



# Danskernes Rygevaner 2020



Delrapport 1: Nikotinafhængighed

**Danskernes Rygevaner 2020**  
Delrapport 1: Nikotinafhængighed

© Sundhedsstyrelsen, 2021.  
Publikationen kan frit refereres  
med tydelig kildeangivelse.

Sundhedsstyrelsen  
Islands Brygge 67  
2300 København S

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

**Elektronisk ISBN:** 978-87-7014-303-5

**Sprog:** Dansk

**Version:** 1.0

**Versionsdato:** 04.03.2021

**Format:** pdf

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

For Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet:  
Lisbeth Lund og Lotus Sofie Bast  
Udgivet af Sundhedsstyrelsen,  
Marts 2021

## Forord

Rygning koster hvert år mange menneskeliv og er årsag til næsten alle tilfælde af lungekræft og kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL). Det øger kraftigt risikoen for mange sygdomme, såsom kræftsygdomme og hjertekarsygdomme samt forværrer prognosen for en lang række sygdomme. Rygning og udsættelse for tobaksrøg har derfor store omkostninger for den enkelte og for pårørende i forhold til sygdom og død.

Samtidig er rygning en af årsagerne til den store ulighed i sundhed, vi fortsat har i Danmark. Den største andel personer, der ryger, ses fortsat blandt personer med kort uddannelse, hvilket blandt andet er en af årsagerne til at denne gruppe i højere grad rammes af alvorlige sygdomme som kræft og hjerte-kar-sygdomme, sammenlignet med personer med lang uddannelse. Vi ved samtidig, at borgere med kort uddannelse er i risiko for at få stillet diagnosen på et senere stadium, og ofte har en højere dødelighed, når sygdomme rammer, hvilket er med til at forstærke uligheden. For at fremme ligheden i sundhed er det derfor vigtigt, at reducere andelen af borgere, der ryger, ved at sikre varigt rygestop eller forebygge rygestart.

Monitorering af danskernes rygevaner er en vigtig del af arbejdet med at forebygge rygning. Sundhedsstyrelsen har i samarbejde med Lungeforeningen, Hjerteforeningen og Kræftens Bekæmpelse monitoreret danskernes rygevaner fra 1994 og til nu, 2020. I denne periode har stikprøverne og dataindsamlingsmetoden ændret sig af flere omgange. Det betyder, at vi kan følge udviklingen fra 1994 til 2020, men at direkte sammenligning mellem enkelte år med forskellig metode er vanskelig, uden at tage en lang række forbehold.

Metoden for dataindsamlingen 2019 og 2020 er identisk, og derfor kan tallene mellem disse år sammenlignes direkte. Det er positivt, at vi ser en faldende rygeprævalens, hvor det særligt er færre unge, der ryger. Med de nyligt vedtagne tiltag om standardiserede pakker, skærpelse af reklameforbud, forbud mod smagsstoffer i e-cigaretter mv., bliver det interessant at følge udviklingen og undersøge, om afhængigheden flytter fra et produkt som cigaretter til andre produkter, f.eks. røgfri tobak, som vi ser tendens til blandt unge.

Det er en udvikling, Sundhedsstyrelsen vil følge løbende både i Danskernes Rygevaner, Den nationale sundhedsprofil, og i andre undersøgelser som f.eks. §Røg, der gennemføres af Statens Institut for Folkesundhed.



Niels Sandø  
Enhedschef, Forebyggelse og Ulighed, Sundhedsstyrelsen

# Indhold

<b>Sammendrag</b> .....	<b>5</b>
<b>English summary</b> .....	<b>7</b>
<b>1. Læsevejledning</b> .....	<b>9</b>
<b>2. Baggrund</b> .....	<b>11</b>
<b>3. Materiale og metode</b> .....	<b>12</b>
3.1. Dataindsamling .....	12
3.2. Deltagelse .....	13
3.3. Spørgeskemaet .....	14
3.4. Vægtning .....	14
3.5. Udvikling over tid .....	15
3.6. Sociodemografiske karakteristika .....	15
<b>4. Tobaksrygning</b> .....	<b>17</b>
4.1. Forekomsten af tobaksrygning .....	17
4.2. Storrygere .....	21
4.3. Cigarettyper .....	22
4.4. Opvarmet tobak .....	26
<b>5. Aldersdebut for tobaksrygning</b> .....	<b>31</b>
<b>6. Anvendelse af e-cigaretter</b> .....	<b>33</b>
6.1. Brug af e-cigaretter .....	33
6.2. Smag i e-cigaretter .....	37
6.3. Årsag for anvendelse af e-cigaretter .....	39
6.4. Oplevet risiko for at blive syg ved anvendelse af e-cigaretter .....	41
6.5. Dobbeltbrug: E-cigaretter og tobak .....	42
6.6. Ønske om at stoppe med at bruge e-cigaretter .....	44
<b>7. Røgfri tobak og nikotinposer</b> .....	<b>45</b>
7.1. Brug af røgfri tobak .....	45
7.2. Brug af røgfri tobak med særlige kendetegn .....	47
7.3. Brug af nikotinposer .....	48
<b>8. Oplevelse af nikotinafhængighed</b> .....	<b>50</b>
<b>9. Tobaksrygning indendørs</b> .....	<b>56</b>
9.1. Rygning i hjemmet .....	56
9.2. Tobaksrøg fra naboer .....	58
9.3. Indendørs brug af opvarmet tobak og e-cigaretter .....	60
9.4. Indendørs rygning på arbejdsplads .....	61
<b>10. Udendørs tobakseksposering</b> .....	<b>63</b>
<b>11. Nikotineksposering og børn</b> .....	<b>65</b>
<b>Referenceliste</b> .....	<b>68</b>

## Sammendrag

I denne rapport præsenteres den aktuelle status på danskernes rygevaner i 2020. Resultaterne er baseret på en spørgeskemaundersøgelse blandt 13.785 personer i alderen 15-79 år. Undersøgelsen er udført i samarbejde mellem Sundhedsstyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen og Lungeforeningen.

Danskernes Rygevaner har til formål at beskrive status og udvikling i den danske befolknings rygeadfærd. Det gælder eksempelvis brug af traditionel tobak, e-cigaretter, opvarmet tobak og andre nikotinpræparater, samt tobaksrygning i hjemmet og på arbejdspladser.

I nærværende rapport vises og analyseres, for udvalgte indikatorer, andelen og fordelingen i forhold til køn, alder, og højeste fuldførte uddannelse, når dette er muligt. Endvidere beskrives udviklingen i perioden 2019 til 2020.

Danskernes Rygevaner 2020 viser, at 22 % af respondenterne bruger mindst et nikotinprodukt, og 18 % ryger tobak dagligt eller lejlighedsvist. Det fordeler sig på 13 %, som ryger dagligt, og der 6 % ryger lejlighedsvist<sup>1</sup>. Desuden er der 30 %, der tidligere har røget. Andelen af personer, der ryger dagligt, er større blandt mænd (15 %) end kvinder (11 %), og en større andel blandt personer med grundskole (21 %), som højest fuldførte uddannelse, ryger dagligt, sammenlignet med personer, der har en gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse (15 %) og en videregående uddannelse (7 %). De fleste af dem, der begynder at ryge, ryger regelmæssigt før 18-årsalderen (70 %).

Rapporten viser, at der overordnet er sket et lille fald i andelen af personer, der ryger (dagligt eller lejlighedsvist) i perioden 2019 (20 %) til 2020 (18 %). Sammenlignet med 2019, er forekomsten af rygning (dagligt/lejlighedsvist) faldet blandt begge køn, og for alle aldersgrupper undtaget de 60+ årige. Også andelen af daglig rygning blandt personer med en grundskole eller gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse, som højest udførte uddannelse er faldet.

Personer, der angiver, at de ryger cigaretter med særlige kendetegn fx light eller dobbeltfilter, oplyser, at de oftest bruger cigaretter af typen "light"<sup>2</sup> (33 %). Forbuddet mod mentol som kendetegnende aroma i cigaretter og rulletobak trådte i kraft d. 20. maj 2020. Andelen af brugere af denne type cigaretter er faldet fra 20 % i 2019 til 13 % i 2020.

<sup>1</sup> Grundet afrundinger giver de 13 % og 6 % samlet set 18 %.

<sup>2</sup> Det er ikke tilladt at sælge cigaretter med betegnelsen "Light" eller tilsvarende betegnelser, da det kan give et fejlagtigt indtryk af sygdomsrisikoen ved at ryge cigaretter. Det er dog fortsat en betegnelse, der anvendes blandt personer, der ryger specifikke cigaretter, som måske tidligere har været light cigaretter eller pga. pakkens udseende giver indtryk heraf, har det i spørgsmålet om, hvilken type cigaret, man anvender, været muligt at vælge "light".

I alt angiver 3 % af respondenterne, at de bruger e-cigaretter; 2 % dagligt og 1 % lejlighedsvist. Andelen af personer, der tidligere er brugere af e-cigaretter er 3 %. Ønske om at ryge mindre tobak og fordi man tror det er mindre skadeligt, er de hyppigste angivne årsager til at bruge e-cigaretter. Andelen af respondenterne, som anvender røgfri tobak er 3 %, mens henholdsvis 1 % bruger nikotinposer og 1 % bruger opvarmet tobak. I perioden 2019 til 2020 er den samlede andel, der bruger e-cigaretter, røgfri tobak, opvarmet tobak og nikotinposer, uændret.

Blandt respondenter, der enten ryger tobak, anvender e-cigaretter og/eller røgfri tobak angiver 31 %, at de oplever at være meget nikotinafhængige og 36 % oplever at de er lidt nikotinafhængige. Personer, der dagligt ryger tobak, oplever i højere grad at være meget nikotinafhængig sammenlignet med andre brugergrupper. Personer, der bruger røgfri tobak eller opvarmet tobak oplever i mindre grad at være nikotinafhængig. I perioden 2019 til 2020 er der overordnet set ikke sket ændringer i opfattelsen af nikotinafhængighed. Opdelt på brugergrupper er der dog sket ændringer, om end dette mønster ikke er klart. Eksempelvis ses det blandt personer, der dagligt ryger tobak, at der er sket et lille fald i andelen, der føler sig lidt nikotinafhængig mens der blandt e-cigaretbrugere er sket en stigning i andelen, der føler sig lidt nikotinafhængig.

I alt angiver 6 %, at der ryges tobak på arbejdspladsen og 6 %, at der bruges e-cigaretter. Lige knap 50 % rapporterer, at rygning er forbudt indendørs (46 %) og 19 % angiver, at der er røgfri arbejdstid på deres arbejdsplads. I perioden 2019 til 2020 er der ikke sket ændringer i indendørs rygning på arbejdet, hvad angår tobak og e-cigaretter, men der er sket en stigning i andelen af personer, der angiver, at rygning er forbudt både indendørs og udendørs i arbejdstiden (dvs. røgfri arbejdstid).

Andelen af respondenter, der angiver, at der ryges indendørs i hjemmet, er 15 %. Flere mænd end kvinder rapporterer om indendørs rygning, flere ældre end yngre og flere med grundskolen, som højest fuldførte uddannelse samt flere, uden hjemmeboende børn. I perioden 2019 til 2020 er der totalt set ikke sket de store ændringer, dog ses der et lille fald blandt gruppen af personer med grundskolen, som højeste fuldførte uddannelse samt aldersgruppen 30-59 år.

## English summary

This report outlines the status of the Danish smoking habits in 2020. The results are based on a survey with self-report questionnaires answered by 13.785 Danish citizens at the age of 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).

This report shows that 21 % use at least one nicotine product and 18 % smoke tobacco daily or occasionally. Overall, 13 % of the respondents smoke tobacco daily, 6 % smoke tobacco occasionally and 30 % have previously smoked tobacco. The prevalence of daily tobacco smoking is higher among men (15 %) than women (11 %) and more prevalent among those with primary school (21 %) as the highest completed level of education, compared with respondents who have completed high school/vocational education (15 %) and higher education (7 %). Most respondents (70 %), that smoke tobacco, began smoking regularly before the age of 18 years.

Overall, the proportion of respondents who smoke cigarettes daily and occasionally has slightly decreased in the period 2019 (20 %) to 2020 (18 %). There appears to have been a decline in smoking (daily/occasional) among both sexes and in the age groups 15-29 years and 30-59 years. The proportion of daily smoking among persons with a primary or secondary/vocational education, as the highest completed education, has also declined.

Respondents who smoke cigarettes with special characteristics most often use light cigarettes (33 %). With the ban that came into force the 20 May 2020 that outlaws menthol as characteristic aroma in cigarettes and other tobaccos, the proportion of users of this type of cigarette have declined in the period 2019 to 2020 (20 % to 13 %).

In total, 3 % use e-cigarettes; 2 % daily and 1 % occasionally. Further, 3 % have previously used e-cigarettes. The most reported reasons for using e-cigarettes include "wish to stop or reduce the amount of smoking tobacco" and because they believe it's less harmful than tobacco. Additionally, 3 % of the respondents used smokeless tobacco, 1 % used nicotine pouches, and 1 % used heated tobacco products. In the period 2019 to 2020, the use of e-cigarettes, smokeless tobacco, nicotine pouches and heated tobacco is unchanged. In total, 31% of the respondents that either smoke tobacco, use e-cigarettes, and/or smokeless tobacco state that they experience being highly nicotine-dependent, and 36 % experience that they are slightly nicotine-dependent. Respondents who smoke tobacco daily experience more nicotine dependence than other user groups, where respondents who use smokeless tobacco and heated tobacco experience less nicotine dependence. In total, no changes in the perception of nicotine dependence were observed in the period 2019 to 2020. However, divided into groups of users, there have been changes, although this pattern is not clear. E.g. among daily tobacco smokers,

there has been a decrease in the proportion who experience being a little nicotine dependent, while among e-cigarettes users there has been an increase.

Among all respondents, 6 % report that tobacco smoking occurs indoors at the workplace, and 6 % report that e-cigarettes occur. About half of the respondents report that smoking is prohibited indoors (46 %) and 19 % state that there are smoke-free working hours at their workplace. In the period 2019 to 2020, there have been no changes in indoor smoking at work, although there has been an increase in respondents stating smoke-free working hours at their workplace.

In total, 15 % report indoor tobacco smoking in their home. This occurs more among men than women, among older than younger, and among respondents with primary school as the highest completed education as well as less with children living at home. In the period 2019 to 2020, there have been no major changes, however, there is a small decrease among respondents with primary school, as the highest completed education and among the age group 30-59 years.



# 1. Læsevejledning

Resultaterne af undersøgelsen "Danskernes Rygevaner 2020" er opdelt i to delrapporter. Denne delrapport omhandler nikotinafhængighed, dvs. andelen, der bruger nikotin- og tobaksprodukter samt rygning indendørs og i hjem med børn. Delrapport 2 afdækker rygestopønske og rygestopadfærd

Denne rapport bør anses som et opslagsværk. Resultaterne vil blive præsenteret samlet og opdelt på køn, alder og uddannelse. Dette er valgt for at kunne vise sociodemografiske forskelle på de forskellige parametre i rapporten. Resultaterne præsenteres primært i figurer og enkelte steder som tabeller eller alene i tekstform.

Resultaterne i figurer og tabeller præsenteres i procent (%), suppleret med antal respondenter (n). I hver figur og tabel angiver 'n' det samlede antal respondenter, som har besvaret det pågældende spørgsmål i den aktuelle gruppe. Antallet af respondenter, som har besvaret et givent spørgsmål, vil variere; 1) nogle respondenter er ikke blevet stillet spørgsmålet grundet svar på et tidligere spørgsmål, også kaldet filtrering (for eksempel stilles spørgsmålet om, hvor mange cigaretter respondenterne ryger dagligt, kun til personer, der angiver, at de ryger dagligt, og 2) for enkelte spørgsmål har respondenterne haft mulighed for at angive mere end ét svar. Sidstnævnte vil være fremhævet eksplicit i de relevante figurer og tabeller.

Procenter, der fremgår af tekst, tabeller og figurer er de vægtede resultater af undersøgelsen mens det uvægtede antal (n), der har besvaret de enkelte spørgsmål angives, frem for det opregnede vægtede antal.

Der afrapporteres ikke spørgsmål for grupper, hvor antallet af respondenter er lavere end 20 (fx brug af e-cigaretter med frugtsmag blandt 60+-årige) da et lille antal besvarelser (her <20) øger risikoen for statistisk usikkerhed. Dette er kommenteret, hvor det er tilfældet. Kategorien "ved ikke" er kun afrapporteret, hvor det vurderes at være særligt relevant.

Danskernes Rygevaner bygger på data indsamlet i år 2020 og er en såkaldt tværsnitsundersøgelse, som giver et øjebliksbillede af danskernes rygevaner. Derfor kan nærværende rapport ikke redegøre for kausale årsagssammenhænge, men blot beskrive mønstre for rygevaner i forskellige grupper. For eksempel er andelen af personer, som ryger dagligt størst blandt personer med grundskole som højst fuldførte uddannelse. Vi kan dog ikke herudfra konkludere, at lav uddannelse påvirker daglig rygning, men derimod at lav uddannelse og daglig rygning optræder hyppigere samtidigt end daglig rygning og andre uddannelsesgrupper. Der kan være andre faktorer, som påvirker denne sammenhæng. Læseren skal tilmed være opmærksom på, at der i denne rapport ikke er testet for

statistisk signifikante forskelle mellem grupperne fx køn, alder og uddannelse. De beskrevne forskelle i rygevaner mellem sociodemografiske grupper skal derfor ikke fortolkes som signifikante, men blot beskrivende.

I nærværende rapport er der foretaget sammenligninger i perioden 2019 til 2020. Som hovedregel beskrives forskellene som et *lille* fald eller en *lille* stigning, hvis forskellen mellem 2019 og 2020 er på 2 %-point, mens et fald eller en stigning beskrives ved over 2 %-point. Dvs., at en forskel på 1 %-point ikke afrapporteres som en ændring. Der er ikke testet for statistiske signifikante forskelle mellem 2019 og 2020.

Danskernes Rygevaner 2019 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 d. 24. september til 31. december 2019. Stikprøven var på 25.702 personer i alt og med en svarprocent på 47,7 pct., har 11.945 personer gennemført spørgeskemaundersøgelsen. Yderligere informationer om stikprøvedesignet ses af "Metodedokument om Danskernes Rygevaner 2019" udarbejdet af Danmarks Statistik og ligger på Sundhedsstyrelsens hjemmeside [www.sst.dk](http://www.sst.dk).

Da der i forbindelse med undersøgelsen af Danskernes Rygevaner i 2019 skete en ændring i den anvendte metode i forhold til tidligere år, kan tal fra 2020 ikke sammenlignes direkte med de tidligere undersøgelser før 2019.

Rapporten består af 11 kapitler. De første **tre kapitler** er en introduktion til rapporten og indeholder en læsevejledning, beskrivelse af baggrund, datamateriale og metode. I **kapitel 4** præsenteres opgørelser over tobaksrygning og opvarmet tobak, herunder fordelingen af respondenterne i forskellige rygegrupper og på sociodemografiske karakteristika. I **kapitel 5** præsenteres aldersdebut for tobaksrygning. **Kapitel 6** beskriver forekomsten og forhold af betydning for anvendelse af e-cigaretter. Forekomsten af røgfri tobak og nikotinposer beskrives i **kapitel 7**. I **kapitel 8** beskrives oplevelse af nikotinafhængighed. Forekomsten af indendørs rygning på arbejdspladsen, og i hjemmet beskrives i **kapitel 9**. I **kapitel 10** beskrives udendørs tobakseksposering. Afslutningsvis beskrives børns tobakseksposering i **kapitel 11**.

## 2. Baggrund

De skadelige konsekvenser af rygning er store og omfanget er vidtrækkende. De inkluderer både samfundsmæssige og personlige omkostninger, blandt andet grundet udviklingen af tobaksrelaterede sygdomme, herunder lungekræft, kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL) og hjertesygdom (1-3). Tidligere beregninger har estimeret, at 85-90 % tilfælde af KOL, 80-90 % tilfælde af lungekræft og 17 % tilfælde af iskæmisk hjertesygdom kan tilskrives rygning (2, 3). Rygning kan desuden medføre, at eksisterende sygdomme forværres, kan komplicere behandlinger, fx operationer. Risikoen for rygerelateret sygdom og død stiger med rygemængde (antal cigaretter) og varighed (antal år). Således lever personer, som ryger op til 14 cigaretter om dagen, i gennemsnit seks år kortere end personer, som aldrig har røget, og storrygere<sup>3</sup>, defineret som personer, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen, lever i gennemsnit 10-11 år kortere end personer, som aldrig har røget (1). Tidlig rygedebut har stor betydning for rygeadfærden i voksenlivet (4). Studier viser, at jo tidligere man påbegynder rygning, jo større er risikoen for tobaksafhængighed samt for at udvikle rygerelaterede symptomer og sygdomme som hjertekar-sygdomme, respiratoriske lidelser og kræft (5, 6).

I Danmark er der 13.600 flere dødsfald om året blandt personer, der ryger, og personer, som tidligere har røget, sammenlignet med personer, der aldrig har røget (1). Dette svarer til, at cirka hver fjerde dødsfald i Danmark skyldes rygning. Tobaksrygning har dermed afgørende betydning for dødelighed og levetid uden sygdom i Danmark.

De senere år har der været øget fokus på anvendelsen af e-cigaretter og røgfri tobak. Anvendelsen af disse produkter begrundes oftest med, at man ønsker at reducere eller stoppe tobaksforbruget helt. Unge er imidlertid mindre tilbøjelige til at begrunde anvendelsen af e-cigaretter med, at de ønsker at reducere eller stoppe tobaksrygning (7). De unge afprøver e-cigaretter grundet nysgerrighed (8) og fortsætter anvendelsen af disse grundet smagsnuancerne (9). E-cigaretter og røgfri tobak indeholder dog skadelige stoffer, såsom nikotin, propylenglykol, glycerin og aromastoffer (10-12) og der er stigende evidens for helbredsskade ved brug af e-cigaretter og røgfri tobak (10, 12-14). Der er imidlertid fortsat usikkerhed om de specifikke helbredskonsekvenser, særligt langvarige konsekvenser, da e-cigaretter kun har været på markedet siden 2004 (i Danmark siden 2007) (10). Der er ikke tilstrækkelig evidens for, at e-cigaretter eller røgfri tobak er effektive rygestopmidler, og for eksempel fortsætter mange e-cigaretbrugere med at ryge tobak (10). Sundhedsstyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Lungeforeningen og Hjerteforeningen fraråder brugen af e-cigaretter.

<sup>3</sup> Sundhedsstyrelsen bruger sjældent begrebet "ryger", og anvender som regel derimod formuleringen "personer, der ryger".. Dette er ud fra en betragtning om, at rygning ikke er noget, man er, men derimod noget, man gør. Af formidlingsmæssige hensyn er det dog valgt i denne rapport at anvende begrebet "storryger".

Danskernes Rygevaner 2020, beskriver den aktuelle status på danskernes rygevaner i året 2020 og afdækker temaerne tobaksrygning, rygning indendørs, brug af e-cigaretter samt røgfri tobak og nikotinafhængighed. Disse temaer beskrives i forhold til køn, alder og uddannelse. Rapporten er udarbejdet af Statens Institut for Folkesundhed ved Syddansk Universitet på vegne af Sundhedsstyrelsen.

## 3. Materiale og metode

Datagrundlaget for denne rapport er spørgeskemaundersøgelsen ”Danskernes Rygevaner 2020”, som er gennemført blandt et repræsentativt udsnit af den danske befolkning på 15 år og op til 79 år. Undersøgelsen er finansieret af Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen, Lungeforeningen og Sundhedsstyrelsen. Som i 2019 er dataindsamlingen i 2020 gennemført af DST Survey, Danmarks Statistik, i perioden fra d. 30. september til og med d. 30. december.

### 3.1. Dataindsamling

Undersøgelsen blev gennemført af DST Survey Danmarks Statistik. Målpopulationen i alderen 15-79 år indeholder i alt 4.606.764 personer. I forbindelse med dataindsamlingen til undersøgelsen ”Danskernes Rygevaner 2020” har DST Survey trukket en repræsentativ stikprøve af befolkningen mellem 15-79 år (i alt 25.027 personer). Deltagerne til spørgeskemaundersøgelsen blev udvalgt statistisk tilfældigt ved brug af CPR-registret på baggrund af køn, alder, højst fuldførte uddannelse samt bopælsregion, så den bedst muligt repræsenterede den voksne danske befolkning. Stikprøven opfylder de internationale krav til universel repræsentativitet, dvs. at stikprøven ligger tæt på virkeligheden for alle forhold, ikke blot køn, alder og region men også andre forhold såsom indkomst, etnisk baggrund mm.

Invitation til deltagelse blev sendt via digital post til e-Boks. I invitationen var undersøgelsens baggrund og formål beskrevet, samt information om databrug og datasikkerhed. Der var ligeledes link og adgangskode til det webbaserede spørgeskema. DST Survey sendte tre digitale påmindelser via e-Boks i perioden 8. oktober til 21. oktober. De personer, der på det tidspunkt ikke havde besvaret spørgeskemaet, og som ikke havde et registreret telefonnummer (hemmeligt nummer) fik derudover tilsendt en sidste påmindelse via e-Boks. De personer, der ikke havde besvaret spørgeskemaet og som havde et registreret telefonnummer, blev fra d. 23. november til 30. december kontaktet via telefon af en telefoninterviewer fra DST Survey, hvor de fik mulighed for at gennemføre undersøgelsen via telefon. Respondenterne blev i den forbindelse informeret om mulighed for at

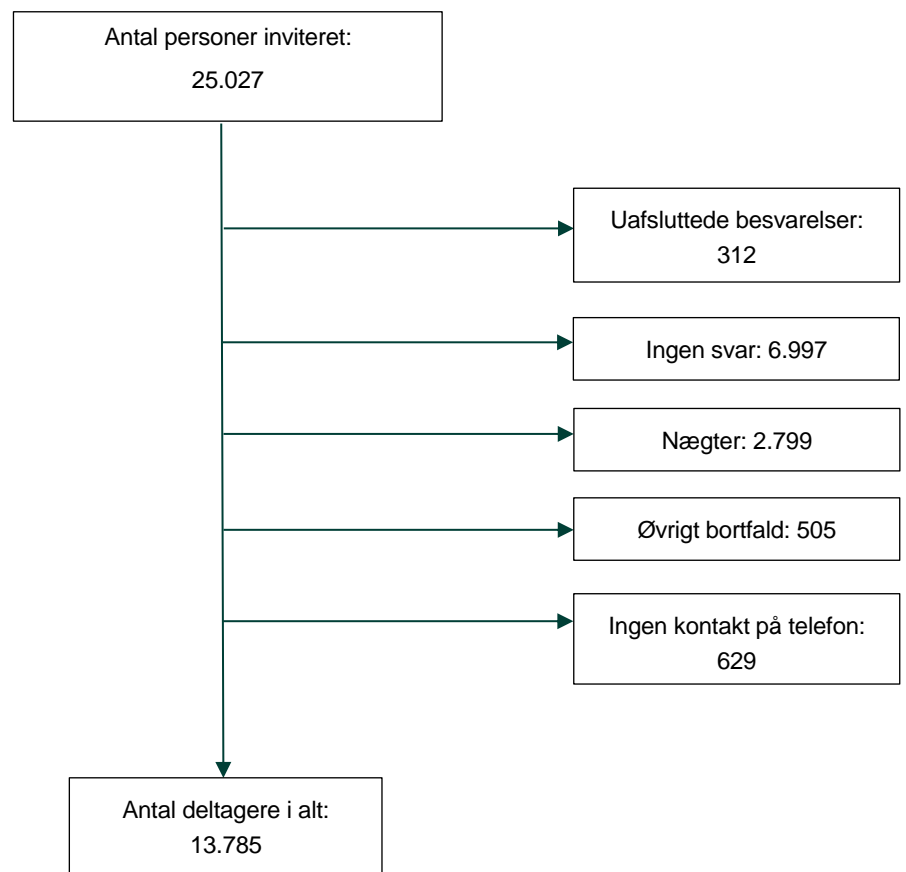
vinde en præmie, ved deltagelse i undersøgelsen. I alt besvarede 11.534 personer spørgeskemaet online, og 2.261 personer besvarede spørgeskemaet via telefoninterview (figur 3.2.1).

### 3.2. Deltagelse

I alt har 13.785 personer ud af de 25.027 personer i bruttostikprøven besvaret spørgeskemaet. Dette betyder, at svarprocenten er 55 % (figur 3.2.1).

Yderligere informationer om stikprøvedesign ses af "Metodedokument om Danskernes Rygevaner 2020" udarbejdet af DST Survey og ligger på Sundhedsstyrelsens hjemmeside [www.sst.dk](http://www.sst.dk).

**Figur 3.2.1: Flowdiagram af respondenter i Danskernes Rygevaner 2020.**



### 3.3. Spørgeskemaet

Danskernes Rygevaner gennemføres årligt, sådan at, rygevaner i befolkningen kan sammenlignes over tid. Der blev ved dette års undersøgelse (2020) taget udgangspunkt i spørgeskemaet fra Danskernes Rygevaner i 2019, således er spørgeskemaerne for 2019 og 2020, ligesom dataindsamlingsmetoderne, stort set identiske.

Det endelige spørgeskema til Danskernes Rygevaner 2020 indeholder i alt 95 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. Opvarmet tobak (heated tobacco)
5. Nikotinpræparater
6. Snus og anden røgfri tobak
7. E-cigaretter
8. Børn og tobakseksposering
9. Tobak og omgivelser

Denne delrapport afrapporterer ikke resultaterne for rygestop og rygestopadfærd. De afrapporteres i en særskilt rapport, der udgives senere på året.

Respondenterne havde i første del af undersøgelsen mulighed for at gennemføre den internetbaserede spørgeskemaundersøgelse via deres smartphone, tablet eller computer. I dataindsamlingens del 2 foregik det ved telefoniske interviews, dog var der stadig mulighed for at tilgå spørgeskemaet elektronisk.

### 3.4. Vægtning

I undersøgelser som denne er det af stor betydning for resultaterne, at svarpersonerne ligner den øvrige danske voksne befolkning så meget som muligt med hensyn til køn, alder, uddannelse og andre sociodemografiske karakteristika, hvis man skal kunne generalisere fundene til den øvrige befolkning. For at tage højde for, at der er 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 besvarelsen fra den enkelte person er givet en vægt i forhold til, hvor stor en andel af befolkningen en person med fx samme køn, alder og uddannelse, samt en række andre socioøkonomiske faktorer, udgør af befolkningen. Dette udarbejdes ud fra socioøkonomiske karakteristika for alle personer, som var inviteret til at deltage i undersøgelse. Danmarks Statistik har udarbejdet vægtene, og det

fremgår af metodenotatet fra DST Survey, hvilke socioøkonomiske faktorer, der er anvendt i vægtningen til et opregnet resultat svarende til befolkningen på 4.605.754 personer.

Procenter, der fremgår af tekst, tabeller og figurer i rapporten er de vægtede resultater af undersøgelsen, mens det er det uvægtede antal (n), der har besvaret de enkelte spørgsmål angives, frem for det opregnede vægtede antal.

### 3.5. Udvikling over tid

Denne rapport afdækker og beskriver udviklingen i danskernes rygevaner fra år 2019 til år 2020. Der er ikke testet for statistiske signifikante forskelle mellem årene. Udviklingen er dermed deskriptiv, og forskellene beskrives som et *lille* fald eller en *lille* stigning, hvis forskellen mellem 2019 og 2020 er på 2 %-point, mens et fald eller en stigning beskrives ved over 2 %-point. Dvs., at en forskel på 1 %-point ikke afrapporteres som en ændring. Resultaterne for 2019 er ikke gengivet i tabeller og figurer. Der henvises i stedet til Danskernes Rygevaner 2019 delrapporter 1-4, som kan findes på Sundhedsstyrelsens hjemmeside [www.sst.dk](http://www.sst.dk).

Da der i forbindelse med undersøgelsen af danskernes rygevaner i 2019 skete en ændring i den anvendte metode i forhold til tidligere år, kan tal fra 2020 ikke sammenlignes direkte med de tidligere undersøgelser før 2019.

### 3.6. Sociodemografiske karakteristika

For at karakterisere studiepopulationens sammensætning og for at undersøge sociodemografiske forskelle i rygevaner og relaterede parametre blev der spurgt ind til en række sociodemografiske karakteristika i undersøgelsen. Denne rapport inkluderer køn, alder og højest fuldførte uddannelse. I det følgende beskrives inddelingen af de tre sociodemografiske variable, som de er anvendt i rapporten.

Køn opdeles på mænd og kvinder. Information om eventuelle andre køn er ikke tilgængeligt. Alder inddeles i tre grupper: 15-29 år, 30-59 år samt 60 år og derover. Denne inddeling er valgt, af hensyn til fordelingen af antal personer i hver gruppe. Desuden er der valgt samme inddeling i undersøgelser af danskernes rygevaner gennemført i andre år. Højest fuldførte uddannelse (herefter refereret til som uddannelse) er ligeledes kategoriseret sådan, at variabelen kan sammenlignes med øvrige år og udgøres af grupperne: under uddannelse, grundskole, gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse og videregående uddannelse.

Vi har valgt ikke at illustrere respondenter under uddannelse på tidspunktet for dataindsamlingen i figurer, hvor data fordeles på uddannelse, idet personer under uddannelser

udgør en forholdsvis heterogen gruppe, som endnu ikke har nået deres endelige uddannelse, og hvor nogle respondenter er i gang med en lang videregående uddannelse, mens andre for eksempel er i gang med en gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse. Således indeholder figurer med uddannelse færre respondenter end de resterende figurer i det tilsvarende kapitel.

I tabel 3.6.1 ses de sociodemografiske karakteristika for studiepopulationen. Det fremgår, at der uvægtet er lidt færre mænd end kvinder blandt respondenterne. Vægtet data korrigerer således, at der er lige mange mænd og kvinder. Den største andel, hvad angår alder, er mellem 30-59 år, og den største andel, hvad angår uddannelse, er blandt gruppen af personer med en gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse, som højest fuldførte uddannelse. Dette ses både for vægtede og uvægtede data.

**Tabel 3.6.1. Sociodemografiske karakteristika for studiepopulationen.**

	Uvægtet % (n)	Vægtet %
<b>Køn</b>		
Mand	47,2 (6.504)	49,7
Kvinde	52,8 (7.281)	50,3
<b>Alder</b>		
15-29 år	25,1 (3.454)	24,1
30-59 år	47,4 (6.529)	48,7
60+ år	27,6 (3.802)	27,2
<b>Uddannelse</b>		
Under uddannelse	15,2 (2.091)	14,2
Grundskole	17,6 (2.429)	20,4
Gymnasial/erhvervsfaglig	38,3 (5.280)	34,4
Videregående	28,9 (3.985)	31,0



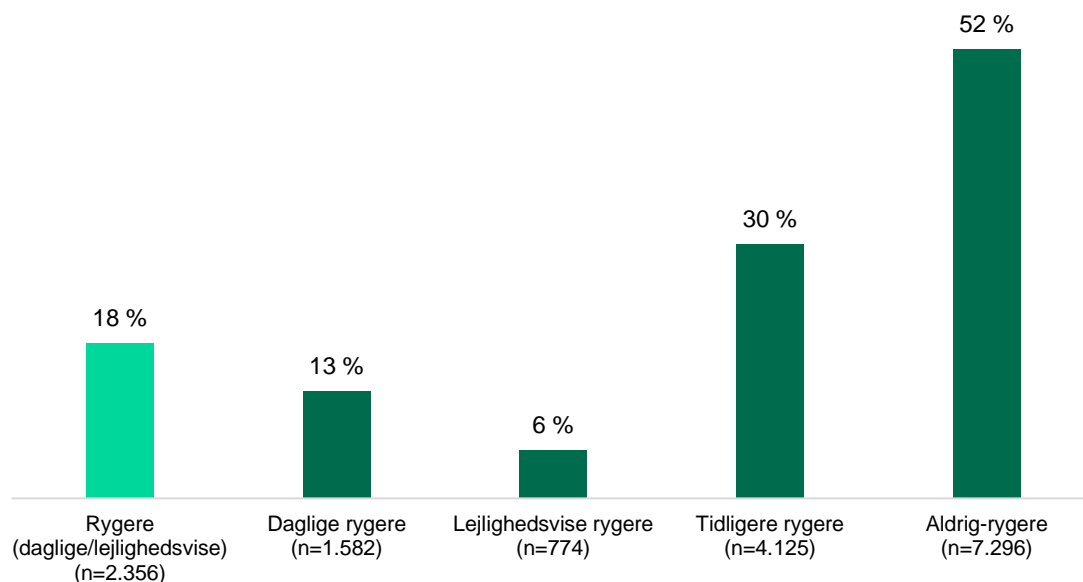
## 4. Tobaksrygning

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 beskrives forekomsten af storrygere (personer, der ryger  $\geq 15$  cigaretter om dagen). Slutteligt 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 18 % ryger (dagligt eller lejlighedsvist) i 2020. Der er 13 %, som ryger dagligt, 6 % der ryger lejlighedsvist, mens hhv. 30 % og 52 % er tidligere rygere og aldrig-rygere (figur 4.1.1).

**Figur 4.1.1. Rygegrupper, procent**

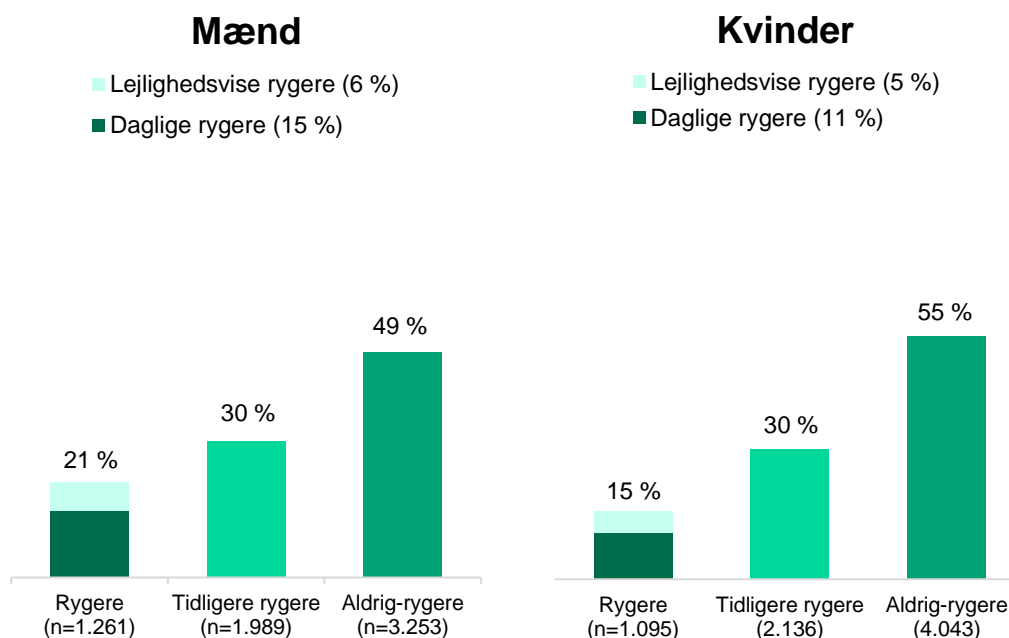


Note: Som følge af afrundinger af tal, kan der forekomme uoverensstemmelse mellem andelen af rygere sammenlagt (daglige rygere/lejlighedsvise rygere) og enkeltvist.

I undersøgelsen er der spurgt til, hvilken type tobaksprodukt, man ryger. Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svarkategorier, og tobaksprodukterne er derfor ikke gensidigt udelukkende. I alt svarer 93 % af de adspurgte, at de ryger cigaretter, 2 % ryger cigarillos, 1 % ryger cerutter, 6 % ryger pipe, 4 % ryger cigarer, 7 % ryger vandpipe og 4 % ryger anden type tobaksprodukt. Overordnet set er der ikke sket ændringer i typen af tobaksprodukter, der bliver røget mellem 2019 og 2020.

Af figur 4.1.2 ses rygegrupper fordelt på køn i 2020. Flere mænd end kvinder ryger dagligt (15 % vs. 11 %), mens flere kvinder end mænd aldrig har røget (55 % vs. 49 %). Der ses ingen kønsforskelle i forekomsten af lejlighedsvis eller tidligere rygere.

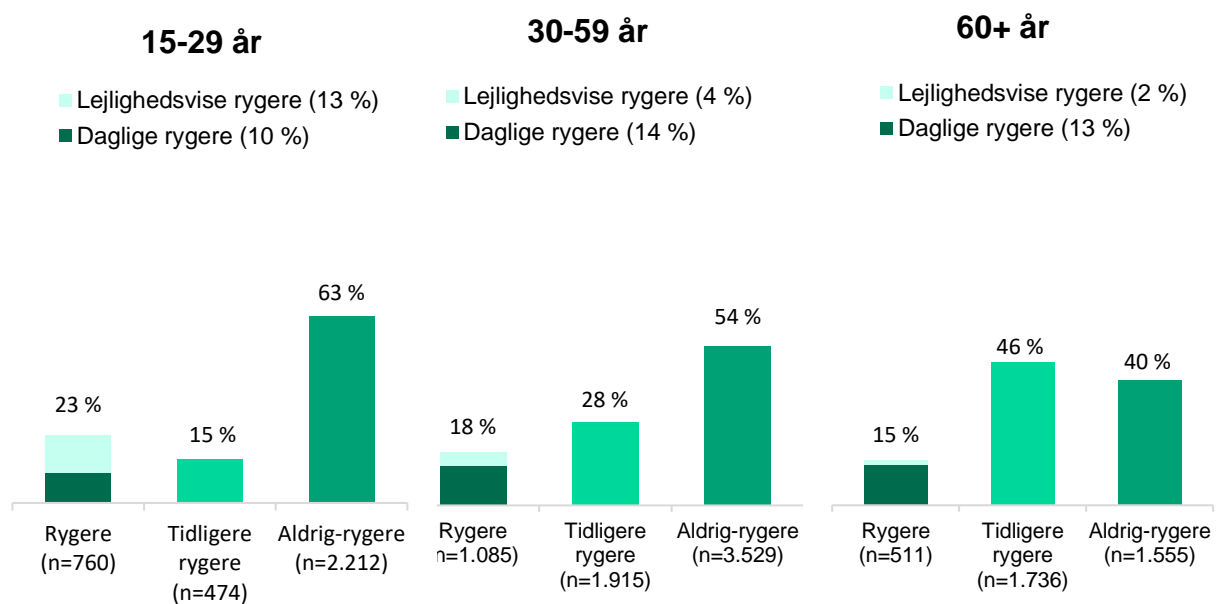
**Figur 4.1.2. Rygegrupper, fordelt på køn, procent**



Note: Som følge af afrundinger af tal, kan der forekomme uoverensstemmelse mellem andelen af rygere sammenlagt (daglige rygere/lejlighedsvis rygere) og enkeltvist.

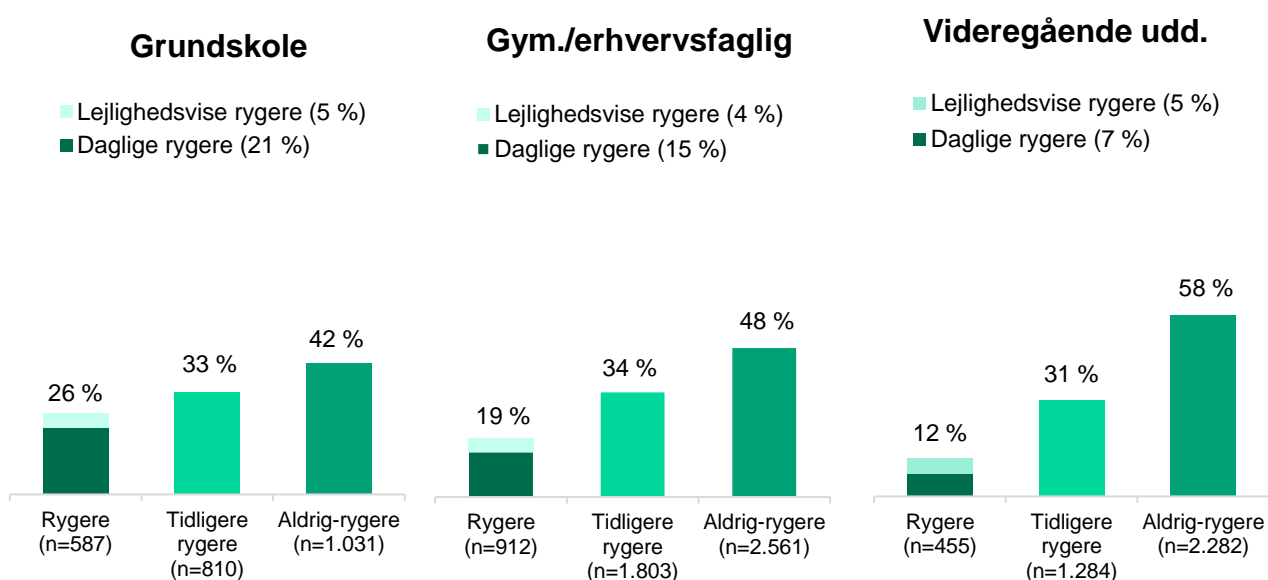
Rygegrupper fordelt på tre aldersgrupper ses illustreret i figur 4.1.3. Den største andel af personer der ryger, ses blandt de 15-29-årige, hvor 23 % ryger dagligt eller lejlighedsvist. Andelen af personer, der ryger dagligt, varierer på tværs af aldersgrupper, hvor 10 % af de 15-29-årige ryger dagligt, gælder det for hhv. 14% og 13 % af de 30-59-årige og 60+årige. Blandt gruppen, der ryger lejlighedsvist, er der forskel i forhold til alder; den største andel er blandt respondenter i den yngste aldersgruppe (13 %) og den laveste andel ses i den ældste aldersgruppe (2 %).

**Figur 4.1.3. Rygegrupper, fordelt på alder, procent**



Figur 4.1.4 viser rygegrupper fordelt på højest fuldførte uddannelse. Som det fremgår af figuren, er andelen af personer, der ryger dagligt faldende desto højere uddannelse. Eksempelvis er der 21 %, der ryger dagligt blandt personer, hvis højeste fuldførte uddannelse er grundskole, mens 7 % ryger dagligt blandt personer, der har gennemført en videregående uddannelse. Omvendt ses det, at andelen af personer i gruppen aldrig-rygere stiger med uddannelse (42 % for grundskole vs. 58 % for videregående uddannelse). Ses der på andelen af personer, der ryger lejlighedsvist, er der ingen forskel (omkring 5 % på tværs af uddannelse).

**Figur 4.1.4. Rygergrupper, fordelt på uddannelse, procent**



**Udvikling:** Totalt set, er der sket et lille fald i andelen af personer, der ryger (dagligt eller lejlighedsvist) mellem år 2019 (20 %) og 2020 (18 %). Personer, der ryger dagligt og lejlighedsvist var i 2019 henholdsvis 14 % og 6 %. Til sammenligning gælder det henholdsvis 13 % og 6 % i 2020<sup>4</sup>. Opdelt på køn, alder og uddannelse er der ligeledes sket ændringer i perioden. Sammenlignet med 2019, er der sket et lille fald i andelen af personer, der ryger blandt begge køn. I 2019 røg 23 % af mændene og 18 % af kvinderne dagligt/lejlighedsvist, hvor dette gælder for 21 % af mændene og 15 % af kvinderne i 2020. Ligeledes er forekomsten af rygning (dagligt/lejlighedsvist) i 2020 faldet blandt aldersgrupperne 15-29-årige og 30-59-årige. Blandt 15-29-årige angav 26 % i 2019 at ryge dagligt eller lejlighedsvist, mens det i 2020 er 23 %. I 2019, var der blandt de 30-59-årige

<sup>4</sup> Note: Som følge af afrundinger af tal, kan der forekomme uoverensstemmelse mellem andelen af rygere sammenlagt (daglige rygere/lejlighedsvisе rygere) og enkeltvist.

20 %, der røg (dagligt/lejlighedsvist) mod 18 % i 2020. Hos gruppen af personer i alderen 60+ år, var forekomsten af rygere i 2019 15 %, mens dette er uændret i 2020.

I perioden er der sket et fald i andelen af personer, der ryger (dagligt/lejlighedsvist) blandt personer, hvis højeste gennemførte uddannelse er grundskolen (29 % i 2019 vs. 26 % i 2020). Dette fald skyldes primært, at andelen af personer, der ryger dagligt er faldet (24 % i 2019 vs. 21 % i 2020). Samme tendens (daglig/lejlighedsvis rygning) ses hos personer, hvis højeste gennemførte uddannelse er en gymnasial/erhvervsfaglig (22 % i 2019 vs. 19 % i 2020). Andelen er uændret for personer, med en videregående uddannelse.

#### 4.2. Storrygere

Storryger er defineret som en person, der dagligt ryger 15 cigaretter eller mere. I alt er 6 % af respondenterne i undersøgelsen storrygere.

Af tabel 4.2.1, ses andelen af storrygere fordelt på sociodemografiske karakteristika. En større andel mænd end kvinder er storrygere (8 % vs. 4 %). Der er en større andel storrygere blandt 30-59-årige, hvor 8 % er storrygere, mens den laveste andel findes blandt de 15-29-årige, hvor 3 % er storrygere. Som det er illustreret tidligere, er rygning mere udbredt blandt personer, hvis højeste fuldførte uddannelse er grundskolen. Samme billede viser sig for storrygere, hvor 12 % af personer med grundskole som højest fuldførte uddannelse er storrygere, mens hhv. 7 % og 3 % af personer med gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse og videregående uddannelse er storrygere.

**Udvikling:** Andelen af storrygere er overordnet set uændret fra 2019, hvor det var 7%, mens det i 2020 er 6 %. Eneste fald – om end lille – forekommer blandt de 15-29-årige, hvor 5 % angav at være storryger i 2019 mod 3 % i 2020, samt blandt personer med en gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse, som højeste fuldførte uddannelse, hvor 9 % angav at være storryger i 2019 mod 7 % i 2020.

**Tabel 4.2.1. Andelen af storrygere, fordelt på sociodemografiske karakteristika**

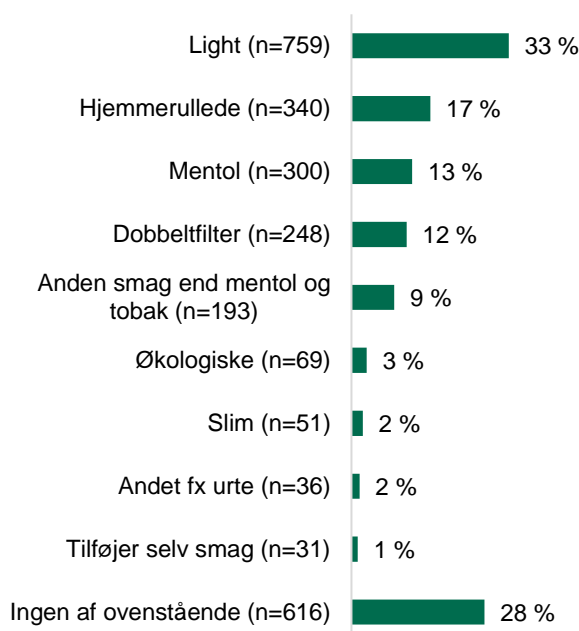
Storrygere (≥15 cigaretter/dag)	
	% (n)
<b>Total</b>	6 (737)
<b>Køn</b>	
Mænd	8 (460)
Kvinder	4 (277)
<b>Alder</b>	
15-29 år	3 (97)
30-59 år	8 (449)
≥60 år	6 (191)
<b>Uddannelse</b>	
Grundskole	12 (254)
Gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse	7 (329)
Videregående uddannelse	3 (115)

### 4.3. Cigarettyper

Der findes mange forskellige cigarettyper. Nogle cigarettyper har særlige kendetegn såsom smag, dobbelfilter, hjemmerullede cigaretter mm. I undersøgelsen spørges der til, hvorvidt der bruges cigaretter med særlige kendetegn. Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svarkategorier, hvilket betyder, at der eksempelvis kan være personer, der har svaret, at de ryger både hjemmerullede cigaretter og cigaretter med mentol-smag.

Figur 4.3.1 viser hvilke typer af cigaretter, der anvendes af personer, som ryger dagligt og lejlighedsvist. En tredjedel af de adspurgte, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, ryger cigaretter af typen "light"<sup>5</sup>. Derudover er hjemmerullede cigaretter (17 %) og cigaretter med mentolsmag (13 %) de næstmest anvendte. Af de adspurgte personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist, svarer 28 % at de ikke ryger nogle af de typer af cigaretter, som har været mulige at vælge. Hvorvidt det betyder, at de ikke ryger cigaretter uden særlige kendetegn, er dog uklart.

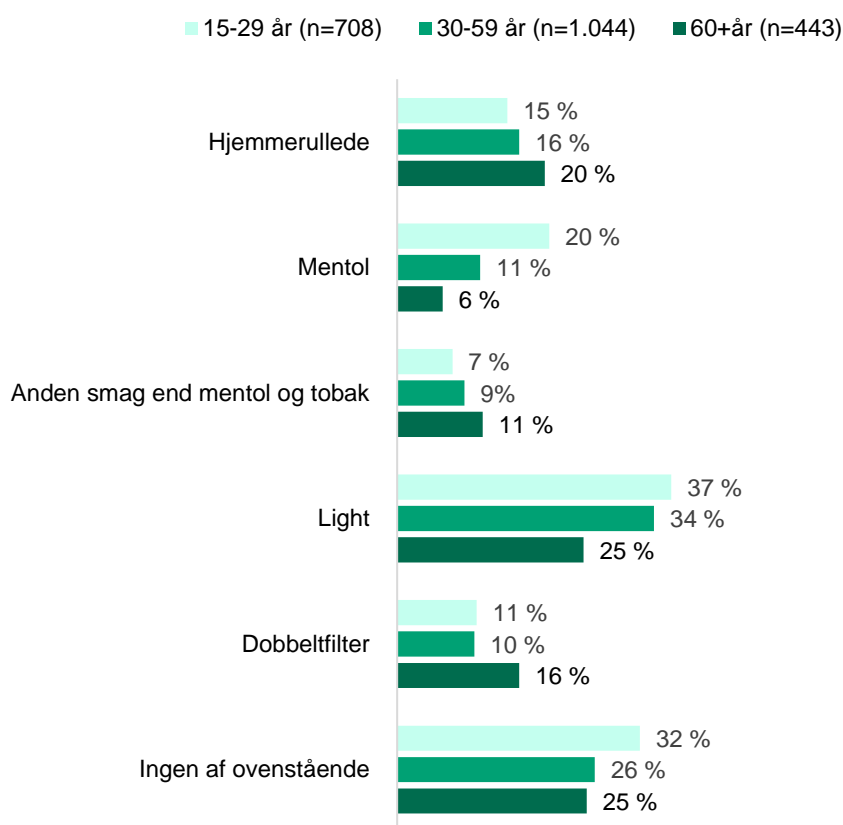
**Figur 4.3.1. Typer af cigaretter, der anvendes af personer, der ryger dagligt og lejlighedsvist, procent**



<sup>5</sup> Det er ikke tilladt at sælge cigaretter med betegnelsen "Light" eller tilsvarende betegnelser, da det kan give et fejlagtigt indtryk af sygdomsrisikoen ved at ryge cigaretter. Det er dog fortsat en betegnelse, der anvendes blandt personer, der ryger specifikke cigaretter, som måske tidligere har været light cigaretter eller pga. pakkens udseende giver indtryk heraf, har det i spørgsmålet om, hvilken type cigaret, man anvender, været muligt at vælge "light".

Af figur 4.3.2 ses typen af cigaretter, fordelt på aldersgrupper. Brugen af cigaretter af typen light er særligt udbredt blandt aldersgrupperne 15-29 år og 30-59 år, hvor henholdsvis 37 % og 35 % bruger denne type, mens dette gælder for 25 % af de adspurgte i aldersgruppen 60+. Mentolcigaretter anvendes af 20 % af de 15-29-årige, 11 % af de 30-59-årige og 6 % af de 60+-årige. For respondenterne i aldersgruppen 60+-årige er hjemmerullede cigaretter den mest udbredte type med særlige kendetegn (20 %), hvor dette gælder for henholdsvis 15 % og 16 % af de 15-29-årige og 30-59-årige. Andelen af personer, der har valgt kategorien "Ingen af ovenstående" udgør ca. en fjerdedel af de 60+-årige og 30-59-årige, mens det samme gælder for lige knap en tredjedel af de 15-29-årige.

**Figur 4.3.2. Typer af cigaretter, opdelt på alder, procent**



Note: Få personer i aldersgruppen 60+år har valgt kategorien "Økologiske", hvorfor denne er udeladt af figuren.



**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er der sket ændringer i brugen af forskellige cigarettetyper. Der kan være flere faktorer, som har haft betydning for dette. Der er pr. 20 maj 2020 indført forbud mod mentol som kendetegnende aroma i cigaretter og rulletobak. I 2019 var andelen 20 % mens denne andel i 2020, som vist i figur 4.2.1, er 13 %. Yderligere er en svarkategori "Anden smag end mentol og tobak" ændret i 2020. I 2019 kunne respondenterne svare "anden smag end mentol". I 2019 angav 22 % at de røg denne type cigaretter, mens samme gør sig gældende for 9 % i 2020. Omvendt er sket en stigning i andelen, der har valgt svarkategori "Ingen af ovenstående" sammenlignet med andelen i 2019 (17 % i 2019 vs. 28 % i 2020). Sammenligning i cigarettetyperne mellem år 2019 og 2020 skal derfor foretages med forbehold. Der er sket en stigning i andelen, der bruger hjemmerullede cigaretter (13 % i 2019 vs. 17 % i 2020), cigaretter af typen dobbeltfilter (8 % i 2019 vs. 12 % i 2020) og light cigaretter (29 % i 2019 vs. 33 % i 2020).

Inden for aldersgrupperne er der ligeledes sket ændringer i perioden. Fra 2019 til 2020 er der sket et fald i andelen af brugere af mentolcigaretter på tværs af aldersgrupperne; 15-29-årige (29 % i 2019 vs. 20 % i 2020), 30-59-årige (18 % i 2019 vs. 11 % i 2020) og 60+-årige (12 % i 2019 vs. 6 % i 2020). Flere unge i aldersgruppen 15-29 år bruger cigaretter af typen light (31 % i 2019 vs. 37 % i 2020). For aldersgruppen 30-59-årige, bruger flere hjemmerullede cigaretter (11 % i 2019 vs. 16 % i 2020) flere bruger cigaretter af typen light (31 % i 2019 vs. 34 % i 2020) og dobbeltfilter (6 % i 2019 vs. 10 % i 2020). For den ældste aldersgruppe er der en større andel personer, der bruger cigaretter med dobbeltfilter (11 % i 2019 vs. 16 % i 2020).

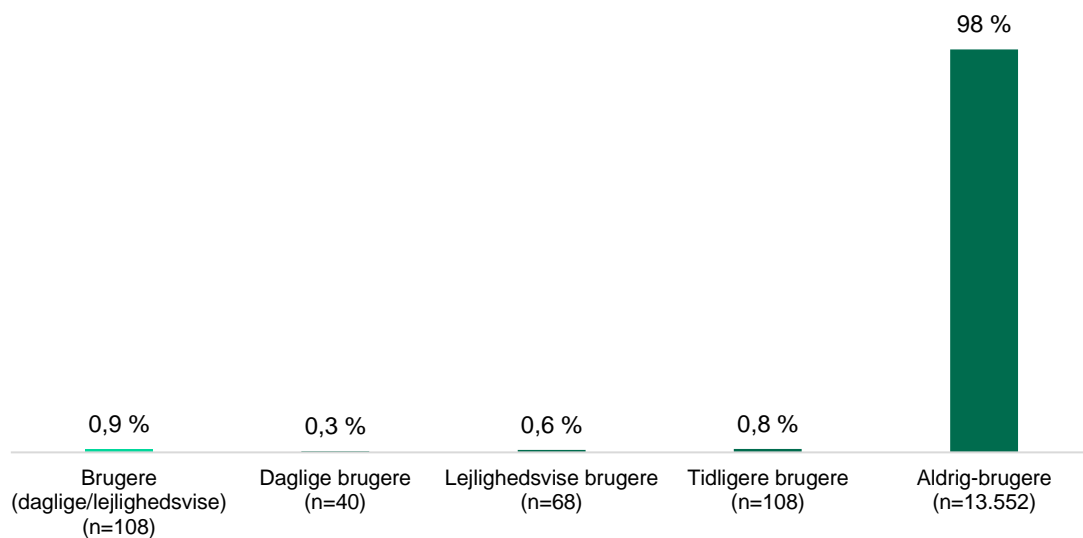
#### 4.4. Opvarmet tobak

I dette afsnit beskrives andelen af personer, som bruger opvarmet tobak. Opvarmet tobak er relativt nyt produkt på det danske marked og behandles derfor særskilt for at følge udviklingen nærmere.

Opvarmet tobak kaldes også heated tobacco eller tobakspinde. De består af et elektronisk device og tobakspinde, som indsættes i dette.

Af figur 4.4.1 ses, at andelen af personer, der ryger opvarmet tobak samlet set er 0,9 % (daglige og lejlighedsvis brugere). Af figuren ses det endvidere, at 0,8 % er tidligere brugere mens langt de fleste af de adspurgte personer, ikke ryger opvarmet tobak (98 %).

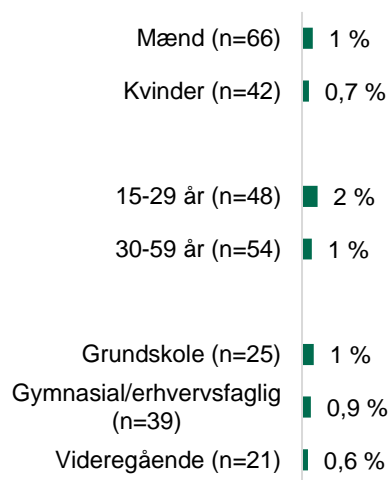
**Figur 4.4.1. Andel personer, der ryger opvarmet tobak, procent**



Note: Som følge af afrundinger af tal, kan der forekomme uoverensstemmelse mellem andelen af brugere sammenlagt (daglige brugere/lejlighedsvis brugere) og enkeltvist.

Vist i figur 4.4.2 er der overordnet ikke de store forskelle. Lige mange kvinder som mænd ryger opvarmet tobak (0,7 % og 1 %) og lidt flere yngre end ældre (2 % vs. 1 %). Flest personer med grundskolen (1 %) og gymnasiet/erhvervsfaglig uddannelse (0,9 %), som højest fuldførte uddannelse ryger opvarmet tobak, mens dette gælder for lidt færre personer med en videregående uddannelse, som højest fuldførte uddannelse (0,6 %).

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



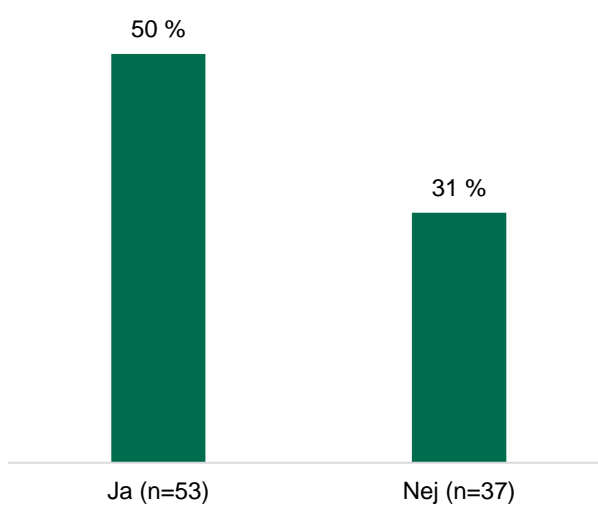
Note: Få respondenter i gruppen 60+ år, hvorfor denne gruppe ikke fremstår af figuren

*(n) angiver antallet af respondenter, som anvender opvarmet tobak inden for den pågældende karakteristika, mens % angiver andelen af disse som anvender opvarmet tobak i den pågældende gruppe*

**Udvikling:** Fra 2019 til 2020 ser det ikke ud til, at der er sket ændringer i andelen af personer, der ryger opvarmet tobak, dog er antallet af respondenter lille.

Figur 4.4.3 viser andelen af brugere af opvarmet tobak, der opfatter sig selv som ryger. Som det fremgår af figuren, angiver 50 %, at de opfatter sig selv som værende rygere, hvor 31 % angiver, at de ikke opfatter sig selv som værende ryger.

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

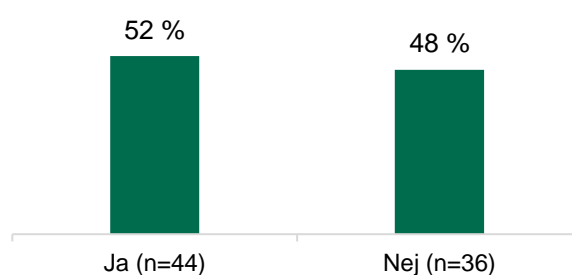


Note: Få respondenter i svarkategorien "ved ikke", hvor denne ikke fremgår af figuren.

**Udvikling:** Fra 2019 til 2020 er der sket en stigning i andelen, der opfatter sig selv som rygere, når de bruger opvarmet tobak (34 % i 2019 vs. 50 % i 2020).

Respondenterne er blevet spurgt til, hvorvidt de vurderer, at rygning af opvarmet tobak påvirker deres forbrug af cigaretter. Af figur 4.4.4 fremgår det, at 52 % angiver, at rygning af opvarmet tobak sænker deres forbrug af cigaretter, mens 48 % angiver, at rygning af opvarmet tobak ikke påvirker deres forbrug.

**Figur 4.4.4. Brug af opvarmet tobak og påvirkning af forbruget af cigaretter, procent**

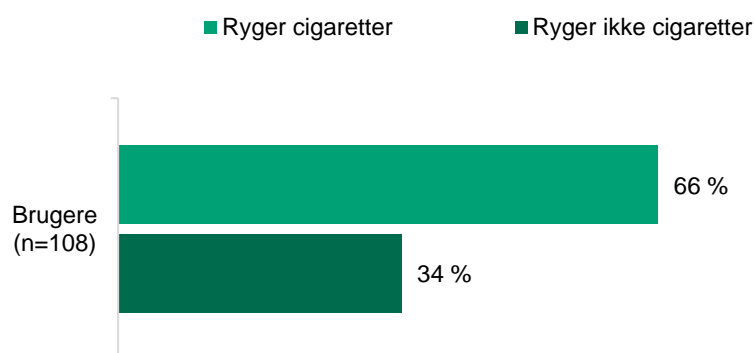


Note: "Ja" gruppen inkluderer flere svarmuligheder, men der var for få respondenter i undergrupperne til at kunne inkludere dem i figuren. Svarmulighederne inkluderer "Ja, jeg ryger flere cigaretter", "Ja, jeg ryger færre traditionelle cigaretter", "Ja, jeg er holdt op med at ryge traditionelle cigaretter" og "Ja, anden påvirkning"

**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er der sket en lille stigning i andelen af personer, der vurderer, at rygning af opvarmet tobak påvirker deres forbrug af traditionelle cigaretter (50 % i 2019 vs. 52 % i 2020).

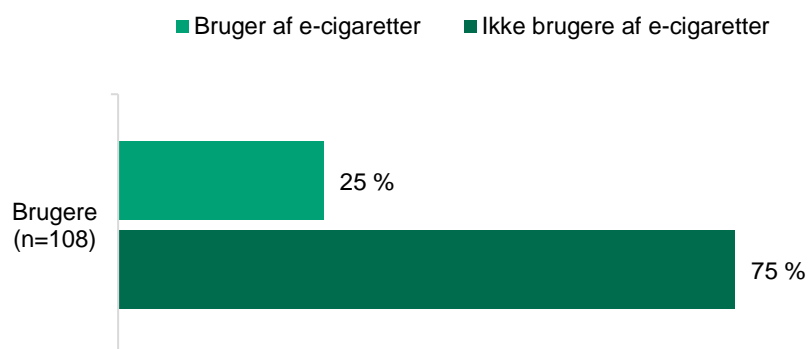
Andelen af dobbeltbrugere af opvarmet og tobak, dvs. personer, der både ryger opvarmet tobak og cigaretter fremgår af figur 4.4.5. Her ses det, at 66 % af brugerne af opvarmet tobak også ryger.

**Figur 4.4.5. Dobbeltbrugere af opvarmet tobak og cigaretter, procent**



Figur 4.4.6 illustrerer dobbeltbruget af opvarmet tobak og e-cigaretter, dvs. personer, der både ryger opvarmet tobak og bruger e-cigaretter. Her ses det, at 25 % af brugerne af opvarmet tobak også er brugere af e-cigaretter.

**Figur 4.4.6. Dobbeltbrugere af opvarmet tobak og e-cigaretter, procent**

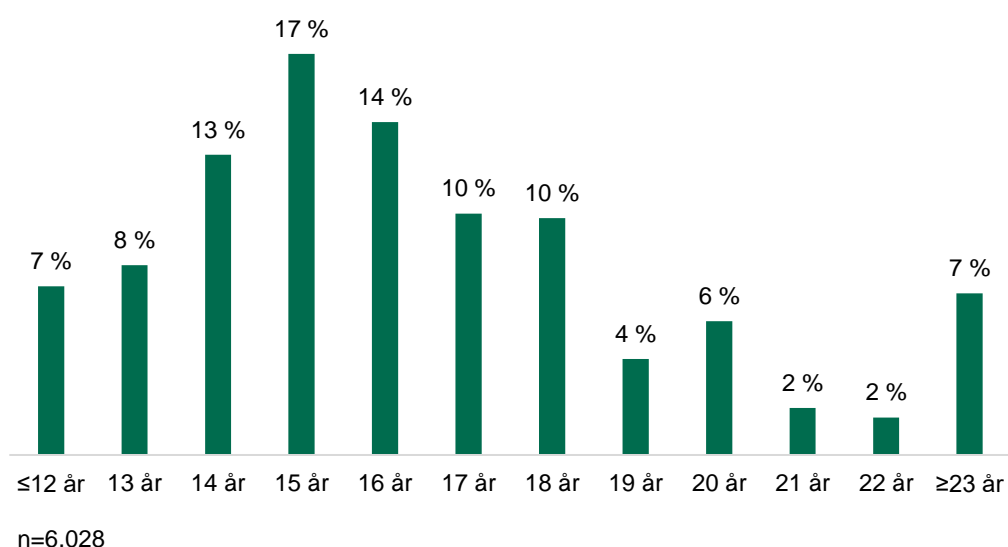


**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er der ikke sket ændringer i andelen af dobbeltbrugere af opvarmet og tobak. Der er sket et fald i andelen af personer, der både bruger opvarmet tobak og e-cigaretter (29 % i 2019 vs. 25 % i 2020).

## 5. Aldersdebut for tobaksrygning

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

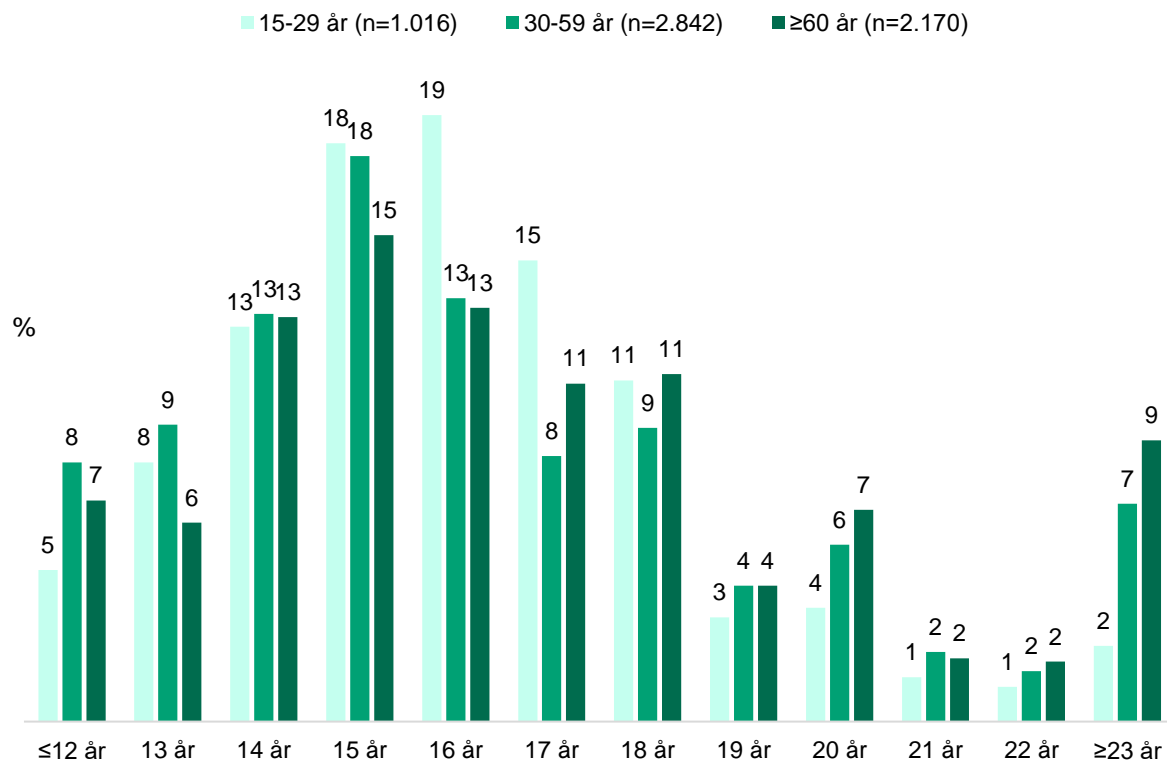
**Figur 5.1.1. Aldersdebut for regelmæssigt tobaksforbrug**



Note: Som følge af afrundinger af tal, kan der forekomme uoverensstemmelse mellem aldersdebut sammenlagt og for årene enkeltvist.

Af figur 5.1.2 ses aldersdebut for aldersgrupperne; 15-29 år, 30-59 år og 60+år. Figuren viser, at der for aldersgruppen 30-59 år, er flere, der har debuteret med regelmæssigt tobaksforbrug som 12-årig eller yngre, og 13-årig (8 % og 9 %). En større andel af de 15-29-årige har en aldersdebut på 16 år og 17 år, end de ældre aldersgrupper.

**Figur 5.1.2. Aldersdebut for regelmæssigt tobaksforbrug, fordelt på aldersgrupper, procent**



**Udvikling:** Overordnet er der ikke de store forskelle i aldersdebut for regelmæssigt tobaksforbrug mellem år 2019 og år 2020. Udviklingen i aldersdebut opdelt for aldersgrupperne er ikke beskrevet, da en sådan sammenligning ikke er meningsfuld.



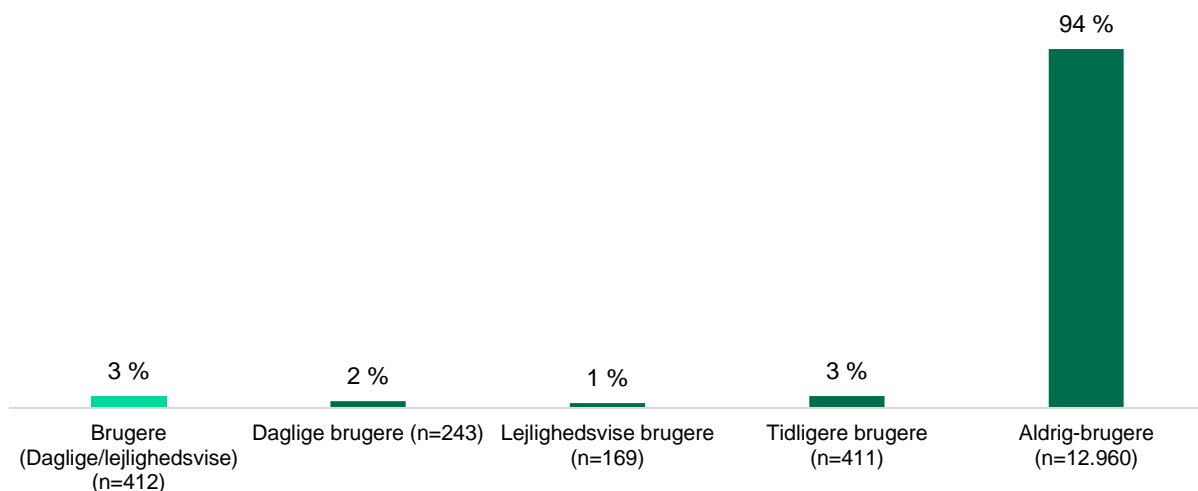
## 6. Anvendelse af e-cigaretter

I dette kapitel beskrives andelen af personer, der bruger e-cigaretter, herunder opdelt på køn, alder og uddannelse. Derudover beskrives typen af smag, årsagerne til anvendelse af e-cigaretter, dobbeltbrug af e-cigaretter og cigaretter, oplevet risiko og ønske om at stoppe med at bruge e-cigaretter.

### 6.1. Brug af e-cigaretter

Af figur 6.1.1 fremgår, at i alt angiver 3 %, at de anvender e-cigaretter (dagligt eller lejlighedsvist). To procent af respondenterne angiver, at de anvender e-cigaretter dagligt, og 1 %, at de anvender e-cigaretter lejlighedsvist. Desuden angiver 3 %, at de tidligere har anvendt e-cigaretter.

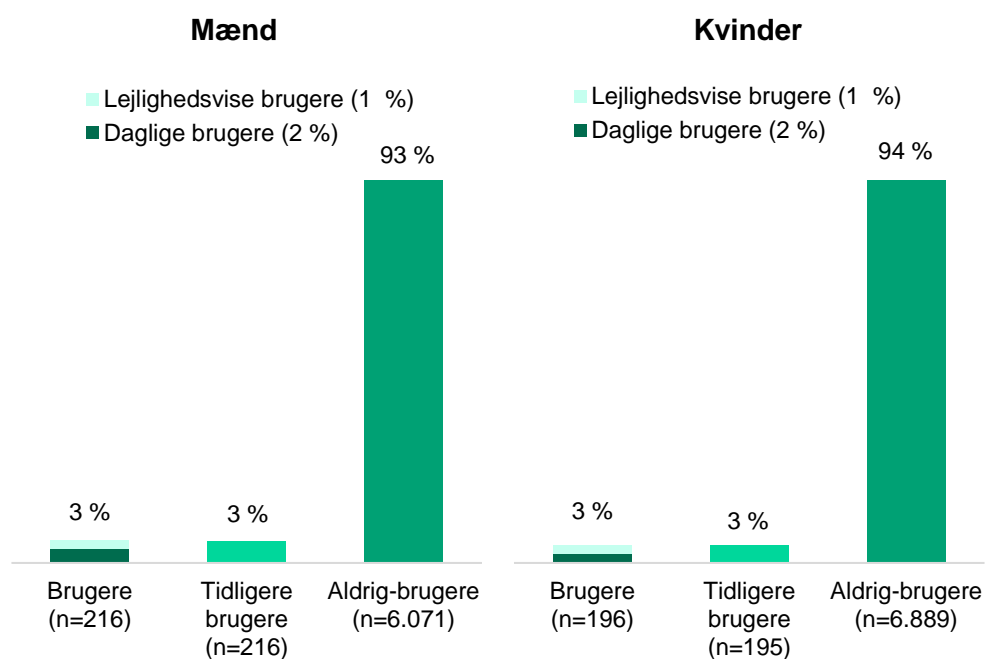
**Figur 6.1.1. Andel personer, der bruger e-cigaretter, procent**



Note: Som følge af afrundinger af tal, kan der forekomme uoverensstemmelse mellem andelen af brugere sammenlagt (daglige brugere/lejlighedsvise brugere) og enkeltvist.

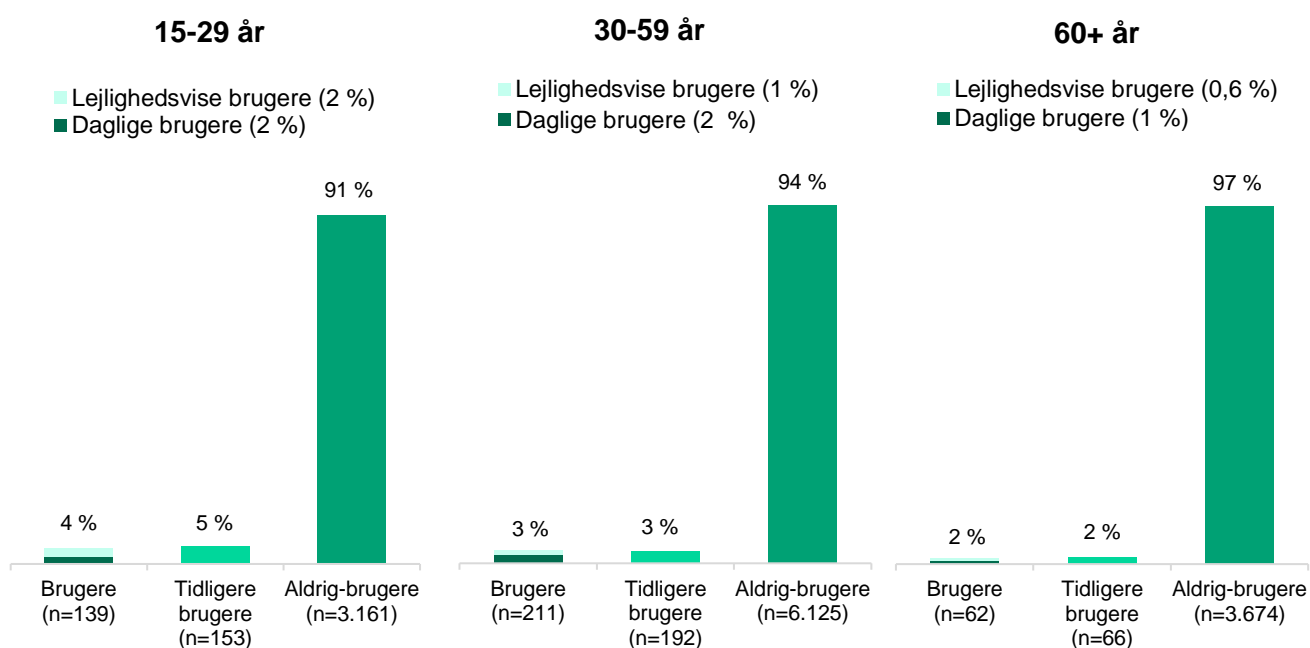
Af figur 6.1.2 fremgår brugen af e-cigaretter fordelt på køn. Der er ikke kønsforskelle i brugen af e-cigaretter. For begge køn gælder det, at omkring 3 % er brugere af e-cigaretter (dagligt og lejlighedsvist). Tre procent af mændene og 3 % af kvinderne har tidligere været brugere af e-cigaretter, mens langt de fleste blandt begge køn er aldrig-brugere.

**Figur 6.1.2. Andel personer, der bruger e-cigaretter, fordelt på køn, procent**



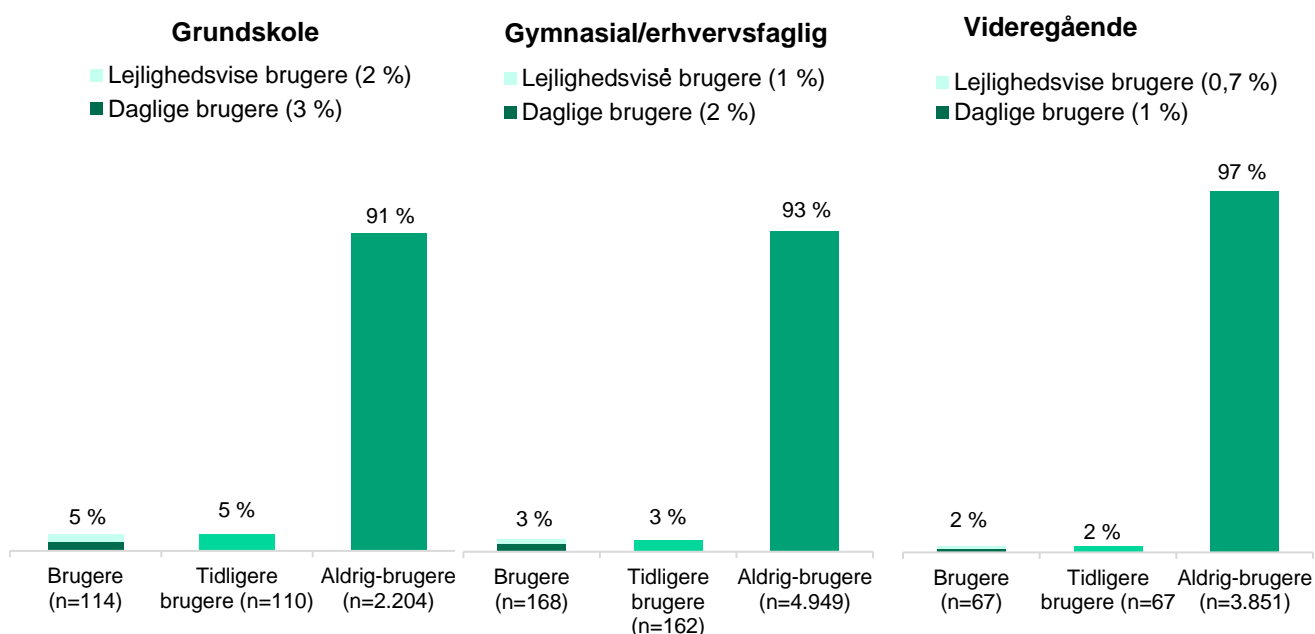
Brugen af e-cigaretter fordelt på aldersgrupper ses af figur 6.1.3. Der ser ud til at være en tendens til flere brugere blandt de yngste respondenter. Blandt de 15-29-årige angiver 4 % at være lejlighedsvis eller daglige brugere, mens 5 % angiver at være tidligere brugere. Færrest brugere ses blandt de 60+-årige, hvor 2 % angiver at være brugere og 2 % angiver at være tidligere brugere.

**Figur 6.1.3. Andel personer, der bruger e-cigaretter, fordelt på aldersgrupper, procent**



Brugen af e-cigaretter er lavere i takt med et højere uddannelse (figur 6.1.4). Fem procent af respondenterne med grundskole, som højeste fuldførte uddannelse er daglige eller lejlighedsvis brugere af e-cigaretter. Tilsvarende er henholdsvis 3 % med gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse, som højeste fuldførte uddannelse og 2 % med en videregående uddannelse, brugere af e-cigaretter. Flere personer med grundskole, som højeste uddannelse (5 %) er tidligere brugere af e-cigaretter end personer med henholdsvis en gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse, som højeste fuldførte uddannelse (3 %) og en videregående uddannelse (2 %).

**Figur 6.1.4. Andel personer, der bruger e-cigaretter fordelt på uddannelse, procent**

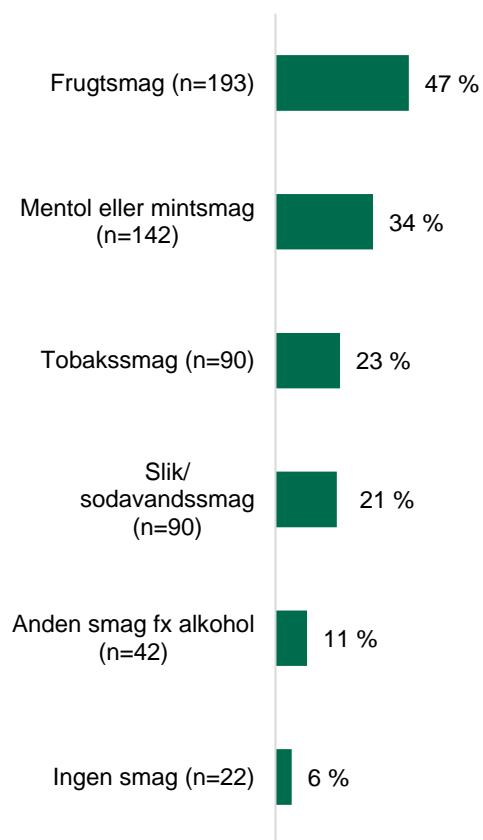


**Udvikling:** Fra 2019 til 2020 er forekomsten af e-cigaretter, uændret. Det samme gælder opdelt på køns-, alders-, og uddannelsesgrupper.

## 6.2. Smag i e-cigaretter

Personer, der dagligt eller lejlighedsvist bruger e-cigaretter er i undersøgelsen blevet spurgt til, 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. Flest respondenter angiver at bruge e-cigaretter med frugtsmag (47 %) samt mentol eller mintsmag (34 %). Der er 23 %, der svarer, at de bruger tobakssmag i deres e-cigaretter, mens 21 % bruger slik/sodavandssmag.

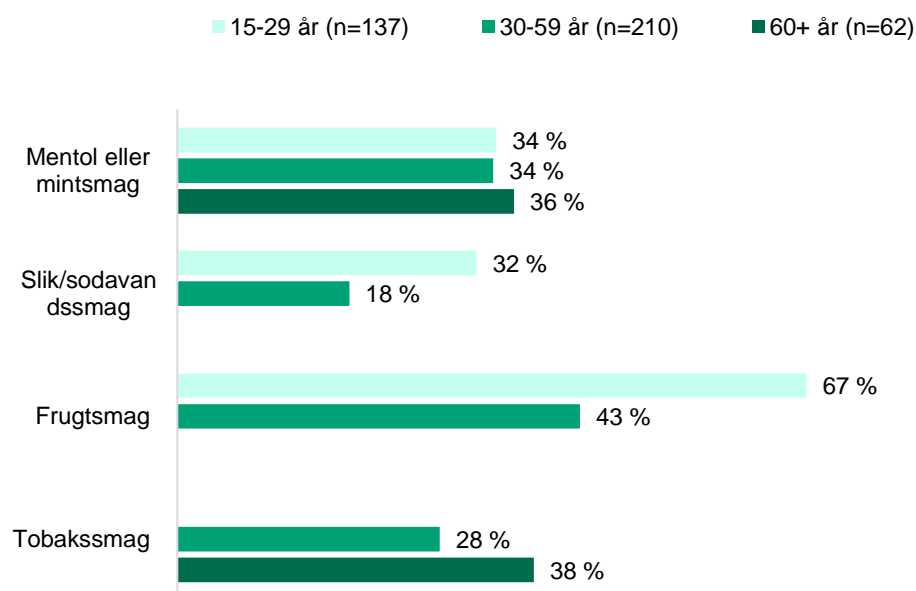
**Figur 6.2.1. Typer af smag, der anvendes i e-cigaretter blandt personer, der bruger e-cigaretter dagligt eller lejlighedsvist, procent**



Note: Svarkategorierne "anden smag" og "alkohol" er slået sammen til kategorien "Anden smag fx alkohol", grundet for få besvarelser.

Af figur 6.2.2 ses det, at det især er den yngste aldersgruppe, der bruger e-cigaretter med frugtsmag. Blandt 15-29-årige angiver 67 %, at de bruger e-cigaretter med frugtsmag, mens 43 % af de 30-59-årige angiver dette. Også smag af sodavand er prævalent blandt de unge, mens brugen af tobakssmag er hyppigst blandt den ældste aldersgruppe.

**Figur 6.2.2. Typer af smag, der anvendes i e-cigaretter blandt personer, der bruger e-cigaretter dagligt og lejlighedsvist, fordelt på aldersgrupper, procent**



Note: 60+år fremgår ikke under "Frugtsmag" og "Slik/sodavandssmag" grundet for få respondenter. 15-29-år fremgår ikke under "Tobakssmag" grundet for få respondenter. "Anden smag fx alkohol" fremgår ikke af figuren grundet for få respondenter.

**Udvikling:** Totalt er forekomsten af personer, der bruger e-cigaretter med mentol eller mintsmag steget i perioden 2019 (27 %) til 2020 (34 %) ud af personer som bruger e-cigaretter. Omvendt er der sket et fald i forekomsten af personer, der bruger tobakssmag i samme periode; fra 26 % til 23 %. Desuden er der sket et mindre fald i brugen af e-cigaretter med slik/sodavandssmag (23 % i 2019 vs. 21 % i 2020).

I perioden 2019 til 2020 er der sket en stigning i andelen af 15-29-årige og 30-59-årige, der bruger e-cigaretter med mentolsmag. I 2019 angav henholdsvis 25 % af både de 15-29-årige og 30-59-årige som bruger e-cigaretter, at de bruger e-cigaretter med mentol eller mintsmag, hvor dette gælder for 34 % i 2020. Omvendt er der sket et fald i andelen, der bruger e-cigaretter med henholdsvis slik/sodavandssmag (41 % i 2019 til 32 % i

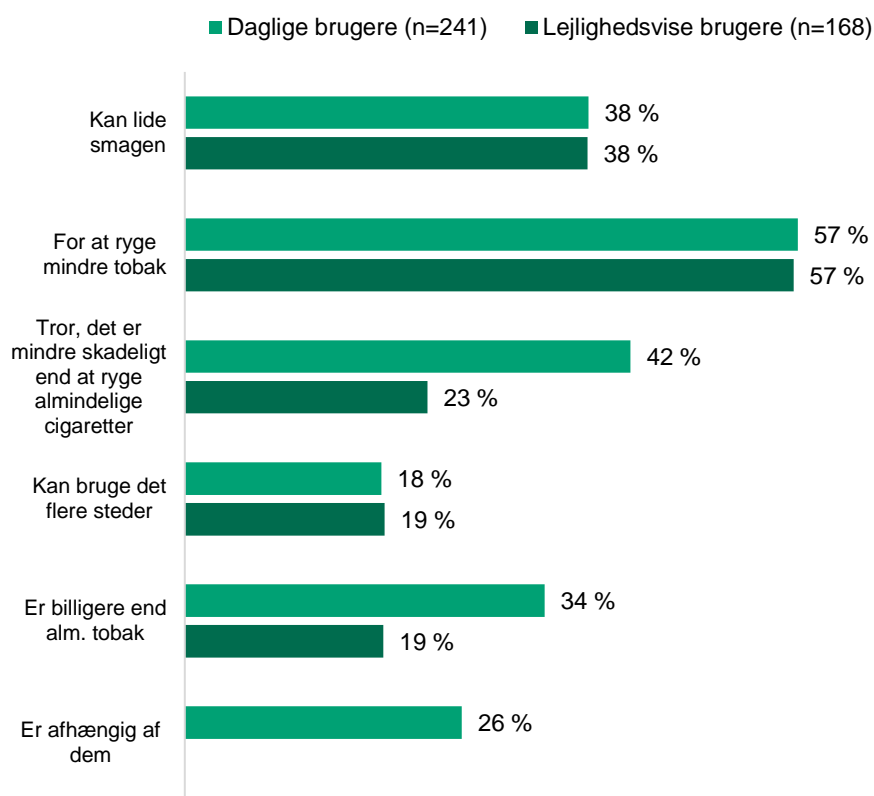
2020) og frugtsmag (77 % i 2019 til 67 % i 2020) i aldersgruppen 15-29 år. En lille stigning ses for aldersgruppen 30-59 år i forhold til frugtsmag i samme periode (41 % i 2019 og 43 % i 2020). Blandt aldersgruppen 60+ år er der sket et fald i andelen af personer, der bruger e-cigaretter med tobakssmag, hvor 58 % angav denne smagstype i 2019 mod 38 % i 2020.

### 6.3. Årsag for anvendelse af e-cigaretter

I undersøgelsen er personer, der bruger e-cigaretter dagligt eller lejlighedsvist 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 årsagerne er derfor ikke gensidigt udelukkende.

Figur 6.3.1 viser, at den hyppigste årsag til anvendelsen af e-cigaretter er ”for at ryge mindre tobak”, hvilket gælder både for daglige brugere (57 %) og lejlighedsvis brugere (57 %). Blandt daglige brugere af e-cigaretter er der 42 %, der angiver årsagen ”tror, det er mindre skadeligt end at ryge cigaretter”, mens der for lejlighedsvis brugere er tilsvarende 23 %. Ligeledes ses en forskel i andelen, der angiver årsagen ”er billigere end alm. tobak”, hvor henholdsvis 34 % daglige brugere og 19 % lejlighedsvis brugere har valgt denne årsag. Lige mange personer, der bruger e-cigaretter dagligt eller lejlighedsvist angiver ”Kan lide smagen” og ”Kan bruge det flere steder” som årsag (38 %).

**Figur 6.3.1. Årsager for anvendelse af e-cigaretter, opdelt på daglige og lejlighedsvis brugere, procent**



Note: Få lejlighedsvis brugere angiver årsagen "Er afhængig af dem", hvorfor dette ikke fremgår af figuren.

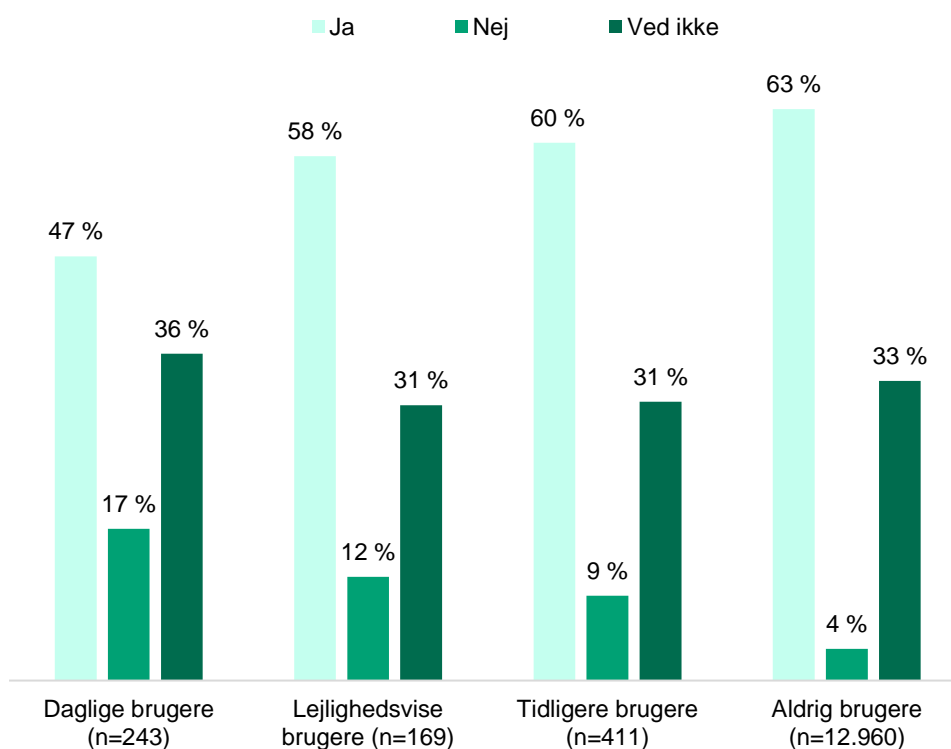
**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er der sket et fald i andelen af personer, der angiver "Kan lide smagen" som årsag til brug af e-cigaretter både blandt personer, der bruger e-cigaretter dagligt (44 % i 2019 vs. 38 % i 2020) og blandt personer, der bruger dem lejlighedsvis (40 % i 2019 vs. 38 % i 2020). Omvendt er der sket en stigning for begge brugergrupper i andelen af personer, der angiver, at det skyldes, at det er billigere end alm. tobak. Eksempelvis angav 27 % af personer, der bruger e-cigaretter dagligt i 2019, at det skyldes, at e-cigaretter er billigere end almindelig tobak, mens det samme rapporteres af 34 % i 2020. Ligeledes er der sket en stigning i årsagerne "for at ryge mindre tobak", "kan bruge det flere steder" og en lille stigning i årsagen "er afhængig af dem" blandt personer, der bruger e-cigaretter dagligt i samme periode. En stigning ses for personer, der bruger e-cigaretter lejlighedsvis i forhold til årsagen "tror det er mindre skadeligt" (20 % i 2019 til 23 % i 2020).



#### 6.4. Oplevet risiko for at blive syg ved anvendelse af e-cigaretter

Figur 6.4.1 illustrerer, hvorledes personer oplever risikoen for at blive syg ved anvendelsen af e-cigaretter. Figuren er opdelt efter forbruget af e-cigaretter. Blandt personer, der aldrig har anvendt e-cigaretter, svarer 63 %, at e-cigaretter er forbundet med en sygdomsrisiko, mens denne andel er mindre blandt tidligere brugere (60 %), lejlighedsvis brugere (58 %) og daglige brugere (47 %). Omvendt svarer en større andel af personer, der dagligt bruger e-cigaretter, at e-cigaretter ikke er forbundet med en sygdomsrisiko. For alle grupper gælder, at mellem 31 % og 36 % angiver, at de ikke ved, om anvendelsen af e-cigaretter er forbundet med sygdomsrisici.

**Figur 6.4.1. Oplevet risiko for at blive syg ved anvendelse af e-cigaretter, fordelt på brugergrupper, procent**



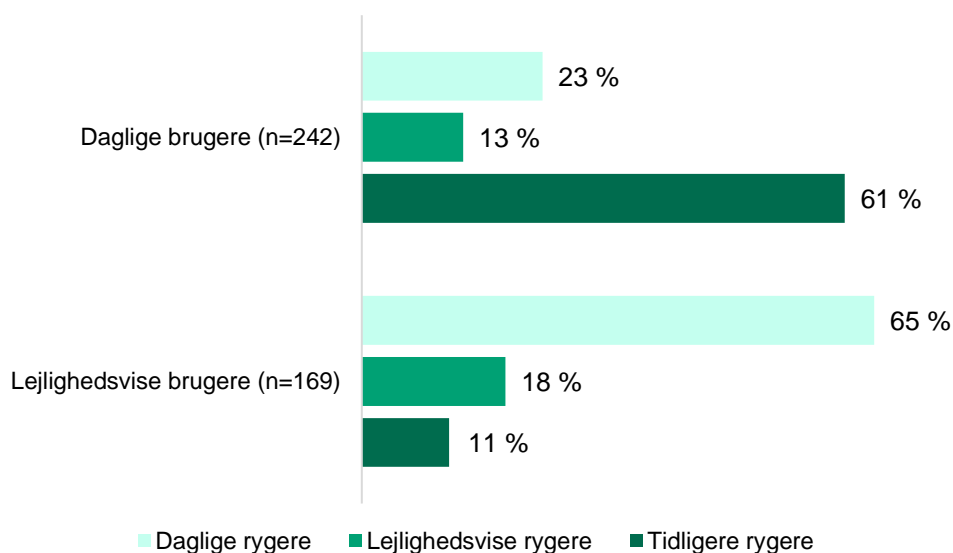
**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 ses der ingen systematiske ændringer i oplevelsen af sygdomsrisiko forbundet med brugen af e-cigaretter på tværs af brugerstatus. Således er der både sket et fald og en stigning i perioden. Blandt personer, der bruger e-cigaretter dagligt, er der sket en lille stigning i andelen, der oplever, at der er en sygdomsrisiko ved brug af e-cigaretter (45 % i 2019 og 47 % i 2020) mens der tilsvarende er sket et lille fald blandt personer, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist (60 % i 2019 vs. 58 % i 2020). Blandt aldrig-brugerne er der færre personer, der angiver, at de oplever en risiko for at blive syg ved anvendelsen af e-cigaretter (72 % i 2019 vs. 63 % i 2020).

### 6.5. Dobbeltbrug: E-cigaretter og tobak

I dette afsnit beskrives andelen af respondenter, der har et dobbeltforbrug. Dobbeltforbrug vil sige, at en person både ryger tobak og bruger e-cigaretter.

Af figur 6.5.1 fremgår det, at i gruppen af personer, der dagligt bruger e-cigaretter, angiver 23 % også at ryge tobak dagligt og 13 % at ryge lejlighedsvist. Blandt personer, der dagligt bruger e-cigaretter angiver 61 % at være tidligere rygere. Blandt personer, der bruger e-cigaretter lejlighedsvist, ryger 65 % tobak dagligt, 18 % ryger lejlighedsvist og 11 % er tidligere rygere.

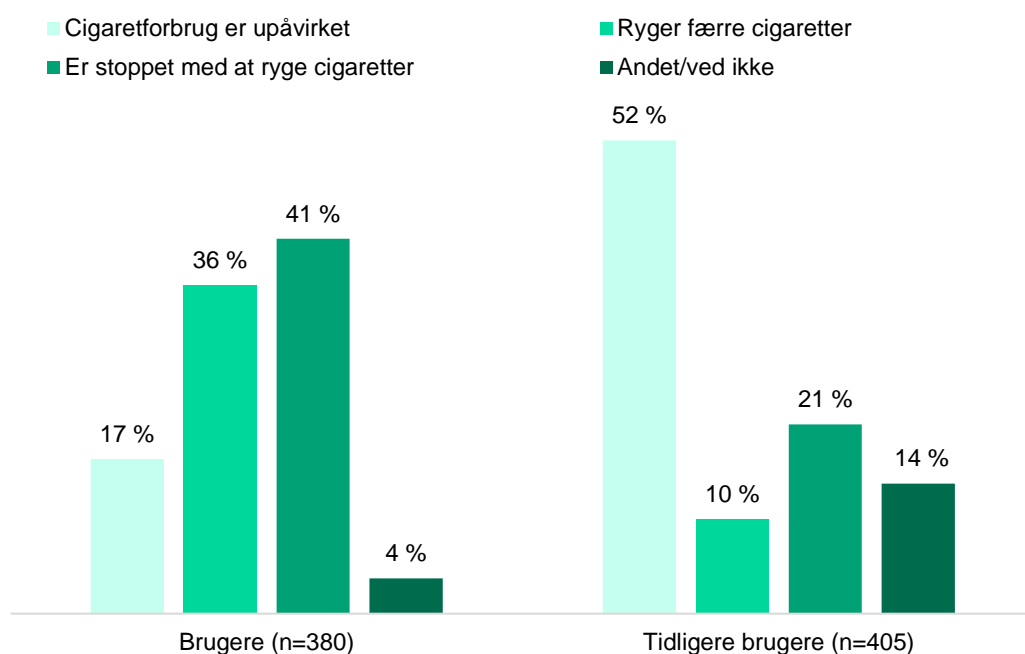
**Figur 6.5.1. Andel af e-cigaretbrugere, som også ryger tobak, fordelt på daglige brugere og lejlighedsvis brugere, procent**



**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 ses et fald blandt personer, der dagligt bruger både e-cigaretter og ryger tobak (28 % i 2019 vs. 23 % i 2020). Samtidig er der sket en lille stigning i andelen af personer, der bruger e-cigaretter dagligt og ryger tobak lejlighedsvis (11 % i 2019 vs. 13 % i 2020), samt daglige brugere af e-cigaretter og tidligere rygere (59 % i 2019 vs. 61 % i 2020). Blandt lejlighedsvis brugere af e-cigaretter er der omvendt sket en stigning i andelen, der ryger tobak dagligt (61 % i 2019 vs. 65 % i 2020), mens en lille stigning ses blandt personer, der både lejlighedsvist bruger e-cigaretter og lejlighedsvist ryger tobak (16 % i 2019 vs. 18 % i 2020). Ligeledes er der sket et fald i andelen, der tidligere har røget blandt lejlighedsvis brugere (18 % i 2019 vs. 11 % i 2020).

Figur 6.5.2 viser respondenternes vurdering af e-cigaretternes betydning for tobaksforbruget for brugere og tidligere brugere af e-cigaretter. Som det fremgår af figuren, angiver 17 % af e-cigaretbrugere, at deres cigaretforbrug er upåvirket, mens 36 % angiver, at de ryger færre cigaretter og 41 % at de er stoppet med at ryge cigaretter, efter at de er begyndt at bruge e-cigaretter. Blandt de tidligere brugere er billedet anderledes. Her angiver 52 %, at deres cigaretforbrug er upåvirket, 10 % at de ryger færre cigaretter mens 21 % er stoppet med at ryge cigaretter.

**Figur 6.5.2. E-cigaretters betydning for tobaksforbrug, fordelt på brugere og tidligere brugere, procent**



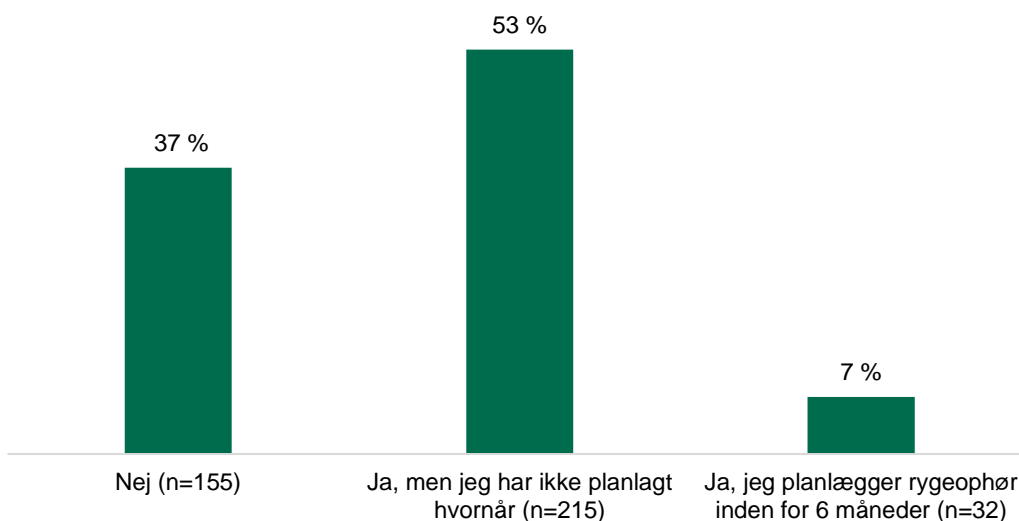
Note: For få respondenter angiver "Ryger flere cigaretter", hvorfor denne ikke fremgår af figuren.

**Udvikling:** Andelen af personer blandt brugere af e-cigaretter og tidligere brugere, der angiver, at deres cigaretforbrug er upåvirket, er faldet i perioden 2019 til 2020 (21 % i 2019 vs. 17 % i 2020). Samtidig er der sket et lille fald i samme periode blandt personer, der er tidligere brugere af e-cigaretter og som angiver, at de ryger færre cigaretter (12 % i 2019 vs. 10 % i 2020) samt angiver, at de er stoppet med at ryge cigaretter (23 % i 2019 vs. 21 % i 2020).

## 6.6. Ønske om at stoppe med at bruge e-cigaretter

I undersøgelsen spørges til ønsket om at stoppe med at bruge e-cigaretter, samt tidshorisonten herfor. Andelen, der ønsker at stoppe, men som ikke har planlagt hvornår, er 53 %, mens andelen, der ønsker at stoppe inden for 6 måneder er 7 %. Yderligere angiver 37 %, at de ikke ønsker at stoppe (figur 6.6.1).

**Figur 6.6.1. Ønske om at stoppe med at bruge e-cigaretter, inklusive tidshorisont for planer om at stoppe, procent**



Note: For få respondenter angiver "Ja, jeg planlægger rygeophør inden for 1 måned", hvorfor denne ikke fremgår af figuren

**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 falder andelen af personer, der ikke ønsker at stoppe med at bruge e-cigaretter (41 % i 2019 vs. 37 % i 2020), mens andelen af personer, der ønsker at stoppe, men dog ikke har planlagt hvornår, er steget (46 % i 2019 vs. 53 % i 2020).

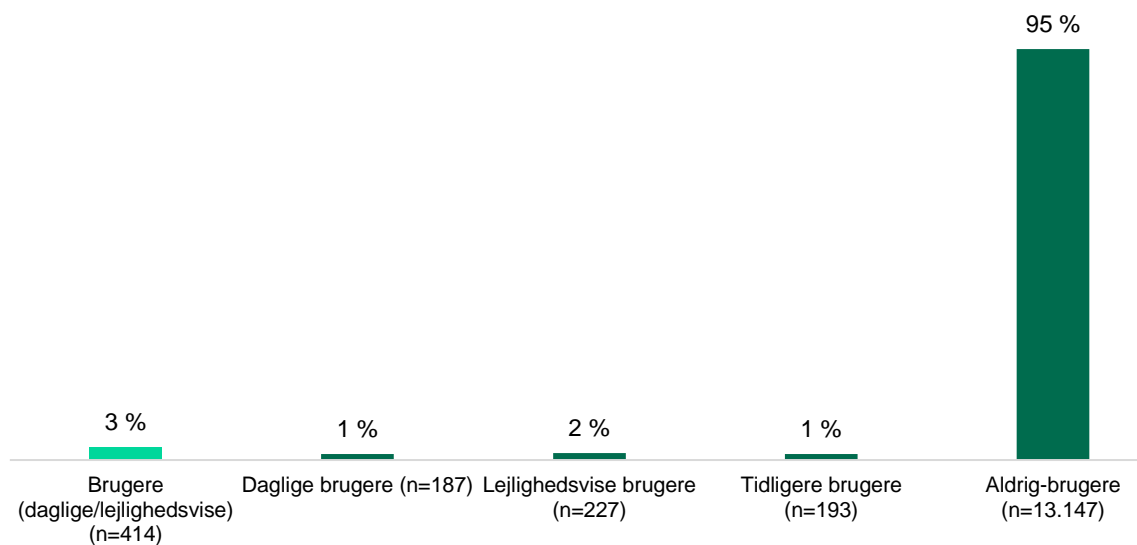
## 7. Røgfri tobak og nikotinposer

Kapitlet beskriver anvendelsen af røgfri tobak. Røgfri tobak er en fællesbetegnelse for flere typer produkter, der anvendes oralt og ikke inhaleres. Røgfri tobak omfatter snus, tyggetobak, tobakspastiller, skrå og snuff/pulvertobak.

### 7.1. Brug af røgfri tobak

Af figur 7.1.1 ses, at i alt bruger 3 % røgfri tobak, hvor 1 % bruger det dagligt og 2 % lejlighedsvis. Én procent har tidligere været brugere af røgfri tobak, mens 95 % aldrig har brugt røgfri tobak.

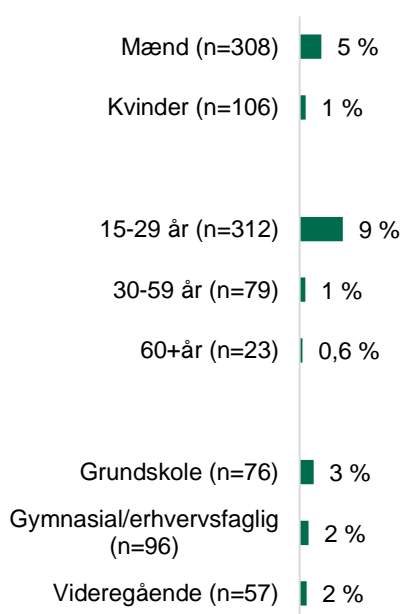
**Figur 7.1.1. Andel personer, der bruger røgfri tobak, procent**



Note: Som følge af afrundinger af tal, kan der forekomme uoverensstemmelse mellem andelen af brugere sammenlagt (daglige brugere/lejlighedsvis brugere) og enkeltvist.

Figur 7.1.2 viser personer, der bruger røgfri tobak opdelt på køn, alder og uddannelse. Flere mænd end kvinder bruger røgfri tobak (5 % vs. 1 %). Røgfri tobak er mest udbredt blandt den yngste aldersgruppe og mindst udbredt blandt den ældste; 9 % i alderen 15-29 år og 0,6 % i alderen 60+ år bruger røgfri tobak. Andelen af personer, der bruger røgfri tobak er 3 % for gruppen af personer med grundskole som højest fuldførte uddannelse, mens tilsvarende andele er 2 % både for personer med gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse og personer med videregående uddannelse, som højst fuldførte uddannelse.

**Figur 7.1.2. Andel, der bruger røgfri tobak, fordelt på køn, alder og uddannelse, procent**



(n) angiver antallet af respondenter, som anvender røgfri tobak inden for den pågældende karakteristika, mens % angiver andelen af disse, som anvender røgfri tobak i den pågældende gruppe

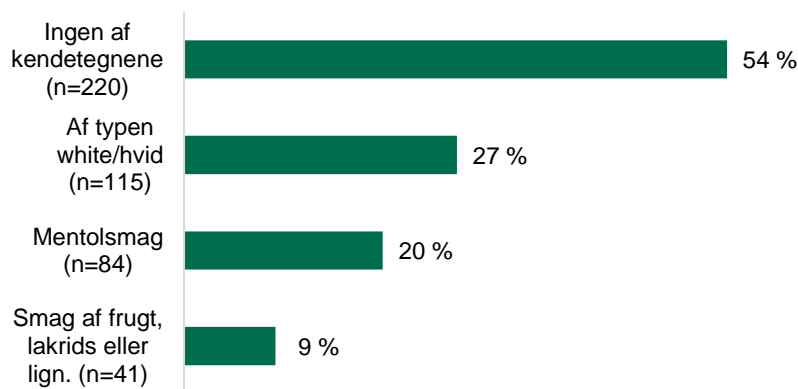
**Udvikling:** Totalt set er der i perioden 2019 til 2020 ikke forskel i andelen af personer, der bruger røgfri tobak, eller som tidligere har brugt røgfri tobak. Forekomsten af røgfri tobak fordelt på sociodemografiske karakteristika har ikke ændret sig fra år 2019 til 2020, hvor der f.eks. i 2019 var 8 % af de 15-29-årige, der brugte røgfri tobak og hhv. 1 % blandt de 30-59-årige og 60+-årige.

## 7.2. Brug af røgfri tobak med særlige kendetegn

I undersøgelsen er personer, der bruger røgfri tobak dagligt eller lejlighedsvist, spurgt til, om de bruger røgfri tobak med særlige kendetegn. Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svarkategorier og tobakstyperne er derfor ikke gensidigt udelukkende.

Som det fremgår af figur 7.2.1 bruger over halvdelen af brugerne af røgfri tobak et produkt uden særlige kendetegn (54 %). Af brugerne af røgfri tobak, angiver 27 %, at de bruger typen white/hvid, og 20 % bruger et røgfrit tobaksprodukt med mentolsmag. Røgfri tobak med smag af frugt, lakrids el. lignende bruger 9 % af brugerne af røgfri tobak.

**Figur 7.2.1. Brug af røgfri tobak med særlige kendetegn, procent**



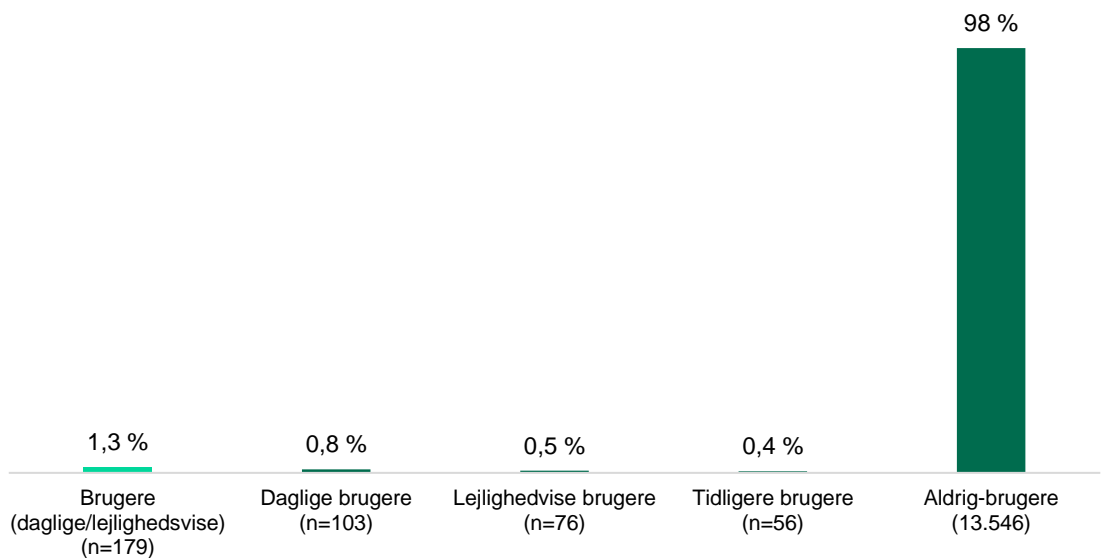
**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er der sket en lille stigning i andelen af personer, der bruger røgfri tobak af typen white/hvid (25 % i 2019 vs. 27 % i 2020). Omvendt er der sket en fald i andelen af personer, der bruger røgfri tobak med henholdsvis smag af frugt, lakrids eller lign (13 % i 2019 vs. 9 % i 2020) og mentolsmag (23 % i 2019 vs. 20 % i 2020). Desuden angiver flere, at de ikke bruger røgfri tobak med særlige kendetegn (54 % i 2019 vs. 49 % i 2020).

### 7.3. Brug af nikotinposer

I dette afsnit beskrives andelen af personer, som bruger nikotinposer. Dette produkt er relativt nyt på det danske marked.

Langt den største andel af de adspurgte har ikke brugt nikotinposer (98 %) (figur 7.3.1). I alt bruger 1,3 % af de adspurgte nikotinposer; 0,8 % af de adspurgte er daglige brugere af nikotinposer og 0,5 % bruger det lejlighedsvist. Tidligere brugere af nikotinposer udgør 0,4 %.

**Figur 7.3.1. Andel personer, der bruger nikotinposer, procent**

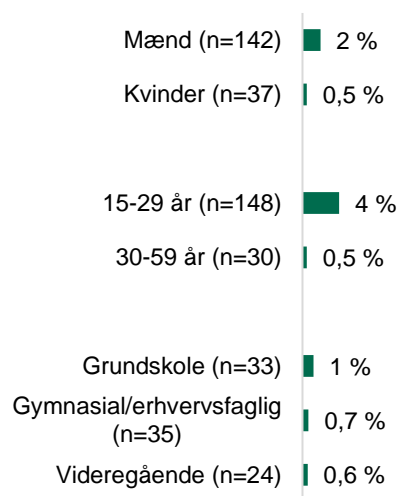


Note: Som følge af afrundinger af tal, kan der forekomme uoverensstemmelse mellem andelen af brugere sammenlagt (daglige brugere/lejlighedsvis brugere) og enkeltvist.



Af figur 7.3.2 fremgår personer, der bruger nikotinposer opdelt på køn, alder og uddannelse. Der er en tendens til, at flere mænd end kvinder bruger nikotinposer (2 % vs. 0,5 %). En større andel yngre end ældre bruger nikotinposer; henholdsvis 4 % for aldersgruppen 15-29 år og 1 % for aldersgruppen 30-59 år. Data for aldersgruppen 60+år er ikke vist i figuren, da der er for få besvarelser.

**Figur 7.3.2. Andel personer, der bruger nikotinposer opdelt på sociodemografiske karakteristika, procent**



*(n) angiver antallet af respondenter, som anvender nikotinposer inden for den pågældende karakteristika, mens % angiver andelen af disse som anvender nikotinposer i den pågældende gruppe*

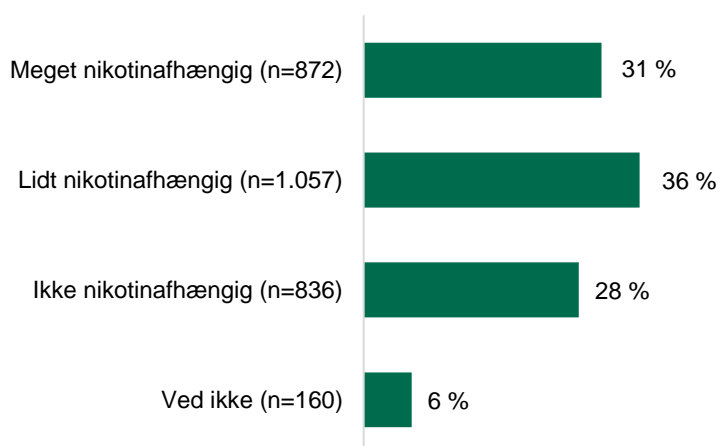
**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er forekomsten af personer, der bruger nikotinposer overordnet, uændret. Der ses en lille stigning i brugen af nikotinposer blandt de 15-29-årige (2 % i 2019 vs. 4 % i 2020).

## 8. Oplevelse af nikotinafhængighed

I dette kapitel præsenteres oplevelsen af egen nikotinafhængighed blandt personer, der ryger tobak, bruger e-cigaretter og/eller røgfri tobak. I alt bruger 22 % af respondenterne mindst et nikotinprodukt.

Figur 8.1.1 illustrerer oplevelsen af egen nikotinafhængighed. Lidt under en tredjedel angiver, at de oplever at være meget afhængig af nikotin (31 %), mens lidt over en tredjedel angiver at være lidt afhængig (36 %). Ligeledes angiver 28 %, at de ikke er nikotinafhængige, mens 6 % angiver, at de ikke ved det.

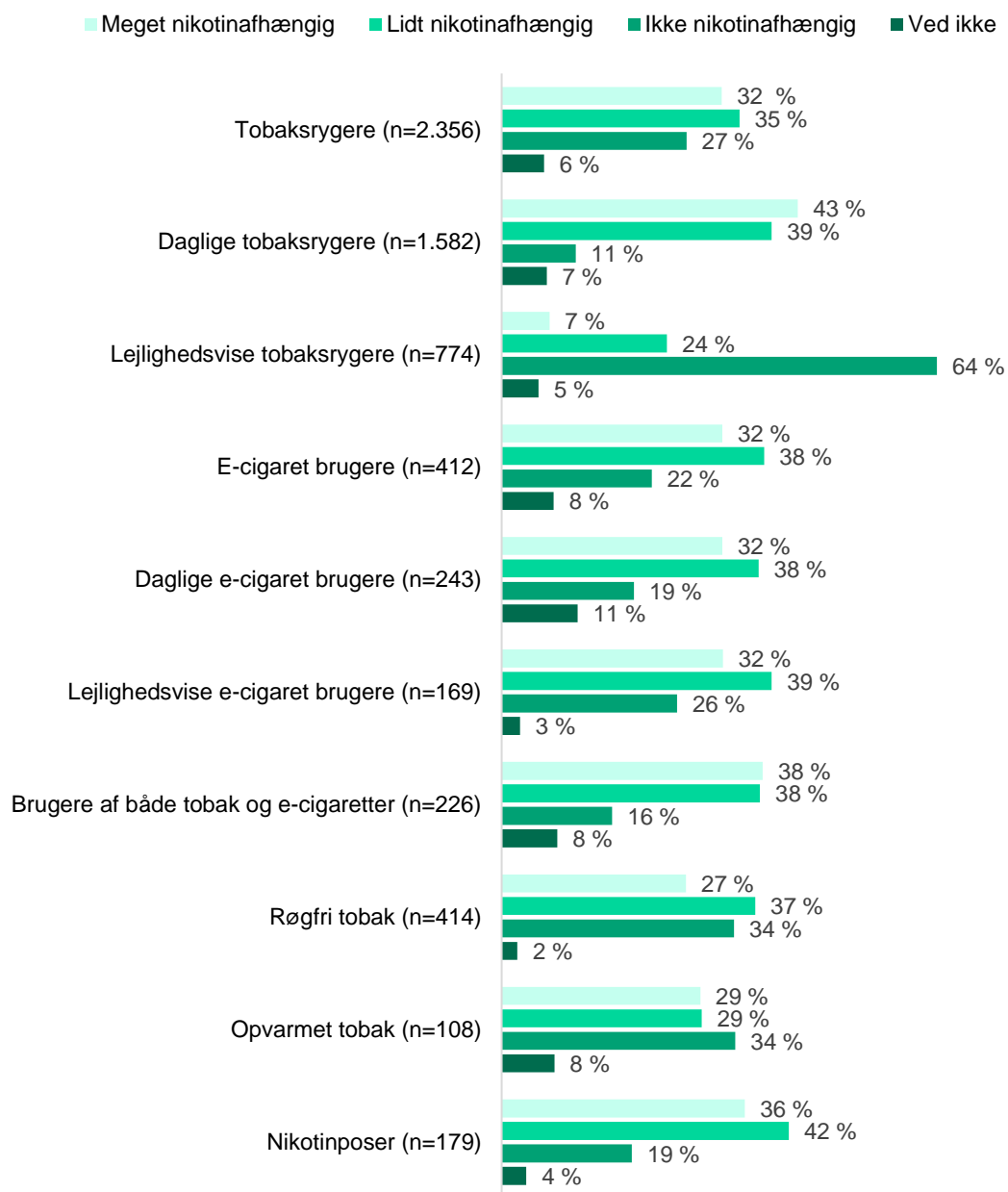
**Figur 8.1.1. Oplevelsen af egen nikotinafhængighed, procent**



Af figur 8.1.2 ses det, at personer, der ryger dagligt, i højere grad oplever at være meget nikotinafhængig sammenlignet med andre brugergrupper. Blandt de personer, der ryger dagligt, angiver 43 %, at de er meget nikotinafhængige og 39 % angiver at være lidt nikotinafhængige. Samtidig angiver 11 %, at de ikke er nikotinafhængige. For personer, der ryger lejlighedsvist, ser billedet anderledes ud. Her angiver 7 %, at de er meget nikotinafhængige, 24 % at de er lidt afhængige, mens 64 % angiver, at de ikke oplever at være afhængig af nikotin. Brugere af e-cigaretter oplever omtrent lige så høj nikotinafhængighed som tobaksrygere; i begge grupper er der 32 %, der angiver at være meget nikotinafhængige. Brugere af både tobak og e-cigaretter adskiller sig ikke betydeligt fra brugere af

et af produkterne; 38 % angiver at være meget afhængig og 38 % angiver at være lidt afhængig, mens færre dobbeltbrugere angiver, at de ikke oplever at være nikotinafhængig (16 %) end personer, der bruger e-cigaretter (22 %) og personer, der ryger (27 %). Personer, der bruger røgfri tobak og opvarmet tobak oplever i mindre grad at være nikotinafhængig (34 %), sammenlignet med flere af de andre brugergrupper. Blandt personer, der bruger nikotinposer, angiver henholdsvis 36 % at være meget og 42 % at være lidt afhængig af nikotin.

**Figur 8.1.2. Oplevelsen af egen nikotinafhængighed, fordelt på ryge- og brugergrupper, procent**

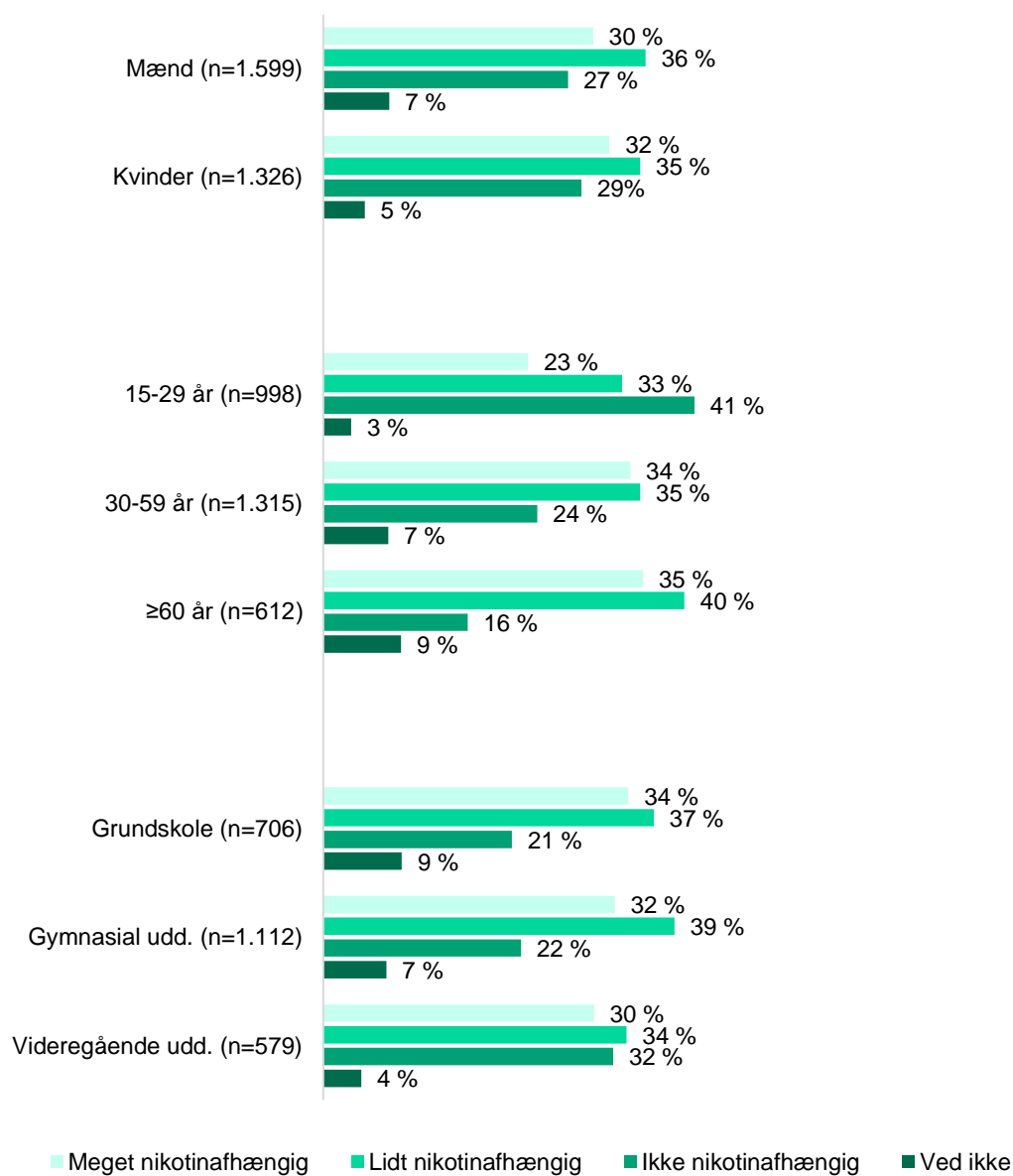


Figur 8.1.3 viser, at andelen af mænd og kvinder, som oplever at være lidt eller meget nikotinafhængig er stort set ens om end lidt flere kvinder end mænd føler sig meget nikotinafhængig (32 % vs. 30 %). Samtidig føler lidt flere kvinder end mænd sig ikke nikotinafhængig (29 % vs. 27 %). Blandt de tre aldersgrupper er der flest, som oplever nikotinaf-

hængighed i de ældre aldersgrupper og færrest blandt den yngste aldersgruppe. Eksempelvis angiver 23 % af de 15-29-årige, at de føler sig meget afhængige af nikotin, mens det samme gælder for henholdsvis 34 % 30-59-årige og 35 % 60+-årige. En større andel af de 15-29-årige angiver ligeledes, at de ikke føler sig afhængig af nikotin (41 %), hvor tilsvarende andele er mindre blandt aldersgruppen 30-59 år og 60+ år (24 % og 16 %).

Figuren viser yderligere, at der for uddannelse er flest, der ikke føler en nikotinafhængighed blandt personer med en videregående uddannelse (32 %) sammenlignet med personer, hvis højest gennemførte uddannelse er gymnasiet (22 %) og grundskolen (21 %). Omvendt er der flere, der føler sig lidt eller meget nikotinafhængige blandt personer med en gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse eller grundskolen, som højest gennemførte uddannelse.

**Figur 8.1.3. Oplevelsen af egen nikotinafhængighed, opdelt på sociodemografiske karakteristika, procent.**



**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er der samlet set ikke sket ændringer i oplevelsen af egen nikotinafhængighed. Der er dog sket ændringer, når man ser på de forskellige brugergrupper. Ændringerne er dog ikke systematiske. Blandt personer, der ryger dagligt, er der sket et fald i andelen, der føler sig lidt nikotinafhængig (42 % i 2019 vs. 39 % i 2020), mens der for personer, der ryger lejlighedsvist, er sket et fald i andelen af personer, der ikke føler sig nikotinafhængig (68 % i 2019 vs. 64 % i 2020). Blandt brugere af e-cigaretter er der sket et fald i andelen af personer, der føler sig meget nikotinafhængig (37 % i 2019 vs. 42 % i 2020), mens en stigning ses blandt personer, der føler sig lidt nikotinafhængig (34 % i 2019 vs. 38 % i 2020). Dette gælder både for daglige brugere og lejlighedsvis brugere. Blandt brugere af både tobak og e-cigaretter er der sket et fald i andelen af personer, der føler sig meget nikotinafhængig (44 % i 2019 vs. 38 % i 2020), og ikke afhængig (21 % i 2019 vs. 16 % i 2020), mens en stigning ses i andelen, der føler sig lidt afhængig (33 % i 2019 vs. 38 % i 2020). En lille stigning ses i gruppen af brugere af røgfri tobak, der føler sig meget nikotinafhængig (25 % i 2019 vs. 27 % i 2020) samt ikke afhængig (29 % i 2019 vs. 34 % i 2020), mens et fald ses blandt personer, der bruger røgfri tobak og føler sig lidt afhængig (41 % i 2019 vs. 37 % i 2020). Billedet er en smule anderledes for brugere af henholdsvis opvarmet tobak og nikotinposer, hvor der er sket en stigning i andelen af personer, der føler sig meget nikotinafhængig (hhv. 21 % i 2019 vs. 29 % i 2020 og 30 % i 2019 vs. 36 % i 2020) og et fald blandt personer, der ikke føler sig nikotinafhængig (hhv. 48 % i 2019 vs. 34 % i 2020 og 25 % i 2019 vs. 19 % i 2020).

I perioden 2019 til 2020 er der i næsten alle køns- alders- og uddannelsesgrupper sket et lille fald i andelen af personer, der ikke føler sig nikotinafhængig. Eksempelvis ses det, at blandt mænd følte 29 % sig ikke nikotinafhængig i 2019, mens dette gør sig gældende for 27 % i 2020. I aldersgruppen 15-29 år er andelen faldet fra 44 % til 41 % og blandt personer med en videregående uddannelse er der sket et fald fra 34 % til 32 %. Samtidig er der for nogle af grupperne sket en ændring i andelen, der føler sig meget nikotinafhængig i samme periode. Mens der for unge i alderen 15-29 år er sket en stigning i denne andel (18 % i 2019 vs. 23 % i 2020), er der sket et lille fald for aldersgruppen 30-59 år (36 % i 2019 vs. 34 % i 2020).

## 9. Tobaksrygning indendørs

Dette kapitel præsenterer forekomsten af indendørs rygning i hjemmet, andelen, der udsættes for røg fra naboer samt rygning i bil og på arbejdspladser.

### 9.1. Rygning i hjemmet

Dette afsnit beskriver andelen, der oplever, at der bliver røget tobak og/eller e-cigaretter indendørs i hjemmet, samt andelen, der udsættes for tobaksrøg fra naboer.

I tabel 9.1.1 ses det, at 15 % i alt angiver, at der ryges indendørs i deres hjem, hvor 9 % angiver, at der dagligt ryges indendørs, mens 6 % angiver, at rygning indendørs sker lejlighedsvist. Flere mænd end kvinder angiver, at der ryges dagligt eller lejlighedsvist i deres hjem (hhv. 17 % og 13 %). Indendørs rygning er mest udbredt blandt den ældste aldersgruppe (60+ år), hvor 23 % angiver, at der dagligt eller lejlighedsvist bliver røget indendørs i hjemmet. Tilsvarende andele er henholdsvis 11 % og 12 % for aldersgrupperne 15-29 år og 30-59 år. Forekomsten af indendørs rygning er lavere i takt med højere uddannelse. Blandt personer, med grundskolen som højst fuldførte uddannelse er der 23 %, hvor rygning i hjemmet forekommer enten dagligt eller lejlighedsvist, mens henholdsvis 16 % med gymnasial/erhvervsfaglig uddannelse og 10 % med videregående uddannelse, som højst fuldførte uddannelse, tilsvarende rapporterer, at dette forekommer dagligt eller lejlighedsvist. Endvidere er der færre med hjemmeboende børn (8 %) end uden hjemmeboende børn (19 %), der angiver, at der ryges indendørs i hjemmet.



**Table 9.1.1. Rygning af tobak indendørs i hjemmet, fordelt på sociodemografiske karakteristika, procent**

	Rygning (dagligt og lejlighedsvist) indendørs i hjemmet	Daglig rygning indendørs i hjemmet	Lejlighedsvis rygning indendørs i hjemmet	Aldrig rygning indendørs i hjemmet
	% (n)	% (n)	% (n)	% (n)
<b>Total</b>	15 (1.927)	9 (1.110)	6 (817)	85 (13.782)
<b>Køn</b>				
Mand	17 (1.021)	10 (605)	7 (416)	83 (5.482)
Kvinde	13 (906)	8 (505)	6 (401)	87 (6.373)
<b>Alder</b>				
15-29 år	11 (354)	5 (160)	6 (194)	89 (3.098)
30-59 år	12 (728)	7 (424)	5 (308)	88 (5.800)
60+ år	23 (845)	15 (526)	9 (319)	77 (2.957)
<b>Uddannelse</b>				
Grundskole	23 (532)	15 (344)	8 (188)	77 (1.895)
Gymnasial/erhvervsfaglig	16 (795)	10 (469)	6 (326)	84 (4.485)
Videregående	10 (391)	5 (207)	5 (184)	90 (3.594)
<b>Børn</b>				
Ingen hjemmeboende børn	19 (1.525)	12 (902)	8 (623)	81 (6.786)
Hjemmeboende børn	8 (402)	4 (208)	4 (194)	92 (5.063)

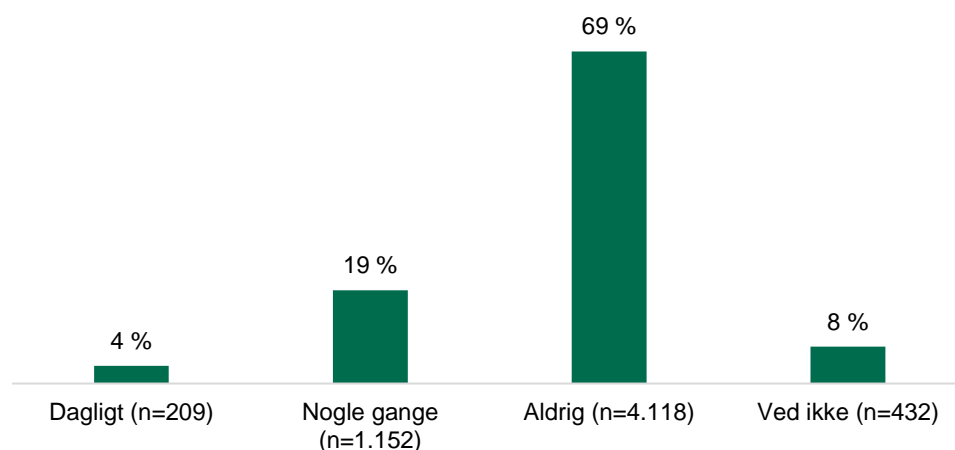
Note: Som følge af afrundinger af tal, kan der forekomme uoverensstemmelse mellem andelen af personer, der ryger sammenlagt (dagligt/lejlighedsvist) og enkeltvist for gruppen af daglige rygere og lejlighedsvis rygere.

**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er der totalt set ikke sket store ændringer, dog ses der et lille fald i andelen af personer, der rapporterer, at der ryges dagligt eller lejlighedsvist i hjemmet blandt personer med grundskolen som højeste fuldførte uddannelse (25 % i 2019 vs. 23 % i 2020). Dette lille fald skyldes primært et fald i andelen af personer, der rapporterer, at der dagligt ryges i hjemmet (17 % i 2019 vs. 15 % i 2020). Desuden ses et lille fald i andelen, der rapporterer, at der ryges indendørs i hjemmet blandt personer i alderen 30-59 år (14 % i 2019 vs. 12 % i 2020).

## 9.2. Tobaksrøg fra naboer

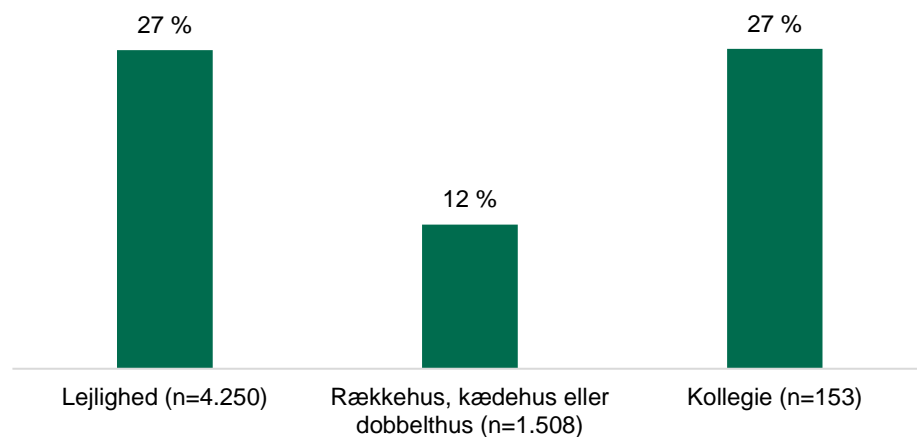
Figur 9.2.1 viser andelen, der oplever, at tobaksrøg trænger ind i hjemmet fra naboen. Samlet oplever 23 %, at der trænger tobaksrøg ind i hjemmet fra naboen, heraf 4 % dagligt og 19 % nogle gange.

**Figur 9.2.1. Røg fra naboer, procent**



Figur 9.2.2 viser andelen, der oplever, at naborøg trænger ind i hjemmet, opdelt på boligtyper. Af figuren ses det, at oplevelsen af naborøg i eget hjem er hyppigst hos personer, der bor i lejlighed og på kollegie (27 %). Blandt personer, der bor i rækkehus, kædehus eller dobbelthus er det 12 %, der oplever, at naborøg trænger ind i hjemmet.

**Figur 9.2.2. Røg fra naboer opdelt på boligtype, procent**

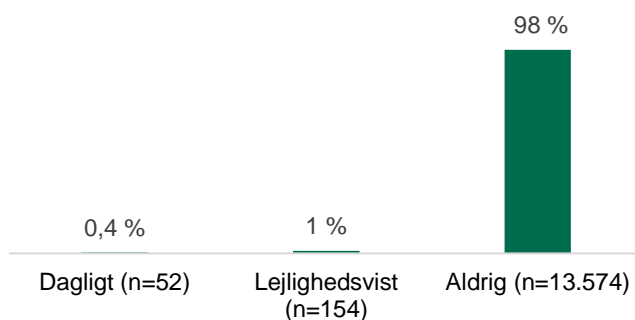


**Udvikling:** Andelen, der oplever røg fra naboer, er totalt set uændret i perioden 2019 til 2020. Opdelt på boligtype, er der dog sket et fald i andelen, der oplever, at røg fra deres naboer trænger ind i hjemmet blandt henholdsvis personer, der bor i lejlighed (30 % i 2019 vs. 27 % i 2020) og på kollegie (32 % i 2019 vs. 27 % i 2020).

### 9.3. Indendørs brug af opvarmet tobak og e-cigaretter

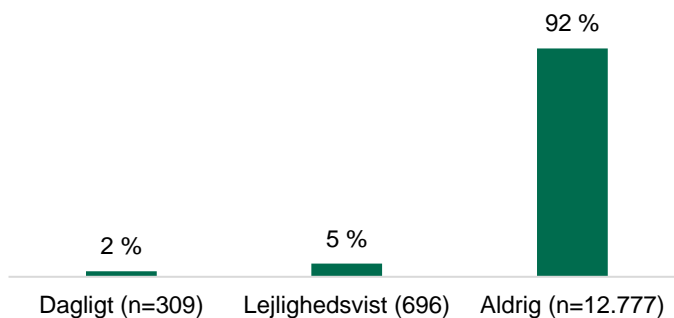
Af figur 9.3.1 fremgår andelen af personer, der angiver, at der bruges opvarmet tobak indendørs i hjemmet. Her ses det, at 0,4 % angiver, at der dagligt bliver røget opvarmet tobak indendørs i hjemmet, mens 1 % angiver, at dette forekommer lejlighedsvist.

**Figur 9.3.1. Brug af opvarmet tobak indendørs i hjemmet, procent**



Af figur 9.3.2 ses det, at 2 % af respondenterne angiver, at der dagligt bliver brugt e-cigaretter indenfor i hjemmet, mens 5 % angiver, at e-cigaretter lejlighedsvist bliver brugt i hjemmet.

**Figur 9.3.2. Brug af e-cigaretter indendørs i hjemmet, procent**



**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er der ikke sket ændringer i brug af e-cigaretter eller brug af opvarmet tobak indendørs i hjemmet.

#### 9.4. Indendørs rygning på arbejdsplads

Dette afsnit præsenterer forekomsten af indendørs rygning på arbejdspladsen.

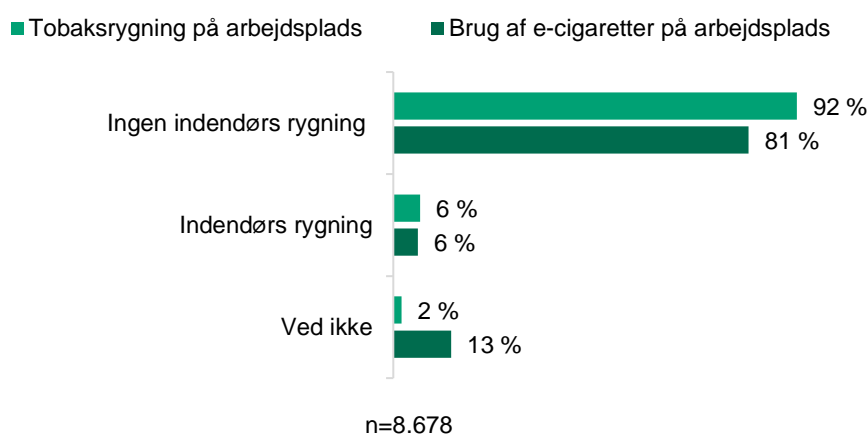
Lov om røgfri miljøer gælder blandt andet på arbejdspladser, institutioner og skoler for børn og unge eller på øvrige uddannelsesinstitutioner. På tidspunktet hvor dataindsamlingen blev gennemført, betød det blandt andet, at det ikke var lovligt at ryge indendørs på uddannelsesinstitutioner. Alle arbejdspladser skal 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. Ifølge Lov om elektroniske cigaretter er det blandt andet 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 er der trådt yderligere regler i kraft om flere røgfrie miljøer, som et af tiltagene under Den nationale handleplan mod børns og unges rygning. De nye regler var således ikke trådt i kraft i perioden, hvor dataindsamlingen blev gennemført. De nye regler kan findes på [www.retsinformation.dk](http://www.retsinformation.dk).

Undersøgelsen afdækker, om rygning alligevel finder sted indendørs på nogle arbejdspladser.

Figur 9.4.1 viser indendørs rygning på arbejdspladsen, opdelt efter tobaksrygning og brug af e-cigaretter. Af figuren fremgår det, at 6 % af respondenterne oplever indendørs tobaksrygning eller brug af e-cigaretter på arbejdspladsen. Der er dog en større andel af respondenterne, der er i tvivl, hvorvidt brugen af e-cigaretter finder sted indendørs på arbejdspladsen.

**Figur 9.4.1. Indendørs rygning på arbejde opdelt på tobak og e-cigarett, procent**

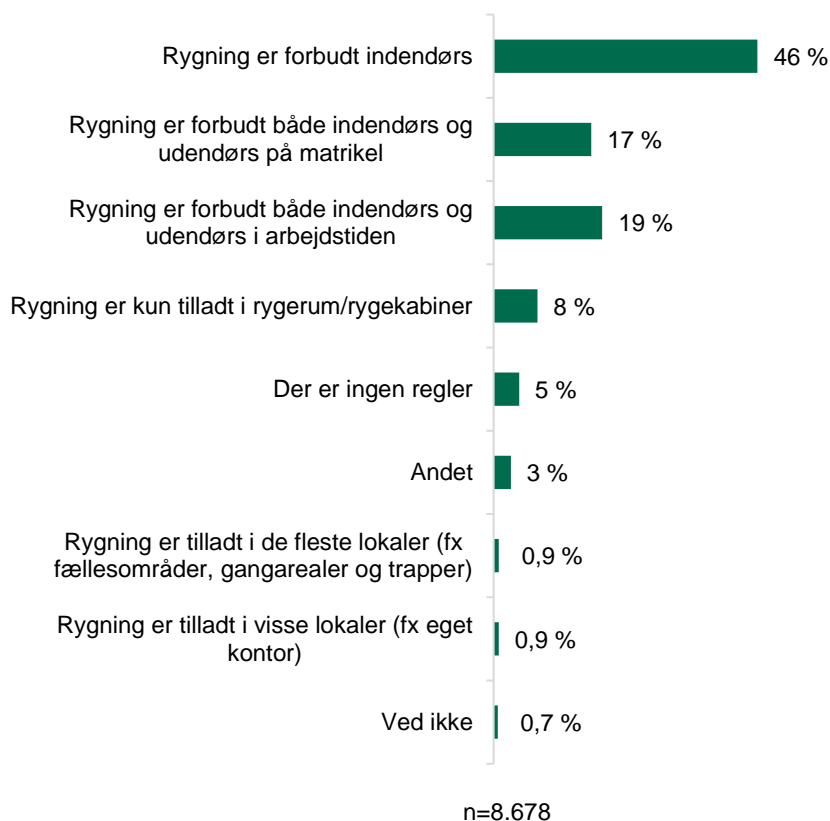


**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er der ikke sket ændringer i indendørs rygning på arbejdet, hvad angår både tobak og e-cigaretter.

I undersøgelsen er respondenterne i arbejde, blevet spurgt til, hvilke rygeregler, der gælder på deres arbejdsplads. Figur 9.4.2 viser regler for røgfri miljøer på arbejdspladsen.

Blandt respondenter i arbejde angiver lige knap halvdelen, at rygning er forbudt indendørs (46 %). Yderligere angiver 19 %, at deres arbejdsplads har røgfri arbejdstid (dvs. rygning er forbudt både indendørs og udendørs i arbejdstiden), mens 17 % angiver, at rygning er forbudt på matriklen, både indendørs og udendørs. Fem % rapporterer, at arbejdspladsen ingen regler for røgfri miljøer har, mens lige godt 2 % rapporterer, at rygning er tilladt – enten i alle lokaler eller visse lokaler.

**Figur 9.4.2. Røgfri miljøer på arbejdsplads, procent**



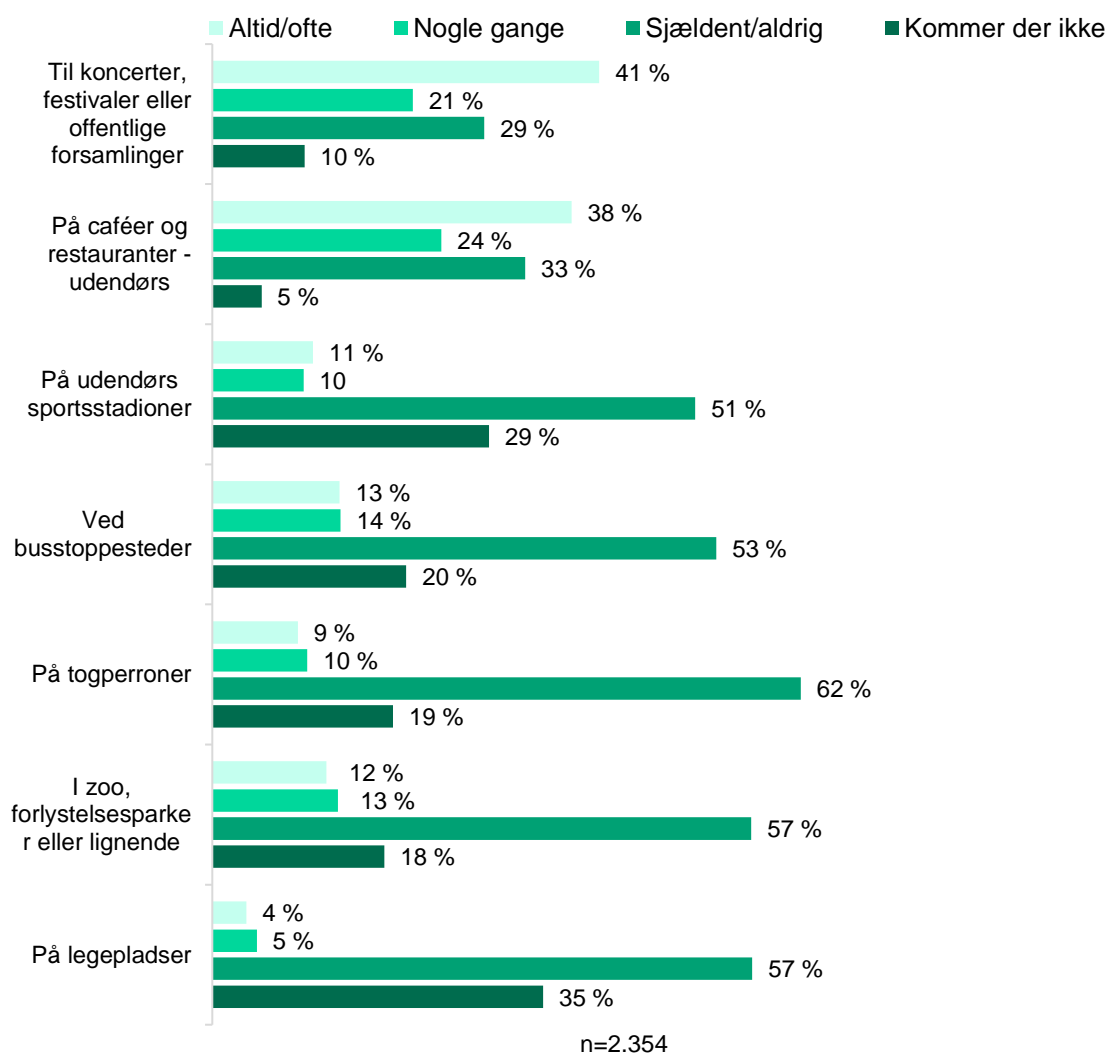
**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er der sket et fald i andelen af personer, der angiver, at rygning er forbudt indendørs (52 % i 2019 vs. 46 % i 2020). Omvendt er der sket en stigning i andelen af personer, der angiver, at rygning er forbudt både indendørs og udendørs i arbejdstiden (røgfri arbejdstid) (13 % i 2019 vs. 19 % i 2020).

## 10. Udendørs tobakseksposering

Dette kapitel beskriver udendørs rygning forskellige steder i det offentlige rum.

Figur 10.1.1 illustrerer, hvor rygning udendørs blandt personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist foregår. Som det ses af figuren, er koncerter, festivaler eller offentlige forsamlinger, det sted, hvor de adspurgte personer, der ryger dagligt eller lejlighedsvist oftest ryger (41 %). Desuden foregår udendørs rygning også hyppigt på cafeer og restauranter, hvor 38 % har svaret, at de altid/ofte ryger her. Blandt personer der ryger, angiver mellem 13 % og 9 %, at de ofte/altid ryger på udendørs sportsstadioner, ved busstoppesteder, togperroner og i zoo, forlystelsesparker eller lignende. Færrest angiver, at ryge altid/ofte på legepladser (4 %).

**Figur 10.1.1. Rygning udendørs blandt personer, der ryger dagligt og lejlighedsvist, procent**



**Udvikling:** I perioden 2019 til 2020 er der overordnet sket et fald i andelen, der ryger på offentlige steder udendørs, herunder busstoppesteder, togperroner, sportsstationer mm. Eksempelvis ses det, at 50 % i 2019 angav, at de sjældent/aldrig røg på togperroner, hvilket i 2020 er 62 %. De største ændringer i rygning på udendørs steder, hvor der sjældent/aldrig ryges, er på udendørs sportsstadioner (37 % i 2019 vs. 51 % i 2020), i zoo, forlystelsesparker eller lignende (44 % i 2019 vs. 57 % i 2020) samt på café og restaurant udendørs (20 % i 2019 vs. 33 % i 2020). Der er overordnet ikke de store ændringer i andelen, der angiver, at de ikke kommer de pågældende steder.

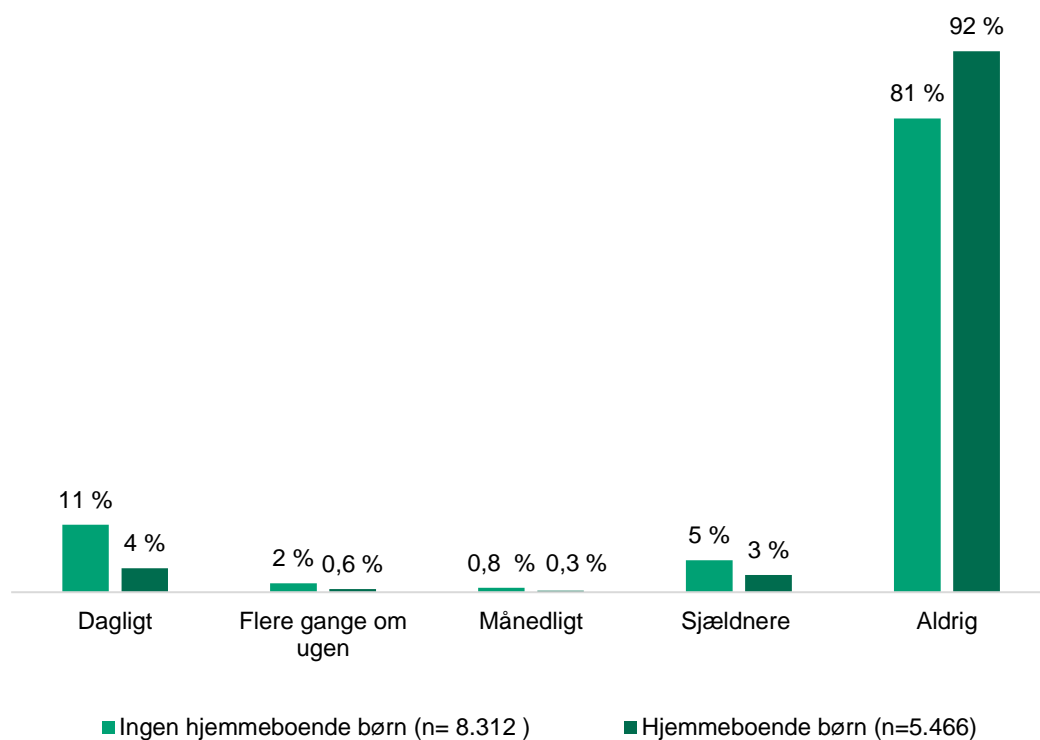


## 11. Nikotineksponering og børn

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

Som det fremgår af figur 11.1.1, ryger flere personer uden hjemmeboende børn dagligt i hjemmet sammenlignet med personer, der har hjemmeboende børn (11 % vs. 4 %). Ligeledes ryger lidt flere uden hjemmeboende børn (2 %) end med hjemmeboende børn (0,6 %) flere gange om ugen indendørs i hjemmet. Langt de fleste angiver dog, at de ikke ryger i hjemmet – med eller uden børn.

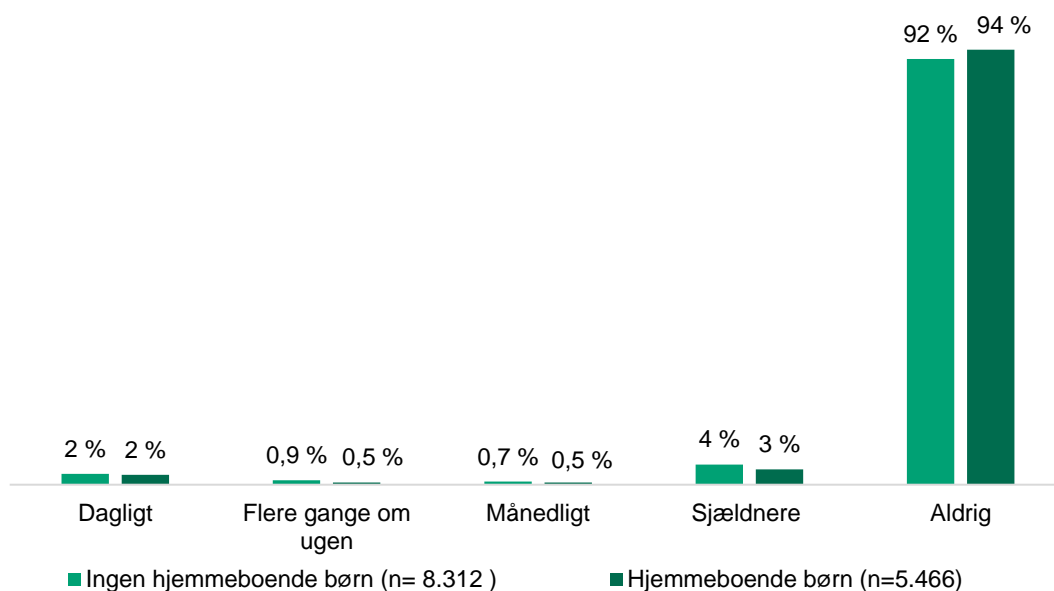
**Figur 11.1.1. Brug af cigaretter indendørs i hjemmet opdelt efter hjemmeboende børn, procent**



Figur 11.1.2 viser brug af e-cigaretter indendørs i hjemmet fordelt på, om der er hjemmeboende børn eller ej.

Hvor der for rygning af cigaretter indendørs i hjemmet var forskel på, om børnene boede hjemme eller ej, ses dette mønster ikke blandt personer, der bruger e-cigaretter. Her ses det, at der stort set for alle kategorier er lige mange brugere af e-cigaretter, der ryger indendørs i hjemmet uafhængig af, om de har hjemmeboende børn eller ej. Lidt flere personer med hjemmeboende børn angiver, at de aldrig ryger indendørs i hjemmet (94 %) sammenlignet med personer, der ikke har hjemmeboende børn (92 %).

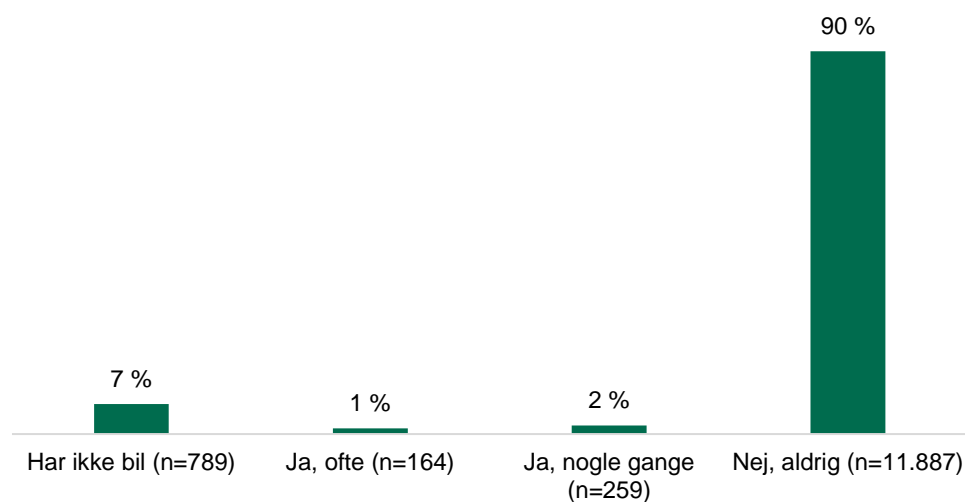
**Figur 11.1.2. Brug af e-cigaretter indendørs i hjemmet opdelt efter hjemmeboende børn, procent**



**Udvikling:** Fra 2019 til 2020 er der ikke sket ændringer i brugen af cigaretter indendørs i hjemmet. Der er sket en lille stigning i andelen, der aldrig har brugt e-cigaretter i hjemmet blandt personer med hjemmeboende børn (92 % i 2019 vs. 94 % i 2020).

I undersøgelsen er der spurgt til, om der bliver røget i bilen, mens der er børn til stede. Tre procent af de adspurgte angiver, at der bliver røget i bilen, mens der er børn til stede (figur 11.1.3). Langt størstedelen svarer, at dette aldrig sker (90 %).

**Figur 11.1.3. Rygning i bilen mens der er børn til stede, procent**



**Udvikling:** Fra 2019 til 2020 er andelen, der har røget i bilen mens der er børn til stede, uændret.

## Referenceliste

1. Eriksen L, Davidsen M, Jensen HAR, Ryd JT, Strøbæk L, White ED, et al. Sygdomsbyrden i Danmark: risikofaktorer: Sundhedsstyrelsen; 2016.
2. Flachs EM, Eriksen L, Koch MB, Ryd JT, Dibba EP, Skov-Ettrup L, et al. Sygdomsbyrden i Danmark: sygdomme: Sundhedsstyrelsen; 2015.
3. Møller SP, Sørensen I, Christensen AI, Tolstrup JS. Risikofaktorer for udvalgte hjertesygdomme: Livsstil og psykosociale forhold. 2017.
4. 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 and Tobacco Research*. 2018;20(12):1427-33.
5. Vestbo J, PISINGER C, Bast LS, GYRD-HANSEN D. Forebyggelse af rygning blandt børn og unge. Hvad virker? 2018. Vidensråd for Forebyggelse.
6. 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.
7. Saddleson M, Kozlowski L, Giovino G, Goniewicz M, Mahoney M, Homish G, et al. Enjoyment and other reasons for electronic cigarette use: Results from college students in New York. *Addictive behaviors*. 2016;54:33-9.
8. Suris J-C, Berchtold A, Akre C. Reasons to use e-cigarettes and associations with other substances among adolescents in Switzerland. *Drug and alcohol dependence*. 2015;153:140-4.
9. Alexander JP, Williams P, Lee YO. Youth who use e-cigarettes regularly: A qualitative study of behavior, attitudes, and familial norms. *Preventive medicine reports*. 2019;13:93-7.
10. Pisinger C, Døssing M. A systematic review of health effects of electronic cigarettes. *Preventive medicine*. 2014;69:248-60.
11. Tøttenborg SS, Holm AL, Wibholm NC. E-cigarette indeholder også skadelige stoffer. *Ugeskrift for Læger*. . *Ugeskr Læger*. 2014;176 (8): 1649-52.
12. Thomson M, Ahlbom A, Bridges J, Rydzynski K. Health effects of smokeless Tobacco products. SCENIHR (Scientific Committee on Emerging and Newly-Identified Health Risks) paper Brussel. 2008.
13. Lee WH, Ong S-G, Zhou Y, Tian L, Bae HR, Baker N, et al. Modeling cardiovascular risks of e-cigarettes with human-induced pluripotent stem cell-derived endothelial cells. *Journal of the American College of Cardiology*. 2019;73(21):2722-37.
14. Bhatta DN, Glantz SA. Electronic cigarette use and myocardial infarction among adults in the US population assessment of tobacco and health. *Journal of the American Heart Association*. 2019;8(12):e012317.

**Sundhedsstyrelsen**  
Islands Brygge 67  
2300 København S

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

**Sundhed for alle** ♥ + ●