arnarson, prófessor  
Rannsóknarstofa í tómstundafræði

Ingibjörg Kjartansdóttir  
**MENNTAVÍSINDASTOFNUN**  
Nóvember 2020

**ESPAD**

The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs  
[www.espad.org](http://www.espad.org)

## Efnisyfirlit

Inngangur .....	4
Framkvæmd .....	6
Þátttakendur 2019 .....	9
Yfirlit um neyslu ávana- og fíkniefna 1995 - 2019 .....	10
Sígarettureykingar 1995 -2015 .....	10
Áfengisneysla 1995 - 2019 .....	12
Kannabisneysla 1995 – 2019.....	17
Aðgengi að ávana og fíkniefnum frá 1995 – 2019 .....	18
Yfirlit 2019. Neysla ávana- og fíkniefna. ....	21
Sígarettur .....	21
Rafrettur.....	29
Önnur tóbaksnotkun.....	33
Áfengi .....	35
Kannabis.....	43
Önnur ólögleg vímuefni .....	49
E-töflur .....	49
Amfetamín .....	49
Kókaín.....	50
Sniff .....	50
Róandi lyf án lyfseðils.....	51
Anabolískir sterar .....	51
Verkjalyf .....	52
Samband við foreldra.....	53

Virgni unglina .....	57
Fjárhættuspil .....	57
Tölvuleikir .....	59
Internet .....	63
Samfélagsmiðlar .....	64
Íþróttir og líkamsrækt .....	66
Heimildir .....	68

## Inngangur

Evrópska vímuefnarannsóknin European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD) er samvinnuverkefni fræðimanna í rúmlega fjörutíu Evrópulöndum. Meginmarkmið verkefnisins er safna sambærilegum gögnum yfir tíma um notkun vímuefna í eins mörgum Evrópulöndum og mögulegt er.

Árið 1995 tóku 26 lönd þátt í fyrstu umferð ESPAD. Frá þeim tíma hefur rannsóknin farið fram á fjögurra ára fresti með þátttöku sívaxandi fjölda Evrópulanda. Sjöunda fyrirlið ESPAD fór fram árið 2019. Í þessari skýrslu eru auk niðurstaðna fyrir viðkomandi sveitarfélag nokkrar yfirlitstölur sem spanna tímabilið aftur til 1995 og draga fram gildi þess að geta borið saman langtímabreytingar á vímuefnaneyslu unglunga milli landa með gögnum sem safnað er með stöðluðum hætti. ESPAD er langstærsta rannsóknarverkefni samtímans á vímuefnaneyslu og öðrum þáttum í lífi unglunga hvað varðar fjölda landa sem taka þátt, fjölda nemenda í hverri umferð og lengd þess tímabils sem verkefnið nær til.

ESPAD-verkefnið er unnið að tilstuðlan Evrópuráðsins (Pompidou Group) og Upplýsingamiðstöðvar Evrópusambandsins um vímuefni (EMCDDA). Niðurstöður rannsóknarinnar veita ítarlegar upplýsingar um breytingar á viðhorfum, þekkingu og neyslu unglunga á einstökum tegundum vímuefna á tímabilinu 1995–2019. Þannig er til dæmis fylgst með þeim aldri þegar unglingar reykja fyrstu sígarettuna og drekka fyrsta áfengissopann, breytingum á tíðni og magni áfengisneyslu, hlutdeild bjórs, léttvins, sterks áfengis og áfengra gosdrykkja í unglindrykkju og neyslu unglunga á áfengi sem keypt er í áfengisverslunum, smyglað til landsins eða bruggað í heimahúsum. Þá er fylgst með öllum helstu tegundum ólöglegra vímuefna, þar með töldum þeim sem hafa verið að ryðja sér til rúms annars staðar í heiminum en hafa ekki náð fótfestu á Íslandi svo vitað sé. Jafnframt eru vandamál vegna vímuefnaneyslu metin og fylgst með breytingum á viðhorfum unglunga til mismunandi vímuefna.

Einnig notar ESPAD-rannsóknarhópurinn alþjóðlega viðurkenndar mælingar á þáttum eins og fjölskylduaðstæðum, uppruna, búsetu, félags- og efnahagslegri stöðu, andlegri líðan, tengslum við vini og fjölskyldu, lífsstíl og framtíðaráformum. Að auki getur hvert þátttökuland bætt inn

nokkrum liðum að eigin vilja. Mælingar gefa kost á margvíslegum rannsóknum á orsökum og afleiðingum vímuefnaneyslu unglunga í einstökum löndum og í Evrópu í heild. Þar sem gögnin spanna rúmlega tuttugu ára tímabil gefa þau jafnframt kost á rannsóknum á breytingum á eðli vímuefnaneyslu unglunga yfir tíma og þeim þáttum sem skýrt geta slíkar breytingar. Um hundrað fræðimenn víðs vegar um Evrópu vinna að úrvinnslu þessara gagna og hafa ýmsar mikilvægar niðurstöður á grundvelli þeirra birst í helstu fræðitímaritum á þessu sviði. Einnig hafa verið gefnar út ítarlegar skýrslur um niðurstöður ESPAD-fyrirlagnanna frá árinu 1995. Þessar skýrslur og yfirlit um alþjóðlegar vísindagreinar sem byggja á gögnunum eru tiltækar á heimasíðu verkefnisins, [www.ESPAD.org](http://www.ESPAD.org).

Á Íslandi er ESPAD-rannsóknin unnin í samvinnu Rannsóknarstofu í tólmstundarfræðum og Menntavísindastofnunar við Háskóla Íslands. Í upphafi stýrði Þóroddur Bjarnason prófessor í félagsfræði við Háskólann á Akureyri íslenska hluta ESPAD-verkefnisins, en á síðustu árum hefur Ársæll Arnarsson prófessor við Menntavísindasvið Háskóla Íslands verið ábyrgðarmaður verkefnisins. Undanfarin rúm tuttugu ár hafa tugir sérfræðinga og háskólanema við íslenska háskóla tekið virkan þátt í ESPAD á Íslandi og hefur verkefnið meðal annars notið styrkja frá Áfengis- og vímuvarnarráði, Lýðheilsustöð, Jafnréttissjóði, Háskólasjóði KEA, Heilbrigðisráðuneytinu, Rannsóknasjóði Háskólans á Akureyri og Rannsóknasjóði Háskóla Íslands.

## Framkvæmd

Markhópur rannsóknarinnar voru allir 15–16 ára nemendur í 10. bekk á Íslandi þegar könnunin var lögð fyrir vorið 2019. Haustið 2018 var leitað heimilda hjá öllum fræðslufirvöldum til að hafa samband við skólastjóra þeirra grunnskóla sem kenndu 10. bekk. Að því loknu var sendur tölvupóstur á alla skólastjóra með stuttri kynningu á ESPAD-rannsókninni, tilgangi hennar og falast eftir þátttöku þeirra skóla. Póstunum var fylgt eftir með símtali ef þess þurfti.

Þeir skólastjórar sem samþykktu þátttöku voru beðnir um að veita rafrænt samþykki og gefa upplýsingar um þann kennara eða starfsmann sem kæmi til með að sjá um framkvæmd ESPAD-könnunarinnar. Þegar að fyrirlögn könnunarinnar kom var sendur netpóstur á tengilið innan skólanna með forskrift um framkvæmd fyrirlagnarinnar auk hlekks og aðgangsorðs á könnunina.

### *Siðferðileg álitaeefni*

Upplýsingar um ESPAD-könnunina voru sendar á alla fræðslustjóra og skólastjóra grunnskóla sem uppfylltu skilyrði til þátttöku. Skólastjórar þeirra skóla sem samþykktu þátttöku sendu foreldrum upplýsingabréf ásamt blöðum um ætlað samþykki þar sem áréttaður var rétturinn til að hafna þátttöku ásamt upplýsingum um hvert þau skilaboð ætti að senda. Að afla upplýsts samþykkis er siðferðilega og lagalega rétt í rannsóknum á fólki. Undirstaða samþykkis byggist á að upplýsa þátttakendur um eðli þátttökunnar, markmið könnunarinnar og rétt þátttakenda. Þannig geta þátttakendur tekið upplýsta ákvörðun um að samþykkja eða hafna þátttöku.

Fyrirlögn spurningalistans var í kennslustund og upplýst að könnunin væri nafnlaus og ópersónugreinanleg, þátttaka væri valkvæð og heimilt væri að sleppa spurningum sem þátttakendur vildu ekki svara. Einnig mætti hætta þátttöku hvar sem væri í spurningalistanum. Rannsóknaráætlun ESPAD-könnunarinnar hafði verið borin undir Persónuvernd og send Vísindasiðanefnd Háskóla Íslands til umsagnar áður en hún var lögð fyrir.

## Fyrirlögn

Fyrirlögn ESPAD er á tímabilinu febrúar til apríl og þýðið allir nemendur sem verða sextán ára á því almanaksári þegar rannsóknin fer fram. Því voru spurningalistar ESPAD 2019 lagðir fyrir nemendur í 10. bekk grunnskóla sem fæddir voru árið 2003. Stefnt er að því að spurningalistarnir séu lagðir fyrir alla nemendur í þeim skólum sem samþykkja þátttöku en foreldrum og nemendum gefst vitaskuld einnig kostur á að afþakka slíka þátttöku. Afar fátítt er að forráðamenn nemenda hafni þátttöku barna sinna í ESPAD-könnuninni. Rannsóknin byggir á nánu samstarfi við skólana og í flestum löndum, þar á meðal á Íslandi, sjá kennarar um fyrirlögn spurningalistanna.

Fyrirlögn ESPAD 2019 var í fyrsta sinn framkvæmd með rafrænum hætti. Hlekkur á könnunina var sendur á tengilið ESPAD-rannsóknarinnar innan skólanna sem lögðu könnunina fyrir á tímabilinu frá byrjun mars og út fyrstu viku í maí 2019. Þátttakendur voru allir nemendur í 10. bekk þátttökuskóla sem mættir voru á fyrirlagnardaginn, að þeim örfáu sem höfnuðu þátttöku undanskildum. Nemendur svöruðu könnuninni í kennslustund og engum persónugreinanlegum upplýsingum var safnað.

Að loknu tímabili fyrirlagnar er rafrænu gögnunum safnað saman, þau yfirfarin og kóðuð skv. stöðluðum verklagsreglum ESPAD-samstarfshópsins. Þær reglur innihalda jafnframt samræmdar aðgerðir til að kóða og hreinsa gögnin svo samanburður milli tímabila og landa sé sem áreiðanlegastur. Á meðal þessara aðgerða eru rafrænar leiðir til að koma auga á úrlausnir sem augljóslega eru gerðar í fíflangangi og þær því lagðar til hliðar. Innan við 1% spurningalista einstakra landa eru yfirleitt ónothæfir af þessum sökum og hefur það hlutfall verið um 0,5% í íslenska hluta ESPAD-verkefnisins. Að þessu samræmingarferli loknu teljast gögnin tilbúin til úrvinnslu.

Rannsóknaráætlun alþjóðlega ESPAD-verkefnisins gerir ráð fyrir að hið minnsta séu 2.400 nemendur í úrtaki hvers lands (Hibell og Guttormsson, 2007). Þar sem aðeins eru ríflega 4.000 nemendur í hverjum árgangi á Íslandi hefur frá upphafi sú leið verið farin hér á landi að allir nemendur í 10. bekk taki þátt í ESPAD-rannsókninni. Slíkri þýðisrannsókn er einnig beitt í ýmsum öðrum minni Evrópulöndum, svo sem Færeyjum, Kýpur, Mónakó, Möltu og Mön. Þýðisrannsókn sem þessi hefur þann styrkleika að ekki þarf að gera ráð fyrir tölfræðilegum vikmörkum. Ýmsir

aðferðafræðilegir kostir fylgja úrtökum af þessu tagi og er til dæmis hægt að skoða áhrif skólaumhverfisins á einstaka nemendur.

Samstarf við skólastjórnendur og kennara um fyrirlögn ESPAD-rannsóknarinnar á Íslandi hefur verið mjög gott allt frá árinu 1995. Nær allir skólar með 10. bekk hafa tekið þátt í ESPAD-rannsókninni frá upphafi og lengi vel voru aðeins 2–3 skólar sem sáu sér ekki fært að taka þátt í hverri umferð. Færri skólar á Íslandi tóku þátt árið 2019 en í undanförunum fyrirlögnum en fram kom í samtali við marga skólastjóra að sökum álags af könnunum væri tími fyrir lagðar fremur óhentugar. Af öllum skráðum nemendum í 10. bekk á tímabilinu 1995–2011 samkvæmt Hagstofu Íslands tóku 80–90% nemenda þátt í ESPAD, en árið 2015 voru það 54% og nú síðast árið 2019 61%. Næsta umferð ESPAD er fyrirhuguð árið 2023. Nánari upplýsingar um ESPAD á Íslandi er að finna á vefsíðu íslenska verkefnisins ([www.ESPAD.is](http://www.ESPAD.is)).

Starfsmenn Rannsóknarstofu í tólmstundafræðum við Háskóla Íslands og starfsmenn Menntavísindastofnunar Háskóla Íslands veita frekari upplýsingar um framgang verkefnisins og halda kynningar á helstu niðurstöðum ESPAD-rannsóknarinnar án endurgjalds fyrir skóla, sveitarfélög, opinbera aðila og félagasamtök sem þess óska. Niðurstöður til viðmiðunar frá hinum þátttökubjóðunum eru ekki fyrirbyggjandi við útgáfu þessarar skýrslu, en verða gefnar út síðar í sérstöku riti.

Hugbúnaðurinn Qualtrics var notaður við fyrirlögn könnunarinnar en gögnin voru síðan hreinsuð í SPSS undir lok maí 2019. Endurkóðun og hreinsun íslensku gagnanna fór fram í ágúst sama ár. Á haustmánuðum voru gögnin enn á ný hreinsuð og stöðluð skv. verklagsreglum alþjóðlegs framkvæmdateymis ESPAD. Við framsetningu á tölfræðigögnum í þessari skýrslu var notast við R Core Team (2018).

## Þátttakendur 2019

### *Fjöldi og hlutfall þátttakenda eftir sveitarfélögum.*

Alls tóku 1250 (48,6%) strákar og 1323 (51,4%) stelpur þátt í rannsókninni á vorönn 2019. Nokkur sveitarfélög voru flokkuð saman og skilgreind sem höfuðborgarsvæði, þ.e., Reykjavík, Seltjarnarnes, Kópavogur, Garðabær, Hafnarfjörður og Mosfellsbær. Ekki er vitað um sveitarfélag í tilviki 114 þátttakenda.

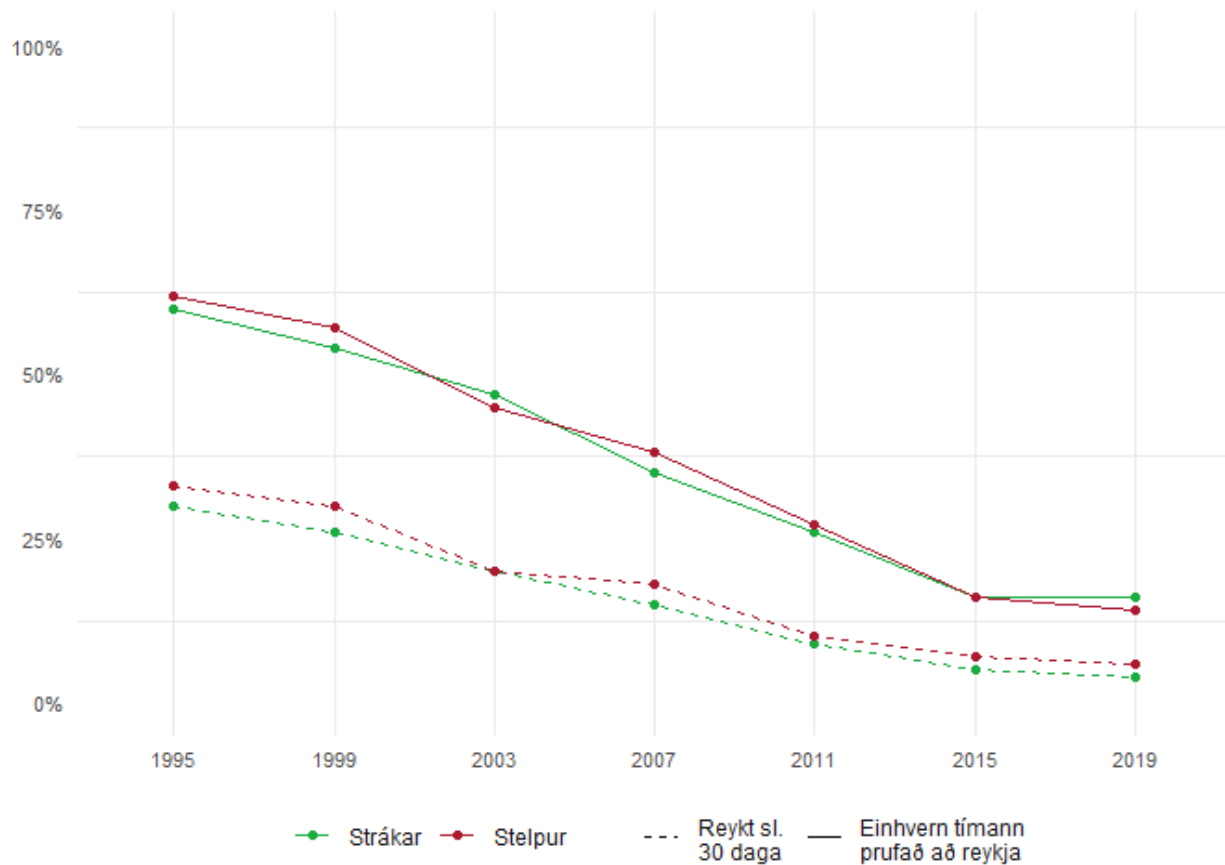
*Tafla 1. Fjöldi og hlutfall þátttakenda í samanburðarhópunum.*

	Strákar		Stelpur	
	Fjöldi	Hlutfall (%)	Fjöldi	Hlutfall (%)
Höfuðborgarsvæði	666	46,4	768	53,6
Suðurnes	105	49,1	109	50,9
Vesturland	49	52,1	45	47,9
Vestfirðir	21	43,8	27	56,2
Norðurland vestra	32	47,1	36	52,9
Norðurland eystra	176	55,7	140	44,3
Austurland	51	54,8	42	45,2
Suðurland	100	52,1	92	47,9

## Yfirlit um neyslu ávana- og fíkniefna 1995 - 2019

### Sígarettureykingar 1995 -2015

Mjög hefur dregið úr reykingum íslenskra unglinga undanfarna áratugi. Samkvæmt ESPAD-gögnunum frá árinu 2019 höfðu u.þ.b. 15% unglinga á landinu öllu prófað að reykja einhvern tíma á ævinni samanborið við 61% jafnaldra þeirra árið 1995. Myndin sýnir lækkandi hlutfall þeirra sem hafa reykt annars vegar einhvern tíma á ævinni og hins vegar undanfarna 30 daga fyrir framkvæmd könnunar á tímabilinu 1995 – 2019.



Mynd 1. Hlutfall 10. bekinga á Íslandi sem hafa reykt sígarettu einhvern tíma á ævinni og sl. 30 daga.

*Tafla 2. Hlutfall þátttakenda 1995 – 2019 sem hafa reykt sígarettur einhvern tíma á ævinni.*

Ár	Reykt sígarettur á ævinni		Reykt sígarettur sl. 30 daga	
	Strákar (%)	Stelpur (%)	Strákar (%)	Stelpur (%)
1995	60	62	30	33
1999	54	57	26	30
2003	47	45	20	20
2007	35	38	15	18
2011	26	27	9	10
2015	16	16	5	7
2019	16	14	4	6

## Áfengisneysla 1995 - 2019

Mjög hefur dregið úr áfengisneyslu Íslenskra unglinga á liðnum áratugum. Um 74% 10. bekkinga sagðist þannig aldrei hafa drukkið áfengi síðastliðið ár. Sjá má á eftirfarandi yfirlitsmynd hvernig dregið hefur úr áfengisdrykkju ungmenna frá árinu 1995 til 2015 en verið svipuð síðan þá.



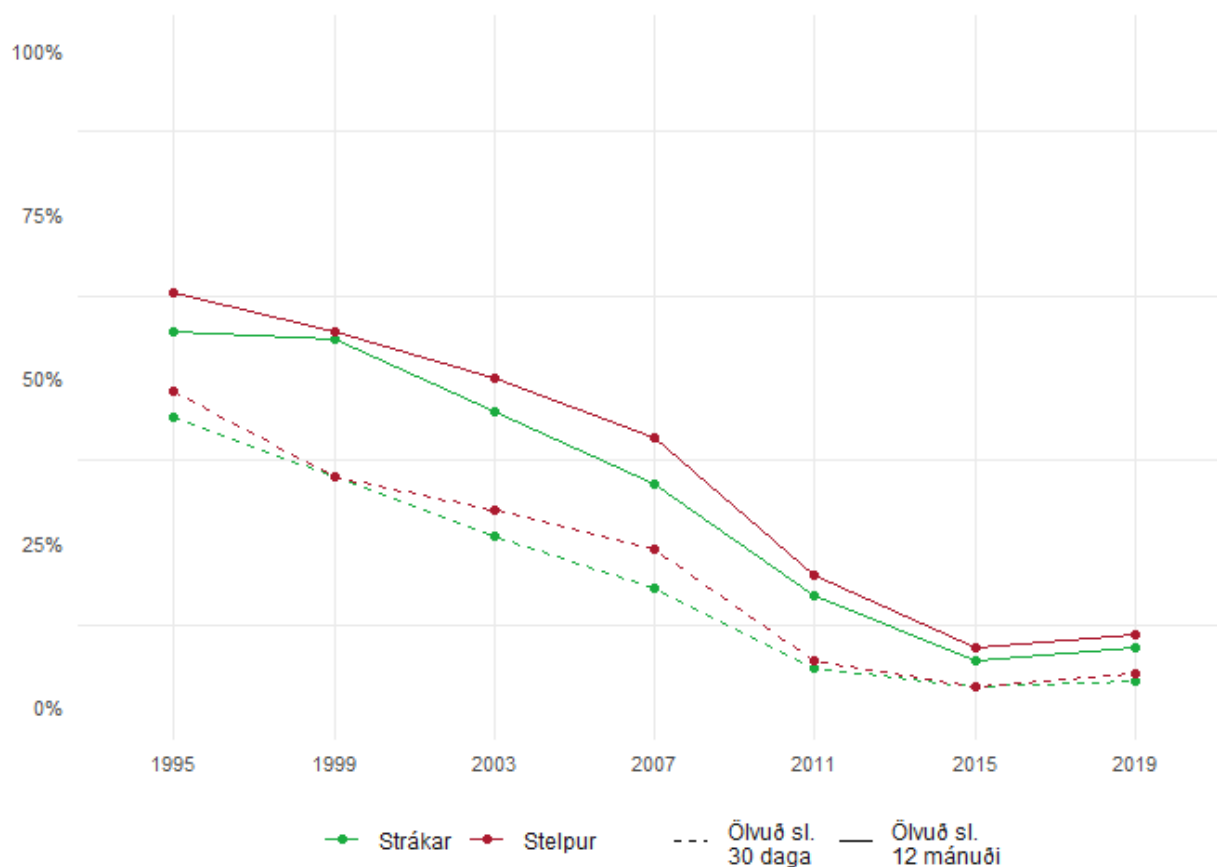
Mynd 2. Hlutfall 10. bekkinga á Íslandi sem höfðu drukkið áfengi einhvern tíma á ævinni og sl. 12 mánuði.

Tafla 3. Hlutfall þeirra sem höfðu drukkið áfengi.

	1995 (%)	1999 (%)	2003 (%)	2007 (%)	2011 (%)	2015 (%)	2019 (%)
<b>Einhvern tíma á ævinni</b>							
Strákar	78	79	76	65	56	36	37
Stelpur	80	79	75	68	56	33	38
<b>Síðast liðna 12 mánuði</b>							
Strákar	71	69	62	52	41	24	23
Stelpur	73	69	65	60	45	25	29

### Ölvun 10 bekkinga 1995 – 2019

Nokkuð hefur dregið úr ölvun ungmenna frá 1995 til 2015 en verið svipuð síðan þá. Ölvun var skilgreind í könnuninni þegar þátttakendur hefðu orðið ölvaðir eftir að hafa neytt áfengra drykkja, t.d. slagað við göngu, ekki getað talað almennilega, kastað upp eða myndu ekki hvað gerðist.

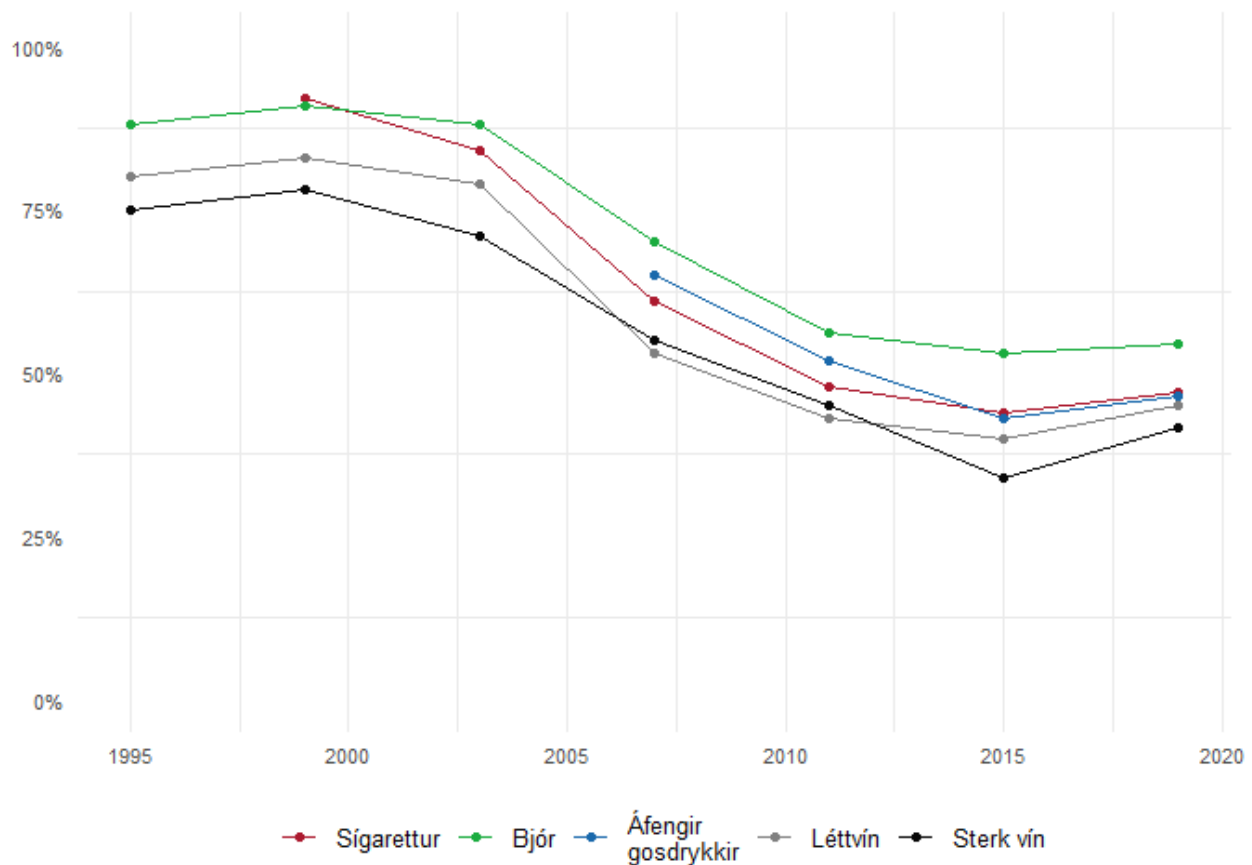


Mynd 3. Hlutfall 10. bekkinga á Íslandi sem höfðu orðið ölvuð sl. 12 mánuði og 30 daga.

Tafla 4. Ölvun 10. bekkinga 1995 - 2019.

	1995 (%)	1999 (%)	2003 (%)	2007 (%)	2011 (%)	2015 (%)	2019 (%)
<b>Síðast liðna 12 mánuði</b>							
Strákar	57	56	45	34	17	7	9
Stelpur	63	57	50	41	20	9	11
<b>Síðast liðna 30 daga</b>							
Strákar	44	35	26	18	6	3	4
Stelpur	48	35	30	24	7	3	5

Aðgengi að sígarettum og mismunandi tegundum áfengis 1995 - 2019



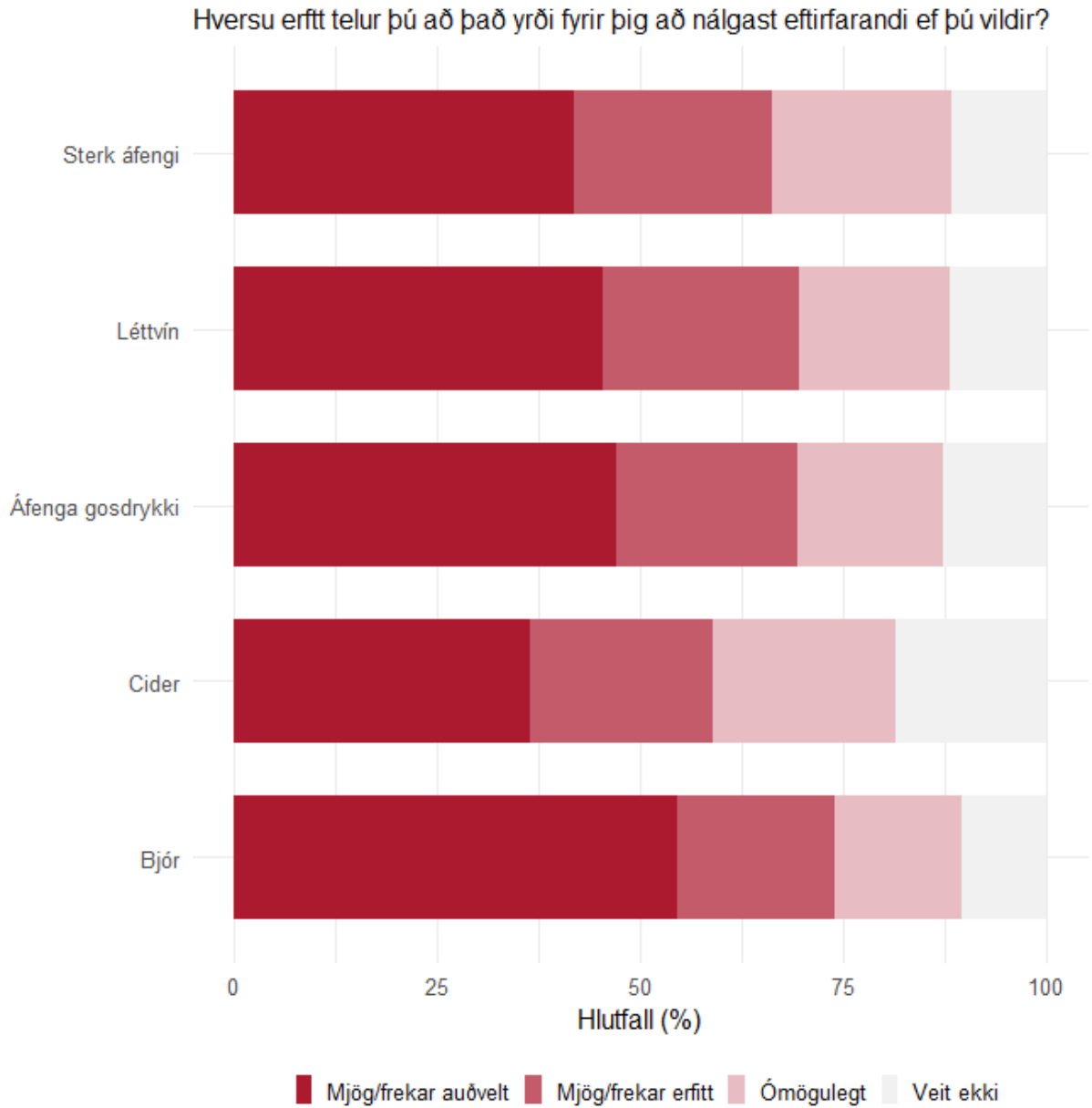
Mynd 4. Hversu erfitt heldur þú að það væri fyrir þig að ná í [sígarettur og áfengi] ef þú vildir?

Tafla 5. Hlutfall 10. bekinga sem töldu auðvelt eða mjög auðvelt að verða sér út um sígarettur og áfengi 1995 - 2019.

	1995 (%)	1999 (%)	2003 (%)	2007 (%)	2011 (%)	2015 (%)	2019 (%)
Sígarettur	-	92	84	61	48	44	47
Bjór	88	91	88	70	56	53	54
Áfengir gosdrykkir	-	-	-	65	52	43	47
Léttvín	80	83	79	53	43	40	45
Sterkvín	75	78	71	55	45	34	42

### Aðgengi og neysla á mismunandi tegundum áfengis 2019

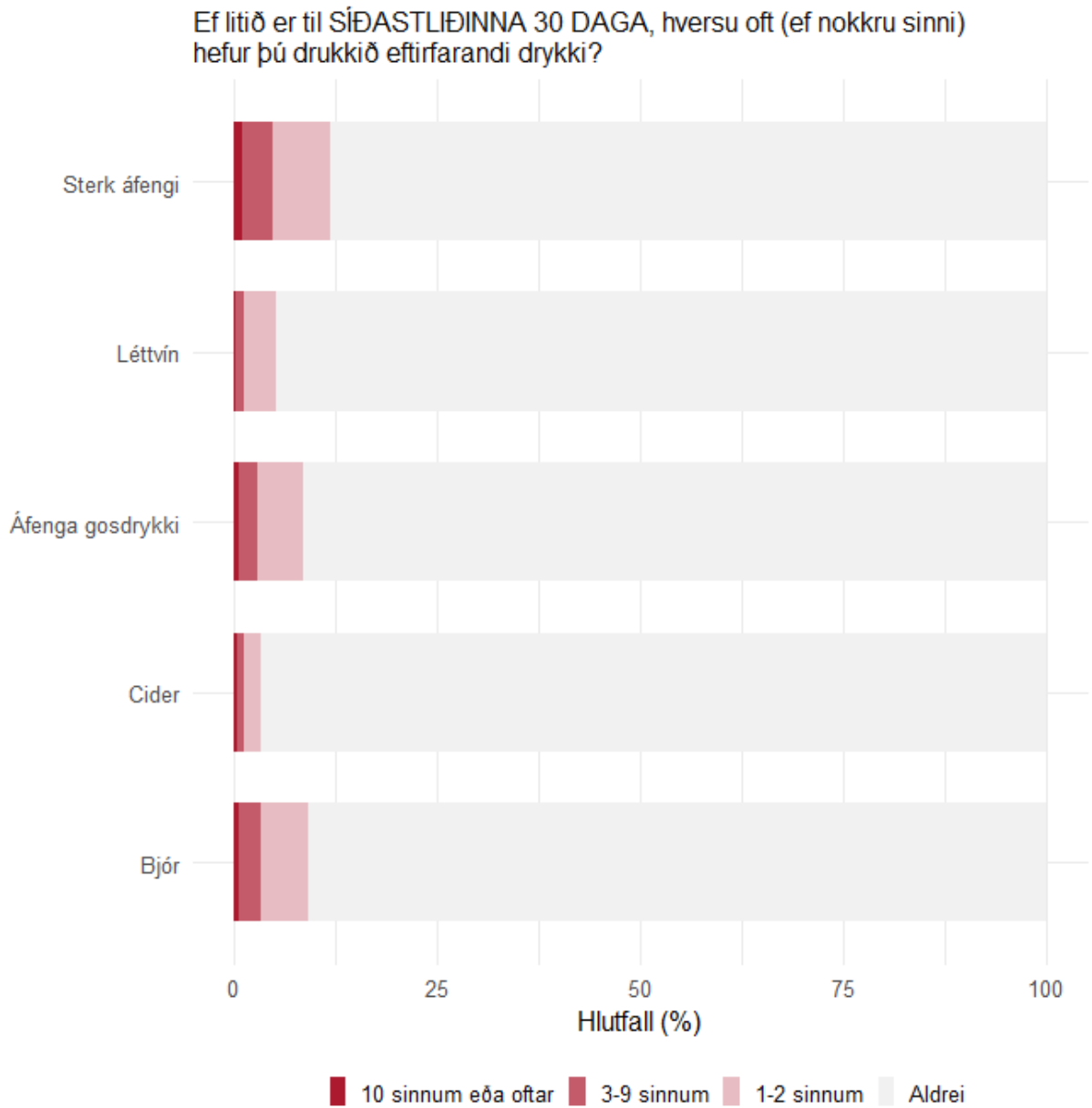
Næsta mynd sýnir hvert aðgengi 10. bekkinga var á landinu öllu að misumunandi tegundum áfengis 2019.



Mynd 5. Aðgengi 10. bekkinga að misumunandi tegundum áfengis.

### Neysla mismunandi áfengistegunda 2019

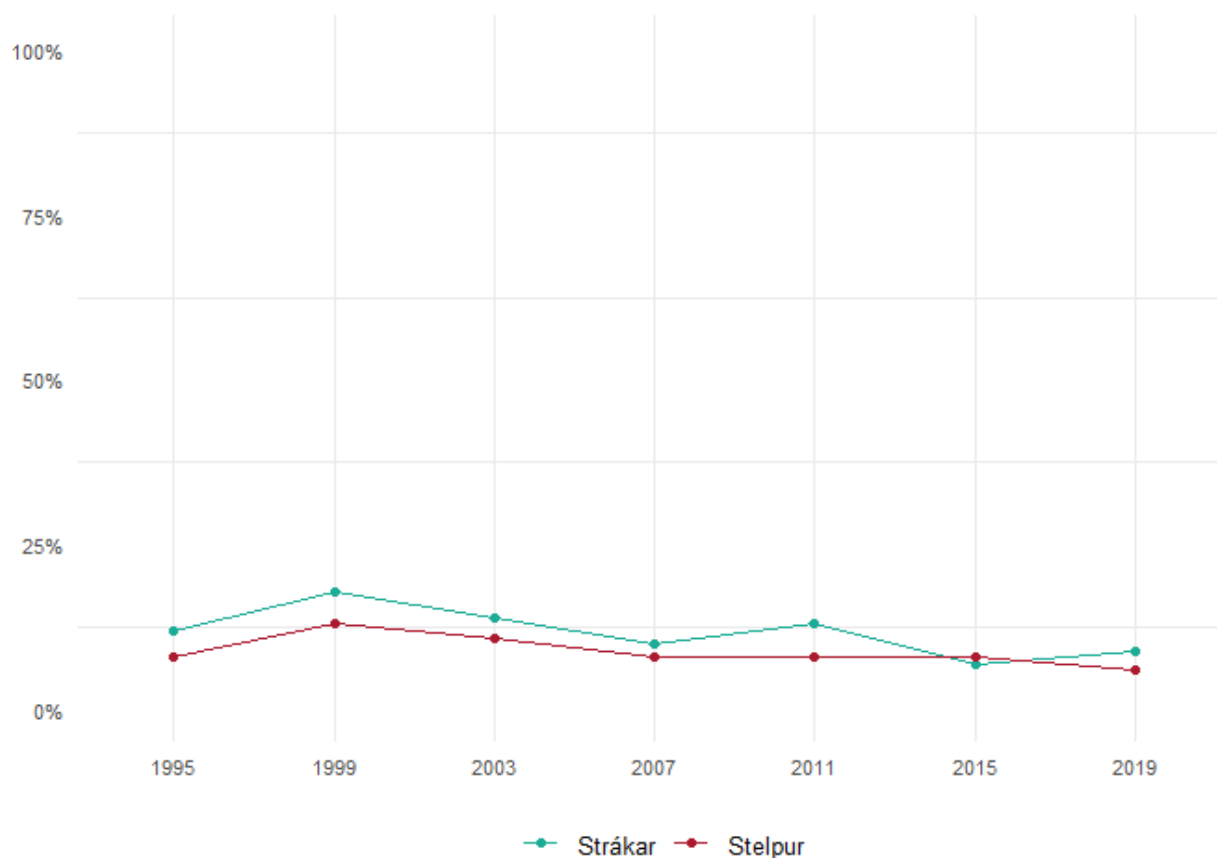
Á næstu mynd má sjá að algengasta áfengisneysla unglunga undanfarna 30 daga fyrir framkvæmd könnunar var sterkt áfengi. Fæstir höfðu neytt ciders.



Mynd 6. Tegund áfengis drukkið sl. 30 daga.

## Kannabisneysla 1995 – 2019

Heldur hefur dregið úr neyslu kannabisefna hjá 10. bekkjum undanfarin ár. Örlítið fleiri strákar en stelpur hafa prófað kannabis.



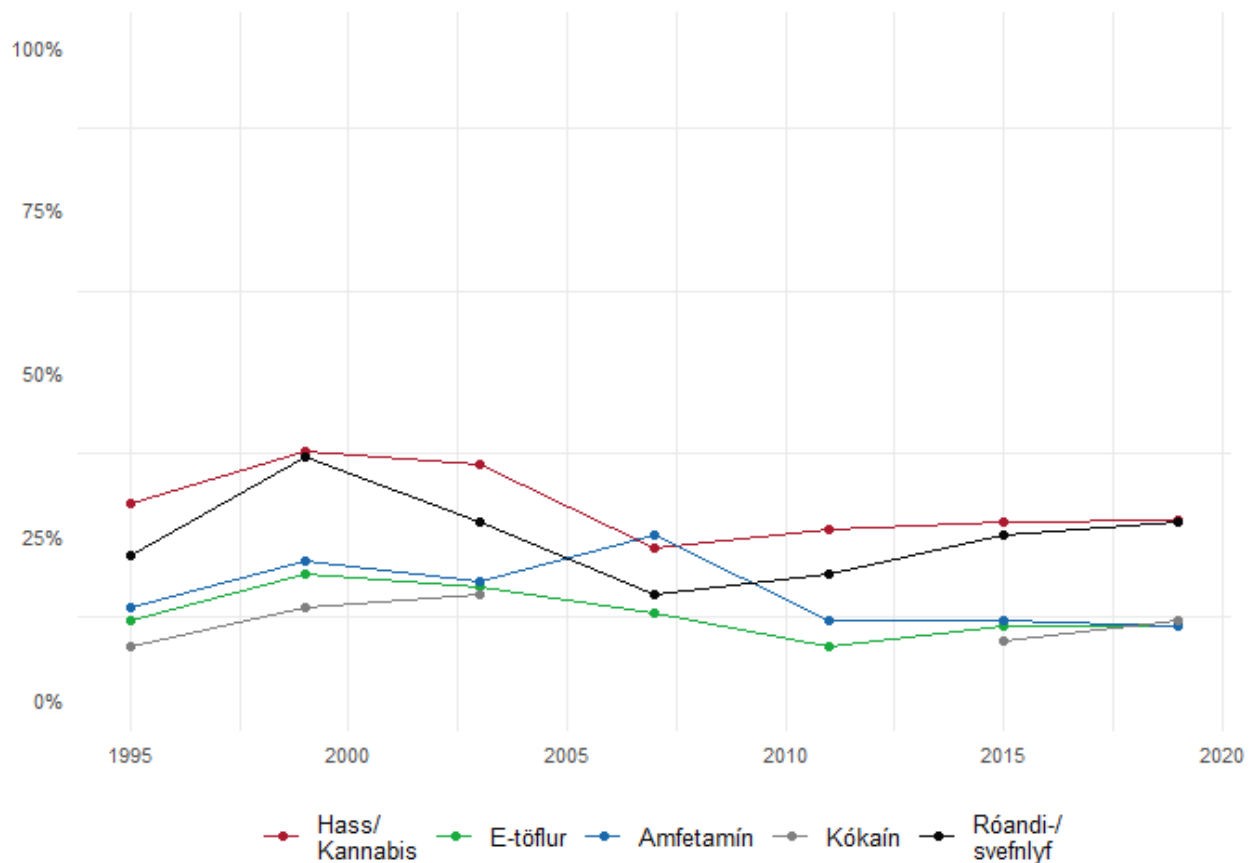
Mynd 7. Hlutfall 10. bekkinga sem höfðu prófað kannabisefni einvern tíma á ævinni.

Tafla 6. Hlutfall 10. bekkinga sem höfðu einhvern tíma prófað kannabis/hass.

	1995 (%)	1999 (%)	2003 (%)	2007 (%)	2011 (%)	2015 (%)	2019 (%)
Strákar	12	18	14	10	13	7	9
Stelpur	8	13	11	8	8	8	6

## Aðgengi að ávana og fíkniefnum frá 1995 – 2019

Af ólöglegum fíkniefnum töldu þátttakendur að nokkuð auðveldara væri fyrir þá að verða sér út um kannabis og róandi- eða svefnlyf heldur en e-töflur, amfetamín og kókaín.



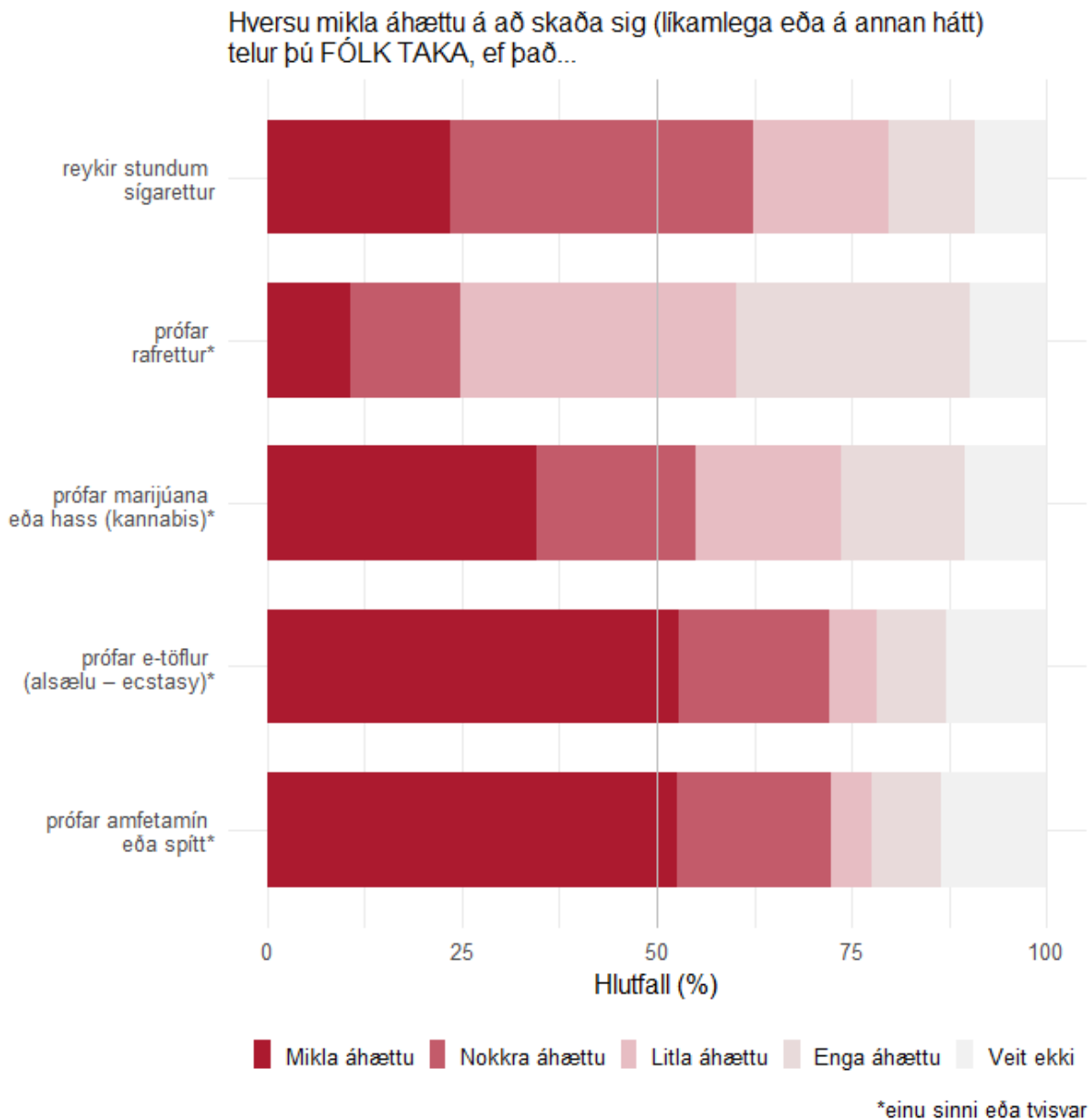
Mynd 8. Hlutfall þátttakenda 1995 – 2019 sem töldu auðvelt eða mjög auðvelt að verða sér út um mismunandi ólögleg fíkniefni.

Tafla 7. Hlutfall 10. bekinga 1995 – 2019 sem töldu auðvelt eða mjög auðvelt að verða sér út um eftirfarandi ólöglegu fíkniefni.

	1995 (%)	1999 (%)	2003 (%)	2007 (%)	2011 (%)	2015 (%)	2019 (%)
Kannabis	30	38	36	23	26	27	28
E-töflur	12	19	17	13	8	11	11
Amfetamín	14	21	18	25	12	12	11
Kókaín	8	14	16	-	-	9	12
Róandi/svefn lyf	22	37	27	16	19	25	27

*Mat á áhættu vegna neyslu ávanabindandi efna (2019).*

Á næstu mynd má sjá hvernig þátttakendur mátu áhættuna af óreglulegum reykingum og neyslu nokkurra fíkniefna til að prófa þau.



*Mynd 9. Mat þátttakenda af áhættu af neyslu ávanabindandi efna.*

*Tafla 8. Mat þátttakenda 2019 á áhættu við að prófa ávanabindandi efni.*

	Reykja stundum sígarettur (%)	Prófar rafrettur (%)	Prófar kannabis/ hass (%)	Prófar e-töflur (%)	Prófar amfetamín (%)
Enga áhættu	11,0	30,0	15,8	8,9	9,0
Litla áhættu	17,3	35,2	18,6	6,1	5,1
Nokkra áhættu	38,8	14,3	20,5	19,2	19,9
Mikla áhættu	23,6	10,6	34,5	52,9	52,5
Veit ekki	9,3	9,9	10,6	12,9	13,4

## Yfirlit 2019. Neysla ávana- og fíkniefna.

### Sígarettur

Þátttakendur voru spurðir hversu oft um ævina þeir hefðu reykt sígarettu. Aðeins færri stelpur en strákar höfðu einhvern tíma reykt sígarettur.

*Tafla 9 Allir. Hversu oft um ævina (ef nokkru sinni) hefur þú reykt sígarettur (að rafrettum undanskyldum)?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	83,8	86,7	85,3
1-5 sinnum	8,5	5,8	7,1
6-19 sinnum	2,6	2,2	2,4
20-39 sinnum	1,2	1,1	1,1
40 sinnum eða oftar	3,9	4,1	4,0

*Tafla 10 Landsvæði. Hversu oft um ævina (ef nokkru sinni) hefur þú reykt sígarettur (að rafrettum undanskyldum)?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suðurnes (%)	Vesturland (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austurland (%)	Suðurland (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	83,8	90,5	79,6	76,2	87,5	88,1	62,7	83,0
1-5 sinnum	8,3	4,8	8,2	19,0	12,5	9,1	17,6	5,0
6-19 sinnum	2,7	1,9	2,0	4,8	0,0	0,6	5,9	5,0
20-39 sinnum	1,4	1,0	2,0	0,0	0,0	0,0	3,9	1,0
40 sinnum eða oftar	3,9	1,9	8,2	0,0	0,0	2,3	9,8	6,0
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	87,1	88,1	97,8	92,6	94,4	85,7	71,4	80,4
1-5 sinnum	5,5	8,3	0,0	3,7	0,0	5,0	16,7	7,6
6-19 sinnum	2,1	1,8	2,2	0,0	5,6	1,4	0,0	5,4
20-39 sinnum	1,3	0,0	0,0	0,0	0,0	2,1	2,4	0,0
40 sinnum eða oftar	4,0	1,8	0,0	3,7	0,0	5,7	9,5	6,5

Hversu oft um ævina hefur þú reykt sigarettu (að rafrettum undanskildum)?



Mynd 10. Tíðni sigarettreykinga um ævina.

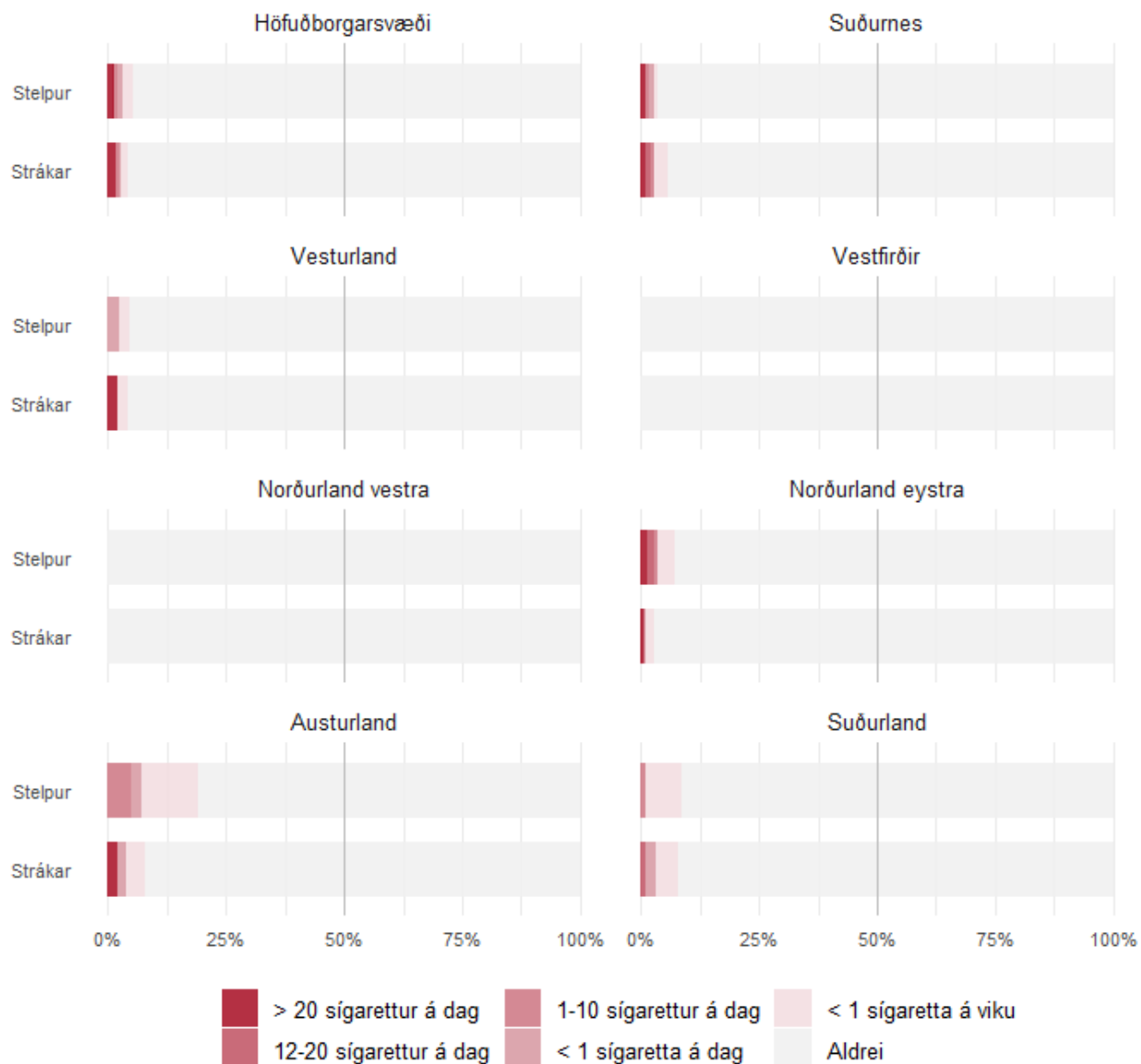
**Tafla 11 Allir. Hversu oft hefur þú reykt sígarettur (að rafrettum undanskyldum) SÍÐASTLIÐNA 30 DAGA?**

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	95,5	94,2	94,8
< 1 sígarettur á viku	2,0	2,9	2,4
< 1 sígarettur á dag	0,6	1,0	0,8
1-10 sígarettur á dag	0,6	0,7	0,7
12-20 sígarettur á dag	0,2	0,3	0,2
> 20 sígarettur á dag	1,2	1,0	1,1

**Tafla 12 Landsvæði. Hversu oft hefur þú reykt sígarettur (að rafrettum undanskyldum) SÍÐASTLIÐNA 30 DAGA?**

	Höfuðb.-svæði (%)	Suðurnes (%)	Vesturland (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austurland (%)	Suðurland (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	95,6	94,3	95,9	100	100	97,2	92,2	92,0
< 1 sígarettur á viku	1,5	2,9	2,0	0,0	0,0	1,7	3,9	5,0
< 1 sígarettur á dag	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0	2,0
1-10 sígarettur á dag	0,8	1,0	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0	0,0
12-20 sígarettur á dag	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0
> 20 sígarettur á dag	1,5	1,0	2,0	0,0	0,0	0,6	2,0	0,0
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	94,7	96,3	95,6	100	100	92,9	81,0	91,3
< 1 sígarettur á viku	2,2	0,9	2,2	0,0	0,0	3,6	11,9	7,6
< 1 sígarettur á dag	1,2	0,9	2,2	0,0	0,0	0,0	2,4	0,0
1-10 sígarettur á dag	0,5	0,9	0,0	0,0	0,0	0,7	4,8	1,1
12-20 sígarettur á dag	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	1,4	0,0	0,0
> 20 sígarettur á dag	1,2	0,9	0,0	0,0	0,0	1,4	0,0	0,0

## Hversu oft hefur þú reykt sigarettur SÍÐASTLIÐNA 30 DAGA?



Mynd 11. Tíðni sigarettreykinga sl. 30 daga.

### Aldur þegar þátttakendur reyktu sígarettur í fyrsta sinn.

Spurt var hversu gamlir þátttakendur hefðu verið þegar þeir prófuðu fyrst að reykja. Rétt er að hafa í huga að um er að ræða þátttakendur í 10. bekk. Hluti hópsins er því ekki búinn að ná 16 ára aldri og af þeim sökum kemur ekki á óvart hve fáir velja þann möguleika.

Tafla 13. Allir. Hvenær ef nokkru sinni reyktir þú sígarettu í fyrsta sinn?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir
Aldrei	85,6	87,4	86,5
9 ára eða yngri	1,1	0,3	0,7
10 ára	1,1	0,2	0,6
11 ára	1,1	0,7	0,9
12 ára	0,8	1,2	1,0
13 ára	2,3	2,1	2,2
14 ára	4,1	5,0	4,6
15 ára	3,8	2,9	3,3
16 ára eða eldri	0,2	0,2	0,2

Tafla 14 Landsvæði. Hvenær ef nokkru sinni reyktir þú sígarettu í fyrsta sinn?

	Höfuðb.- svæði (%)	Suður- nes (%)	Vestur- land (%)	Vest- firðir (%)	Norðurl. vestr (%)	Norðurl. eystr (%)	Austur- land (%)	Suður- land (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	85,6	91,4	79,6	85,7	93,8	89,2	64,7	84,0
9 ára eða yngri	1,2	1,0	4,1	4,8	0,0	0,6	0,0	0,0
10 ára	0,8	1,0	4,1	4,8	0,0	0,0	5,9	1,0
11 ára	0,9	0,0	0,0	0,0	3,1	0,6	5,9	2,0
12 ára	0,8	1,0	2,0	0,0	0,0	0,0	2,0	1,0
13 ára	3,2	0,0	0,0	0,0	0,0	1,7	3,9	2,0
14 ára	3,9	1,0	2,0	0,0	0,0	5,1	13,7	5,0
15 ára	3,6	3,8	8,2	4,8	3,1	2,3	3,9	5,0
16 ára eða eldri	0,2	1,0	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0	0,0
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	87,5	91,7	93,3	92,6	94,4	86,4	71,4	82,6
9 ára eða yngri	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
10 ára	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,4	1,1
11 ára	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	4,8	0,0
12 ára	1,3	0,9	0,0	0,0	0,0	0,7	7,1	0,0
13 ára	2,3	1,8	0,0	0,0	2,8	1,4	2,4	3,3
14 ára	4,6	2,8	4,4	3,7	2,8	6,4	7,1	9,8
15 ára	2,7	2,8	2,2	3,7	0,0	4,3	4,8	3,3
16 ára eða eldri	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

## Aðgengi að sígarettum

Í rannsókninni árið 2019 kom fram að aðgengi að sígarettum virtist vera talsvert í öllum landshlutum.

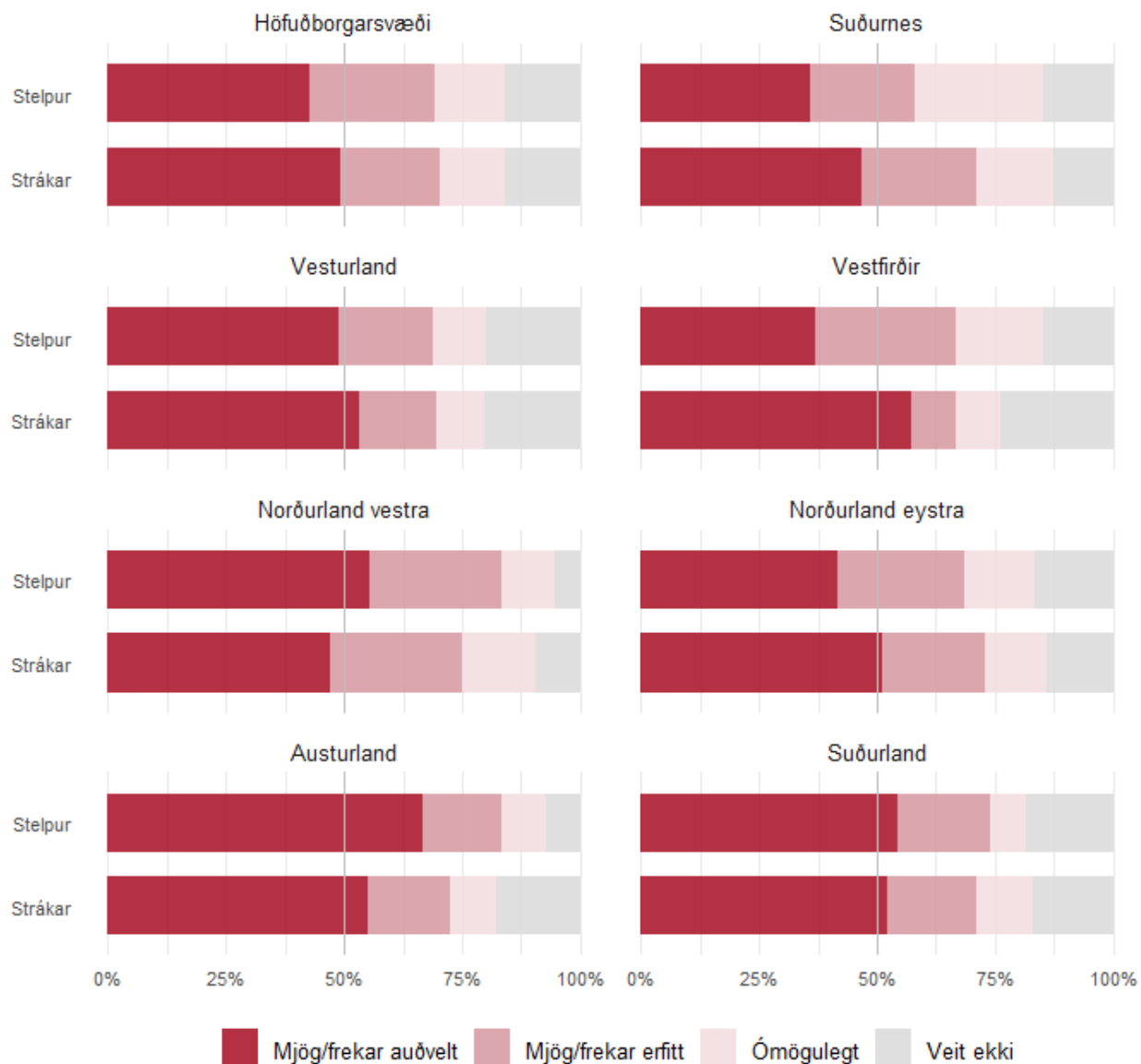
*Tafla 15 Allir. Hversu erfitt telur þú að það væri fyrir þig að ná þér í sígarettur (að rafreittum undanskildum) ef þú vildir?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Veit ekki	13,5	15,0	14,3
Ómögulegt	20,7	25,1	23,0
Mjög/frekar erfitt	50,1	44,2	47,0
Mjög/frekar auðvelt	15,7	15,7	15,7

*Tafla 16 Landsvæði. Hversu erfitt telur þú að það væri fyrir þig að ná þér í sígarettur (að rafreittum undanskildum) ef þú vildir?*

	Höfuðb.- svæði (%)	Suður- nes (%)	Vestur- land (%)	Vest- firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur- land (%)	Suður- land (%)
<b>Strákar</b>								
Ómögulegt	14,0	16,5	10,2	9,5	15,6	13,1	9,8	12,0
Mjög erfitt	10,1	9,7	10,2	9,5	28,1	12,5	11,8	9,0
Frekar erfitt	10,7	14,6	6,1	0,0	0,0	9,1	5,9	10,0
Frekar auðvelt	26,7	32,0	30,6	23,8	28,1	25,0	23,5	27,0
Mjög auðvelt	22,7	14,6	22,4	33,3	18,8	26,1	31,4	25,0
Veit ekki	15,9	12,6	20,4	23,8	9,4	14,2	17,6	17,0
<b>Stelpur</b>								
Ómögulegt	14,7	27,5	11,1	18,5	11,1	15,1	9,5	7,6
Mjög erfitt	15,3	15,6	6,7	14,8	8,3	15,1	7,1	10,9
Frekar erfitt	11,2	6,4	13,3	14,8	19,4	11,5	9,5	8,7
Frekar auðvelt	23,3	19,3	28,9	22,2	30,6	17,3	23,8	30,4
Mjög auðvelt	19,4	16,5	20,0	14,8	25,0	24,5	42,9	23,9
Veit ekki	16,0	14,7	20,0	14,8	5,6	16,5	7,1	18,5

Hversu erfitt telur þú að það væri fyrir þig að ná þér í sígarettur ef þú vildir?



Mynd 12. Aðgengi að sígarettum.

## Áhætta við tóbaksreykingar

Flestir 10. bekingar virðast gera sér grein fyrir þeirri hættu sem tengd er tóbaksreykingum, en tæp 30% þeirra er þó þeirrar skoðunar að lítil eða engin áhætta fylgi því að reykja stundum sígarettur. Þessu til viðbótar eru 10% unglinganna sem segja að þeir viti ekki hvort um áhættu sé að ræða þegar sígarettur eru stundum reyktar.

*Tafla 17 Allir. Hversu mikla áhættu á að skaða sig telur þú fólk taka, ef það reykir stundum sígarettur?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Enga áhættu	14,3	8,3	11,2
Litla áhættu	15,9	18,7	17,4
Nokkra áhættu	33,2	43,6	38,6
Mikla áhættu	25,1	21,8	23,4
Veit ekki	11,4	7,6	9,5

*Tafla 18 Landsvæði. Hversu mikla áhættu á að skaða sig telur þú fólk taka, ef það reykir stundum sígarettur?*

	Höfuðb.- svæði (%)	Suður- nes (%)	Vestur- land (%)	Vest- firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur- land (%)	Suður- land (%)
Enga áhættu	11,4	11,4	15,1	13,0	13,4	10,8	9,8	8,0
Litla áhættu	17,5	13,3	19,4	17,4	17,9	12,1	21,7	26,6
Nokkra áhættu	36,3	38,1	40,9	37,0	41,8	47,3	42,4	37,2
Mikla áhættu	25,1	22,4	17,2	21,7	17,9	22,9	19,6	20,7
Veit ekki	9,8	14,8	7,5	10,9	9,0	7,0	6,5	7,4

## Rafrettur

Um 4% fleiri 10. bekkingar höfðu einhvern tíma prófað rafrettur en sígarettur. Á flestum landsvæðum höfðu nokkuð fleiri stelpur en strákar reykt með rafrettu á síðustu 30 dögum.

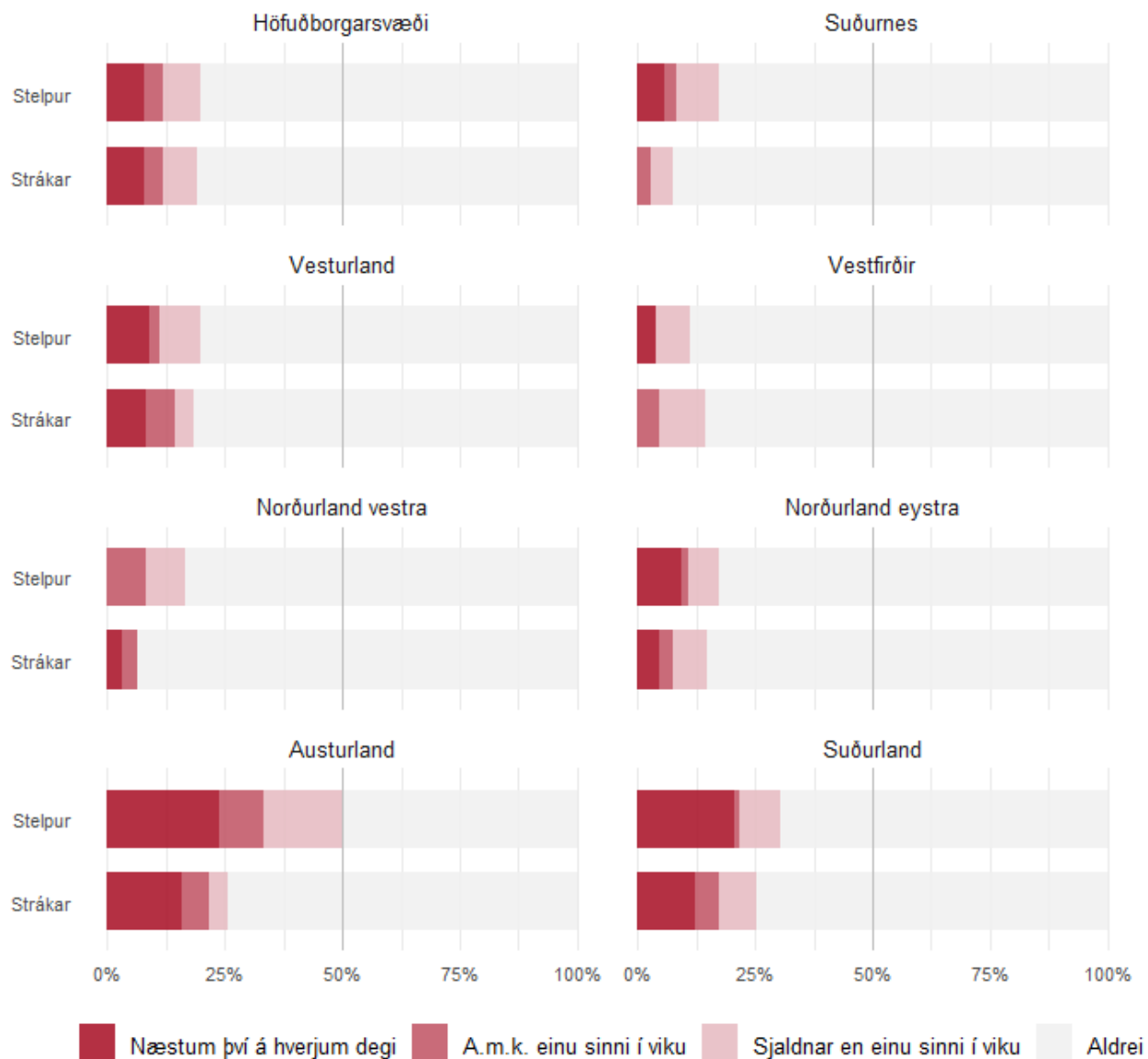
*Tafla 19 Allir. Hversu oft hefur þú reykt rafrettur á síðustu 30 dögum?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	82,2	79,3	80,7
Sjaldnar en einu sinni í viku	6,8	8,1	7,4
A.m.k. einu sinni í viku	3,8	3,7	3,7
Næstum því á hverjum degi	7,2	9,0	8,1

*Tafla 20 Landsvæði. Hversu oft hefur þú reykt rafrettur á síðustu 30 dögum?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	80,9	92,4	81,6	85,7	93,8	85,2	74,5	74,7
Sjaldnar en einu sinni í viku	7,4	4,8	4,1	9,5	0,0	7,4	3,9	8,1
A.m.k. einu sinni í viku	3,8	2,9	6,1	4,8	3,1	2,8	5,9	5,1
Næstum því á hverjum degi	8,0	0,0	8,2	0,0	3,1	4,5	15,7	12,1
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	80,3	82,6	80,0	88,9	83,3	82,9	50,0	69,6
Sjaldnar en einu sinni í viku	7,7	9,2	8,9	7,4	8,3	6,4	16,7	8,7
A.m.k. einu sinni í viku	4,2	2,8	2,2	0,0	8,3	1,4	9,5	1,1
Næstum því á hverjum degi	7,8	5,5	8,9	3,7	0,0	9,3	23,8	20,7

### Hversu oft hefur þú reykt rafrettur á SÍÐUSTU 30 DÖGUM?



Mynd 13. Tíðni reykinga með rafrettum.

### Aldur þegar þátttakendur reyktu með rafrettu í fyrsta sinn.

Sjá má í næstu töflu að eftir 12 ára aldur fjölgar þeim sem prófa að reykja með rafrettu í fyrsta sinn. Flestir höfðu prófað rafrettu í fyrsta sinn 14 ára.

Tafla 21 Allir. Hvenær (ef nokkurn tíma) prófaðir þú rafrettu í fyrsta sinn?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	60,9	60,9	60,9
9 ára eða yngri	0,4	0,0	0,2
10 ára	0,6	0,3	0,4
11 ára	0,6	0,4	0,5
12 ára	2,3	2,1	2,2
13 ára	9,5	8,1	8,8
14 ára	15,3	14,3	14,8
15 ára	9,9	12,7	11,4
16 ára eða eldri	0,5	1,2	0,9

Tafla 22 Landsvæði. Hvenær (ef nokkurn tíma) prófaðir þú rafrettu í fyrsta sinn?

	Höfuðb.- svæði (%)	Suður- nes (%)	Vestur- land (%)	Vest- firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra ( ) (%)	Austur- land (%)	Suður- land (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	61,0	70,5	59,2	66,7	65,6	63,1	43,1	53,5
9 ára eða yngri	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0
10 ára	0,6	0,0	0,0	4,8	0,0	0,6	2,0	0,0
11 ára	0,8	0,0	0,0	0,0	3,1	0,6	0,0	0,0
12 ára	2,3	1,0	4,1	4,8	3,1	2,8	3,9	1,0
13 ára	9,5	6,7	16,3	0,0	0,0	9,1	13,7	13,1
14 ára	14,9	8,6	10,2	14,3	15,6	17,6	23,5	19,2
15 ára	10,1	13,3	8,2	9,5	12,5	6,2	11,8	11,1
16 ára eða eldri	0,5	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	2,0	1,0
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	62,8	66,1	65,9	77,8	58,3	59,3	19,0	54,3
9 ára eða yngri	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
10 ára	0,3	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,1
11 ára	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	2,4	0,0
12 ára	1,7	2,8	0,0	0,0	2,8	2,9	7,1	2,2
13 ára	7,6	10,1	4,5	0,0	8,3	5,0	19,0	14,1
14 ára	13,4	6,4	15,9	11,1	19,4	18,6	23,8	18,5
15 ára	12,9	11,0	13,6	11,1	8,3	12,9	23,8	9,8
16 ára eða eldri	1,0	2,8	0,0	0,0	2,8	0,7	4,8	0,0

### Áhætta við að prófa rafrettur

Ef tekið er saman hlutfall á öllu landinu voru 65% 10. bekinga sem taldi að um enga eða litla áhættu gæti verið að ræða af því að prófa rafrettu einu sinni eða tvisvar.

Tafla 23 Allir. Hversu mikil áhætta er á að skaða sig ef fólk prófar rafrettur einu sinni eða tvisvar?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Enga áhættu	32,6	28,4	30,4
Litla áhættu	31,0	39,0	35,1
Nokkra áhættu	10,7	17,2	14,0
Mikla áhættu	13,2	7,6	10,3
Veit ekki	12,5	7,9	10,1

Tafla 24 Landsvæði. Hversu mikil áhætta er á að skaða sig ef fólk prófar rafrettur einu sinni eða tvisvar?

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
<b>Strákar</b>								
Enga áhættu	33,5	27,2	25,0	25,0	35,5	30,7	44,0	34,0
Litla áhættu	29,3	35,0	29,2	30,0	25,8	35,8	20,0	38,1
Nokkra áhættu	9,8	7,8	10,4	15,0	9,7	15,9	12,0	9,3
Mikla áhættu	13,6	17,5	12,5	15,0	16,1	10,8	12,0	10,3
Veit ekki	13,8	12,6	22,9	15,0	12,9	6,8	12,0	8,2
<b>Stelpur</b>								
Enga áhættu	28,2	28,3	35,6	18,5	27,8	26,8	42,9	25,6
Litla áhættu	38,7	30,2	40,0	44,4	47,2	38,4	38,1	47,8
Nokkra áhættu	17,0	14,2	11,1	22,2	16,7	23,9	14,3	15,6
Mikla áhættu	8,4	10,4	13,3	3,7	2,8	2,9	2,4	6,7
Veit ekki	7,8	17,0	0,0	11,1	5,6	8,0	2,4	4,4

## Önnur tóbaksnotkun

### Munntóbak

Svipað hlutfall stráka og stelpna hafði prufað munntóbak.

*Tafla 25 Allir. Hefur þú einhvern tíma prófað munntóbak?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	94,1	93,4	93,8
Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	3,1	2,5	2,8
Já, á síðustu 12 mánaðum	1,4	2,1	1,8
Já, á síðustu 30 dögum	1,3	2,0	1,6

*Tafla 26 Landsvæði. Hefur þú einhvern tíma prófað munntóbak?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	90,8	96,2	89,4	95,2	93,5	91,5	84,3	85,7
Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	2,4	1,0	2,1	0,0	3,2	1,7	5,9	4,1
Já, á síðustu 12 mánaðum	3,9	1,0	4,3	4,8	0,0	2,3	2,0	5,1
Já, á síðustu 30 dögum	2,9	1,9	4,3	0,0	3,2	4,5	7,8	5,1
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	92,3	92,6	91,1	96,3	97,2	93,6	69,0	81,5
Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	2,7	3,7	4,4	0,0	0,0	1,4	4,8	5,4
Já, á síðustu 12 mánaðum	3,4	2,8	2,2	3,7	2,8	3,6	11,9	6,5
Já, á síðustu 30 dögum	1,6	0,9	2,2	0,0	0,0	1,4	14,3	6,5

## Neftóbak

Í heildina hafði svipaður fjöldi prófað neftóbak og munntóbak. En aðeins fleiri strákar en stelpur höfðu einhvern tíma prófað neftóbak.

*Tafla 27 Allir. Hefur þú einhvern tíma prófað neftóbak?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	91,9	95,1	93,6
Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	3,5	1,8	2,7
Já, á síðustu 12 mánuðum	2,4	1,9	2,2
Já, á síðustu 30 dögum	2,1	1,1	1,6

*Tafla 28 Landsvæði. Hefur þú einhvern tíma prófað neftóbak?*

	Höfuðb. -svæði (%)	Suður- nes (%)	Vestur- land (%)	Vest- firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur- land (%)	Suður- land (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	92,3	94,3	89,8	90,5	96,9	94,3	88,2	84,5
Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	3,5	3,8	4,1	9,5	3,1	1,1	5,9	5,2
Já, á síðustu 12 mánuðum	2,1	0,0	2,0	0,0	0,0	2,9	3,9	7,2
Já, á síðustu 30 dögum	2,1	1,9	4,1	0,0	0,0	1,7	2,0	3,1
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	96,8	95,4	95,6	100,0	97,2	95,7	71,8	87,0
Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	1,3	2,8	4,4	0,0	2,8	1,4	7,7	2,2
Já, á síðustu 12 mánuðum	0,7	1,9	0,0	0,0	0,0	2,1	17,9	7,6
Já, á síðustu 30 dögum	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	2,6	3,3

## Áfengi

Flestir unglingar sem höfðu drukkið áfengi á annað borð sl. ár fyrir framkvæmd könnunarinnar sögðu að það hafi gerst í 1-2 skipti. Stelpur voru heldur líklegri en strákar til að hafa drukkið áfengi sl. 12 mánuði.

*Tafla 29 Allir. Hversu oft hefur þú drukkið áfengi á síðastliðnum 12 mánuðum?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	76,5	70,9	73,6
1-2 sinnum	12,4	13,6	13,0
3-9 sinnum	7,0	11,1	9,1
10-19 sinnum	2,5	2,6	2,5
20 sinnum eða oftar	1,7	1,8	1,7

*Tafla 30 Landsvæði. Hversu oft hefur þú drukkið áfengi á síðastliðnum 12 mánuðum?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suðurnes (%)	Vesturland (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austurland (%)	Suðurland (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	77,7	80,0	70,8	89,5	71,0	75,0	66,7	74,5
1-2 sinnum	12,0	12,4	14,6	10,5	16,1	12,8	12,5	12,2
3-9 sinnum	6,8	5,7	4,2	0,0	9,7	9,3	8,3	6,1
10-19 sinnum	1,8	1,0	8,3	0,0	3,2	1,7	10,4	3,1
20 sinnum eða oftar	1,7	1,0	2,1	0,0	0,0	1,2	2,1	4,1
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	73,9	73,4	68,9	85,2	60,0	64,3	50,0	63,7
1-2 sinnum	12,2	13,8	17,8	11,1	25,7	19,3	19,0	7,7
3-9 sinnum	11,1	8,3	11,1	0,0	14,3	10,7	21,4	13,2
10-19 sinnum	1,8	3,7	2,2	3,7	0,0	2,9	2,4	7,7
20 sinnum eða oftar	0,9	0,9	0,0	0,0	0,0	2,9	7,1	7,7

## Hversu oft hefur þú drukkið áfengi á síðastliðnum 12 mánuðum?



Mynd 14. Áfengisdrykkja sl. 12 mánuði.

## Ölvun vegna áfengisdrykkju

Spurt var um hversu oft (ef nokkurn tíma) þátttakendur hefðu orðið ölvaðir eftir að hafa neytt áfengra drykkja, t.d. slagað við göngu, ekki getað talað almennilega, kastað upp eða myndu ekki hvað gerðist sl. 12 mánuði. Mjög hefur dregið úr ölvun 10. bekkinga frá upphafi ESPAD-rannsóknarinnar.

*Tafla 31 Allir. Hversu oft hefur þú orðið ölvuð/ölvaður eftir að hafa neytt áfengra drykkja sl. 12 mánuði?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	91,6	89,6	90,6
1-2 sinnum	4,4	6,4	5,4
3-9 sinnum	3,0	3,0	3,0
10-19 sinnum	0,4	0,4	0,4
20 sinnum eða oftar	0,6	0,6	0,6

*Tafla 32 Landsvæði. Hversu oft hefur þú orðið ölvuð/ölvaður eftir að hafa neytt áfengra drykkja sl. 12 mánuði?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	92,2	96,2	89,6	100,0	90,6	92,6	81,6	84,8
1-2 sinnum	4,4	2,9	6,2	0,0	6,2	4,0	4,1	6,1
3-9 sinnum	2,1	1,0	4,2	0,0	3,1	2,3	10,2	9,1
10-19 sinnum	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	1,1	2,0	0,0
20 sinnum eða oftar	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0	0,0
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	91,5	89,8	88,6	92,6	91,4	87,9	78,6	80,2
1-2 sinnum	5,2	6,5	9,1	7,4	8,6	7,9	11,9	8,8
3-9 sinnum	2,8	1,9	2,3	0,0	0,0	3,6	7,1	6,6
10-19 sinnum	0,1	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0	2,4	2,2
20 sinnum eða oftar	0,4	0,9	0,0	0,0	0,0	0,7	0,0	2,2

### Neysla fimm eða fleiri drykkja

Stelpur voru heldur líklegri til að hafa innbyrt fimm drykki eða fleiri undanfarna 30 daga.

Tafla 33 Allir. Hversu oft hefurðu drukkið fimm drykki eða fleiri sl. 30 daga?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	93,0	91,6	92,3
1-2 sinnum	4,4	6,1	5,3
3-5 sinnum	0,9	1,4	1,2
6-9 sinnum	0,9	0,6	0,8
10 sinnum eða oftár	0,8	0,3	0,5

Tafla 34 Landsvæði. Hversu oft hefurðu drukkið fimm drykki eða fleiri sl. 30 daga?

	Höfuðb.-svæði (%)	Suðurnes (%)	Vesturland (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austurland (%)	Suðurland (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	94,0	97,1	89,8	95,2	96,9	92,6	84,3	87,0
1-2 sinnum	3,5	1,9	6,1	4,8	3,1	6,2	7,8	8,0
3-5 sinnum	0,8	1,0	0,0	0,0	0,0	0,6	3,9	2,0
6-9 sinnum	0,8	0,0	4,1	0,0	0,0	0,6	0,0	3,0
10 sinnum eða oftár	1,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,9	0,0
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	93,1	89,9	95,6	100,0	94,4	87,1	85,7	84,6
1-2 sinnum	5,1	9,2	4,4	0,0	2,8	9,3	11,9	6,6
3-5 sinnum	1,0	0,9	0,0	0,0	2,8	2,9	0,0	4,4
6-9 sinnum	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	2,4	3,3
10 sinnum eða oftár	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,1

## Aðgengi

Óháð búsetu töldu rúm 40% frekar eða mjög auðvelt að verða sér úti um sterkt áfengi á borð við vodka.

*Tafla 35 Allir. Hversu erfitt heldur þú að það væri fyrir þig að ná í sterkt áfengi (t.d. vodka eða gin) ef þú vildir?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Ómögulegt	24,8	19,3	22,0
Mjög/frekar erfitt	24,4	24,7	24,5
Mjög/frekar auðvelt	39,3	44,4	41,9
Veit ekki	11,6	11,6	11,6

*Tafla 36 Landsvæði. Hversu erfitt heldur þú að það væri fyrir þig að ná í sterkt áfengi (t.d. vodka eða gin) ef þú vildir?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
<b>Strákar</b>								
Ómögulegt	24,7	23,1	32,7	14,3	41,9	27,4	15,7	20,0
Mjög/frekar erfitt	23,5	26,9	26,5	23,8	9,7	26,9	21,6	28,0
Mjög/frekar auðvelt	40,4	35,6	28,6	42,9	41,9	36,0	45,1	42,0
Veit ekki	11,3	14,4	12,2	19,0	6,5	9,7	17,6	10,0
<b>Stelpur</b>								
Ómögulegt	18,8	26,9	20,0	18,5	16,7	22,9	14,3	12,0
Mjög/frekar erfitt	25,2	22,2	28,9	25,9	25,0	25,7	21,4	20,7
Mjög/frekar auðvelt	44,3	38,0	37,8	40,7	52,8	40,0	59,5	53,3
Veit ekki	11,6	13,0	13,3	14,8	5,6	11,4	4,8	14,1

Hversu erfitt telur þú að það væri fyrir þig að ná í sterkt áfengi (t.d. vodka eða gin) ef þú vildir?



Mynd 15. Aðgengi að sterku áfengi.

Heldur auðveldara töldu unglíngarnir að ná sér í bjór en sterkt áfengi, en 55% töldu það vera mjög eða frekar auðvelt.

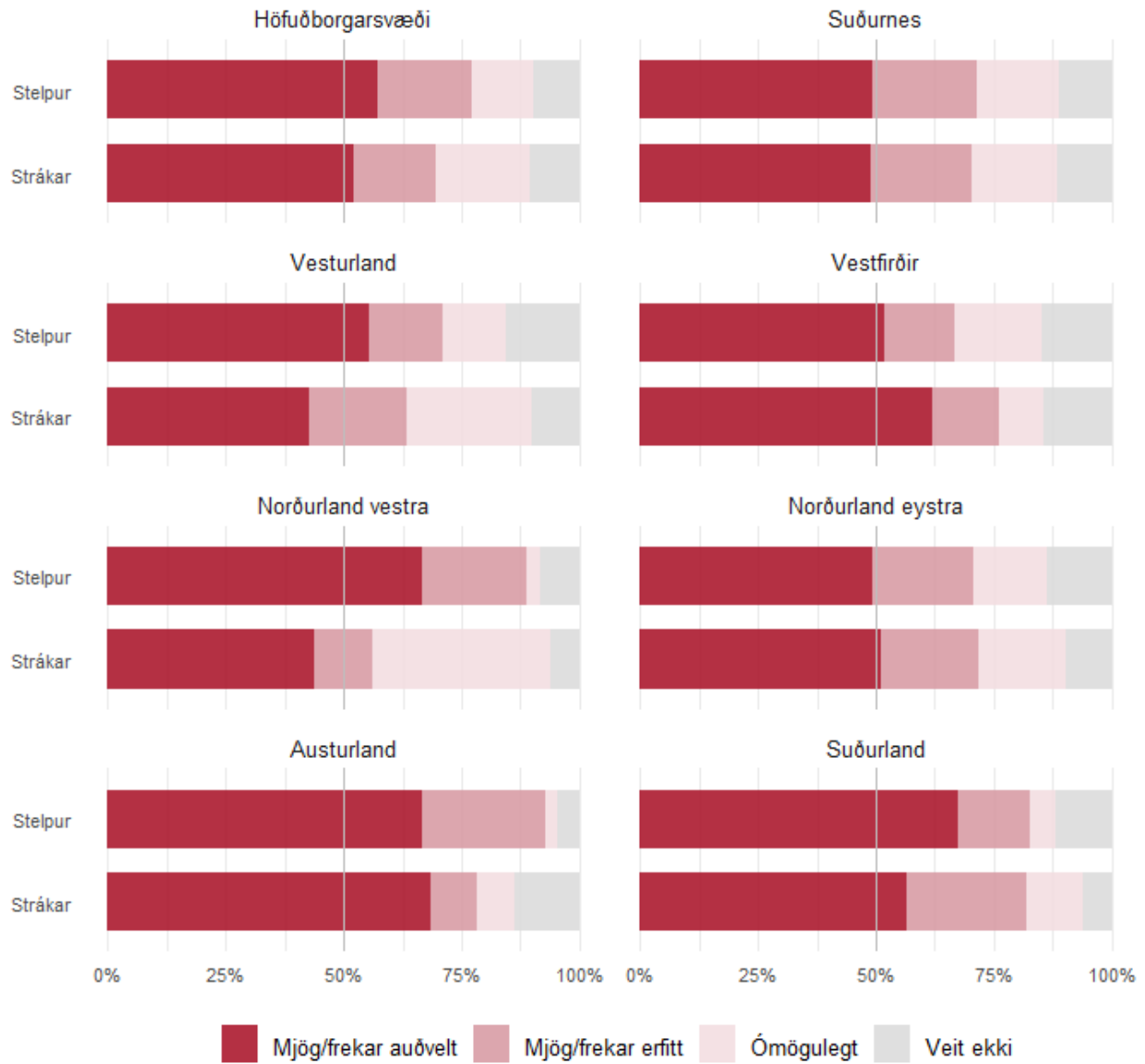
*Tafla 37 Allir. Hversu erfitt heldur þú að það væri fyrir þig að ná í bjór ef þú vildir?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Ómögulegt	18,9	12,6	15,7
Mjög/frekar erfitt	18,6	20,0	19,3
Mjög/frekar auðvelt	52,3	56,9	54,7
Veit ekki	10,2	10,5	10,4

*Tafla 38 Landsvæði. Hversu erfitt heldur þú að það væri fyrir þig að ná í bjór ef þú vildir?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
<b>Strákar</b>								
Ómögulegt	19,7	18,3	26,5	9,5	37,5	18,8	7,8	12,1
Mjög/frekar erfitt	17,6	21,2	20,4	14,3	12,5	20,5	9,8	25,3
Mjög/frekar auðvelt	52,1	49,0	42,9	61,9	43,8	51,1	68,6	56,6
Veit ekki	10,5	11,5	10,2	14,3	6,2	9,7	13,7	6,1
<b>Stelpur</b>								
Ómögulegt	13,0	17,6	13,3	18,5	2,8	15,7	2,4	5,4
Mjög/frekar erfitt	19,9	22,2	15,6	14,8	22,2	21,4	26,2	15,2
Mjög/frekar auðvelt	57,4	49,1	55,6	51,9	66,7	49,3	66,7	67,4
Veit ekki	9,6	11,1	15,6	14,8	8,3	13,6	4,8	12,0

Hversu erfitt telur þú að það væri fyrir þig að ná ná í bjór ef þú vildir?



Mynd 16. Aðgengi að bjór.

## Kannabis

Um 7% unglunga í 10. bekk höfðu einhvern tíma prófað kannabisefni. Hlutfall þeirra sem hafa einhvern tíma prófað kannabis þau 20 ár sem rannsóknin hefur verið gerð hér á landi hefur heldur lækkað á tímabilinu. Þátttakendur voru spurðir um hversu marga daga á síðastliðnu ári þeir hefðu notað efnið. Hlutfallið er lágt og því um fáa einstaklinga að ræða.

*Tafla 39 Allir. Hversu oft neytt marijúana eða hass (kannabisefna) um ævina, greint eftir kyni.*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	92,8	94,2	93,5
1-2 sinnum	2,7	2,3	2,5
3-5 sinnum	1,0	1,0	1,0
6-9 sinnum	1,1	0,5	0,8
10-19 sinnum	0,7	0,8	0,8
20-39 sinnum	0,6	0,5	0,5
40 sinnum eða oftar	1,1	0,7	0,9

*Tafla 40 Landsvæði. Hversu oft neytt marijúana eða hass (kannabisefna) um ævina.*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	93,3	95,1	85,1	100	100	93,1	88,0	88,5
1-2 sinnum	2,4	0,0	8,5	0,0	0,0	2,3	8,0	4,2
3-9 sinnum	2,2	1,9	2,1	0,0	0,0	1,7	2,0	4,2
10-19 sinnum	0,5	1,9	2,1	0,0	0,0	1,1	0,0	0,0
20 sinnum eða oftar	1,7	1,0	2,1	0,0	0,0	1,7	2,0	3,1
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	94,5	95,2	93,2	100	100	94,1	85,7	90,9
1-2 sinnum	1,9	1,9	2,3	0,0	0,0	2,2	9,5	4,5
3-9 sinnum	1,3	1,0	2,3	0,0	0,0	2,2	2,4	2,3
10-19 sinnum	1,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,4	1,1
20 sinnum eða oftar	1,2	1,9	2,3	0,0	0,0	1,5	0,0	1,1

Hversu oft hefur þú neytt marijúana eða hass (kannabisefna) um ævina?



Mynd 17. Neysla kannabisefna.

## Aðgengi að kannabisefnum

Aðgengi að kannabisefnum hefur verið mjög svipað í þá rúmu tvo áratugi sem ESPAD-rannsóknin hefur verið í gangi.

*Tafla 41 Allir. Hversu erfitt heldur þú að það væri fyrir þig að ná í gras eða hass (kannabis) ef þú vildir?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Ómögulegt	29,9	34,4	32,2
Mjög/frekar erfitt	27,3	29,1	28,3
Mjög/frekar auðvelt	31,1	24,3	27,6
Veit ekki	11,6	12,1	11,9

*Tafla 42 Landsvæði. Hversu erfitt heldur þú að það væri fyrir þig að ná í gras eða hass (kannabis) ef þú vildir?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
<b>Strákar</b>								
Ómögulegt	31,5	29,7	27,7	35,0	48,4	26,9	26,0	21,6
Mjög/frekar erfitt	27,1	32,7	19,1	15,0	22,6	30,3	14,0	33,0
Mjög/frekar auðvelt	30,2	26,7	36,2	40,0	19,4	29,7	50,0	34,0
Veit ekki	11,2	10,9	17,0	10,0	9,7	13,1	10,0	11,3
<b>Stelpur</b>								
Ómögulegt	34,0	45,7	29,5	53,8	38,9	34,1	26,2	24,4
Mjög/frekar erfitt	29,6	23,8	38,6	19,2	25,0	30,4	26,2	31,1
Mjög/frekar auðvelt	23,3	20,0	15,9	19,2	33,3	24,4	42,9	31,1
Veit ekki	13,1	10,5	15,9	7,7	2,8	11,1	4,8	13,3

## Áhætta af neyslu kannabisefna.

Tafla 43 Allir. Hversu mikla áhættu á að skaða sig telur þú fólk taka, ef það reykir marijúana eða hass (kannabis) stundum?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Engin áhrif	16,0	7,8	11,8
Litla áhættu	14,1	9,0	11,5
Nokkra áhættu	24,7	27,6	26,2
Mikla áhættu	32,5	47,2	40,0
Veit ekki	12,6	8,4	10,5

Tafla 44 Landsvæði. Hversu mikla áhættu á að skaða sig telur þú fólk taka, ef það reykir marijúana eða hass (kannabis) stundum?

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
<b>Strákar</b>								
Engin áhrif	17,4	13,0	19,6	15,8	13,3	13,2	16,3	14,6
Litla áhættu	15,0	12,0	4,3	15,8	6,7	12,6	14,3	19,8
Nokkra áhættu	22,1	32,0	23,9	21,1	20,0	29,3	24,5	29,2
Mikla áhættu	31,9	32,0	34,8	31,6	46,7	35,6	30,6	27,1
Veit ekki	13,7	11,0	17,4	15,8	13,3	9,2	14,3	9,4
<b>Stelpur</b>								
Engin áhrif	7,7	7,9	9,1	3,8	11,1	8,4	11,9	4,5
Litla áhættu	9,6	4,0	4,5	11,5	11,1	6,1	11,9	13,5
Nokkra áhættu	26,5	28,7	34,1	34,6	30,6	30,5	21,4	28,1
Mikla áhættu	46,8	47,5	52,3	46,2	38,9	47,3	54,8	47,2
Veit ekki	9,4	11,9	0,0	3,8	8,3	7,6	0,0	6,7

Hversu mikla áhættu á að skaða sig telur þú fólk taka, ef það reykir marijúana eða hass (kannabis) stundum?



Mynd 18. Áhætta af kannbisneyslu.

### Aldur við fyrstu neyslu af kannabis.

Um er að ræða þátttakendur í 10. bekk og hluti hópsins ekki búinn að ná 16 ára aldri og kemur því ekki á óvart hve fáir velja þann möguleika. Þar sem hlutfallstölur eru lágar er um fáa einstaklinga að ræða.

Tafla 45 Allir. Hvenær (ef nokkurn tíma) prófaðir þú FYRST marijúana eða hass (kannabis).

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	91,8	94,1	93,0
9 ára eða yngri	0,5	0,0	0,3
10 ára	0,2	0,1	0,1
11 ára	0,4	0,0	0,2
12 ára	0,4	0,2	0,3
13 ára	0,7	0,8	0,8
14 ára	2,4	2,0	2,2
15 ára	2,7	2,4	2,6
16 ára eða eldri	0,9	0,3	0,6

Tafla 46 Landsvæði. Hvenær (ef nokkurn tíma) prófaðir þú FYRST marijúana/hass (kannabis).

	Höfuðb.- svæði (%)	Suður- nes (%)	Vestur- land (%)	Vest- firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur- land (%)	Suður- land (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	91,7	97,1	83,0	100	100	92,0	88,0	87,6
9 ára eða yngri	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0	0,0
10 ára	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0	0,0
11 ára	0,5	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0
12 ára	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	1,1	0,0	0,0
13 ára	0,8	0,0	2,1	0,0	0,0	0,6	0,0	1,0
14 ára	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	1,7	4,0	7,2
15 ára	2,6	0,0	10,6	0,0	0,0	2,3	6,0	3,1
16 ára eða eldri	0,5	1,9	4,3	0,0	0,0	1,7	0,0	0,0
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	94,6	95,2	95,5	100	100	93,3	85,7	88,9
9 ára eða yngri	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
10 ára	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,1
11 ára	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
12 ára	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,1
13 ára	1,1	1,0	0,0	0,0	0,0	0,7	0,0	0,0
14 ára	1,9	1,0	0,0	0,0	0,0	3,0	4,8	4,4
15 ára	2,0	2,9	4,5	0,0	0,0	2,2	7,1	4,4
16 ára eða eldri	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	2,4	0,0

## Önnur ólögleg vímuefni

Í þessum kafla eru niðurstöður ESPAD-könnunarinnar um neyslumynstur 10. bekkinga á ýmsum vímuefnum. Hafa skal hugfast að hlutfallstölurnar eru lágar og því um fáa einstaklinga að ræða. Því er ekki ráðlegt að lesa of mikið í þann mun sem birtist í neyslumynstrinu milli svæða.

## E-töflur

Tafla 47 Allir. Hversu oft (ef nokkurn tíma) hefur þú notað E-töflur (alsælu – ecstasy) yfir ævina?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	98,7	98,9	98,8
1-2 sinnum	0,8	0,3	0,5
3 sinnum eða oftar	0,5	0,7	0,6

Tafla 48 Landsvæði. Hversu oft (ef nokkurn tíma) hefur þú notað E-töflur (alsælu – ecstasy) yfir ævina?

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
Aldrei	98,7	98,1	100	97,8	100	99,4	98,9	98,9
1-2 sinnum	0,4	1,9	0,0	0,0	0,0	0,3	1,1	0,5
3 sinnum eða oftar	0,9	0,0	0,0	2,2	0,0	0,3	0,0	0,5

## Amfetamín

Tafla 49 Allir. Hversu oft (ef nokkurn tíma) hefur þú notað amfetamín yfir ævina?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	98,2	98,1	98,1
1-2 sinnum	0,8	1,1	0,9
3 sinnum eða oftar	1,0	0,8	0,9

Tafla 50 Landsvæði. Hversu oft (ef nokkurn tíma) hefur þú notað amfetamín yfir ævina?

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
Aldrei	97,9	98,0	97,8	97,8	100	98,4	100	98,4
1-2 sinnum	1,1	1,5	0,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,5
3 sinnum eða oftar	1,0	0,5	2,2	2,2	0,0	0,6	0,0	1,1

## Kókaín

Tafla 51 Allir. Hversu oft hefur þú notað kókaín yfir ævina?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	98,4	98,7	98,5
1-2 sinnum	0,3	0,6	0,5
3 sinnum eða oftar	1,3	0,7	1,0

Tafla 52 Landsvæði. Hversu oft hefur þú notað kókaín yfir ævina?

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
Aldrei	98,3	99,0	97,8	97,8	100	99,0	98,9	98,4
1-2 sinnum	0,4	0,5	1,1	0,0	0,0	0,6	0,0	0,5
3 sinnum eða oftar	1,2	0,5	1,1	2,2	0,0	0,3	1,1	1,1

## Sniff

Tafla 53 Allir. Hversu oft á ævinni hefur þú sniffað [t.d. lím] til að komast í vímu?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	97,3	97,2	97,3
1-2 sinnum	1,2	1,7	1,5
3 sinnum eða oftar	1,5	1,1	1,3

Tafla 54 Landsvæði. Hversu oft á ævinni hefur þú sniffað [t.d. lím] til að komast í vímu?

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
Aldrei	97,3	96,1	97,8	100	97,0	96,8	97,8	98,4
1-2 sinnum	1,3	3,4	1,1	0,0	0,0	1,9	2,2	0,5
3 sinnum eða oftar	1,4	0,5	1,1	0,0	3,0	1,3	0,0	1,1

## Róandi lyf án lyfseðils

Tafla 55 Allir. Hversu oft yfir ævina (ef nokkru sinni) hefur þú notað róandi lyf án lyfseðils?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	94,1	92,4	93,2
1-2 sinnum	3,7	3,2	3,5
3 sinnum eða oftár	2,2	4,4	3,3

Tafla 56 Landsvæði. Hversu oft yfir ævina (ef nokkru sinni) hefur þú notað róandi lyf án lyfseðils?

	Höfuðb.- svæði (%)	Suður- nes (%)	Vestur- land (%)	Vest- firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra ( ) (%)	Austur- land (%)	Suður- land (%)
Aldrei	92,3	96,5	95,5	95,7	98,5	93,8	89,1	94,1
1-2 sinnum	4,2	1,5	3,4	2,2	0,0	2,3	4,3	3,2
3 sinnum eða oftár	3,5	2,0	1,1	2,2	1,5	3,9	6,5	2,7

## Anabolískir sterar

Tafla 57 Allir. Hversu oft yfir ævina (ef nokkru sinni) hefur þú notað einhver af eftirfarandi vímuefnum? Anabolískra stera (t.d. bola).

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	99,0	99,5	99,3
1-2 sinnum	0,5	0,1	0,3
3 sinnum eða oftár	0,4	0,4	0,4

Tafla 58 Landsvæði. Hversu oft yfir ævina (ef nokkru sinni) hefur þú notað einhver af eftirfarandi vímuefnum? Anabolískra stera (t.d. bola).

	Höfuðb.- svæði (%)	Suður- nes (%)	Vestur- land (%)	Vest- firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra ( ) (%)	Austur- land (%)	Suður- land (%)
Aldrei	99,1	99,5	100	100	100	98,7	100	100
1-2 sinnum	0,4	0,5	0,0	0,0	0,0	0,3	0,0	0,0
3 sinnum eða oftár	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0

## Verkjalýf

Tafla 59 Allir. Hversu oft yfir ævina hefur þú notað verkjalýf til þess að komast í vímu?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	97,7	96,4	97,1
1-2 sinnum	1,6	1,8	1,7
3 sinnum eða oftar	0,7	1,7	1,2

Tafla 60 Landsvæði. Hversu oft yfir ævina hefur þú notað verkjalýf til þess að komast í vímu?

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
Aldrei	96,4	98,5	100	100	96,9	97,4	98,9	96,8
1-2 sinnum	2,0	1,0	0,0	0,0	1,5	1,3	1,1	2,2
3 sinnum eða oftar	1,5	0,5	0,0	0,0	1,5	1,3	0,0	1,1

Ný efni sem líkja eftir áhrifum ólöglegra efna [eins og kannabis eða alsæla] geta stundum verið í boði. Þau geta birst í ólíkum myndum t.d. - jurtablöndur, duft, kristallar eða töflur. Hefur þú nokkurn tíma notað slík efni?

Tafla 61 Allir. Inntaka nýrra vímuefna.

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	97,9	98,4	98,2
1-2 sinnum	0,6	0,6	0,6
3 sinnum eða oftar	0,5	0,6	0,5
Veit ekki/ eða er ekki viss	0,9	0,5	0,7

Tafla 62 Landsvæði. Inntaka nýrra vímuefna.

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystr (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
Aldrei	98,0	98,5	98,9	100	100	98,1	100	96,8
1-2 sinnum	0,6	0,5	1,1	0,0	0,0	0,3	0,0	1,6
3 sinnum eða oftar	0,7	1,0	0,0	0,0	0,0	0,3	0,0	0,0
Veit ekki/ eða er ekki viss	0,7	0,0	0,0	0,0	0,0	1,3	0,0	1,6

## Samband við foreldra

Pátttakendur voru spurðir annars vegar um hversu oft foreldra þeirra vissu með hverjum þeir væru á kvöldin og hins vegar hvort foreldrar þeirra vissu hvar þeir væru á kvöldin.

*Tafla 63 Allir. Hversu oft vita foreldrar þínir með hverjum þú ert á kvöldin?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Næstum alltaf	57,8	70,3	64,3
Oft	24,7	17,7	21,1
Stundum	11,0	7,9	9,4
Sjaldan	4,2	2,5	3,3
Næstum aldrei	2,4	1,5	1,9

*Tafla 64 Landsvæði. Hversu oft vita foreldrar þínir með hverjum þú ert á kvöldin?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
<b>Strákar</b>								
Næstum alltaf	57,3	57,3	50,0	47,4	60,7	63,9	57,4	55,4
Oft	24,5	26,0	22,7	26,3	21,4	25,4	21,3	27,2
Stundum	11,7	10,4	11,4	21,1	10,7	5,3	14,9	13,0
Sjaldan	4,4	4,2	4,5	5,3	3,6	3,6	4,3	3,3
Næstum aldrei	2,1	2,1	11,4	0,0	3,6	1,8	2,1	1,1
<b>Stelpur</b>								
Næstum alltaf	70,8	64,3	72,7	76,0	77,8	68,5	66,7	71,9
Oft	18,1	20,4	13,6	12,0	11,1	16,2	21,4	18,0
Stundum	7,5	12,2	6,8	8,0	2,8	10,0	9,5	5,6
Sjaldan	2,0	2,0	4,5	4,0	5,6	3,1	2,4	3,4
Næstum aldrei	1,5	1,0	2,3	0,0	2,8	2,3	0,0	1,1

Foreldrar mínir vita með hverjum ég er á kvöldin.



Mynd 19. Hversu oft vita foreldrar þínir með hverjum þú ert á kvöldin?

Ef skoðaður er hlutfallslegur munur milli kynjanna þá var hærra hlutfall stelpna en stráka sem sögðu að foreldrar sínir vissu næstum alltaf hvar og með hverjum þær voru á kvöldin.

*Tafla 65 Allir. Hversu oft vita foreldrar þínir hvar þú ert á kvöldin?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Næstum alltaf	57,3	70,9	64,4
Oft	25,4	18,1	21,6
Stundum	12,2	7,4	9,7
Sjaldan	3,2	2,3	2,7
Næstum aldrei	1,9	1,4	1,7

*Tafla 66 Landsvæði. Hversu oft vita foreldrar þínir hvar þú ert á kvöldin?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suðurnes (%)	Vesturland (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austurland (%)	Suðurland (%)
<b>Strákar</b>								
Næstum alltaf	57,7	56,1	50,0	38,9	60,7	60,0	61,7	54,8
Oft	24,7	26,5	22,7	33,3	25,0	23,5	23,4	33,3
Stundum	12,3	12,2	18,2	16,7	10,7	12,4	12,8	7,5
Sjaldan	3,6	2,0	2,3	11,1	0,0	2,4	2,1	3,2
Næstum aldrei	1,6	3,1	6,8	0,0	3,6	1,8	0,0	1,1
<b>Stelpur</b>								
Næstum alltaf	72,4	68,4	72,7	68,0	75,0	65,4	61,9	71,9
Oft	17,2	17,3	11,4	20,0	19,4	22,3	23,8	19,1
Stundum	7,0	9,2	11,4	12,0	0,0	8,5	11,9	4,5
Sjaldan	2,1	3,1	2,3	0,0	5,6	1,5	2,4	3,4
Næstum aldrei	1,4	2,0	2,3	0,0	0,0	2,3	0,0	1,1

Foreldrar mínir vita hvar ég er á kvöldin.



Mynd 20. Vitneskja foreldra um hvar unglíngarnir halda sig á kvöldin.

## Virkni unglinga

### Fjárhættuspil

Um 6% þátttakenda spiluðu einhvern tíma fjárhættuspil. Strákar voru líklegri til að spila fjárhættuspil en stelpur.

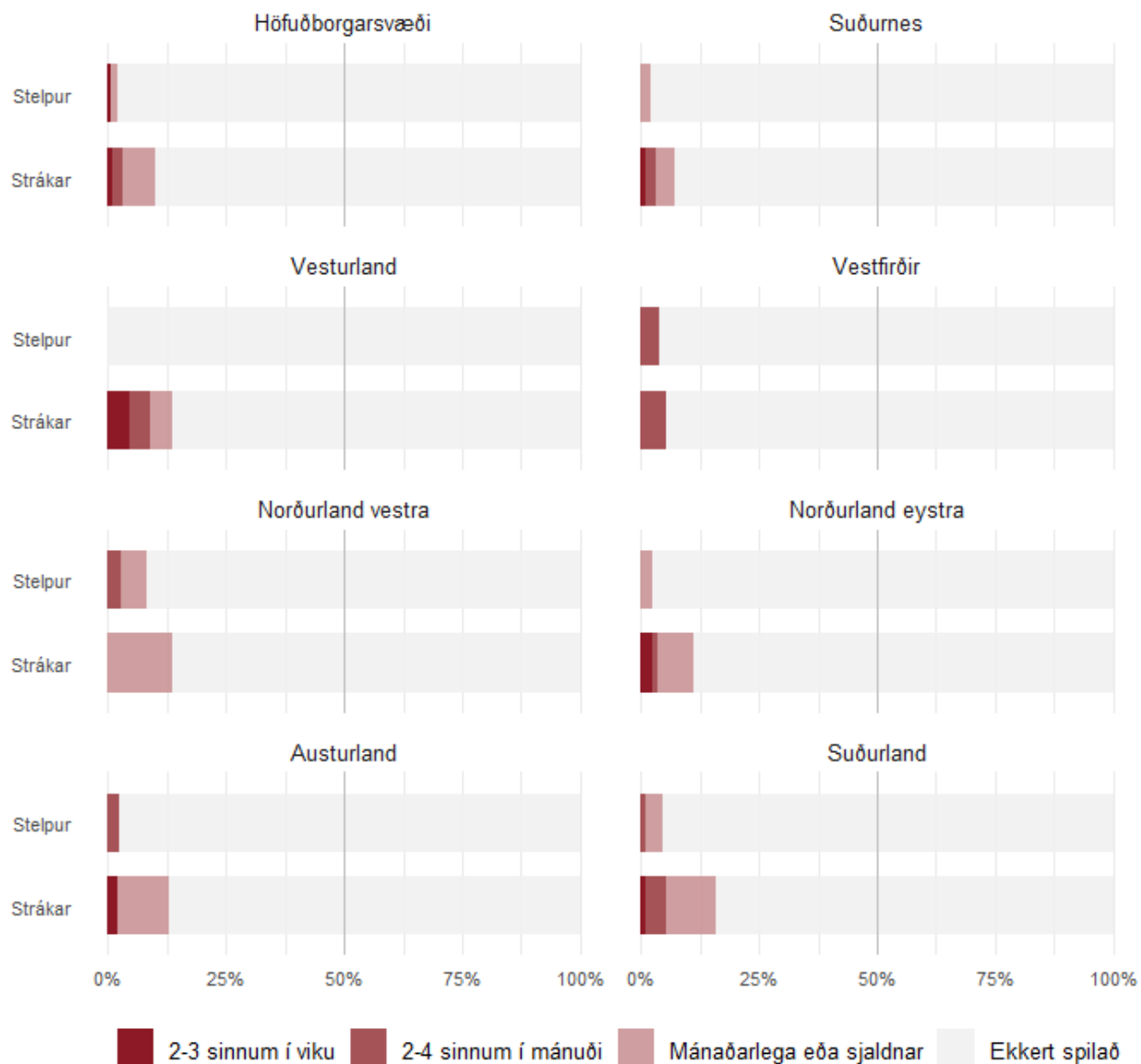
*Tafla 67 Allir. Hversu oft hefur þú spilað fjárhættuspil síðastliðna 12 mánuði?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Ég hef ekki spilað upp á peninga síðastliðna 12 mánuði	89,4	97,6	93,6
Mánaðarlega eða sjaldnar	7,1	1,7	4,3
2-4 sinnum í mánuði	2,1	0,5	1,3
2-3 sinnum í viku	1,3	0,3	0,8

*Tafla 68 Landsvæði. Hversu oft hefur þú spilað fjárhættuspil síðastliðna 12 mánuði?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suðurland (%)	Vesturland (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austurland (%)	Suðurland (%)
<b>Strákar</b>								
Ég hef ekki spilað upp á peninga sl. 12 mánuði	90,1	92,9	86,4	94,7	86,2	88,9	87,2	84,0
Mánaðarlega eða sjaldnar	6,8	4,0	4,5	0,0	13,8	7,6	10,6	10,6
2-4 sinnum í mánuði	2,1	2,0	4,5	5,3	0,0	1,2	0,0	4,3
2-3 sinnum í viku	1,0	1,0	4,5	0,0	0,0	2,3	2,1	1,1
<b>Stelpur</b>								
Ég hef ekki spilað upp á peninga sl. 12 mánuði	97,9	98,0	100,0	96,2	91,7	97,7	97,6	95,5
Mánaðarlega eða sjaldnar	1,4	2,0	0,0	0,0	5,6	2,3	0,0	3,4
2-4 sinnum í mánuði	0,3	0,0	0,0	3,8	2,8	0,0	2,4	1,1
2-3 sinnum í viku	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

### Hversu oft hefur þú spilað fjárhættuspil síðastliðna 12 mánuði?



Mynd 21. Hversu oft hefur þú spilað fjárhættuspil síðastliðna 12 mánuði.

## Tölvuleikir

Verulegur munur er milli kynja hvað tíðni tölvuleikja varðar, þar sem um og yfir helmingur stráka (55%) lék sér daglega í tölvuleikjum. Hlutfall stelpna í daglegum tölvuleikjum var mun lægra eða um 10%.

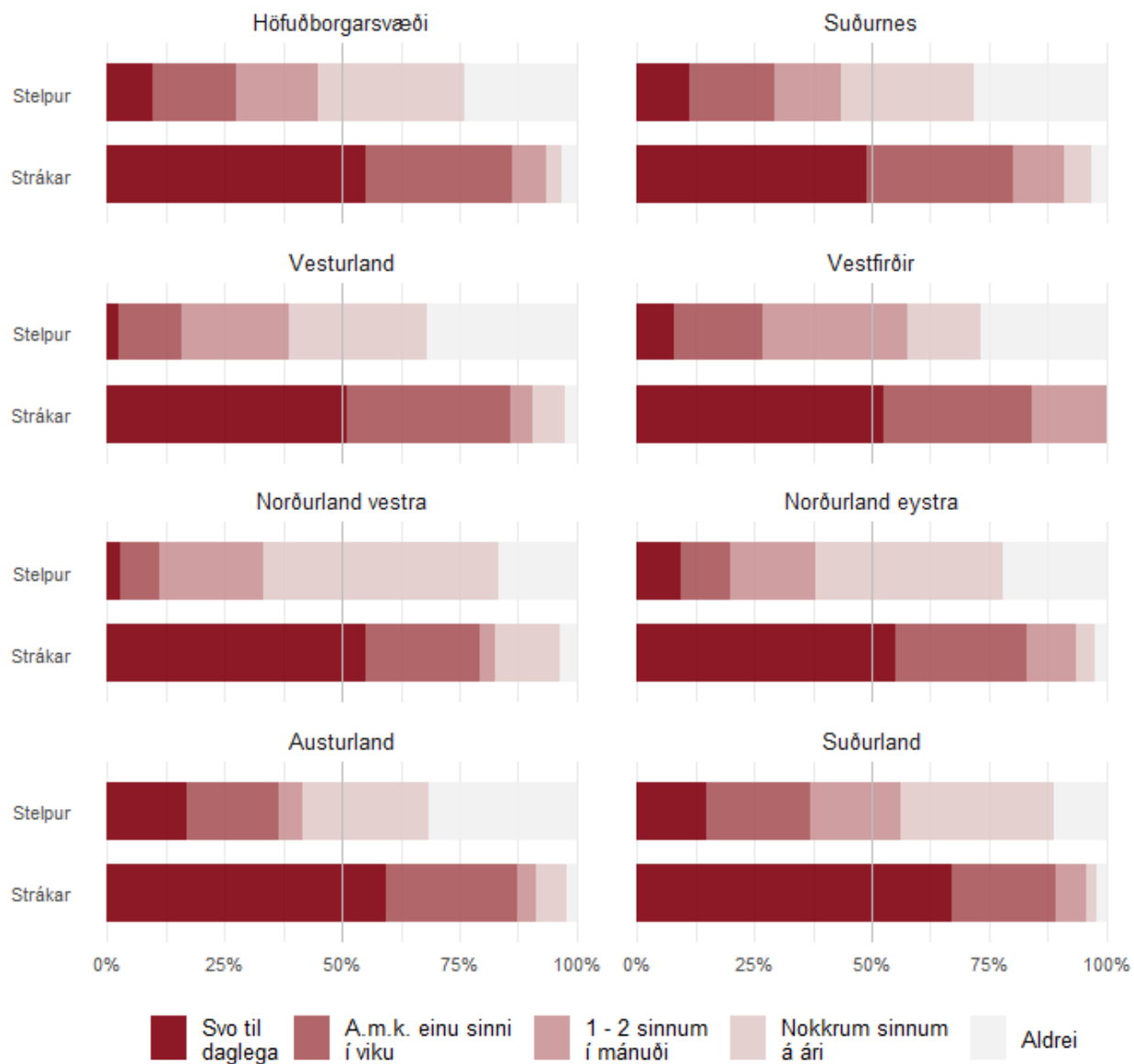
*Tafla 69 Allir. Hversu oft spilar þú tölvuleiki?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	2,8	23,5	13,5
Nokkrum sinnum á ári	4,1	32,1	18,5
1 - 2 sinnum í mánuði	7,9	17,6	12,9
A.m.k. einu sinni í viku	29,8	16,9	23,1
Svo til daglega	55,4	9,9	31,9

*Tafla 70 Landsvæði. Hversu oft spilar þú tölvuleiki?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suður-nes (%)	Vestur-land (%)	Vest-firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austur-land (%)	Suður-land (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	3,2	3,0	2,3	0,0	3,4	2,3	2,1	2,1
Nokkrum sinnum á ári	3,4	6,0	7,0	0,0	13,8	4,1	6,4	2,1
1 - 2 sinnum í mánuði	7,3	11,0	4,7	15,8	3,4	10,5	4,3	6,4
A.m.k. einu sinni í viku	31,2	31,0	34,9	31,6	24,1	28,1	27,7	22,3
Svo til daglega	55,0	49,0	51,2	52,6	55,2	55,0	59,6	67,0
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	23,9	28,3	31,8	26,9	16,7	22,1	31,7	11,2
Nokkrum sinnum á ári	31,3	28,3	29,5	15,4	50,0	39,7	26,8	32,6
1 - 2 sinnum í mánuði	17,5	14,1	22,7	30,8	22,2	18,3	4,9	19,1
A.m.k. einu sinni í viku	17,5	18,2	13,6	19,2	8,3	10,7	19,5	22,5
Svo til daglega	9,8	11,1	2,3	7,7	2,8	9,2	17,1	14,6

## Hversu oft spilar þú tölvuleiki?



Mynd 22. Tíðni tölvuleikja.

Í samræmi við mismunandi hlutfall kynjanna hvað varðar tíðni tölvuleikja var mun hærra hlutfall hjá stelpum (80%) sem voru frekar eða mjög ósammála því að þær spiluðu of oft tölvuleiki.

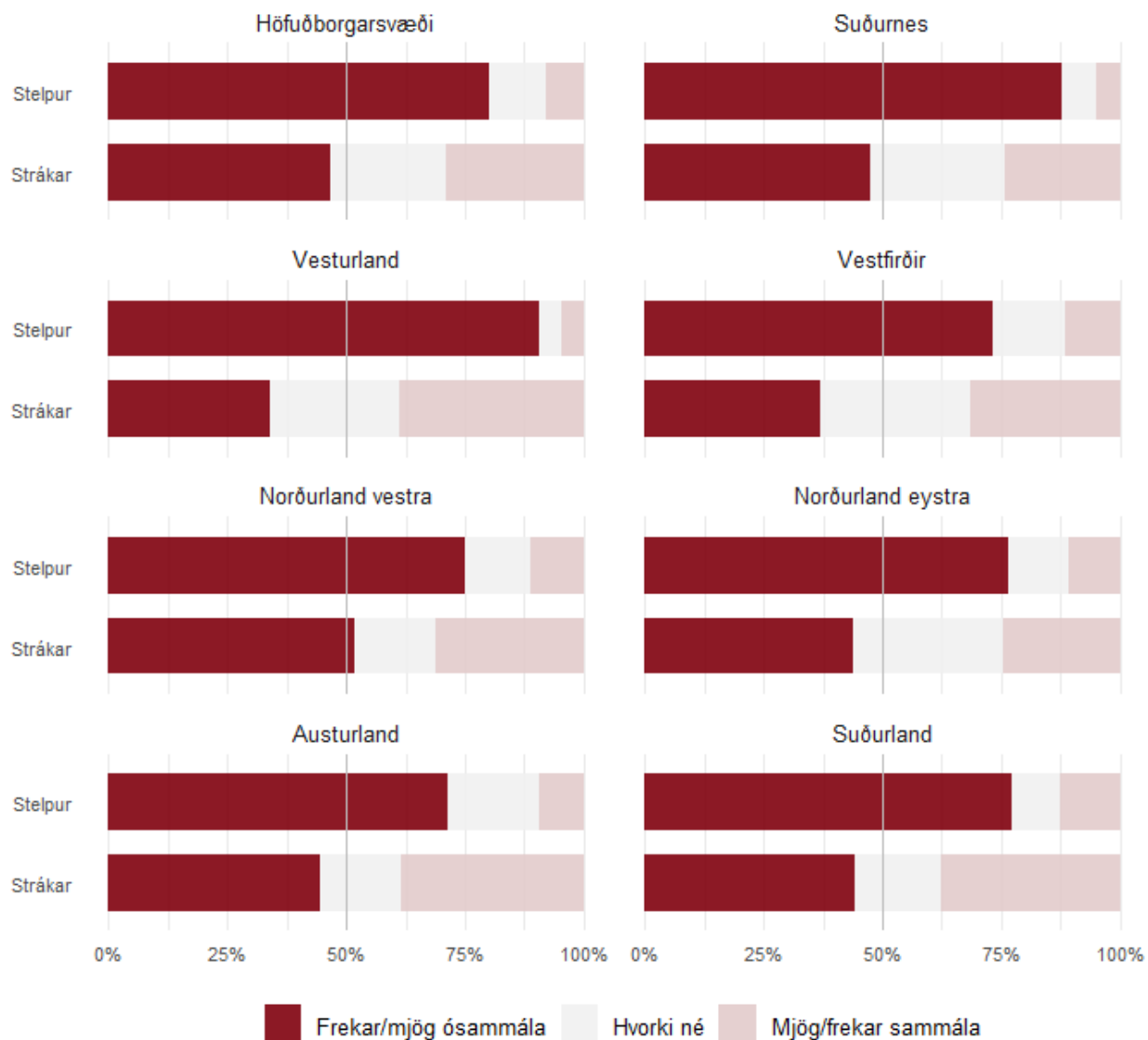
*Tafla 71 Allir. Eyðir þú alltof miklum tíma í að spila tölvuleiki?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Mjög/frekar sammála	29,5	8,4	18,6
Hvorki né	24,9	11,8	18,1
Frekar/mjög ósammála	45,6	79,8	63,3

*Tafla 72 Landsvæði. Eyðir þú alltof miklum tíma í að spila tölvuleiki?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suðurnes (%)	Vesturland (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austurland (%)	Suðurland (%)
<b>Strákar</b>								
Mjög sammála	8,7	11,1	13,6	15,8	17,2	9,4	14,9	9,7
Frekar sammála	20,4	13,1	25,0	15,8	13,8	15,2	23,4	28,0
Hvorki né	24,1	28,3	27,3	31,6	17,2	31,6	17,0	18,3
Frekar ósammála	20,0	13,1	11,4	15,8	13,8	18,1	17,0	15,1
Mjög ósammála	26,8	34,3	22,7	21,1	37,9	25,7	27,7	29,0
<b>Stelpur</b>								
Mjög sammála	4,1	2,0	4,8	3,8	11,1	6,9	4,8	5,7
Frekar sammála	3,7	3,1	0,0	7,7	0,0	3,8	4,8	6,8
Hvorki né	12,1	7,1	4,8	15,4	13,9	13,0	19,0	10,2
Frekar ósammála	11,2	11,2	7,1	7,7	5,6	13,0	11,9	12,5
Mjög ósammála	68,9	76,5	83,3	65,4	69,4	63,4	59,5	64,8

Hversu sammála eða ósammála ertu eftirfarandi fullyrðingum um tölvuleiki á tölvum, spjaldtölvum, snjallsímum eða á öðrum tækjum?



Mynd 23. Mat á tíma sem fer í spilun tölvuleikja.

## Internet

Langflestir þátttakendur notuðu Internetið í frístundum svo til daglega. Hlutfall stúlkna var aðeins hærra en stráka af þeim sem notuðu Internetið daglega.

*Tafla 73 Allir. Hversu oft notar þú Internetið í frístundum (spjall, tónlist, leikir o.s.frv.)?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	1,6	1,1	1,3
Nokkrum sinnum á ári	1,4	0,7	1,1
Einu sinni eða tvisvar í mánuði	1,9	1,6	1,7
A.m.k. einu sinni í viku	11,1	5,8	8,4
Svo til á hverjum degi	84,0	90,8	87,5

*Tafla 74 Landsvæði. Hversu oft notar þú Internetið í frístundum (spjall, tónlist, leikir o.s.frv.)?*

	Höfuðb.- svæði (%)	Suður- nes (%)	Vestur- land (%)	Vest- firðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra ( ) (%)	Austur- land (%)	Suður- land (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	1,4	2,0	2,3	5,3	0,0	2,4	2,1	0,0
Nokkrum sinnum á ári	1,6	2,0	4,7	0,0	0,0	0,6	2,1	0,0
Einu sinni eða tvisvar í mánuði	2,1	0,0	4,7	5,3	7,1	1,2	0,0	1,1
A.m.k. einu sinni í viku	11,9	11,0	9,3	10,5	3,6	9,4	10,6	12,8
Svo til á hverjum degi	83,0	85,0	79,1	78,9	89,3	86,5	85,1	86,2
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	1,0	1,0	0,0	3,8	0,0	1,5	2,4	1,1
Nokkrum sinnum á ári	0,5	2,0	0,0	3,8	2,9	0,0	0,0	1,1
Einu sinni eða tvisvar í mánuði	1,6	1,0	2,3	0,0	0,0	3,1	0,0	1,1
A.m.k. einu sinni í viku	5,8	7,1	6,8	0,0	2,9	6,1	0,0	9,0
Svo til á hverjum degi	91,0	88,8	90,9	92,3	94,3	89,3	97,6	87,6

## Samfélagsmiðlar

Um 52% unglinganna fannst þeir eyða of miklum tíma á samfélagsmiðlum. Fleiri strákar en stelpur voru frekar eða mjög ósammála því að um of mikla notkun samfélagsmiðla væri að ræða.

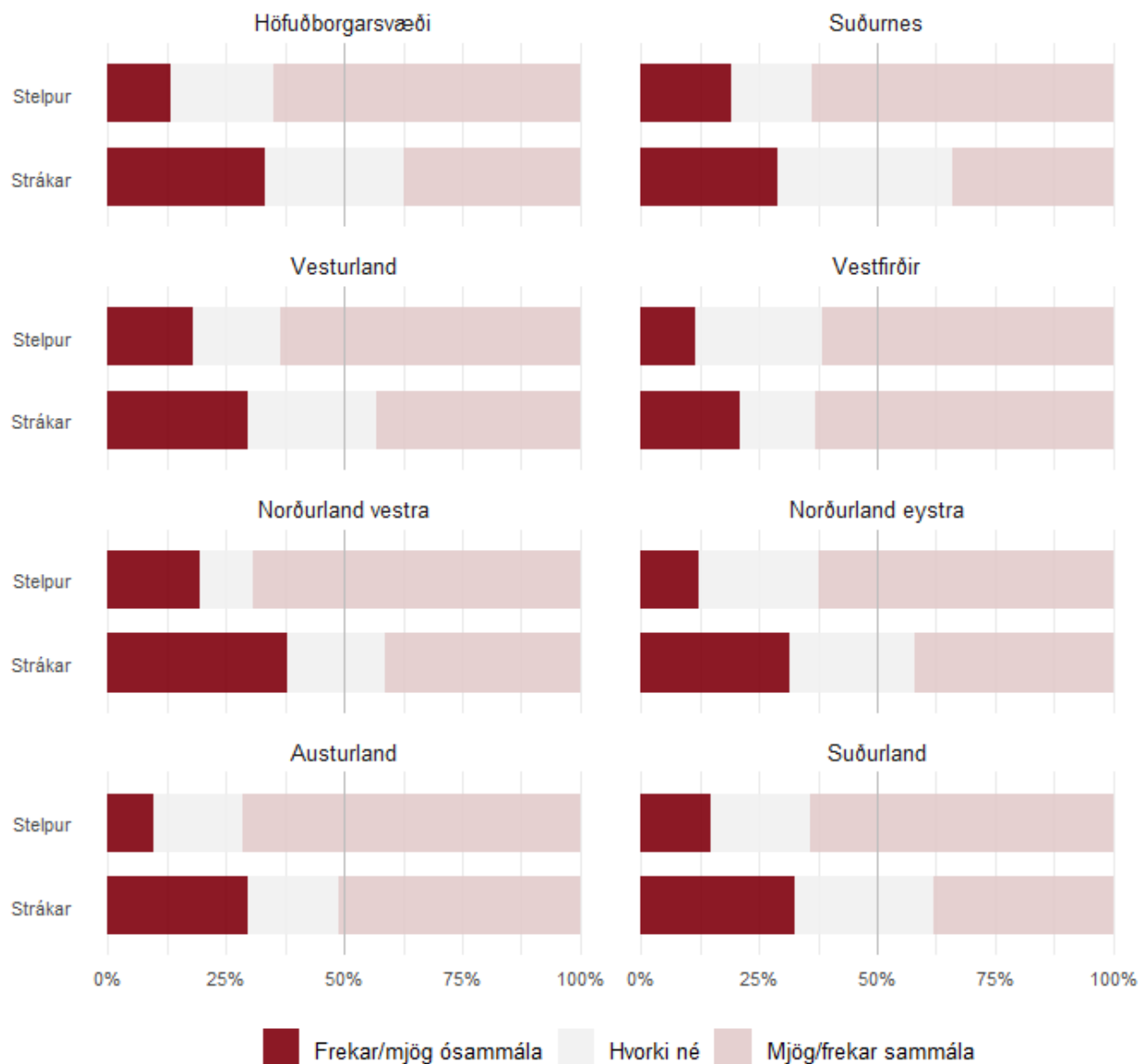
*Tafla 75 Allir. Mér finnst ég eyða alltof miklum tíma á samfélagsmiðlum?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Mjög sammála	14,5	29,7	22,3
Frekar sammála	24,6	35,0	30,0
Hvorki né	28,6	21,3	24,8
Frekar ósammála	15,3	9,7	12,4
Mjög ósammála	16,9	4,3	10,4

*Tafla 76 Landsvæði. Mér finnst ég eyða alltof miklum tíma á samfélagsmiðlum?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suðurnes (%)	Vesturland (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austurland (%)	Suðurland (%)
<b>Strákar</b>								
Mjög sammála	12,5	16,0	22,7	26,3	13,8	14,5	25,5	14,7
Frekar sammála	24,9	18,0	20,5	36,8	27,6	27,3	25,5	23,2
Hvorki né	29,2	37,0	27,3	15,8	20,7	26,7	19,1	29,5
Frekar ósammála	15,4	17,0	15,9	15,8	17,2	13,4	14,9	15,8
Mjög ósammála	18,0	12,0	13,6	5,3	20,7	18,0	14,9	16,8
<b>Stelpur</b>								
Mjög sammála	29,6	27,3	22,7	30,8	30,6	30,8	28,6	34,8
Frekar sammála	35,3	36,4	40,9	30,8	38,9	31,5	42,9	29,2
Hvorki né	21,7	17,2	18,2	26,9	11,1	25,4	19,0	21,3
Frekar ósammála	9,1	14,1	11,4	11,5	19,4	6,2	9,5	10,1
Mjög ósammála	4,3	5,1	6,8	0,0	0,0	6,2	0,0	4,5

Mér finnst ég eyða allt of miklum tíma á samfélagsmiðlum



Mynd 24. Notkun samfélagsmiðla.

## Íþróttir og líkamsrækt

Rúmlega helmingur þátttakenda sagðist taka daglega þátt í íþróttum og líkamsrækt. Heldur fleiri strákar tóku þátt í daglegum íþróttum eða líkamsrækt en stelpur. Hins vegar var hlutfall stelpna sem tóku a.m.k. vikulega þátt í íþróttum örlítið hærra en strákanna.

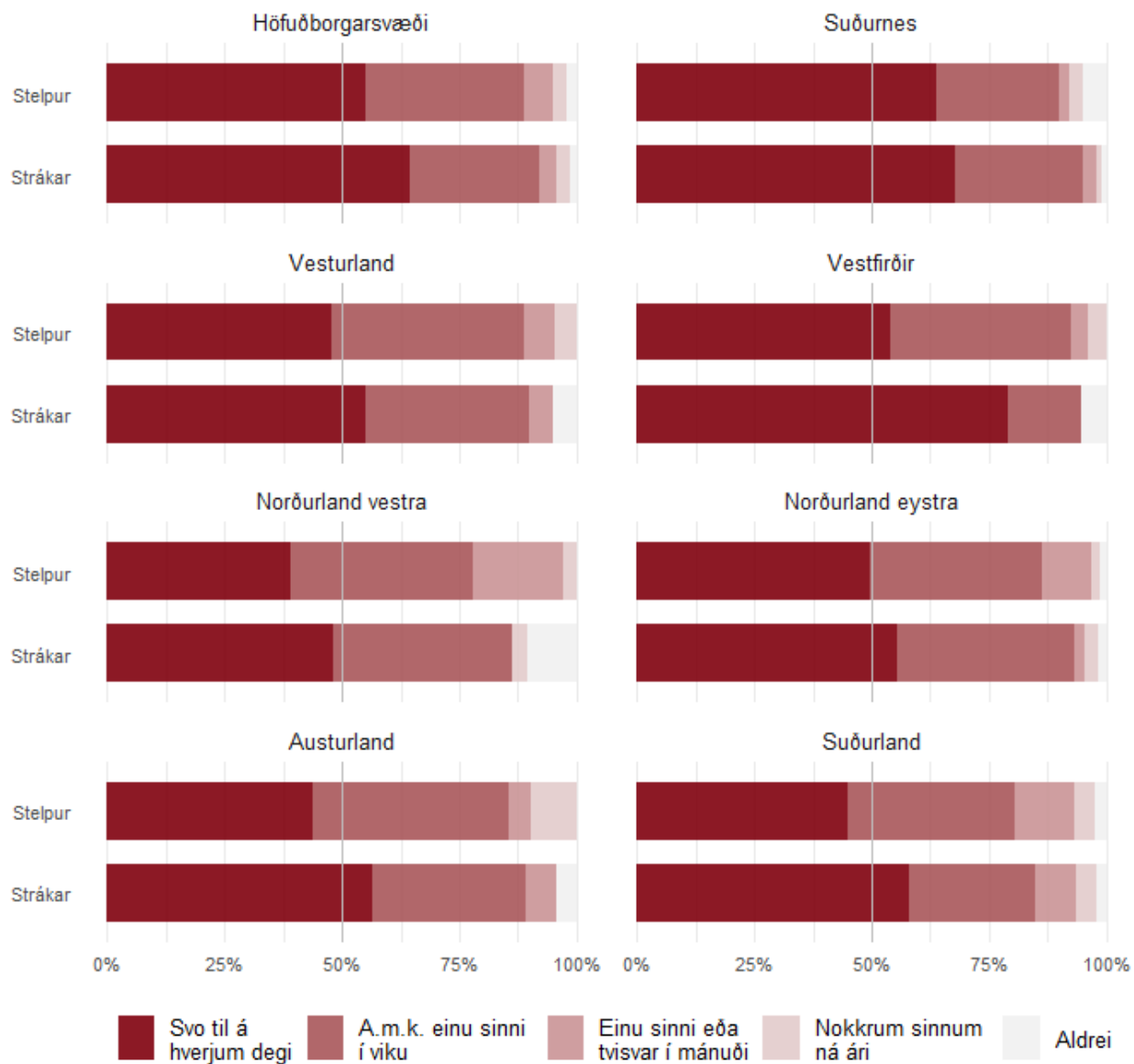
*Tafla 77 Allir. Hversu oft tekur þú virkan þátt í íþróttum eða líkamsrækt?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	2,1	2,1	2,1
Nokkrum sinnum ná ári	2,5	3,1	2,8
Einu sinni eða tvisvar í mánuði	3,9	7,3	5,7
A.m.k. einu sinni í viku	29,6	34,4	32,1
Svo til á hverjum degi	61,9	53,2	57,4

*Tafla 78 Landsvæði. Hversu oft tekur þú virkan þátt í íþróttum eða líkamsrækt?*

	Höfuðb.-svæði (%)	Suðurnes (%)	Vesturland (%)	Vestfirðir (%)	Norðurl. vestra (%)	Norðurl. eystra (%)	Austurland (%)	Suðurland (%)
<b>Strákar</b>								
Aldrei	1,5	1,0	5,0	5,3	10,3	1,7	4,3	2,2
Nokkrum sinnum ná ári	2,7	1,0	0,0	0,0	3,4	2,9	0,0	4,3
Einu sinni eða tvisvar í mánuði	3,9	3,0	5,0	0,0	0,0	2,3	6,5	8,6
A.m.k. einu sinni í viku	27,6	27,3	35,0	15,8	37,9	37,6	32,6	26,9
Svo til á hverjum degi	64,4	67,7	55,0	78,9	48,3	55,5	56,5	58,1
<b>Stelpur</b>								
Aldrei	2,2	5,1	0,0	0,0	0,0	1,5	0,0	2,3
Nokkrum sinnum ná ári	2,7	3,0	4,5	3,8	2,8	1,5	9,8	4,6
Einu sinni eða tvisvar í mánuði	6,4	2,0	6,8	3,8	19,4	10,7	4,9	12,6
A.m.k. einu sinni í viku	33,8	26,3	40,9	38,5	38,9	36,6	41,5	35,6
Svo til á hverjum degi	54,9	63,6	47,7	53,8	38,9	49,6	43,9	44,8

## Hversu oft tekur þú virkan þátt í íþróttum eða líkamsrækt



Mynd 25. Þátttaka í íþróttum og heilsurækt.

## Heimildir

Hibell B og Guttormsson U (2007). The ESPAD 2007 Project Plan. Stokkhólmur: Centralförbundet för alcohol och narkotikaupplysning.

Kapan A, Stefanac S, Sandner I, Haider S, Grabovac I, & Dorner T E (2020). Use of Electronic Cigarettes in European Populations: A Narrative Review. *International journal of environmental research and public health*, 17(6), 1971. <https://doi.org/10.3390/ijerph17061971>