



SUNDHEDSSTYRELSEN

Danskernes rygevaner

2022

Danskernes rygevaner 2022

© Sundhedsstyrelsen, 2023
Publikationen kan frit refereres
med tydelig kildeangivelse.

Sundhedsstyrelsen
Islands Brygge 67
2300 København S

www.sst.dk

Rapporten er udarbejdet af Statens Institut for Folkesundhed,
Syddansk Universitet, på vegne af Sundhedsstyrelsen.

For Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet:
Nanna Schneekloth Jarlstrup, Michelle Trabjerg Pedersen
og Lotus Sofie Bast

Elektronisk ISBN: 978-87-7014-512-1

Sprog: Dansk
Version: 01
Versionsdato: 9. februar 2023

Foto: Adobe Stock

Udgivet af Sundhedsstyrelsen
Februar 2023

Forord

Rygning er den enkeltfaktor, som har størst betydning for dødeligheden. Rygning øger risikoen for en lang række sygdomme, herunder særligt lungekræft, kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL), kræftsygdomme, og hjertekarsygdomme, og det forværrer samtidig prognosen for en lang række sygdomme. Uanset hvor lidt man ryger, er rygning relateret til en øget risiko for sygdom og død og risikoen øges med stigende rygemængde, ung alder ved rygedebut, antallet af år, der er blevet røget, og jo senere et eventuelt rygestop iværksættes.

Rygning er en af årsagerne til den sociale ulighed i sundhed, fordi den største andel af personer, der ryger, fortsat ses blandt personer med kort uddannelse, hvilket blandt andet er en af årsagerne til, at denne gruppe i højere grad rammes af sygdomme som lungekræft og hjertekarsygdomme, sammenlignet med personer med lang uddannelse. For at fremme ligheden i sundhed er det derfor vigtigt, at reducere andelen af borgere, der ryger, gennem forebyggelse af rygestart og let adgang til rygestoprådgivning.

Gennem de senere år har markedet for nikotinprodukter udviklet sig markant og nikotinprodukter findes i mange afskygninger. Selvom vi for nogle af de nyere produkter, endnu ikke kender det fulde billede af de langsigtede helbredssekvenser, så ved vi, at nikotin i sig selv er både skadeligt og afhængighedsskabende. Forskning peger på, at brugen af nogle af de nyere produkter kan føre til rygning senere i livet, og øge risikoen for hjertekarsygdomme og psykiske lidelser som depression, angst og stress. Derfor skal vi undgå, at flere bliver afhængige af nikotinprodukter, uanset deres form.

Sundhedsstyrelsen har i samarbejde med Lungeforeningen, Hjerteforeningen og Kræftens Bekæmpelse monitoreret danskernes rygevaner fra 1994 og til nu, 2022. Undersøgelsen for 2022 viser, at 23 % af danskerne bruger mindst ét nikotinprodukt, og at der ikke længere er et fald i andelen, der ryger. Samtidig er der en stigning i andelen der bruger røgfrie nikotinprodukter og e-cigaretter. Blandt unge i alderen 15-29 år er der en stigning i brugen af alle nikotinprodukter. Undersøgelsen viser desuden, at 75 % af dem, der ryger dagligt, ønsker at stoppe med at ryge.

Derfor er det afgørende at have fokus på at forebygge rygestart hos børn og unge, og at der er let tilgængelige tilbud om rygestop til alle borgere. Det er derfor også vigtigt, at man både på sygehuse og i almen praksis bliver bedre til at henvise til kommunale rygestopforløb eller nationale tilbud som Stoplinien og E-kvit.

Statens Institut for Folkesundhed har udarbejdet rapporten for Sundhedsstyrelsen.

Niels Sandø
Enhedschef, Sundhedsstyrelsen

Indhold

Sammendrag.....	6
English summary	10
1. Læsevejledning.....	13
2. Baggrund	16
3. Materiale og metode.....	18
3.1. Dataindsamling	18
3.2. Deltagelse	19
3.3. Spørgeskemaet.....	20
3.4. Vægtning.....	21
3.5. Udvikling over tid.....	22
3.6. Sociodemografiske karakteristika	22
4. Tobaksrygning.....	24
4.1. Forekomsten af tobaksrygning	24
4.2. Personer, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen.....	28
4.3. Cigarettyper.....	30
4.4. Opvarmet tobak.....	33
5. Aldersdebut for tobaksrygning	38
6. Ønske om rygestop	40
6.1. Selvfølelse	40
6.2. Ønske om rygestop	42
6.3. Opfordring til rygestop.....	44
7. Rygestopforsøg.....	45
7.1. Forsøg på rygestop	45
7.2. Årsager til ikke-fastholdt rygestopforsøg.....	50
7.3. Antal forsøg på rygestop blandt personer, der ryger og tidligere har røget	51
7.4. Medvirkende faktorer for seneste rygestop	52
7.5. Brug af hjælpemidler ved seneste rygestop.....	58
8. E-cigaretter	64
8.1. Brug af e-cigaretter	64
8.2. Smag i e-cigaretter	68
8.3. Årsager til brug af e-cigaretter	70

8.4. Oplevet risiko for at blive syg ved brug af e-cigaretter.....	71
8.5. Dobbeltbrug af e-cigaretter og tobak.....	72
8.6. Ønske om at stoppe med at bruge e-cigaretter.....	74
9. Røgfrie nikotinprodukter	75
9.1. Brug af røgfrie nikotinprodukter	76
9.2. Brug af røgfrie nikotinprodukter med særlige kendetegn.....	78
10. Oplevelse af nikotinafhængighed.....	79
11. Indendørs nikotinforbrug	85
11.1. Rygning i hjemmet.....	85
11.2. Tobaksrøg fra naboer	87
11.3. Indendørs brug af opvarmet tobak og e-cigaretter.....	89
11.4. Indendørs rygning på arbejdsplads.....	91
12. Udendørs tobakseksposering	94
13. Nikotineksponering og børn.....	96
Referencer	99

Sammendrag

I denne rapport præsenteres den aktuelle status på danskernes rygevaner 2022. Resultaterne er baseret på en spørgeskemaundersøgelse blandt 11.865 personer i alderen 15-79 år. Undersøgelsen er udført i et samarbejde mellem Sundhedsstyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen og Lungeforeningen.

Undersøgelsen *Danskernes Rygevaner* har til formål at monitorere og beskrive status og udvikling i den danske befolknings brug af tobaks- og nikotinprodukter, herunder cigaretter, e-cigaretter, opvarmet tobak og røgfrie nikotinprodukter. Endvidere er det formålet at beskrive danskernes forbrugsadfærd, nikotineksposering i udvalgte miljøer samt relevante faktorer for rygestop, herunder ønske om rygestop og brug af hjælpemidler.

I denne rapport præsenteres opgørelser for hele populationen, og hvor det er muligt, beskrives fordelingen ligeledes i forhold til køn, alder og uddannelsesgruppe. Endvidere beskrives udviklingen i perioden fra 2020 til 2022.

Danskernes Rygevaner 2022 viser, at der samlet er 23 % af den danske befolkning, der anvender mindst ét afhængighedsskabende sundhedsskadeligt tobaks- eller nikotinprodukt som for eksempel cigaretter, e-cigaretter, snus eller nikotinposer. Denne andel er uændret i forhold til andelen i 2020. Blandt personer mellem 15 og 29 år ses imidlertid en stigning i brugen af alle tobaks- og nikotinprodukter i perioden fra 2020 til 2022.

Tobaksrygning

Der er i alt 19 % af respondenterne, der ryger cigaretter eller anden tobak (eksempelvis pibe eller cigar). Det fordeler sig på 13 %, som ryger dagligt, og 6 %, der ryger lejlighedsvist. Disse andele er uændret i perioden fra 2020 til 2022. Endvidere er der 29 %, som angiver, at de tidligere har røget, og 53 %, som aldrig har røget. Andelen af personer, der ryger dagligt, er større blandt mænd (15 %) end blandt kvinder (11 %). Ligeledes er lejlighedsvis rygning lidt hyppigere blandt mænd (7 %) end blandt kvinder (5 %). Endvidere er andelen, der ryger dagligt, større blandt personer med grundskole som længst fuldførte uddannelse (22 %) sammenlignet med personer, der har en gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse (15 %) eller en videregående uddannelse (8 %). Størstedelen af dem, der ryger tobak, begyndte at ryge regelmæssigt, før de blev 18 år (70 %).

Ønske om rygestop

Rapporten viser endvidere, at 66 % af de personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, har et ønske om at stoppe med at ryge. Dette er et lille fald i forhold til 2020, hvor 68 % ønskede rygestop. Faldet kan primært tilskrives, at der i 2022 er færre personer blandt dem, der ryger lejlighedsvist, som ønsker rygestop (52 % i 2020 til 47 % i 2022). Blandt personer, der ryger dagligt, ønsker 75 % at stoppe med at ryge.

Rygestopforsøg

Blandt personer, der ryger dagligt, har 77 % nogensinde forsøgt at stoppe med at ryge, mens 40 % af dem, der ryger lejlighedsvist, har forsøgt rygestop. Andelen af personer, der ryger dagligt, og som nogensinde har forsøgt rygestop, er steget i perioden fra 2020 til 2022 (74 % i 2020 til 77 % i 2022), mens dette er uændret for personer, der ryger lejlighedsvist.

Over halvdelen (56 %) af dem, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, eller som tidligere har røget, angiver, at de ikke har anvendt hjælp ved seneste rygestopforsøg, hvilket er et fald fra 2020, hvor 63 % angav, at de ikke modtog hjælp. Godkendte nikotinpræparater, såsom plaster, tyggegummi og lignende, anvendes af 18 %, mens 13 % anvender e-cigaretter, og 11 % anvender støtte/rådgivning fra de nærmeste eksempelvis venner, ægtefælle eller kæreste. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at man benytter rygestopmedicin eller nikotinerstatning, der er godkendt som rygestopmiddel, da der er evidens for, at disse rygestopmidler virker, og de er videnskabeligt testet og dermed sikre at anvende til formålet. Endvidere anbefaler Sundhedsstyrelsen, at man også får professionel rygestoprådgivning, for eksempel hos sin kommune eller via Stoplinien, hvor man kan få vejledning i, hvordan man bedst kommer igennem sit rygestop. Herved er der størst sandsynlighed for et varigt rygestop, som ikke erstattes af en anden nikotinafhængighed.

Der er forskellige faktorer, som medvirker til rygestopforsøg. Den hyppigste faktor til rygestopforsøg blandt personer, der ryger, og tidligere har røget, er ifølge undersøgelsen tanker om helbredet (64 %). Dette er steget siden 2020 (59 %). Øvrige medvirkende faktorer for rygestopforsøg, der hyppigt angives af respondenterne, er ønske om ikke at være afhængig (36 %) og økonomi (24 %). Fra 2020 til 2022 er der sket en stigning i andelen, der angiver økonomi som en medvirkende faktor til rygestopforsøg (20 % i 2020 til 24 % i 2022). Omkring en fjerdedel (26 %) af dem, der dagligt ryger, og som har forsøgt rygestop, blev i 2022 opfordret til rygestop af lægen. Endvidere er der 17 %, der er blevet opfordret af et hospital, 15 % af tandlægen, 11 % af arbejdspladsen og 7 % af kommunen. Overordnet set er andelen, der angiver at være blevet opfordret til rygestop af de forskellige aktører, faldet fra 2020 til 2022. Eksempelvis er andelen, der angiver at være blevet opfordret til rygestop af lægen faldet fra 35 % i 2020 til 26 % i 2022. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at sundhedsprofessionelle taler med borgeren/patienten om rygestop samt laver en elektronisk henvisning til et rygestoptilbud hos borgerens/patientens kommune, hvis borgeren/patienten ønsker hjælp til sit rygestop.

E-cigaretter

Danskernes Rygevaner belyser også brug af andre tobaks- og nikotinholdige produkter, herunder blandt andet e-cigaretter. I alt angiver 5 % af respondenterne, at de bruger e-cigaretter enten dagligt eller lejlighedsvist. I 2020 var der 3 %, der anvendte e-cigaretter enten dagligt eller lejlighedsvist. Der er dermed sket en lille stigning i brugen af e-cigaretter. Endvidere er andelen, der aldrig har brugt e-cigaretter, faldet fra 94 % i 2020 til 91 % i 2022. Der er ingen kønsmæssige forskelle i brugen af e-cigaretter, men der er forskel i forhold til aldersgrupper. Brugen af e-cigaretter er således størst blandt de 15-29-årige (7 %), lidt lavere blandt de 30-59-årige (5 %) og lavest blandt respondenter over 60 år (2 %). Andelen, der bruger både e-cigaretter og ryger tobak dagligt, er steget fra 23 % i 2020 til 29 % i 2022. Ligeledes er andelen, der lejlighedsvist

bruger både e-cigaretter og ryger tobak steget i perioden (18 % i 2020 til 32 % i 2022). De to hyppigst angivne årsager til anvendelse af e-cigaretter er for at ryge mindre tobak, og fordi man kan lide smagen. Den hyppigst angivne type af smag i e-cigaretter er frugtsmag (53 %), herefter kommer smag med mentol eller mint (30 %), tobakssmag (26 %) og slik/sodavandsmag (26 %). Overordnet set er brugen af e-cigaretter med søde smage (frugtsmag og slik/sodavandsmag) steget siden 2020, mens brugen af e-cigaretter med smag af mentol eller mint er faldet. Siden 1. april 2022 har det i Danmark været forbudt at sælge e-cigaretter, e-væsker og smagsstoffer til brug i e-cigaretter med kendetegnende aromaer andre end tobakssmag og mentolsmag.

Røgfrie nikotinprodukter

Andelen, der anvender røgfrie nikotinprodukter (for eksempel snus eller nikotinposer) dagligt eller lejlighedsvist, er 4 %. Dette er uændret i forhold til 2020 (3 %). Der er i 2022 en større andel mænd (6 %) end kvinder (3 %), som bruger røgfrie nikotin, og flest blandt de 15-29-årige (14 %) sammenlignet med de øvrige aldersgrupper (2 % blandt de 30-59-årige og 1 % blandt respondenter over 60 år). Blandt mænd er andelen, der angav at bruge røgfrie nikotinprodukter dagligt eller lejlighedsvist i 2022 (5 %) uændret i forhold til andelen i 2020. For kvinder er brugen steget lidt (1 % i 2020 til 3 % i 2022). Der er endvidere sket en stigning i brugen af disse produkter blandt de 15-29-årige (10 % i 2020 til 14 % i 2022), mens der i perioden ikke er sket en ændring i de to andre aldersgrupper. For uddannelsesgrupperne er der ligeledes sket mindre stigninger således, at andelen, der bruger røgfrie nikotinprodukter blandt respondenter med grundskole er steget fra 3 % i 2020 til 5 % i 2022, og andelen blandt dem med gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse er steget fra 2 % i 2020 til 4 % i 2022. Andelen blandt dem med videregående uddannelse er den samme begge år.

Oplevelse af nikotinafhængighed

Undersøgelsen spørger endvidere ind til respondenternes oplevelse af nikotinafhængighed. Blandt personer, der ryger tobak, bruger e-cigaretter eller bruger røgfrie nikotinprodukter, er der i perioden 2020 til 2022 sket en lille stigning i andelen, der oplever, at de er meget nikotinafhængige, fra 31 % til 33 %. Tilsvarende er der flere respondenter, der oplever, at de er lidt nikotinafhængige, i 2022 (39 %) sammenlignet med 2020 (36 %).

Indendørs nikotinformbrug

Andelen af respondenter, der angiver, at der ryges indendørs i hjemmet (hver dag eller lejlighedsvist), er 14 %. Flere mænd end kvinder rapporterer indendørs rygning i hjemmet. Tilsvarende angiver flere respondenter i de ældre aldersgrupper indendørs rygning i hjemmet sammenlignet med de 15-29-årige, og flere med grundskole som længst fuldførte uddannelse sammenlignet med de øvrige uddannelsesgrupper. Endvidere er der en større andel blandt respondenter uden hjemmeboende børn, der angiver indendørs rygning i hjemmet. Der er i perioden 2020 til 2022 sket et lille fald i andelen, der angiver, at der dagligt ryges indendørs i deres hjem (9 % i 2020 til 7 % i 2022). Tilsvarende er der lidt flere respondenter i 2022, der angiver, at der aldrig bliver røget indendørs i hjemmet.

Udendørs tobakseksposering

I forhold til rygning på arbejdspladsen er der i perioden 2020 til 2022 sket en stigning fra 17 % til 21 % i andelen, der angiver, at deres arbejdsplads har røgfri arbejdstid, hvor rygning er forbudt både indendørs og udendørs i arbejdstiden. Endvidere er der færre respondenter i 2022, der angiver, at det er forbudt at ryge både indendørs og udendørs på arbejdspladsens matrikel sammenlignet med 2020 (19 % i 2020 til 16 % i 2022).

Nikotineksposering og børn

Flere personer uden hjemmeboende børn angiver at ryge cigaretter dagligt i hjemmet (10 %) sammenlignet med personer, der har hjemmeboende børn (3 %). Andelene er uændret fra 2020 til 2022. Der ses imidlertid ingen forskel i brugen af e-cigaretter i forhold til, hvorvidt der er hjemmeboende børn.

English summary

This report outlines the status of the Danish smoking habits in 2022. The results are based on a survey from a self-reported questionnaire answered by 11.865 Danish citizens aged 15-79 years. The survey is conducted in a collaboration between the Danish Health Authority (Sundhedsstyrelsen), the Danish Cancer Society (Kræftens Bekæmpelse), the Danish Heart Foundation (Hjerteforeningen), and the Danish Lung Association (Lungeforeningen). Numbers are presented for the whole respondent group, as well as divided according to gender, age group or educational status. Furthermore, the results are compared to numbers from the *Danish Smoking Habits 2020*.

The Danish Smoking Habits 2022 shows that 23 % percent of the population use at least one tobacco or nicotine containing product. That number corresponds to the use in 2020. Among respondents aged 15-29 years an increase in the use of all tobacco and nicotine containing products has occurred from 2020 to 2022.

Tobacco smoking

Overall, the proportion of respondents who report smoking cigarettes daily or occasionally are 19 %. The proportion of respondents smoking daily is 13 % and occasionally 6 %. There is no change in smoking prevalence compared to the corresponding results from 2020. Furthermore, 29 % stated that they previously had been smoking and 53 % that they never had smoked. Daily smoking is more prevalent among men (15 %) compared to women (11 %). The same pattern applies for those who smoke occasionally (7 % men and 5 % women). Daily smoking is most prevalent among respondents with shorter educational status (22 %) compared to medium length education (15 %) og long education (8 %). Most respondents, who smoke tobacco, began smoking regularly before the age of 18 years (70 %).

Wish to stop smoking

The report shows that 66 % of those who smoke daily or occasionally wish to stop smoking. This is a small decrease compared to 2020 (68 %). The decrease can primarily be attributed to the fact that fewer of those who smoke occasionally wants to stop smoking in 2022 (52% in 2020 to 47% in 2022). Among people who smoke daily 75% want to stop smoking.

Smoking cessation attempts

Among people who smoke daily, 77 % have ever attempted to stop smoking, and 40 % of those who smoke occasionally have ever attempted smoking cessation. The proportion who has ever attempted smoking cessation has increased in the period from 2020 to 2022 among people who smoke daily (74 % in 2020), while the proportion is unchanged among those who smoke occasionally.

Over half (56 %) of respondents who smoke daily or occasionally, or previously have been smoking, have not received any help during the most recent smoking cessation attempt. This is

a decrease from corresponding results in 2020 (64 %). When asked which smoking cessation aids the respondents used during the last smoking cessation, the most prevalent aids were nicotine products e.g., nicotine chewing gum or patches (18 %), e-cigarettes (13 %) and support from family or friends (11 %). Various factors may contribute to a smoking cessation attempt. "Thoughts about health" is the most common factor reported in the survey (64 %). This has increased since 2020 (59 %). In addition, "The desire not to be addicted" (36 %) and "Economy" (24 %) are frequently contributing factors used for smoking cessation attempts.

About one fourth (26 %) of the respondents who smoke daily, and have attempted to stop smoking, experienced encouragement to smoking cessation from the doctor, a hospital (17 %), the dentist (15 %), the workplace (11 %), and in their municipality (7 %). Overall, the proportion of people reporting being encouraged to stop smoking by various groups decreased from 2020 to 2022, e.g., encouragement from doctor (35 % in 2020 to 26 % in 2022).

E-cigarettes

In total, 5 % of respondents use e-cigarettes daily or occasionally. In 2020, it was 3 %. Furthermore, the proportion of respondents never using e-cigarettes have declined from 94 % in 2020 to 91 % in 2022. There are no differences in e-cigarette use according to gender, but according to age group the pattern of use differs. Thus, among respondents between 15 and 29 years of age 7 % use e-cigarettes compared to 5 % among those between 30 to 59 years and 2 % among respondents over 60 years of age. The most prevalent tastes in e-cigarettes are fruit (53 %), mint (30 %), tobacco (26 %) and candy (26 %). Overall, use of e-cigarettes with taste of candy or fruit has increased since 2020. The most reported reasons for using e-cigarettes include a "Wish to stop or reduce the amount of tobacco smoking" and "Because I like the taste".

Smokeless nicotine containing products

Overall, 4 % of the respondents use smokeless nicotine containing products. This corresponds to the use in 2020 (3 %). In 2022, using smokeless nicotine containing products is more prevalent among men (6 %) than women (3 %). The use is highest among respondents aged 15 to 29 years, where 14 % use these products compared to 2 % and 1 %, respectively, among those aged 30 to 59 years and those over 60 years of age.

Among those who smoke tobacco, use e-cigarettes or smokeless nicotine containing products, the experience of feeling highly addicted to nicotine has slightly increased; from 31 % in 2020 to 33 % in 2022. So has the feeling of being a little addicted to nicotine (36 % in 2020 to 39 % in 2022).

Indoor nicotine consumption

In total, 14 % report tobacco smoking inside in their home. This is more frequently reported among men than women, among the older age groups compared to the youngest age group, and among respondents with primary school as the highest completed educational level. Those respondents who have children living at home report less tobacco smoking inside in their home.

Outdoor tobacco exposure

Regarding smoking at the workplace, there has been an increase in workplaces with no smoking during work hours (that is no smoking anywhere during the time at work) from 17 % in 2020 to 21 % in 2022. Furthermore, fewer respondents in 2022 indicate that smoking is prohibited both indoor and outdoor at the workplace compared to 2020 (19% in 2020 to 16% in 2022).

Nicotine exposure among children

A higher proportion of respondents without children living at home report daily cigarette smoking at home (10%) compared to those with children living at home (3%). The proportions are unchanged from 2020 to 2022. However, no difference appears in the use of e-cigarettes between respondents with children living at home and those without children living at home.

1 Læsevejledning

I denne rapport præsenteres resultaterne af undersøgelsen *Danskernes Rygevaner 2022*.

Rapporten bør anses som et opslagsværk. Resultaterne præsenteres som samlede opgørelser for hele populationen samt opdelt på køn og i alder- og uddannelsesgrupper for at kunne belyse eventuelle sociodemografiske forskelle for de inkluderede parametre.

Resultaterne er illustreret i figurer og tabeller, som beskrives i tekstform. Enkelte steder er resultaterne kun beskrevet i teksten. I figurer og tabeller præsenteres opgørelserne i procent (%) suppleret med antallet af respondenter (n). I hver figur angiver 'n' det samlede antal respondenter, der har besvaret det aktuelle spørgsmål inden for hver svarkategori og gruppe (køn, alder, uddannelse). Antallet af respondenter for hvert spørgsmål vil variere på grund af filtrering inkorporeret i spørgeskemaets konstruktion. Det betyder, at nogle spørgsmål bliver filtreret fra på baggrund af respondents svar på tidligere spørgsmål i spørgeskemaet, for eksempel stilles spørgsmålet om frekvensen af dagligt forbrug af cigaretter kun til respondenter, der har angivet, at de ryger dagligt. Derudover vil antallet af respondenter variere i opgørelserne af de spørgsmål, hvor det har været muligt at angive mere end ét svar. Dette fremgår eksplicit i de relevante figurer og tabeller.

Alle procentangivelser i rapporten, der fremgår i tekst, tabeller og figurer angiver de vægtede andele, mens antallet af respondenter (n), der har besvaret de enkelte spørgsmål, angiver det uvægtede antal frem for det opregnede vægtede antal (se afsnit 3.4 om vægtning af resultater)

For de spørgsmål, hvor antallet af respondenter inden for grupperne (køn, alder- og uddannelsesgruppe) er lavere end 20, afrapporteres resultaterne ikke, da et lille antal besvarelser (her defineret som under 20) øger risikoen for statistisk usikkerhed. Det angives specifikt, hvor dette er tilfældet. Alle opgørelser er afrundet til nærmeste hele tal. Undtaget er tal under 1, som angives med én decimal.

Spørgsmålene i spørgeskemaet er konstrueret som lukkede spørgsmål med på forhånd definerede svarkategorier, som respondenter kan vælge imellem. Ved nogle af spørgsmålene er der endvidere givet en mulighed for, at der kan angives et såkaldt fritekstsvar, hvor respondenter kan uddybe eller tilføje ekstra oplysninger relateret til deres besvarelse af spørgsmålet. Med henblik på at inkludere alle besvarelser i spørgeskemaet og dermed optimere datagrundlaget har vi i *Danskernes Rygevaner 2022* gennemgået disse fritekstsvar. Hvis det her blev vurderet, at den angivne kommentar kunne omkodes til en af de på forhånd definerede svarkategorier for det aktuelle spørgsmål, blev dette gjort.

Svarkategorien "ved ikke" er kun medtaget i udvalgte figurer, hvor det er særligt relevant at vise. Det kan for eksempel være, hvis en meget stor andel af besvarelserne på et givent spørgsmål er i denne kategori. I de figurer, hvor "ved ikke" svarkategorien er udeladt, indgår andelen imidlertid i beregningen af procentandelen, hvorfor denne ikke summer til 100 %.

Undersøgelsen *Danskernes Rygevaner* baserer sig på data indsamlet fra 5. september til 5. december 2022 og er designet som en såkaldt tværsnitsundersøgelse, der giver et øjebliksbillede af danskernes rygevaner. Således kan rapporten ikke redegøre for kausale årsagssammenhænge men blot beskrive aktuelle mønstre i forbrug og adfærd i forskellige sociodemografiske grupper. For eksempel er andelen af personer, som ryger dagligt, størst blandt personer med grundskole som længst fuldførte uddannelse. Ud fra dette kan vi imidlertid ikke konkludere, at kort uddannelse forårsager daglig rygning, men derimod at kort uddannelse og daglig rygning hyppigere optræder samtidigt end daglig rygning i andre uddannelsesgrupper. Der kan være andre faktorer, som påvirker denne sammenhæng.

I rapporten er der ikke testet for, hvorvidt de observerede forskelle i forbrug og adfærd mellem grupperne, for eksempel køn, alder og uddannelse, er statistisk signifikante. Således skal de sociodemografiske forskelle, der præsenteres i rapporten, alene fortolkes som beskrivende.

I rapporten sammenlignes resultaterne med *Danskernes Rygevaner 2020*. Udviklingen fra 2020 til 2022 beskrives som et *lille* fald eller en *lille* stigning, hvis forskellen i perioden er på netop to procentpoint. Er der sket en ændring (fald eller stigning) over to procentpoint fra 2020 til 2022 beskrives denne. Det betyder, at en forskel i perioden på ét procentpoint ikke afrapporteres som en ændring. Der er ikke testet for statistisk signifikante forskelle mellem 2020 og 2022.

Danskernes Rygevaner 2020 er ligeledes gennemført blandt et repræsentativt udsnit af den danske befolkning i alderen 15-79 år. Dataindsamlingen blev gennemført af Danmarks Statistik i perioden fra 30. september til 30. december 2020 og havde en endelig svarprocent på 55 %. Yderligere oplysninger om undersøgelsen fra 2020 kan ses i metodedokumentet om Danskernes Rygevaner 2020, som er udarbejdet af Danmarks Statistik og er tilgængeligt på Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.sst.dk. I forbindelse med undersøgelsen af *Danskernes Rygevaner 2019* blev der foretaget en ændring i den anvendte dataindsamlingsmetode i forhold til de tidligere år. Derfor kan resultaterne fra 2022 ikke direkte sammenlignes med de tidligere undersøgelser fra før 2019. Undersøgelsen blev ikke udført i 2021, hvorfor der i denne rapport sammenlignes med undersøgelsen udført i 2020.

Modsat de tidligere undersøgelser af Danskernes Rygevaner indeholder denne rapport ikke et afsnit med opgørelser over andelen af respondenter, der har forsøgt rygestop inden for de seneste 12 måneder. Dette skyldes, at der i undersøgelsen fra 2022 har været en fejl i spørgeskemaet, der betyder, at det ikke er muligt at afrapportere og sammenligne dette.

Rapporten består af 13 kapitler. De første **to kapitler** udgør en introduktion til rapporten og indeholder en læsevejledning og en beskrivelse af baggrunden for undersøgelsen. I **kapitel 3** præsenteres datamaterialet og den metodiske tilgang. I **kapitel 4** præsenteres opgørelser over tobaksrygning og opvarmet tobak, herunder fordelingen af respondenterne på tværs af forbrugshyppighed. I **kapitel 5** præsenteres aldersdebut for tobaksrygning. **Kapitel 6** og **kapitel 7** beskriver forskellige parametre i forhold til rygestop, herunder ønske og opfordring til rygestop samt antal rygestopforsøg og brug af hjælpemidler. I **kapitel 8** præsenteres forekomsten og faktorer af betydning for anvendelse af e-cigaretter. Forekomsten af røgfrie nikotinprodukter beskrives i **kapitel 9**. I **kapitel 10** præsenteres respondenternes oplevelse af nikotinafhængighed.

Forekomsten af tobaksrøg indendørs i hjemmet og på arbejdspladsen samt indendørs brug af opvarmet tobak og e-cigaretter beskrives i **kapitel 11**. I **kapitel 12** beskrives udendørs tobakseksposering, og afslutningsvis præsenteres opgørelser af nikotineksponering blandt børn i **kapitel 13**.

2. Baggrund

Tobaks- og nikotinformbrug udgør en af de største folkesundhedsmæssige udfordringer på verdensplan (1). De sundhedsmæssige og samfundsøkonomiske omkostninger relateret til rygning er omfattende og vidtrækkende. I Danmark er rygning den største enkeltstående, forebyggelige risikofaktor for folkesundheden. Næsten hvert fjerde dødsfald i Danmark kan tilskrives rygning (2). Det er estimeret, at op imod halvdelen af de personer, der ryger tobak regelmæssigt, vil dø af en rygerelateret sygdom, hvilket også afspejles i den relativt dårlige udvikling i danskernes middellevetid sammenlignet med de andre nordiske lande (2-4).

Rygning øger risikoen for en lang række alvorlige sygdomme, herunder respiratoriske lidelser, for eksempel kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL), hjertekarsygdomme og kræft (4, 5). Derudover forværrer rygning forløbet af eksisterende sygdomme, komplicerer behandlingsforløb for eksempel ved operationer, og forringer prognosen for helbredelse (5). Risikoen for rygerelateret sygdom og død stiger med eksponeringsmængde (antal cigaretter) og varighed. Således lever personer, der ryger 15 cigaretter eller flere om dagen, i gennemsnit 10-11 år kortere end personer, der aldrig har røget, mens personer, der dagligt ryger mindre end 15 cigaretter, lever omkring 6 år kortere (2, 4). Derudover øger tidlig rygedebut risikoen for at udvikle rygerelateret sygdom og fører til øget nikotinafhængighed, der vanskeliggør rygestop (6-9). Derfor har tidlig rygedebut også afgørende betydning for rygeadfærd i voksenlivet. Størstedelen af personer, der ryger eller tidligere har røget, begyndte at ryge regelmæssigt, inden de fyldte 18 år (10).

Over de sidste årtier har tobaks- og nikotinmarkedet ændret sig betydeligt, hvilket indebærer, at udbuddet af forskellige typer af nikotinprodukter på markedet er steget markant (9). Disse produkter inkluderer blandt andet e-cigaretter, fx vapes, og røgfrie nikotinprodukter som snus og nikotinposer. Tidligere undersøgelser viser, at disse produkter i høj grad appellerer til unge, hvilket blandt andet kan skyldes, at de ofte er tilsat smagsstoffer som for eksempel slik eller pebermynte, har et attraktivt emballagedesign og social appel. Derudover kan de røgfrie nikotinprodukter lettere anvendes i situationer, hvor det ikke er tilladt at bruge tobaks- og eller nikotinprodukter, for eksempel på skoler og uddannelsesinstitutioner (9, 11, 12). Forbruget blandt unge er bekymrende, da børn og unges hjerner er særligt sensitive over for de negative effekter af nikotineksposering, der blandt andet kan skade hjernens udvikling, indlæringssevne, reducere den kognitive funktion og påvirke det psykiske helbred senere i livet (12). Der er endvidere evidens for, at brugen af e-cigaretter øger risikoen for helbredsskade, hvor særligt de kortsigtede konsekvenser er veldokumenterede som for eksempel nikotinforgiftning, neurologiske krampeanfald, forbrændinger og skader på lungerne (13). Endeligt øger brugen af e-cigaretter og røgfrie nikotinprodukter sandsynligheden for at påbegynde cigaretrygning og indtag af andre rusmidler, der kan resultere i et dobbeltforbrug, hvor brugen af forskellige nikotinprodukter kombineres (12, 13). Der er ikke evidens for, at e-cigaretter eller røgfrie nikotinprodukter er effektive hjælpemidler til rygestop (14, 15). Således kan disse nikotinprodukter være med til at øge den generelle eksponering af tobak og nikotin samt fastholde personer, der ryger, i deres nikotinafhængighed. Sundhedsstyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Lungeforeningen og Hjerteforeningen fraråder brugen af nikotinprodukter.

For at opnå et retvisende billede af danskernes tobaks- og nikotinformbrug, og derved få en større forståelse for produkternes indflydelse på folkesundheden, er det derfor vigtigt at monitorere forbruget af disse forskellige tobaks- og nikotinprodukter i den danske befolkning.

Danskernes Rygevaner 2022 præsenterer den aktuelle status på danskernes forbrug af tobak- og nikotinprodukter i 2022, herunder cigaretter, opvarmet tobak, e-cigaretter og røgfrie nikotinprodukter. Derudover indeholder rapporten opgørelser over forbrugsadfærd og -vaner, udsættelse for tobaksrøg indendørs og udendørs samt nikotineksposering blandt børn. Endeligt afdækker rapporten ønsker til rygestop og rygestopadfærd, herunder brug af hjælpemidler til rygestop. Alle temaer i rapporten beskrives samlet for hele populationen og i forhold til køn, alder og uddannelsesgruppe. Rapporten er udarbejdet af Statens Institut for Folkesundhed ved Syddansk Universitet på vegne af Sundhedsstyrelsen.

3. Materiale og metode

Datagrundlaget for denne rapport kommer fra spørgeskemaundersøgelsen *Danskernes Rygevaner 2022*, som er gennemført blandt et repræsentativt udsnit af den danske befolkning i aldersgruppen 15 til 79 år. Undersøgelsen er finansieret af Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen, Lungeforeningen og Sundhedsstyrelsen.

3.1 Dataindsamling

Dataindsamlingen blev gennemført af DST Survey, Danmarks Statistik. Dataindsamlingen for undersøgelsen fandt sted i perioden fra 5. september til 5. december 2022.

Målpopulationen for undersøgelsen, det vil sige den population, undersøgelsen ønsker at beskrive, blev identificeret ved hjælp af Det Centrale Personregister (CPR) og afgrænset til den danske befolkning i alderen 15-79 år. Målpopulationen indeholdt i alt 4.668.790 personer. I forbindelse med dataindsamlingen til *Danskernes Rygevaner 2022* har DST Survey, Danmarks Statistik, tilfældigt identificeret en repræsentativ stikprøve af målpopulationen (den danske befolkning mellem 15-79 år) ud fra personernes alder, længst gennemførte uddannelse og bopælsregion, så denne bedst muligt repræsenterede målpopulationen (i alt 25.960 personer). Da nogle grupper i befolkningen i mindre grad deltager i spørgeskemaundersøgelser (yngre aldersgrupper, personer med kort uddannelse, grupper med lavere indkomster og personer bosiddende i hovedstaden) blev der i udvalgte grupper identificeret 50 % ekstra til stikprøven. Tilsvarende blev der blandt andre udvalgte grupper med forventet høj svarprocent identificeret 25 % færre til stikprøven. Således øges sandsynligheden for, at der opnås et tilstrækkeligt svargrundlag (antal besvarelser) blandt alle grupper. Stikprøven opfylder de internationale krav til universel repræsentativitet og bygger på brug af Danmarks Statistiks registre. Da stikprøven er udvalgt fra CPR-registret, sikres endvidere det bedst mulige datagrundlag for forskning, hvor repræsentativitet er vigtigt.

Invitation til deltagelse i undersøgelsen blev sendt via Digital Post til e-Boks og fysisk brev til dem, der er undtaget Digital Post. I invitationen var undersøgelsens baggrund og formål beskrevet samt information om databrug og datasikkerhed. Informationsbrevet indeholdt ligeledes et link samt en adgangskode til det webbaserede spørgeskema.

Alle udtrukne personer, der ikke havde svaret på spørgeskemaet, modtog op til tre påmindelser fra DST Survey, Danmarks Statistik, med digital post i perioden 15. september til 25. oktober. Personer, der delvist havde besvaret spørgeskemaet, fik en specifik påmindelse om at genoptage besvarelsen. Personer, der efterfølgende ikke eller kun delvist havde besvaret spørgeskemaet, og som ikke havde et registreret telefonnummer (hemmeligt nummer) fik tilsendt endnu en påmindelse via digital post. Heri blev der tilføjet muligheden for at deltage i undersøgelsen via telefoninterview ved henvendelse til Danmarks Statistik. I samtlig

udsendelser blev respondenterne præsenteret for at kunne vinde 20 præmier a 500 kr. ved deltagelse i undersøgelsen.

Personer, der ikke eller kun delvist havde besvaret spørgeskemaet, og som havde et registreret telefonnummer, blev i perioden 13. oktober til 25. november kontaktet via telefon af en telefoninterviewer fra Danmarks Statistiks underleverandør Norstat, der står for telefoninterviews, hvor de fik mulighed for at gennemføre undersøgelsen via telefon (dog var det stadig muligt at tilgå det webbaserede spørgeskema indtil 5. december). Respondenterne blev i den forbindelse ligeledes informeret om mulighed for at vinde en præmie ved deltagelse i undersøgelsen.

Til slut fik alle personer udvalgt til undersøgelsen, som endnu ikke havde besvaret spørgeskemaet, en sidste påmindelse tilsendt via NemSMS, som er en offentlig SMS-tjeneste, hvor borgere kan få tilsendt forskellige former for serviceinformationer. Denne påmindelse blev udsendt for at nå de respondenter, der eventuelt ikke havde været opmærksom på invitationen til undersøgelsen i deres digitale post.

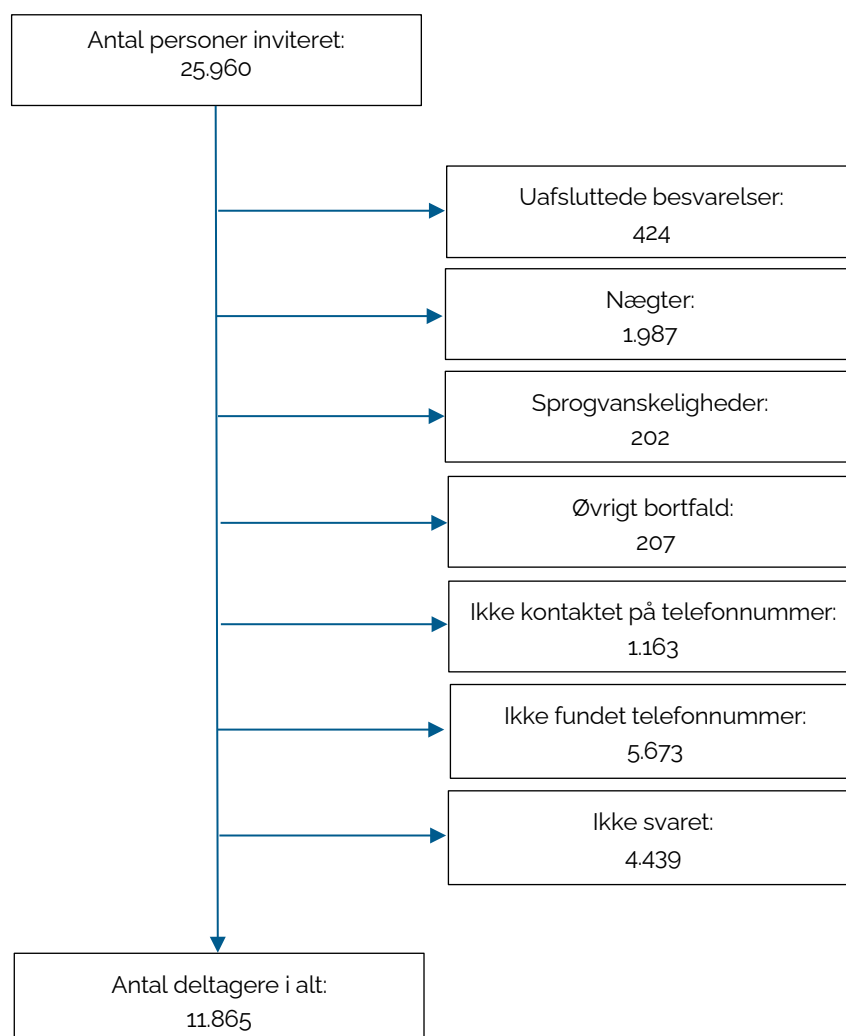
3.2. Deltagelse

I alt besvarede 11.865 personer spørgeskemaet ud af 25.960 personer i nettostikprøven¹. Af disse besvarede 84 % det elektroniske spørgeskema, og 16 % besvarede spørgeskemaet via telefoninterviews. Samlet set giver det en svarprocent på 46 % (se figur 3.2.1).

Yderligere informationer om stikprøvedesign kan findes i metodedokumentet om *Danskernes Rygevaner 2022* udarbejdet af DST Survey, Danmarks Statistik, som er tilgængeligt på Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.sst.dk.

¹Bruttostikprøven bestod af 26.679 personer. Bruttostikprøven var uden hensyn til adressebeskyttelse og seneste udvandrede eller døde. I alt blev 719 personer ikke kontaktet på grund af adressebeskyttelse, hvorfor nettostikprøven var på 25.960 personer.

Figur 3.2.1 Flowdiagram af respondenter i Danskernes Rygevaner 2022



3.3. Spørgeskemaet

Danskernes Rygevaner er en forløbsundersøgelse, der løbende monitorerer befolkningens forbrug af tobaks- og nikotinprodukter samt forbrugsadfærd og -vaner, således at det er muligt at sammenligne fra år til år. Ved udviklingen af spørgeskemaet til dette års undersøgelse blev der taget udgangspunkt i spørgeskemaet fra *Danskernes Rygevaner 2020*, således at spørgeskemaerne for 2020 og 2022, ligesom dataindsamlingsmetoderne, stort set er identiske.

Som en del af en kvalitetssikring af spørgeskemaet blev der foretaget enkelte justeringer af spørgsmåls-, introduktions- og hjælpe tekster samt i svarkategorier og filtre. Dette skulle sikre, at alle spørgsmål var entydige og letforståelige, samt at svarkategorier var udtømmende, forståelsesmæssigt entydige og gensidigt udelukkende (medmindre der er tale om spørgsmål, hvor man kan angive flere svar). Samtidig var der imidlertid fokus på at bevare sammenligneligheden i forhold til tidligere års undersøgelser.

Enkelte nye spørgsmål blev tilføjet til undersøgelsen for at afdække nye relevante emner.

Det endelige spørgeskema til Danskernes Rygevaner 2022 indeholder 98 spørgsmål, hvoraf en del spørgsmål indeholder filtre, der betyder, at de kun stilles til nogle respondenter afhængigt af respondenternes foregående svar. Det gennemsnitlige antal spørgsmål i undersøgelsen er ca. 70 spørgsmål pr. respondent.

Spørgeskemaet indeholder spørgsmål inden for følgende ni emner:

1. Baggrundsspørgsmål
2. Tobak og rygning
3. Rygestop
4. E-cigaretter
5. Snus og andre røgfrie nikotinprodukter
6. Oplevelse af nikotinafhængighed
7. Indendørs nikotinformbrug
8. Udendørs tobakseksposering
9. Børn og nikotineksposering

I 2020 havde respondenterne mulighed for at svare 'ved ikke' på en række spørgsmål. I 2022 har det ikke været muligt. Danmarks Statistik vurderer, at det har minimal betydning for rapportens resultater og for sammenligningen med undersøgelsen fra 2020. For yderligere uddybning se metodedokumentet om *Danskernes Rygevaner 2022* udarbejdet af DST Survey, Danmarks Statistik, som er tilgængelig på Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.sst.dk. Spørgeskemaet i dets fulde længde er ligeledes inkluderet i dette metodedokument.

3.4. Vægtning

I undersøgelser som denne er det af stor betydning for generaliseringen af resultaterne, at svarpersonerne ligner den øvrige danske voksne befolkning så meget som muligt med hensyn til køn, alder, uddannelse og andre sociodemografiske karakteristika. Da der kan være stor forskel på svarprocenten i forskellige befolkningsgrupper, vil befolkningssammensætningen blandt personer, der har besvaret spørgeskemaet, afvige fra befolkningssammensætningen i hele landet. For at tage højde for disse afvigelser i sociodemografiske karakteristika og rygeadfærd mellem de personer, der har besvaret spørgeskemaet, og de personer, der ikke har besvaret spørgeskemaet, benyttes en såkaldt vægtning for non-response. Det betyder, at den enkelte respondents besvarelse gives en vægt i forhold til, hvor stor en andel af befolkningen en person

med for eksempel samme køn, alder, uddannelse og øvrige sociodemografiske karakteristika udgør af befolkningen. Således genskaber vægtene repræsentativiteten for en lang række faktorer og derved imødegår de udfordringer, der er i forbindelse med bortfaldet.

Danmarks Statistik har udarbejdet vægtene ved hjælp af en flerdimensional metode, der gør det muligt at inddrage mange faktorer på samme tid. Det fremgår af metodenotatet fra DST Survey, Danmarks Statistik, hvilke sociodemografiske karakteristika, der er anvendt i vægtningen.

De procentandele, der præsenteres og beskrives i tekst, tabeller og figurer udtrykker vægtede resultater, mens antallet af besvarelser for de enkelte spørgsmål angiver det uvægtede antal (n) frem for det opregnede vægtede antal.

3.5. Udvikling over tid

Denne rapport afdækker og beskriver udviklingen i danskernes rygevaner fra år 2020 til år 2022. Der er ikke testet for statistisk signifikante forskelle mellem årene. Udviklingen beskrives således alene deskriptivt, og forskellene beskrives som et *lille fald/lidt færre* eller en *lille stigning/lidt flere*, hvis forskellen mellem 2020 og 2022 er på 2 procentpoint. Er faldet eller stigningen over 2 procentpoint beskrives denne ændring. Det betyder, at en forskel fra 2020 til 2022 på 1 procentpoint ikke beskrives som en ændring.

Resultaterne for 2020 er ikke gengivet i tabeller og figurer. Her henvises i stedet til *Danskernes Rygevaner 2020*, delrapporter 1 og 2, som kan findes på Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.sst.dk.

I forbindelse med undersøgelsen *Danskernes Rygevaner 2019* skete der en ændring i den anvendte dataindsamlingsmetode i forhold til tidligere år. Det betyder, at resultater fra undersøgelsen i hhv. 2019, 2020 og 2022 ikke sammenlignes direkte med de tidligere undersøgelser foretaget før 2019.

3.6. Sociodemografiske karakteristika

For at karakterisere studiepopulationens sammensætning og med henblik på at kunne undersøge sociodemografiske forskelle i undersøgelsens aktuelle temaer blev respondenterne bedt om at oplyse forskellige sociodemografiske karakteristika som en del af spørgeskemaet. Rapporten afdækker således forskelle i køn, alder og længst fuldførte uddannelse. I det følgende beskrives inddelingen af de sociodemografiske faktorer.

Køn opdeles i rapporten på mænd og kvinder. Information om andre kønsopfattelser end mand/kvinde er ikke af rapporteret.

Alder inddeles i tre grupper: 15-29-årige, 30-59-årige samt +60 år. Denne inddeling er valgt på baggrund af fordelingen af antal personer i hver gruppe. Desuden er tilsvarende inddeling

anvendt i de tidligere undersøgelser af danskernes rygevaner, hvilket således giver mulighed for sammenligning.

Tilsvarende er respondenternes uddannelseslængde kategoriseret således, at variablen kan sammenlignes med de tidligere undersøgelser. Inddelingen baserer sig på den længst fuldførte uddannelse og udgøres af grupperne: under uddannelse, grundskole, gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse og videregående uddannelse.

I figurer, hvor resultater opdeles på uddannelseslængde, præsenteres ikke svar fra de respondenter, der var under uddannelse på tidspunktet for dataindsamlingen. Dette skyldes, at personer under uddannelser udgør en forholdsvis heterogen gruppe, hvor nogle respondenter er i gang med en lang videregående uddannelse, mens andre er i gang med en gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse. Det betyder, at disse respondenter endnu ikke har nået deres 'endelige' uddannelseslængde. Således indeholder figurer opdelt på uddannelseslængde færre respondenter end de øvrige figurer i samme kapitel.

I tabel 3.6.1 præsenteres de sociodemografiske karakteristika for studiepopulationen. Det fremgår, at der uvægtet er lidt færre mænd end kvinder blandt respondenterne. De vægtede data korrigerer dette således, at der er lige mange mænd og kvinder i undersøgelsen. Der er flest respondenter i aldersgruppen 30-59 år. Fordelt på uddannelseslængde er den største andel respondenter i gruppen med en gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse som længst fuldførte uddannelse. Dette ses både for vægtede og uvægtede data.

Tabel 3.6.1 Sociodemografiske karakteristika for studiepopulationen, procent og antal

	Uvægtet % (n)	Vægtet %
Køn		
Mand	48 (5.616)	50
Kvinde	53 (6.210)	50
Alder		
15-29 år	23 (2.780)	24
30-59 år	47 (5.538)	49
60+ år	30 (3.543)	27
Uddannelse		
Under uddannelse	13 (1.594)	13
Grundskole	17 (2.025)	20
Gymnasial/erhvervsfaglig	38 (4.516)	34
Videregående	31 (3.726)	33

Note: Som følge af afrundinger af tal kan det forekomme, at procentandelene inden for de enkelte sociodemografiske grupper ikke summerer til 100 %.

4. Tobaksrygning

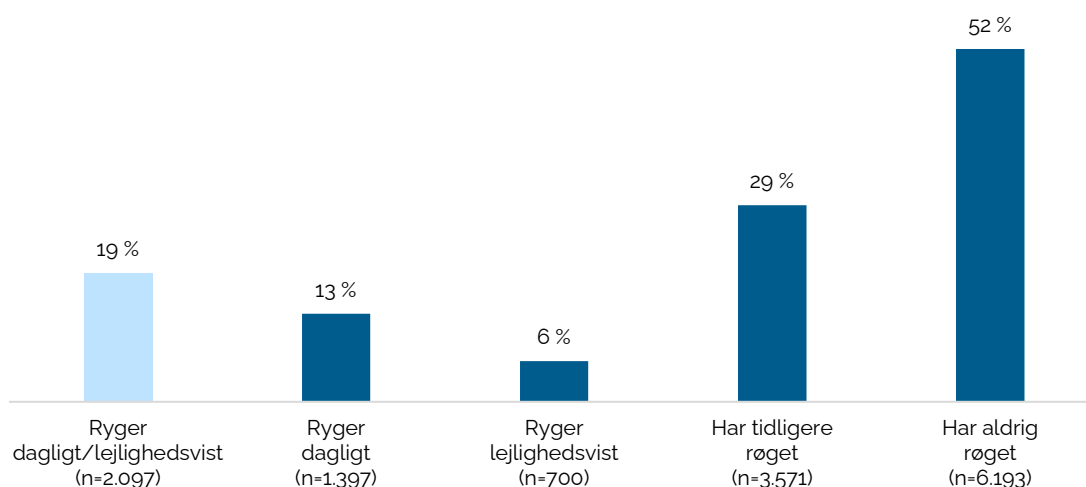
Dette kapitel beskriver forekomsten af personer, der ryger tobak, herunder andelen, der har et aktuelt forbrug, andelen, der tidligere har røget, og andelen, der aldrig har røget.

Dernæst præsenteres forekomsten af personer, der ryger 15 cigaretter eller flere om dagen. Endeligt beskrives, hvilken type tobak der ryges, samt typen af cigaretter og oplevelsen af nikotinafhængighed.

4.1 Forekomsten af tobaksrygning

Af figur 4.1.1 fremgår det, at der er 19 %, der ryger enten dagligt eller lejlighedsvist, i 2022. Der er 13 %, som ryger dagligt, og 6 %, der ryger lejlighedsvist. Endvidere er der 29 %, der tidligere har røget, og 52 %, som aldrig har røget.

Figur 4.1.1 Rygegrupper, procent



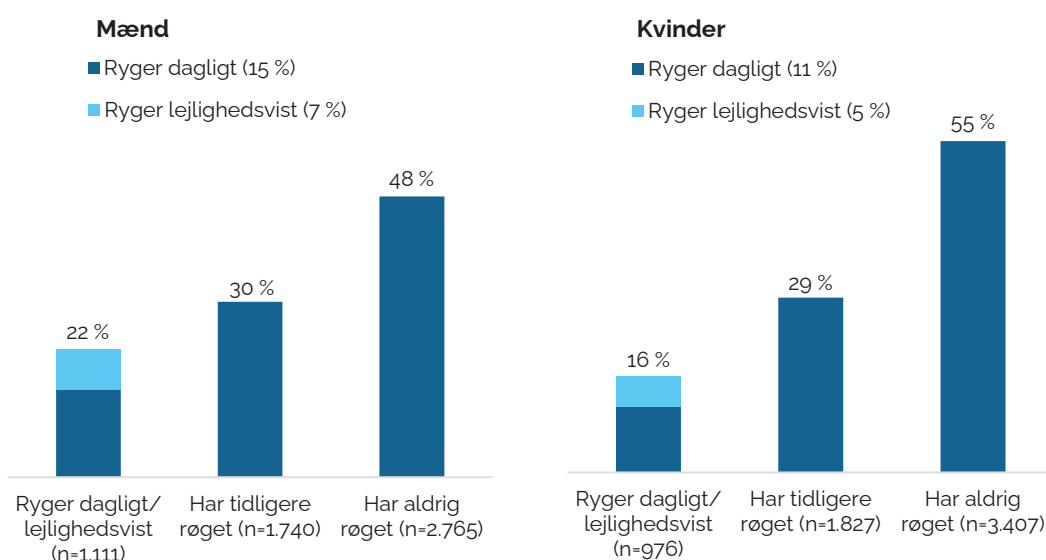
Udvikling: Når man sammenligner forekomsten af tobaksrygning i 2022 med tal fra 2020, er der ikke sket ændringer. I 2020 var der 18 %, der røg enten dagligt eller lejlighedsvist. Andelen, der røg dagligt, var 13 %, mens 6 % røg lejlighedsvist². Der var 30 %, som angav, at de tidligere havde røget, mens 52 % aldrig havde røget.

²Som følge af afrundinger af tal er der i Danskernes Rygevaner 2020 uoverensstemmelse mellem andelen af respondenter, der røg sammenlagt (dagligt/lejlighedsvist), og grupperne enkeltvist.

Der er i undersøgelsen spurgt ind til, hvilken type tobaksprodukt man ryger. Her har respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svarkategorier, hvorfor type af tobaksprodukter ikke er gensidigt udelukkende. I alt svarer 93 % af de adspurgte, at de ryger cigaretter, 3 % ryger cigarillos, 1 % ryger cerutter, 7 % ryger pibe, 6 % ryger cigarer, 10 % ryger vandpipe, og 6 % ryger anden type tobaksprodukt. Der er en lille stigning i perioden fra 2020 til 2022 i andelen af respondenter, der ryger cigarer (4 % i 2020 vs. 6 % i 2022), vandpipe (7 % i 2020 vs. 10 % i 2022) samt i andelen, der ryger anden type tobaksprodukt (4 % i 2020 vs. 6 % i 2022). Der er ikke sket ændringer for de øvrige tobaksprodukter i perioden.

Af figur 4.1.2 ses rygegrupper fordelt på køn. Der er overordnet set en højere andel af mænd, der ryger dagligt eller lejlighedsvist (22 %), sammenlignet med kvinder (16 %). Der er kun en mindre kønsmæssig forskel i lejlighedsvis rygning (7 % mænd vs. 5 % kvinder), mens forskellen er større ved daglig rygning (15 % vs. 11 %).

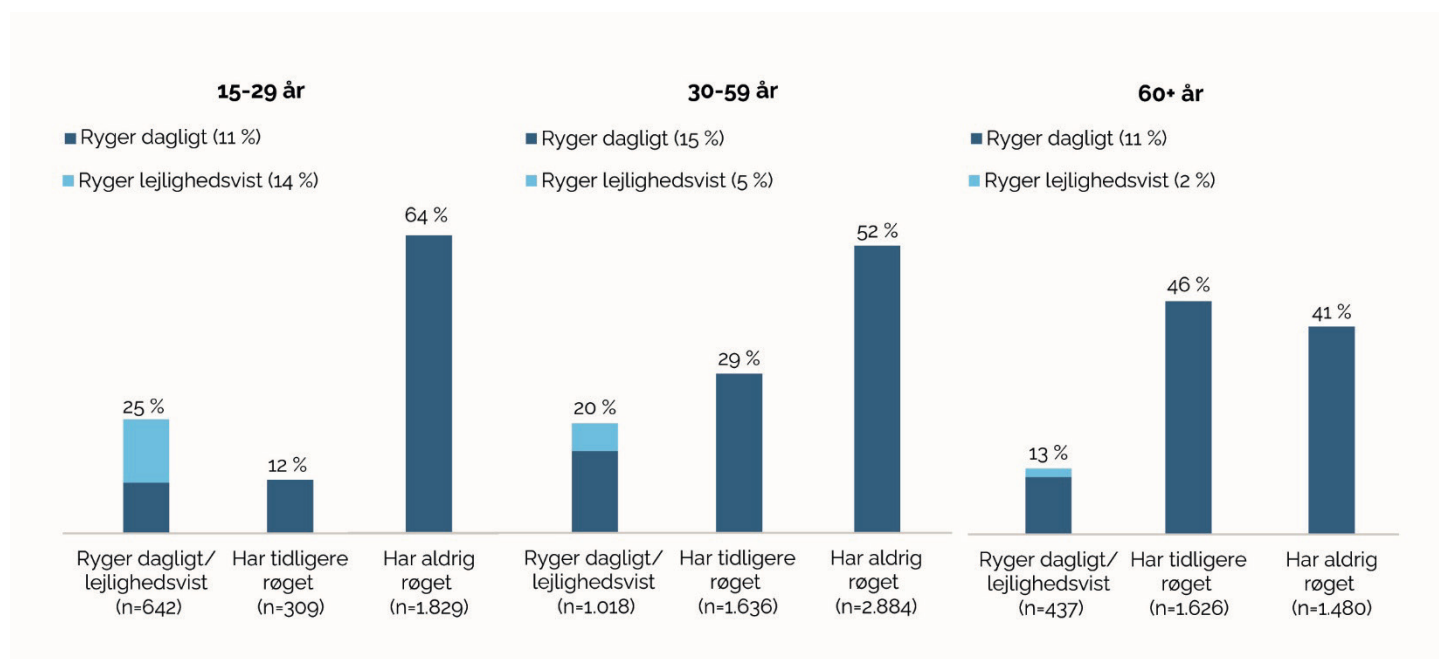
Figur 4.1.2. Rygegrupper, opdelt på køn, procent



Udvikling: Der er ikke sket ændringer i de kønsmæssige forskelle i daglig eller lejlighedsvis rygning fra 2020 til 2022. I 2020 røg 6 % af mændene og 5 % af kvinderne lejlighedsvis, mens 15 % af mændene og 11 % af kvinderne røg dagligt.

I figur 4.1.3. ses rygegrupper fordelt på tre aldersgrupper. Den højeste andel af personer, der ryger, ses blandt de 15-29-årige, hvor 25 % ryger dagligt eller lejlighedsvist, mens 20 % ryger dagligt eller lejlighedsvist blandt de 30-59-årige og 13 % af respondenter over 60 år. Andelen, der ryger lejlighedsvist, falder med stigende aldersgruppe. Således er der 14 %, der ryger lejlighedsvist, i aldersgruppen 15-29 år, 5 % i gruppen 30-59 år og 2 % i gruppen af respondenter over 60 år.

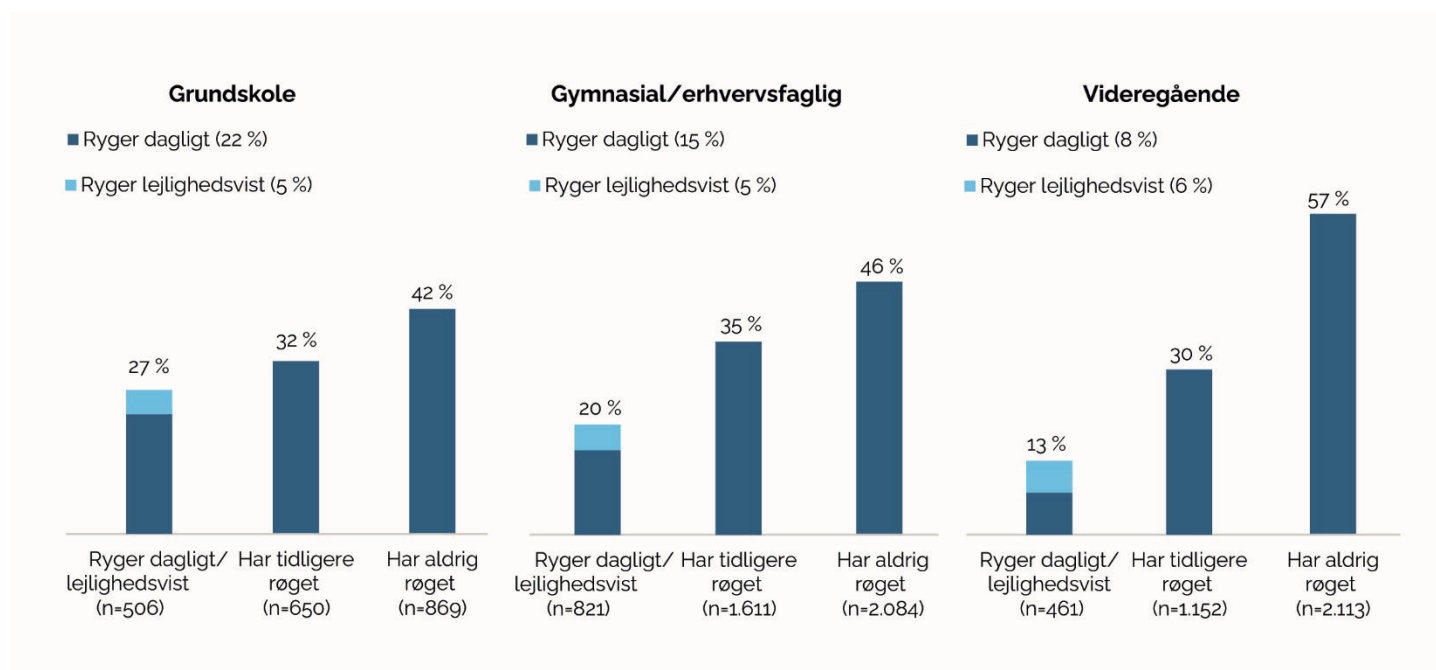
Figur 4.1.3. Rygegrupper, opdelt på alder, procent



Udvikling: Sammenlignet med 2020 er der lidt flere af de 15-29-årige, der ryger i 2022. I 2020 var der 23 % i denne aldersgruppe, der røg dagligt eller lejlighedsvist, hvor det i 2022 er 25 %. I 2020 var der 13 % af de 15-29-årige, der røg lejlighedsvist, og 10 %, der røg dagligt. En tilsvarende lille overordnet stigning ses for gruppen 30-59 år, hvor der i 2020 var 18 %, der røg enten dagligt eller lejlighedsvist. Her røg 14 % dagligt, mens 4 % røg lejlighedsvist. For gruppen af respondenter over 60 år er der sket et mindre fald i andelen, der ryger enten dagligt eller lejlighedsvist, fra 15 % i 2020 til 13 % i 2022. Dette kan tilskrives et fald i daglig rygning i denne aldersgruppe. I 2020 var det 13 %, der røg dagligt, mens det i 2022 er 11 %.

Figur 4.1.4 viser rygegrupper fordelt på længst fuldførte uddannelse. Som det fremgår af figuren, er andelen af personer, der ryger dagligt, faldende med stigende uddannelseslængde. Eksempelvis er der 22 %, der ryger dagligt, blandt personer, hvis længst fuldførte uddannelse er grundskole, mens 8 % ryger dagligt blandt personer, der har gennemført en videregående uddannelse. Ses der på andelen, der ryger lejlighedsvist, er der ingen uddannelsesmæssig forskel.

Figur 4.1.4. Rygegrupper, opdelt på uddannelse, procent



Note: Som følge af afrundinger af tal kan der være uoverensstemmelse mellem andelen af respondenter, der ryger sammenlagt (dagligt/lejlighedsvist), og grupperne enkeltvist.

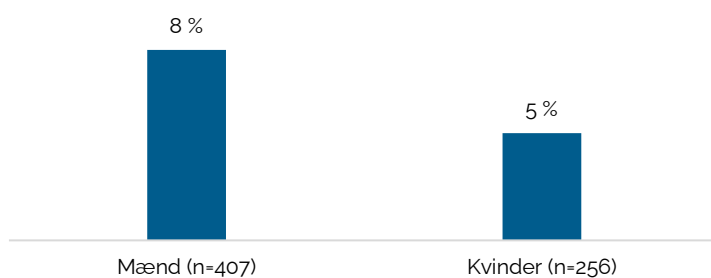
Udvikling: I perioden fra 2020 til 2022 er der ikke sket ændringer i fordelingen af rygegrupper i forhold til uddannelseslængde.

4.2. Personer, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen

I dette afsnit beskrives rygning blandt personer, der ryger 15 eller flere cigaretter dagligt. Dette blev tidligere betegnet som "storrygning". I alt ryger 6 % af respondenterne i undersøgelsen 15 eller flere cigaretter dagligt.

Af figur 4.2.1 ses det, at 8 % af mændene og 5 % af kvinderne ryger 15 eller flere cigaretter dagligt.

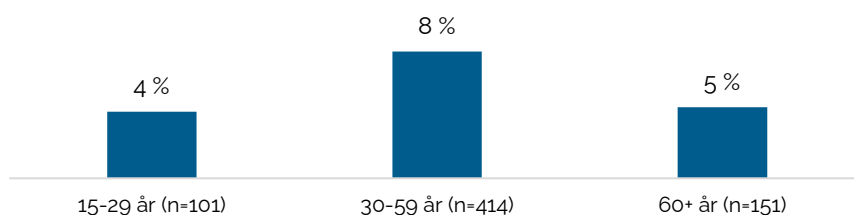
Figur 4.2.1 Andel personer, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen, opdelt på køn, procent



Udvikling: Andelen, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen, i 2022, er den samme som i 2020 (6 %). Den kønsmæssige forskel er ligeledes uændret i perioden

Den største andel af respondenter, der dagligt ryger 15 eller flere cigaretter, ses i aldersgruppen 30-59 år (8 %) (figur 4.2.2). I de to øvrige aldersgrupper er det hhv. 4 % blandt de 15-29-årige og 5 % blandt respondenter over 60 år.

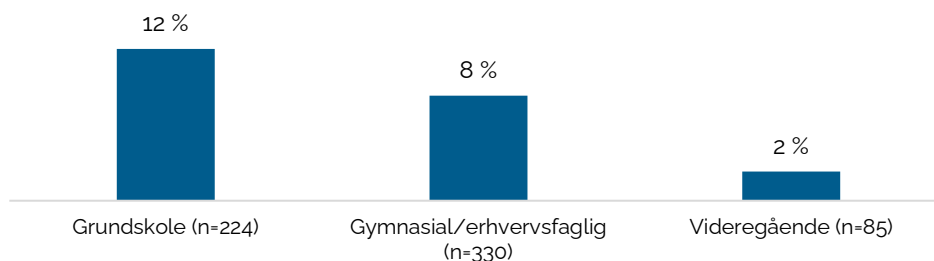
Figur 4.2.2. Andel personer, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen, opdelt på alder, procent



Udvikling: Der er ikke sket ændringer fra 2020 til 2022 i andelen, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen, fordelt på de tre aldersgrupper.

Som tidligere vist er rygning overordnet set mere udbredt blandt personer, hvis længst fuldførte uddannelse er grundskole. Tilsvarende ses for andelen, der ryger 15 eller flere cigaretter dagligt, hvor det er 12 % af respondenter med grundskole som længst fuldførte uddannelse, der ryger 15 eller flere cigaretter dagligt, mens tilsvarende gør sig gældende for hhv. 8 % og 2 % blandt personer med gymnasial/erhvervsfaglig og videregående uddannelse.

Figur 4.2.3. Andel personer, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen, opdelt på uddannelse, procent



Udvikling: Den uddannelsesmæssige forskel for personer, der ryger 15 eller flere cigaretter dagligt, er uændret i perioden fra 2020 til 2022. Der er endvidere ikke sket ændringer i andelen, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen, i de enkelte uddannelsesgrupper.

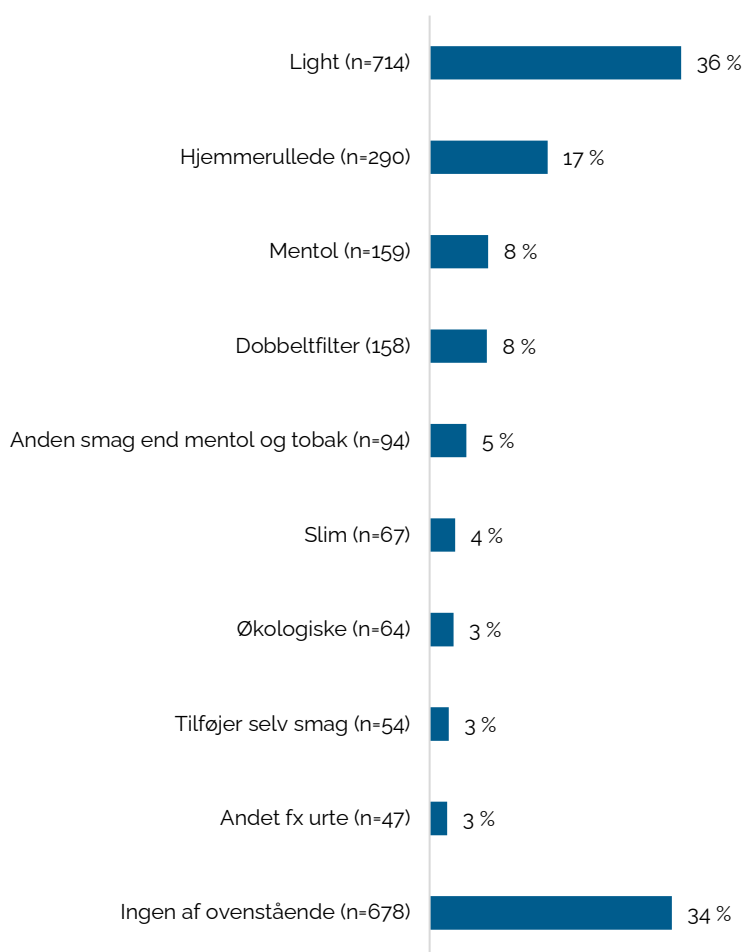
4.3. Cigarettyper

Der findes mange forskellige typer af cigaretter. Nogle cigarettyper har særlige kendetegn såsom smag, dobbeltfilter eller er hjemmerullede. I undersøgelsen spørges der til, hvorvidt der bruges cigaretter med disse særlige kendetegn. Til dette spørgsmål har det været muligt at vælge flere svarkategorier, hvilket betyder, at der eksempelvis kan være personer, der har svaret, at de ryger både hjemmerullede cigaretter og cigaretter med mentolsmag³. Således er grupperne ikke gensidigt udelukkende.

³Der blev pr. 20.maj 2020 indført forbud mod at sælge cigaretter og rulletobak med mentol som kendetegnende aroma. Da forbuddet alene omfattede salgsrestriktioner, var det imidlertid stadig lovligt at ryge cigaretter og rulletobak med mentol, som var købt før, at forbuddet trådte i kraft. Derfor har det i undersøgelsen været muligt at vælge "Mentol" som smagsvariant i spørgsmålet om cigarettype.

Det fremgår af figur 4.3.1, at en tredjedel af respondenterne, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, ryger cigaretter af typen "Light"⁴ (36 %). Den næst hyppigste cigarettype, der anvendes blandt personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, er hjemmerullede cigaretter (17 %). Der er i alt 34 %, som angiver, at de ikke ryger nogle af de typer af cigaretter, som har været mulige at vælge som svarkategori. Dette kan imidlertid ikke tolkes som, at de ryger cigaretter uden særlige kendetegn.

Figur 4.3.1 Typer af cigaretter, der anvendes af personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), procent



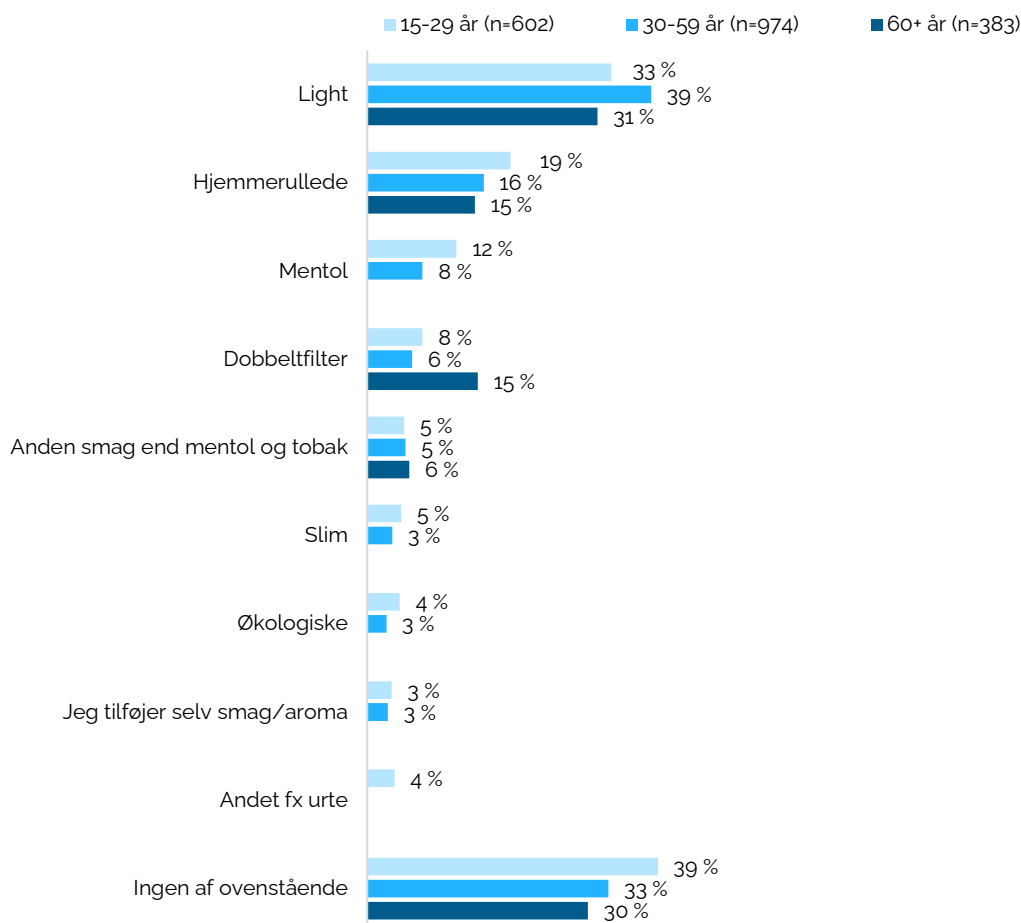
Udvikling: I perioden fra 2020 til 2022 er der sket ændringer i brugen af forskellige cigarettyper. Andelen, der angiver at ryge "Light" cigaretter, er steget fra 33 % i 2020 til 36 % i 2022, mens brugen af "Hjemmerullede cigaretter" er uændret (17 %). Brugen af cigaretter med "Mentol" og "Dobbeltfilter" er imidlertid faldet fra hhv. 13 % og 12 % i 2020 til 8 % for begge cigarettyper i 2022.

⁴Det er ikke tilladt i Danmark at markedsføre cigaretter med betegnelsen "Light" eller tilsvarende, da det kan give et fejlagtigt indtryk af sygdomsrisikoen ved at ryge cigaretter. Det er dog fortsat en betegnelse, der anvendes blandt nogle personer, der ryger specifikke cigaretter, for eksempel dem, som tidligere har røget light cigaretter, eller i tilfælde, hvor pakkens udseende giver dette indtryk. Derfor har det i undersøgelsen været muligt at vælge "Light" i spørgsmålet om cigarettype.

Cigaretter med "Anden smag end mentol og tobak" er ligeledes faldet i perioden (9 % i 2020 vs. 5 % i 2022). Andelen, der svarer "Ingen af ovenstående", er steget fra 28 % i 2020 til 34 % i 2022.

Figur 4.3.2 viser brugen af de forskellige cigarettyper fordelt på aldersgrupper. Det ses, at brugen af cigaretter af typen "Light" er særligt udbredt blandt de 30-59-årige (39 %), mens omkring en tredjedel bruger tilsvarende cigarettype i de andre aldersgrupper (33 % blandt de 15-29-årige og 31 % blandt respondenter over 60 år). "Hjemmerullede" cigaretter er hyppigst anvendt blandt 15-29-årige (19 %), hvilket også gør sig gældende for brugen af cigaretter med smag af "Mentol" (12 %). Brugen af cigaretter med "Dobbeltfilter" er omkring dobbelt så hyppig blandt respondenter over 60 år (15 %) sammenlignet med de andre aldersgrupper (hhv. 8 % blandt de 15-29-årige og 6 % blandt de 30-59-årige).

Figur 4.3.2. Typer af cigaretter, der anvendes blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), opdelt på alder, procent



Note: Kategorien "Andet fx urte" for de 30-59-årige samt kategorierne "Mentol", "Slim", "Økologiske", "Jeg tilføjer selv smag/aroma" og "Andet" for respondenter over 60 år fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: Der er sket en fald fra 2020 til 2022 i brugen af cigaretter af typen "Light" blandt de 15-29-årige, hvor 37 % i aldersgruppen brugte disse i 2020, mens 33 % bruger "Light" cigaretter i 2022. Således er denne cigarettype hyppigst anvendt blandt de 30-59-årige i 2022, mens det i 2020 var blandt de 15-29-årige. Der ses ligeledes ændringer i brugen af "Hjemmerullede" cigaretter fra 2020 til 2022. I 2020 var der 20 % af respondenter over 60 år, der røg "Hjemmerullede" cigaretter, hvilket er faldet til 15 % i 2022 i tilsvarende aldersgruppe. Modsat er andelen, der ryger "Hjemmerullede" cigaretter, blandt de 15-29-årige steget i perioden fra 15 % i 2020 til 19 % i 2022. Hvad angår brugen af cigaretter af typen "Mentol" ses det, at andelen er faldet fra 2020 til 2022 for alle aldersgrupper. Dette ses især blandt de 15-29-årige, hvor andelen er faldet fra 20 % i 2020 til 12 % i 2022. Tilsvarende er andelen, der bruger cigaretter med "Anden smag end mentol og tobak" og "Dobbeltfilter" faldet i perioden for alle aldersgrupper. Omvendt er andelen, der har angivet "Ingen af ovenstående" cigarettyper steget fra 2020 til 2022 for alle aldersgrupper.

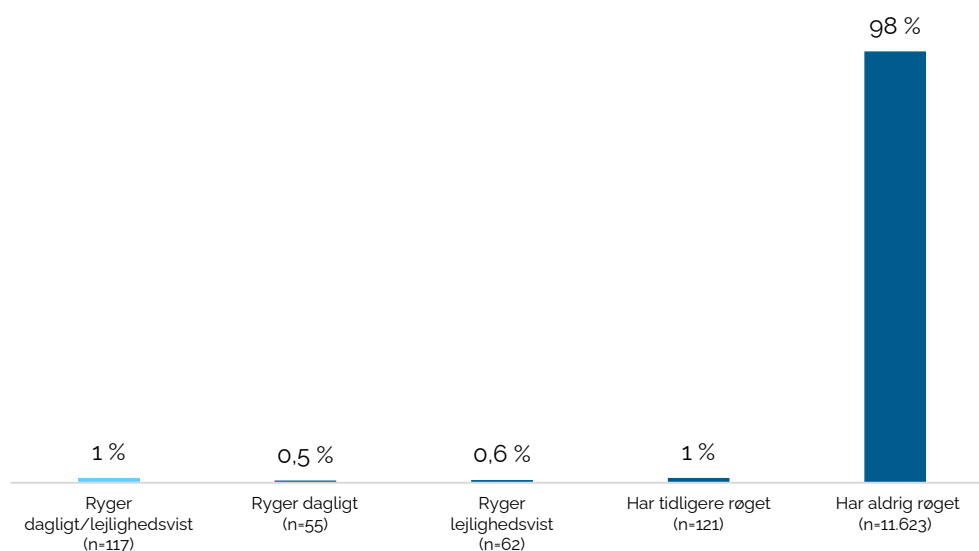
4.4. Opvarmet tobak

I dette afsnit beskrives andelen af respondenter, der bruger opvarmet tobak. Opvarmet tobak er et relativt nyt produkt på det danske marked og behandles derfor særskilt for specifikt at følge udviklingen i brugen af dette.

Opvarmet tobak kaldes også "heated tobacco" eller tobakspinde og består af en tobaksdel og en elektronisk hardwaredel, hvori der indsættes tobakspinde, som bliver varmet op. Herefter kan der via mundstykket inhaleres nikotinholdig røg.

Af figur 4.4.1 ses, at andelen af personer, der ryger opvarmet tobak, samlet set er 1 % (dagligt og lejlighedsvist). Der er endvidere 1 %, der angiver, at de tidligere har røget opvarmet tobak, mens 98 % aldrig har røget det.

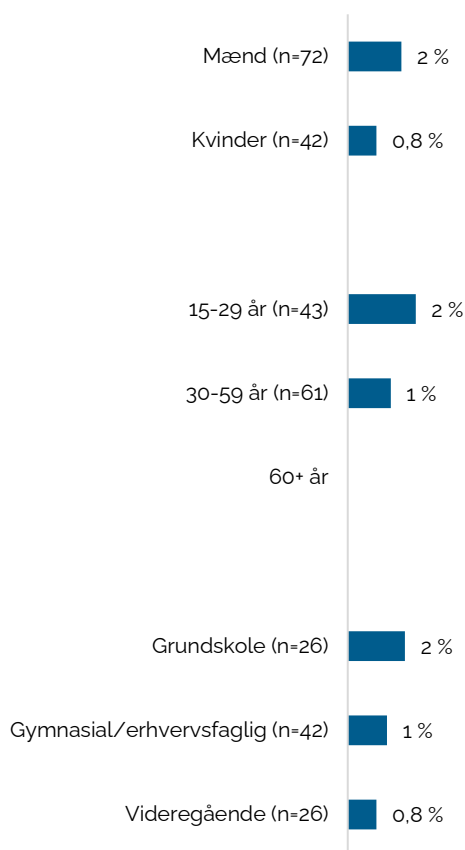
Figur 4.4.1 Andel personer, der ryger opvarmet tobak, procent



Udvikling: Der er ikke sket ændringer fra 2020 til 2022 i andelen af personer, der ryger opvarmet tobak.

Som det fremgår af figur 4.4.2, er der opdelt på socioøkonomiske karakteristika (køn, alder og uddannelse) overordnet set ikke forskel i hvem, der ryger opvarmet tobak. Der ses en tendens til, at de samme sociodemografiske forskelle, som ses ved cigaretrykning, gør sig gældende for opvarmet tobak, det vil sige lidt højere andele blandt mænd, flere yngre end de ældre aldersgrupper, og flere blandt dem med grundskole som længst fuldførte uddannelse sammenlignet med de øvrige uddannelsesgrupper. Andelen er dog så små, at disse fortolkninger skal tages med forbehold.

Figur 4.4.2. Andel personer, der ryger opvarmet tobak, opdelt på sociodemografiske karakteristika, procent

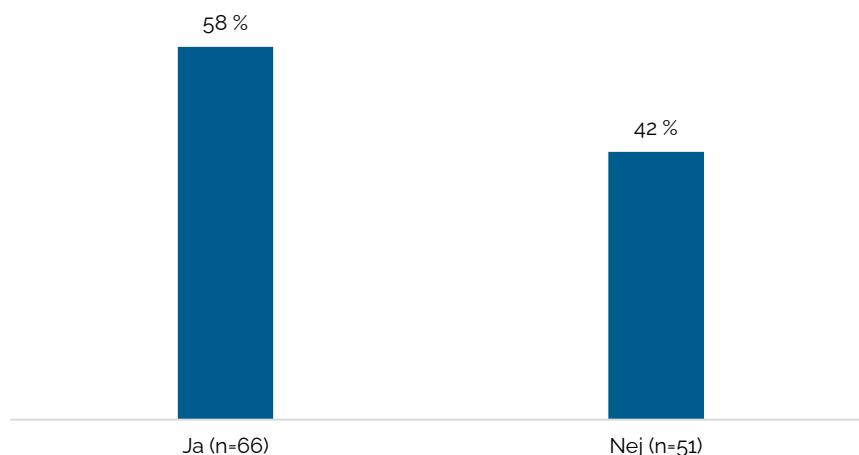


Note: Opgørelser for personer i aldersgruppen "60+ år" fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: Fra 2020 til 2022 er der ikke sket ændringer i de sociodemografiske forskelle i andelen af personer, der ryger opvarmet tobak.

Figur 4.4.3 viser andelen af respondenter, der bruger opvarmet tobak, som opfatter sig selv som "ryger". Det fremgår af figuren, at 58 % af dem, som bruger opvarmet tobak, angiver, at de opfatter sig selv som "ryger", mens 42 % angiver, at de ikke opfatter sig selv som "ryger".

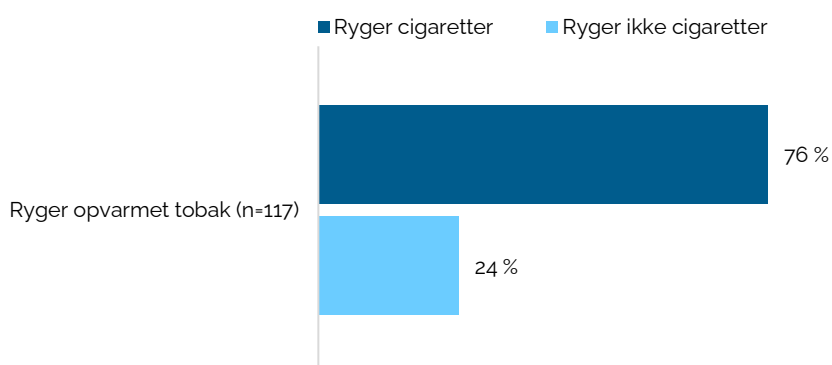
Figur 4.4.3. Opfattelse af at være "ryger", når man ryger opvarmet tobak, procent



Udvikling: Fra 2020 til 2022 er der sket en stigning i andelen, der opfatter sig selv som værende "ryger", når de bruger opvarmet tobak (50 % i 2020 vs. 58 % i 2022). Der er ligeledes sket en stigning i andelen, der ikke opfatter sig selv som "ryger", fra 31 % i 2020 til 42 % i 2022.

Andelen af personer, der både ryger opvarmet tobak og cigaretter (dvs. har et dobbeltforbrug) fremgår af figur 4.4.4. Her ses det, at 76 % af dem, der ryger opvarmet tobak, også ryger cigaretter.

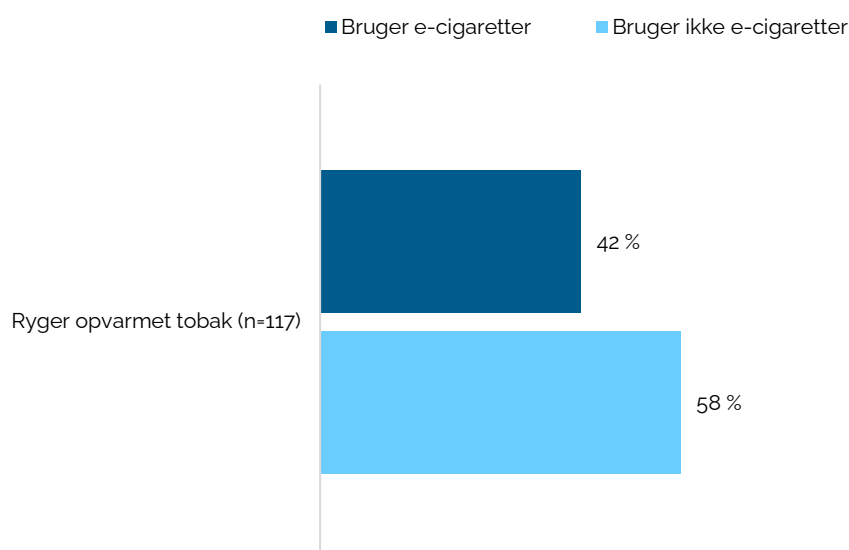
Figur 4.4.4. Andel personer, der både ryger opvarmet tobak og cigaretter, procent



Udvikling: Andelen af respondenter, der både ryger opvarmet tobak og cigaretter, er steget fra 66 % i 2020 til 76 % i 2022. Der er dog tale om et lille antal af respondenter, så stigningen skal fortolkes med forsigtighed.

Figur 4.4.5 illustrerer respondenter med et dobbeltforbrug af opvarmet tobak og e-cigaretter, det vil sige personer, der både ryger opvarmet tobak og bruger e-cigaretter. Her ses det, at 42 % af de respondenter, der bruger opvarmet tobak, også bruger af e-cigaretter.

Figur 4.4.5. Andel personer, der både ryger opvarmet tobak og bruger e-cigaretter, procent

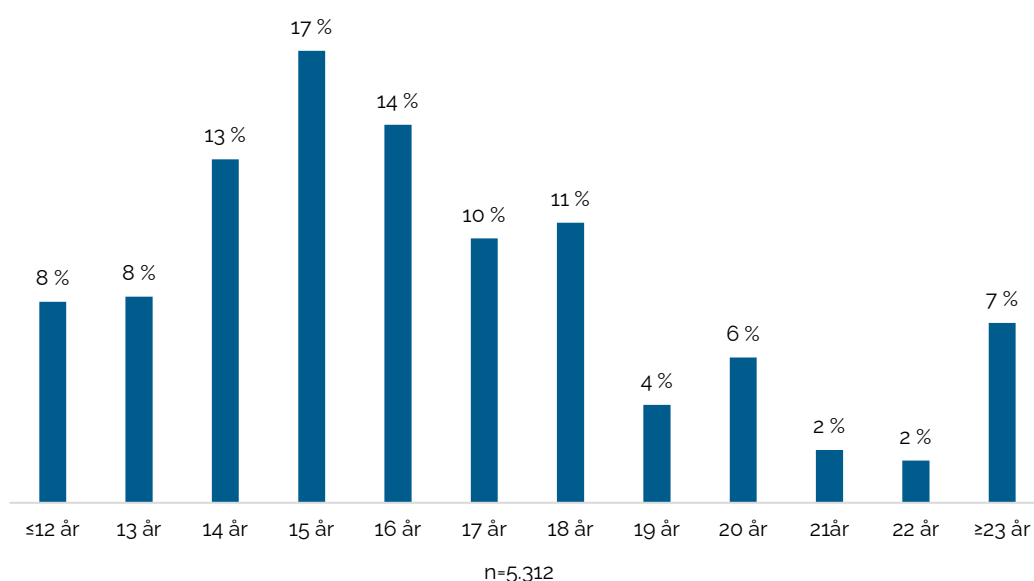


Udvikling: Andelen af respondenter, der både ryger opvarmet tobak og bruger e-cigaretter, er steget fra 25 % i 2020 til 42 % i 2022. Der er dog tale om et lille antal af respondenter, så stigningen skal fortolkes med forsigtighed.

5. Aldersdebut for tobaksrygning

Aldersdebuten for regelmæssigt tobaksforbrug blandt personer, der ryger (dagligt og lejlighedsvist) eller tidligere har røget, fremgår af figur 5.1.1. Den hyppigste aldersdebut er mellem 14 og 16 år. Andelen, der begyndte at ryge regelmæssigt, inden de fyldte 18 år, er 70%.

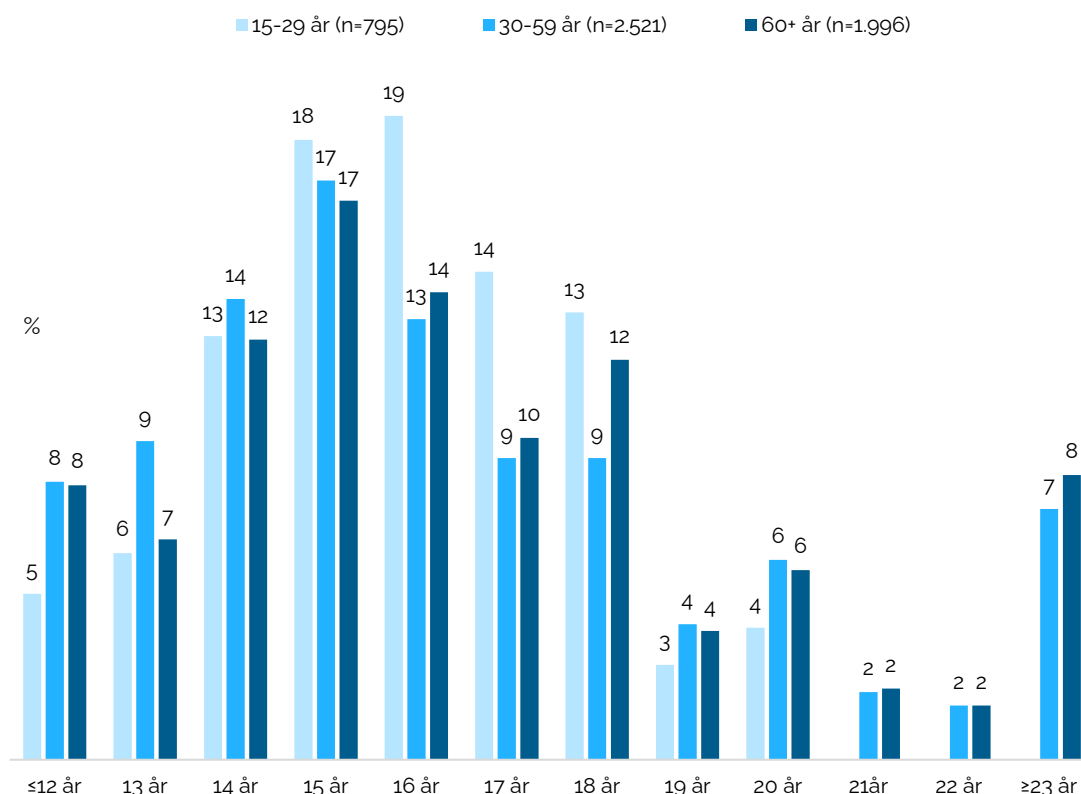
Figur 5.1.1 Aldersdebut for regelmæssigt tobaksforbrug, procent



Udvikling: I perioden fra 2020 til 2022 er der ikke sket ændringer i aldersdebut for regelmæssigt tobaksforbrug. Tilsvarende er andelen, der begyndte at ryge inden 18 år, uændret fra 2020 til 2022 (70 %).

Af figur 5.1.2 ses aldersdebut for regelmæssig tobaksrygning fordelt på aldersgrupper. Figuren viser overordnet, at respondenter mellem 30 og 59 år samt respondenter over 60 år i højere grad har debuteret ved en yngre alder (inden de var 13 år) sammenlignet med gruppen af 15-29-årige, hvor flest har en aldersdebut for regelmæssigt tobaksforbrug mellem 16 og 18 år.

Figur 5.1.2. Aldersdebut for regelmæssigt tobaksforbrug, opdelt på alder, procent



Note: Kategorien "21 år", "22 år" og "≥23 år" for de 15-29-årige fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: Udviklingen i aldersdebut opdelt for aldersgrupperne er ikke beskrevet, da en sådan sammenligning ikke er meningsfuld at lave.

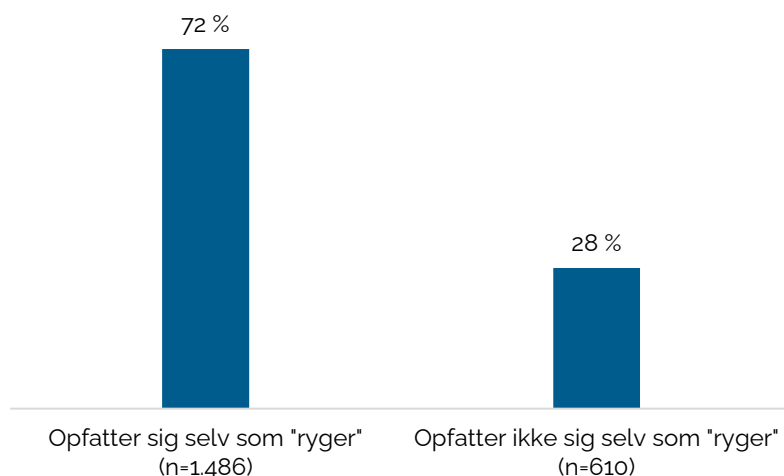
6. Ønske om rygestop

Dette kapitel beskriver forskellige parametre relateret til rygestop, herunder hvorvidt personer, der ryger tobak (undtaget e-cigaretter og opvarmet tobak), opfatter sig selv som "rygere", hvor stor en andel, der har et ønske om at stoppe med at ryge, samt hvorvidt personer, der ryger tobak, oplever at blive opfordret til rygestop.

6.1 Selvfølelse

I undersøgelsen spørges der til, hvorvidt personer, der ryger tobak dagligt eller lejlighedsvist, opfatter sig selv som værende "ryger". Figur 6.1.1 viser selvfølelsen blandt personer, som ryger dagligt eller lejlighedsvist. Det ses, at størstedelen af respondenterne (72 %) opfatter sig selv som "ryger", mens 28 % ikke opfatter sig selv som "ryger".

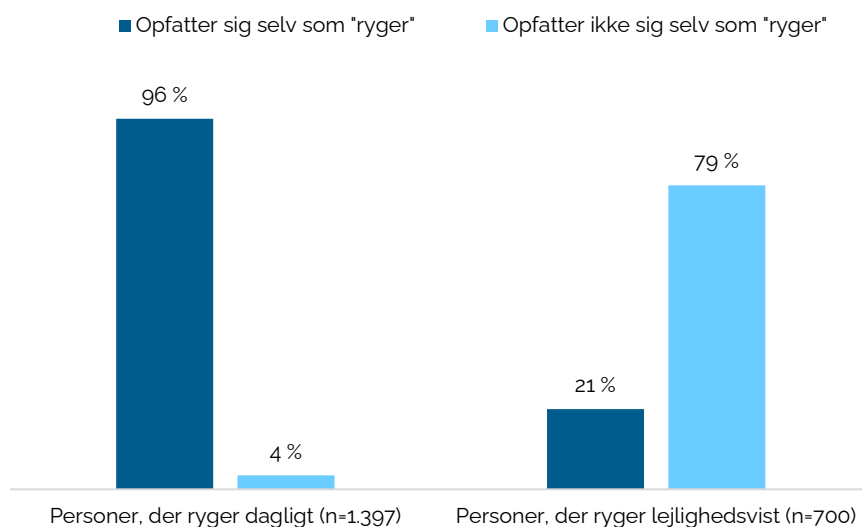
Figur 6.1.1 Selvfølelse blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), procent



Udvikling: Andelen, der opfatter sig selv som værende "ryger", i 2022, er uændret sammenlignet med den tilsvarende andel i 2020.

Figur 6.1.2 viser selvopfattelse af at være "ryger", opdelt på dagligt eller lejlighedsvis rygning. Blandt respondenter, der ryger dagligt, er der 96 %, der opfatter sig selv som værende "ryger", mens dette gælder for 21 % af dem, der ryger lejlighedsvist.

Figur 6.1.2. Selvopfattelse blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), opdelt på rygegrupper, procent

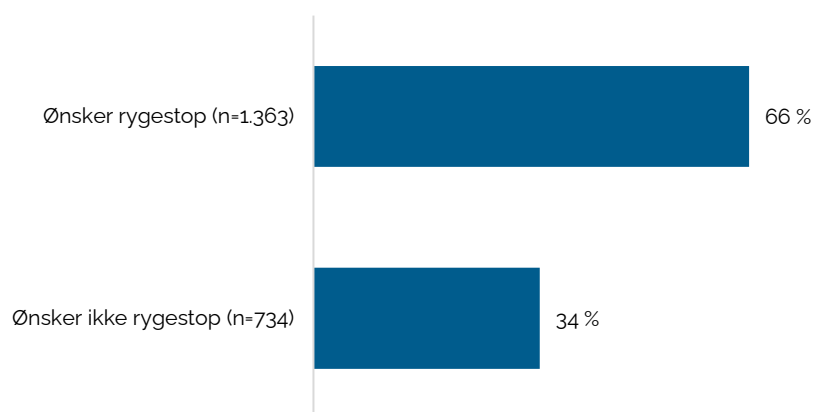


Udvikling: Andelen, der opfatter sig selv som værende "ryger", i 2022 både blandt respondenter, der ryger dagligt og lejlighedsvist, er uændret sammenlignet med 2020.

6.2. Ønske om rygestop

I figur 6.2.1 ses andelen, der ønsker rygestop, blandt respondenter, der ryger dagligt eller lejlighedsvist. I alt er der 66 %, som ønsker rygestop.

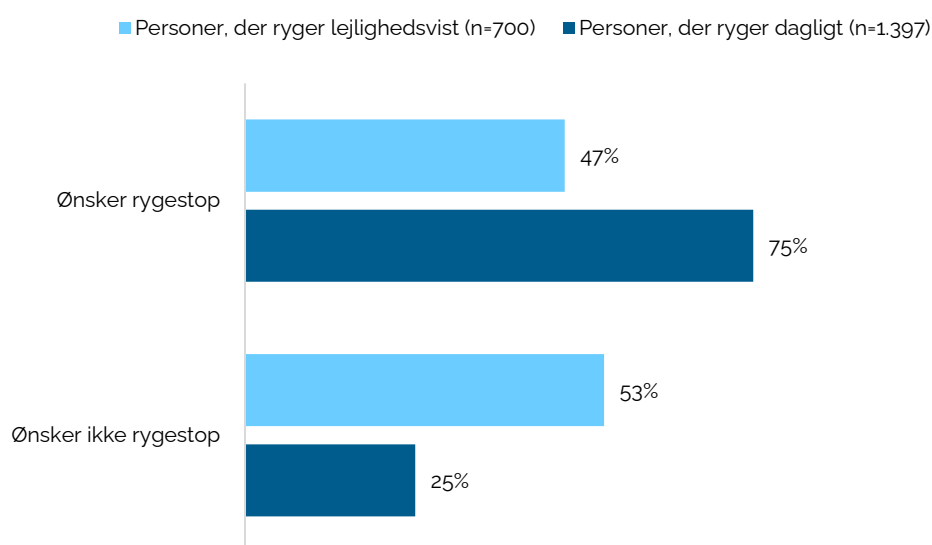
Figur 6.2.1 Ønske om rygestop blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), procent



Udvikling: Sammenlignet med andelen, der ønskede rygestop i 2020 (68 %), er der lidt færre, der angiver, at de ønsker rygestop, i 2022 (66 %).

Figur 6.2.2 viser andelen, der ønsker rygestop, fordelt på daglig og lejlighedsvis rygning. Her ses det, at en større andel af dem, der ryger dagligt (75 %) ønsker at stoppe med at ryge sammenlignet med respondenter, der ryger lejlighedsvist (47 %).

Figur 6.2.2. Ønske om rygestop blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvis), opdelt på rygegrupper, procent



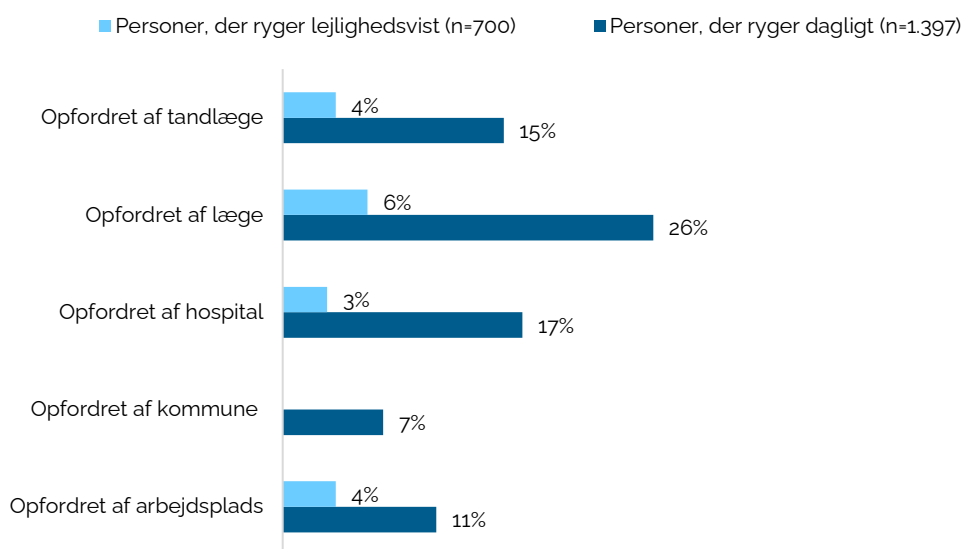
Udvikling: Blandt respondenter, der ryger dagligt, er andelen, der ønsker at stoppe med at ryge i 2022 (75 %) uændret i forhold til tilsvarende andel i 2020 (74 %). Der er imidlertid sket et fald i andelen, der ønsker rygestop, blandt respondenter, der ryger lejlighedsvist (52 % i 2020 til 47 % i 2022).

6.3. Opfordring til rygestop

Personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, eller som er stoppet med at ryge inden for de seneste 12 måneder, er blevet spurgt til, hvilke aktører, der inden for de seneste 12 måneder har opfordret dem til rygestop, herunder eksempelvis tandlæge, læge, hospital eller kommune. I besvarelsen af spørgsmålet har det været muligt at vælge flere af disse aktører, hvorfor svarkategorierne ikke er gensidigt udelukkende.

Andelen af personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, og som er blevet opfordret til et rygestop inden for de seneste 12 måneder, ses i figur 6.3.1. Overordnet set oplever respondenter, der ryger dagligt, i højere grad at blive opfordret til rygestop af tandlæge, læge, hospital, kommune eller arbejdsplads sammenlignet med personer, der ryger lejlighedsvist. Den aktør, som hyppigst opfordrer til rygestop, er lægen, hvor 26 % af dem, der ryger dagligt, og 6 % af dem, der ryger lejlighedsvist, angiver at være blevet opfordret til rygestop.

Figur 6.3.1. Opfordring til rygestop blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), opdelt på rygegrupper, procent



Note: Kategorien "Opfordret af kommune" for personer, der ryger lejlighedsvist, fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: Tendensen med, at det hyppigst er dem, der ryger dagligt, der er blevet opfordret til rygestop, var ligeledes gældende i 2020. Overordnet set er der dog sket et fald i andelen, der er blevet opfordret til rygestop, blandt respondenter, der ryger dagligt. For eksempel var andelen, der blev opfordret til rygestop af lægen, i 2020 35 %, mens det for tandlæge var 22 % og hospital 20 % blandt respondenter, der røg dagligt. Ligeledes er andelen, der angiver at være blevet opfordret til rygestop, blandt respondenter, der ryger lejlighedsvist, overordnet set faldet for alle aktører fra 2020 til 2022. Kategorien "Opfordret af arbejdsplads" er ny i 2022, og udviklingen kan dermed ikke beskrives.

7. Rygestopforsøg

Dette kapitel omhandler rygestopforsøg og beskriver blandt andet antal forsøg på rygestop, rygestopforsøg blandt personer, der ryger 15 eller flere cigaretter dagligt, brug af hjælpemidler samt årsager til mislykkede rygestopforsøg.

7.1 Forsøg på rygestop

Tabel 7.11 viser antal forsøg på rygestop nogensinde blandt respondenter, der ryger dagligt eller lejlighedsvist. I alt angiver 36 %, at de aldrig har forsøgt at stoppe med at ryge, 33 % har forsøgt 1-2 gange, mens 31 % angiver, at de har forsøgt 3 eller flere gange. Det vil sige, at andelen af respondenter, som ryger, og som nogensinde har forsøgt at stoppe med at ryge, udgør 64 %.

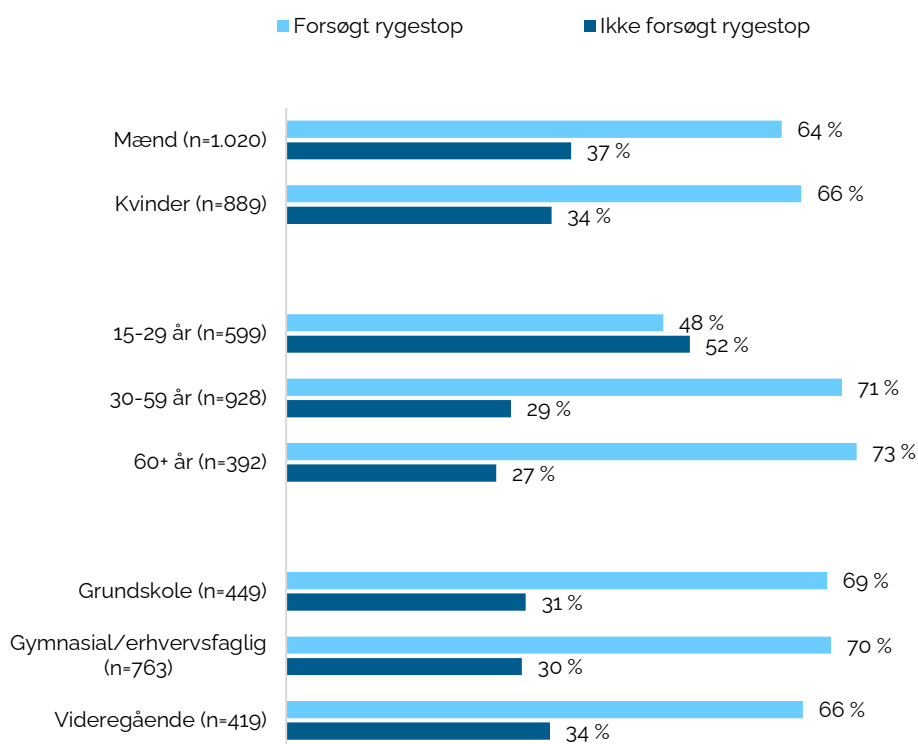
Tabel 7.11 Antal forsøg på rygestop nogensinde blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), procent og antal

Antal forsøg	% (n)
Ikke forsøgt	36 (702)
1-2 gange	33 (629)
3 eller flere gange	31 (588)

Udvikling: I perioden fra 2020 til 2022 er der ikke sket en ændring i antallet af rygestopforsøg.

Figur 7.1.1 viser andelen, der har forsøgt at stoppe med at ryge, opdelt på køn, alder og uddannelseslængde, blandt respondenter, der ryger dagligt eller lejlighedsvist. Der er lidt flere kvinder (66 %) end mænd (64 %), der har forsøgt rygestop. Opdelt på aldersgrupper ses det, at andelen af personer, der har forsøgt rygestop, er højere blandt de ældre aldersgrupper. Således har 71 % af respondenterne i alderen 30-59 år og 73 % af respondenterne i alderen 60+ år forsøgt rygestop, mens den tilsvarende andel blandt de 15-29-årige er 48 %. For den yngste aldersgruppe skal resultaterne ses i lyset af, at personer i denne gruppe har haft færre år til at forsøge rygestop sammenlignet med de ældre aldersgrupper. Blandt uddannelsesgrupperne er der lidt flere med grundskole (69 %) og en gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse (70 %) som længst fuldførte uddannelse, der har forsøgt rygestop, sammenlignet med respondenter med en videregående uddannelse (66 %).

Figur 7.1.1 Forsøg på rygestop nogensinde blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), opdelt på sociodemografiske karakteristika, procent

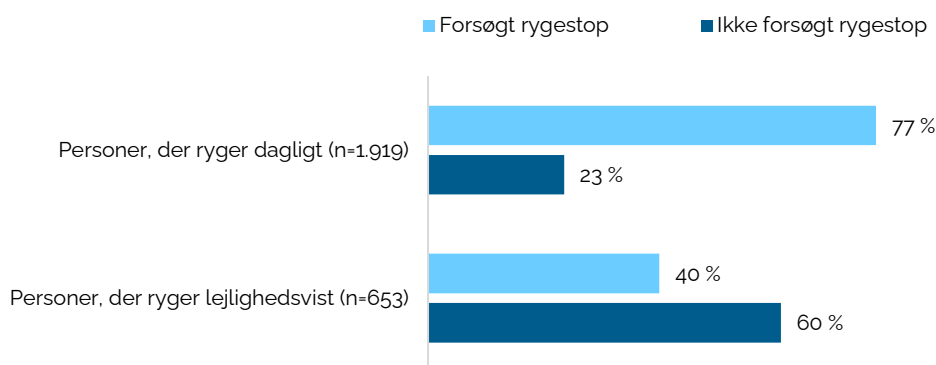


Udvikling: I perioden fra 2020 til 2022 ses der en lille stigning i andelen af mænd, der har forsøgt rygestop, fra 62 % i 2020 til 64 % i 2022. For kvinder er andelen uændret. For aldersgruppen 15-29 år er andelen af rygestopforsøg faldet fra 51 % i 2020 til 48 % i 2022, mens andelen er steget i de to andre aldersgrupper; i 2020 havde 68 % blandt de 30-59-årige forsøgt rygestop, og 71 % blandt respondenter over 60 år. Der er flere respondenter med grundskole, der har forsøgt

rygestop, i 2022 (69 %) sammenlignet med 2020 (66 %). Ligeledes er andelen, der har forsøgt rygestop, blandt respondenter med en videregående uddannelse, steget fra 2020 til 2022 (63 % i 2020 til 66 % i 2022).

Figur 7.1.2 viser forsøg på rygestop nogensinde, opdelt på personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist. Som det fremgår, har 77 % af dem, der ryger dagligt, forsøgt at stoppe med at ryge, mens dette gælder for 40 % af dem, der ryger lejlighedsvist.

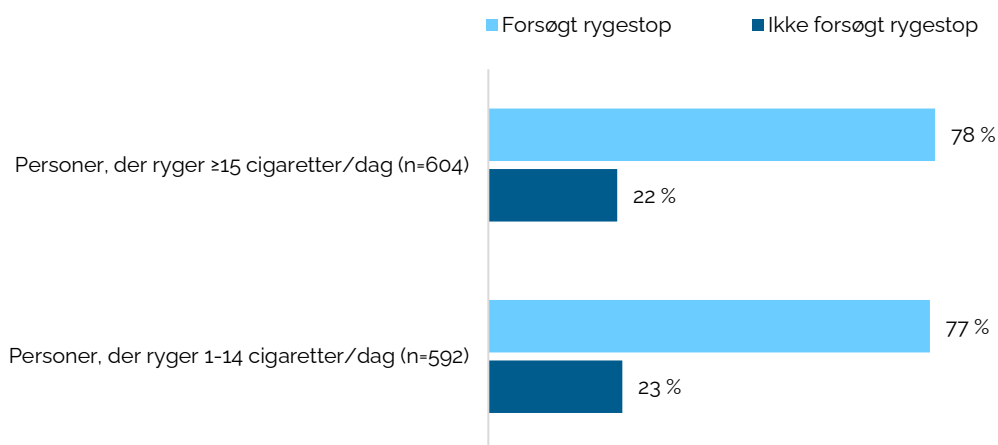
Figur 7.1.2. Forsøg på rygestop nogensinde blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), opdelt på rygegrupper, procent



Udvikling: I perioden 2020 til 2022 er der sket en stigning i andelen, der nogensinde har forsøgt rygestop, blandt dem, der ryger dagligt, fra 74 % i 2020 til 77 % i 2022. Den tilsvarende andel blandt dem, der ryger lejlighedsvist, er uændret i perioden (40 % begge år).

Som det fremgår af figur 7.1.3, er der ikke forskel i andelen, der har forsøgt rygestop, mellem respondenter, der ryger 15 eller flere cigaretter dagligt (78%), og respondenter, der ryger 1-14 cigaretter dagligt (77%).

Figur 7.1.3. Forsøg på rygestop nogensinde, blandt personer, der ryger dagligt, opdelt på personer, der ryger 15 cigaretter eller flere cigaretter dagligt, og personer, der ryger 1-14 cigaretter dagligt, procent



Udvikling: I perioden 2020 til 2022 er der, som også tidligere beskrevet, sket en stigning i andelen, der har forsøgt rygestop, blandt personer, der ryger dagligt. Ligesom i 2022 var der i 2020 imidlertid ingen forskel i andelen, der har forsøgt rygestop, når der blev opdelt på antallet af cigaretter (hhv. færre eller flere end 15 cigaretter dagligt).

Tabel 7.1.2 viser rygestopforsøg blandt personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, opdelt på, hvorvidt der er et ønske at stoppe med at ryge. Blandt personer, der ønsker at stoppe, har 80 % forsøgt rygestop, mens der blandt personer, der ikke ønsker at stoppe, er 37 %, der har forsøgt rygestop. Således har omkring en tredjedel af de personer, der ikke ønsker at stoppe med at ryge på nuværende tidspunkt, tidligere forsøgt at stoppe.

Tabel 7.1.2. Forsøg på rygestop nogensinde blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), opdelt på ønske om rygestop, procent og antal

	Ønsker rygestop	Ønsker ikke rygestop
Antal forsøg	% (n)	% (n)
Ikke forsøgt rygestop	20 (249)	64 (453)
Forsøgt rygestop	80 (967)	37 (250)

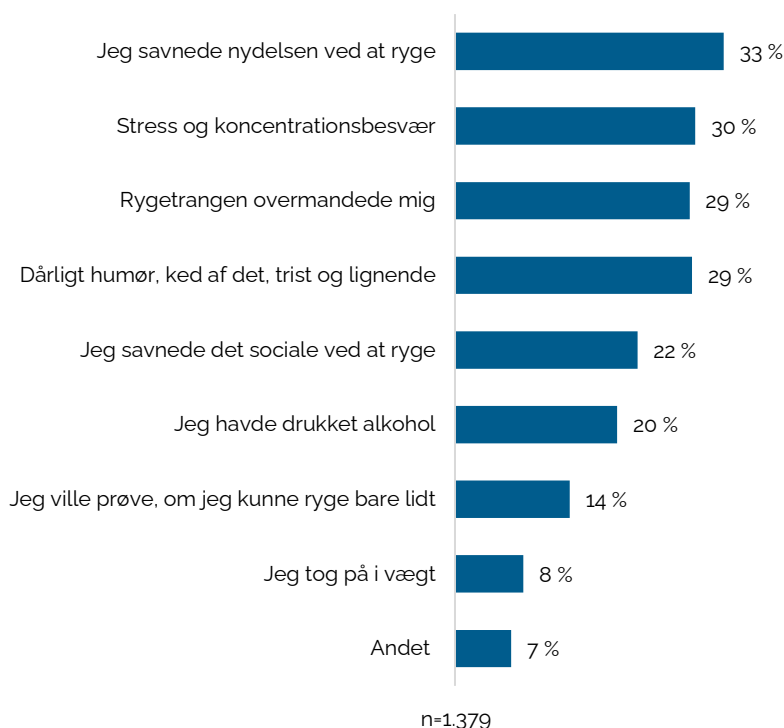
Udvikling: Blandt personer, der ikke ønskede rygestop på tidspunktet for undersøgelsen, er der i perioden fra 2020 til 2022 sket en stigning i andelen, der tidligere har forsøgt rygestop (34 % i 2020 til 37 % i 2022). Blandt personer, der ønsker rygestop, er andelen, der har tidligere har forsøgt at stoppe, uændret i perioden.

7.2. Årsager til ikke-fastholdt rygestopforsøg

De primære årsager til ikke-fastholdt rygestopforsøg ses i figur 7.2.1 Her kan angives mere end ét svar, hvorfor årsagerne ikke er gensidigt udelukkende.

De hyppigste årsager til ikke-fastholdt rygestopforsøg er "Jeg savnede nydelsen ved at ryge" (33 %), "Stress og koncentrationsbesvær" (30 %), "Rygetrangen overmandede mig" (29 %) og "Dårligt humør" (29 %). Yderligere hyppige årsager omfatter "Jeg savnede det sociale ved at ryge" (22 %), og "Jeg havde drukket alkohol" (20 %).

Figur 7.2.1 Primære årsager til ikke-fastholdt rygestopforsøg ved seneste forsøg blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), procent



Note: Kategorien "Ved ikke" fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: Andelen, der angiver, at den primære årsag til ikke-fastholdt rygestopforsøg er "Jeg savnede nydelsen ved at ryge" er steget fra 30 % i 2020 til 33 % i 2022. Derudover er andelen, der angiver, at "Stress og koncentrationsbesvær" var den primære årsag til ikke-fastholdt rygestopforsøg, steget fra 26 % i 2020 til 30 % i 2022, hvormed det er den anden hyppigste årsag i 2022, mens det var tredje hyppigste årsag i 2020. Flere respondenter angiver endvidere i 2022

"Dårligt humør, ked af det, trist og lignende" som den primære årsag sammenlignet med 2020 (25 % i 2020 til 29 % i 2022). Endeligt angiver en lidt større andel i 2022 end i 2020, at den primære årsag til ikke-fastholdt rygestopforsøg var "Jeg savnede det sociale ved at ryge" (20 % i 2020 vs. 22 % i 2022) og "Jeg havde drukket alkohol" (17 % i 2020 vs. 20 % i 2022).

7.3. Antal forsøg på rygestop blandt personer, der ryger og tidligere har røget

Tabel 7.3.1 viser antal rygestopforsøg blandt personer, der ryger enten dagligt eller lejlighedsvist, og som tidligere har røget. Det fremgår, at 88 % tidligere har forsøgt at stoppe med at ryge. Der er 58 %, der har forsøgt rygestop 1-2 gange, mens 30 % har forsøgt 3 eller flere gange.

Tabel 7.3.1. Antal rygestopforsøg blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist) og tidligere har røget, procent og antal

Antal forsøg	% (n)
Ikke forsøgt	12 (380)
1-2 gange	58 (1.868)
3 eller flere gange	30 (940)

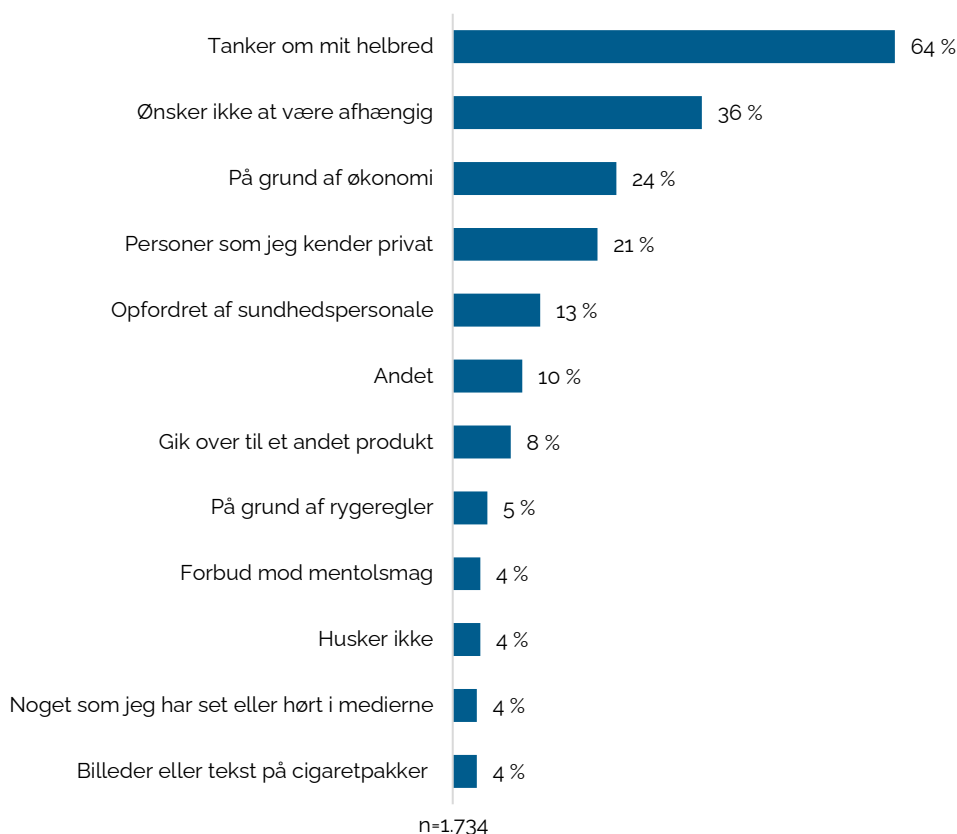
Udvikling: Fra 2020 til 2022 er der sket et lille fald i andelen, der har forsøgt rygestop 1-2 gange fra 60 % i 2020 til 58 % i 2022.

7.4. Medvirkende faktorer for seneste rygestop

Personer, der ryger og tidligere har røget, er blevet bedt om at angive, hvad der efter deres egen vurdering var en medvirkende faktor(er) for seneste rygestopforsøg. Det har været muligt at angive flere svar, hvorfor faktorerne ikke er gensidigt udelukkende.

Af figur 7.4.1 fremgår medvirkende faktorer til det seneste rygestopforsøg blandt personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist og tidligere har røget. Den hyppigste faktor er "Tanker om helbred", hvilket 64 % af respondenterne angiver. Yderligere er "Ønsker ikke at være afhængig" (36 %), "På grund af økonomi" (24 %) samt "Personer som jeg kender privat" (21 %), hyppigt medvirkende faktorer for rygestopforsøg.

Figur 7.4.1 Medvirkende faktorer til seneste rygestopforsøg blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist) og tidligere har røget, procent

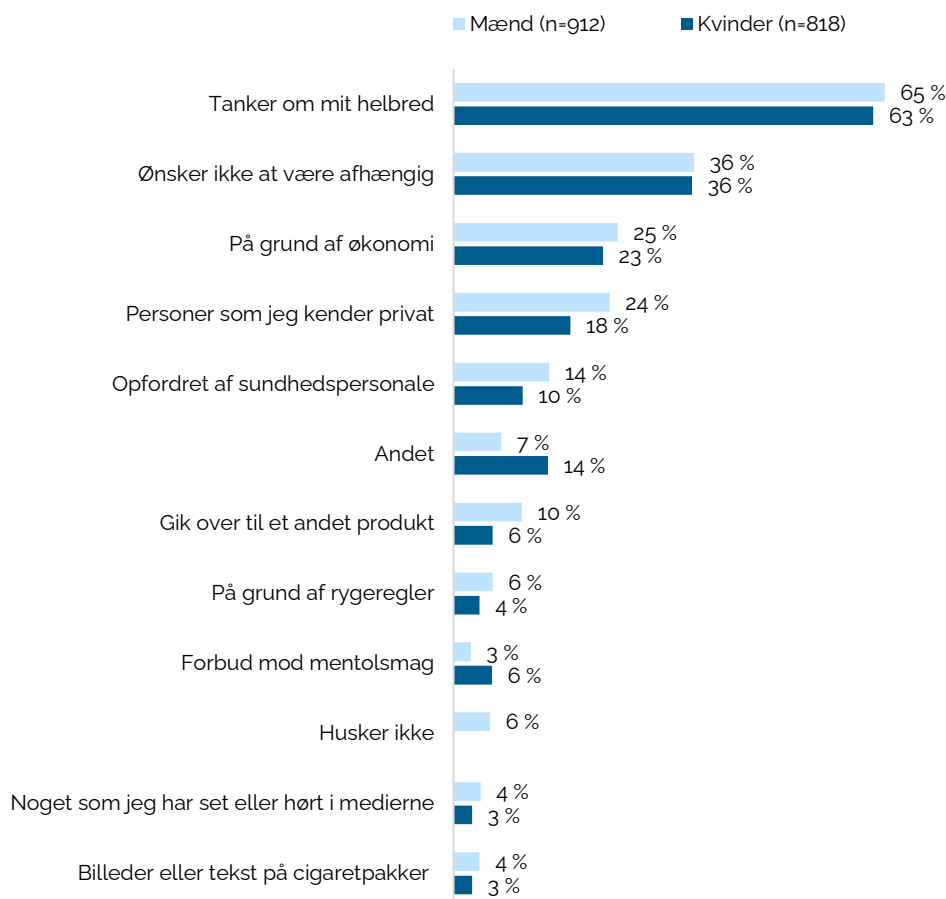


Udvikling: I perioden 2020 til 2022 er der sket visse ændringer i de hyppigst angivne faktorer for rygestopforsøg. Således er andelen, der angiver, at "Tanker om mit helbred" var en medvirkende faktor for seneste rygestopforsøg, steget fra 59 % til 64 %, mens "Ønsker om ikke at være afhængig" er steget fra 32 % til 36 %. Yderligere er faktoren "På grund af økonomi" steget fra 20 % til 24 %, ligesom andelen, der angiver, at "Opfordret af sundhedspersonale" som medvirkende

faktorer til seneste rygestopforsøg er steget lidt fra 11 % i 2020 til 13 % i 2022. Der er endvidere flere respondenter i 2022 end i 2020, der angiver, at de medvirkende årsager var "Gik over til et andet produkt" (2 % i 2020 vs. 8 % i 2022) og "Billeder og tekst på cigaretpakker" (1 % i 2020 vs. 4 % i 2022).

Figur 7.4.2. viser de medvirkende faktorer til seneste rygestopforsøg blandt personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist og tidligere har røget, fordelt på køn. Overordnet set er der ikke de store kønsforskelle i forhold til de medvirkende faktorer. Der er lidt forskel mellem kønnene i angivelsen af faktoren "Personer som jeg kender privat", hvilket 24 % af mændene og 18 % af kvinderne angiver. Tilsvarende gælder for faktoren "Opfordret af sundhedspersonale" (14 % blandt mænd og 10 % blandt kvinder) og "Gik over til et andet produkt" (10 % blandt mænd og 6 % blandt kvinder), mens kvinder i højere grad har angivet faktoren "Forbud mod mentolsmag" (3 % mænd og 6 % kvinder) og "Andet" (7 % mænd og 10 % kvinder).

Figur 7.4.2. Medvirkende faktorer til seneste rygestopforsøg blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist) og tidligere har røget, fordelt på køn, procent

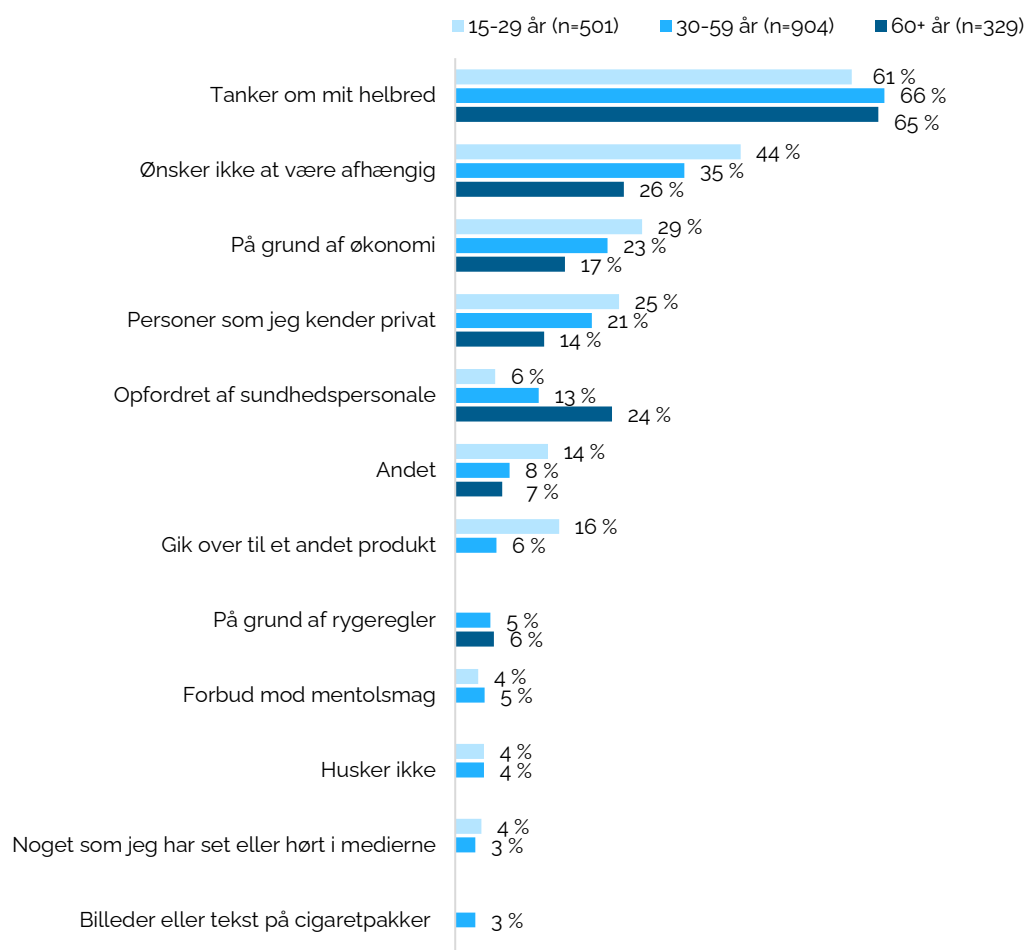


Note: Kategorien "Husker ikke" for kvinder fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: De kønsforskelle, der ses i forhold til medvirkende faktorer for rygestopforsøg i 2022, er overordnet set de samme som i 2020. Der er imidlertid lidt flere mænd end kvinder i 2022, der angiver, at "Tanker om mit helbred" er en medvirkende faktor for seneste rygestopforsøg (65 % mænd og 63 % kvinder), hvilket var omvendt i 2020 (58 % mænd og 60 % kvinder i 2020). Endvidere var der i 2020 ikke forskel på mænd og kvinder i andelen, der angav "Personer jeg kender privat" og "Opfordret af sundhedspersonale", mens der i 2022 er flest mænd, der angiver disse faktorer som medvirkende faktorer for seneste rygestopforsøg.

I figur 7.4.3. ses medvirkende faktorer til seneste rygestopforsøg, fordelt på aldersgrupper. Der ses visse forskelle mellem de tre aldersgrupper. Lidt færre af de 15-29-årige angiver faktoren "Tanker om mit helbred" (61 %) sammenlignet med de to andre aldersgrupper (65 % af de 30-59-årige og 66 % blandt respondenter over 60 år). For faktorerne "Ønsker ikke at være afhængig", "På grund af økonomi" og "Personer som jeg kender privat" ses en faldende forekomst med stigende aldersgruppe. Eksempelvis er der 44 % af de 15-29-årige, der angiver faktoren "Ønsker ikke at være afhængig", mens det er 35 % af de 30-59-årige og 26 % blandt respondenter over 60 år. Faktoren "Opfordret af sundhedspersonale" er hyppigst blandt de ældste (24 %), hvor 13 % af de 30-59-årige og 6 % af de 15-29-årige angiver denne.

Figur 7.4.3. Medvirkende faktorer til seneste rygestopforsøg blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist) og tidligere har røget, fordelt på alder, procent

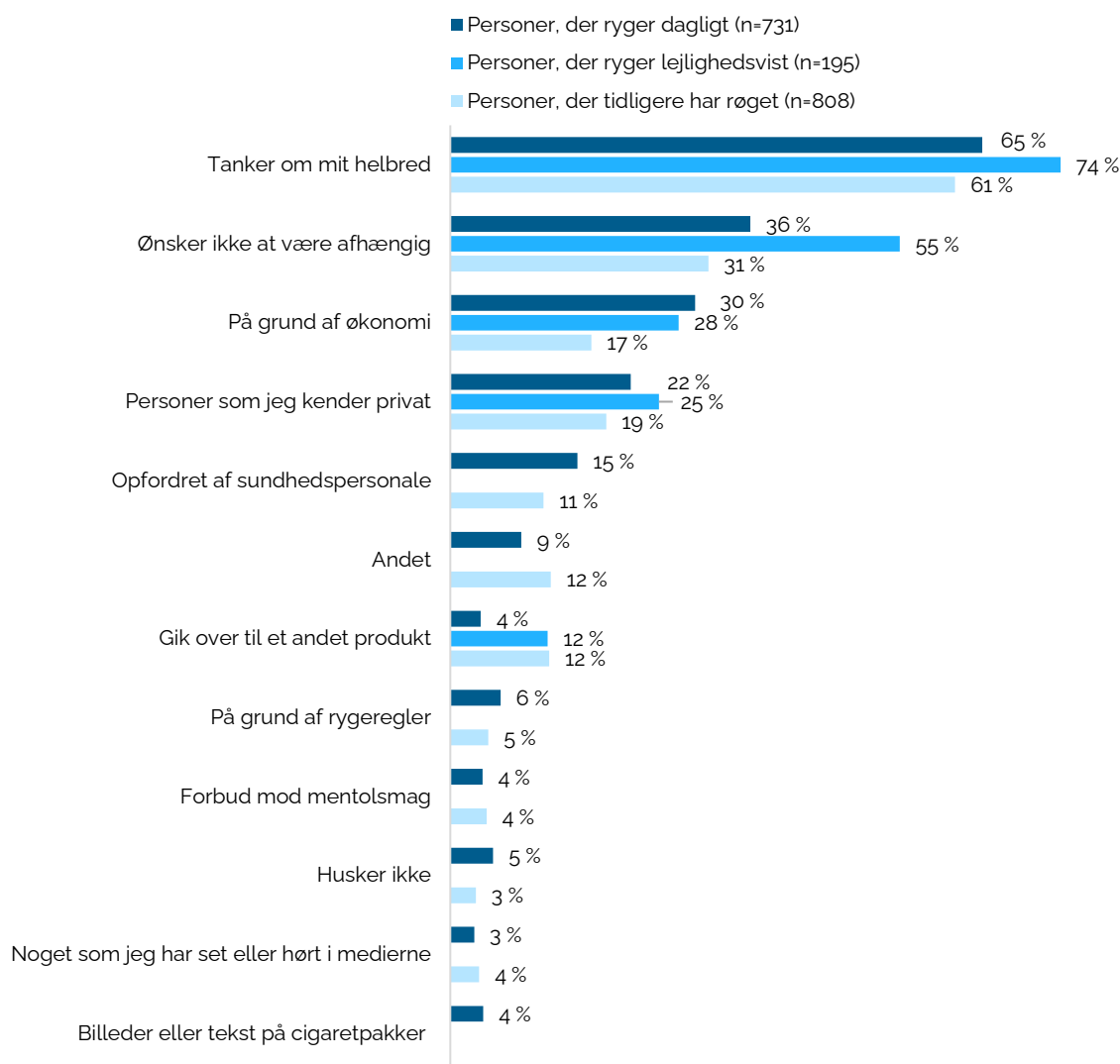


Note: Kategorierne "Billeder eller tekst" og "På grund af rygeregler" for de 15-29-årige samt kategorierne "Gik over til et andet produkt", "Forbud mod mentolsmag", "Husker ikke", "Noget som jeg har set eller hørt i medierne" og "Billeder eller tekst på cigaretpakker" fremgår ikke af figuren for respondenter over 60 år på grund af for få besvarelser.

Udvikling: De forskelle i medvirkende faktorer for rygestopforsøg i forhold til aldersgrupper, der ses i 2022, svarer overordnet set til forskellene i 2020. I 2020 var der imidlertid en større andel blandt de 15-29-årige, der angav, at "Forbud mod mentolsmag" var en medvirkende faktor, sammenlignet med de 30-59-årige (8 % vs. 5 %). I 2022 ses denne forskel ikke.

Figur 7.4.4. viser medvirkende faktorer til seneste rygestopforsøg, fordelt på personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, eller som tidligere har røget. Der ses, at for alle rygegrupper er "Tanker om helbred" den hyppigst medvirkende faktor til forsøg på rygestop, dog er den hyppigst blandt personer, der ryger lejlighedsvist (74 %). Faktoren "Ønsker ikke at være afhængig" er ligeledes mere udbredt i gruppen af respondenter, der ryger lejlighedsvist (55 %). Ligeledes er faktoren "På grund økonomi" ligeledes en hyppig årsag blandt dem, der ryger dagligt og lejlighedsvist, hhv. 30 % og 28 %.

Figur 7.4.4. Medvirkende faktorer til seneste rygestopforsøg, fordelt på rygegrupper, procent



Note: Kategorierne "Opfordret af sundhedspersonale", "Andet", "På grund af rygeregler", "Forbud mod mentolsmag", "Husker ikke", "Noget som jeg har set eller hørt i medierne", og "Billeder eller tekst på cigaretpakker" for personer, der ryger lejlighedsvist, samt kategorien "Billeder eller tekst på cigaretpakker" for personer, der tidligere har røget, fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: Overordnet set er forskellene mellem rygegrupperne i 2022 den samme som i 2020. Dog var andelen, der havde svaret "På grund af økonomi" i 2020 højere blandt respondenter, der ryger dagligt (26 %), end blandt dem, der ryger lejlighedsvist (20 %), mens der i 2022 kun er en lille forskel grupperne imellem, hhv. 30 % og 28 %. I 2022 er der endvidere flere respondenter, der ryger dagligt, der har angivet faktoren "Personer som jeg kender privat" (22 %), sammenlignet

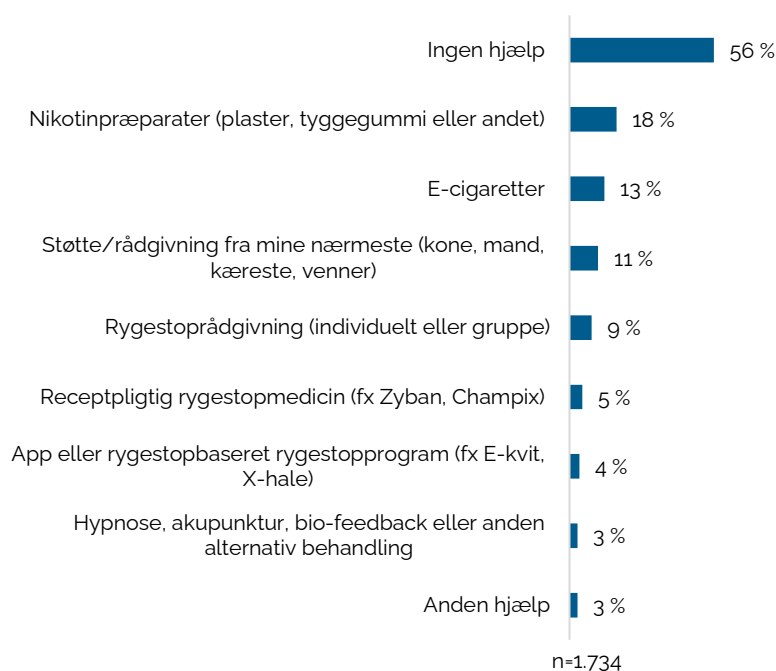
med respondenter, der ryger lejlighedsvist (25 %). I 2020 var der for denne faktor ikke forskel mellem respondenter, der røg dagligt eller lejlighedsvist (21 % for begge grupper).

7.5. Brug af hjælpemidler ved seneste rygestop

Figur 7.5.1. viser anvendelsen af hjælpemidler ved seneste rygestopforsøg blandt dem, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, og som tidligere har røget. Det er ikke alle hjælpemidler i svarkategorierne, der er godkendt som rygestopmiddel, og der er dermed tale om midler, som respondenterne oplever som hjælpemidler. De godkendte hjælpemidler til rygestop er eksempelvis nikotinplaster og -tyggegummi samt receptpligtig rygestopmedicin. Respondenterne havde mulighed for at angive mere end ét svar, hvorfor disse ikke er gensidigt udelukkende (med undtagelse af, hvis respondenterne har svaret "Ingen hjælp").

Over halvdelen (56 %) af respondenterne rapporterer, at de ikke har anvendt hjælp ved seneste rygestopforsøg. Nikotinpræparater, såsom plaster, tyggegummi mv., anvendtes af 18 %, mens 13 % anvendte e-cigaretter, og 11 % anvendte støtte/rådgivning fra de nærmeste eksempelvis venner, ægtefælle eller kæreste.

Figur 7.5.1 Brug af hjælpemidler ved seneste rygestopforsøg blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist) og tidligere har røget, procent

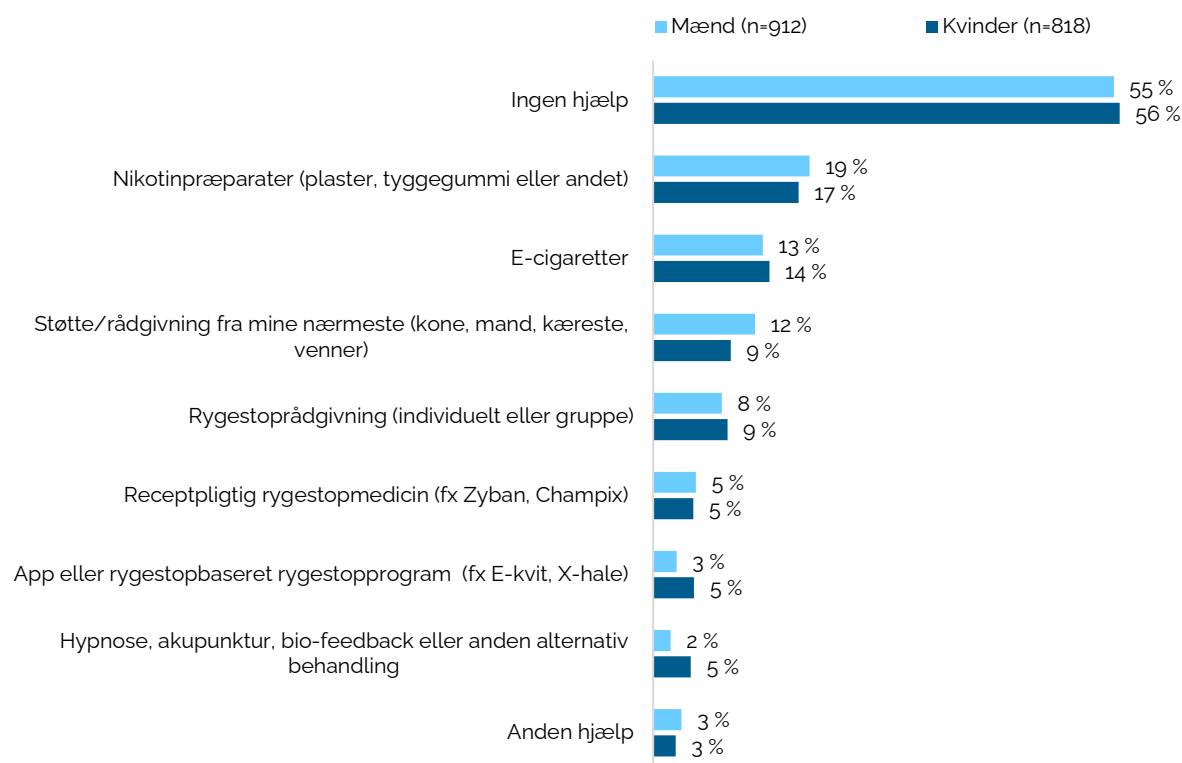


Note: Kategorien "Ved ikke" fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: I perioden 2020 til 2022 er det sket nogle ændringer i brugen af hjælpemidler i forbindelse med rygestopforsøg. Andelen, der angiver ikke at have brugt hjælpemidler, er faldet fra 63 % i 2020 til 56 % i 2022. Andelen, der har brugt nikotinpræparater som plaster eller tyggegummi, er steget fra 14 % i 2020 til 18 % i 2022, ligesom brugen af e-cigaretter i forbindelse med rygestopforsøg er steget fra 10 % i 2020 til 13 % i 2022. Endvidere angiver flere respondenter i 2022 end i 2020 at have brugt støtte/rådgivning fra de nærmeste (5 % i 2020 vs. 11 % i 2022) og rygestoprådgivning (6 % i 2020 vs. 9 % i 2022) ved seneste rygestop.

Af figur 7.5.2. fremgår brug af hjælpemidler ved seneste rygestopforsøg blandt personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, og som tidligere har røget, opdelt på mænd og kvinder. Overordnet set er der ikke kønsforskelle i brugen af hjælpemidler ved seneste rygestopforsøg. Således svarer henholdsvis 55 % af mændene og 56 % af kvinderne, at de ingen hjælp har brugt, 13 % blandt mænd og 14 % blandt kvinder har brugt e-cigaretter. Lidt flere mænd end kvinder bruger imidlertid nikotinpræparater som plaster eller tyggegummi (19 % blandt mænd og 17 % blandt kvinder) samt støtte/rådgivning fra nærmeste (12 % blandt mænd og 9 % blandt kvinder). Omvendt bruger lidt flere kvinder end mænd hypnose, akupunktur, bio-feedback eller anden alternativ behandling (2 % blandt mænd og 5 % blandt kvinder) eller app eller rygestopbaseret rygestopprogram (3 % blandt mænd og 5 % blandt kvinder).

Figur 7.5.2. Brug af hjælpemidler ved seneste rygestopforsøg blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist) og tidligere har røget, opdelt på køn, procent



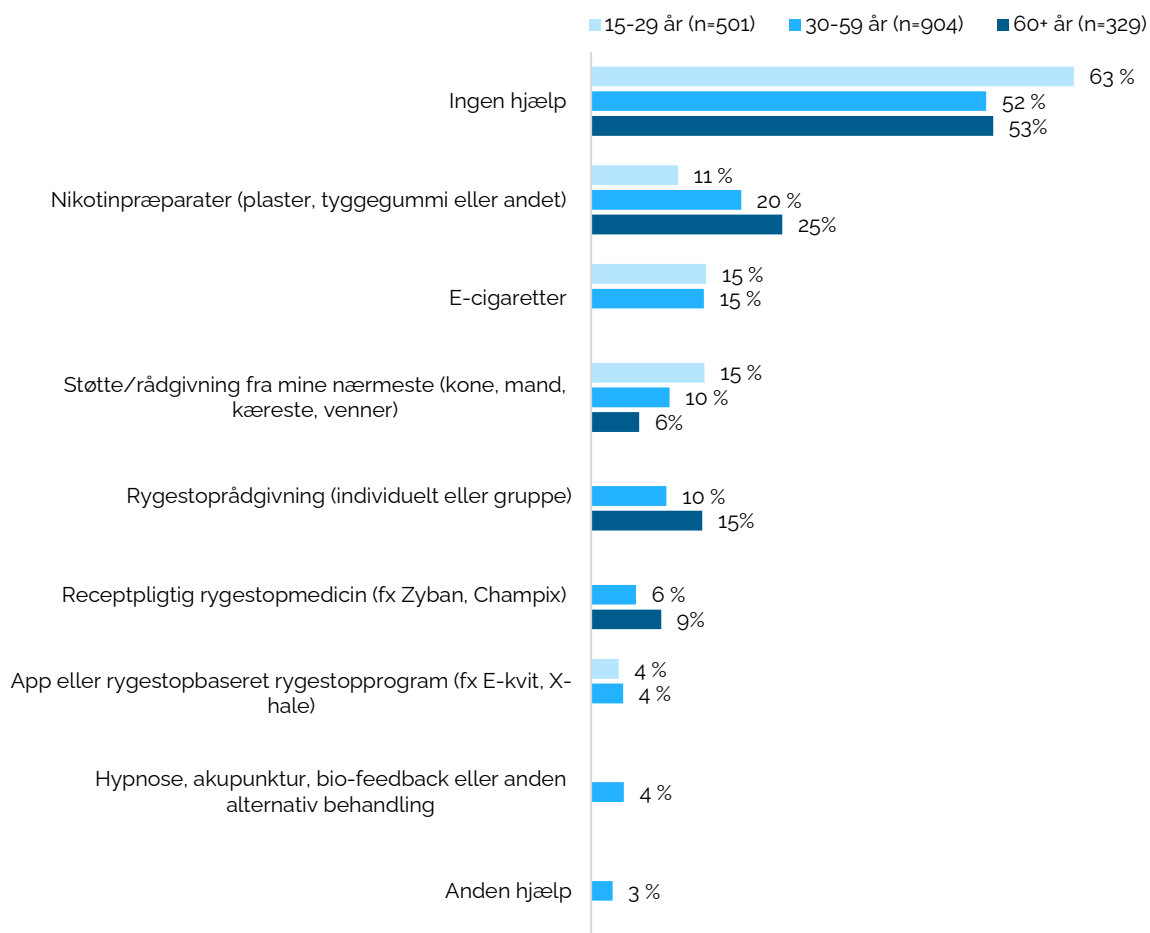
Note: Kategorien "Ved ikke" fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: Overordnet set er brugen af hjælpemidler opdelt på køn i 2022 uændret fra 2020. Det ses imidlertid, at brugen af nikotinpræparater som plaster eller tyggegummi er steget blandt mænd fra 2020 til 2022. Således var der i 2020 10 % blandt mænd og 17 % blandt kvinder, der havde anvendt nikotinpræparater som plaster og tyggegummi ved seneste rygestopforsøg, mens det i 2022 er 19 % mænd og 17 % kvinder. Ligeledes er der i 2022 flere mænd end kvinder, der angiver at have brugt støtte/rådgivning fra de nærmeste, mens der i 2020 ikke var denne kønsforskel. Omvendt var der i 2020 flere kvinder end mænd, der havde anvendt rygestoprådgivning (4 % blandt mænd og 7 % blandt kvinder), mens der i 2022 ikke er kønsforskel i brugen af dette hjælpemiddel.

I figur 7.5.3. viser brugen af hjælpemidler ved seneste rygestopforsøg blandt personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, og som tidligere har røget, opdelt på aldersgrupper. På tværs af aldersgrupperne er der visse forskelle i brugen af hjælpemidler. Andelen, der ingen hjælp anvendte, er størst blandt den yngste aldersgruppe (63 %) og omkring 10 procentpoint lavere for de øvrige aldersgrupper.

Flere respondenter over 60 år brugte nikotinpræparater som plaster eller tyggegummi (25 %) sammenlignet med aldersgruppen 30-59 år (20 %) og de 15-29-årige (11 %). Rygestoprådgivning og receptpligtig rygestopmedicin er ligeledes mest udbredt blandt respondenter over 60 år. Eksempelvis brugte 15 % af respondenter over 60 år rygestoprådgivning mod 10 % i aldersgruppen 30-59 år.

Figur 7.5.3. Brug af hjælpemidler ved seneste rygestopforsøg blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist) og tidligere har røget, opdelt på alder, procent

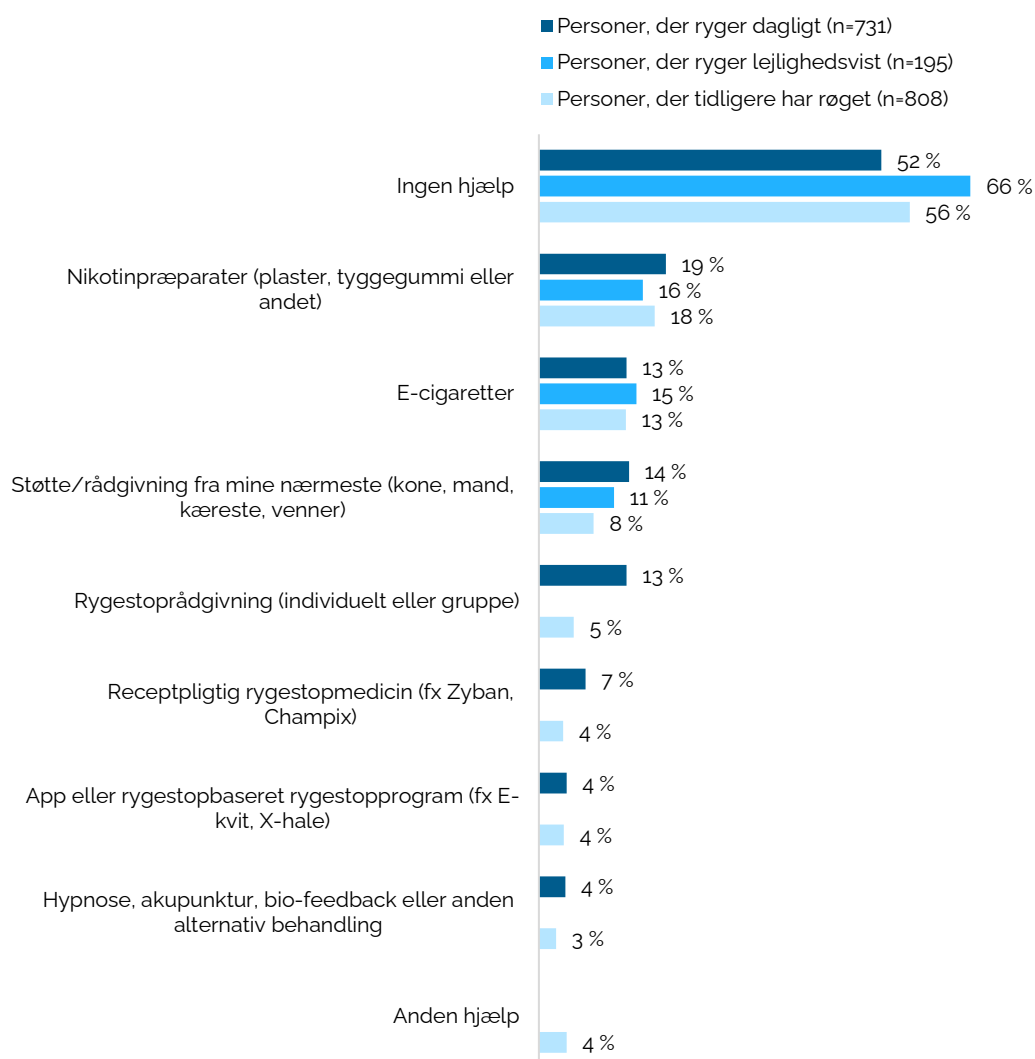


Note: Kategorierne "Ved ikke" og "Anden hjælp" for alle aldersgrupper, kategorierne "Rygestoprådgivning", "Receptpligtig rygestopmedicin (fx Zyban, Champix)" og "Hypnose, akupunktur, bio-feedback eller anden alternativ behandling" for de 15-29-årige samt kategorierne "E-cigaretter", "App eller rygestopbaseret rygestopprogram (fx E-kvit, X-hale)" og "Hypnose, akupunktur, bio-feedback, eller anden alternativ behandling" for personer over 60 år fremgår ikke af figuren på grund af få besvarelser.

Udvikling: Forskellene i brug af hjælpemidler i forbindelse med rygestopforsøg opdelt på aldersgrupper i 2022 er overordnet set de samme som i 2020. Et af de steder, hvor der er sket en ændring, er i brugen af nikotinpræparater som plaster og tyggegummi, især blandt de 15-29-årige, som er steget fra 5 % i 2020 til 11 % i 2022. Ligeledes er andelen, der bruger støtte/rådgivning fra de nærmeste steget blandt de 15-29-årige og respondenter mellem 30 og 59 år, således at der i 2022 er forskel mellem aldersgrupperne i brugen af dette hjælpemiddel, hvilket ikke var tilfældet i 2020. Omvendt har forskellen mellem aldersgrupperne i brugen af e-cigaretter som hjælpemiddel for rygestop i 2020 udlignet sig i 2022.

Figur 7.5.4. illustrerer brug af hjælpemidler ved seneste rygestopforsøg opdelt på personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, og som tidligere har røget. Af figuren ses det, at en større andel af dem, der ryger lejlighedsvist, ikke modtog hjælp (66 %) sammenlignet med personer, der ryger dagligt (52 %), og som tidligere har røget (56 %). Endvidere har flere respondenter, der ryger dagligt, brugt støtte/rådgivning fra de nærmeste (14 %) sammenlignet med de øvrige rygegrupper (hhv. 11 % og 8 %).

Figur 7.5.4. Brug af hjælpemidler ved seneste rygestopforsøg blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist) og tidligere har røget, opdelt på rygegrupper, procent



Note: Kategorien "Ved ikke" for alle rygegrupper samt kategorierne "Rygestoprådgivning", "Receptpligtig rygestopmedicin (fx Zyban, Champix)", "App eller rygestopbaseret rygestopprogram (fx E-kvit, X-hale)" og "Hypnose, akupunktur, bio-feedback eller anden alternativ behandling" for personer, der ryger lejlighedsvist, fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: Forskellene i brug af hjælpemidler i forbindelse med rygestopforsøg opdelt på daglig, lejlighedsvis og tidligere rygning i 2022 ligner overordnet set forskellene fra 2020. Et af de steder, hvor der er sket en ændring, er i brugen af nikotinpræparater som plaster og tyggegummi, hvor det i 2020 især var respondenter, der røg dagligt, der havde brugt dette hjælpemiddel i forbindelse med seneste rygestopforsøg. I 2022 er forskellen mellem grupperne blevet mindre.

8. E-cigaretter

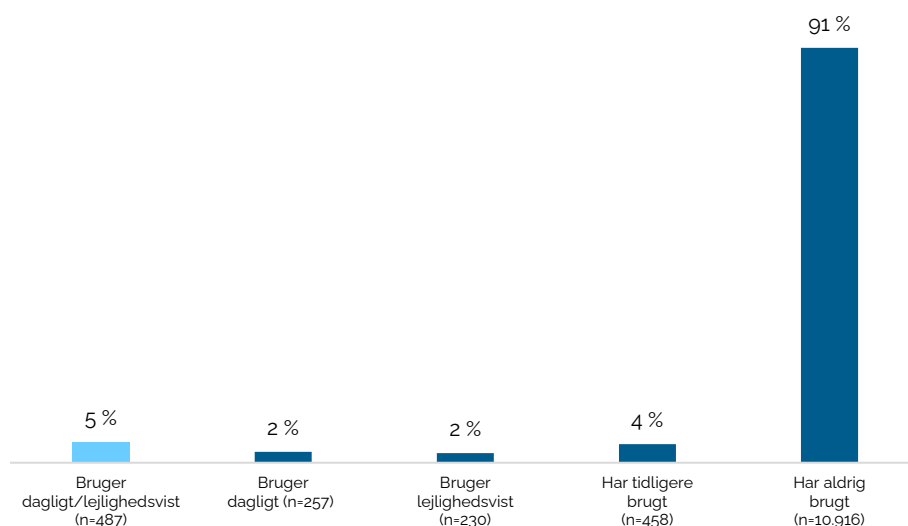
I dette kapitel beskrives andelen af personer, der bruger e-cigaretter. Derudover beskrives, hvilken type smag, der anvendes i e-væsken, årsagerne til anvendelse af e-cigaretter, dobbeltbrug af e-cigaretter og cigaretter, oplevet risiko ved brug af e-cigaretter og ønske om at stoppe med at bruge e-cigaretter.

I spørgeskemaet er der udelukkende spurgt til e-cigaretter som samlet betegnelse. Det har således ikke været muligt at specificere den specifikke produkttype, der anvendes, hvorfor resultaterne inkluderer alle typer af e-cigaretter, herunder eksempelvis vapes og puffbars.

8.1 Brug af e-cigaretter

Af figur 8.1.1 fremgår det, at i alt 5 % angiver, at de bruger e-cigaretter enten dagligt eller lejlighedsvist. 2 % bruger e-cigaretter dagligt, og 2 % bruger e-cigaretter lejlighedsvist. Desuden er der 4 %, der angiver, at de tidligere har brugt e-cigaretter, mens 91 % aldrig har brugt e-cigaretter.

Figur 8.1.1. Andel personer, der bruger e-cigaretter, procent

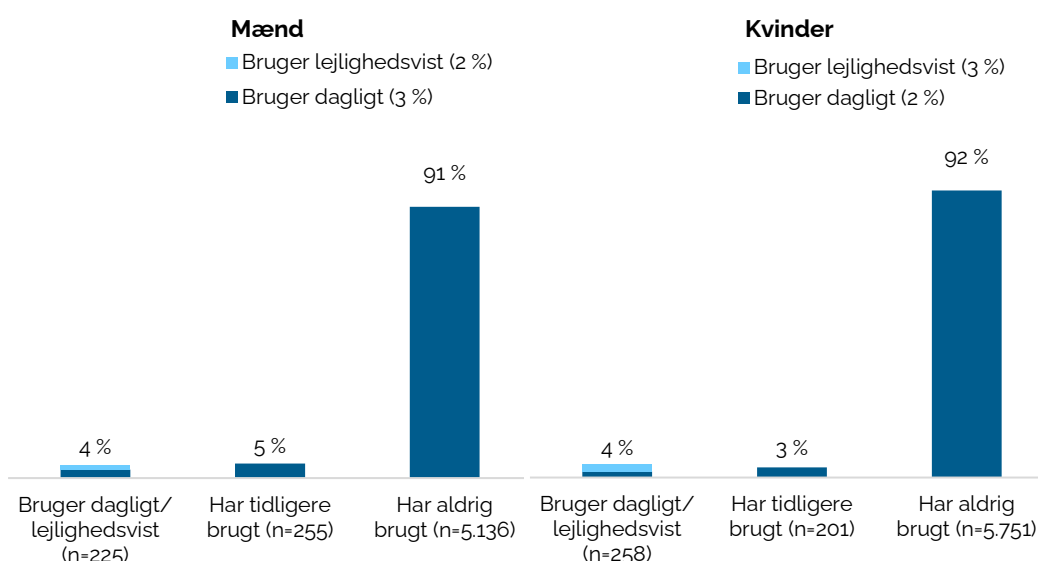


Note: Som følge af afrundinger af tal er der uoverensstemmelse mellem andelen af respondenter, der bruger e-cigaretter sammenlagt (bruger dagligt/lejlighedsvist), og grupperne enkeltvist.

Udvikling: I 2020 var der 3 %, der anvendte e-cigaretter enten dagligt eller lejlighedsvist, hvor det i 2022 er 5 %. Der er dermed sket en lille stigning i brugen af e-cigaretter i perioden. Endvidere er andelen, der aldrig har brugt e-cigaretter, faldet fra 94 % i 2020 til 91 % i 2022.

Af figur 8.1.2 fremgår brugen af e-cigaretter opdelt på køn. Der er overordnet set ikke kønsforskelle i brugen af e-cigaretter. Det ses imidlertid for andelen, der tidligere har brugt e-cigaretter, hvor en lidt højere andel blandt mænd bruger e-cigaretter (5 %) sammenlignet med kvinder (3 %).

Figur 8.1.2. Andel personer, der bruger e-cigaretter, opdelt på køn, procent

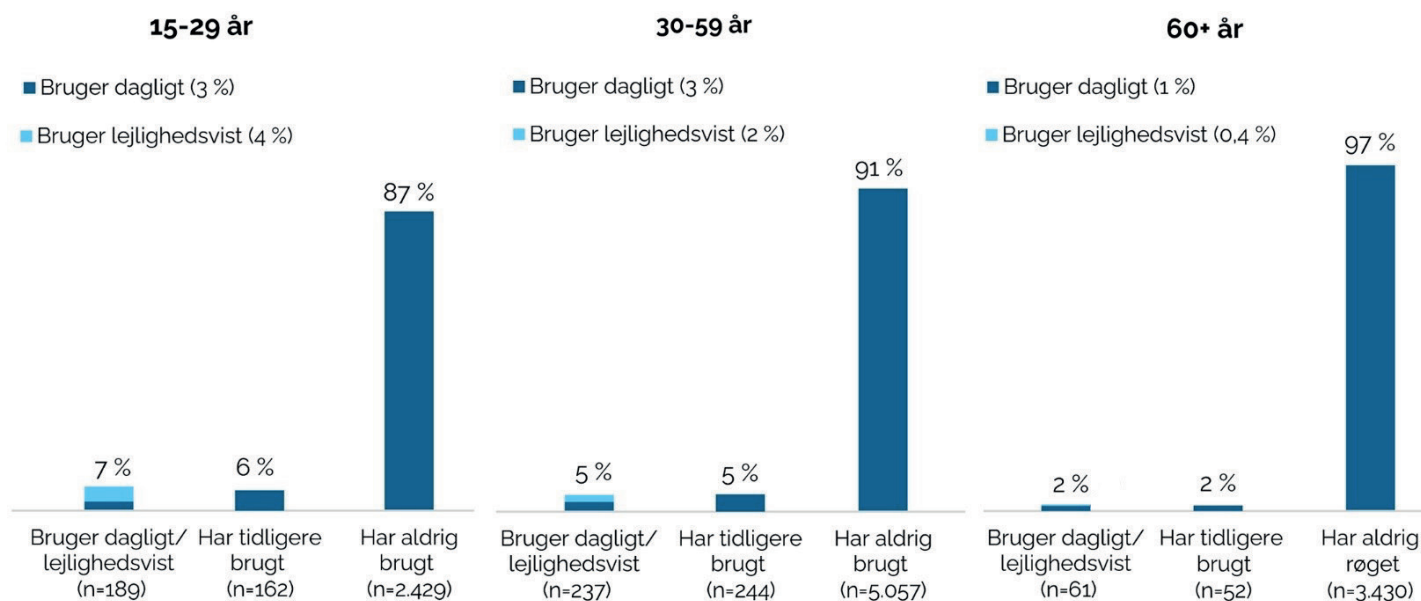


Note: Som følge af afrundinger af tal er der uoverensstemmelse mellem andelen af respondenter, der bruger e-cigaretter sammenlagt (bruger dagligt/lejlighedsvist), og grupperne enkeltvist.

Udvikling: I 2020 var det lejlighedsvis forbrug blandt både mænd og kvinder 1 %, mens 2 % brugte e-cigaretter dagligt. Der er således sket en lille stigning blandt kvinder, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist, i 2022 (3 %) sammenlignet med 2020 (1 %).

I figur 8.13. ses forbruget af e-cigaretter opdelt på aldersgrupper. Det højeste forbrug ses blandt de 15-29-årige, hvor 7 % angiver at bruge e-cigaretter dagligt eller lejlighedsvist, mens 5 % blandt de 30-59-årige og 2 % blandt respondenter over 60 år angiver tilsvarende.

Figur 8.13. Andel personer, der bruger e-cigaretter, opdelt på alder, procent

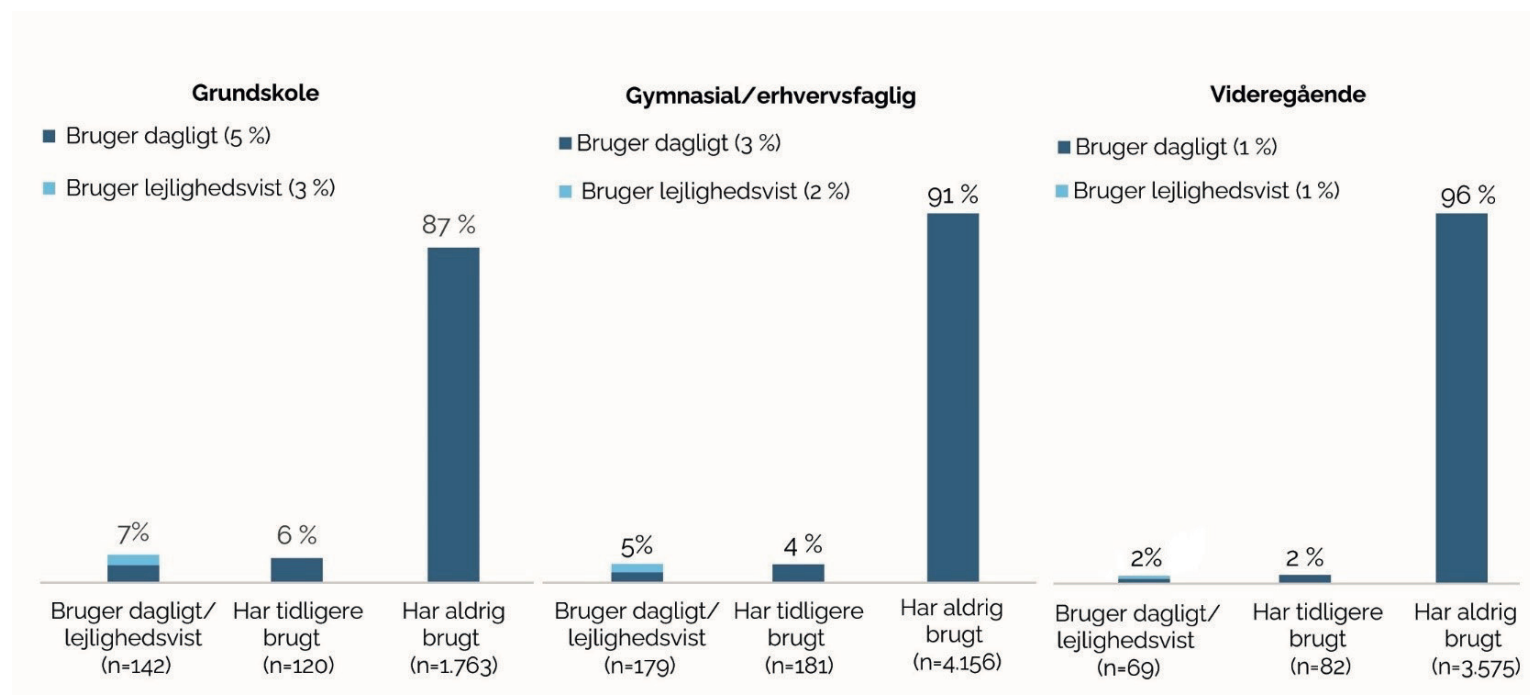


Note: Som følge af afrundinger af tal kan der være uoverensstemmelse mellem andelen af respondenter, der bruger e-cigaretter sammenlagt (dagligt/lejlighedsvist), og grupperne enkeltvist.

Udvikling: Blandt de 15-29-årige er forbruget af e-cigaretter steget i perioden fra 4 % 2020 til 7 % i 2022. Ligeledes er forbruget steget i aldersgruppen 30-59 år fra 3 % i 2020 til 5 % i 2022. Forbruget blandt respondenter over 60 år er uændret i perioden.

Figur 8.1.4. viser anvendelsen af e-cigaretter opdelt på uddannelseslængde. Brugen af e-cigaretter er størst (7 %) blandt dem med grundskole som længst fuldførte uddannelse, mens det er 5 % blandt dem, med en gymnasial eller erhvervsfaglig uddannelse og 2 % blandt dem med en videregående uddannelse. Endvidere er der 87 % af dem med grundskole som længst fuldførte uddannelse, der aldrig har prøvet e-cigaretter, hvilket er en lavere andel sammenlignet med de øvrige uddannelsesgrupper (91 % blandt respondenter med gymnasial eller erhvervsfaglig uddannelse og 96 % blandt dem med en videregående uddannelse).

Figur 8.14. Andel personer, der bruger e-cigaretter, opdelt på uddannelse, procent



Note: Som følge af afrundinger af tal kan der være uoverensstemmelse mellem andelen af respondenter, der bruger e-cigaretter sammenlagt (dagligt/lejlighedsvist), og grupperne enkeltvist.

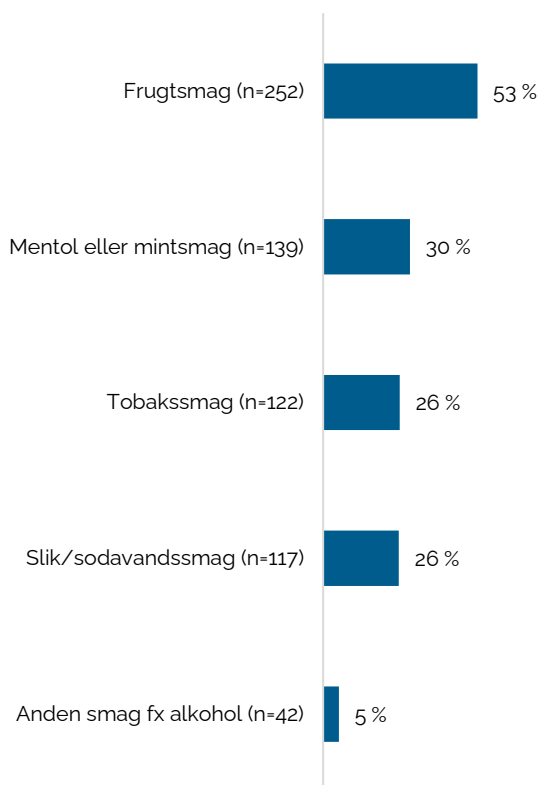
Udvikling: Brugen af e-cigaretter er steget i perioden blandt dem med grundskole som længst fuldførte uddannelse fra 5 % i 2020 til 7 % i 2022. Dette gælder ligeledes for respondenter med en gymnasial eller erhvervsfaglig uddannelse (fra 3 % i 2020 til 5 % i 2022). For dem med videregående uddannelse er andelen uændret i perioden.

8.2. Smag i e-cigaretter

Personer, der dagligt eller lejlighedsvist bruger e-cigaretter, er blevet spurgt, hvilke smage de bruger i deres e-cigaretter. Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere forskellige svarkategorier, og kategorierne er derfor ikke gensidigt udelukkende.

Lidt flere end halvdelen angiver at bruge e-cigaretter med "Frugtsmag" (53 %), mens 30 % bruger e-cigaretter med "Mentol- eller mintsma", og 26 % bruger e-cigaretter med "Slik/sodavandssmag". Hver fjerde (26 %) angiver, at de bruger e-cigaretter med "Tobakssmag".

Figur 8.2.1 Typer af smag, der anvendes i e-cigaretter blandt personer, der bruger e-cigaretter (dagligt/lejlighedsvist), procent

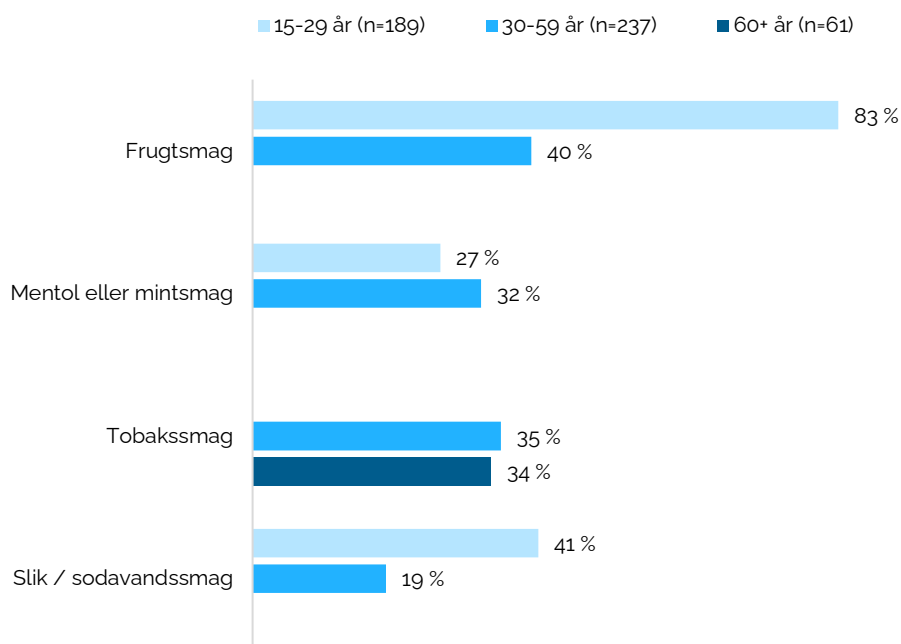


Note: Kategorien "Ingen smag" fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser. I figuren er kategorierne "Alkohol" og "Anden smag" er slået sammen.

Udvikling: Andelen, der bruger e-cigaretter med "Frugtsmag" er steget fra 47 % i 2020 til 53 % i 2022, mens andelen, der bruger "Mentol eller mintsma" er faldet fra 34 % i 2020 til 30 % i 2022. Endvidere er andelen, der bruger e-cigaretter med "Slik/sodavandssmag" steget fra 21 % i 2020 til 26 % i 2022.

Af figur 8.2.2 ses det, at det især er den yngste aldersgruppe, der bruger e-cigaretter med "Frugtsmag" (83 %), mens 40 % af de 30-59-årige angiver dette. Der ses en tendens til, at det især er de yngste aldersgrupper, der anvender søde smage, mens flere respondenter blandt de 30-59-årige og dem over 60 år bruger smag af tobak.

Figur 8.2.2. Typen af smag, der anvendes i e-cigaretter blandt personer, der bruger e-cigaretter (dagligt/lejlighedsvist), opdelt på alder, procent



Note: Kategorierne "Alkohol" og "Anden smag" for alle aldersgrupper, kategorien "Tobakssmag" for de 15-29-årige og kategorierne "Frugtsmag", "Mentol eller mintsma" og "Slik/sodavandssmag" for personer over 60 år fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

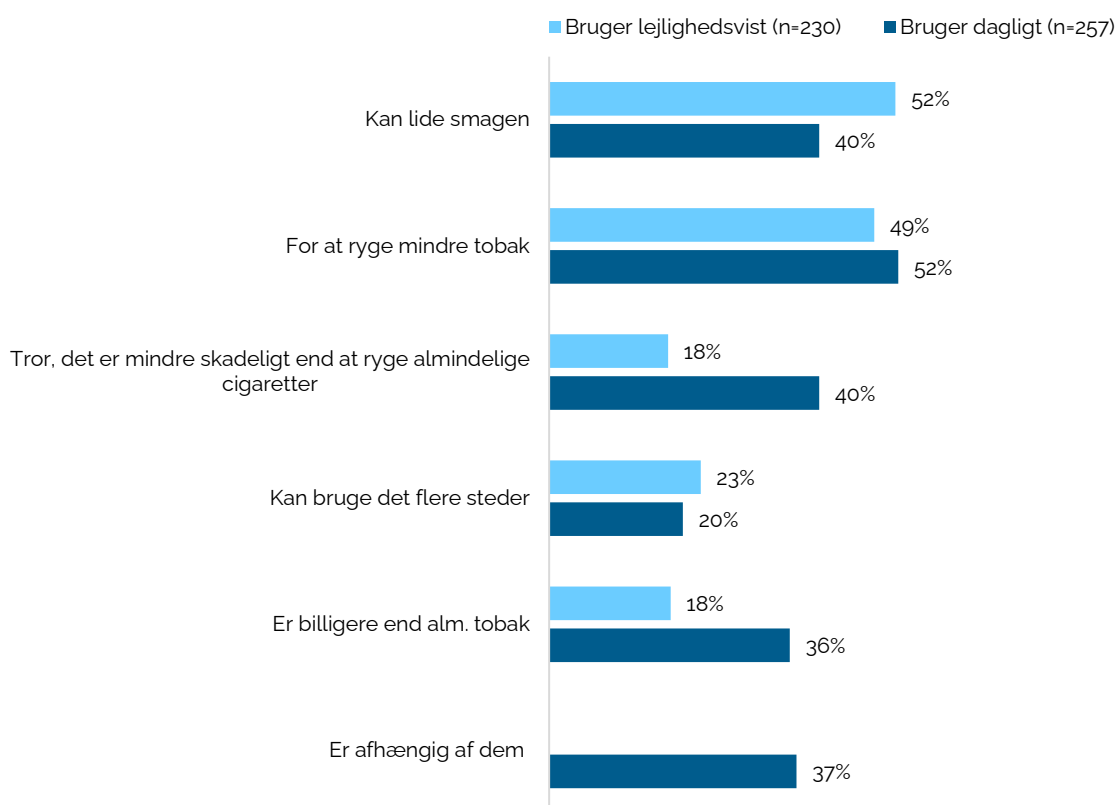
Udvikling: Blandt de 15-29-årige brugen af e-cigaretter med "Frugtsmag" steget fra 67 % i 2020 til 83 % i 2022. Ligeledes er brugen af e-cigaretter med "Slik/sodavandssmag" i samme aldersgruppe steget fra 32 % i 2020 til 41 % i 2022.

8.3. Årsager til brug af e-cigaretter

Personer, der bruger e-cigaretter dagligt eller lejlighedsvist, er endvidere blevet spurgt til årsagerne til anvendelsen af e-cigaretter. Det har været muligt at angive mere end én årsag for anvendelsen af e-cigaretter, og disse er derfor ikke gensidigt udelukkende.

Figur 8.3.1 viser, at blandt dem, der bruger e-cigaretter dagligt, er den hyppigste årsag til anvendelsen af e-cigaretter "For at ryge mindre tobak" (52 %), mens det blandt dem, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist, er fordi, de "Kan lide smagen" (52 %). Af dem, der bruger e-cigaretter dagligt, er der 36 %, der angiver, at det er fordi, det "Er billigere end alm. tobak", mens 18 % af dem, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist, angiver tilsvarende årsag. Endvidere er der 37 % af dem, der bruger e-cigaretter dagligt, der angiver, at de "Er afhængig af dem".

Figur 8.3.1 Årsager til brug af e-cigaretter, opdelt på brugergrupper, procent



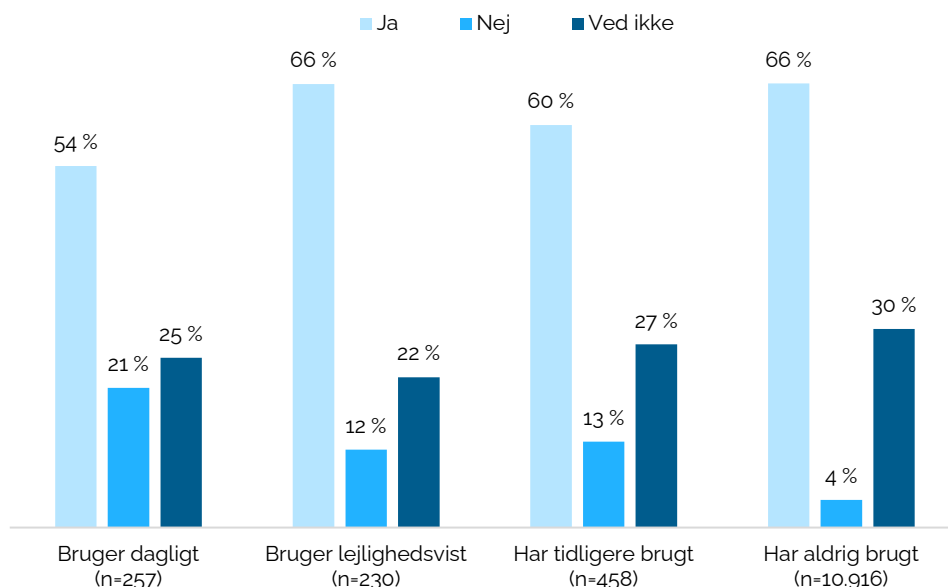
Note: Kategorierne "Anden grund" for personer, der bruger e-cigaretter enten dagligt eller lejlighedsvist, samt kategorien "Er afhængig af dem" for personer, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist, fremgår ikke af figuren på grund af få besvarelser.

Udvikling: Andelen, der angiver, at de bruger e-cigaretter, fordi man "Kan lide smagen", er steget fra 38 % i 2020 til 52 % i 2022 blandt dem, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist. Blandt respondenter, der bruger e-cigaretter dagligt, er der færre i 2022, der angiver årsagen "For at ryge mindre tobak" sammenlignet med 2020 (57 % i 2020 vs. 52 % i 2022). Tilsvarende ses blandt respondenter, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist, hvor 57 % i 2020 angiver denne årsag mod 49 % i 2022. Endvidere er andelen, som angiver, at de "Er afhængige af dem" steget fra 26 % i 2020 til 37 % i 2022 blandt dem, der bruger e-cigaretter dagligt.

8.4. Oplevet risiko for at blive syg ved brug af e-cigaretter

Figur 8.4.1 illustrerer oplevet risiko for at blive syg ved brugen af e-cigaretter. Blandt personer, der aldrig har brugt e-cigaretter, og blandt dem, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist, svarer 66 %, at de oplever, at e-cigaretter er forbundet med en sygdomsrisiko, mens andelen er mindre blandt dem, der tidligere har brugt e-cigaretter (60 %), og dem, der bruger e-cigaretter dagligt (54 %).

Figur 8.4.1 Oplevet risiko for at blive syg ved brug af e-cigaretter, opdelt på brugergrupper, procent



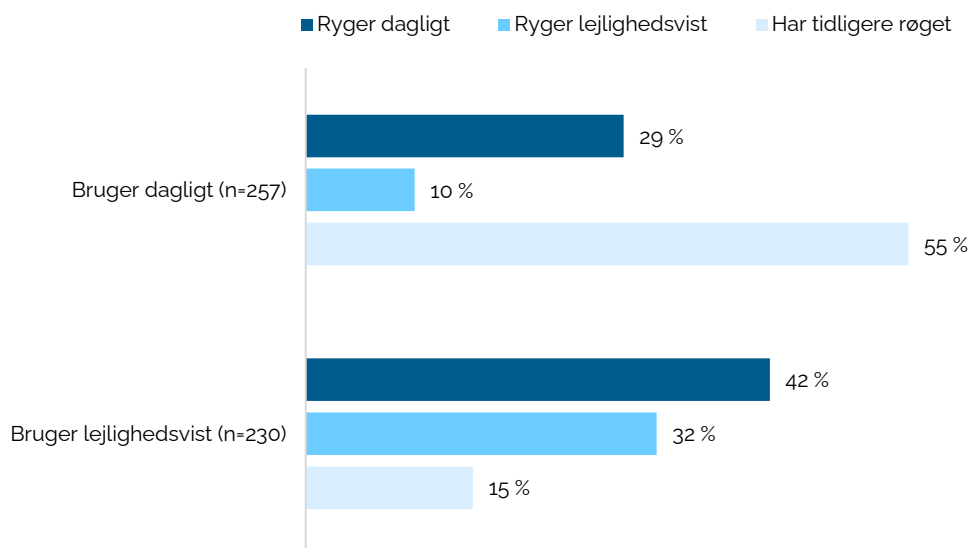
Udvikling: Blandt dem, der bruger e-cigaretter dagligt, var der i 2020 47 %, som angav, at de oplevede, at e-cigaretter er forbundet med en sygdomsrisiko, mens dette i 2022 er steget til 54 %. For dem, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist, er det ligeledes steget fra 58 % i 2020 til 66 % i 2022. Endvidere er andelen, der svarer "Ved ikke" overordnet set faldet fra mellem 31 % og 36 % i 2020 og til mellem 22 % og 30 % i 2022.

8.5. Dobbeltbrug af e-cigaretter og tobak

I dette afsnit beskrives andelen af respondenter, der har et dobbeltbrug, det vil sige personer som både ryger tobak og bruger e-cigaretter.

Af figur 8.5.1 fremgår det, at i gruppen af respondenter, der dagligt bruger e-cigaretter, angiver 29 % også at ryge tobak dagligt og 10 % at ryge tobak lejlighedsvist. Endvidere er der, blandt personer, der dagligt bruger e-cigaretter, 55 %, der angiver tidligere at have røget tobak. Blandt personer, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist, angiver 42 %, at de også ryger tobak dagligt, 32 % ryger tobak lejlighedsvist, og 15 % har tidligere røget.

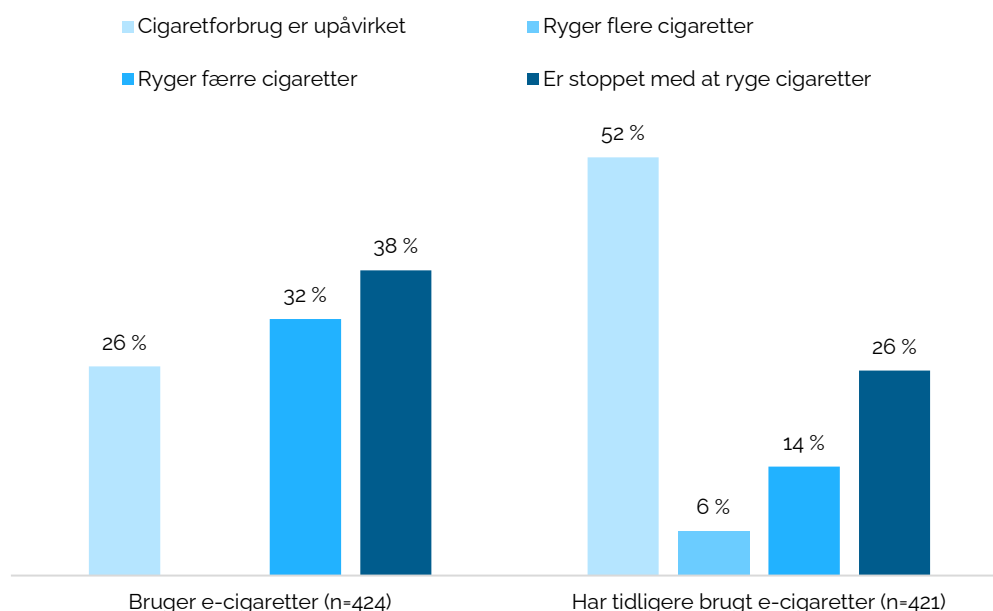
Figur 8.5.1 Andel personer, der bruger e-cigaretter, som også ryger tobak (dagligt, lejlighedsvist eller tidligere har røget), opdelt på brugergrupper, procent



Udvikling: I perioden er andelen af respondenter, der dagligt bruger e-cigaretter, som angiver også at ryge tobak dagligt, steget fra 23 % i 2020 til 29 % i 2022, mens der blandt dem, der lejlighedsvist bruger e-cigaretter, er sket et fald i andelen, der også ryger tobak dagligt, fra 65 % i 2020 til 42 % i 2022. Samtidig er andelen, der både bruger e-cigaretter og ryger tobak lejlighedsvist steget fra 18 % til 32 %.

Figur 8.5.2 viser respondenternes vurdering af e-cigaretternes betydning for tobaksforbruget blandt dem, der bruger e-cigarettter, og dem, der tidligere har brugt e-cigarettter. Som det fremgår af figuren, angiver 26 % blandt dem, der bruger e-cigarettter, at deres cigaretforbrug er upåvirket, mens 32 % angiver, at de ryger færre cigaretter, og 38 %, at de er stoppet med at ryge cigaretter, efter at de er begyndt at bruge e-cigarettter. Blandt dem, der tidligere har brugt e-cigarettter, angiver 52 %, at deres cigaretforbrug er upåvirket, 14 %, at de ryger færre cigaretter, mens 26 % er stoppet med at ryge cigaretter.

Figur 8.5.2. E-cigaretters betydning for tobaksforbrug, opdelt på personer, der bruger og tidligere har brugt e-cigarettter, procent



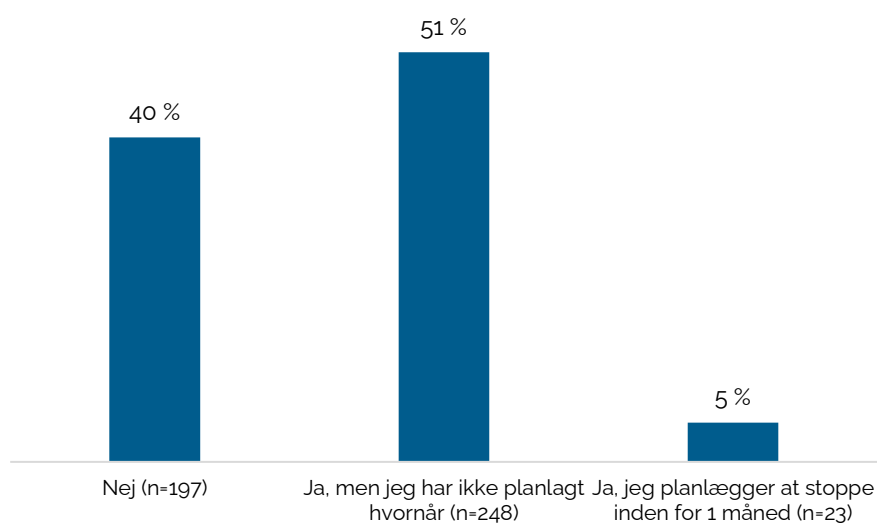
Note: Kategorien "Andet" for personer, der enten bruger eller tidligere har brugt e-cigarettter, samt kategorien "Ryger flere cigaretter" for personer, der bruger e-cigarettter, fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: Andelen, der bruger e-cigarettter, som angiver, at deres cigaretforbrug er upåvirket, er steget fra 17 % i 2020 til 26 % i 2022. En lavere andel angiver i 2022, at deres cigaretforbrug er faldet sammenlignet med 2020 (fra 36 % i 2020 til 32 % i 2022). Blandt dem som bruger e-cigarettter er andelen, der angiver, at de er stoppet med at ryge cigaretter faldet fra 41 % i 2020 til 38 % i 2022.

8.6. Ønske om at stoppe med at bruge e-cigaretter

I undersøgelsen spørges til respondenternes ønske til at stoppe med at bruge e-cigaretter samt tidshorisonten for dette. Andelen, der ønsker at stoppe, men som ikke har planlagt hvornår, er 51 %, mens andelen, der ønsker at stoppe inden for 1 måned, er 5 %. Yderligere angiver 40 %, at de ikke ønsker at stoppe (figur 8.6.1).

Figur 8.6.1 Ønske om at stoppe med at bruge e-cigaretter, inklusive tidshorisont for planer om at stoppe, procent



Note: Kategorien "Ja, jeg planlægger ophør inden for 6 måneder" fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: Fra 2020 til 2022 er der sket et lille fald i andelen, der ønsker at stoppe med at bruge e-cigaretter, men ikke har planlagt hvornår (53 % i 2022 til 51 % i 2020). Derudover angav 37 % i 2020, at de ikke ønsker at stoppe, mens 40 % angiver dette i 2022.

9. Røgfrie nikotinprodukter

I dette kapitel beskrives forbruget af røgfrie nikotinprodukter. Røgfri nikotin er en samlet betegnelse for flere forskellige typer af produkter, der ikke inhaleres, men i stedet er beregnet til oralt eller nasalt brug. Røgfrie nikotinprodukter omfatter snus, tyggetobak, nikotinposer, tobakspastiller (skrå) og pulvertobak (snuff). Produkter som snus, tyggetobak og nikotinposer minder i udseendet om hinanden og kan derfor let forveksles⁵. Derfor skelnes der i dette kapitel ikke mellem de enkelte produkter.

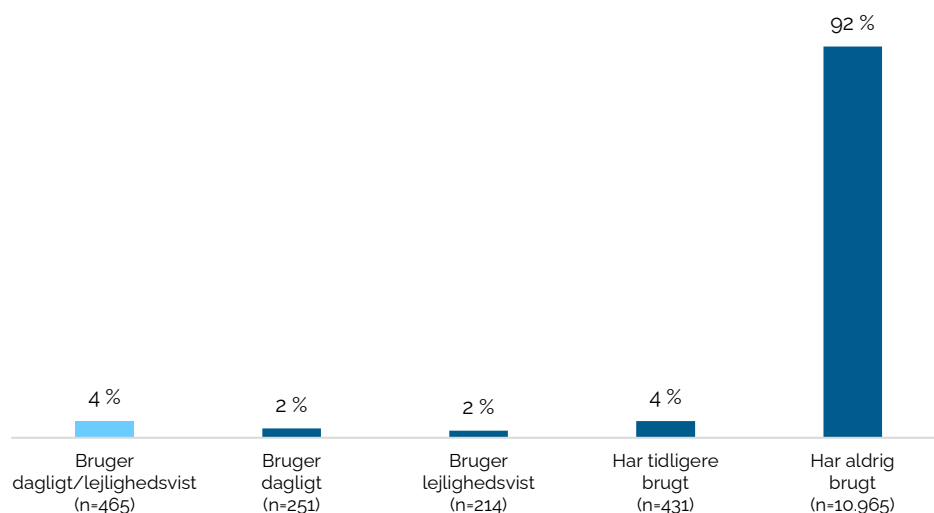
I *Danskernes Rygevaner 2020* blev opgørelser over forbruget af røgfri tobak og nikotinposer rapporteret som to selvstændige produkttyper. I denne rapport rapporteres disse produkttyper imidlertid samlet under betegnelsen røgfrie nikotinprodukter. Til brug for sammenligningen er der derfor lavet nye analyser på data fra undersøgelsen i 2020, hvorfor de angivne tal fra 2020 i denne rapport ikke direkte kan genfindes i rapporten *Danskernes Rygevaner 2020*.

⁵Snus og tyggetobak er tobak, der er løst eller doseret i små portionsposer. Tyggetobak er groftskåret og forarbejdet, så det kan tåle at blive tygget på, mens snus er pulveriseret tobak og ligger i poser, som ikke er beregnet at tygge på. Nikotinposer er et snuslignende produkt, som dog ikke indeholder tobak.

9.1 Brug af røgfrie nikotinprodukter

Af figur 9.1.1. ses det, at 4 % af respondenterne bruger røgfrie nikotinprodukter enten dagligt eller lejlighedsvist. Andelen, der bruger røgfrie nikotinprodukter hhv. dagligt eller lejlighedsvist, er lige store (2 %). Størstedelen af respondenterne angiver, at de aldrig har brugt røgfrie nikotinprodukter (92 %).

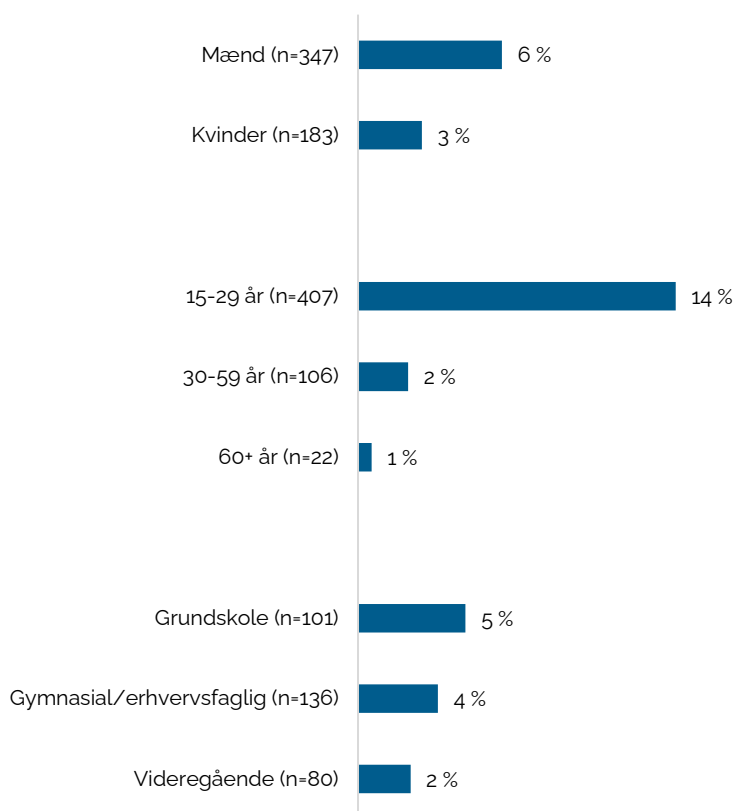
Figur 9.1.1 Andel personer, der bruger røgfrie nikotinprodukter, procent



Udvikling: Andelen, der i 2020 angav at bruge røgfrie nikotinprodukter dagligt eller lejlighedsvist (3 %), er uændret sammenlignet med år 2022. Der er sket en stigning i andelen, der tidligere har brugt røgfrie nikotinprodukter, fra 1 % i 2020 til 4 % i 2022.

Andelen af respondenter, der bruger røgfrie nikotinprodukter, fordelt på respondenterne sociodemografiske karakteristika ses i figur 9.1.2. Det fremgår, at flere mænd end kvinder anvender røgfrie nikotinprodukter. Endvidere ses det, at røgfrie nikotinprodukter i højere grad anvendes af de yngre respondenter sammenlignet med de øvrige aldersgrupper. Således angiver 14 % af de 15-29-årige, at de bruger røgfrie nikotinprodukter, mens kun 2 % bruger røgfrie nikotinprodukter blandt respondenter mellem 30 og 59 år og 1 % blandt dem over 60 år.

Figur 9.1.2. Andel personer, der bruger røgfrie nikotinprodukter, opdelt på sociodemografiske karakteristika, procent



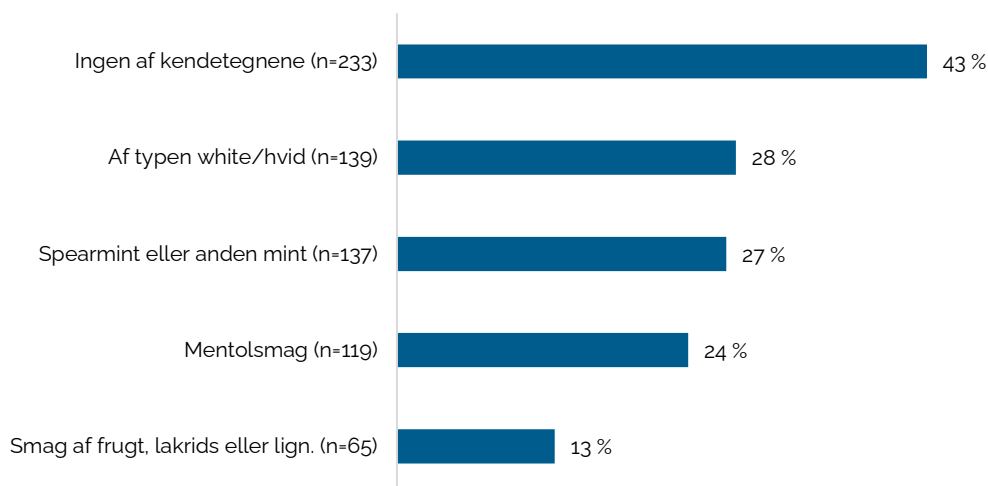
Udvikling: Blandt mænd er andelen, der angav at bruge røgfrie nikotinprodukter dagligt eller lejlighedsvist, i 2020 (5 %) uændret i forhold til 2022. For kvinder er forbruget steget lidt i perioden (1 % i 2020 til 3 % i 2022). Der er endvidere sket en stigning blandt de 15-29-årige fra 10 % i 2020 til 14 % i 2022, mens der ikke er sket en udvikling i de to andre aldersgrupper. For uddannelsesgrupperne er der ligeledes sket mindre stigninger for respondenter med grundskole (3 % i 2020 til 5 % i 2022) og gymnasial/erhvervsfaglig (2 % i 2020 til 4 % i 2022), mens andelen blandt dem med videregående uddannelse er den samme begge år.

9.2. Brug af røgfrie nikotinprodukter med særlige kendetegn

I undersøgelsen er respondenter, der bruger røgfrie nikotinprodukter dagligt eller lejlighedsvist, blevet spurgt til, om de bruger røgfrie nikotinprodukter med særlige kendetegn. Respondenterne har her haft mulighed for at vælge flere svarkategorier, og derfor er kendetegnene i figur 9.2.1 ikke gensidigt udelukkende.

Af figur 9.2.1. fremgår det, at 43 % af de respondenter, der bruger røgfrie nikotinprodukter, bruger produkter uden særlige kendetegn, mens 28 % bruger røgfrie nikotinprodukter "Af typen white/hvid". Omkring en fjerdedel bruger røgfrie nikotinprodukter med "Mentolsmag" (24 %) eller "Spearmint eller anden mint" (27 %).

Figur 9.2.1. Brug af røgfrie nikotinprodukter med særlige kendetegn, procent



Note: Kategorien "Andre særlige kendetegn" fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser. Kategorien "Spearmint eller anden mint" er tilføjet som smagsvariant i dette års undersøgelse.

Udvikling: Som følge af forskelle i spørgsmålsformuleringen i 2020 og 2022 kan udviklingen ikke beskrives for dette spørgsmål.

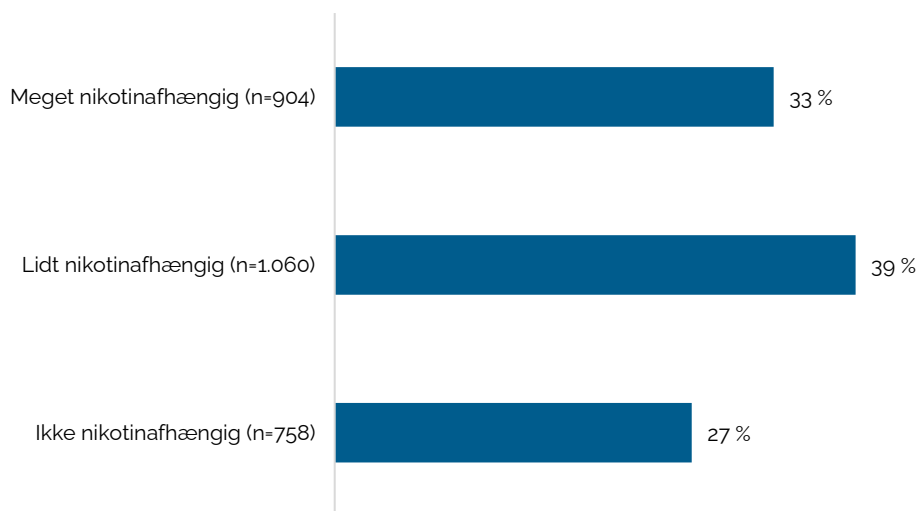
10. Oplevelse af nikotinafhængighed

I dette kapitel præsenteres respondenternes oplevelse af egen nikotinafhængighed blandt personer, der ryger tobak, bruger e-cigaretter eller bruger røgfrie nikotinprodukter.

I alt bruger 23 % af respondenterne mindst ét nikotinprodukt, herunder tobak, e-cigaretter eller røgfrie nikotinprodukter (nikotinpræparater som nikotintyggegummi eller nikotinplastre er ikke inkluderet). Denne andel er uændret i forhold til 2020, hvor 22 % brugte mindst ét nikotinprodukt.

Figur 10.1.1 viser oplevelsen af egen nikotinafhængighed blandt respondenter, der enten ryger tobak, bruger e-cigaretter, bruger røgfrie nikotinprodukter eller nikotinpræparater som nikotintyggegummi eller nikotinplastre. En tredjedel af respondenterne oplever at være meget nikotinafhængige (33 %), mens lidt over en tredjedel oplever at være lidt nikotinafhængige (39 %). Endvidere oplever 27 %, at de ikke er nikotinafhængige.

Figur 10.1.1. Oplevelse af egen nikotinafhængighed, procent



Note: Kategorien "Ved ikke" fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: I perioden 2020 til 2022 er der sket en lille stigning i andelen, der oplever, at de er meget nikotinafhængige fra 31 % til 33 %. Tilsvarende er der flere respondenter, der oplever, at de er lidt nikotinafhængige i 2022 (39 %) sammenlignet med 2020 (36 %). Andelen, der oplever, at de ikke er nikotinafhængige, er uændret i perioden.

Af figur 10.1.2 fremgår respondenternes oplevelse af egen nikotinafhængighed opdelt på typen af nikotinprodukt, og hvor ofte disse bruges. Det ses, at respondenter, der ryger tobak dagligt, i højere grad oplever at være meget nikotinafhængige sammenlignet med respondenter, der bruger andre nikotinprodukter. Blandt personer, der ryger tobak dagligt, angiver 46 %, at de oplever at være meget afhængige af nikotin, mens 44 % angiver at være lidt nikotinafhængige. Kun 10 % oplever ikke at være nikotinafhængige. Anderledes ser det imidlertid ud blandt respondenter, der ryger tobak lejlighedsvist, hvor en væsentlig mindre andel oplever at være hhv. meget nikotinafhængige (9 %) og lidt nikotinafhængige (28 %), mens 62 % angiver, at de ikke er nikotinafhængige.

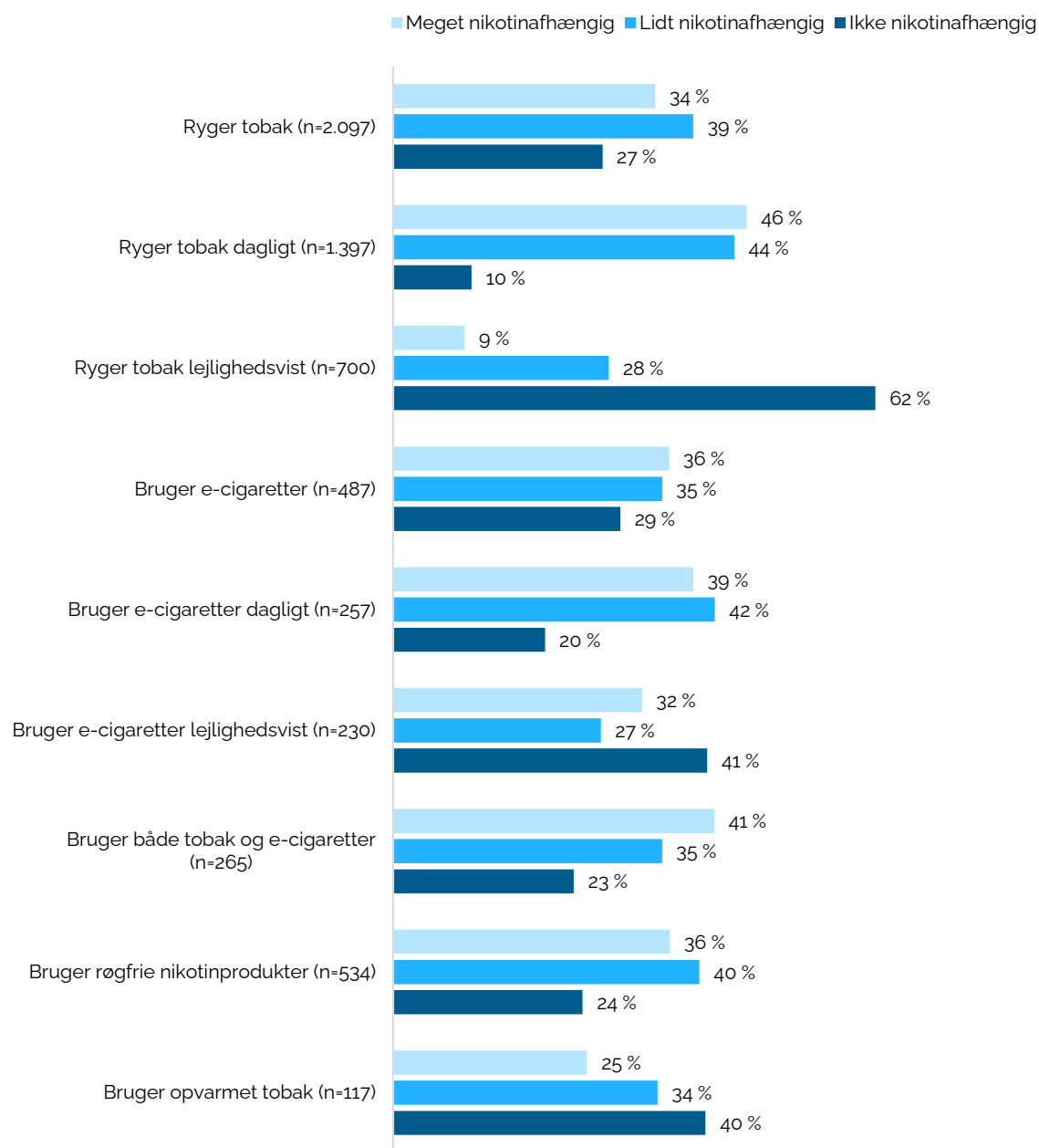
Blandt respondenter, der bruger e-cigaretter, angiver 36 %, at de er meget nikotinafhængige, mens en tilsvarende andel (35 %) oplever at være lidt afhængige af nikotin. Når der opdeles på, hvor ofte respondenterne bruger e-cigaretter, ses det, at dem, som bruger e-cigaretter dagligt, i højere grad oplever at være enten meget nikotinafhængige (39 %) eller lidt nikotinafhængige (42 %) sammenlignet med respondenter, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist (hhv. 32 % og 27 %).

Blandt respondenter, der både ryger tobak og bruger e-cigaretter, er der en større andel, der oplever at være meget afhængige af nikotin (41 %) sammenlignet med respondenter, der kun ryger tobak (34 %) eller kun bruger e-cigaretter (36 %).

Der er 36 % af respondenterne, der bruger røgfrie nikotinprodukter, som oplever at være meget nikotinafhængige, og 40 %, der oplever at være lidt afhængige af nikotin. Således oplever respondenter, der bruger røgfrie nikotinprodukter, omtrent lige så høj nikotinafhængighed som respondenter, der ryger tobak eller bruger e-cigaretter.

Respondenter, der ryger opvarmet tobak, oplever i mindre grad at være meget nikotinafhængig (25 %). Dog er andelen, der oplever at være lidt nikotinafhængig (34 %) på samme niveau som andelen af respondenter, der bruger e-cigaretter, eller både ryger tobak og bruger e-cigaretter, og som oplever at være lidt nikotinafhængig (35 % for begge grupper).

Figur 10.12. Oplevelse af egen nikotinafhængighed, opdelt på ryge- og brugergrupper, procent



Note: I figuren er brugen af nikotinposer inkluderet i kategorien "Bruger røgfrie nikotinprodukter", hvilket er en ændring i forhold til *Danskernes Rygevaner 2020*, hvor nikotinposer var en selvstændig kategori.

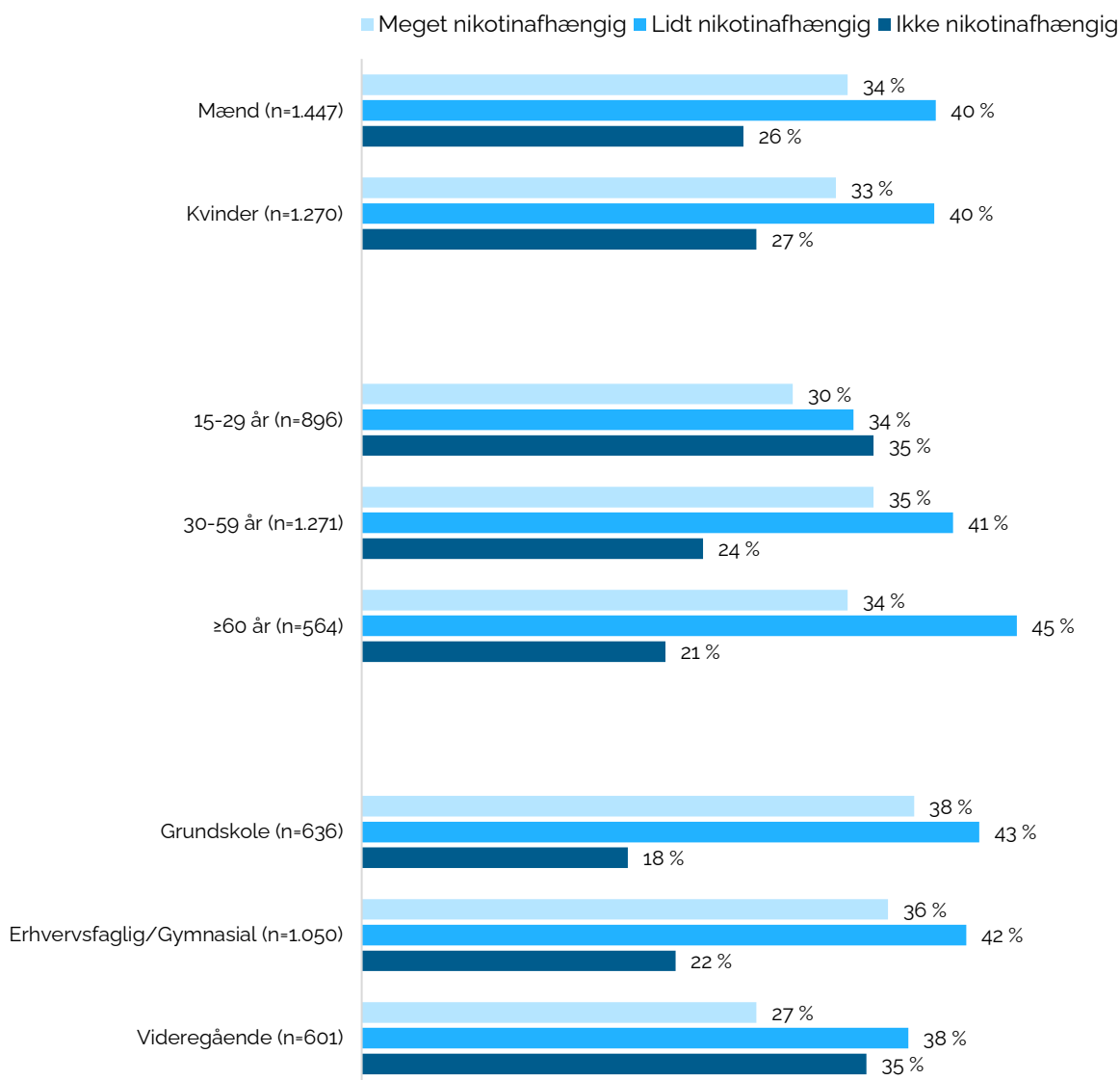
Udvikling: I perioden fra 2020 til 2022 er der generelt en større andel af respondenter, der oplever at være enten meget eller lidt nikotinafhængige på tværs af nikotinprodukterne, og hvor ofte disse bruges. Eksempelvis var der i 2020 32 %, der angav, at de oplevede at være meget nikotinafhængige ved dagligt brug af e-cigaretter. Denne andel er steget til 39 % i 2022.

Andelen af respondenter, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist, og som oplever at være lidt nikotinafhængige, er imidlertid faldet i perioden fra 39 % til 27 %, mens andelen, der ikke oplever at være afhængige af nikotin ved et lejlighedsvist brug af e-cigaretter, er steget fra 26 % i 2020 til 41 % i 2022. Udviklingen i oplevelsen af nikotinafhængighed blandt respondenter, der bruger røgfrie nikotinprodukter, kan ikke beskrives, da brugen af nikotinposer i denne rapport indgår i kategorien "Bruger røgfrie nikotinprodukter". I 2020 var brugen af nikotinposer og brugen af røgfri tobak adskilte kategorier. Derfor er tallene fra 2020 og 2022 ikke sammenlignelige.

Af figur 10.13 ses det, at der ikke er forskel mellem mænd og kvinder i oplevelsen af at være nikotinafhængig. Fordelt på aldersgrupper ses det imidlertid, at en større andel af de 30-59-årige og respondenter over 60 år oplever at være meget nikotinafhængige (hhv. 35 % og 34 %) sammenlignet med de 15-29-årige (30 %). Andelen, der oplever, at de er lidt afhængige af nikotin, er størst blandt respondenter over 60 år (45 %). Endvidere er der flest respondenter i aldersgruppen 15-29 år, der oplever, at de ikke er nikotinafhængige (35 %) sammenlignet med de øvrige aldersgrupper.

Yderligere ses det, der er forskel på oplevelsen af nikotinafhængighed på tværs af uddannelsesgrupper. Der er en større andel af respondenter med grundskole eller gymnasial uddannelse, der oplever at være enten meget eller lidt nikotinafhængige sammenlignet med respondenter, der har en videregående uddannelse som længst fuldførte uddannelse. Særligt ses en forskel blandt dem, der oplever at være meget nikotinafhængige, hvor hhv. 38 % med grundskole og 36 % med gymnasial uddannelse oplever at være meget nikotinafhængige sammenlignet med 27 % blandt respondenter med en videregående uddannelse.

Figur 10.13. Oplevelse af egen nikotinafhængighed, opdelt på sociodemografiske karakteristika, procent



Udvikling: I perioden fra 2020 til 2022 oplever både flere mænd og kvinder at være meget eller lidt nikotinafhængige. I 2020 var der lidt flere kvinder end mænd, som oplevede at være meget nikotinafhængige, men denne forskel har udlignet sig i 2022. Sammenlignet med 2020 oplever færre respondenter i aldersgruppen 15-29 år, at de ikke er nikotinafhængige, i 2022 (41 % i 2020 vs. 35 % i 2022). Tilsvarende oplever en større andel af de 15-29-årige at være meget nikotinafhængige i 2022 sammenlignet med 2020 (23 % i 2020 vs. 30 % i 2022). Blandt de 30-59-årige og respondenter over 60 år er der ligeledes flere, der i 2022 oplever at være lidt

nikotinafhængige (hhv. 41 % og 45 %) sammenlignet med 2020, hvor 35 % af de 30-59-årige og 40 % af respondenter over 60 år oplevede dette.

Blandt respondenter med grundskole eller en gymnasial uddannelse som længst fuldførte uddannelse er andelen, der oplever, at de enten er lidt eller meget nikotinafhængige, steget i perioden fra 2020 til 2022. Eksempelvis var der i 2020 37 % af respondenterne med grundskole som længst fuldførte uddannelse, der oplevede, at de var lidt afhængige af nikotin, sammenlignet med 43 % i 2022. Blandt personer med en videregående uddannelse som længst fuldførte uddannelse oplever lidt færre respondenter i 2022 at være meget nikotinafhængige (27 %) sammenlignet med 2020 (30 %), mens flere oplever at være lidt nikotinafhængige (34 % i 2020 vs. 38 % i 2022).

11 Indendørs nikotinformbrug

I dette kapitel beskrives anvendelsen af nikotinprodukter indendørs i hjemmet, herunder cigaretter, opvarmet tobak og e-cigaretter. Derudover beskrives andelen, der oplever tobaksrøg fra naboer. Kapitlet indeholder endvidere opgørelser over forbruget af cigaretter og e-cigaretter indendørs på arbejdspladsen samt udbredelsen af røgfrie miljøer på arbejdspladsen.

11.1 Rygning i hjemmet

I tabel 11.1.1 fremgår andelen af respondenterne, der oplever, at der bliver røget indendørs i hjemmet fordelt på køn, aldersgrupper og uddannelseslængde. Rygning omfatter her både tobak og e-cigaretter.

Det ses, at størstedelen angiver, at der aldrig ryges indendørs i hjemmet (87 %), mens 14 % angiver, at der enten dagligt eller lejlighedsvist ryges indendørs. Der er en lidt større andel af mænd, som angiver, at der enten dagligt eller lejlighedsvist ryges indendørs i deres hjem, sammenlignet med kvinder (15 % blandt mænd vs. 12 % blandt kvinder). Rygning indendørs i hjemmet er mest hyppigt blandt respondenter over 60 år, hvor 18 % angiver, at der bliver røget indendørs enten dagligt eller lejlighedsvist. Blandt de 15-29-årige og 30-59-årige er de tilsvarende andele hhv. 10 % og 13 %.

Af tabellen fremgår endvidere en uddannelsesmæssig forskel i andelen, der angiver, at der ryges indendørs i hjemmet, hvor denne falder med stigende uddannelseslængde. Således er der 22 % af respondenterne med grundskole som længst fuldførte uddannelse, der enten dagligt eller lejlighedsvist oplever, at der ryges indendørs i deres hjem, mens 8 % af respondenter med en videregående uddannelse angiver tilsvarende. Endvidere er der færre respondenter med hjemmeboende børn, der angiver, at der ryges indendørs i hjemmet enten dagligt eller lejlighedsvist (8 %), sammenlignet med respondenter uden hjemmeboende børn (17 %).

Tabel 11.1.1 Rygning indendørs i hjemmet, opdelt på sociodemografiske karakteristika, procent og antal

	Rygning (dagligt/ lejlighedsvist) indendørs i hjemmet		Daglig rygning indendørs i hjemmet		Lejlighedsvis rygning indendørs i hjemmet		Aldrig rygning indendørs i hjemmet	
	%	(n)	%	(n)	%	(n)	%	(n)
Total	14	(1.502)	7	(795)	6	(707)	87	(10.359)
Køn								
Mand	15	(798)	8	(436)	7	(362)	85	(4.818)
Kvinde	12	(694)	6	(353)	6	(341)	88	(5.516)
Alder								
15-29 år	10	(235)	4	(95)	6	(140)	90	(2.545)
30-59 år	13	(640)	7	(329)	6	(311)	87	(4.898)
60+ år	18	(627)	11	(371)	7	(256)	82	(2.916)
Uddannelse								
Grundskole	22	(409)	13	(251)	9	(158)	78	(1.616)
Gymnasial/ erhvervsfaglig	15	(652)	8	(351)	7	(301)	85	(3.864)
Videregående	8	(312)	4	(147)	5	(165)	92	(3.414)
Børn								
Ingen hjemmeboende børn	17	(1.168)	10	(650)	8	(518)	83	(6.056)
Hjemmeboende børn	8	(334)	3	(145)	4	(189)	92	(4.303)

Note: Som følge af afrundinger af tal er der uoverensstemmelse mellem andelen af respondenter, der angiver, at der ryges indendørs i hjemmet sammenlagt (dagligt/lejlighedsvist) og grupperne enkeltvist.

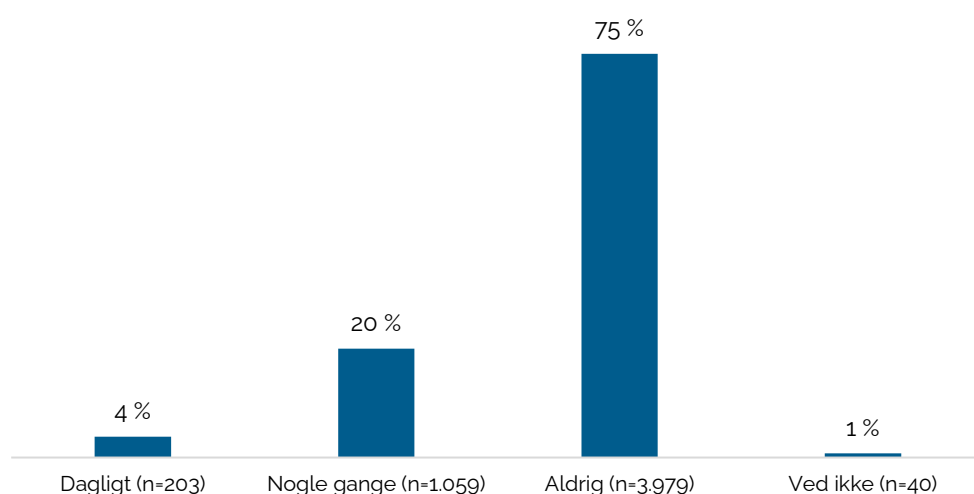
Udvikling: I perioden fra 2020 til 2022 er der sket et lille fald i andelen, der angiver, at der dagligt ryges indendørs i deres hjem (9 % i 2020 til 7 % i 2022). Forskellen mellem mænd og kvinder i andelen, der rapporterer, at der enten dagligt eller lejlighedsvist ryges indendørs i hjemmet, er overordnet set uændret i perioden. Tilsvarende gælder for respondenter i aldersgruppen 15-29 år og 30-59 år. Blandt respondenter over 60 år er der imidlertid sket et fald fra 23 % i 2020 til 18 % i 2022 i andelen, der angiver, at der enten dagligt eller lejlighedsvist bliver røget indendørs i

hjemmet. Ligeledes er der lidt færre, der angiver, at der ryges enten dagligt eller lejlighedsvist, indendørs i hjem med hjemmeboende børn, i 2022 (17 %) sammenlignet med 2020 (19 %).

11.2. Tobaksrøg fra naboer

Figur 11.2.1 viser andelen af respondenter, der oplever, at der trænger tobaksrøg fra naboer ind i hjemmet. Det fremgår, at størstedelen aldrig oplever at blive udsat for tobaksrøg fra naboen (75 %), mens hhv. 4 % og 20 % dagligt eller nogle gange oplever dette.

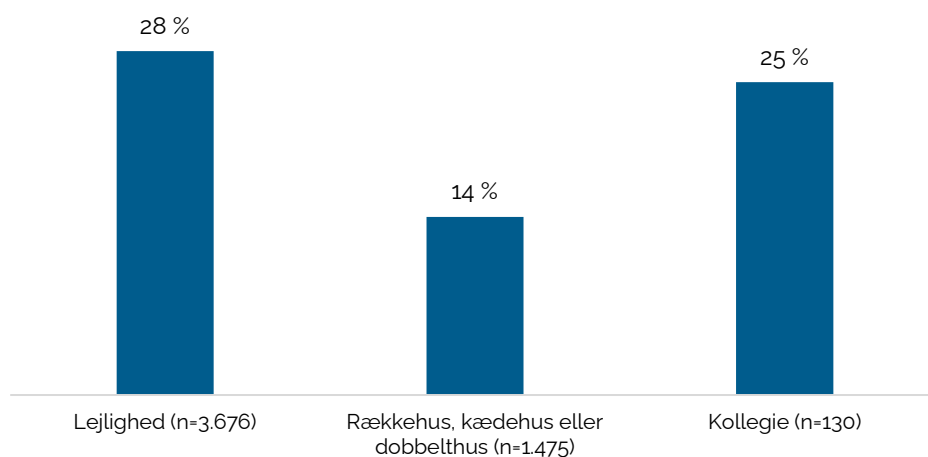
Figur 11.2.1. Oplevet tobaksrøg i hjemmet fra naboer, procent



Udvikling: Sammenlignet med 2020 oplever en større andel af respondenterne i 2022, at der aldrig trænger tobaksrøg ind i hjemmet fra naboen (69 % i 2020 til 75 % i 2022). Andelen, der dagligt eller nogle gange oplever tobaksrøg i hjemmet fra naboen, er uændret i perioden.

Figur 11.2.2 viser andelen, der oplever, at tobaksrøg fra naboen trænger ind i hjemmet, opdelt på boligtyper. Det ses, at oplevelsen af tobaksrøg i eget hjem hyppigst forekommer hos respondenter, der bor i lejlighed (28 %) og på kollegie (25 %). Blandt personer, der bor i rækkehus, kædehus eller dobbelthus, er det 14 %, der oplever, at tobaksrøg trænger ind i hjemmet fra naboen.

Figur 11.2.2. Oplevet tobaksrøg i hjemmet fra naboer, opdelt på boligtype, procent

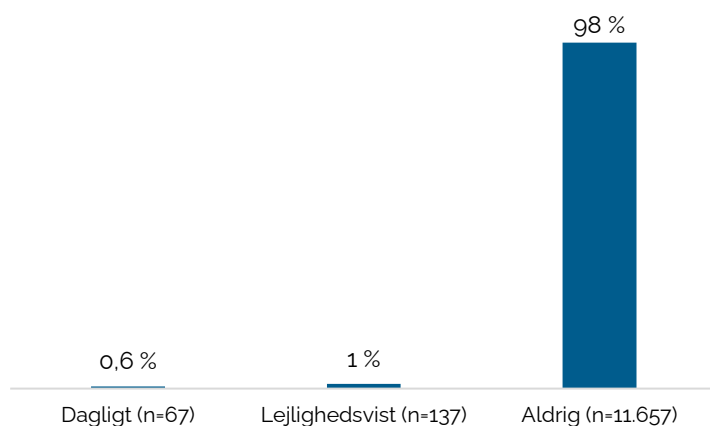


Udvikling: Fra 2020 til 2022 er der sket en lille stigning i andelen, der oplever, at der trænger tobaksrøg fra naboen ind i hjemmet, blandt respondenter, der bor i rækkehus, kædehus eller dobbelthus (12 % i 2020 til 14 % i 2022). Modsat er der sket en lille fald blandt respondenter, der bor i kollegie, fra 27 % i 2020 til 25 % i 2022. Andelen, der oplever tobaksrøg fra naboer i deres hjem, blandt respondenter, der bor i lejlighed, er uændret i perioden.

11.3. Indendørs brug af opvarmet tobak og e-cigaretter

Figur 11.3.1. og figur 11.3.2 viser respondenternes brug af hhv. opvarmet tobak og e-cigaretter indendørs i hjemmet. Det ses, at langt størstedelen (98 %) angiver, der er aldrig bruges opvarmet tobak indendørs i deres hjem, mens hhv. 0,6 % og 1 % angiver, at dette forekommer dagligt eller lejlighedsvist.

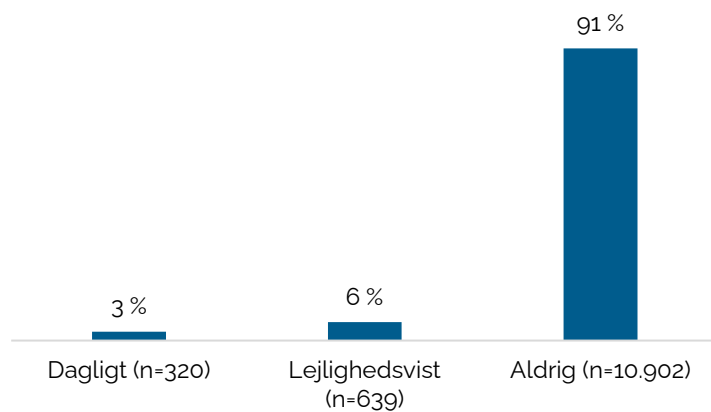
Figur 11.3.1 Brug af opvarmet tobak indendørs i hjemmet, procent



Udvikling: Andelen af respondenter, der angiver, at der bruges opvarmet tobak indendørs i hjemmet, er uændret i perioden fra 2020 til 2022.

I alt angiver 3 % af respondenterne, at der bruges e-cigaretter indendørs i hjemmet, mens 6 % lejlighedsvist oplever dette. Som ved opvarmet tobak rapporterer størstedelen, at der ikke forekommer indendørs brug af e-cigaretter (91 %).

Figur 11.3.2. Brug af e-cigaretter indendørs i hjemmet, procent



Udvikling: I perioden 2020 til 2022 er der ikke sket ændringer i brug af e-cigaretter indendørs i hjemmet.

11.4. Indendørs rygning på arbejdsplads

Den nationale lovgivning på området ("Lov om røgfri miljøer") omfatter blandt andet rygning på arbejdspladser, institutioner og skoler for børn og unge samt øvrige uddannelsesinstitutioner. På tidspunktet, hvor dataindsamlingen blev gennemført, betød det således, at det ikke var lovligt at ryge indendørs på uddannelsesinstitutioner. Alle arbejdspladser er lovmæssigt forpligtede til at udarbejde en skriftlig rygepolitik, og det er ikke tilladt at ryge indendørs, medmindre arbejdspladsen er for én person, eller hvis der er indrettet et rygerum eller rygekabine, der med synlig skiltning informerer om, at luften i omgivelserne uden for disse kan være sundhedsskadelig.

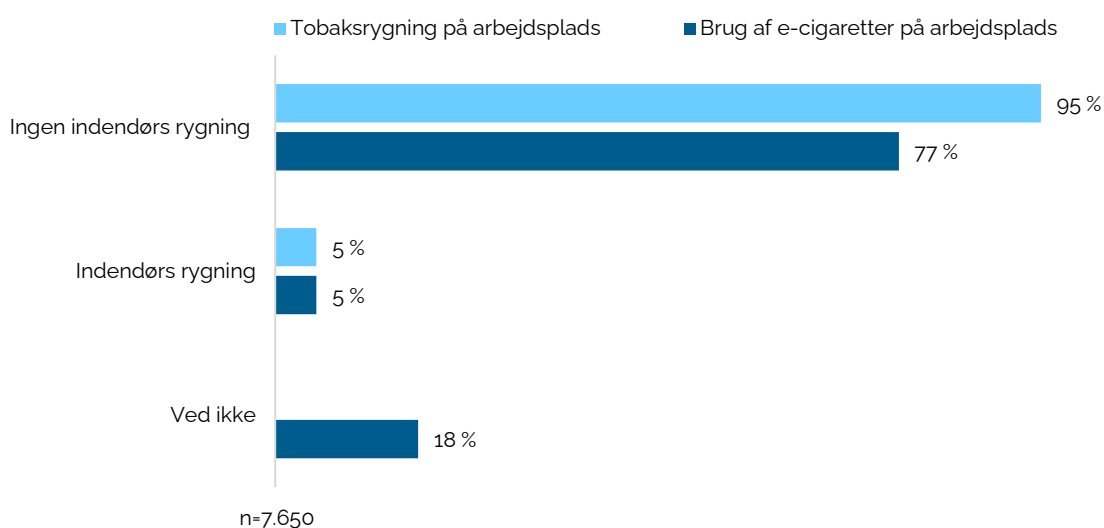
Ifølge "Lov om elektroniske cigaretter" er det ikke lovligt at anvende e-cigaretter i børneinstitutioner, på skoler, kostskoler, efterskoler, institutioner med udbud af 3-årige gymnasiale ungdomsuddannelser, opholdssteder og lignende, der har optaget børn og unge under 18 år.

Den 1. januar 2021 trådte der yderligere restriktioner i kraft som en del af den nationale handleplan mod børn og unges rygning, der udvidede lovens anvendelsesområde. Disse involverede blandt andet røgfri skoletid for elever på grundskoler, kostskoler, efterskoler og ungdomsuddannelser, og omfatter alle tobaksrelaterede produkter inklusive røgfrie nikotinprodukter og e-cigaretter. Mere information om "Lov om røgfri miljøer" kan findes på www.retsinformation.dk.

Dette afsnit afdækker, hvorvidt rygning finder sted indendørs på arbejdspladser.

Figur 11.4.1 viser indendørs rygning på arbejdspladsen opdelt på hhv. tobaksrygning og brug af e-cigaretter. Af figuren fremgår det, at 5 % af respondenterne oplever, at der ryges tobak indendørs på arbejdspladsen. Ligeledes oplever 5 %, at der bruges e-cigaretter indendørs. I alt angiver 95 %, at der ikke ryges tobak indendørs på arbejdspladsen, mens 77 % ikke oplever brug af e-cigaretter indendørs.

Figur 11.4.1 Indendørs rygning på arbejdspladsen, opdelt på tobaksrygning og brug af e-cigaretter, procent

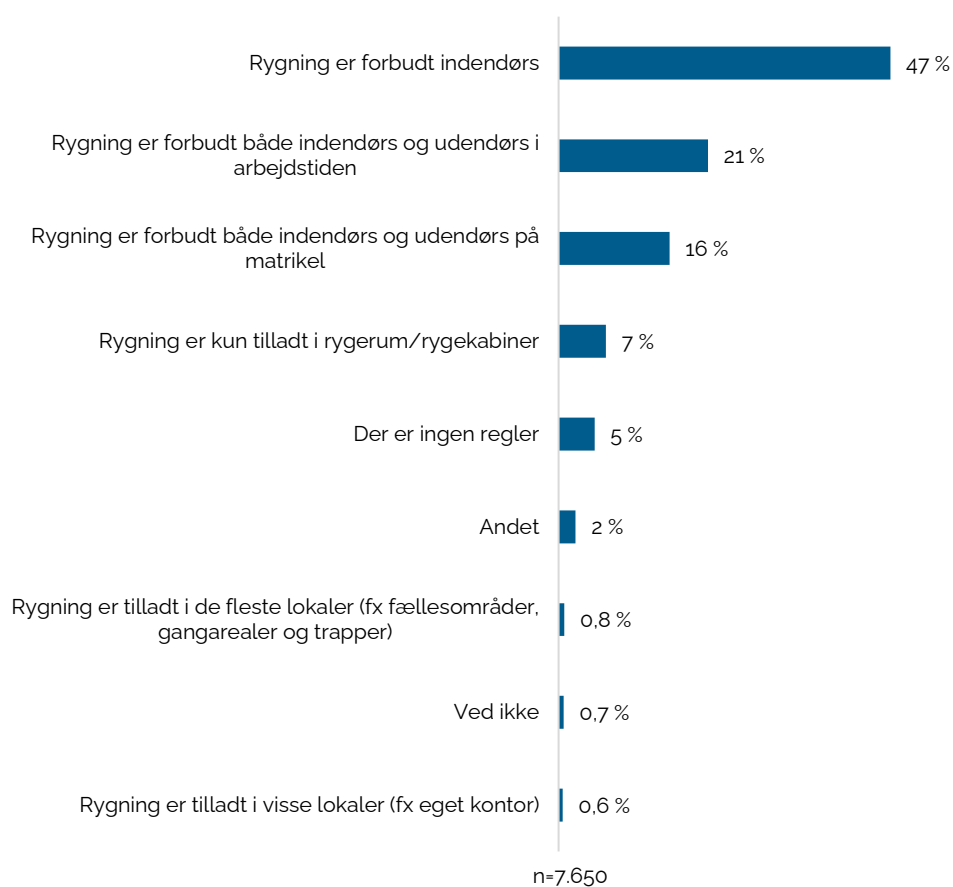


Note: Kategorien "Ved ikke" for gruppen "Tobaksrygning på arbejdspladsen" fremgår ikke af figuren på grund af for få besvarelser.

Udvikling: I perioden fra 2020 til 2022 er der ikke sket en ændring i andelen, der oplever tobaksrygning og brug af e-cigaretter indendørs på arbejdspladsen. Der er dog færre respondenter, der oplever, at der ikke bliver brugt e-cigaretter indendørs på arbejdspladsen i 2022 (77 %) sammenlignet med 2020 (81 %), mens lidt flere oplever, at der ikke bliver røget tobak indendørs (92 % i 2020 til 95 % i 2022).

I undersøgelsen er de respondenter, som har angivet at være i arbejde, blevet spurgt til, hvilke rygeregler der gælder på deres arbejdsplads. Figur 11.4.2 viser regler for røgfri miljøer på arbejdspladsen. Blandt respondenter i arbejde angiver omkring halvdelen, at rygning er forbudt indendørs (47 %). Derudover angiver 21 %, at deres arbejdsplads har røgfri arbejdstid, hvor rygning er forbudt både indendørs og udendørs i arbejdstiden, mens 16 % angiver, at rygning er forbudt på arbejdspladsens matrikel. Der er 7 %, der angiver, at rygning kun er tilladt i rygerum/rygekabiner, mens 5 % rapporterer, at arbejdspladsen ikke har regler for røgfri miljøer.

Figur 11.4.2. Røgfrie miljøer på arbejdspladsen, procent



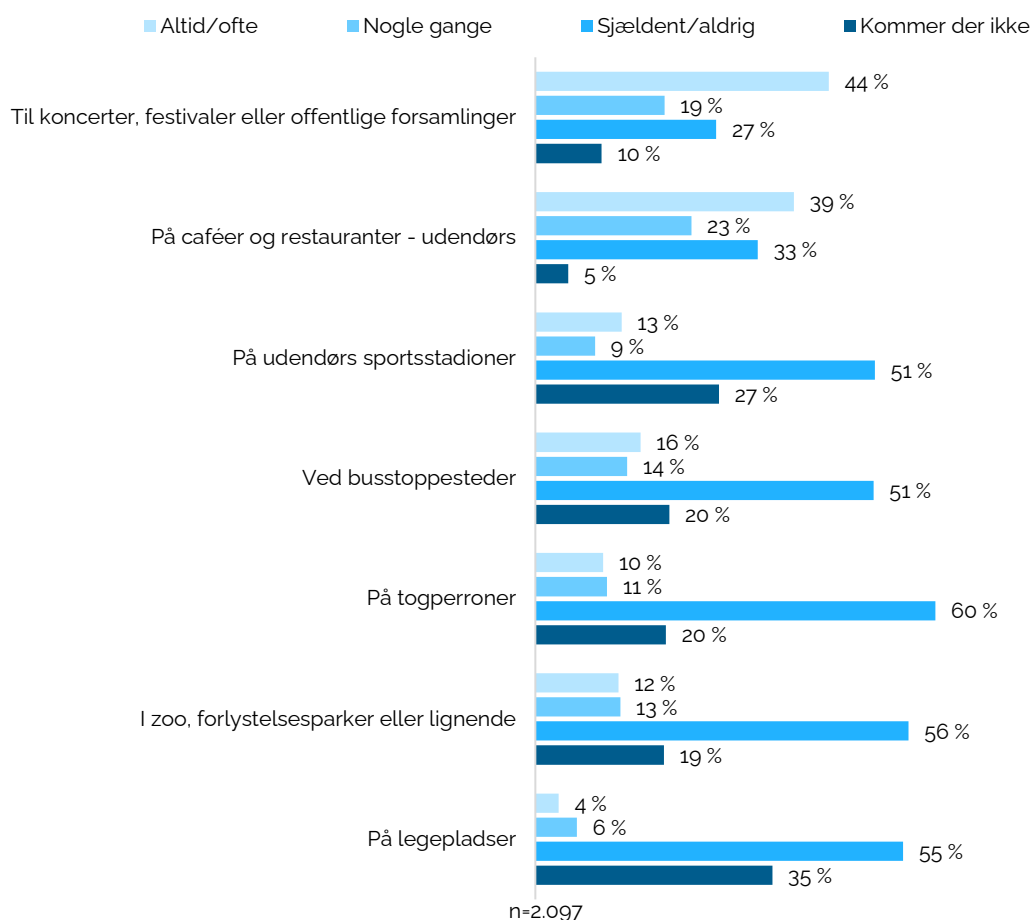
Udvikling: I perioden fra 2020 til 2022 er der sket en stigning fra 17 % til 21 % i andelen, der angiver, at deres arbejdsplads har røgfri arbejdstid, hvor rygning er forbudt både indendørs og udendørs i arbejdstiden. Endvidere er der færre respondenter i 2022, der angiver, at det er forbudt at ryge både indendørs og udendørs på arbejdspladsens matrikel sammenlignet med 2020 (19 % i 2020 til 16 % i 2022). Forekomsten af de øvrige regler for røgfri miljøer på arbejdspladsen er uændret i perioden.

12. Udendørs tobakseksponering

I dette kapitel præsenteres opgørelser over udendørs eksponering for tobak på forskellige steder i det offentlige rum.

Figur 12.1.1 viser udvalgte steder, hvor rygning foregår, blandt de respondenter, der ryger enten dagligt eller lejlighedsvist. Det fremgår, at rygning udendørs især foregår til koncerter, festivaler eller til offentlige forsamlinger, hvor 44 % af respondenterne, der enten ryger dagligt eller lejlighedsvist, angiver, at de altid eller ofte ryger. Derudover foregår rygning også hyppigt på caféer og restauranter (39 %). Endvidere angiver mellem 10 % og 16 % af respondenterne, der enten ryger dagligt eller lejlighedsvist, at de ofte eller altid ryger på udendørs sportsstadioner, ved busstoppesteder, togperroner og i zoo, forlystelsesparker eller lignende. Færrest angiver, at de altid/oftest ryger på legepladser (4 %).

Figur 12.1.1 Rygning udendørs blandt personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist), procent



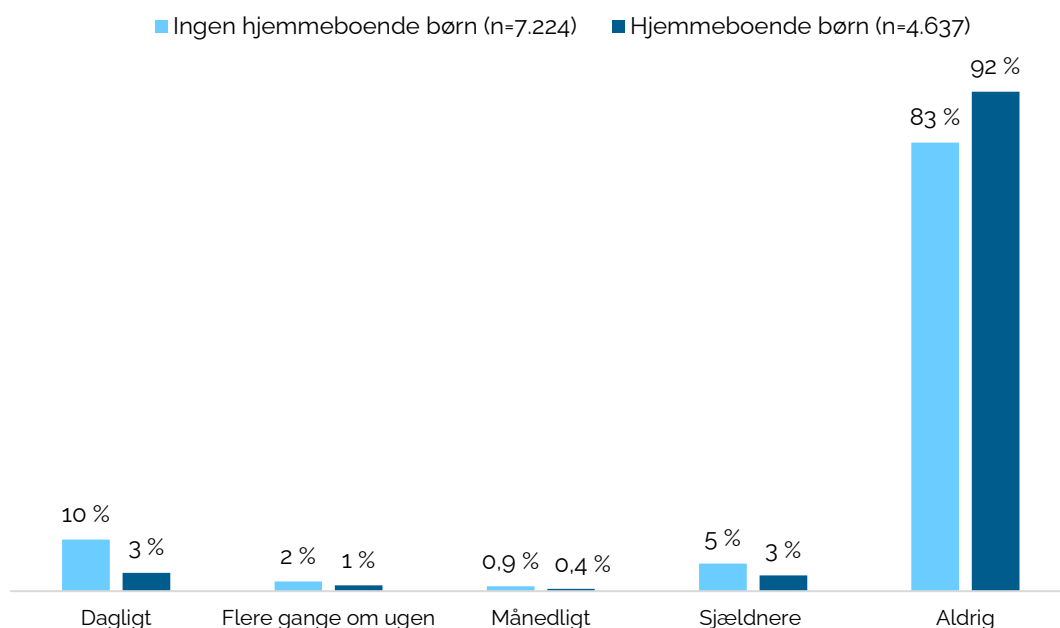
Udvikling: Der er sket en stigning i andelen af respondenter, der enten ryger dagligt eller lejlighedsvist, som angiver at ryge til koncerter, festivaler eller offentlige forsamlinger. I 2020 angav 41 %, at de altid eller ofte røg på disse steder, mens 44 % angav tilsvarende i 2022. Fra 2020 til 2022 er der også sket en lille stigning i andelen, der angiver, at de altid eller ofte ryger udendørs på sportsstadioner (11 % i 2020 til 13 % i 2022) og ved busstoppesteder (13 % i 2020 til 16 % i 2022). For de øvrige steder er andelen uændret i perioden.

13. Nikotineksponering og børn

Dette kapitel beskriver nikotineksponering blandt børn, herunder rygning af tobak og brug af e-cigaretter i hjem med børn samt rygning i biler med børn til stede.

Som det fremgår af figur 13.1.1, ryger flere personer uden hjemmeboende børn cigaretter dagligt i hjemmet sammenlignet med personer, der har hjemmeboende børn (10 % vs. 3 %). Tilsvarende er andelen, der angiver, at der aldrig ryges tobak i hjemmet, større blandt respondenter med hjemmeboende børn (92 %) sammenlignet med respondenter uden hjemmeboende børn (83 %).

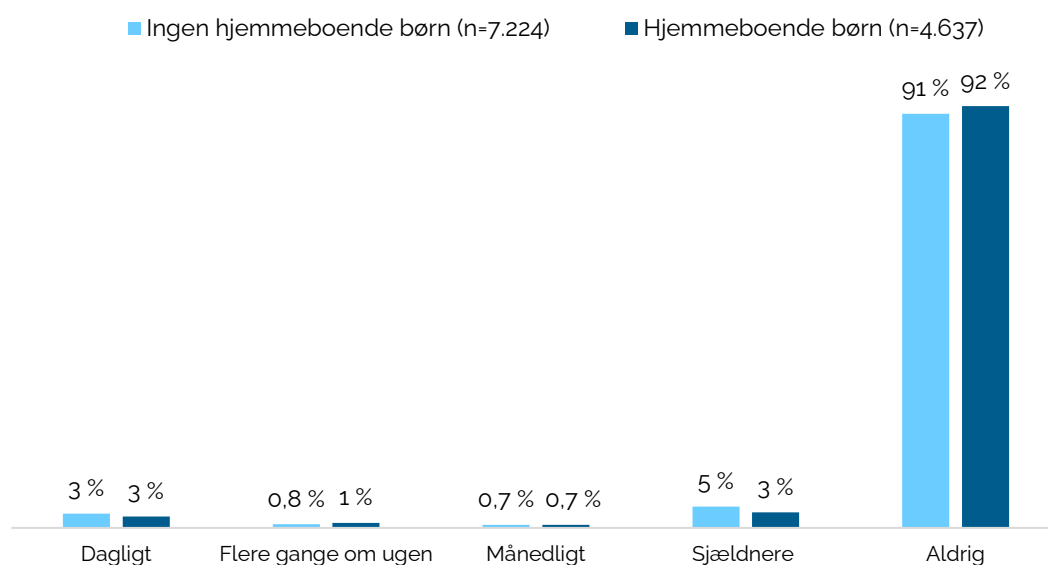
Figur 13.11 Brug af cigaretter indendørs i hjemmet, opdelt efter hjemmeboende børn, procent



Udvikling: Andelene for rygning i hjemmet med og uden hjemmeboende børn er uændret fra 2020 til 2022.

Figur 13.1.2 viser brug af e-cigaretter indendørs i hjemmet fordelt på, om der er hjemmeboende børn. Der er overordnet set ikke forskel i brugen af e-cigaretter i forhold til, hvorvidt der er hjemmeboende børn.

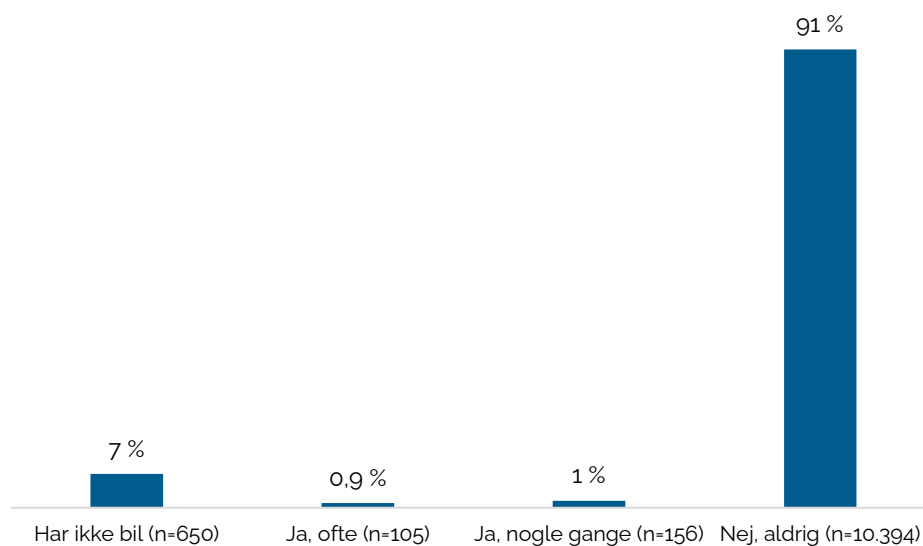
Figur 13.1.2. Brug af e-cigaretter indendørs i hjemmet, opdelt efter hjemmeboende børn, procent



Udvikling: Overordnet set svarer tallene for brug af e-cigaretter i hjem med og uden hjemmeboende børn i 2022 til tallene fra 2020. Der er dog sket et lille fald fra 94 % i 2020 til 92 % i 2022 blandt respondenter med hjemmeboende børn, der angiver, at der aldrig bruges e-cigaretter indendørs i hjemmet.

I undersøgelsen er der endvidere spurgt til, hvorvidt der bliver røget i bilen, mens der er børn til stede. 2 % af respondenterne angiver, at der ofte eller nogle gange bliver røget i bilen, mens der er børn til stede (figur 13.1.3). Langt størstedelen svarer, at dette aldrig forekommer (91 %).

Figur 13.13. Rygning i bilen, mens der er børn til stede, procent



Udvikling: Fra 2020 til 2022 er andelen, der angiver, at der ryges i bilen, mens der er børn til stede, uændret.

Referencer

1. World Health Organization: Regional Office for Europe. Tobacco [Available from: <https://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/tobacco/data-and-statistics>].
2. Eriksen L., Davidsen M., Jensen H. A. R., Ryd J. T., Strøbæk L., White E. D., et al. Sygdomsbyrden i Danmark - Risikofaktorer. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. København: Sundhedsstyrelsen; 2016.
3. Jensen HAR, Davidsen, M., Møller, S. R., Roman, J. E. I., Kragelund, K., Christensen, A. I., Ekholm, O. Danskernes Sundhed - Den Nationale Sundhedsprofil 2021. København: Sundhedsstyrelsen; 2022.
4. Jensen H. A. R., Davidsen M., Juel K. Social Inequality in Mortality in the Nordic Countries - The impact of smoking and alcohol. København: Nordic Medico Statistical Committee 2017.
5. U.S. Department of Health and Human Services. The Health Consequences of Smoking - 50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention (US), National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health; 2014.
6. Vestbo J, Pisinger C, Bast LS, Gyrd-Hansen D. Forebyggelse af rygning blandt børn og unge. Hvad virker? København: Vidensråd for Forebyggelse; 2018.
7. U.S. Department of Health and Human Services. Preventing Tobacco 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 (US), National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health; 2012.
8. Birge M, Duffy S, Miler JA, Hajek P. What Proportion of People Who Try One Cigarette Become Daily Smokers? A Meta-Analysis of Representative Surveys. Nicotine & tobacco research : official journal of the Society for Research on Nicotine and Tobacco. 2018;20(12):1427-33.
9. Pedersen M, Lund L, Bast LS. SRØG – En undersøgelse af tobak, adfærd og regler, udvalgte tendenser 2021, rapport 3. København: Statens Institut for Folkesundhed; 2022.
10. Lund L, Bast LS. Danskernes Rygevaner 2020. Delrapport 1: Nikotinafhængighed. København: Sundhedsstyrelsen; 2021.
11. Pedersen MT, Lund L, LS. B. Brug af røgfri nikotinprodukter blandt unge. SRØG – en undersøgelse af forbrug af snus, tyggetobak og nikotinposer. København: Statens Institut for Folkesundhed for Sundhedsstyrelsen; 2022.
12. Vestbo J, Andreassen JT, Bast LS, Lund L, Pisinger C. Børn og unges nikotinbrug – konsekvenser og forebyggelse. København: Vidensråd for Forebyggelse; 2022.
13. Banks E, Yazidjoglou A, Brown S, et al. Electronic cigarettes and health outcomes: systematic review of global evidence: Australian National University; 2022.
14. Pisinger C, Døssing M. A systematic review of health effects of electronic cigarettes. Preventive Medicine. 2014;69:248-60.
15. Baenziger ON, Ford L, Yazidjoglou A, Joshy G, Banks E. E-cigarette use and combustible tobacco cigarette smoking uptake among non-smokers, including relapse in former smokers: umbrella review, systematic review and meta-analysis. BMJ open. 2021;11(3):e045603.

Sundhed for alle ♥ + ●