



# Danskernes rygevaner 2019



Delrapport 1: Nikotinafhængighed

## **Danskernes rygevaner 2019**

Delrapport 1: Nikotinafhængighed

© Sundhedsstyrelsen, 2020.

Publikationen kan frit refereres  
med tydelig kildeangivelse.

Figurer og tabeller skal gengives med tilhørende noter

Sundhedsstyrelsen  
Islands Brygge 67  
2300 København S

[www.sst.dk](http://www.sst.dk)

**Elektronisk ISBN:** 978-87-7014-180-2

**Sprog:** Dansk

**Version:** 1.0

**Versionsdato:** Maj 2020

**Format:** pdf

Figurer og tabeller, der fremgår i rapporten er udarbejdet af Statens Institut for  
Folkesundhed, Syddansk Universitet.

For Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet: Lisbeth Lund,  
Lotus Sofie Bast og Maja Bæksgaard Jørgensen.

Rapporten er skrevet og udgivet af Sundhedsstyrelsen,  
Maj 2020

# Indholdsfortegnelse

<b>1. Sammenfatning</b> .....	<b>4</b>
<b>2. English summary</b> .....	<b>6</b>
<b>3. Introduktion til rapporten</b> .....	<b>8</b>
<b>4. Metode</b> .....	<b>9</b>
<b>5. Tobaksrygning</b> .....	<b>11</b>
5.1. Rygning .....	11
5.2. Typer af cigaretter .....	15
<b>6. E-cigaretter</b> .....	<b>17</b>
6.1. Brugere af e-cigaretter .....	17
6.2. Smag i e-cigaretter .....	19
<b>7. Røgfri tobak</b> .....	<b>22</b>
7.1. Brug af røgfri tobak .....	22
7.2. Brug af røgfri tobak med særlige kendetegn .....	23
<b>8. Øvrige produkter</b> .....	<b>25</b>
8.1. Nikotinposer .....	25
8.2. Opvarmet tobak .....	26
<b>9. Oplevelse af nikotinafhængighed</b> .....	<b>27</b>
<b>Referenceliste</b> .....	<b>31</b>

# 1. Sammenfatning

DST Survey, Danmarks Statistik, har på vegne af Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen, Lungeforeningen og Sundhedsstyrelsen gennemført en undersøgelse af danskernes rygevaner i 2019, som denne temarapport bygger på. Undersøgelsen viser, at 23 pct. af danskerne bruger mindst et nikotinprodukt. Det betyder at lige under en fjerdedel af hele den danske befolkning anvender et produkt, der er afhængighedsskabende og sundhedsskadeligt.

Samlet set er det 20 pct. af danskerne, der ryger. Der er 14 pct., som ryger dagligt, og 6 pct., der ryger lejlighedsvist. Blandt de, der ryger dagligt, er 7 pct. storrygere<sup>1</sup>. Langt de fleste ryger cigaretter (93 pct.) og en del ryger vandpibe (8 pct.). Samtidig er der 3 pct. af den danske befolkning, der anvender e-cigaretter, 3 pct. bruger røgfri tobak, ca. 1 pct. bruger nikotinposer og ca. 1 pct. ryger opvarmet tobak.

Rygning er den forebyggelige enkeltfaktor, som har størst betydning for folkesundheden i Danmark. Det er estimeret, at op imod halvdelen af de personer, der ryger regelmæssigt, vil dø af en rygerelateret sygdom [2]. Rygning øger risikoen for en lang række alvorlige sygdomme, herunder særligt lungekræft, kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL) og hjertekarsygdom [2]. Rygning har også betydning for udvikling og forløbet af en række andre sygdomme, såsom en lang række kræftformer, luftvejsinfektioner, ufrivillig barnløshed, impotens, sårheling, knogleskørhed og mavesår [3, 4, 5]. Ved nogle sygdomme er rygning ikke årsagen, men er med til at forværre prognosen for helbredelse, ligesom det øger risikoen for komplikationer i forbindelse med operationer. Rygning er ikke kun skadeligt ved daglig rygning, men selv lejlighedsvis rygning og rygning af få cigaretter, er relateret til en øget risiko for sygdom [6].

Der er generelt flere mænd end kvinder, der bruger nikotinprodukter. Det er tydeligt ved traditionel tobaksrygning, hvor undersøgelsen viser, at 23 pct. af mændene ryger dagligt eller lejlighedsvist, mens det gælder for 18 pct. af kvinderne. Den største forskel ligger i andelen, der ryger dagligt, hvor 12 pct. af kvinderne og 16 pct. af mændene ryger dagligt. Der er mindre forskel mellem kønnene, når man ser på andelen, der ryger lejlighedsvist, og andelen, der tidligere har røget. Kønsforskellene gør sig også gældende for brugen af e-cigaretter og røgfri tobak.

Der er flere, der enten ryger, bruger røgfri tobak eller e-cigaretter blandt 15-29-årige end blandt de øvrige aldersgrupper. Produkterne er skadelige for alle, uanset alder, men det er særligt bekymrende, at unge bruger produkterne, for her er kroppen særligt udsat. Hjernen er først færdigudviklet omkring 25-årsalderen, og børn og unges umodne hjerner er derfor særligt følsomme for nikotin, og de bliver hurtigere nikotinafhængige end voksne. Jo tidligere unge begynder at bruge nikotinprodukter, jo større afhængighed udvikles der, og jo sværere er det at stoppe senere i livet. Samtidig er der større risiko for at blive storryger, når man starter med at ryge i en tidlig alder [7, 8]

Der er en sammenhæng mellem uddannelsesniveau og andelen, der ryger. Der er flere, der ryger, blandt personer med kort uddannelse (29 pct.) og færre, der ryger, blandt personer med en lang videregående uddannelse (9 pct.). Dette gør sig også gældende for brugen af e-cigaretter og røgfri tobak, hvor den største andel brugere findes blandt personer med grundskole som højeste fuldførte uddannelsesniveau, mens der er færre i takt med stigende uddannelsesniveau. Rygning er derfor en af de vigtigste årsager til ulighed i sundhed og en stærkt medvirkende årsag til, at danskerne lever kortere end vores europæiske naboer.

Danskernes Rygevaner 2019 viser desuden, at det især er unge, der tiltrækkes af smagsstoffer. Blandt personer, der bruger e-cigaretter er det 25 pct. af de 15-29-årige, der svarer, at de bruger smag af mentol/mint, 77

<sup>1</sup> Sundhedsstyrelsen bruger sjældent begrebet "ryger", og anvender som regel derimod formuleringen "personer, der ryger". Dette er ud fra en betragtning om, at rygning ikke er noget, man er, men derimod noget, man gør. Af formidlingsmæssige hensyn er det dog valgt i denne rapport at anvende begrebet "storryger"

pct., der bruger frugtsmag og 41 pct., der svarer, at de bruger smag af slik/sodavand i deres e-cigaretter. Den største andel personer, der bruger cigaretter med mentolsmag er ligeledes 15-29-årige. Dette er ikke overraskende, da Sundhedsstyrelsens undersøgelse af unges brug af røgfri tobak ligeledes viste, at 42 pct. af 15-24-årige bruger røgfri tobak med smag af mentol [9]. Den undersøgelse viste desuden, at 10 pct. af 15-24-årige bruger røgfri tobak (snus/tyggetobak).

Resultaterne af "Danskernes Rygevaner 2019" peger på vigtigheden af fortsat at forebygge, at børn og unge eksperimenterer med og begynder at bruge nogen form for nikotinprodukt, uanset om det er traditionel røgtobak, opvarmet tobak, nikotinposer, e-cigaretter eller røgfri tobak [10].

Undersøgelsen af danskernes rygevaner i 2019 er baseret på 11.945 personer i aldersgruppen 15-79 år, der har besvaret spørgeskemaet enten elektronisk via e-boks eller telefonisk gennem en telefoninterviewer fra Danmarks Statistik. Denne rapport er udarbejdet af Sundhedsstyrelsen. Statens Institut for Folkesundhed har bearbejdet data til tabeller og figurer i rapporten.

Der er sket en ændring i dataindsamlingsmetoden i undersøgelsen af danskernes rygevaner i 2019. Derfor kan resultater fra 2019 undersøgelse ikke direkte sammenlignes med resultaterne fra tidligere års undersøgelser af danskernes rygevaner.

## 2. English summary

On behalf of the Danish Cancer Society, the Danish Heart Association, the Danish Lung Association and the Danish Health Authority, Statistics Denmark has carried out an investigation of Danes' smoking habits in 2019. This report is based on the results of this investigation. The investigation shows that 23 percent of Danes use at least one type of nicotine product. This means that just under a quarter of the Danish population uses a product, which is addictive and harmful to their health.

Altogether, 20 percent of Danes smoke, where 14 percent smoke daily and 6 percent smoke occasionally. Of those who smoke daily, 7 percent are heavy smokers<sup>2</sup>. The vast majority of smokers smoke cigarettes (93 percent) and some smoke water pipes (8 percent). At the same time, 3 percent of the Danish population use e-cigarettes, 3 percent use smokeless tobacco, approximately 1 percent use nicotine pouches and approximately 1 percent use heated tobacco.

Smoking is the preventable factor that has the greatest impact on public health in Denmark. It is estimated that close to half of those who smoke regularly will die from a smoking related disease [2]. Smoking increases the risk of a number of serious diseases, including lung cancer, chronic obstructive pulmonary disease and cardiovascular disease [2]. Smoking also has an impact on the development and course of number of other diseases including a long list of types of cancer, respiratory infections, involuntary infertility, impotence, wound healing, osteoporosis and stomach ulcers [3, 4, 5]. In the case of some other diseases, smoking is not the cause but contributes to worsening the prognosis, just as it increases the risk of complications from surgical procedures. Smoking is not only damaging in the case of daily smoking, but also with occasional smoking or smoking few cigarettes, which is related to an increased risk of disease [6].

Men generally use nicotine products more often than women do. This is clear in the case of smoking tobacco, where the investigation shows that 23 percent of men smoke daily or occasionally, whereas this only applies to 18 percent of women. The biggest difference is in the proportion who smoke daily, where 12 percent of women smoke daily and 16 percent of men smoke daily. There is a smaller difference between the genders when we look at those who smoke occasionally and previous smokers. These gender differences also apply to the use of e-cigarettes and smokeless tobacco.

There are more that either smoke, use smokeless tobacco or use e-cigarettes amongst 15-29-year-olds than amongst the other age groups. These products are harmful for all, regardless of age, but it is especially concerning that youths use them, because the body is particularly vulnerable to the effects during youth. The brain is not fully developed until around age 25, and children's and youths' immature brains are especially sensitive to nicotine and become addicted more quickly than adults do. The earlier youths begin using nicotine products, the greater the addiction they develop and the greater the difficulty with quitting later in life. At the same time, there is a greater risk of becoming a heavy smoker when people start smoking at an early age [7, 8].

There is an association between level of education and the proportion of smokers. There are more who smoke amongst those with a short education (29 percent) and fewer who smoke amongst those with a long continuing education (9 percent). This is especially true for the use of e-cigarettes and smokeless tobacco, where the largest proportion of users is found amongst those with primary school as their highest completed level of education, while there are fewer with increasing completed education level. Smoking is, therefore, one of the most important causes of inequality in health and a strong contributing factor in Danes' shorter life spans than our European neighbours.

<sup>2</sup> The Danish Health Authority rarely uses the term "smoker", but usually uses the phrase "people who smoke", based on an assumption that smoking is not something you are, but something you do. However, for reporting reasons, we have chosen to use the term "heavy smoker"

Danes' Smoking Habits 2019 also shows that youths are particularly attracted to flavour additives. Amongst those who use e-cigarettes, respondents aged 15-29 report that they use flavours in the form of menthol/mint (25 percent), fruit (77 percent) and candy/soda (41 percent). The age group that most often uses cigarettes with menthol is also the 15-29-year-olds. This is not surprising, since the Danish Health Authority's investigation of youths' use of smokeless tobacco showed that 42 percent of 15-24-year-old users, use smokeless tobacco with menthol [9]. This investigation also showed that 10 percent of 15-24-year-olds use smokeless tobacco (chewing tobacco).

The results point to the importance of continuing to prevent children and youths from experimenting and starting to use any form of nicotine product, regardless of whether it is traditional smoking tobacco, heated tobacco, nicotine pouches, e-cigarettes or smokeless tobacco [10].

The investigation of Danes' smoking habits in 2019 is based on 11,945 responses from people aged 15-79, who have answered a questionnaire either electronically via 'e-boks' or through a telephone interview with an interviewer from Statistics Denmark. The Danish Health Authority has written this report. The National Institute of Public Health has processed the data to tables and figures in the report.

## 3. Introduktion til rapporten

Resultaterne af undersøgelsen "Danskernes Rygevaner 2019" opdeles i fire temarapporter, som er udarbejdet af Sundhedsstyrelsen. Statens Institut for Folkesundhed (SIF) har bearbejdet data til tabeller og figurer i rapporterne. Denne temarapport (temarapport 1) omhandler prævalenser, dvs. andelen af befolkningen, der ryger røgtobak, opvarmet tobak, bruger e-cigaretter, røgfri tobak og nikotinposer, samt deres opfattelse af egen nikotinafhængighed. De øvrige temarapporter vil afdække: 2) Rygestopønske, rygestopadfærd og brug af hjælpemidler til rygestop, 3) brug af nyere produkter som e-cigaretter, opvarmet tobak, nikotinposer mv. og 4) rygning indendørs og i hjem med børn. De forventes at blive offentliggjort i sommeren 2020.

Langt de fleste resultater fra "Danskernes Rygevaner 2019" er vist i figurer og tabeller, mens enkelte tal beskrives i teksten derunder. I kapitel 3 fremgår en kort beskrivelse af metoden, der er anvendt før, under og efter dataindsamlingen samt hvad man med fordel kan være opmærksom på i tolkningen af resultaterne. Det er vigtigt at læse kapitel 2 og 3 før resultaterne i denne temarapport gengives.

Der er altid en statistisk usikkerhed ved spørgeskemaundersøgelser, som denne rapport er baseret på, da undersøgelsen baserer sig på en stikprøve og ikke en hel befolkning. Dette er beskrevet nærmere i nedenstående metodeafsnit. I figurene fremgår antallet af besvarelser (n) i den enkelte svarkategori. Disse er relevante i tolkningen af resultaterne, da et lille antal besvarelser (<50) øger risikoen for statistisk usikkerhed. Dette er kommenteret under figurene, hvor det er aktuelt.

I rapporten er der afrundet til nærmeste hele tal. Undtaget er tal under 1, som angives med decimal.

Svarkategorien "ved ikke" er ikke medtaget i alle rapportens figurer, men er dog illustreret i figur 16, fordi der i dette spørgsmål har været relativt mange, der har svaret "ved ikke" sammenlignet med øvrige spørgsmål. I de figurer, hvor "ved ikke"-gruppen er udeladt, indgår gruppen dog af det samlede antal besvarelser, og dermed i beregningen af procentandelene. Dvs. at "ved ikke"-gruppen indgår i beregningen, når man f.eks. skal se, andelen af danskere, der bruger røgfri tobak.

I rapporten er kategorien "lejlighedsvis rygere" eller "lejlighedsvis brugere" defineret som personer, der har svaret, at de bruger et nikotinprodukt mindst en gang om ugen eller sjældnere end ugentligt. Yderligere er kategorien "tidligere rygere" og "tidligere brugere" defineret som personer, der er stoppet med at ryge/bruge et givent nikotinprodukt inden for de seneste 12 måneder, 1-5 år eller for mere end 5 år siden.

Nogle af figurene illustrerer forskelle i brugen af nikotinprodukter mellem køn, aldersgrupper og uddannelsesgrupper. Alder inddrages i tre grupper: 15-29 år, 30-59 år samt 60 år og derover. Denne inddeling er valgt af hensyn til fordelingen af antal personer i hver gruppe, der skal have en vis størrelse for, at vi kan illustrere det i figurene. Dette fordi få besvarelser i hver gruppe øger risikoen for statistisk usikker som også beskrevet ovenfor. Højest fuldførte uddannelse (herefter refereret til som uddannelse) er ligeledes kategoriseret efter, at der skal være tilstrækkelig med besvarelser i en gruppe. Uddannelse er inddelt i følgende grupper: grundskole, gymnasial og erhvervsfaglig uddannelse og videregående uddannelse. Det betyder, at gymnasial og erhvervsfaglig uddannelse er slået sammen til én gruppe "gym./erhvervs. udd." og at kort, mellemlang og lang videregående uddannelse og slået til en gruppe "videregående udd."

Vi har valgt ikke at illustrere de adspurgte, der er under uddannelse i figurer, hvor data fordeles på uddannelse, idet personer under uddannelse ofte ikke kan karakteriseres som en ensartet gruppe. F.eks. kan nogle personer være i gang med en lang videregående uddannelse, mens andre for eksempel kan være i gang med en gymnasial eller erhvervsfaglig uddannelse. Således indeholder figurer med uddannelse færre besvarelser end de resterende figurer i det tilsvarende kapitel, og beregningen af andelen, der f.eks. ryger, indeholder ligeledes et lavere antal.



## 4. Metode

Datagrundlaget for denne rapport er spørgeskemaundersøgelsen "Danskernes Rygevaner 2019", som er gennemført blandt et repræsentativt udsnit af den danske befolkning på 15 år og op til 79 år. Undersøgelsen er finansieret af Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen, Lungeforeningen og Sundhedsstyrelsen. Dataindsamlingen er i 2019 gennemført af DST Survey, Danmarks Statistik i perioden fra d. 24. september til 31. december 2019.

Da der i forbindelse med undersøgelsen af danskernes rygevaner i 2019 er sket en ændring i den anvendte metode, kan der ikke foretages en direkte sammenligning med undersøgelser af danskernes rygevaner fra tidligere år. Eventuel sammenligning skal ledsages af en række forbehold for bl.a. metoden for dataindsamling og ændring i en række spørgsmål og svarkategorier.

I forbindelse med dataindsamlingen til undersøgelsen "Danskernes Rygevaner 2019" har DST Survey trukket en repræsentativ stikprøve af befolkningen mellem 15-79 år (4.600.514 personer i gruppen i alt), som herefter er blevet tilfældigt udvalgt ved brug af CPR-registret på baggrund af køn, alder, højest fuldførte uddannelsesniveau samt bopælsregion. Dette bidrager til at sikre så god repræsentativitet af undersøgelsen som muligt. Udvælgelsen af personer, der er blevet bedt om at besvare spørgeskemaet, er sket på baggrund af de internationale krav, der er til repræsentative undersøgelser. Stikprøven var på 25.051 personer i alt og 11.945 personer besvarede undersøgelsen, hvilket giver en svarprocent på 47,7 pct. Yderligere informationer om stikprøvedesignet ses af "Metodedokument om Danskernes Rygevaner 2019" udarbejdet af DST Survey og ligger på Sundhedsstyrelsens hjemmeside [www.sst.dk](http://www.sst.dk).

Invitationen til at deltage i undersøgelsen er sendt til digital post via e-boks. I invitationen var undersøgelsens baggrund og formål beskrevet. Brevet indeholdt information om databrug og datasikkerhed, og der var link og adgangskode til det webbaserede spørgeskema. DST Survey sendte tre digitale påmindelser via e-boks i perioden 8. oktober til 28. oktober. De personer, der på dét tidspunkt ikke havde besvaret spørgeskemaet, og som ikke havde et registreret telefonnummer (hemmeligt nummer) fik derudover tilsendt en sidste påmindelse via e-boks. De personer, der ikke havde besvaret spørgeskemaet og som havde et registreret telefonnummer, blev i perioden 6. december til 31. december kontaktet via telefon af en telefoninterviewer fra DST Survey, hvor de fik mulighed for at gennemføre undersøgelsen telefonisk. I alt besvarede 9.807 personer spørgeskemaet online, og 2.138 personer besvarede spørgeskemaet via telefoninterview.

I alle undersøgelser baseret på en stikprøve af befolkningen, er der en række faktorer, der kan have betydning for, om undersøgelsens resultater kan siges at afspejle virkeligheden. Det er vigtigt at kende til disse faktorer i tolkningen af data. En af de faktorer, der kan have betydning for om resultaterne svarer til virkeligheden, er, at der altid er grupper, der er mindre tilbøjelige til at svare på spørgeskemaundersøgelser. Nogle grupper er ydermere mindre tilbøjelige til at svare på web-baserede undersøgelser, og der kan derfor suppleres med postbreve med papir-spørgeskemaer eller telefoninterviews. Det er omkostningsfuldt at indsamle data via post, og det kræver desuden længere tid at indsamle besvarelser. For at minimere nogle af disse bias er der i forbindelse med denne undersøgelse sendt en række påmindelser, indsamlet via både web og telefon samt udloddet en pengepræmie, som kunne vindes ved lodtrækning blandt deltagerne.

Sundhedsstyrelsen har anmodet SIF om at analysere metoderne og sammenligningsmulighederne i undersøgelserne Danskernes Rygevaner 2018 og 2019. Af notatet fremgår det bl.a., at der er en større andel, der ryger dagligt (19 pct.), blandt de personer, der har besvaret spørgeskemaet via telefoninterview end blandt dem, der har besvaret spørgeskemaet via web (12 pct.). Andelen af personer, der tidligere har røget, samt andelen af personer, der ryger lejlighedsvist er derimod højere blandt dem, der har svaret via web. Ved at vælge supplerende telefoninterviews har vi dermed forsøgt at reducere en del af de bias, der kan være ved webbaserede

undersøgelser. Notatet "Metodeforskelle mellem undersøgelsen af danskernes rygevaner 2018 og 2019", udarbejdet af SIF, er tilgængeligt på Sundhedsstyrelsens hjemmeside.

Som følge af rykkere og telefoninterviews er der opnået en svarprocent på 47,7 pct., og resultaterne af denne undersøgelse er derfor efterfølgende vægtet, så der er taget højde for en lang række socioøkonomiske faktorer, der kan have betydning for, om man svarer på undersøgelsen. Det betyder, at der er større sandsynlighed for, at undersøgelsens resultater er repræsentative for befolkningens sammensætning mht. køn, alder, uddannelse, geografi mv. Procenter, der fremgår af tekst, tabeller og figurer i ovenstående analyse er de vægtede resultater af undersøgelsen. Det fremgår af metodenotatet fra DST Survey hvilke socioøkonomiske faktorer, der er anvendt i vægtningen.

En anden faktor, der kan have en betydning for undersøgelsens resultater er, at undersøgelsen handler om brug af tobak og andre nikotinprodukter, som har været et omdiskuteret emne de senere år. Dette kan enten øge interessen for emnet og dermed besvarelsen hos en gruppe personer, og omvendt kan det øge frafaldet hos en anden. Samtidig kan debatten om emnet betyde, at nogle personer oplever det som et tabu at ryge og derfor ikke ønsker at besvare spørgeskemaet. Det er vanskeligt at afgøre, hvilken betydning dette har for besvarelsene.

I alt 11.945 personer har besvaret undersøgelsen. Som beskrevet i kapitel 3 kan det øge den statistiske usikkerhed, hvis antallet af besvarelser (n) på et spørgsmål er lille (<50 besvarelser). Det betyder, at vi ikke med sikkerhed kan sige, at der er tale om et retvisende billede, eller om det er tilfældigt, at et antal personer, har svaret, som de har. Sundhedsstyrelsen har valgt ikke at afrapportere de kryds af spørgsmål, hvor antallet af besvarelser på *spørgsmålet* er lavere end 50 (f.eks. brug af e-cigaretter med mentolsmag blandt 15-29-årige mænd). Der er enkelte spørgsmål, vi har valgt at afrapportere, selvom der i enkelte *svarkategorier* er få svar (<50), fordi der samlet set er tilstrækkeligt med besvarelser i selve spørgsmålet. Dette er kommenteret, hvor det er tilfældet. For at gøre det tydeligt, hvornår der er få besvarelser, har vi i nedenstående analyse beskrevet det uvægtede antal (n), der har besvaret de enkelte spørgsmål frem for det opregnede antal, mens procenterne i analysen er de vægtede resultater.

I metodedokumentet, der er tilgængeligt på Sundhedsstyrelsens hjemmeside [www.sst.dk](http://www.sst.dk), kan du læse mere om metoden for dataindsamlingen, bortfald, vægtning mv.

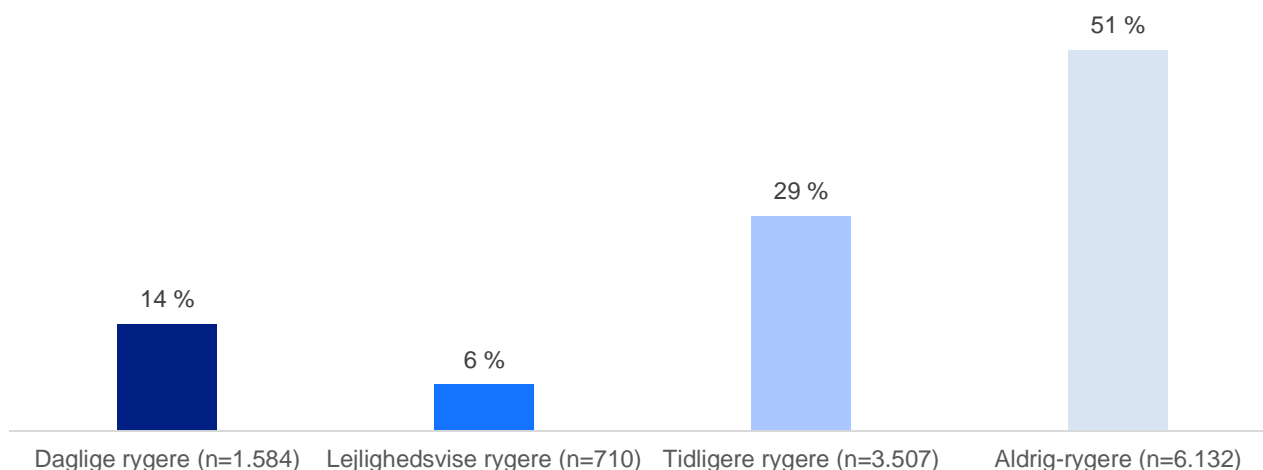
Nedenstående tabeller og figurer kan frit anvendes med korrekt kildehenvisning og med de forbehold, der er nævnt i noterne til de enkelte tabeller og figurer.

## 5. Tobaksrygning

Dette kapitel beskriver andelen af personer, som ryger tobak, herunder andelen af personer, der har et aktuelt forbrug, andelen, der tidligere har røget og andelen, der aldrig har røget. Yderligere beskrives andelen af storrygere ( $\geq 15$  cigaretter om dagen) samt hvilken type røgtobak, der ryges og hvilken type cigaretter, der ryges. Det fremgår af spørgeskemaet, som de adspurgte har besvaret, at spørgsmål om rygning ikke omfatter e-cigaretter.

### 5.1. Rygning

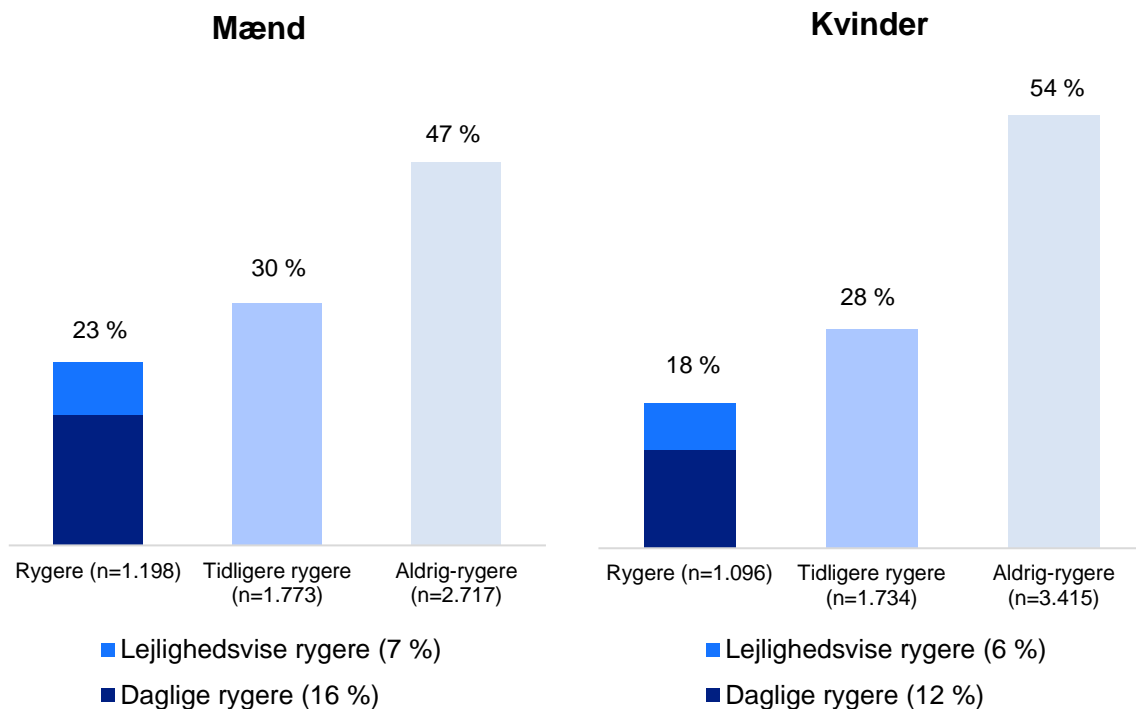
Figur 1: Rygegrupper, procent



Undersøgelsen viser, at der i 2019 er 20 pct., der ryger. Der er 14 pct., der ryger dagligt, og 6 pct., der ryger lejlighedsvist (figur 1). Af figur 1 fremgår det også, at 29 pct. tidligere har røget, og at 51 pct. af danskerne aldrig har røget.

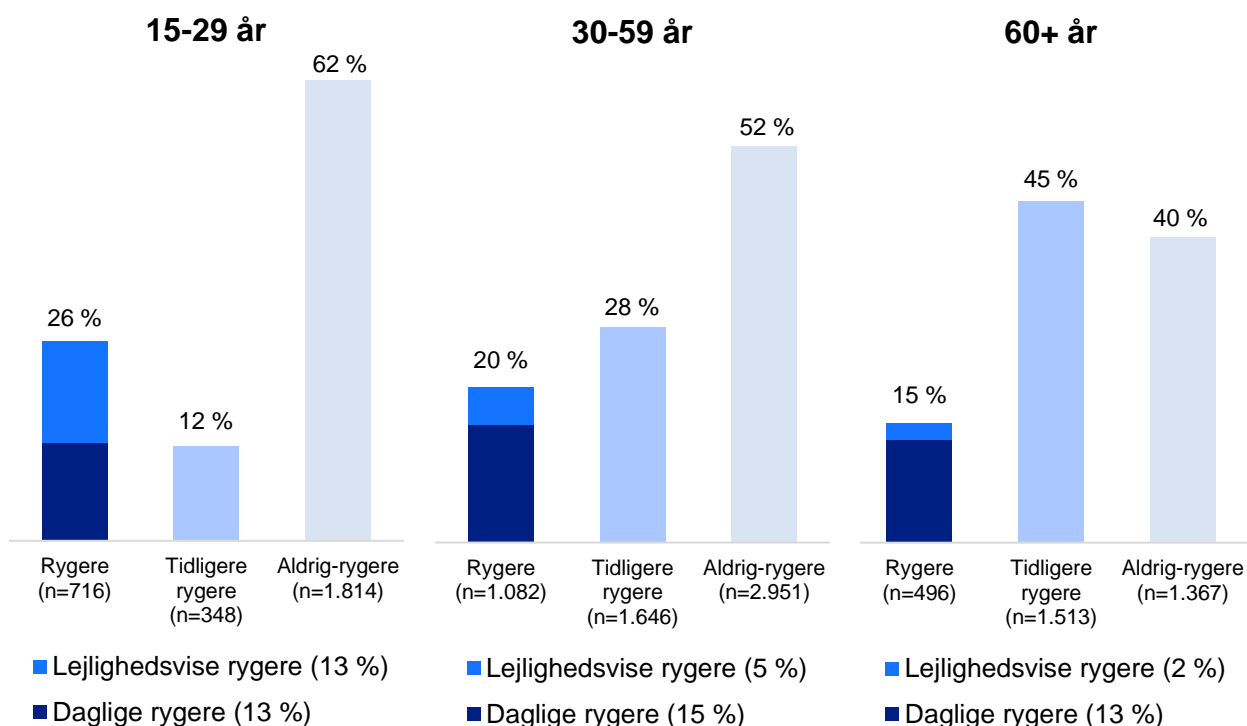
I undersøgelsen er der spurgt til, hvilken type tobaksprodukt, man ryger. De adspurgte har haft mulighed for at vælge flere svarkategorier, og svarene er derfor ikke gensidigt udelukkende. Disse tal er ikke illustreret i en figur, men opremses her: 93 pct. af de, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, ryger cigaretter, 1 pct. ryger cigarillos, 1 pct. ryger cerutter, 7 pct. ryger pibe, 3 pct. ryger cigar 8 pct. ryger vandpibe og 3 pct. svarer, at de ryger noget andet.

Figur 2: Rygegrupper fordelt på køn, procent



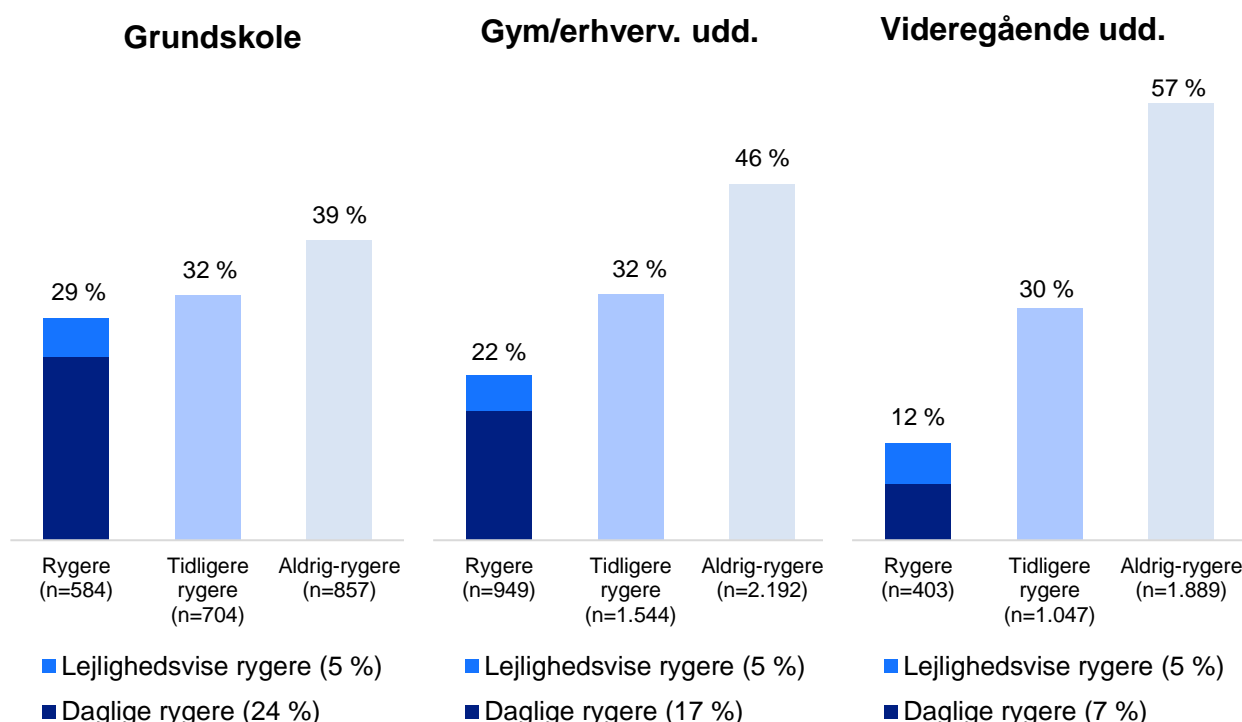
Som det fremgår af figur 2 er der flere mænd end kvinder, der ryger. 23 pct. af mændene ryger dagligt eller lejlighedsvist, mens det samme gør sig gældende for 18 pct. af kvinderne. Den største forskel ligger i andelen af dagligrygere, da 16 pct. af mændene ryger dagligt, mens 12 pct. af kvinderne ryger dagligt. Der er mindre forskel mellem kønnene, når man ser på andelen, der ryger lejlighedsvist eller tidligere har røget.

Figur 3: Rygegrupper fordelt på aldersgrupper, procent



Mere end hver fjerde person i aldersgruppen 15-29 år ryger (26 pct.). Det er dermed den aldersgruppe, der indeholder den højeste andel, der ryger. Figur 3 viser også, at der blandt 30-59-årige er 20 pct., der ryger, mens 15 pct. af de 60+ årige ryger. Den store forskel i andelen, der ryger, skyldes, at en 13 pct. af de 15-29-årige svarer, at de ryger lejlighedsvist, mens der er 5 pct., der ryger lejlighedsvist blandt de 30-59-årige og 2 pct. blandt de 60+ årige. I den yngste aldersgruppe er der samtidig den største andel personer, der aldrig har røget (62 pct.), og den mindste andel, der tidligere har røget (12 pct.). Modsat ses den største andel personer, der tidligere har røget, blandt de 60+ årige, hvor 45 pct. tidligere har røget, og 40 pct., der aldrig har røget. Det ser ud til, at der er en lidt større andel, der ryger dagligt blandt de 30-59-årige, hvor 15 pct. ryger dagligt sammenlignet med de to andre aldersgrupper, hvor andelen, der ryger dagligt er 13 pct.

Figur 4: Rygegrupper fordelt på uddannelsesniveau, procent



Note: Uddannelseskategorien er personer, der er i gang med en uddannelse ikke inkluderet. Dette skyldes, at personer, der er under uddannelse ofte adskiller sig fra den gruppe, de ellers ville være inkluderet i ud fra deres nuværende fuldførte uddannelsesniveau frem for den uddannelseskategori, som de vil være i, når de er færdiguddannede. Der er dermed færre besvarelser illustreret i de tre sidste kategorier end i tabellens første 5 kategorier om køn og alder. Denne figur skal ikke gengives uden denne information

Andelen af personer, der ryger, er højest blandt personer med grundskole som højeste fuldførte uddannelsesniveau (29 pct.), lidt mindre blandt personer med en gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse (22 pct.) og mindst blandt personer med videregående uddannelse (9 pct.). Figur 4 viser dermed, at der er en sammenhæng mellem uddannelsesniveau og andelen, der ryger. Andelen af personer, der ryger falder i takt med et højere uddannelsesniveau. Undersøgelsen viser samtidig, at lejlighedsvis rygning er lige udbredt blandt alle tre uddannelsesgrupper, hvor 5 pct. svarer, at de ryger lejlighedsvist. Der er næsten samme andel personer, der tidligere har røget blandt de tre uddannelsesgrupper, mens andelen af personer, der aldrig har røget er mere varierende. Her ses den største gruppe aldrig-rygere blandt personer, der har fuldført en videregående uddannelse.

Tabel 1: Storrygere, fordelt på køn, alder og uddannelsesniveau, procent

<b>Storrygere blandt dagligrygere</b>	
<b>(≥15 cigaretter/dag)</b>	
	<b>% (n)</b>
<b>Køn</b>	
Mænd	9 (469)
Kvinder	5 (310)
Total	7 (779)
<b>Alder</b>	
15-29 år	5 (128)
30-59 år	9 (461)
≥60 år	6 (190)
<b>Uddannelsesniveau</b>	
Grundskole	13 (257)
Gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse	9 (367)
Videregående uddannelse	3 (105)

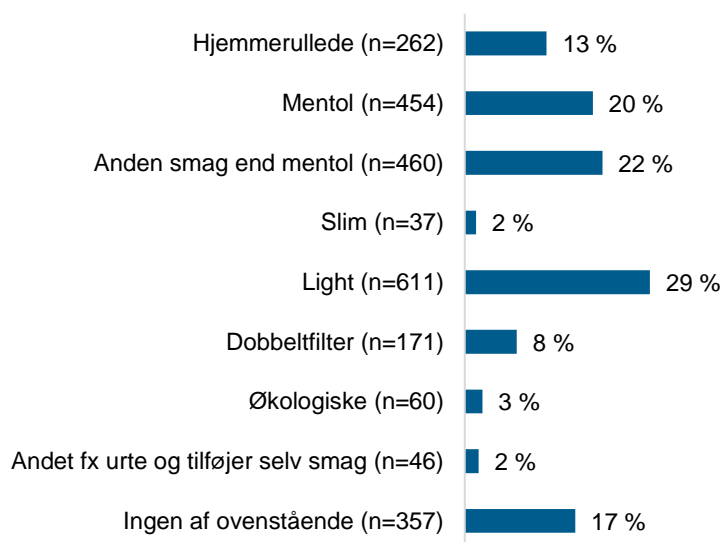
Note: I uddannelseskategorien er personer, der er under uddannelse ikke inkluderet. Dette skyldes, at personer, der er under uddannelse ofte adskiller sig fra den gruppe, de ellers ville være inkluderet i ud fra deres nuværende fuldførte uddannelsesniveau. Der er dermed færre besvarelser illustreret i de tre sidste kategorier end i tabellens første 5 kategorier om køn og alder. Denne figur skal ikke gengives uden denne information

Der er samlet set 7 pct. storrygere i Danmark. Storrygere er defineret som personer, der dagligt ryger 15 cigaretter eller mere. Tabel 1 viser, at der er 9 pct. mænd i Danmark, der er storrygere, mens det gælder for 5 pct. af kvinderne. Der er flest storrygere blandt de 30-59-årige (9 pct.), mens der er færre blandt de 15-29-årige (5 pct.) og blandt de 60+ årige (6 pct.). Som det også er illustreret tidligere, er rygning mere udbredt blandt personer, hvis højeste fuldførte uddannelsesniveau er grundskolen. Det samme billede gør sig gældende for storrygere. 13 pct. af personer med grundskole som højest fuldførte uddannelsesniveau er storrygere, mens hhv. 9 pct. og 3 pct. af personer med gymnasial eller erhvervsfaglig uddannelse og videregående uddannelse er storrygere.

## 5.2. Typer af cigaretter

Der findes forskellige typer af cigaretter, hvoraf nogen har særlige kendetegn såsom smag, dobbeltfilter, hjemmerullede cigaretter mv<sup>3</sup>. For at få et billede af, hvilke produkter, der anvendes, har vi spurgt ind til dette i undersøgelsen.

Figur 5: Typer af cigaretter, der anvendes af personer, der ryger dagligt og lejlighedsvist, procent



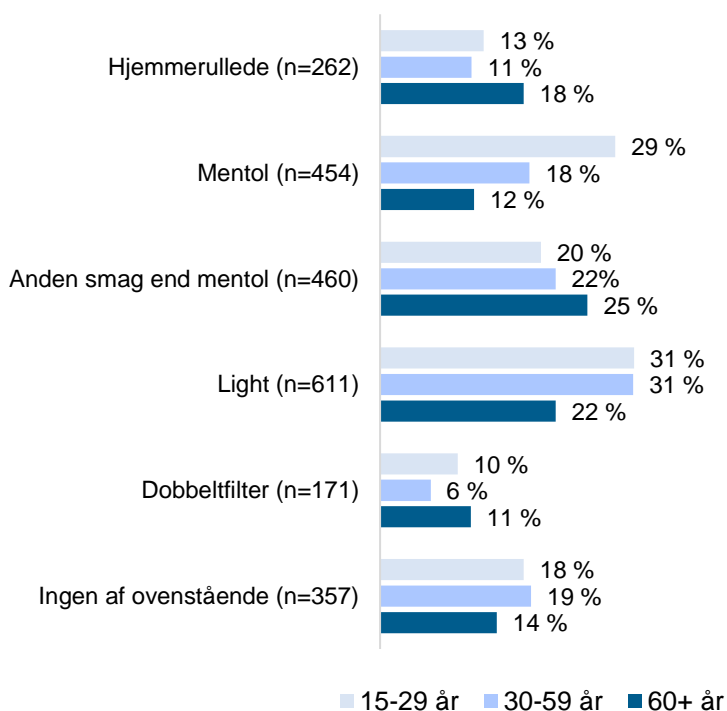
Note: Mulighed for flere svar.

Svarkategorierne "Andre særlige kendetegn", "urte" og "Tilføjer selv smag" er slået sammen til svarkategorien "Andet fx urte og tilføjer selv smag". Antallet af besvarelser i kategorien "Andet fx urte og tilføjer selv smag" og kategorien "Slim" er mindre end 50 og kan derfor være behæftet med statistisk usikkerhed og skal derfor fortolkes med det forbehold. Denne figur skal ikke gengives uden denne information.

Figur 5 viser, at cigaretter med smag af mentol anvendes af ca. en femtedel af de, der ryger dagligt eller lejlighedsvist. Cigaretter af typen, der kaldes "light" anvendes af 29 pct. og er således den type, som flest har svaret, at de bruger, mens 13 pct. svarer, at de ryger hjemmerullede cigaretter. De adspurgte har haft mulighed for at vælge flere svarkategorier, og svarene er derfor ikke gensidigt udelukkende. Det betyder, at der eksempelvis kan være personer, der har svaret, at de ryger cigaretter med mentolsmag og cigaretter med dobbeltfilter. Cigaretter uden særlige kendetegn, dvs. cigaretter der smager af tobak og med almindeligt filter, kan både være placeret under kategorien "Anden smag end mentol" og "ingen af ovenstående", og det er derfor uklart, hvordan disse kategorier skal tolkes.

<sup>3</sup> Det bør bemærkes, at en række af de nævnte typer af cigaretter ikke er tilladte at markedsføre i Danmark, eksempelvis cigaretter med anden smag end tobak eller mentol eller såkaldte "light-cigaretter" jf. lovbekendtgørelse nr. 965 af 26/08/2019 om tobaksvarer mv. Fra den 20. maj 2020 vil det ikke længere være tilladt at markedsføre cigaretter og rulletobak med anden smag end tobak.

Figur 6: Typen af cigaretter, der anvendes af personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, fordelt på aldersgrupper, procent



Note: Mulighed for flere svar.

Figur 6 viser, at brugen af cigaretter med mentolsmag er særligt udbredt blandt 15-29-årige, hvor 29 pct. har valgt denne kategori, mens det samme gælder for 12 pct. af de 60+ årige. Hjemmerullede cigaretter anvendes i højere grad af de 60+ årige end de to yngre aldersgrupper, mens brugen af cigarettypen, der omtales som "light", anvendes i lige høj grad af 15-29-årige og 30-59-årige, hvor de 60+ årige til gengæld bruger denne type i lidt mindre grad. Cigaretter af typen "slim", urtecigaretter og cigaretter, der markedsføres som "økologiske" er generelt cigarettyper, der anvendes i mindre grad, og der er derfor for få svar til at illustrere, hvilke aldersgrupper, der bruger disse. Andelen af personer, der har valgt kategorien "anden smag end mentol" udgør en fjerdedel af de 60+ årige, mens det samme gælder for en femtedel af 15-29-årige. Dette kan skyldes, at det ikke er tydeligt, hvilken kategori cigaretter uden særlige kendetegn hører til. Der kan derfor være nogle af de adspurgte, der har valgt denne kategori, fordi de ryger cigaretter, der smager af tobak, og der kan ligeledes være personer, der har valgt kategorien, fordi de ryger cigaretter med anden smag end tobak og mentol.

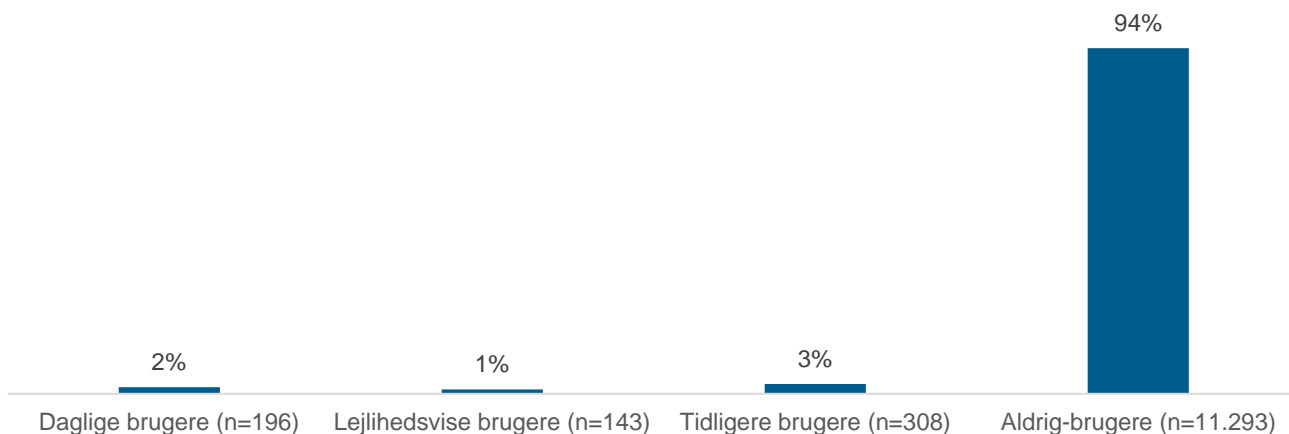


## 6. E-cigaretter

Dette kapitel beskriver andelen af personer, som bruger e-cigaretter, herunder om der er forskel i køn, alder og uddannelsesniveaue blandt de, der bruger e-cigaretter.

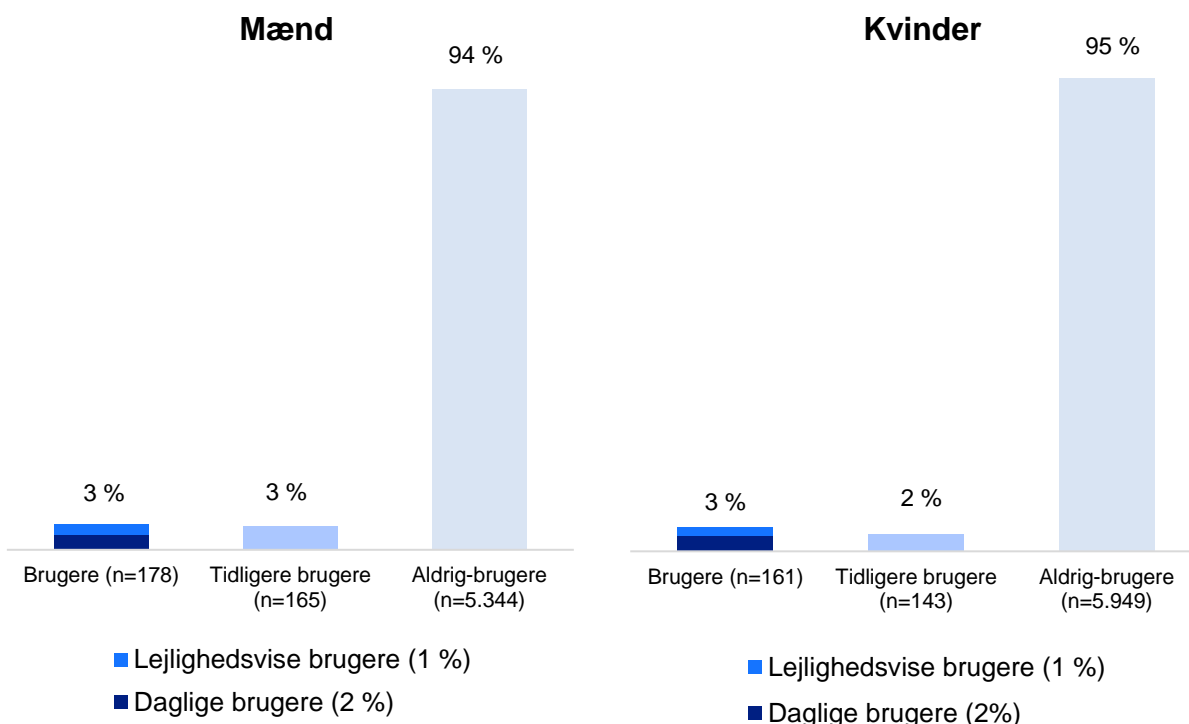
### 6.1. Brugere af e-cigaretter

Figur 7: Andel brugere af e-cigaretter, procent



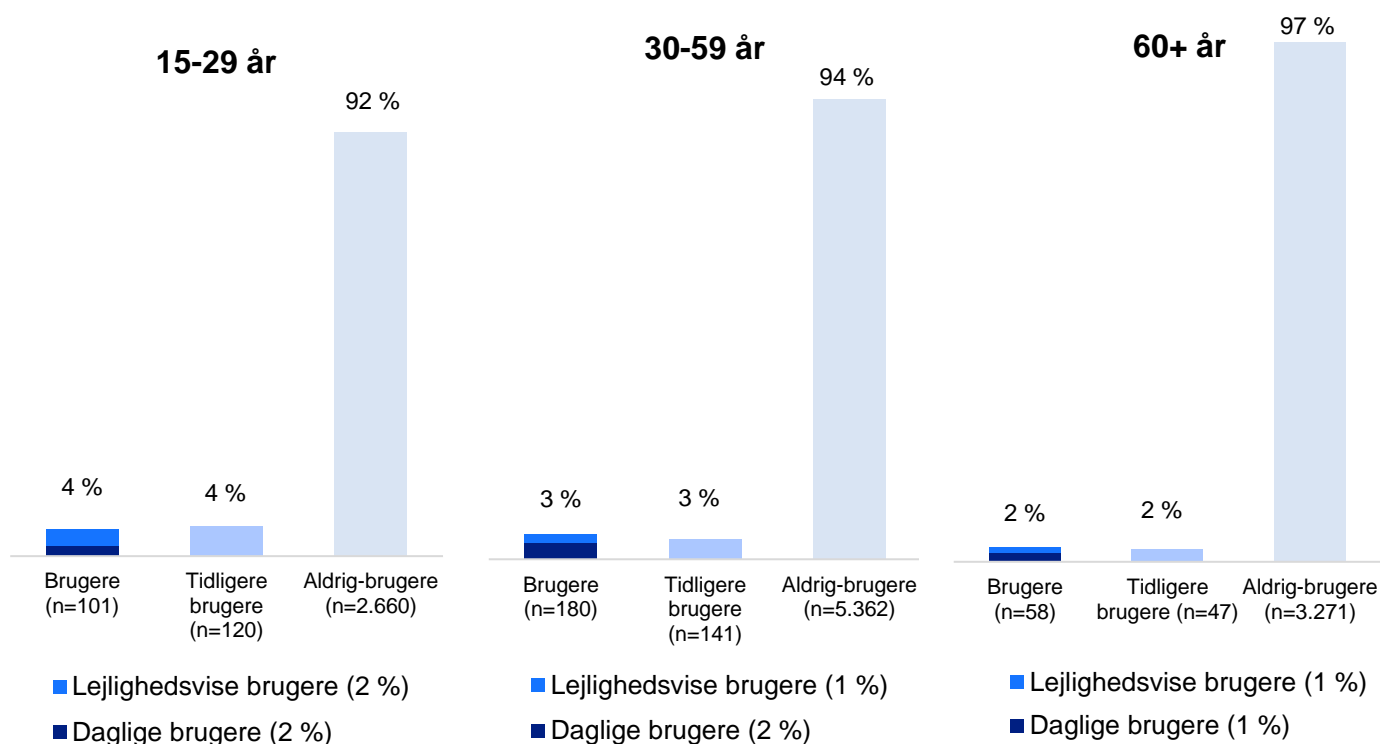
Der er 3 pct. af den danske befolkning, der anvender e-cigaretter. 2 pct. bruger e-cigaretter dagligt, mens 1 pct. bruger det lejlighedsvis. Som figur 7 viser, er der 3 pct., der svarer, at de tidligere har brugt e-cigaretter og 94 pct., der svarer, at de aldrig har brugt dem.

Figur 8: Andel personer, der bruger e-cigaretter, fordelt på køn, procent



Som det fremgår af figur 8, er der ikke store forskelle i brugen af e-cigaretter mellem mænd og kvinder. Der kan være en tendens til lidt flere brugere blandt mænd end kvinder, men det kan ikke konkluderes med sikkerhed her. Det ser endvidere ud til, at der kan være en anelse flere tidligere brugere blandt mændene (3 pct.) end blandt kvinderne (2 pct.).

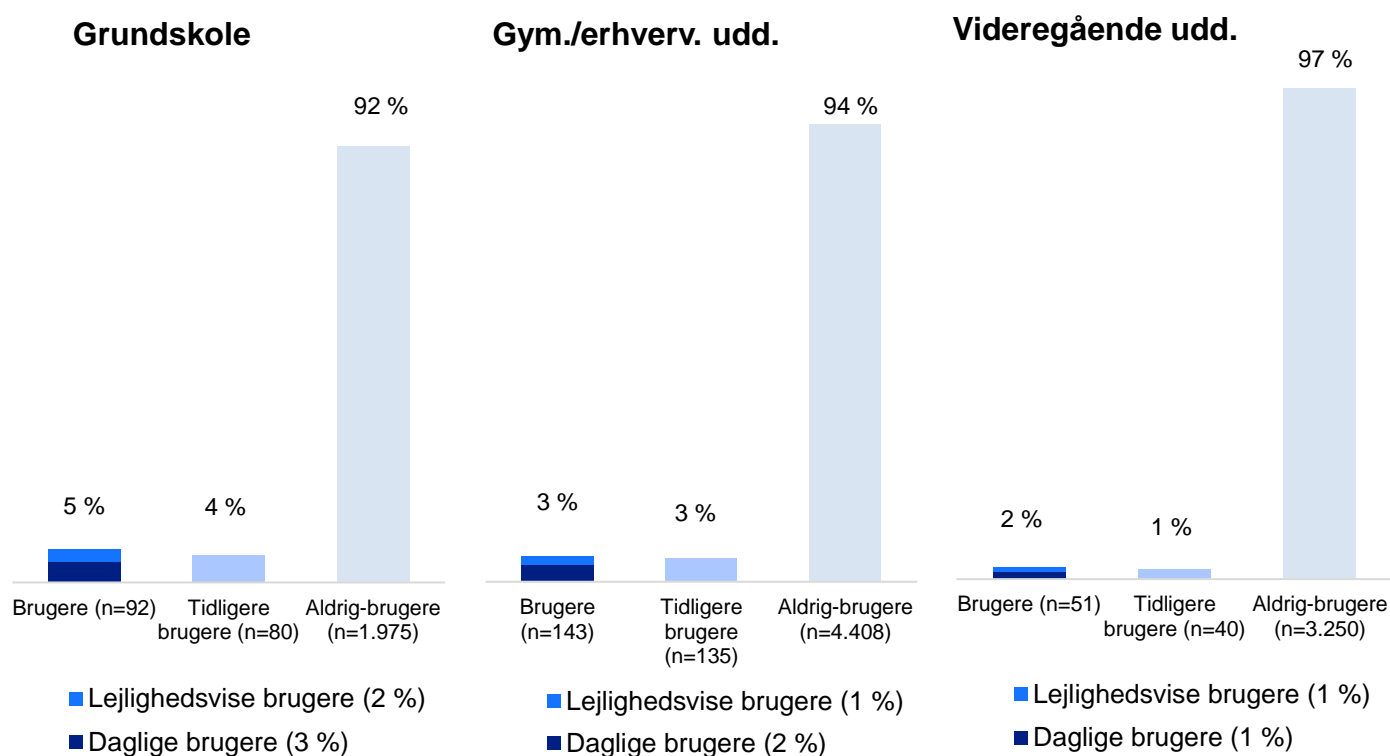
Figur 9: Andel personer, der bruger e-cigaretter fordelt på aldersgrupper, procent



Note: Antallet af besvarelser i kategorien "tidligere brugere" blandt gruppen af 60+ årige, er mindre end 50 og kan derfor være behæftet med statistisk usikkerhed og skal derfor fortolkes med det forbehold. Denne figur bør ikke gengives uden denne information.

Den største andel brugere og tidligere brugere af e-cigaretter findes i aldersgruppen af 15-29-årige, hvor 4 pct. bruger e-cigaretter dagligt eller lejlighedsvist, og 4 pct. tidligere har brugt det (figur 9). Til sammenligning bruger 3 pct. af de 30-59-årige og 2 pct. af de 60+ årige e-cigaretter dagligt eller lejlighedsvist. Den største gruppe aldrig-brugere findes dermed blandt de 60+ årige, hvor 97 pct. aldrig har brugt e-cigaretter.

Figur 10: Andel personer, der bruger e-cigaretter fordelt på uddannelsesniveau, procent



Note: I uddannelseskategorien er personer, der er i gang med en uddannelse ikke inkluderet. Dette skyldes, at personer, der er under uddannelse ofte adskiller sig fra den gruppe, de ellers ville være inkluderet i ud fra deres nuværende fuldførte uddannelsesniveau frem for den uddannelseskategori, som de vil være i, når de er færdiguddannet. Der er dermed færre besvarelser illustreret i de tre sidste kategorier end i tabellens første 5 kategorier om køn og alder.

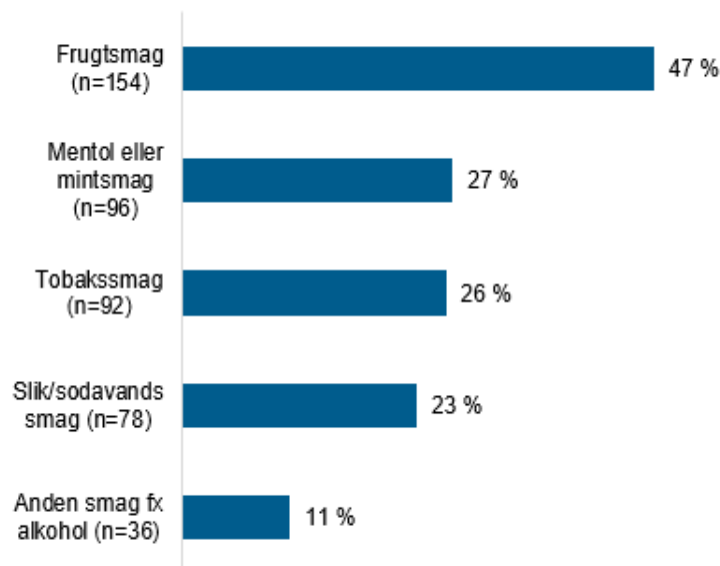
Antallet af besvarelser i kategorien "tidligere brugere" blandt gruppen af personer med en videregående uddannelse er mindre end 50 og kan derfor være behæftet med statistisk usikkerhed og skal derfor fortolkes med det forbehold. Denne figur skal ikke gengives uden denne information.

Som ved traditionel tobaksrygning ser det ud til, at brugen af e-cigaretter falder i takt med stigende uddannelsesniveau. Ved e-cigaretter er der dog tale om mindre tydelige forskelle end ved tobaksrygning. Figur 10 viser, at 5 pct. af personerne med grundskole som højeste fuldførte uddannelsesniveau bruger e-cigaretter, mens det gælder for henholdsvis 3 pct. og 2 pct. af personerne med gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse og videregående uddannelse som højeste fuldførte uddannelsesniveau. Det samme billede tegner sig, når man ser på andelen, der tidligere har brugt e-cigaretter. Andelen af aldrig-brugere er derfor også størst blandt personer med en videregående uddannelse, hvor 97 pct. aldrig har brugt e-cigaretter, mens det for personer med grundskole som højest fuldførte uddannelsesniveau er 92 pct., der aldrig har brugt e-cigaretter.

## 6.2. Smag i e-cigaretter

De personer, der har svaret, at de bruger e-cigaretter dagligt eller lejlighedsvist, er blevet spurgt til hvilke smage, de bruger i deres e-cigaretter.

Figur 11: Typer af smag, der anvendes i e-cigaretter blandt personer, der bruger e-cigaretter dagligt eller lejlighedsvist, procent



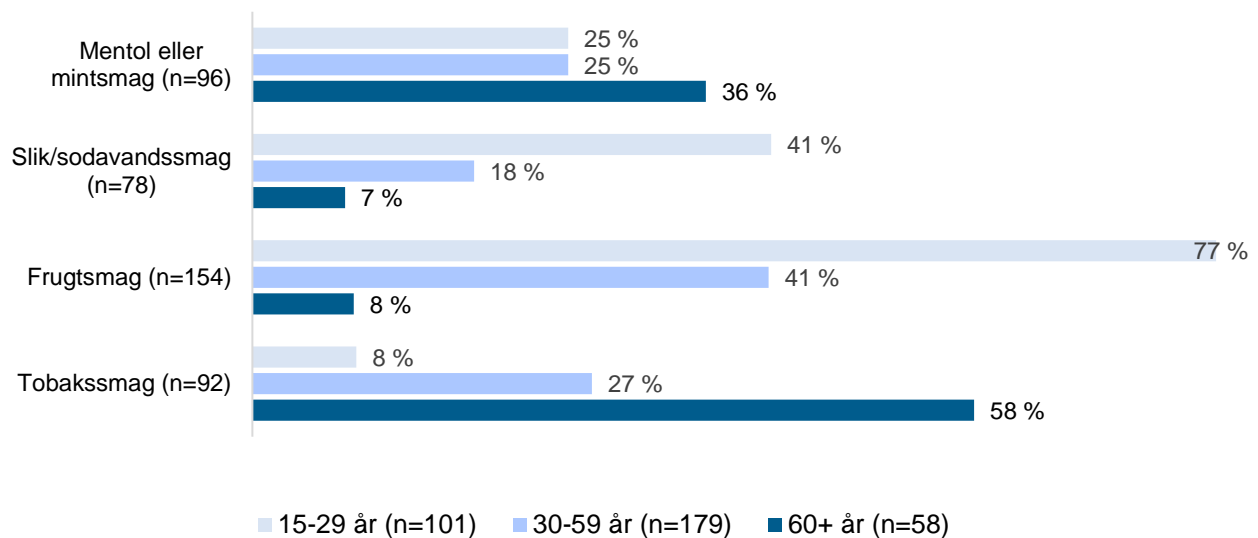
Note: Mulighed for flere svar.

Svarkategoriene "anden smag" og "alkohol" er slået sammen til kategorien "Anden smag fx alkohol".

Antallet af besvarelser i kategorien "Anden smag fx alkohol" er mindre end 50 og kan derfor være behæftet med statistisk usikkerhed og skal derfor fortolkes med det forbehold. Denne figur skal ikke gengives uden denne information.

Frugtsmag anvendes af 47 pct. af de personer, der bruger e-cigaretter dagligt eller lejlighedsvist og er dermed den smag, der anvendes af flest (figur 11). Yderligere svarer 27 pct., at de anvender mentol eller mintsma og 23 pct. svarer, at de bruger smag af slik eller sodavand. Der er 23 pct., der svarer, at de bruger tobakssmag i deres e-cigaretter, mens 11 pct. svarer, at de bruger en anden smag, herunder nogle få, der bruger med smag af alkohol. De adspurgte har haft mulighed for at vælge flere forskellige svarkategorier, og kategorierne er derfor ikke gensidigt udelukkende. Det betyder fx, at der kan være nogen, der har svaret, at de både bruger e-cigaretter med frugtsmag og med mentol/mintsma.

Figur 124: Typer af smag, der anvendes i e-cigaretter blandt personer, der bruger e-cigaretter dagligt og lejlighedsvist, fordelt på aldersgrupper, procent



Note: Mulighed for flere svar.

Det er særligt de 15-29-årige, der bruger e-cigaretter med smag af frugt (77 pct.), slik og sodavand (41 pct.), mens brugen af disse smagsstoffer i mindre grad anvendes personer i aldersgruppen 30-59 år og 60+ år (figur 12). Det er hhv. 18 pct. og 7 pct. af de 30-59-årige og 60+ årige, som bruger e-cigaretter, der bruger smag af slik/sodavand og 41 pct. og 8 pct. af de 30-59-årige og 60+ årige, der svarer, at de bruger frugtsmag i e-cigaretterne. Figur 12 viser desuden, at 25 pct. af de 15-29-årige og 25 pct. af de 30-59-årige, der bruger e-cigaretter, bruger dem med smag af mentol eller mint, mens det gælder for 36 % af de 60+ årige.

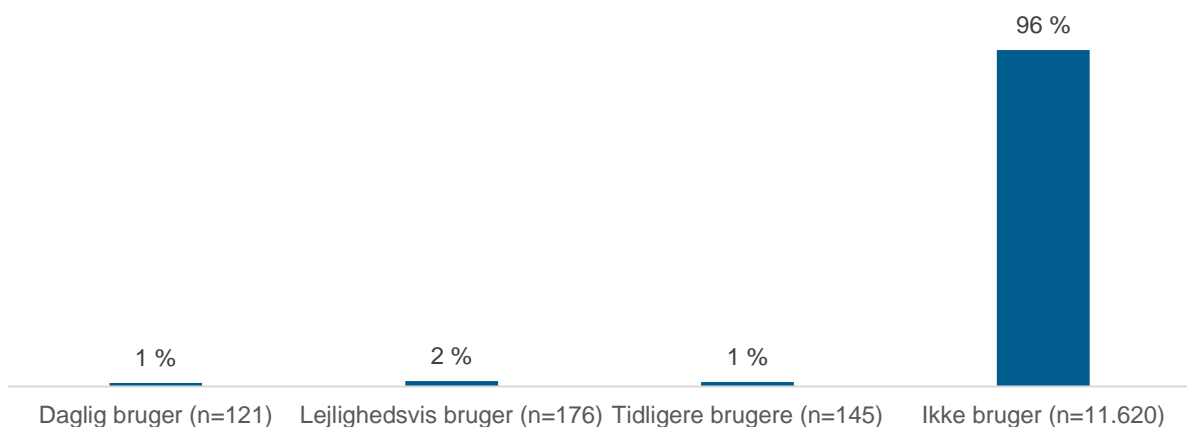
Brugen af e-cigaretter med tobakssmag er til gengæld mere udbredt blandt de 30-59-årige og 60+ årige, hvor hhv. 27 pct. og 58 pct. svarer, at de bruger tobakssmag, mens det gælder for 8 pct. af de 15-29-årige.

## 7. Røgfri tobak

Dette kapitel beskriver andelen af personer, som bruger røgfri tobak, herunder om der er forskel i køn, alder og uddannelsesniveau blandt de, der bruger røgfri tobak. Begrebet røgfri tobak er en samlebetegnelse for en række produkter, der anvendes oralt og ikke inhaleres. I spørgsmål om, hvad de adspurgte bruger, er der spurgt til følgende produkter: Snus<sup>4</sup> (med tobak), tyggetobak, tobakspastiller/skrå, snuff/pulvertobak og med mulighed for at svare "Andet tobaksprodukt, der ikke ryges". Det er særligt snus, tyggetobak, og tobakspastiller/skrå, som anvendes af de adspurgte. Nedenfor behandles de samlet under betegnelsen røgfri tobak af hensyn til at sikre tilstrækkeligt med besvarelser i en gruppe og dermed mindske risikoen for statistisk tilfældighed<sup>5</sup>.

### 7.1. Brug af røgfri tobak

Figur 13: Andel personer, der bruger røgfri tobak, procent

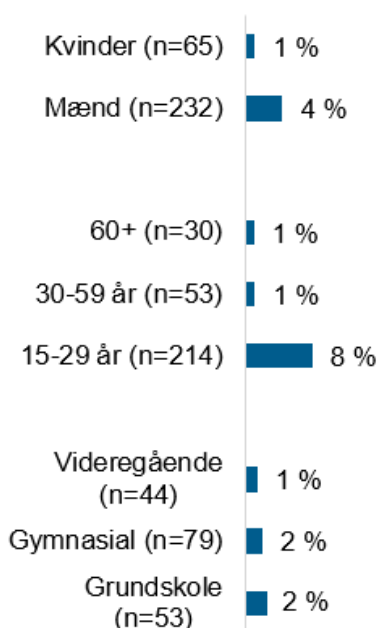


Figur 13 viser, at 1 pct. svarer, at de bruger røgfri tobak dagligt, og 2 pct. svarer, at de bruger det lejlighedsvist. Samlet set er der dermed 3 pct., der anvender røgfri tobak og 1 pct., der tidligere har brugt røgfri tobak. Der er 96 pct., der svarer, at de ikke bruger røgfri tobak.

<sup>4</sup> Det bør her bemærkes, at det er forbudt at sælge snus i Danmark.

<sup>5</sup> Sundhedsstyrelsen har desuden en formodning om, at flere forskellige røgfrie produkter omtales som snus, selvom det er et andet produkt, f.eks. tyggetobak.

Figur 14: Andel, der bruger røgfri tobak, fordelt på køn, alder og uddannelsesniveau, procent



Note: I uddannelseskategorien er personer, der er under uddannelse ikke inkluderet. Dette skyldes, at personer, der er under uddannelse ofte adskiller sig fra den gruppe, de ellers ville være inkluderet i ud fra deres nuværende fuldførte uddannelsesniveau. Antallet af besvarelser i kategorierne "60+", og "gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse" er mindre end 50 og kan derfor være behæftet med statistisk usikkerhed og skal derfor fortolkes med det forbehold. Denne figur bør ikke gengives uden denne information.

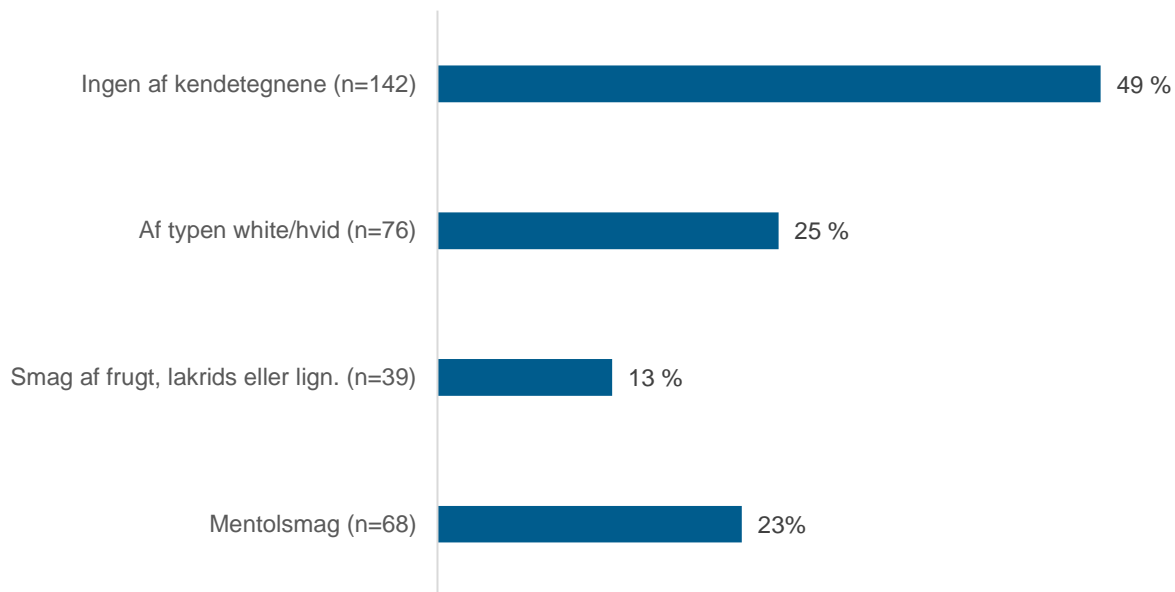
Figur 14 viser, at andelen af personer, der bruger røgfri tobak er størst blandt mænd, hvor 4 pct. svarer, at de bruger røgfri tobak dagligt eller lejlighedsvist, mens det gælder for 1 pct. af kvinderne. Samtidig er der flest brugere i aldersgruppen 15-29-årige (8 pct.), mens der er færre af de 30-59-årige og 60+ årige, der bruger det (1 pct. for begge grupper). Forskellene i brugen i forhold til uddannelsesniveau er meget små. Tendensen ser dog ud til at være i samme retning som for e-cigaretter og traditionel tobaksrygning. Andelen af personer, der bruger røgfri tobak dagligt eller lejlighedsvist er 2 pct. for gruppen af personer med grundskole og personer med gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse som højest fuldførte uddannelsesniveau, mens det 1 pct. af personer med en videregående uddannelse bruger røgfri tobak.

Som beskrevet i noten til figur 14 inkluderes personer, der er under uddannelse, ikke i uddannelseskategorien. Sundhedsstyrelsens undersøgelse af unges brug af røgfri tobak i 2019 (9) viste, at 11 pct. af 15-24-årige i Danmark bruger røgfri tobak. Det er derfor også sandsynligt, at man ville se en større andel brugere i f.eks. uddannelsesgruppen "gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse", hvis vi inkluderede personer under uddannelse.

## 7.2. Brug af røgfri tobak med særlige kendetegn

De personer, der har svaret, at de bruger et eller flere røgfrie tobaksprodukter dagligt eller lejlighedsvist, er blevet spurgt til hvilken type røgfri tobak, de bruger.

Figur 15: Brug af røgfri tobak med særlige kendetegn, procent



Note: Mulighed for flere svar.

Antallet af besvarelser i svarkategorierne "Smag af frugt, lakrids eller lign." er mindre end 50 og kan derfor være behæftet med statistisk usikkerhed og skal derfor fortolkes med det forbehold. Figuren må ikke gengives uden denne information.

Halvdelen af de, der bruger røgfri tobak dagligt eller lejlighedsvist, bruger et produkt uden særlige kendetegn (49 pct.). Figur 15 viser endvidere, at der er 25 pct., af de personer, der anvender røgfri tobak dagligt eller lejlighedsvist, der svarer, at de bruger produktet af typen "White/hvid"<sup>6</sup>, og 23 pct. der bruger røgfri produkter med mentolsmag. 13 pct. svarer, at de bruger røgfri tobak med smag af frugt, lakrids eller lign. I sidstnævnte kategori er der dog færre end 50 besvarelser, og der skal derfor tolkes med forsigtighed.

De adspurgte har haft mulighed for at vælge flere svarkategorier, og svarene er derfor ikke gensidigt udelukkende. Det betyder med andre ord, at der kan være personer, der fx har svaret, at de både bruger røgfri tobak med mentolsmag og røgfri tobak af typen white/hvid.

<sup>6</sup> Snus og tyggetobak af typen "White/hvid", er et tobaksprodukt, hvor man producenten har fjernet visse stoffer, der gør tobakken mørk. Portionerne er dermed hvide. Der er ingen evidens for, at disse er mindre helbredsskadelige.



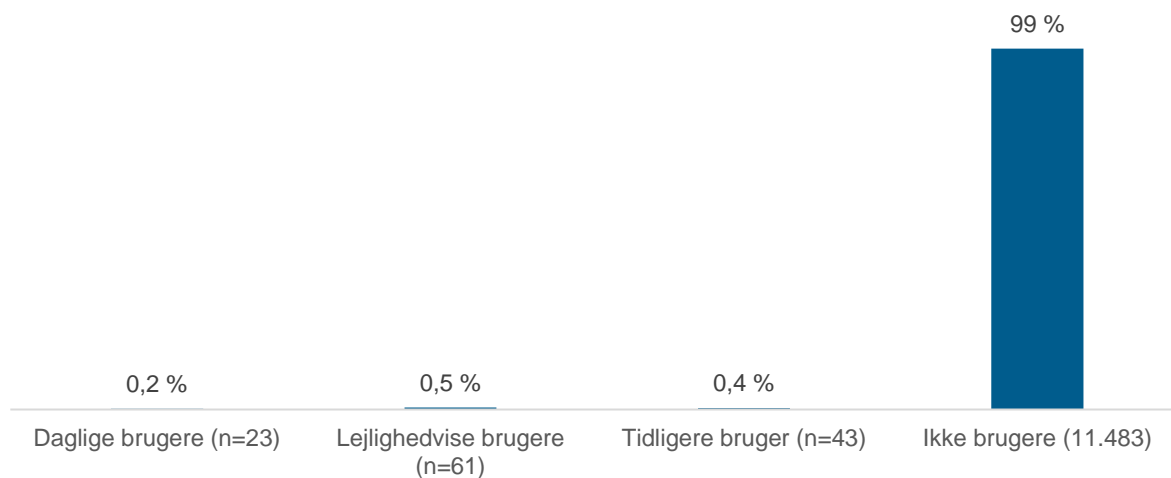
## 8. Øvrige produkter

Nedenfor beskrives andelen af personer, som bruger produkterne nikotinposer og opvarmet tobak. Det er nyere produkter på det danske marked, og det er første gang, at der i spørges til disse produkter i undersøgelsen Danskernes Rygevaner. Da der er få af de adspurgte, der har svaret, at de anvender disse produkter, har det ikke været muligt at illustrere forskelle mellem køn, aldersgrupper eller uddannelsesniveauer, og dette kapitel beskriver derfor udelukkende andelen, der bruger produkterne.

### 8.1. Nikotinposer

Nikotinposer er et nikotinprodukt, der ligner snus/tyggetobak. Produktet indeholder ikke tobak men nikotin, smagsstoffer, tilsætningsstoffer mv. Nikotinposer anvendes oftest som snus og tyggetobak ved placering under læben.

Figur 16: Andelen, der bruger nikotinposer, procent



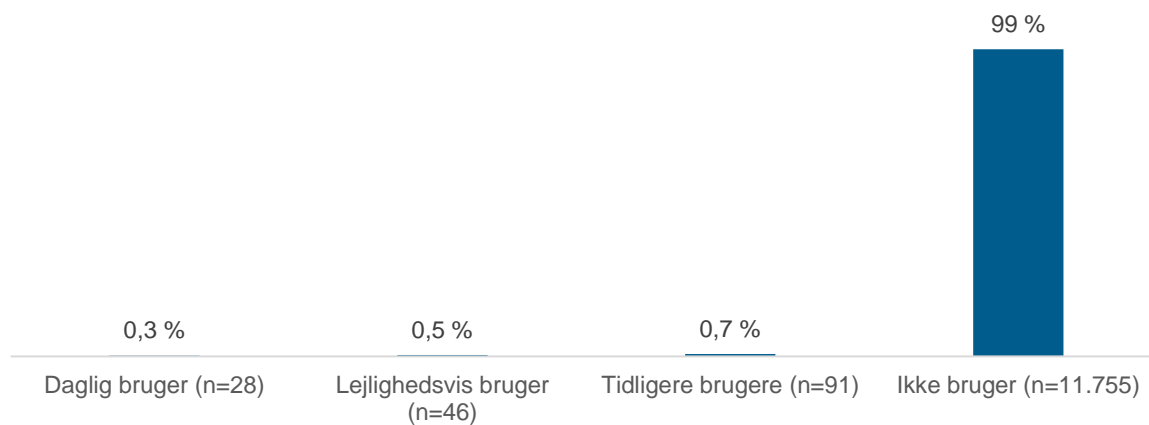
Note: Antallet af besvarelser i svarkategoriene "Daglig bruger" og "tidligere bruger" er mindre end 50 og kan derfor være behæftet med statistisk usikkerhed og skal derfor fortolkes med det forbehold. Denne figur bør ikke gengives uden denne information.

Langt den største del af befolkningen anvender ikke nikotinposer (99 pct.). Figur 16 viser, at 0,2 pct. af danskerne bruger nikotinposer dagligt, og 0,5 pct. bruger det lejlighedsvist. Samlet set er der således 0,7 pct., der bruger nikotinposer enten dagligt eller lejlighedsvist. Der er næsten samme andel personer, der bruger nikotinposer lejlighedsvist, som der er personer, der tidligere har brugt det (0,4 pct.).

## 8.2. Opvarmet tobak

Opvarmet tobak er et tobaksprodukt, der består af en tobaksdel og en elektronisk hardware-del. Tobakken opvarmes med den elektroniske del, hvorefter røgen inhaleres som ved traditionel tobaksrygning.

Figur 17: Andel personer, der ryger opvarmet tobak, procent



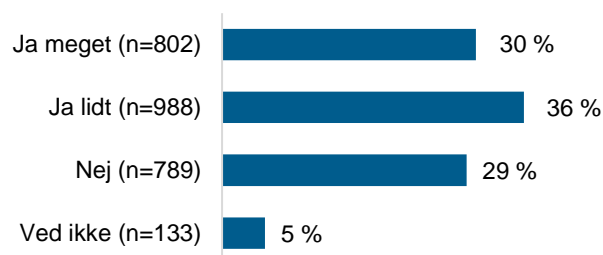
Note: Antallet af besvarelser i svarkategorierne "Daglig bruger" og "lejlighedsvis bruger" er mindre end 50 og kan derfor være behæftet med statistisk usikkerhed og skal derfor fortolkes med det forbehold. Denne figur bør ikke gengives uden denne information.

Figur 17 viser, at andelen af personer, der ryger opvarmet tobak dagligt, er 0,3 pct., mens 0,5 pct. ryger det lejlighedsvist. Yderligere viser figur 15, at 0,7 pct. tidligere har røget opvarmet tobak.

## 9. Oplevelse af nikotinafhængighed

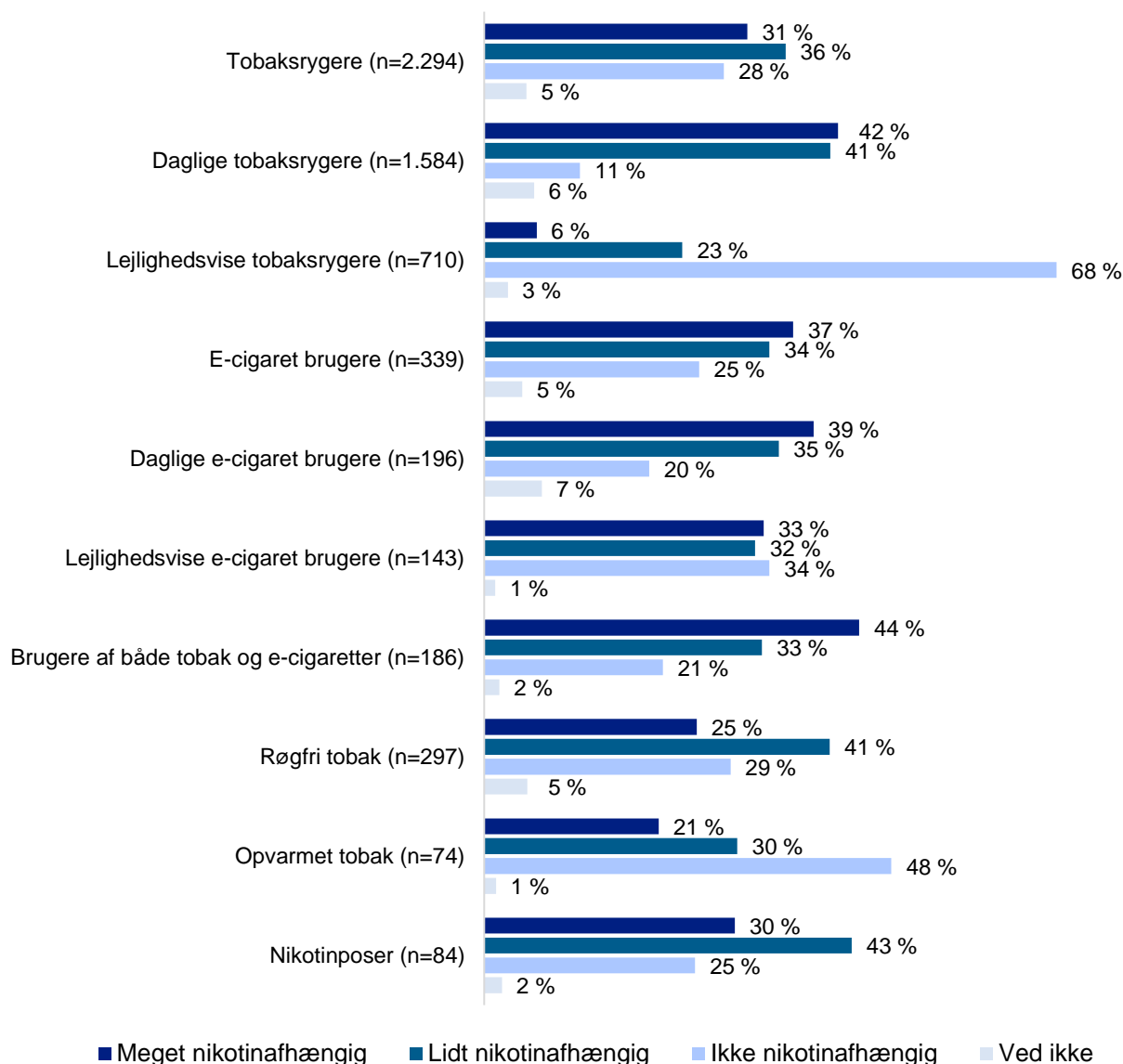
23 pct. af den danske befolkning bruger mindst et nikotinprodukt, dvs. ryger traditionel røgtobak (cigaretter, cigar, vandpibe eller lign.), opvarmet tobak, bruger e-cigaretter eller røgfri tobak. Det sidste kapitel beskriver, hvordan brugerne af røgtobak, e-cigaretter, røgfri tobak og opvarmet tobak oplever egen nikotinafhængighed.

Figur 18: Oplevelse af nikotinafhængighed blandt personer, der ryger, bruger røgfri tobak og/eller e-cigaretter, procent



30 pct. af de, der bruger mindst et af ovennævnte nikotinprodukter enten dagligt eller lejlighedsvist, oplever at være meget afhængige, og 36 pct. oplever, at de er lidt afhængige (figur 18). Samlet set er det således 66 pct., der oplever nikotinafhængighed, og 29 pct., der ikke oplever, at de er afhængige af nikotin. 5 pct. er i tvivl.

Figur 19: Oplevelsen af nikotinafhængighed fordelt på brug af nikotinprodukter, procent



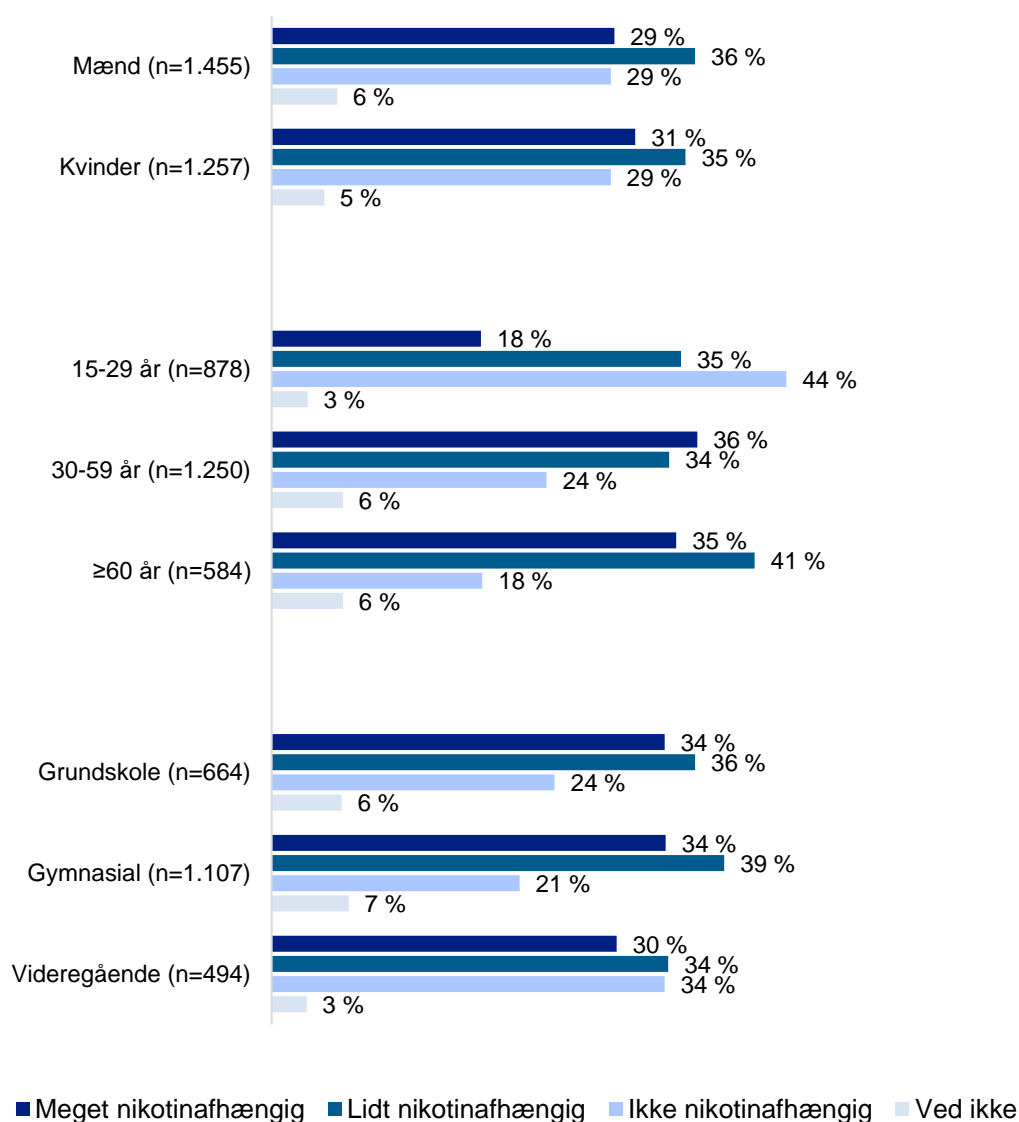
Af figur 19 fremgår det, at personer, der dagligt bruger produkter med nikotin generelt oplever større nikotinafhængighed end personer, der bruger det lejlighedsvist. Ved traditionel tobaksrygning (dagligt og lejlighedsvist) oplever 31 pct., at de er meget nikotinafhængige mens det gælder for 21 pct. af de, der ryger opvarmet tobak. 39 pct. af de daglige brugere af e-cigaretter oplever at være meget nikotinafhængige. Samlet set oplever 83 pct. af de, der dagligt ryger traditionelle tobaksvarer og 74 pct. af de, der dagligt bruger e-cigaretter, at de er nikotinafhængige. Blandt dobbeltbrugere af tobak og e-cigaretter oplever 44 pct., at de er meget nikotinafhængige, og samlet set oplever 77 pct. af dobbelt-brugerne nikotinafhængighed.

25 pct. af brugerne af røgfri tobak oplever, at de er meget nikotinafhængige, og samlet oplever 66 pct. nikotinafhængighed.

Det samme gælder det nyere produkt, nikotinposer, hvor i alt 73 pct. oplever, at de er nikotinafhængige.

Oplevelsen af nikotinafhængighed er mindst blandt de, der bruger produkterne lejlighedsvist. Den største andel, der ikke oplever, at de er nikotinafhængige findes blandt personer, der ryger traditionel røgtobak lejlighedsvist.

Figur 20: Oplevelse af nikotinafhængighed fordelt på køn, alder og uddannelsesniveau, procent



Note: I uddannelseskategorien er personer, der er under uddannelse ikke inkluderet. Dette skyldes, at personer, der er under uddannelse ofte adskiller sig fra den gruppe, de ellers ville være inkluderet i ud fra deres nuværende fuldførte uddannelsesniveau.

Mænd og kvinder oplever stort set samme grad af nikotinafhængighed. Som det fremgår af figur 20 oplever 29 pct. af de mændene, der bruger min. et af produkterne dagligt eller lejlighedsvist, at de er meget nikotinafhængige, mens det gælder for 31 pct. af kvinderne. 36 pct. af mændene og 35 pct. af kvinderne oplever, at de er lidt nikotinafhængige. Der er lige mange kvinder og mænd, der oplever, at de ikke er nikotinafhængige.

Der er flest, der oplever nikotinafhængighed blandt de 60+ årige, der bruger et nikotinprodukt (76 pct.), lidt færre blandt de 30-59-årige (70 pct.) og færrest blandt de 15-29-årige (53 pct.). Blandt de 15-29-årige oplever 44 pct., af de, der bruger et nikotinprodukt, at de ikke er nikotinafhængige. Det er i denne gruppe, vi ser den største andel lejlighedsvis rygere og lejlighedsvis brugere af e-cigaretter.

Den største andel personer, der oplever at være nikotinafhængige findes blandt personer, der bruger et nikotinprodukt og har en gymnasial eller erhvervsfagliguddannelse som højeste fuldførte uddannelsesniveau

(73 pct.), efterfulgt af gruppen af personer med grundskole som højest fuldførte uddannelsesniveau (70 pct.), mens der er en smule færre, der oplever at være nikotinafhængige blandt personer, der bruger et nikotinprodukt og har en videregående uddannelse (64 pct.).

## Referenceliste

1. Eriksen L, Davidsen M, Jensen HAR, et al. (2016). Sygdomsbyrden i Danmark: Risikofaktorer. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet og Sundhedsstyrelsen.
2. Koch MB. Samfundsmæssige omkostninger og kommunale udgifter ved udvalgte risikofaktorer. 2012.
3. Møller SP, Sørensen IK, Christensen AI, Tolstrup JS (2017). Risikofaktorer for udvalgte hjertesygdomme – Livsstil og psykosociale forhold. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.
4. Sundhedsstyrelsen. Styrket indsats på Kræftområdet - Fagligt oplæg til Kræftplan IV Sundhedsstyrelsen; 2016
5. Sundhedsstyrelsen: Danskernes Sundhed – Den Nationale Sundhedsprofil 2017. 2018.
6. Behrakis P, Vardavas C, Papadakis S. Tobacco Cessation Guidelines for High Risk Groups (TOB.g); 2017.
7. Vidensråd for forebyggelse. Rapport: Forebyggelse af børn og unges rygning. Hvad virker? 2018
8. U.S. Department of Health and Human Services. E-Cigarette Use Among Youth and Young Adults. A Report of the Surgeon General. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2016.
9. [https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/R%C3%B8gfri-tobak/Noegletal\\_Roegfri-To-bak.ashx?la=da&hash=49260007814779D4F275304A64E5B3F562CF8708](https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/R%C3%B8gfri-tobak/Noegletal_Roegfri-To-bak.ashx?la=da&hash=49260007814779D4F275304A64E5B3F562CF8708)
10. <https://www.sdu.dk/da/sif/nyheder/snus>

**Sundhedsstyrelsen**  
Islands Brygge 67  
2300 København S

[www.sst.dk](http://www.sst.dk)

**Sundhed for alle** ♥ + ●