

2019

Niðurstöður ESPAD-könnunarinnar

# Vímuefnaneysla unglinga á Íslandi



HÁSKÓLI ÍSLANDS  
MENNTAVÍSINDASVIÐ

Ársæll Arnarson, prófessor  
Rannsóknarstofa í tómstundafræði

Ingibjörg Kjartansdóttir  
Menntavísindastofnun



HÁSKÓLI ÍSLANDS  
MENNTAVÍSINDASTOFNUN

© Ársæll Már Arnarsson og Ingibjörg Kjartansdóttir  
2020

2019 Niðurstöður ESPAD-könnunarinnar: Vímuefnaneysla unglíng á Íslandi.

Menntavísindastofnun, Menntavísindasvið, Háskóli Íslands  
ISBN: 978-9935-468-21-5

**ESPAD**

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

## Efnisyfirit

Efnisyfirit .....	1
Samantekt .....	2
Inngangur .....	3
Framkvæmd .....	5
Þátttakendur .....	8
Neysla ávana- og fíkniefna 2019 .....	9
Reykingar og tóbaksnotkun .....	10
Önnur tóbaksnotkun .....	19
Áfengi .....	20
Kannabis .....	29
Önnur víma .....	33
Samband við foreldra .....	38
Virgni unglunga .....	42
Sígarettureykingar .....	50
Aðgengi og neysla ávana- og fíkniefna meðal 10. bekkinga á Íslandi 1995 - 2019 .....	50
Neysla áfengra drykkja .....	52
Ölvun vegna áfengisdrykkju .....	53
Neysla kannabisefna .....	54
Aðgengi að ávana- og fíkniefnum .....	55
Heimildir .....	57

## **Samantekt**

Í þessari skýrslu eru helstu niðurstöður ESPAD rannsóknarinnar 2019 kynntar varðandi neyslu ávana- og fíkniefna meðal 10. bekkinga á Íslandi. Í lok skýrslunnar er stutt yfirlit um helstu lykiltölur frá upphafi rannsóknarinnar árið 1995.

### ***Sígarettur***

Mjög hefur dregið úr reykingum íslenskra unglunga undanfarna áratugi fram til ársins 2015, en síðan þá hefur hlutfall þeirra sem reykt hafa sígarettur verið óbreytt. Svipað hlutfall stráka og stelpna höfðu reykt sígarettur sl. 30 daga, en fleiri strákar en stelpur höfðu einhvern tíma prófað að reykja sígarettur. Tæplega helmingur þátttakenda taldi frekar eða mjög auðvelt að ná sér í sígarettur.

### ***Rafrettur***

Í fyrri umferðum ESPAD var ekki spurt um reykingar með rafrettum og því ekki mögulegt að skoða breytingar frá fyrri könnunum. Mun fleiri 10. bekkingar höfðu prófað að reykja með rafrettum en reykt sígarettur. Svipað hlutfall stráka og stelpna hafði einhvern tíma reykt með rafrettum.

### ***Áfengi***

Líkt og með reykingar hefur dregið mjög úr áfengisneyslu íslenskra unglunga á liðnum áratugum fram til ársins 2015, en síðan þá hefur hlutfall þeirra sem hafa neytt áfengis staðið í stað. Um fjórðungur unglunga í 10. bekk sögðust hafa drukkið áfengi síðastliðið ár. Stelpur voru nokkuð líklegri en strákar til að hafa neytt áfengis. Heldur auðveldara var fyrir unglunga að ná sér í bjór en sterkt áfengi.

### ***Kannabis***

Hlutfall þeirra sem hefur einhvern tíma prófað kannabis hefur heldur minnkað þau rúm 20 ár sem rannsóknin spannar hér á landi, en líkt og með neyslu áfengis og reykinga hefur hlutfall þeirra sem hafa einhvern tíma neytt kannabisefna verið óbreytt frá 2015. Tæplega 7% unglunga í 10. bekk höfðu einhvern tíma prófað kannabisefni. Aðeins fleiri strákar en stelpur höfðu neytt kannabisefna. Rúmlega fjórðungur þátttakenda taldi auðvelt að verða sér úti um kannabisefni.

## 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, léttvíns, sterks áfengis og áfengra gosdrykkja í unglíngadrykkju 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 fjölskylduáðstæðum, 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 tómstundarfræðum 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.

## ***Siðferðisleg álitafni***

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 fyrirlagnar fremur óhentugur. 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



Þátttökuþjóðunum 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

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

Alls tóku 1250 (48,6%) strákar og 1323 (51,4%) stelpur í 10. bekk grunnskóla þátt í rannsókninni. Nokkur sveitarfélög voru flokkuð saman og skilgreind sem höfuðborgarsvæði, þ.e. Reykjavík, Seltjarnarnes, Kópavogur, Garðabær, Hafnarfjörður og Mosfellsbær. Ekki er vitað um búsetu hjá 114 þátttakendum.

### *Fjöldi og hlutfall þátttakenda.*

	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

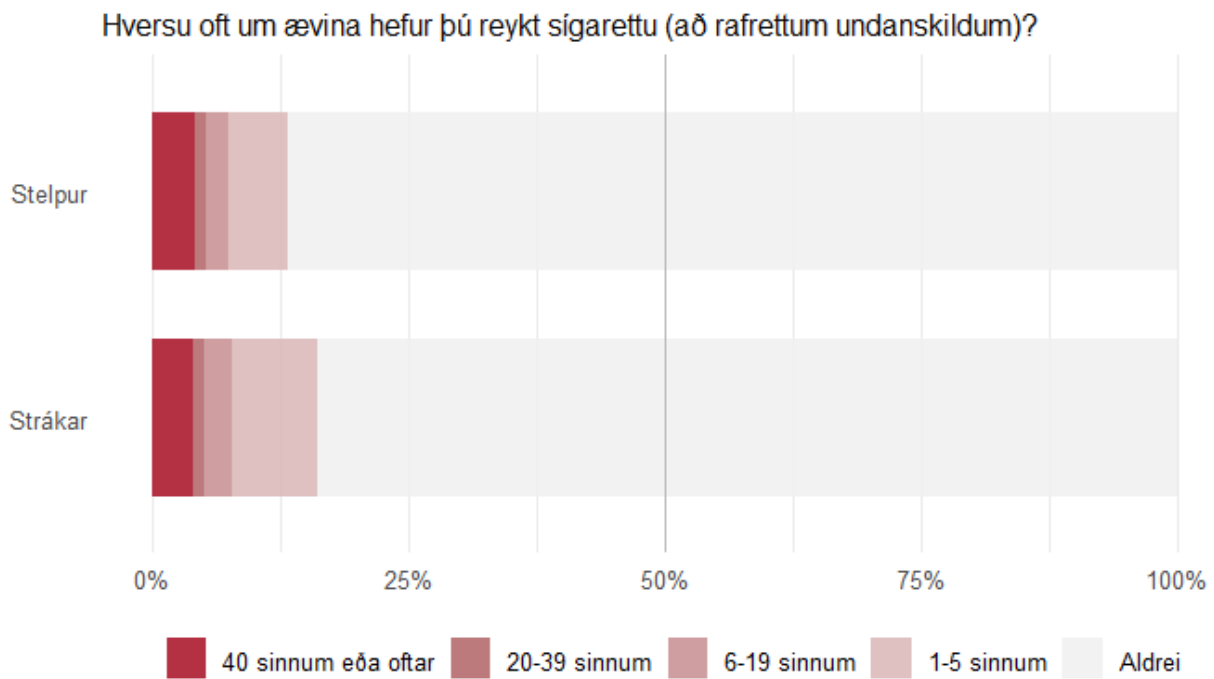
# Neysla ávana- og fíkniefna 2019

## Reykingar og tóbaksnotkun

### Sígarettur

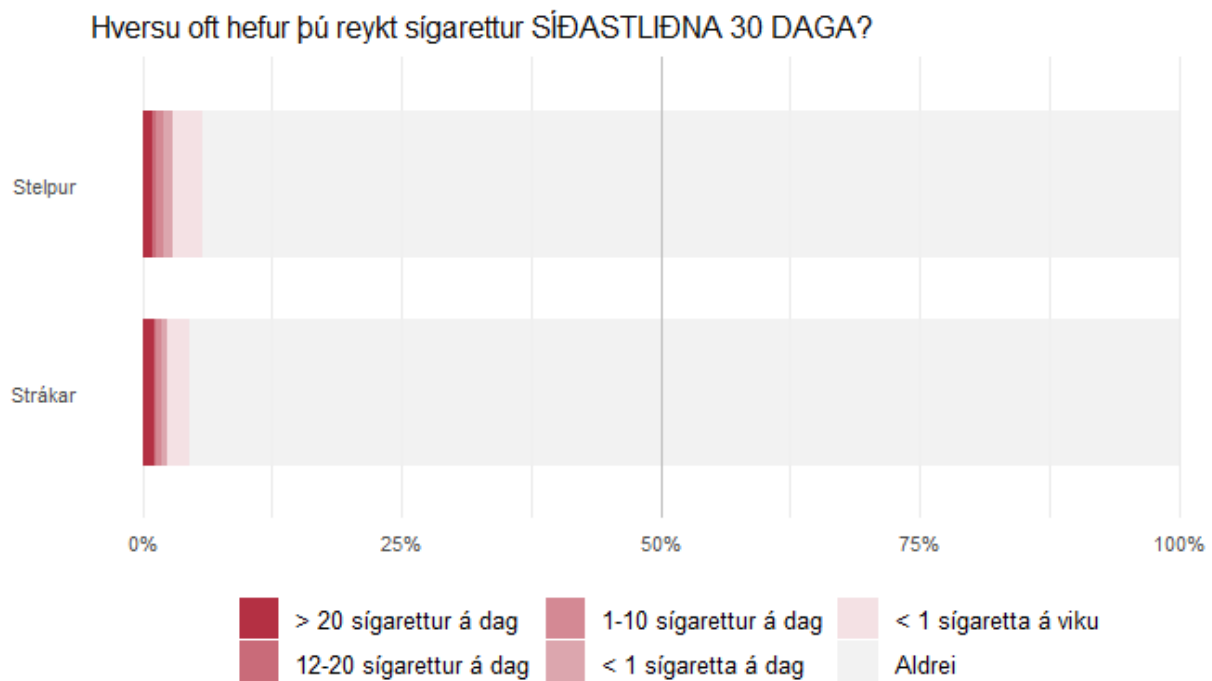
Hversu oft um ævina hefur þú reykt sígarettu?

	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



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

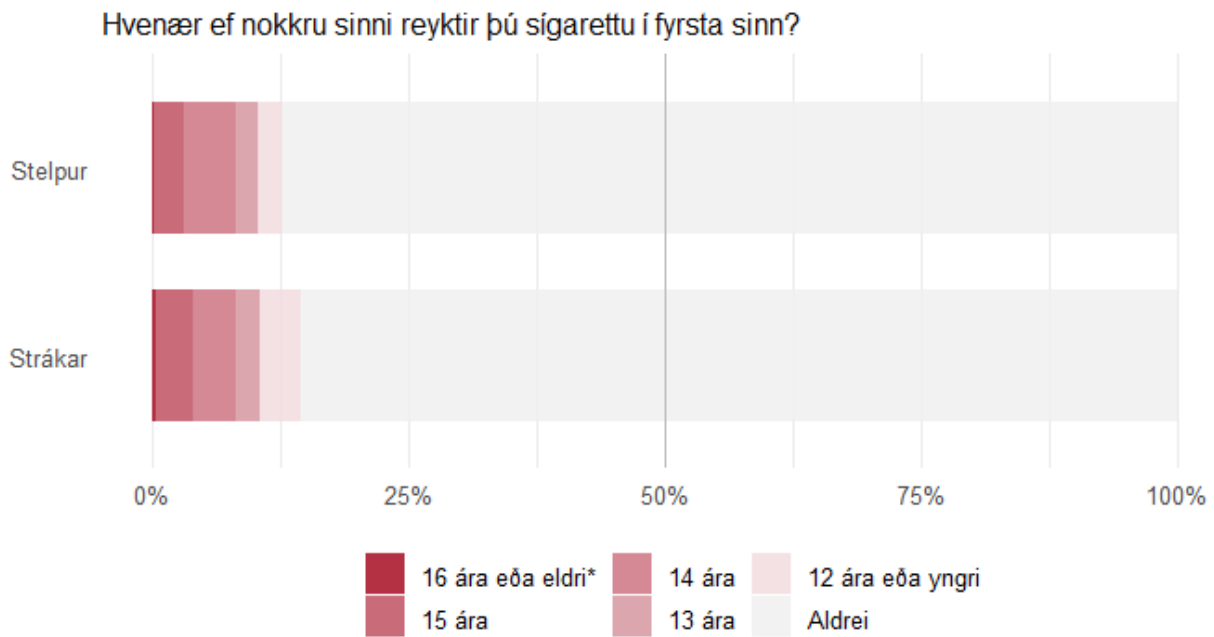


### Aldur þegar þátttakendur reyktu sígarettur í fyrsta sinn.

Spurt var um 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 eðlilegt af þeim sökum að fáir velji þann möguleika.

### 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



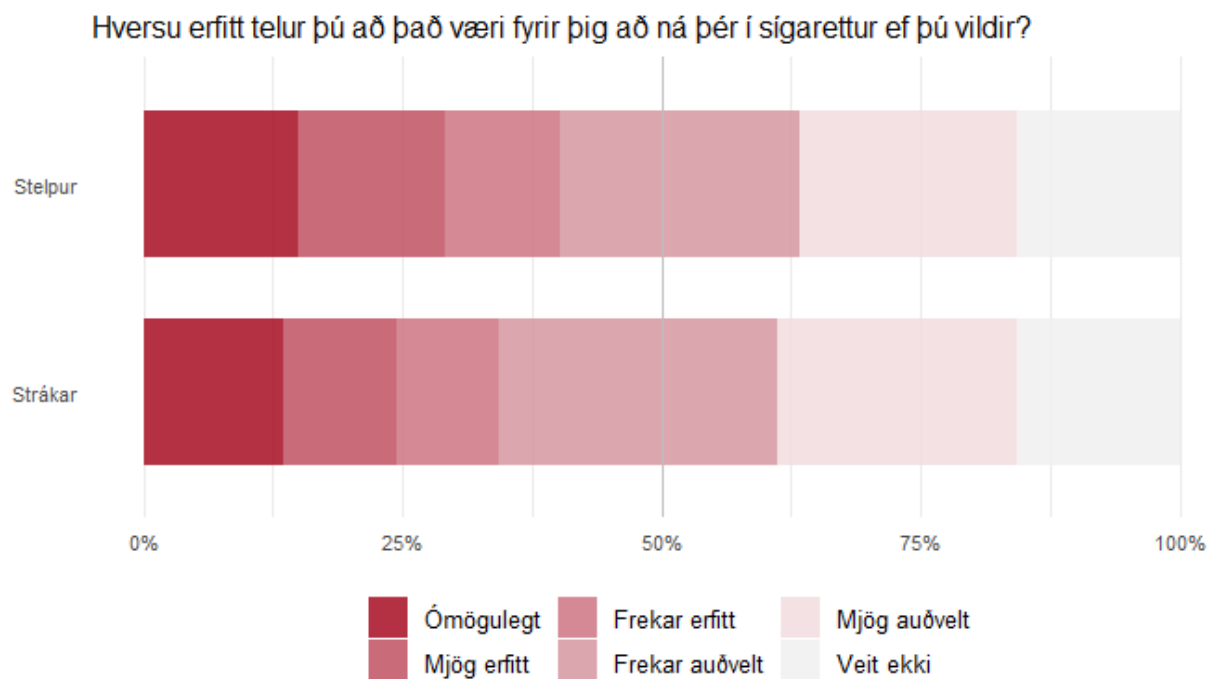
\*Hluti hópsins ekki búinn að ná 16 ára aldri og því ekki að undra að fáir velji þann möguleika.

## Aðgengi að sígarettum

Í rannsókninni árið 2019 kom fram að aðgengi að sígarettum virtist vera talsvert. Þannig sagðist um 22% nemenda í 10. bekk eiga mjög auðvelt með að ná sér í sígarettur og um fjórðungur til viðbótar sagði það frekar auðvelt.

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

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Ómögulegt	13,5	15,0	14,3
Mjög erfitt	10,9	14,2	12,5
Frekar erfitt	9,8	11,0	10,4
Frekar auðvelt	27,0	23,2	25,1
Mjög auðvelt	23,1	20,9	22,0
Veit ekki	15,7	15,7	15,7

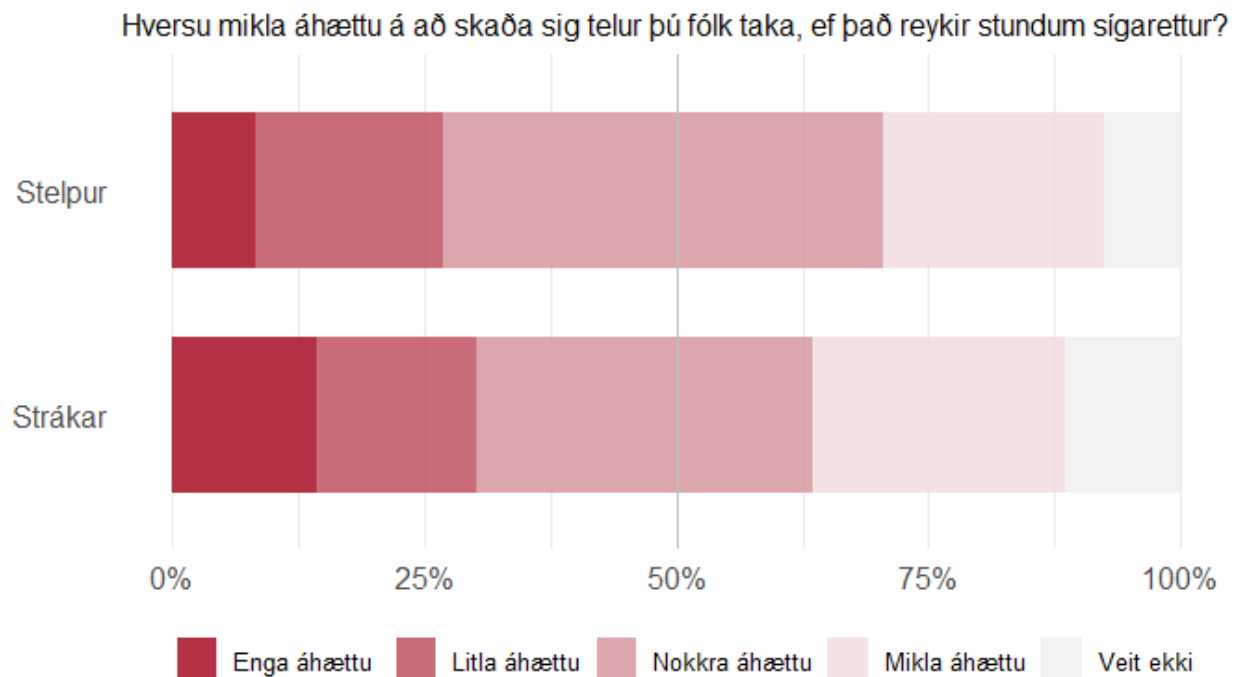


## Áhætta við tóbaksreykingar

Flestir 10. bekkingar virðast telja hættu tengda tóbaksreykingum, en tæp 29% þeirra er þó þeirrar skoðunar að lítil eða engin áhætta fylgi því að reykja stundum sígarettur. Þessu til viðbótar eru tæp 10% sem segja að þeir viti ekki hvort um áhættu sé að ræða þegar sígarettur eru stundum reyktar.

*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



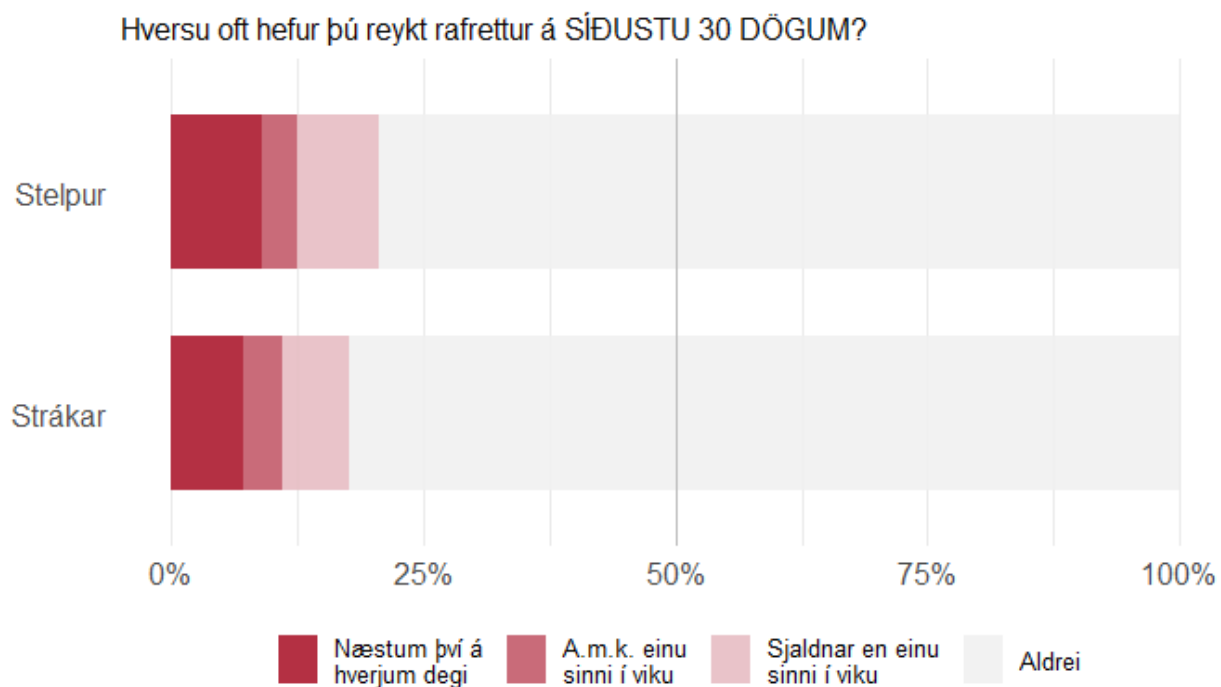


## Rafrettur

Undanfarin ár hafa reykingar með rafrettum aukist meðal ungs fólks í Evrópu (Kapan o.fl., 2020). Í fyrri umferðum ESPAD var ekki spurt um reykingar með rafrettum.

*Hversu oft hefur þú reykt rafrettur á síðustu 30 dögum?*

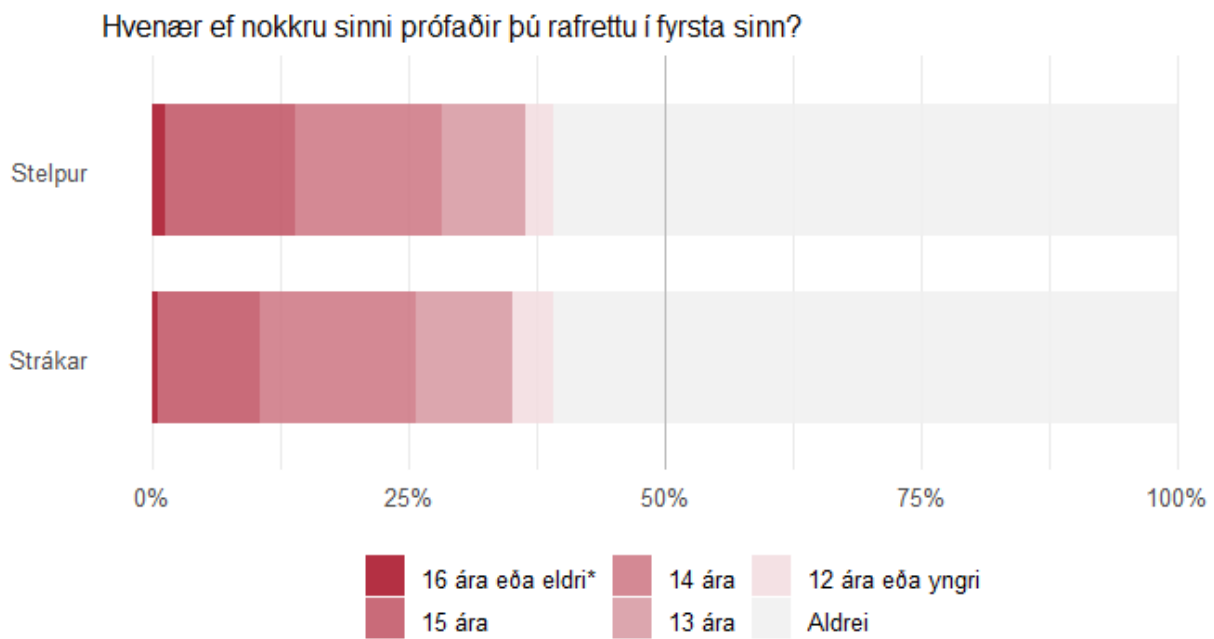
	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	82,2	79,3	80,7
Sjaldnar en einu sinni í viku	6,8	8,1	7,4
A.m.k. einu sinni í viku	3,8	3,7	3,7
Næstum því á hverjum degi	7,2	9,0	8,1



Sjá má í næstu töflu og mynd að eftir 12 ára aldur fjölga þeim sem prófa að reykja rafrettur í fyrsta sinn. 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 eðlilegt af þeim sökum að fáir velji þann möguleika.

Aldur þegar þátttakendur prófuðu rafrettur í fyrsta sinn.

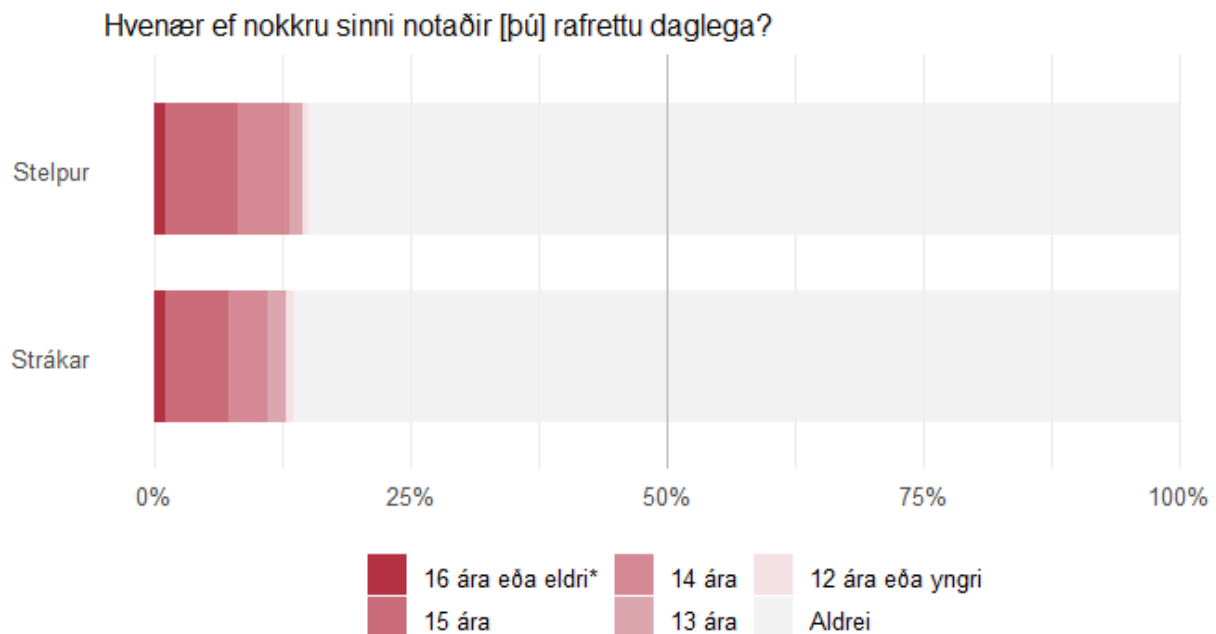
	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	60,9	60,9	60,9
9 ára eða yngri	0,4	0,0	0,2
10 ára	0,6	0,3	0,4
11 ára	0,6	0,4	0,5
12 ára	2,3	2,1	2,2
13 ára	9,5	8,1	8,8
14 ára	15,3	14,3	14,8
15 ára	9,9	12,7	11,4
16 ára eða eldri	0,5	1,2	0,9



\*Hluti hópsins ekki búinn að ná 16 ára aldri og því ekki að undra að fáir velji þann möguleika.

*Aldur þegar þátttakendur notuðu fyrst rafrettu daglega*

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



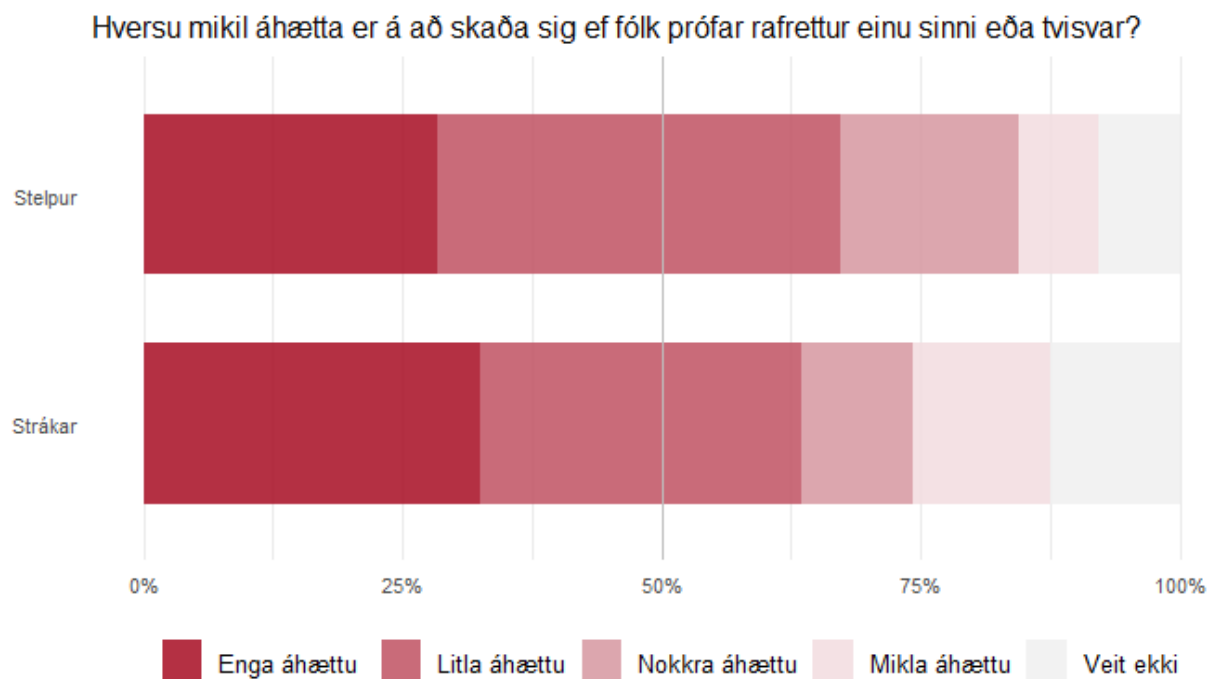
\*Hluti hópsins ekki búinn að ná 16 ára aldri og því ekki að undra að fáir velji þann möguleika.

### Áhætta við að prófa rafrettur

Ef tekið er saman hlutfall þeirra á öllu landinu sem töldu enga áhættu af því að prófa rafrettur voru 30% sem töldu það áhættulaust. Um það bil 35% til viðbótar taldi að um litla áhættu væri að ræða.

### 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



## Önnur tóbaksnotkun

### Munntóbak

Hefur þú einhvern tíma prófað munntóbak?

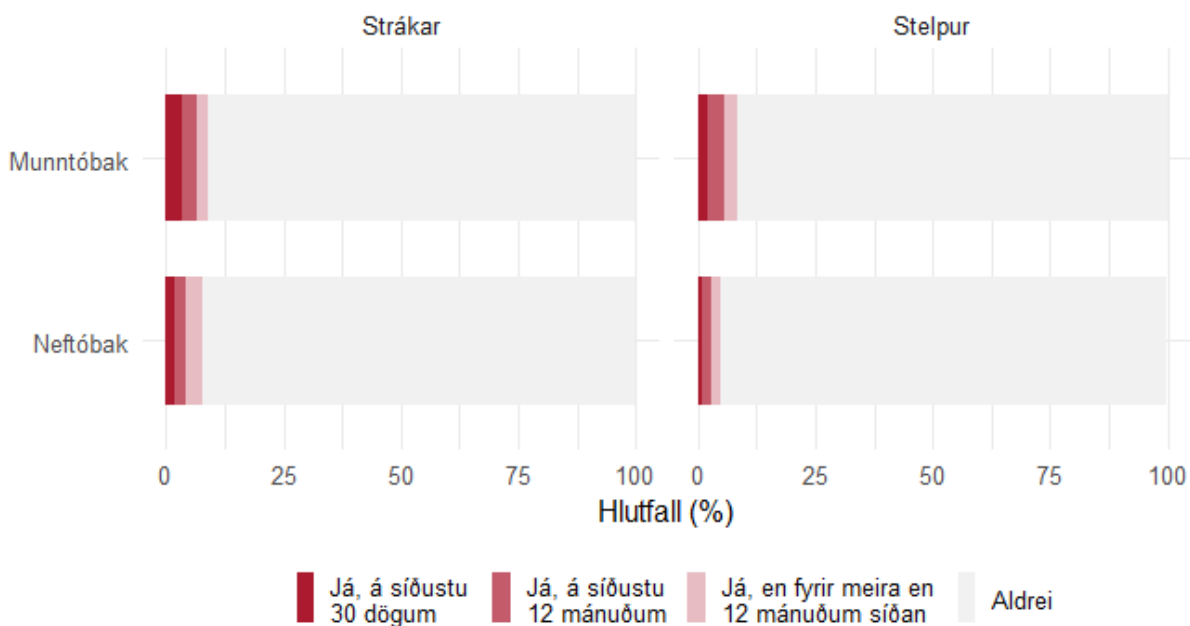
	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	91,1	91,7	91,4
Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	2,3	2,8	2,6
Já, á síðustu 12 mánuðum	3,3	3,4	3,3
Já, á síðustu 30 dögum	3,3	2,2	2,7

### Neftóbak

Hefur þú einhvern tíma prófað neftóbak?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	92,3	95,2	93,8
Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	3,3	1,8	2,6
Já, á síðustu 12 mánuðum	2,4	1,9	2,1
Já, á síðustu 30 dögum	2,0	1,0	1,5

Hefur þú einhvern tíma prófað munntóbak (tekið í vörina) eða neftóbak?

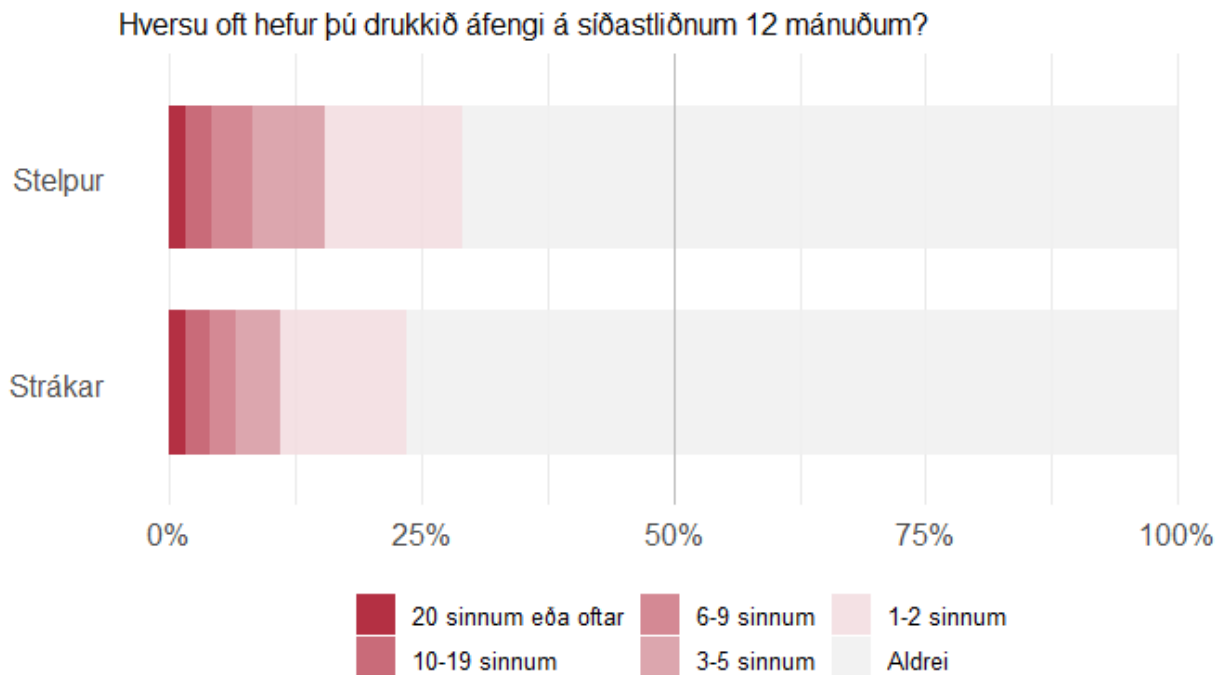


## Áfengi

Líkt og með reykingar hefur mjög dregið úr áfengisneyslu íslenskra unglinga á liðnum áratugum. Um 74% þátttakenda í 10. bekk sögðust þannig aldrei hafa drukkið áfengi síðastu 12 mánuði fyrir framkvæmd könnunarinnar. Hlutfall þeirra sem höfðu neytt áfengis sl. 12 mánuði var hærra hjá stelpum en strákuum.

*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
3-5 sinnum	4,4	7,2	5,8
6-9 sinnum	2,5	3,9	3,3
10-19 sinnum	2,5	2,6	2,5
20 sinnum eða oftar	1,7	1,8	1,7



### 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 á sl. 12 mánuðum. Af þeim þátttakendum sem sögðust hafa orðið ölvuð á þessu tímabili var rúmur helmingur ölvaður 1-2 sinnum en fáir oftar.

#### 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
3-5 sinnum	2,0	2,1	2,1
6-9 sinnum	1,0	1,0	1,0
10-19 sinnum	0,4	0,4	0,4
20 sinnum eða oftar	0,6	0,6	0,6

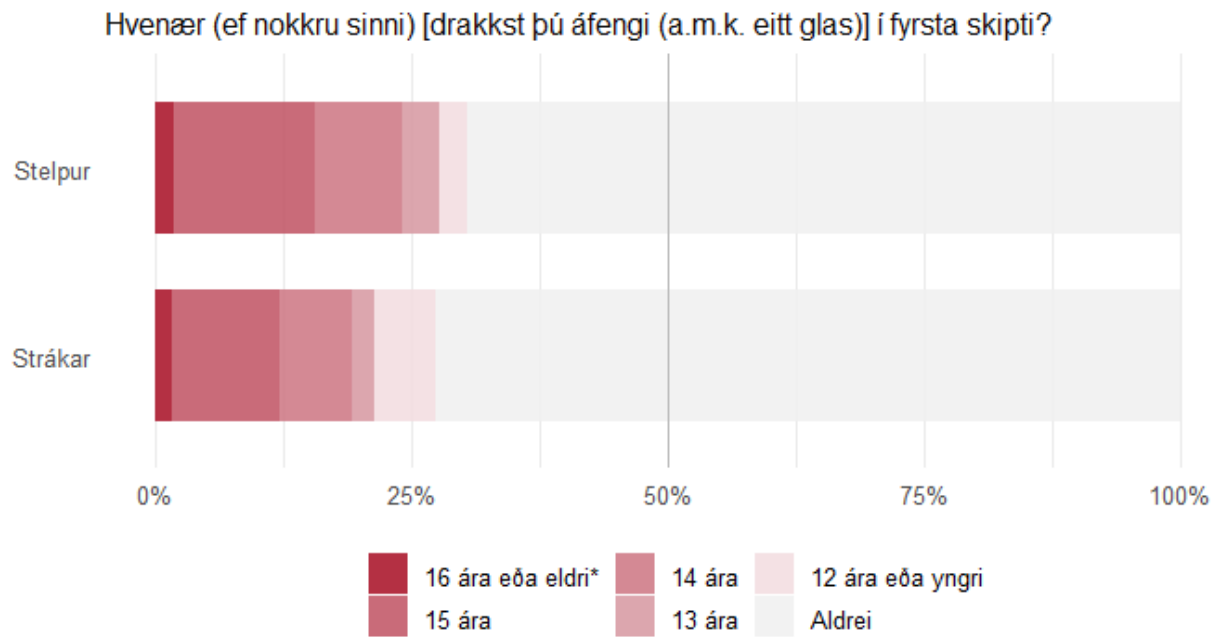
#### Hversu oft hefurðu drukkið fimm drykki eða fleiri sl. 30 daga?

	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 oftar	0,8	0,3	0,5

*Hvenær (ef nokkru sinni) [drakkst þú áfengi (a.m.k. eitt glas)] í fyrsta skipti?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	72,6	69,6	71,1
9 ára eða yngri	2,9	1,0	1,9
10 ára	0,8	0,3	0,6
11 ára	1,0	0,6	0,8
12 ára	1,4	0,9	1,1
13 ára	2,1	3,5	2,8
14 ára	7,0	8,5	7,8
15 ára	10,6	13,8	12,2
16 ára eða eldri	1,6	1,8	1,7

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 eðlilegt af þeim sökum að fáir velji þann möguleika.

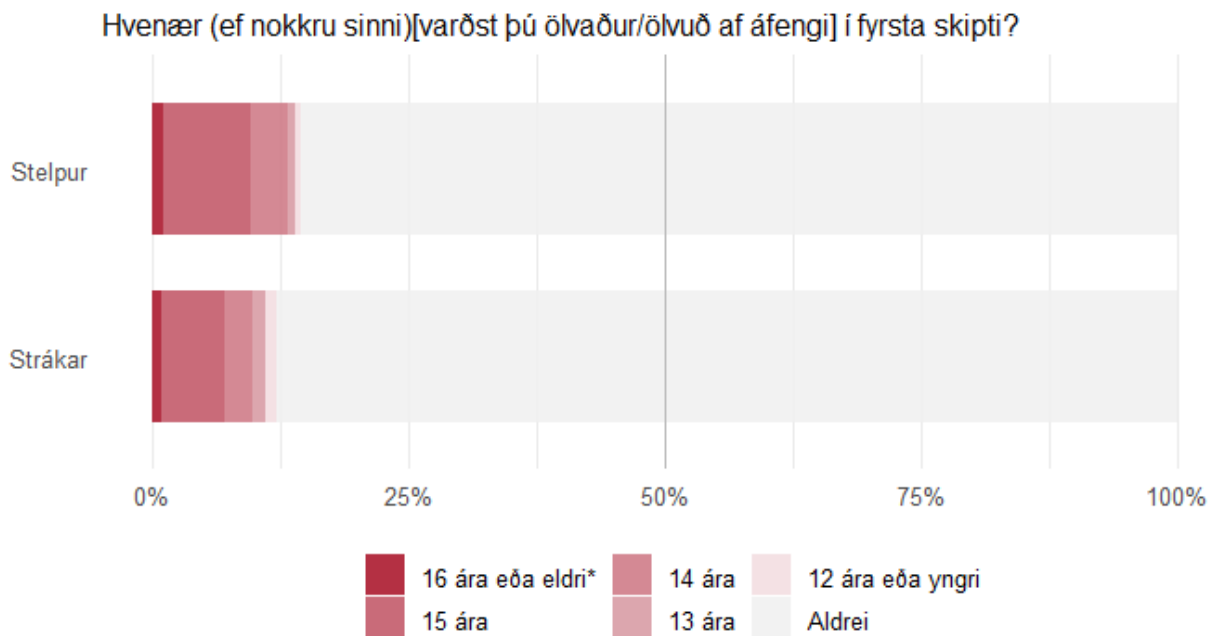


\*Hluti hópsins ekki búinn að ná 16 ára aldri og því ekki að undra að fáir velji þann möguleika.



Hvenær (ef nokkru sinni) [varðst þú ölvaður/ölvuð af áfengi] í fyrsta skipti?

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



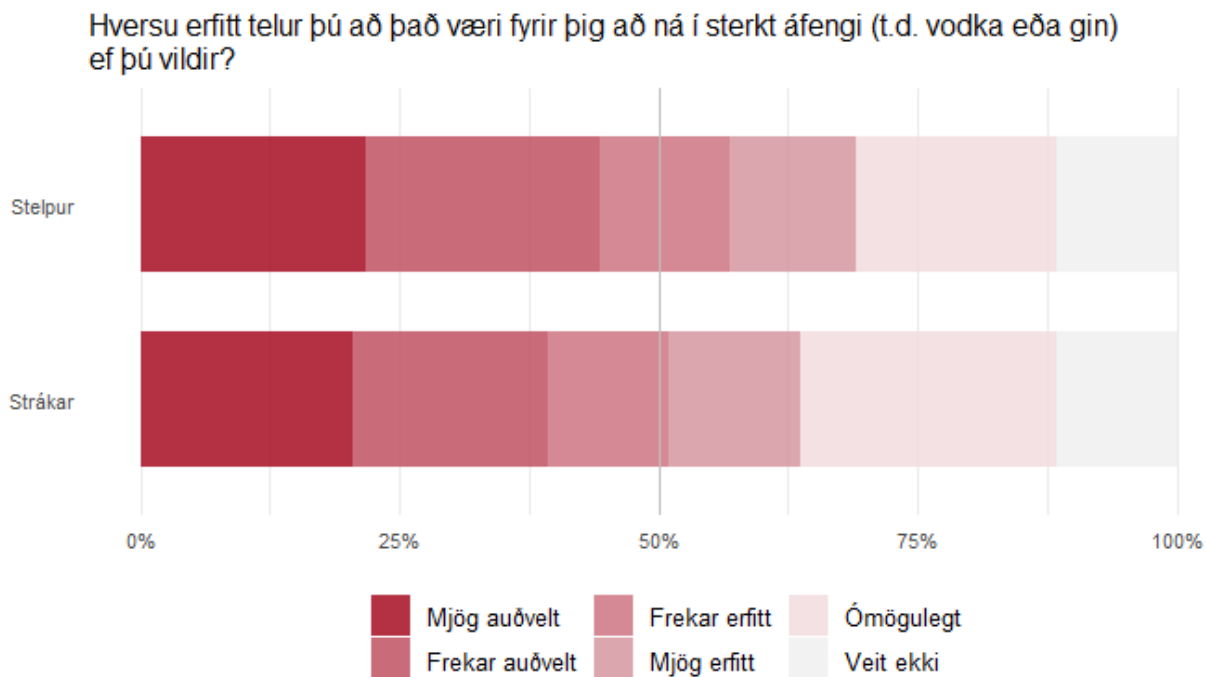
\*Hluti hópsins ekki búinn að ná 16 ára aldri og því ekki að undra að fáir velji þann möguleika.

## Aðgengi

Tæplega 42% töldu frekar eða mjög auðvelt að verða sér úti um sterkt áfengi á borð við vodka.

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

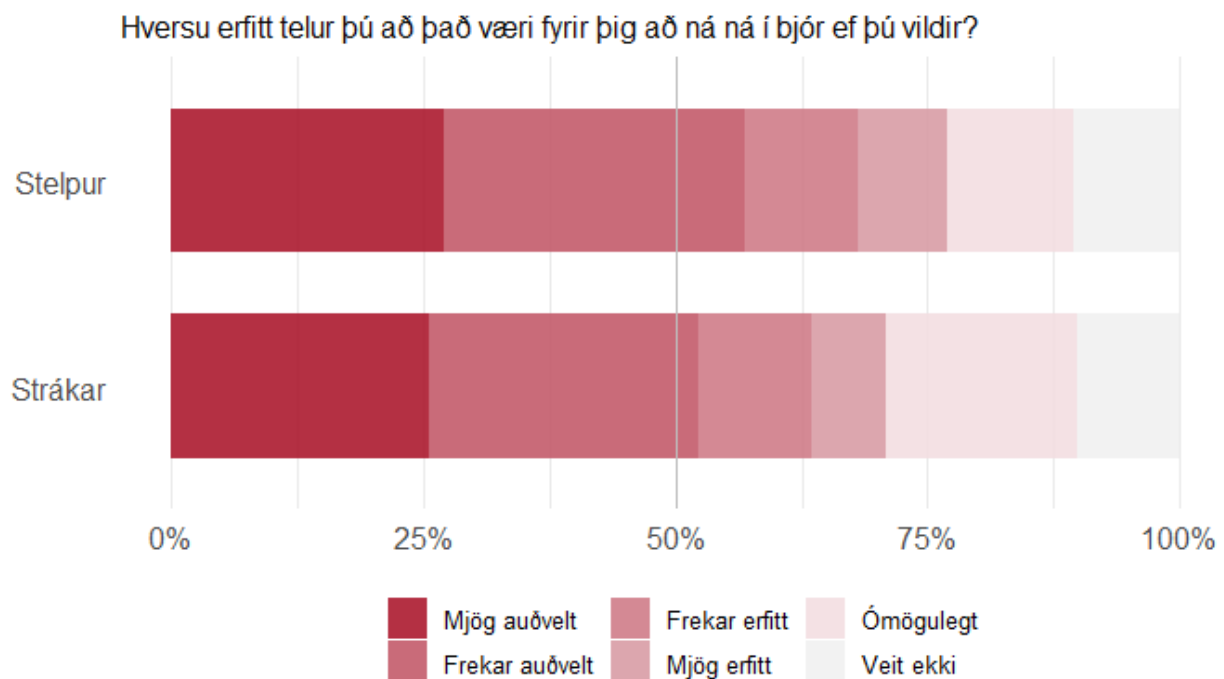
	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Ómögulegt	24,8	19,3	22,0
Mjög erfitt	12,7	12,1	12,4
Frekar erfitt	11,6	12,6	12,1
Frekar auðvelt	18,8	22,6	20,7
Mjög auðvelt	20,5	21,8	21,2
Veit ekki	11,6	11,6	11,6



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

Heldur auðveldara er fyrir unglunga að ná sér í bjór en sterkt áfengi, en um 55% sagði það fremur eða mjög auðvelt.

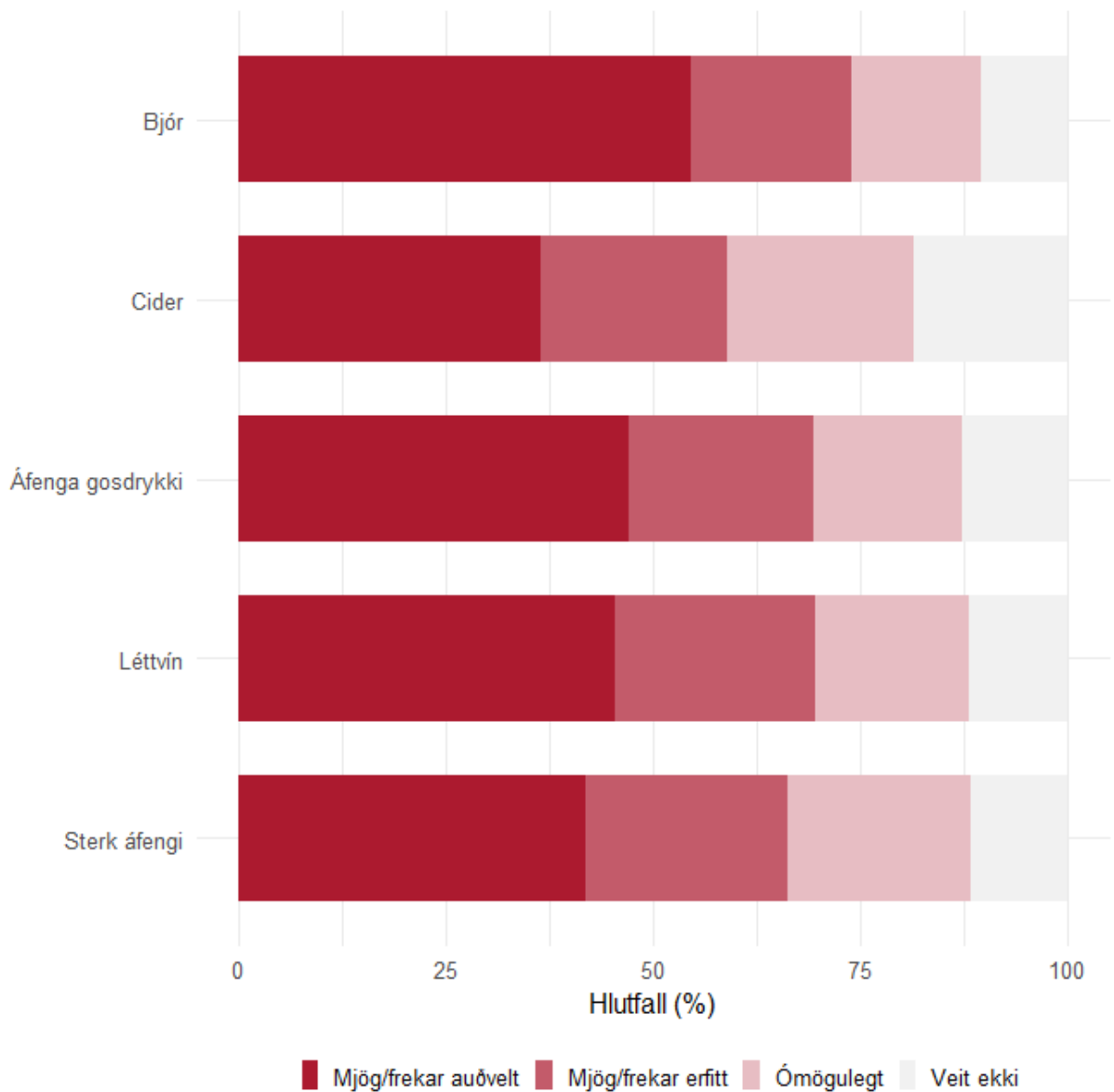
	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Ómögulegt	18,9	12,6	15,7
Mjög erfitt	7,4	8,8	8,1
Frekar erfitt	11,2	11,1	11,2
Frekar auðvelt	26,7	29,8	28,3
Mjög auðvelt	25,7	27,1	26,4
Veit ekki	10,2	10,5	10,4



Næsta yfirlitsmynd er samantekt á aðgengi 10. bekkinga að mismunandi tegundum áfengis. Auðveldast var að verða sér út um bjór að mati þátttakenda, því næst komu áfengir gosdrykkir, léttvín, sterk vín og ciderar.

	Bjór	Cider	Áfengt gos	Léttvín	Sterkt áfengi
Ómögulegt	15,7	22,5	17,9	18,6	22,0
Mjög/frekar erfitt	19,3	22,3	22,2	24,1	24,5
Mjög/frekar auðvelt	54,7	36,7	47,1	45,5	41,9
Veit ekki	10,4	18,5	12,8	11,8	11,6

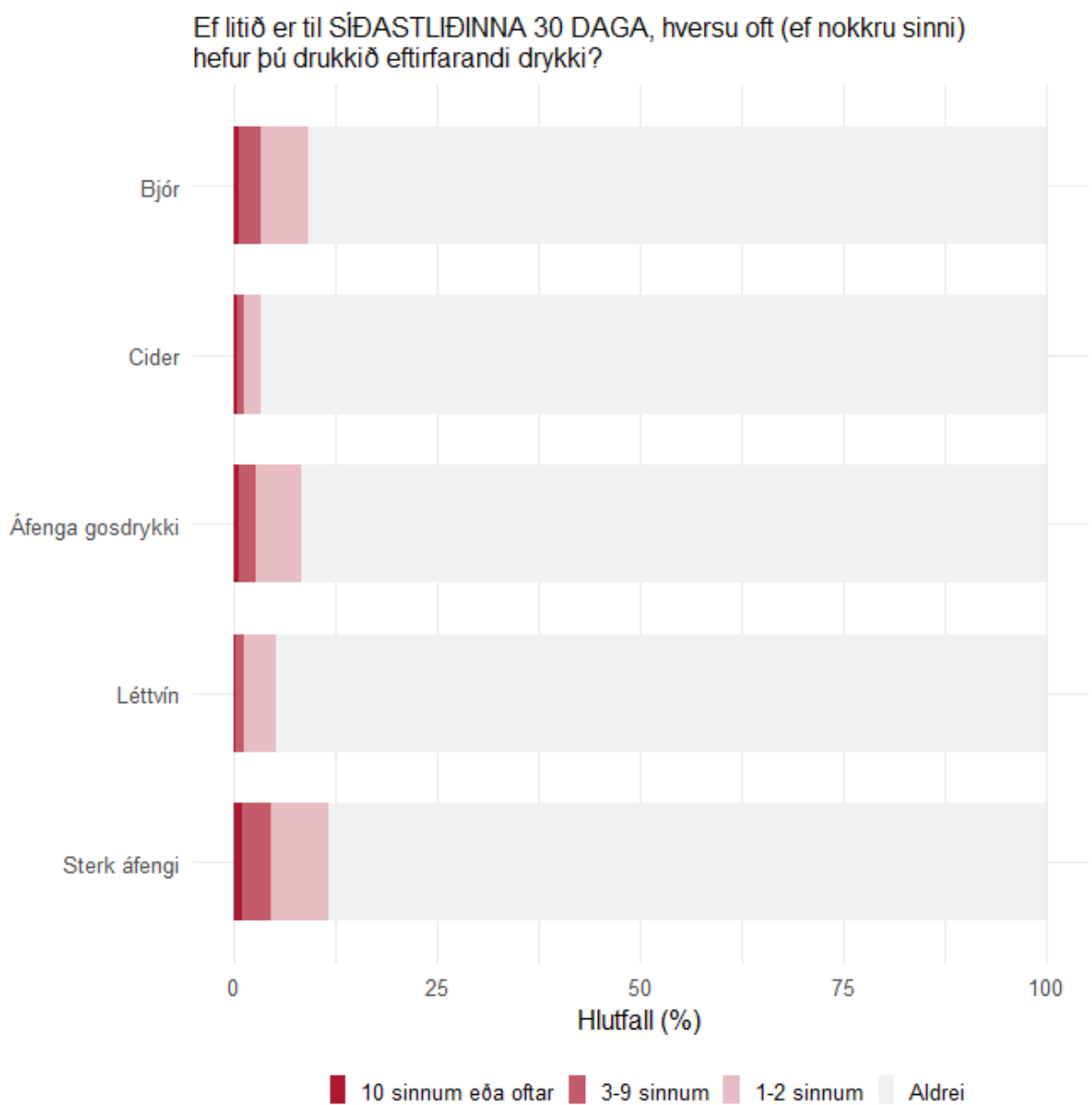
Hversu erfitt telur þú að það yrði fyrir þig að nálgast eftirfarandi ef þú vildir?



Flestir sem neytt höfðu áfengra drykkja einu sinni eða oftár sl. 30 daga höfðu drukkið sterkt áfengi, þá bjór, áfenga gosdrykki, léttvín, en færstir höfðu drukkið cidera.

*Ef lítið er til SÍÐASTLIÐINNA 30 DAGA, hversu oft (ef nokkru sinni) hefur þú drukkið eftirfarandi drykki?*

	Bjór	Cider	Áfengt gos	Léttvín	Sterkt áfengi
Aldrei	90,8	96,5	91,6	94,8	88,3
1-2 sinnum	5,8	2,1	5,6	3,9	7,0
3-9 sinnum	2,7	0,9	2,1	1,1	3,6
10 sinnum eða oftár	0,7	0,5	0,7	0,2	1,1

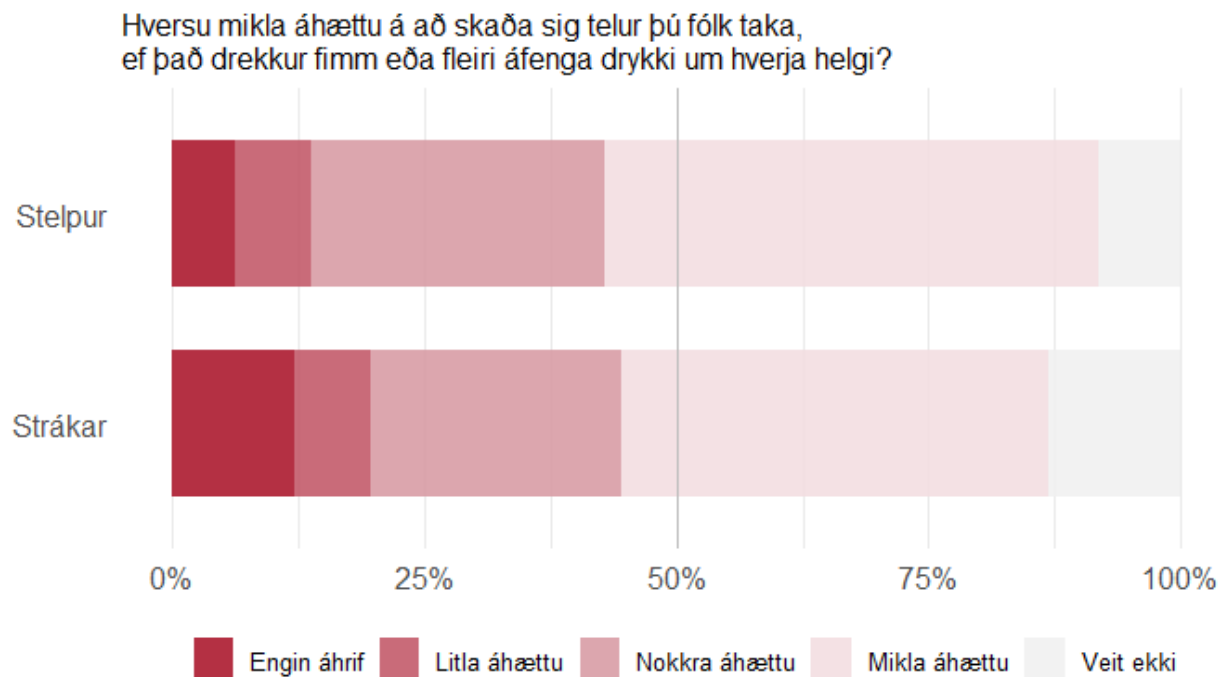


## Áhætta

Mikill meirihluti þátttakendanna í 10. bekk var meðvitaður um skaðsemi áfengis og taldi áhættusamt að drekka fimm eða fleiri áfenga drykki um hverja helgi.

*Hversu mikla áhættu á að skaða sig telur þú fólk taka, ef það drekkur fimm eða fleiri áfenga drykki um hverja helgi?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Engin áhrif	12,2	6,3	9,2
Litla áhættu	7,5	7,5	7,5
Nokkra áhættu	24,9	29,0	27,0
Mikla áhættu	42,4	49,0	45,8
Veit ekki	13,1	8,2	10,6



## Kannabis

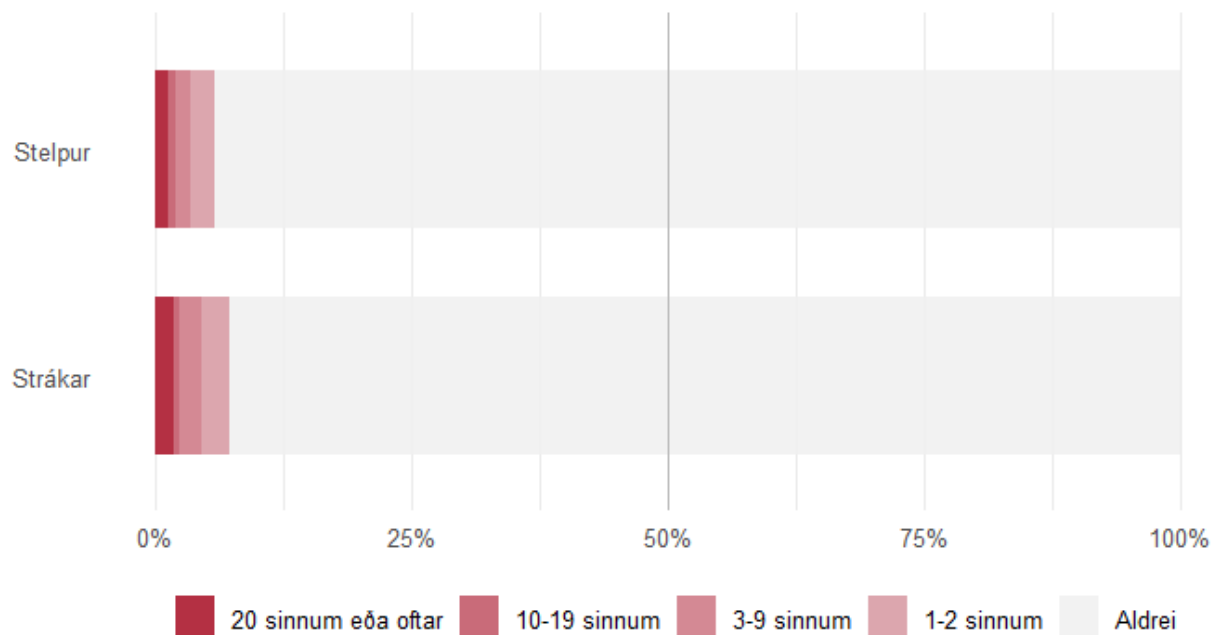
Tæplega 7% unglinga í 10. bekk höfðu einhvern tíma prófað kannabisefni. Aðeins fleiri strákar en stelpur höfðu neytt kannabisefna.

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

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

### Aðgengi að kannabisefnum

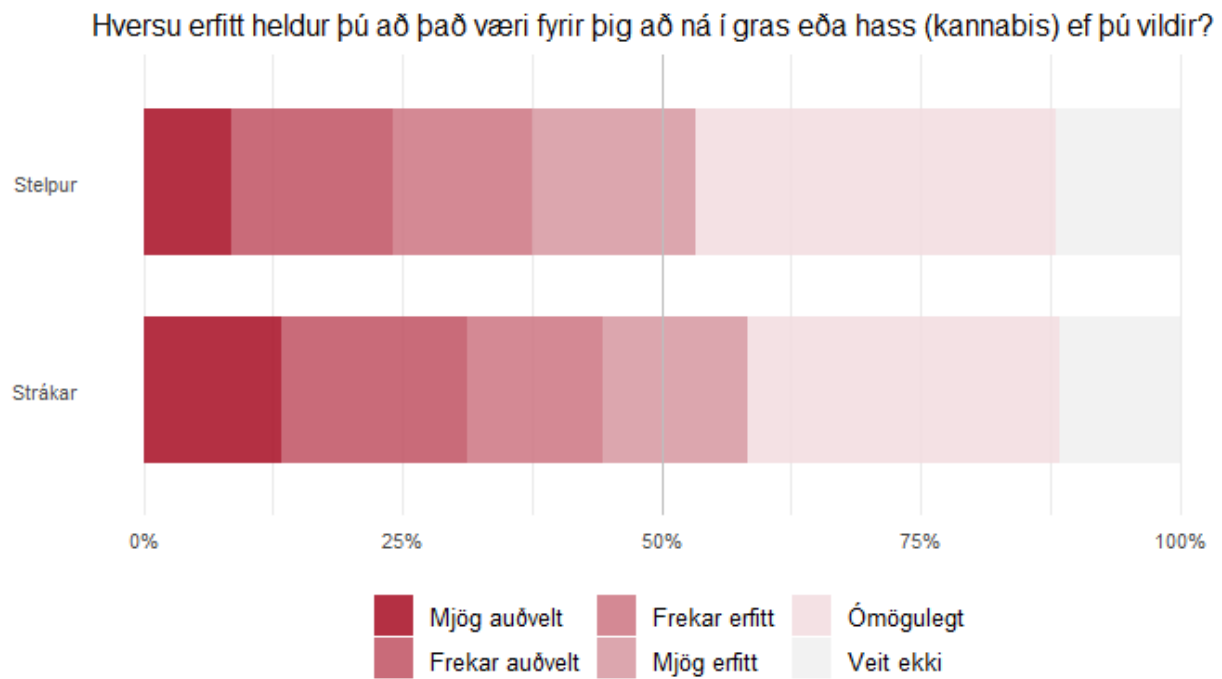
Hversu oft hefur þú neytt marijúana eða hass (kannabisefna) um ævina?



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

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

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Ómögulegt	30,1	34,7	32,5
Mjög erfitt	14,1	15,9	15,0
Frekar erfitt	13,1	13,3	13,2
Frekar auðvelt	17,8	15,6	16,7
Mjög auðvelt	13,4	8,5	10,9
Veit ekki	11,6	11,9	11,8



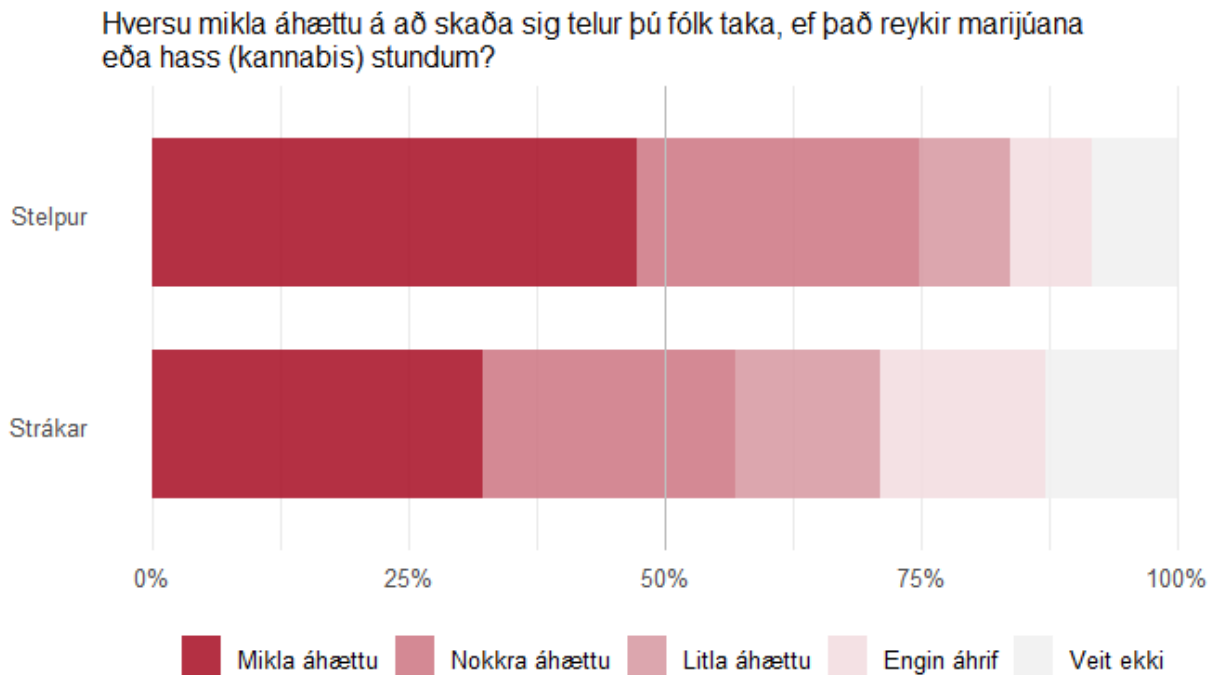


## Áhætta

Þegar þátttakendur voru spurðir um hversu áhættusamt þeir teldu að reykja stundum kannabis, voru 66% sem sögðu að því fylgdi nokkur eða mikil áhætta. Nokkuð hærra hlutfall stráka en stelpna voru ekki viss hvort neysla kannabisefna væri áhættusöm.

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

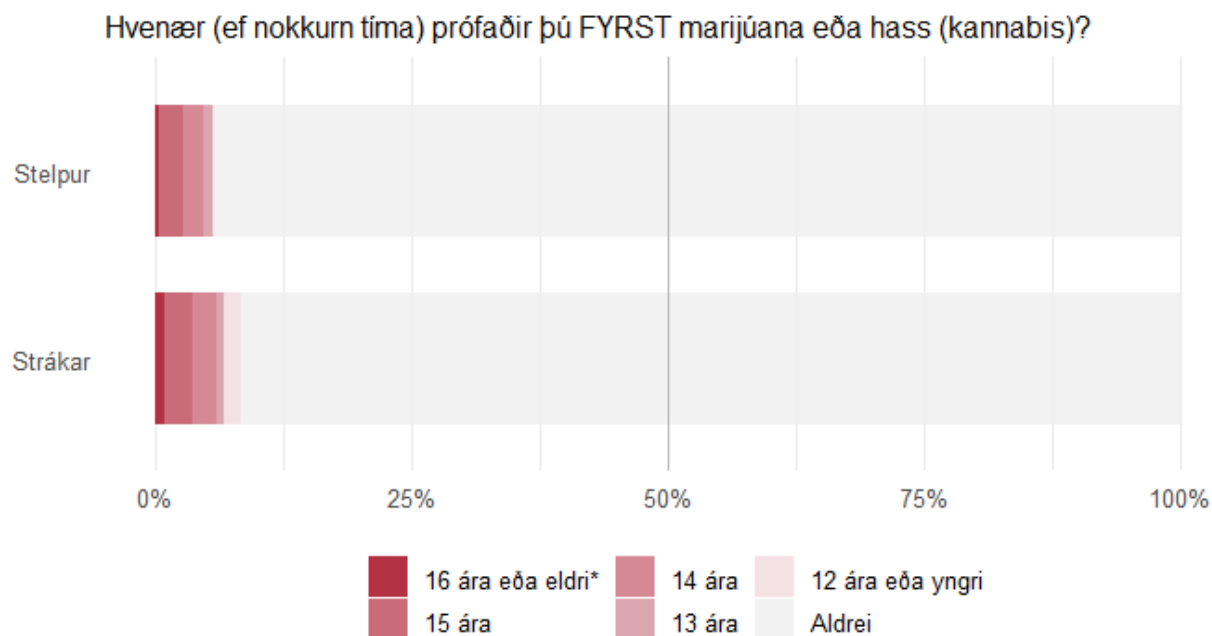
	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Engin áhrif	16,2	7,9	11,9
Litla áhættu	14,2	8,9	11,4
Nokkra áhættu	24,6	27,7	26,2
Mikla áhættu	32,3	47,2	40,0
Veit ekki	12,8	8,4	10,5



Í ESPAD-rannsókninni var einnig grennslast fyrir um aldur þegar þeir sem á annað borð notuðu kannabis hefðu gert það fyrst. Þar sem um er að ræða þátttakendur í 10. bekk er hluti hópsins ekki búinn að ná 16 ára aldri og eðlilegt af þeim sökum að fáir velji þann möguleika.

*Hvenær (ef nokkurn tíma) prófaðir þú FYRST marijúana eða hass (kannabis)?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	91,8	94,2	93,0
9 ára eða yngri	0,6	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	0,7
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



\*Hluti hópsins ekki búinn að ná 16 ára aldri og því ekki að undra að fáir velji þann möguleika.

## Önnur víma

Hér á eftir eru niðurstöður ESPAD-könnunarinnar um neyslumynstur 10. bekinganna á öðrum 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 milli kynja eða neysluefna.

### *E-töflur*

Um 1% þátttakenda í 10. bekk kváðust einhvern tíma hafa prófað e-töflur.

*Hversu oft (ef nokkurn tíma) hefur þú notað E-töflur (alsælu – ecstasy) yfir ævina?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	98,7	99,0	98,8
1-2 sinnum	0,8	0,3	0,5
3 sinnum eða oftár	0,5	0,7	0,6

### *Amfetamín*

Tæp 2% þátttakendanna sagðist hafa notað amfetamín einhverju sinni sem er óverulega frábrugðið öðrum efnum.

*Hversu oft (ef nokkurn tíma) hefur þú notað amfetamín yfir ævina?*

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

### **Kókaín**

Um 1-2% þáttakendanna sögðust thafa prófað kókaín.

*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 oftár	1,3	0,7	1,0

### **Sniff**

Tæp 3% unglinga höfðu sniffað til þess að komast í vímu.

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

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	97,4	97,2	97,3
1-2 sinnum	1,2	1,8	1,5
3 sinnum eða oftár	1,5	1,0	1,2

### **Róandi lyf án lyfseðils**

Um 7% tíundu bekkinga sögðust einhvern tímann hafa tekið róandi lyf eða svefnlyf án þess að þeim hefði verið ávísað af lækni.

*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	3,8	3,3	3,5
3 sinnum eða oftár	2,2	4,3	3,3

### **Anabolískir sterar**

Afar fáir 10. bekkingar sögðust hafa neytt anabolískra stera.

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

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

### **Verkjalyf**

Hlutfall 10. bekkinga sem notað höfðu verkjalyf til að komst í vímu var um 3%.

*Hversu oft yfir ævina hefur þú notað verkjalyf til þess að komast í vímu?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	97,8	96,5	97,1
1-2 sinnum	1,6	1,8	1,7
3 sinnum eða oftar	0,7	1,7	1,2

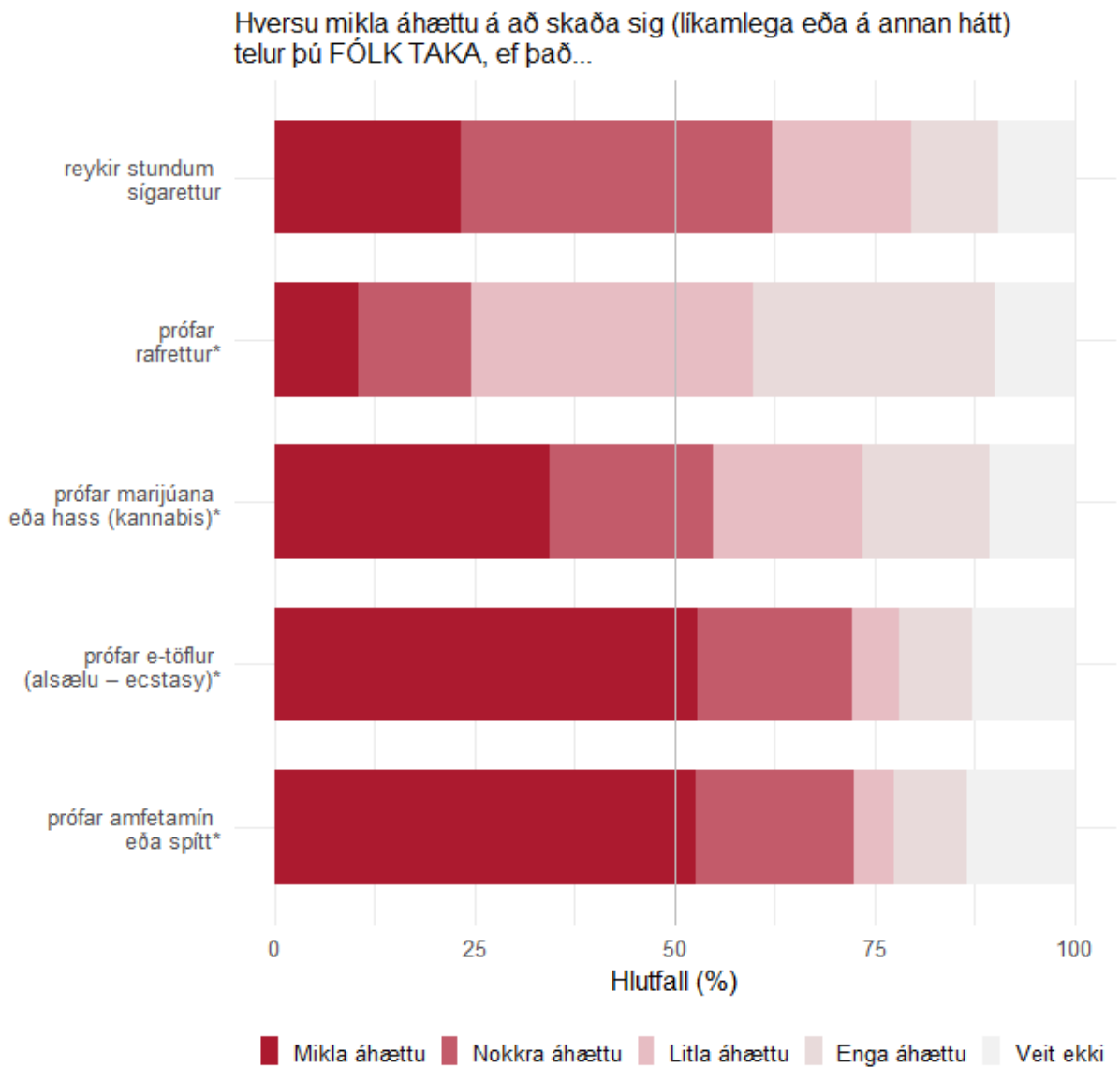
### **Ný efni**

*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...*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	98,0	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

*Mat á áhættu vegna neyslu ávana- og fíkniefna.*

Þátttakendur voru spurðir hversu mikla áhættu þeir teldu að fólk tæki ef það neytti ávana- og fíkniefna. Á næstu yfirlitsmynd má sjá hvernig unglíngarnir mátu áhættu fóligna í að prófa mismunandi efni.



\*einu sinni eða tvisvar

*Hversu mikla áhættu á að skaða sig (líkamlega eða á annan hátt) telur þú FÓLK TAKA, ef það...*

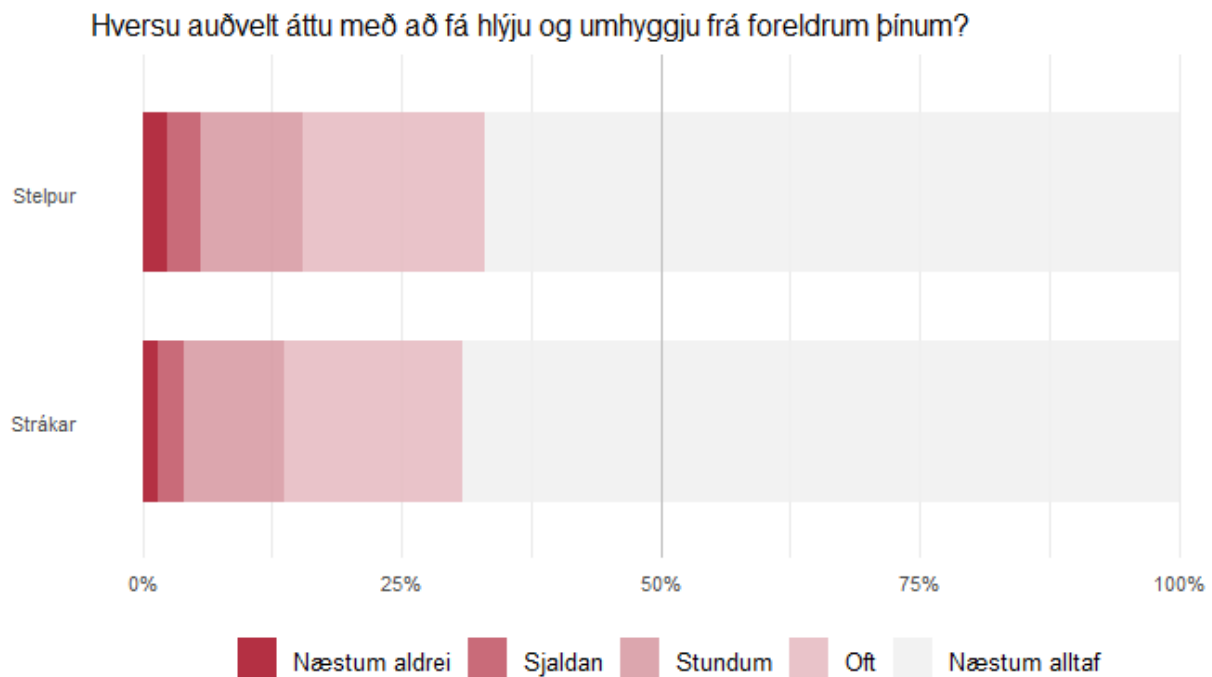
	reykir stundum sígarettur	prófar rafrettur	prófar kannabisefni	prófar e-töflur	prófar amfetamín
Enga áhættu	11,0	30,1	15,9	9,1	9,2
Litla áhættu	17,3	35,2	18,6	6,0	5,0
Nokkra áhættu	38,8	14,2	20,6	19,2	19,8
Mikla áhættu	23,4	10,5	34,3	52,9	52,6
Veit ekki	9,4	10,0	10,6	12,9	13,4

## Samband við foreldra

Um 68% 10. bekklinganna sögðust næstum alltaf eiga auðvelt með að fá hlýju og umhyggju frá foreldrum sínum.

*Hversu auðvelt áttu með að fá hlýju og umhyggju frá foreldrum þínum?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Næstum alltaf	69,1	66,9	68,0
Oft	17,1	17,6	17,4
Stundum	9,7	9,9	9,8
Sjaldan	2,5	3,2	2,8
Næstum aldrei	1,6	2,4	2,0

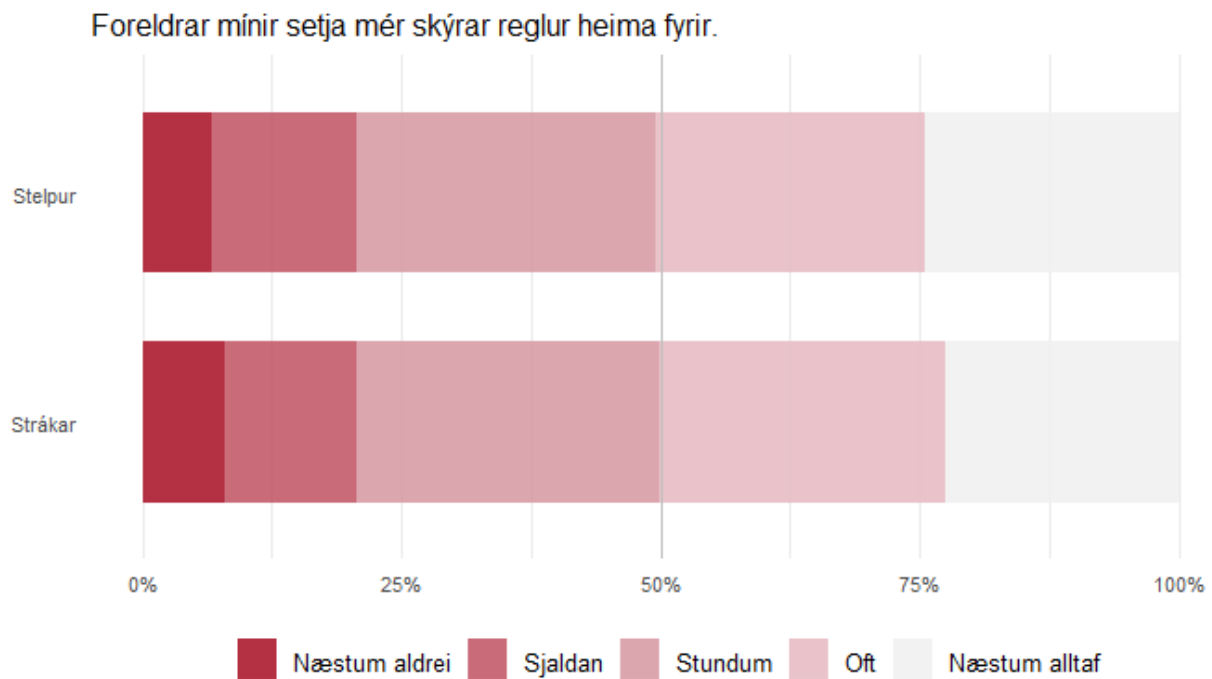




Um það bil helmingur þátttakenda sagði að foreldrar þeirra settu þeim oft eða alltaf skýrar reglur heima fyrir. Rúmlega fimmtungur svarenda sagði að skýrar reglur fengju þau sjaldan eða næstum aldrei heima fyrir.

*Hversu oft setja foreldrar þínir þér skýrar reglur heima fyrir?*

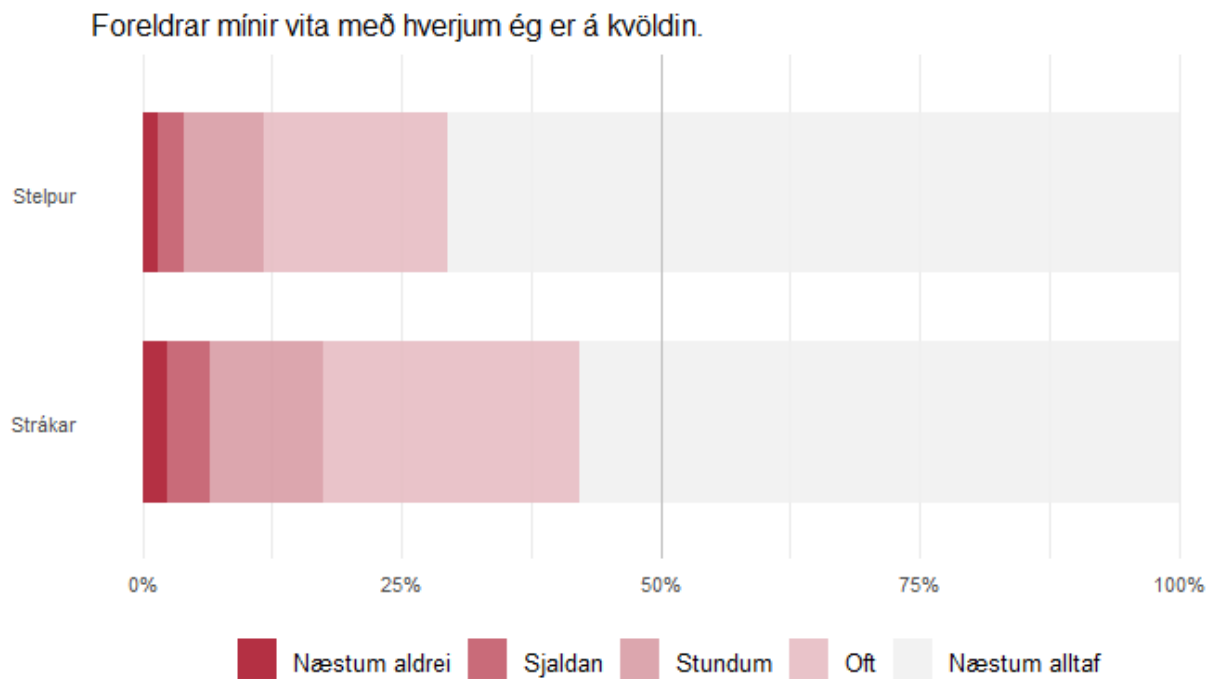
	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Næstum alltaf	22,5	24,5	23,6
Oft	27,5	25,9	26,7
Stundum	29,2	28,7	29,0
Sjaldan	12,7	14,0	13,4
Næstum aldrei	8,0	6,7	7,4



Hlutfallslega fleiri foreldrar stelpna en stráka vissu næstum alltaf eða oft með hverjum börn þeirra voru á kvöldin.

*Hversu oft vita foreldrar þínir með hverjum þú ert á kvöldin?*

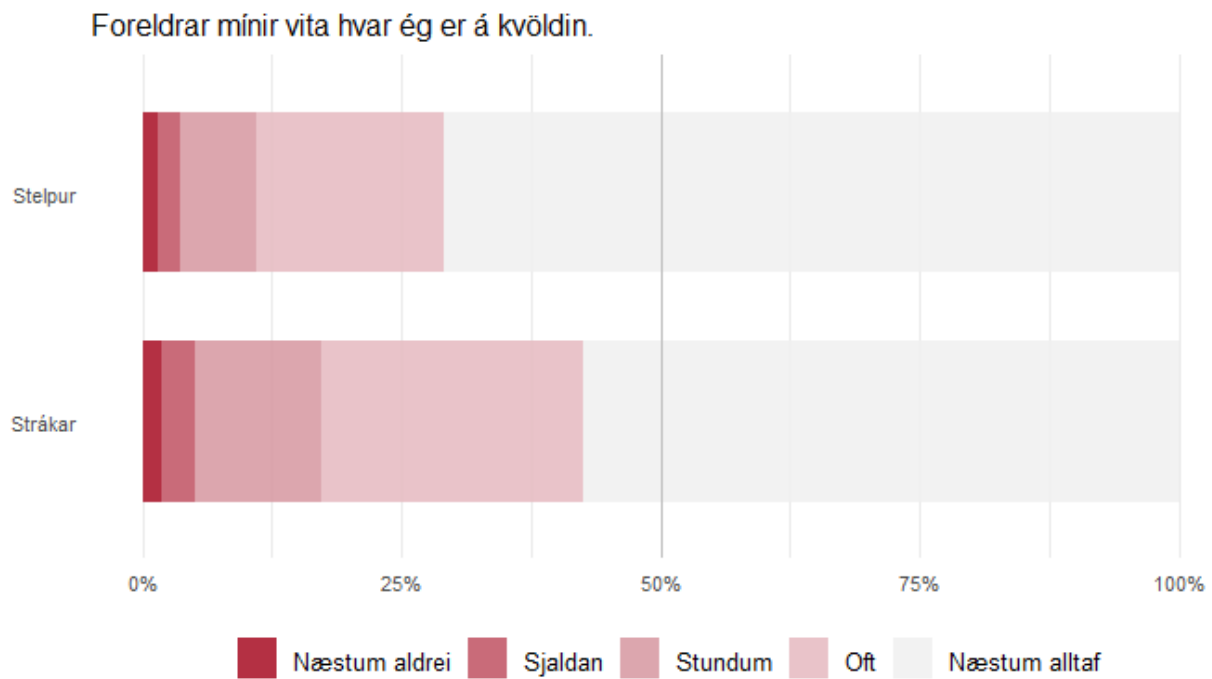
	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir
Næstum alltaf	57,9	70,5	64,5
Oft	24,6	17,6	21,0
Stundum	11,0	7,8	9,3
Sjaldan	4,2	2,5	3,3
Næstum aldrei	2,3	1,6	1,9



Hlutfallslega færri foreldrar stráka en stelpna vissu næstum alltaf eða oftast hvar börn þeirra voru á kvöldin.

*Hversu oft vita foreldrar þínir hvar þú ert á kvöldin?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Næstum alltaf	57,5	70,9	64,5
Oft	25,2	18,1	21,5
Stundum	12,3	7,3	9,7
Sjaldan	3,1	2,2	2,7
Næstum aldrei	1,9	1,5	1,7



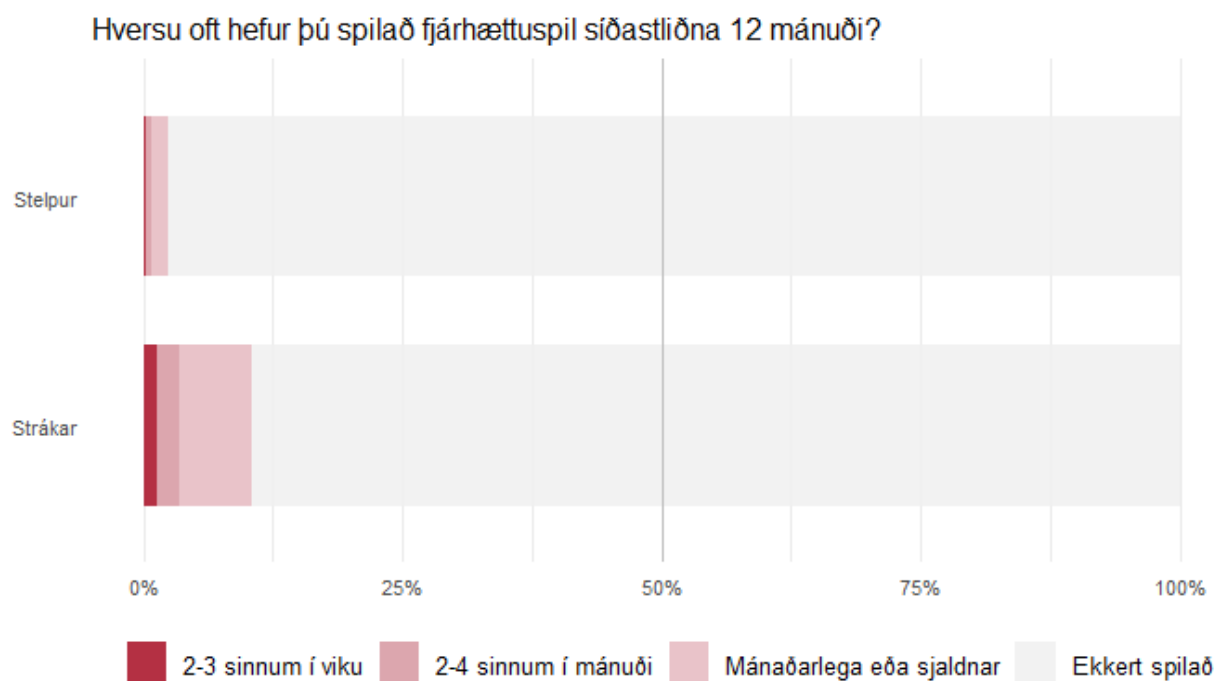
## Virgni unglina

### Fjárhættuspil

Rúmlega 6% þátttakendanna höfðu spilað upp á peninga síðastliðna 12 mánuði. Strákar voru líklegri til að spila fjárhættuspil en stelpur.

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

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

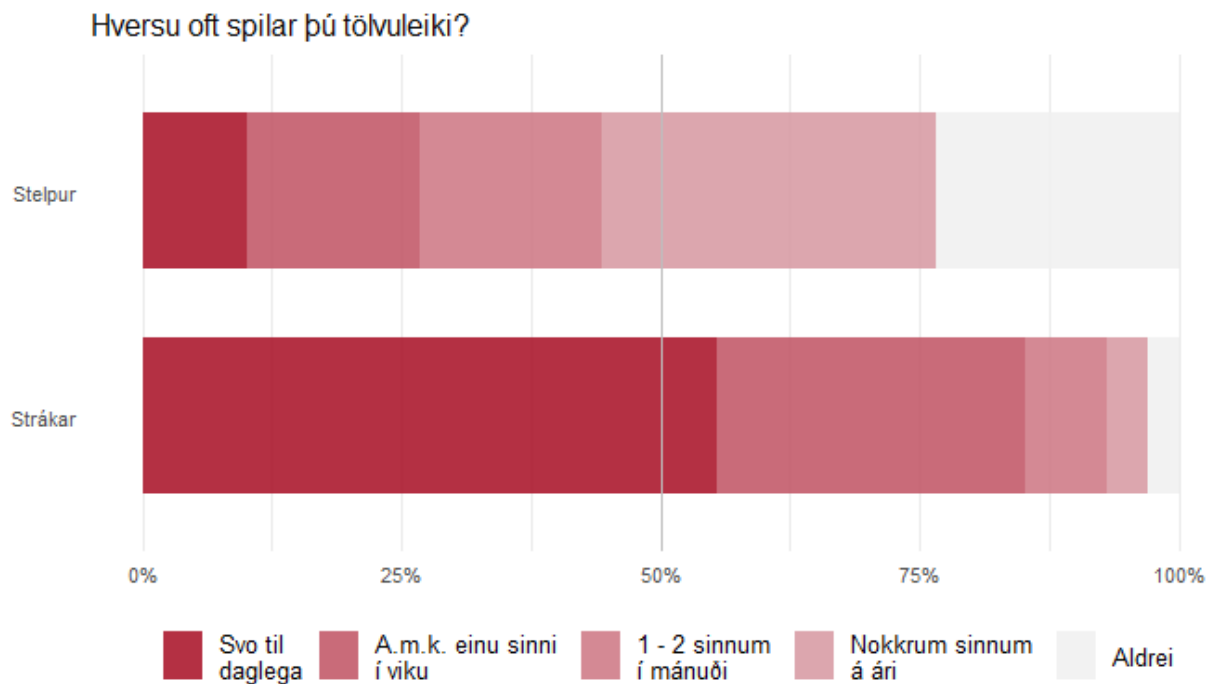


## Tölvuleikir

Rúmlega þriðjungur 10. bekkinga sögðust spila tölvuleiki svo til daglega. Verulegur munur er á milli kynja hvað þetta varðar þar sem hlutfall stráka í daglegum tölvuleikjum var 55% en stelpna 10%.

### Hversu oft spilar þú tölvuleiki?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	2,9	23,4	13,5
Nokkrum sinnum á ári	4,0	32,2	18,6
1 - 2 sinnum í mánuði	7,9	17,6	12,9
A.m.k. einu sinni í viku	29,7	16,7	23,0
Svo til daglega	55,4	10,0	31,9

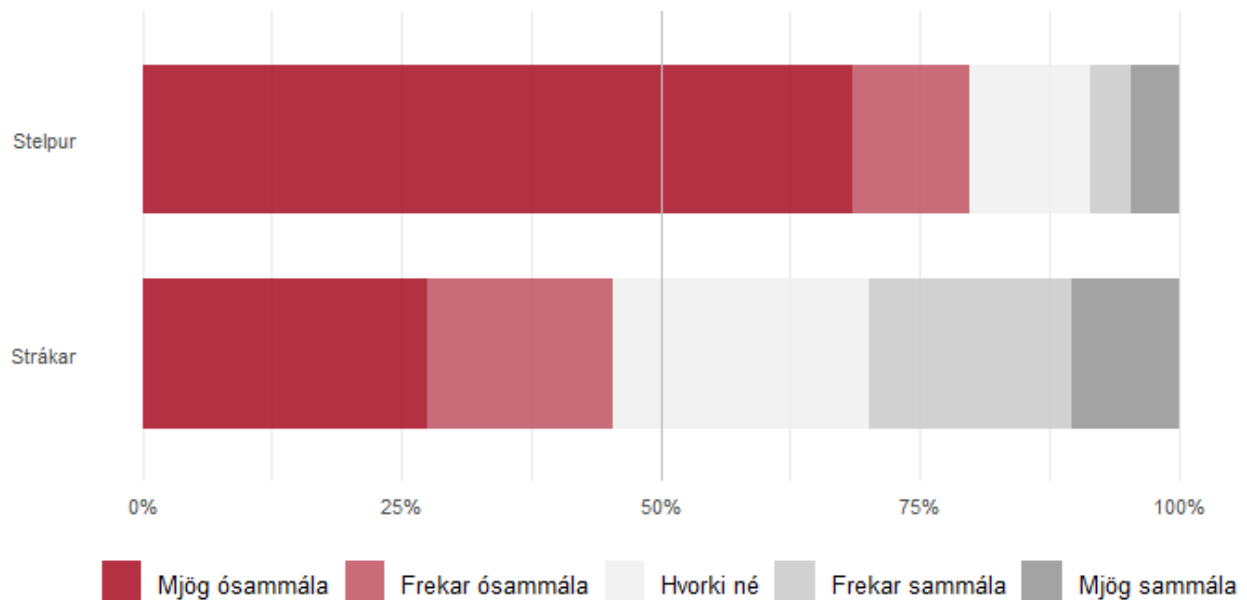


Um 63% 10. bekinganna voru frekar eða mjög sammála því að þeir eyddu of miklum tíma í tölvuleiki. Í samræmi við mismunandi hlutfall kynjanna hvað varðar tíðni tölvuleikja var mun hærra hlutfall stelpna sem voru frekar eða mjög ósammála því að þær spiluðu of oft tölvuleiki.

*Eyðir þú alltof miklum tíma í að spila tölvuleiki?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Mjög sammála	10,2	4,6	7,3
Frekar sammála	19,5	3,9	11,4
Hvorki né	24,7	11,7	18,0
Frekar ósammála	18,0	11,3	14,6
Mjög ósammála	27,5	68,5	48,7

Hversu sammála eða ósammála ertu eftirfarandi fullyrðingu;  
Mér finnst ég eyða alltof miklum tíma í að spilatölvuleiki.

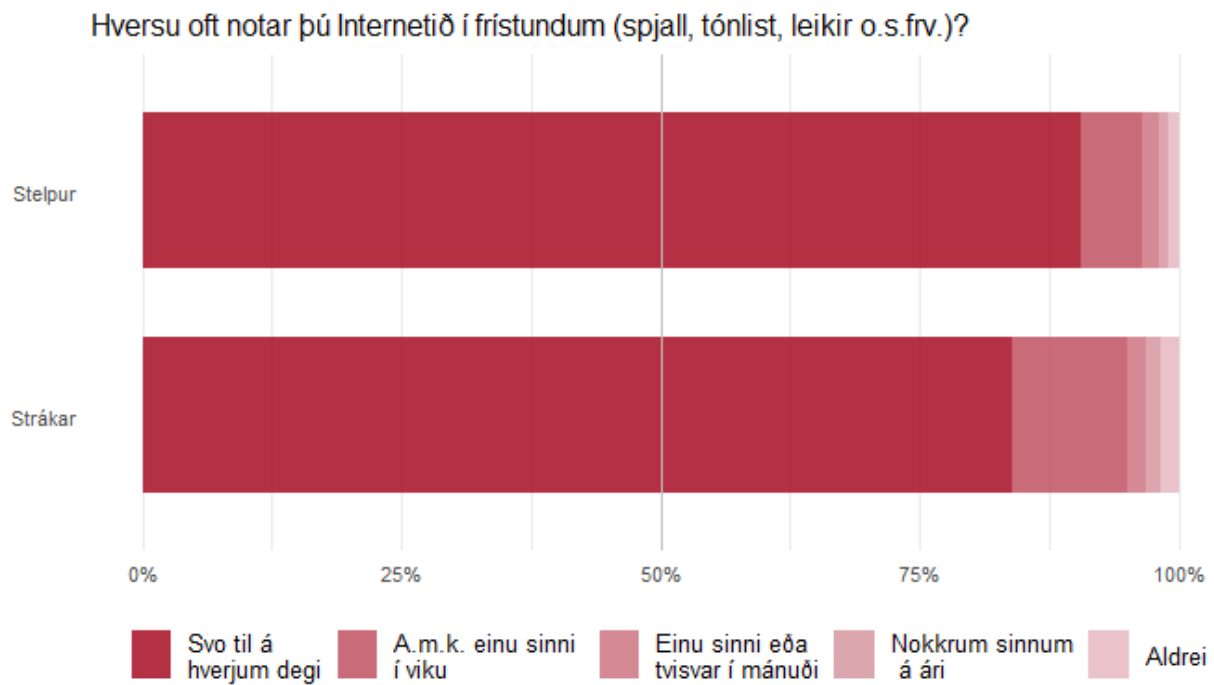


## Internet

Flestir þátttakenda notuðu Internetið í frístundum svo til daglega. Nokkuð fleiri stelpur en strákar notuðu Internetið svo til daglega.

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

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

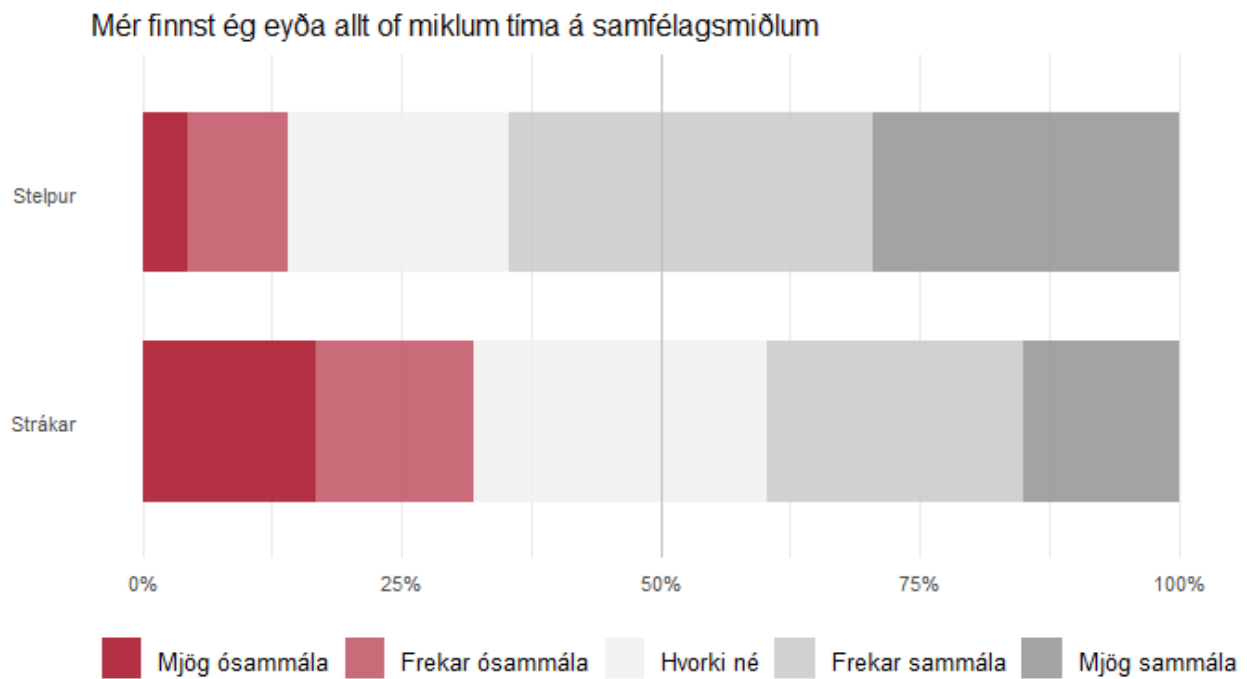


## Samfélagsmiðlar

Rúmlega helmingur þátttakenda fannst þeir eyða of miklum tíma á samfélagsmiðlum. Töluvert hærra hlutfall stelpna en stráka töldu sig eyða of miklum tíma á samfélagsmiðlum.

*Mér finnst ég eyða alltof miklum tíma á samfélagsmiðlum?*

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Mjög sammála	14,9	29,6	22,5
Frekar sammála	24,7	35,1	30,1
Hvorki né	28,3	21,2	24,7
Frekar ósammála	15,3	9,7	12,4
Mjög ósammála	16,8	4,4	10,4



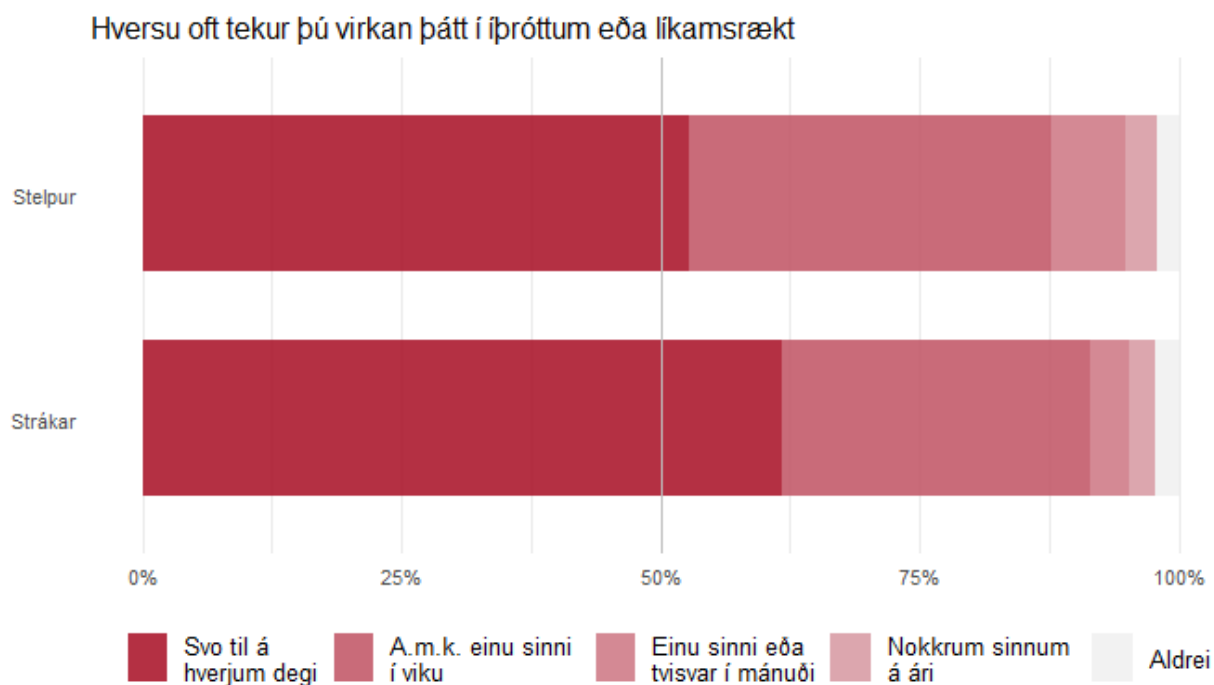


## Íþróttir og líkamsrækt

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

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

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	2,2	2,0	2,1
Nokkrum sinnum ná ári	2,5	3,1	2,8
Einu sinni eða tvisvar í mánuði	3,9	7,2	5,6
A.m.k. einu sinni í viku	29,6	34,9	32,4
Svo til á hverjum degi	61,8	52,7	57,1

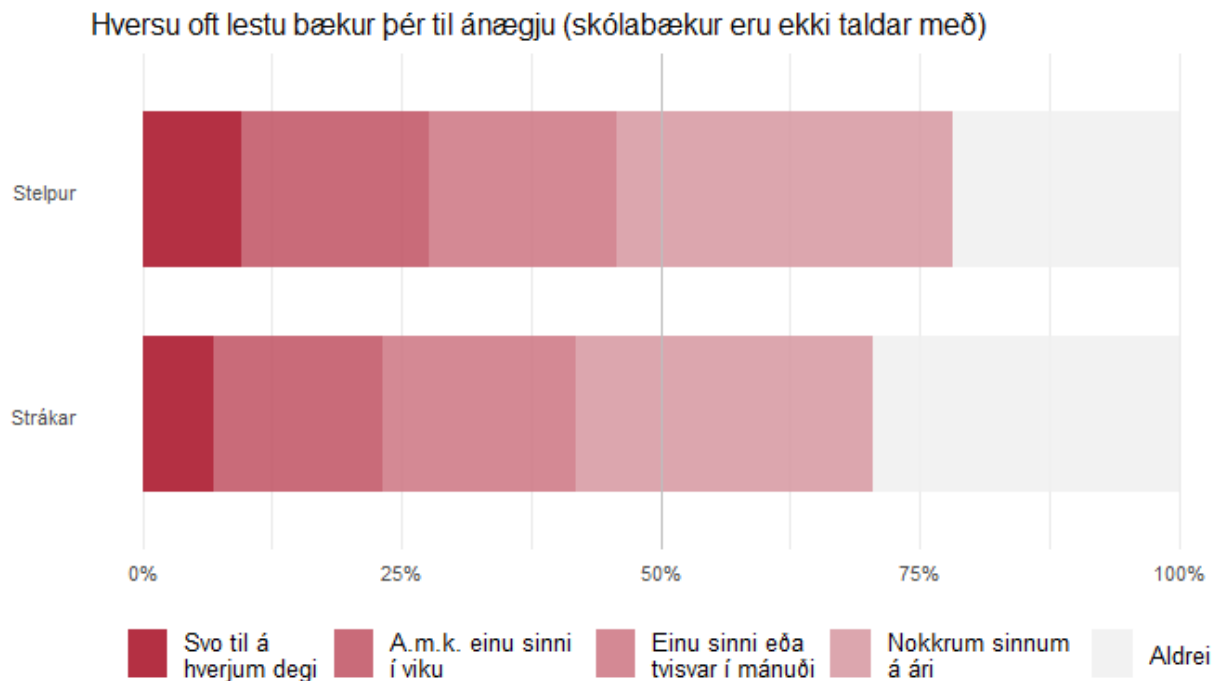


## Bóklestur til ánægju

Tæplega 26% þátttakenda lásu aldrei bækur sér til ánægju. Nokkuð fleiri strákar en stelpur lásu aldrei bækur sér til ánægju. Einnig var hlutfall stelpna hærra en stráka sem las bækur sér til ánægju a.m.k. einu sinni í viku eða næstum daglega.

### Hversu oft lestu bækur þér til ánægju (skólabækur eru ekki taldar með)?

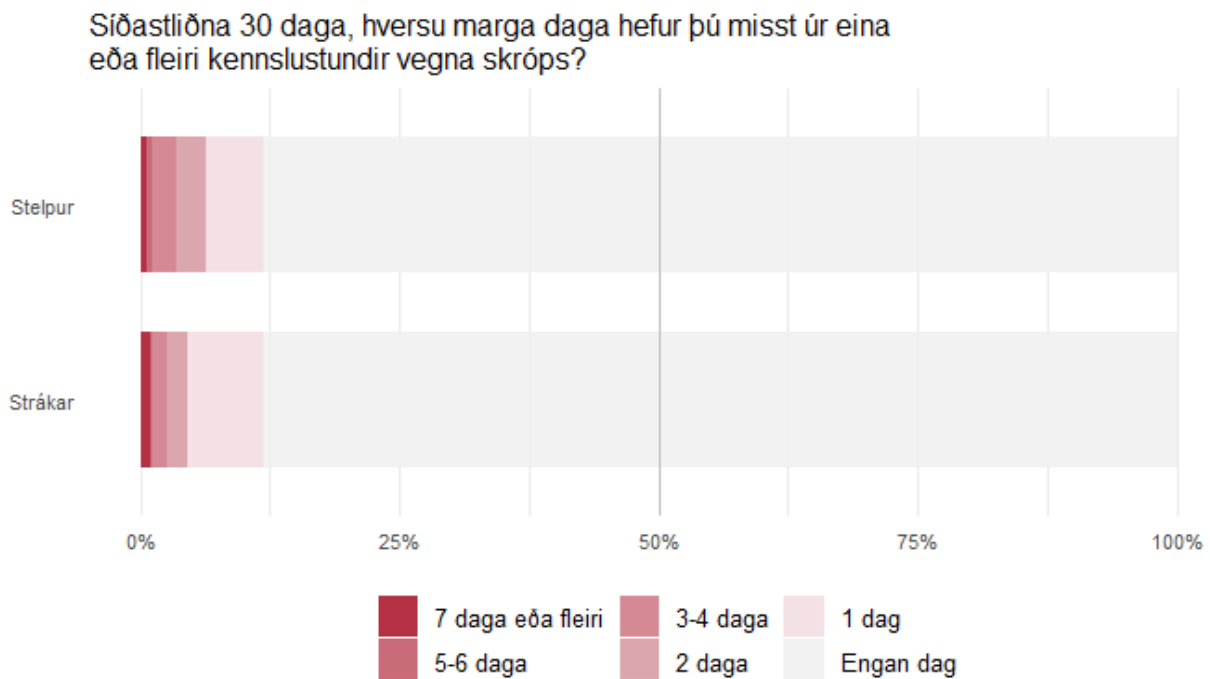
	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Aldrei	29,5	21,8	25,5
Nokkrum sinnum á ári	28,6	32,5	30,6
Einu sinni eða tvisvar í mánuði	18,7	18,1	18,4
A.m.k. einu sinni í viku	16,4	18,1	17,3
Svo til á hverjum degi	6,8	9,5	8,2



## Skrópað í skólanum

Síðastliðna 30 daga, hversu marga daga hefur þú misst úr eina eða fleiri kennslustundir vegna skróps?

	Strákar (%)	Stelpur (%)	Allir (%)
Engan dag	88,2	88,0	88,1
1 dag	7,2	5,5	6,4
2 daga	2,1	3,0	2,5
3-4 daga	1,5	2,2	1,8
5-6 daga	0,2	0,5	0,4
7 daga eða fleiri	0,9	0,7	0,8



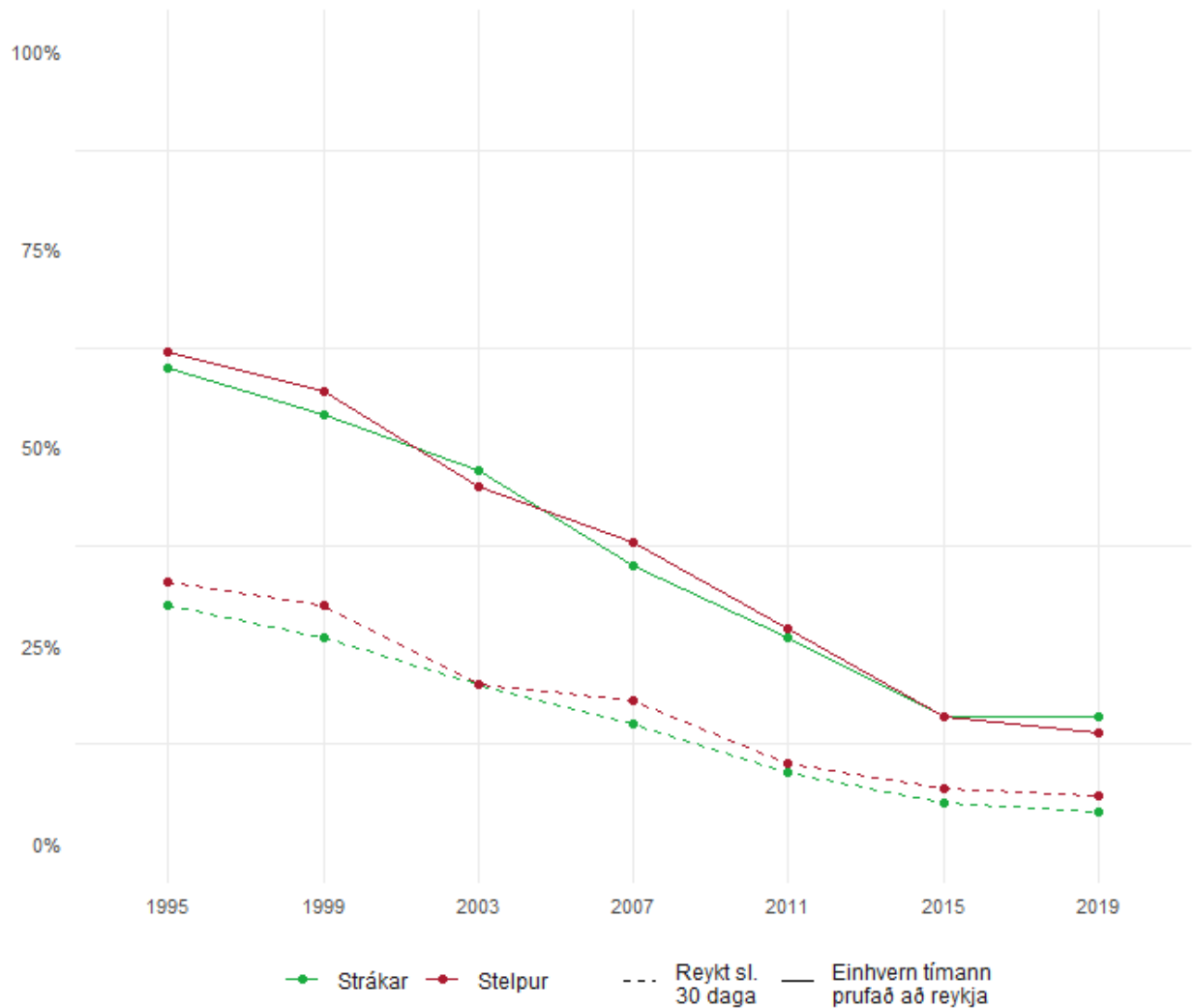
## Yfirlitskafli

Aðgengi og neysla ávana- og  
fíkniefna meðal 10. bekkinga á  
Íslandi 1995 - 2019

## Sígarettureykingar

Hér á síðunni má sjá yfirlitsmynd sem sýnir hvernig hefur dregið úr sígarettureykingum meðal 10. bekkinga á Íslandi frá upphafi ESPAD-rannsóknarinnar árið 1995 til ársins 2015. Ekki voru marktækar breytingar á fjölda þeirra sem hafa reykt sígarettur frá 2015 – 2019.

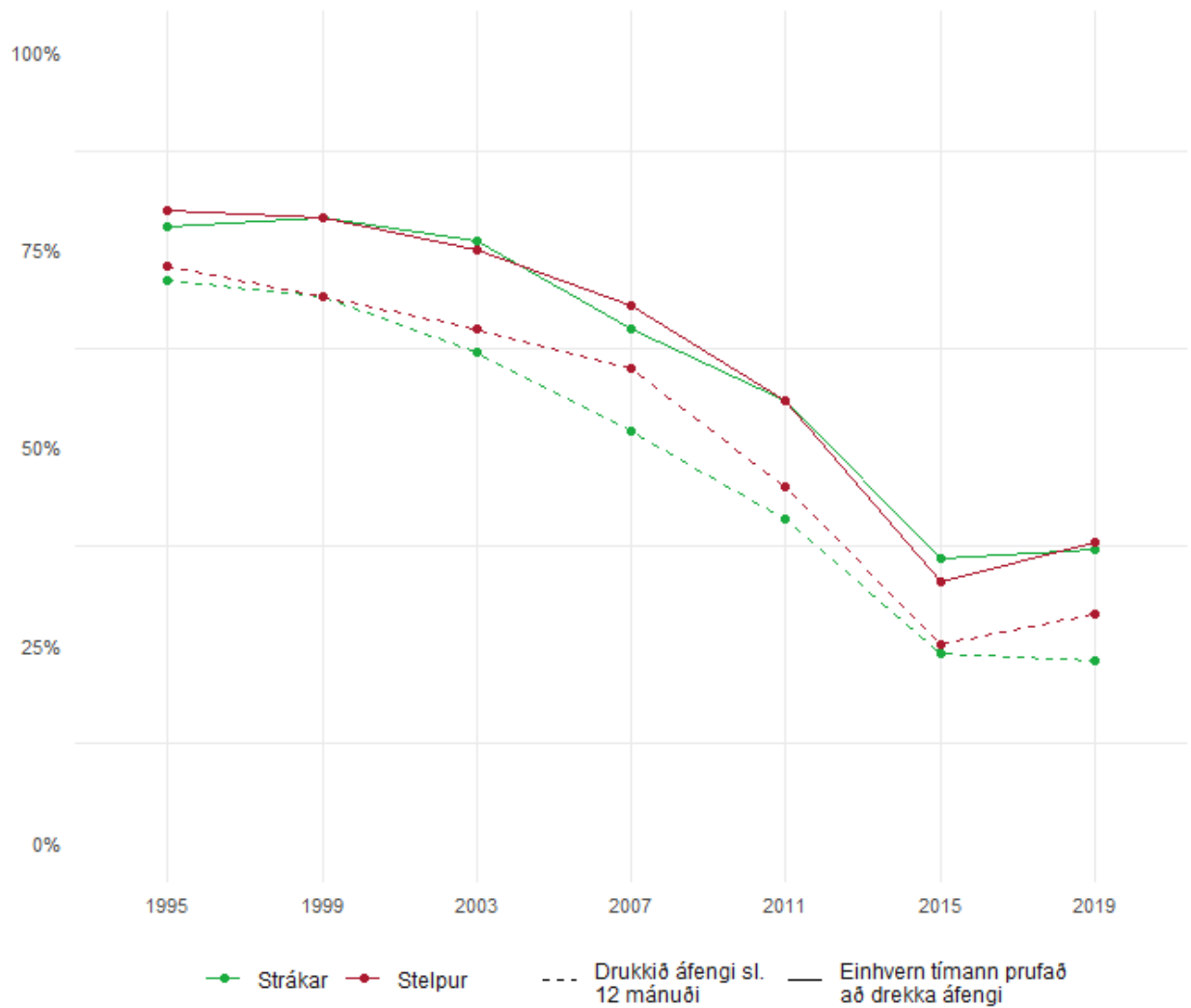
Samfellda línana sýnir hlutfall stráka og stelpna sem hafa einhvern tíma á ævinni prófað að reykja sígarettur. Brotalínan sýnir hlutfall þeirra sem höfðu reykt sígarettur sl. 30 daga fyrir framkvæmd könnunarinnar.



## Neysla áfengra drykkja

Hér á síðunni má sjá yfirlitsmynd sem sýnir hvernig hefur dregið úr neyslu áfengis meðal 10. bekkinga á Íslandi frá upphafi ESPAD-rannsóknarinnar árið 1995 til ársins 2015. Ekki voru marktækar breytingar á fjölda þeirra sem höfðu neytt áfengis frá 2015 – 2019.

Samfellda línana sýnir hlutfall stráka og stelpna sem hafa einhvern tíma á ævinni neytt áfengis (a.m.k. eitt glas). Brotalínan sýnir hlutfall þeirra sem höfðu neytt áfengis sl. 12 mánuði fyrir framkvæmd könnunarinnar.

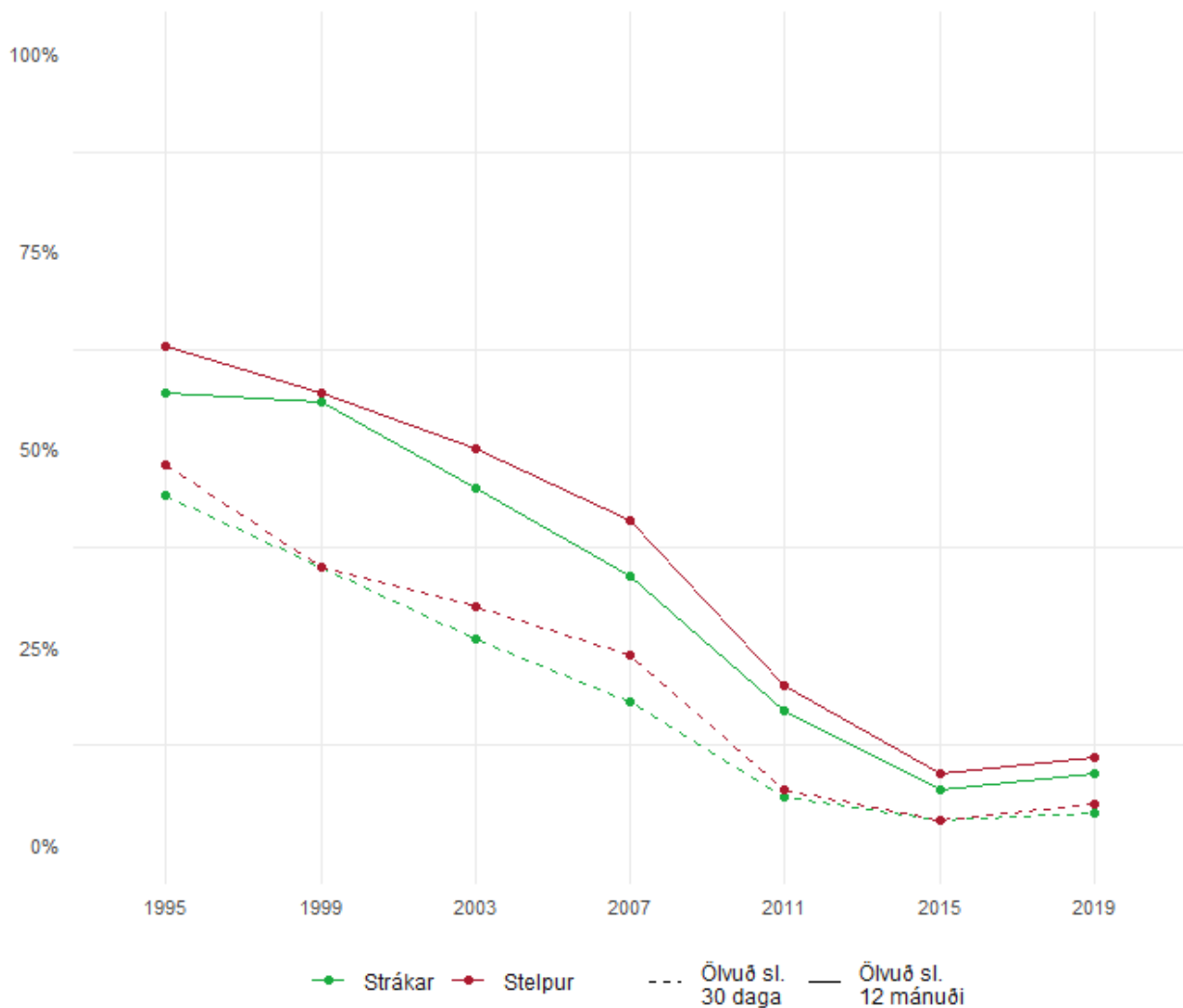


## Ölvun vegna áfengisdrykkju

Hér á síðunni má sjá yfirlitsmynd sem sýnir hvernig dregið hefur úr ölvun meðal 10. bekkinga á Íslandi frá upphafi ESPAD-rannsóknarinnar árið 1995 til ársins 2015. Ekki voru marktækar breytingar á fjölda þeirra sem höfðu orðið ölvuð milli árunna 2015 og 2019.

Samfellda línana sýnir hlutfall stráka og stelpna sem hafa verið ölvuð sl. 12 mánuði. Brotalínan sýnir hlutfall þeirra sem höfðu verið ölvuð sl. 30 daga fyrir framkvæmd könnunarinnar.

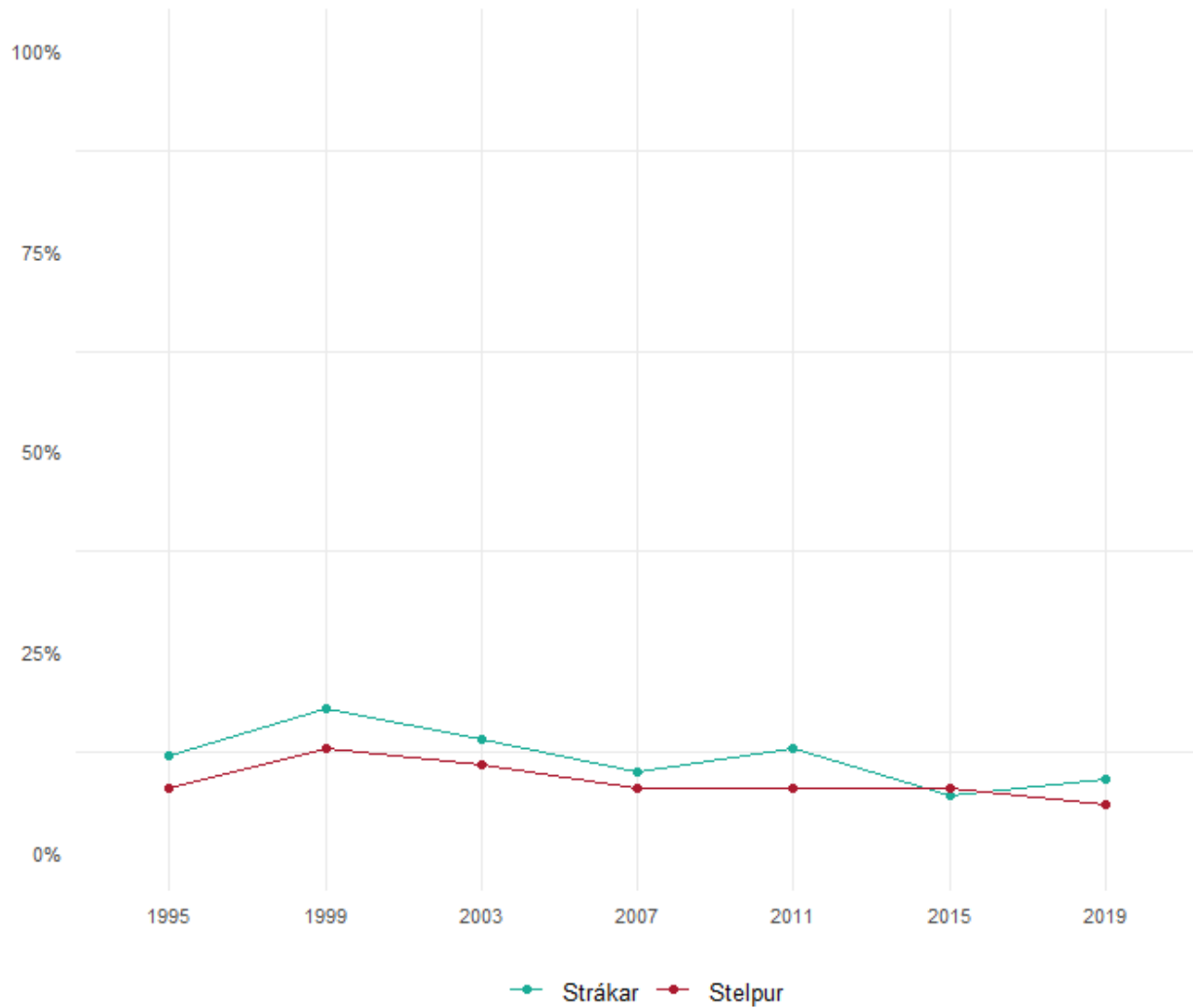
*Hversu oft (ef nokkurn tíma) hefur þú orðið ölvuð/ölvaður eftir að hafa neytt áfengra drykkja, t.d. slagað við göngu, geta ekki talað almennilega, kastað upp eða muna ekki hvað gerðist?*



## Neysla kannabisefna

Ekki voru marktækar breytingar á hlutfalli þátttakenda sem höfðu neytt kannabisefna milli ára 2015 – 2019.

*Hversu oft (ef nokkru sinni) hefur þú neytt marijúana eða hass (kannabisefna)?*

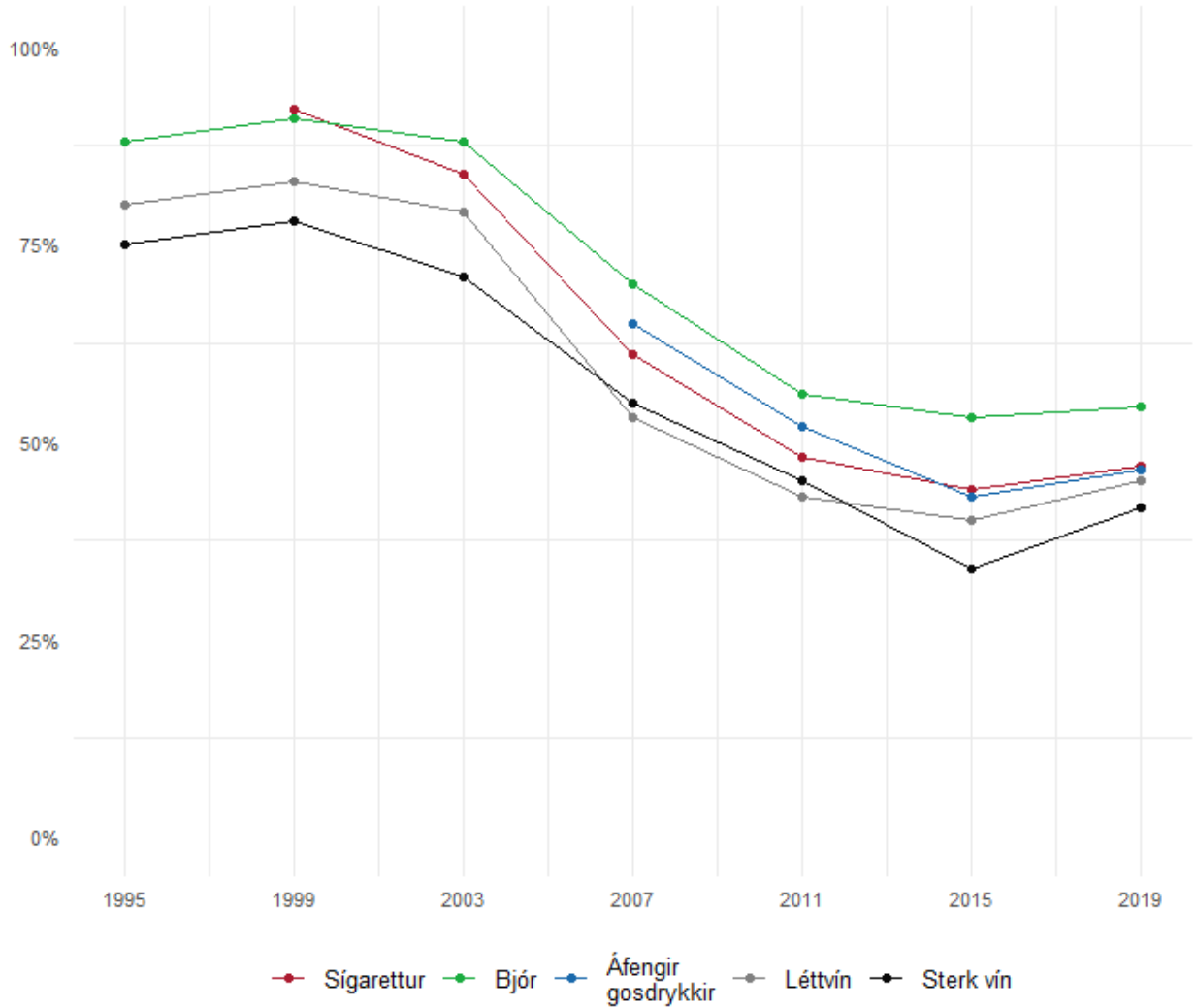




## Aðgengi að ávana- og fíkniefnum

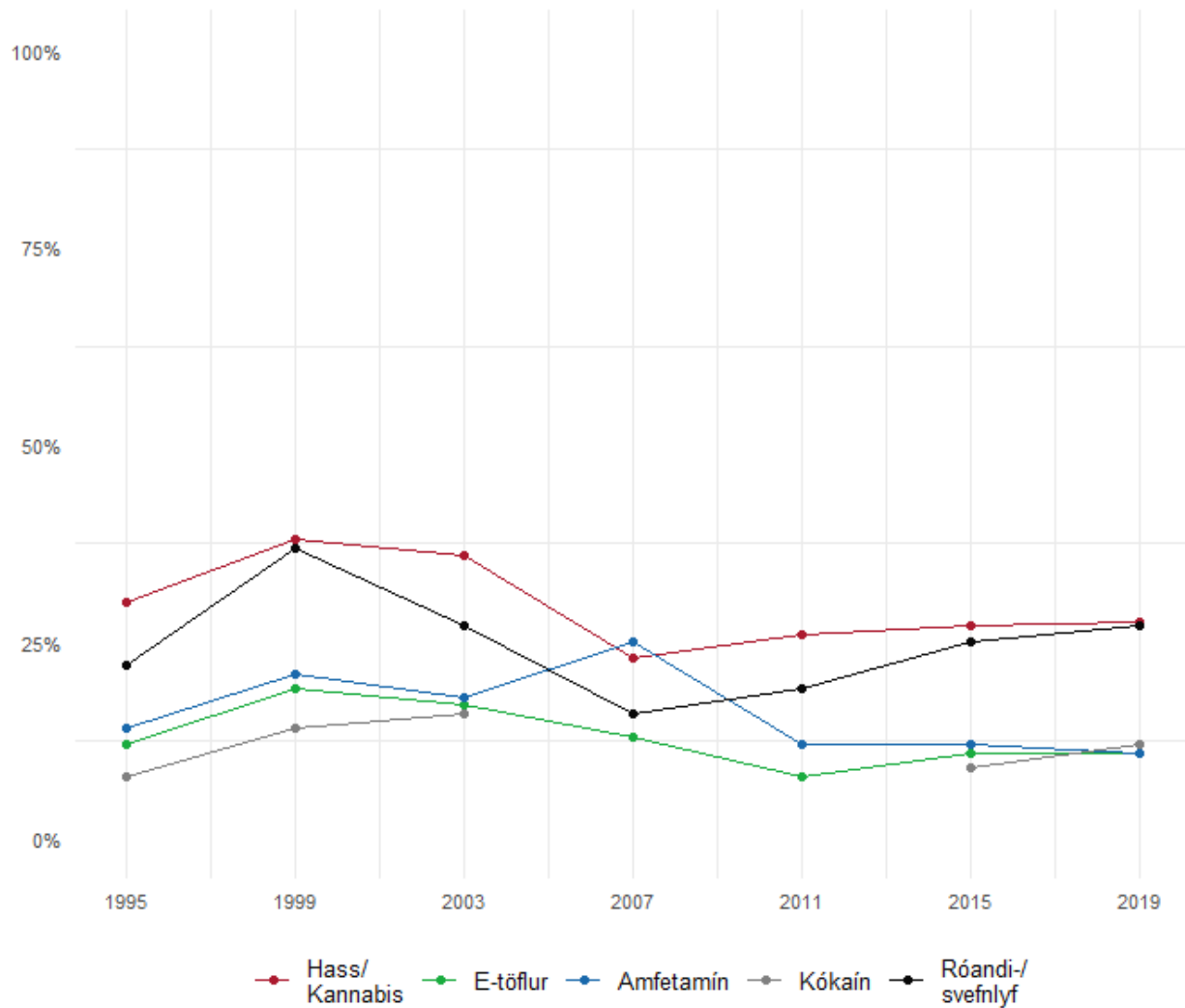
Hér að neðan má sjá samanburð á aðgengi þátttakenda að sígarettum og mismunandi áfengistegundum milli ára 1995 og 2019.

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



Á næstu mynd má sjá samanburð á aðgengi þátttakenda að mismunandi ólöglegum fíkniefnum milli ára 1995 og 2019. Ekki hefur orðið breyting á aðgengi að þessum efnum undanfarin fjögur ár.

*Hversu erfitt heldur þú að það væri fyrir þig að ná í [eftirfarandi vímuefni] ef þú vildir?*



## 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>