

2019

Niðurstöður ESPAD-könnunarinnar

Vímuefnaneysla unglinga á Suðurnesjum



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MENNTAVÍSINDASVIÐ

Ársæll Arnarson, prófessor
Rannsóknarstofa í tómstundafræði

Ingibjörg Kjartansdóttir
Menntavísindastofnun



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MENNTAVÍSINDASVIÐ

Ársæll Arnarson, prófessor
Rannsóknarstofa í tómstundafræði
Ingibjörg Kjartansdóttir

MENNTAVÍSINDASTOFNUN

September 2020



The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs
www.espad.org

Efnisyfirlit

Samantekt	2
Inngangur	4
Framkvæmd	6
Niðurstöður	9
Reykingar og tóbaksnotkun	10
<i>Sígarettur</i>	10
<i>Rafrettur</i>	15
<i>Önnur tóbaksnotkun</i>	18
Áfengi	20
Kannabis	27
Önnur víma	31
Samband við foreldra	34
Virgni unglunga	40
<i>Fjárhættuspil</i>	40
<i>Tölvuleikir</i>	41
<i>Internet</i>	44
<i>Samfélagsmiðlar</i>	45
<i>Íþróttir og líkamsrækt</i>	47
<i>Bóklestur til ánægju</i>	49
<i>Skrópað í skólanum</i>	51
Heimildir	52

Samantekt

Í þessari skýrslu eru helstu niðurstöður ESPAD 2019 kynntar varðandi 10. bekkina á Suðurnesjum. Samanburðarhópar eru annars vegar höfuðborgarsvæðið án Suðurnesja og hins vegar landsbyggðin.

Sígarettur

Mjög hefur dregið úr reykingum íslenskra unglunga undanfarna áratugi. Á Suðurnesjum hafði lægra hlutfall prófað að reykja sígarettur en á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni utan Suðurnesja. Hlutfallið var einnig lægra á Suðurnesjum meðal þeirra sem höfðu reyk 40 sinnum eða oftar en á samanburðarsvæðunum. Aðeins færri strákar en stelpur á Suðurnesjum höfðu einhvern tímann reyk 10 sígarettur. Aðeins lægra hlutfall unglunga á Suðurnesjum töldu auðvelt að ná sér í sígarettur en meðal þátttakenda í samanburðarhópunum tveimur.

Rafrettur

Í fyrri umferðum ESPAD var ekki spurt um reykingar með rafrettum og því ekki mögulegt að skoða breytingar frá fyrri könnunum. Nokkuð færri unglingar á Suðurnesjum höfðu reyk 10 rafrettur einhvern tímann á ævinni en jafnaldrar þeirra á höfuðborgarsvæðinu eða landsbyggðinni. Hlutfall unglunga á Suðurnesjum sem sögðust reykja rafrettur næstum daglega var mun lægra en meðal jafnaldra þeirra í samanburðarhópunum. Aðeins stelpur reyktu næstum daglega með rafrettum. Örlítið fleiri 10. bekkingar höfðu prófað að reykja með rafrettum en reyk 10 sígarettur.

Áfengi

Líkt og með reykingar þá hefur dregið mjög úr áfengisneyslu íslenskra unglunga á liðnum áratugum. Um 23% unglunga í 10. bekk á Suðurnesjum sögðust hafa drukkið áfengi síðastliðið ár. Þetta er svipað hlutfall og á höfuðborgarsvæðinu samantekið en lægra en á landsbyggðinni. Stelpur á Suðurnesjum voru líklegri til að hafa prófað að drekka áfengi en strákar sl. 12 mánuði. Hlutfall þátttakenda á Suðurnesjum sem taldi erfitt að ná í sterkt áfengi var svipað og í viðmiðunarhópunum. Heldur auðveldara var fyrir unglunga á Suðurnesjum að ná sér í bjór en sterkt áfengi sem og annars staðar á landinu. Aðgengi að bjór var mjög svipað og hjá samanburðarhópunum.

Kannabis

Hlutfall þeirra sem hefur einhvern tíma prófað kannabis hefur heldur minnkað yfir þau rúm 20 ár sem rannsóknin spannar hér á landi. Á Suðurnesjum voru 10. bekkingar aðeins ólíklegri til að hafa prófað kannabis en jafnaldrar þeirra sem búa annars staðar á höfuðborgarsvæðinu eða á landsbyggðinni. Á Suðurnesjum hafði svipað hlutfall stráka og stelpna prófað kannabis. Þáttakendur á Suðurnesjum voru ólíklegri en á höfuðborgarsvæðinu eða á landsbyggðinni til að telja frekar eða mjög auðvelt fyrir þá að nálgast kannabisefni.

Inngangur

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

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

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

Einnig notar ESPAD-rannsóknarhópurinn alþjóðlega viðurkenndar mælingar á þáttum eins og fjölskylduáðstæðum, uppruna, búsetu, félags- og efnahagslegri stöðu, andlegri líðan, tengslum við vini og fjölskyldu, lífsstíl og framtíðaráformum. Að auki getur hvert þátttökuland bætt inn nokkrum liðum að eigin vilja. Mælingar gefa kost á margvíslegum rannsóknum á orsökum og afleiðingum vímuefnaneyslu unglunga í einstökum löndum og í Evrópu í heild. Þar sem gögnin spanna rúmlega tuttugu ára tímabil gefa þau jafnframt kost á rannsóknum á breytingum á eðli vímuefnaneyslu unglunga yfir tíma og þeim þáttum sem skýrt geta slíkar breytingar. Um hundrað fræðimenn víðs vegar um Evrópu vinna að úrvinnslu þessara gagna og hafa ýmsar mikilvægar niðurstöður á grundvelli þeirra birst í helstu fræðitímaritum á þessu sviði. Einnig hafa verið gefnar út ítarlegar skýrslur um niðurstöður ESPAD-fyrirlagnanna frá árinu 1995. Þessar skýrslur og yfirlit um alþjóðlegar vísindagreinar sem byggja á gögnunum eru tiltækar á heimasíðu verkefnisins, www.ESPAD.org.

Á Íslandi er ESPAD-rannsóknin unnin í samvinnu Rannsóknarstofu í tómstundarfræðum og Menntavísindastofnunar við Háskóla Íslands. Í upphafi stýrði Þóroddur Bjarnason prófessor í félagsfræði

við Háskólann á Akureyri íslenska hluta ESPAD-verkefnisins, en á síðustu árum hefur Ársæll Arnarsson prófessor við Menntavísindasvið Háskóla Íslands verið ábyrgðarmaður verkefnisins. Undanfarin rúm tuttugu ár hafa tugir sérfræðinga og háskólanema við íslenska háskóla tekið virkan þátt í ESPAD á Íslandi og hefur verkefnið meðal annars notið styrkja frá Áfengis- og vímuvarnarráði, Lýðheilsustöð, Jafnréttissjóði, Háskólasjóði KEA, Heilbrigðisráðuneytinu, Rannsóknasjóði Háskólans á Akureyri og Rannsóknasjóði Háskóla Íslands.

Framkvæmd

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

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

Siðferðisleg álitaeefni

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

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

Fyrirlögn

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

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

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

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

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

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

Hugbúnaðurinn Qualtrics var notaður við fyrirlögn könnunarinnar en gögnin voru síðan hreinsuð í SPSS undir lok maí 2019. Endurkóðun og hreinsun íslensku gagnanna fór fram í ágúst sama ár. Á haustmánuðum

voru gögnin enn á ný hreinsuð og stöðluð skv. verklagsreglum alþjóðlegs framkvæmdateymis ESPAD. Við framsetningu á tölfræðigögnum í þessari skýrslu var notast við R Core Team (2018).

Niðurstöður

Fjöldi og hlutfall þátttakenda eftir sveitarfélögum.

Alls tóku 1250 (48,6%) strákar og 1323 (51,4%) stelpur þátt í rannsókninni. Nokkur sveitarfélög voru flokkuð saman og skilgreind sem höfuðborgarsvæði, þ.e., Reykjavík, Seltjarnarnes, Kópavogur, Garðabær, Hafnarfjörður og Mosfellsbær. Ekki er vitað um sveitarfélag hjá 114 þátttakendum. Viðmiðunartölur fyrir landsbyggðina eru öll sveitarfélög utan höfuðborgarsvæðis og nemendum þess sveitarfélags sem skýrslan er unnin fyrir.

Fjöldi og hlutfall þátttakenda í samanburðarhópunum.

	Strákar		Stelpur	
	Fjöldi	Hlutfall (%)	Fjöldi	Hlutfall (%)
Suðurnes	105	49,1	109	50,9
Höfuðborgarsvæði	666	46,4	768	53,6
Landsbyggð	429	52,9	382	47,1

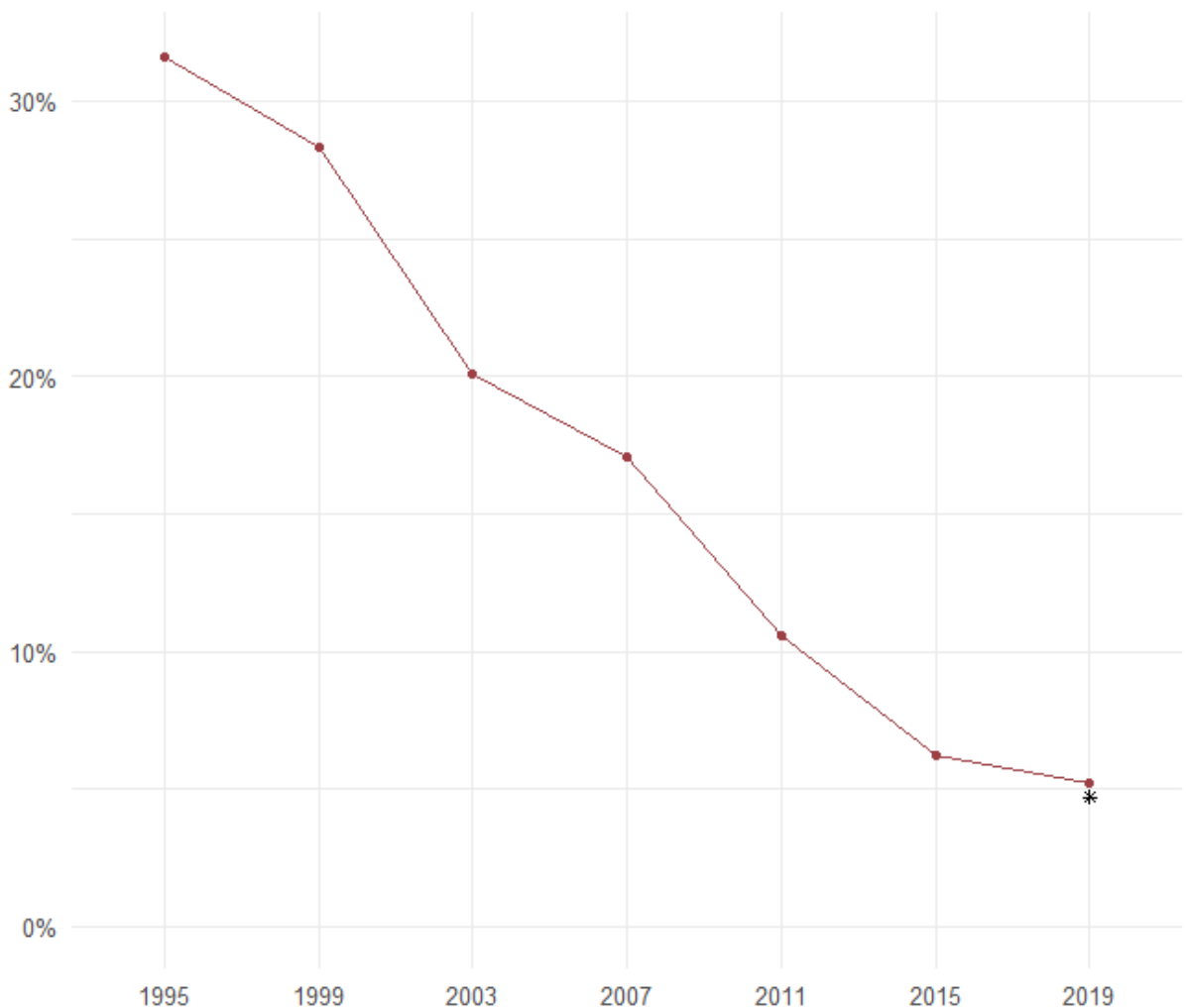
Reykingar og tóbaksnotkun

Sígarettur

Mjög hefur dregið úr reykingum íslenskra unglinga undanfarna áratugi. Samkvæmt ESPAD-gögnunum frá árinu 2015 höfðu 16% unglinga á landinu öllu einhvern tíma prófað að reykja á ævinni samanborið við 46% jafnaldra þeirra í Evrópu.

Myndin sýnir hvernig dregið hefur úr reykingum íslenskra unglinga frá 1995 til 2019 sem hafa reykkt einhvern tímann undanfarna 30 daga fyrir framkvæmd könnunar. Til viðmiðunar hefur gildi fyrir 2019 fyrir Suðurnes verið sett sem stjarna inn á myndina.

Hlutfall 10. bekkinga á Íslandi sem hafa reykkt sígarettu sl. 30 daga?



Á Suðurnesjum er hlutfall þeirra sem hafa prófað að reykja einhverntímann á ævinni lægra en bæði á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni utan Suðurnesja. Þá er hlutfallið nokkuð lægra meðal unglunga á Suðurnesjum sem höfðu reyk 40 sinnum eða oftar um ævina en í viðmiðunarhópunum tveimur, sjá töflu.

Hversu oft um ævina hefur þú reyk sígarettu?

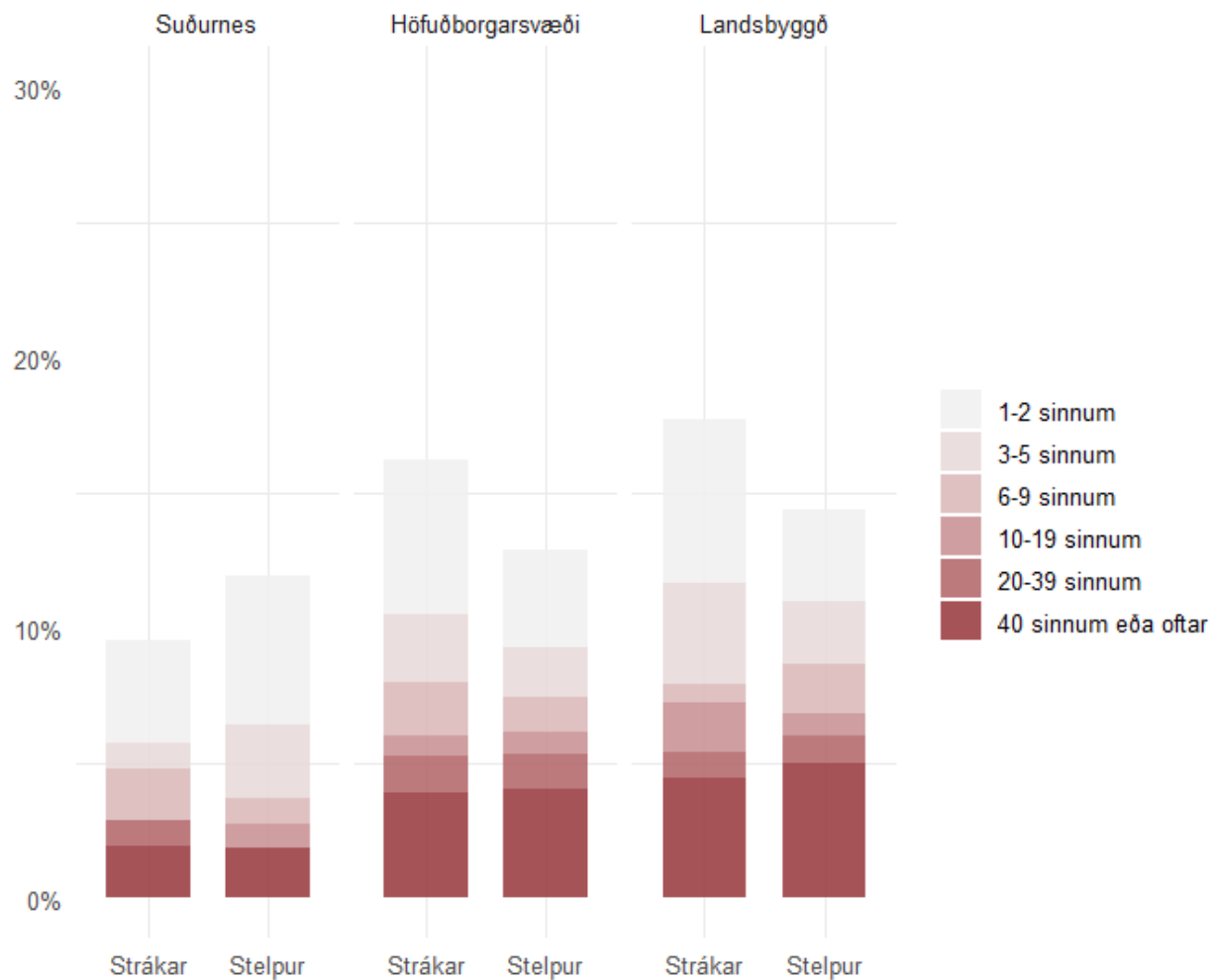
	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	89,3	85,6	83,8
1-2 sinnum	4,7	4,6	4,8
3-5 sinnum	1,9	2,2	3,1
6-9 sinnum	1,4	1,6	1,2
10-19 sinnum	0,5	0,8	1,4
20-39 sinnum	0,5	1,3	1,0
40 sinnum eða oftar	1,9	4,0	4,7

Á Suðurnesjum voru stelpur voru líklegri en strákar til að hafa einhvern tímann reyk sígarettur.

Hversu oft um ævina reyk sígarettu?

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	90,5	83,8	82,3
	1-2 sinnum	3,8	5,7	6,1
	3-5 sinnum	1,0	2,6	3,7
	6-9 sinnum	1,9	2,0	0,7
	10-19 sinnum	0,0	0,8	1,9
	20-39 sinnum	1,0	1,4	0,9
	40 sinnum eða oftar	1,9	3,9	4,4
Stelpur	Aldrei	88,1	87,1	85,6
	1-2 sinnum	5,5	3,6	3,4
	3-5 sinnum	2,8	1,8	2,4
	6-9 sinnum	0,9	1,3	1,8
	10-19 sinnum	0,9	0,8	0,8
	20-39 sinnum	0,0	1,3	1,0
	40 sinnum eða oftar	1,8	4,0	5,0

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



Aldur þegar þátttakendur reyktu sígarettur í fyrsta sinn.

Spurt var um hversu gamlir þátttakendur hefðu verið þegar þeir prófuðu fyrst að reykja. Gott er að hafa í huga að um er að ræða þátttakendur í 10. bekk, því er hluti hópsins ekki búinn að ná 16 ára aldri og ekki að undra að fáir velji þann möguleika. Sjá má í töflunni hér að neðan að unglingar á Suðurnesjum hafa gert minna af því að byrja að prófa sígarettur eftir 12 ára aldurinn en á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni utan Suðurnesja.

Hvenær ef nokkru sinni reyktir þú sígarettu í fyrsta sinn?

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	91,6	86,6	85,0
9 ára eða yngri	0,5	0,8	0,5
10 ára	0,5	0,3	1,1
11 ára	0,0	0,8	1,2
12 ára	0,9	1,0	0,9
13 ára	0,9	2,7	1,7
14 ára	1,9	4,3	5,8
15 ára	3,3	3,1	3,7
16 ára eða eldri	0,5	0,2	0,1

Aðgengi að sígarettum

Í rannsókninni árið 2019 kom fram að aðgengi að sígarettum virtist vera talsvert í öllum landshlutum. Um 16% nemenda í 10. bekk á Suðurnesjum sagðist eiga mjög auðvelt með að ná sér í sígarettur og um fjórðungur til viðbótar sagði það frekar auðvelt. Unglingar á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni utan Suðurnesja virtust eiga auðveldara með að ná sér í sígarettur.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Ómögulegt	22,2	14,4	12,1
Mjög erfitt	12,7	12,8	12,0
Frekar erfitt	10,4	11,0	9,5
Frekar auðvelt	25,5	24,9	25,2
Mjög auðvelt	15,6	20,9	25,6
Veit ekki	13,7	16,0	15,7

Áhætta við tóbaksreykingar

Flestir 10. bekkingar á Suðurnesjum, sem og annars staðar á landinu, virtust gera sér grein fyrir þeirri hættu sem tengd er tóbaksreykingum, en um 25% þeirra voru þó þeirrar skoðunar að lítil eða engin áhætta fylgi því að reykja stundum sígarettur. Þessu til viðbótar eru 15% unglínganna á Suðurnesjum sem segja að þeir viti ekki hvort um áhættu sé að ræða þegar sígarettur eru stundum reyktar, sem er hærra hlutfall en á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni.

Hversu mikla áhættu á að skaða sig telur þú fólk taka, ef það reykir stundum sígarettur?

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Enga áhættu	11,4	11,4	10,9
Litla áhættu	13,3	17,5	18,2
Nokkra áhættu	38,1	36,3	42,6
Mikla áhættu	22,4	25,1	20,8
Veit ekki	14,8	9,8	7,5

Rafrettur

Undanfarin ár hafa reykingar með rafrettum aukist meðal ungs fólks í Evrópu (Kapan o.fl., 2020). Í fyrri umferðum ESPAD var ekki spurt um reykingar með rafrettum og því ekki mögulegt að skoða hvort um breytingar á tíðni rafretteykinga meðal 10. bekklinga hefur verið að ræða.

Talsvert færri unglingar á Suðurnesjum höfðu reykt með rafrettum einhvern tímann á ævinni en jafnaldrar þeirra á höfuðborgarsvæðinu og annars staðar á landsbyggðinni. Þá var lægra hlutfall unglinga á Suðurnesjum sem sagðist reykja rafrettur næstum daglega en meðal jafnaldra þeirra í hinum tveimur samanburðarhópunum.

Hversu oft hefur þú reykt rafrettur á síðustu 30 dögum?

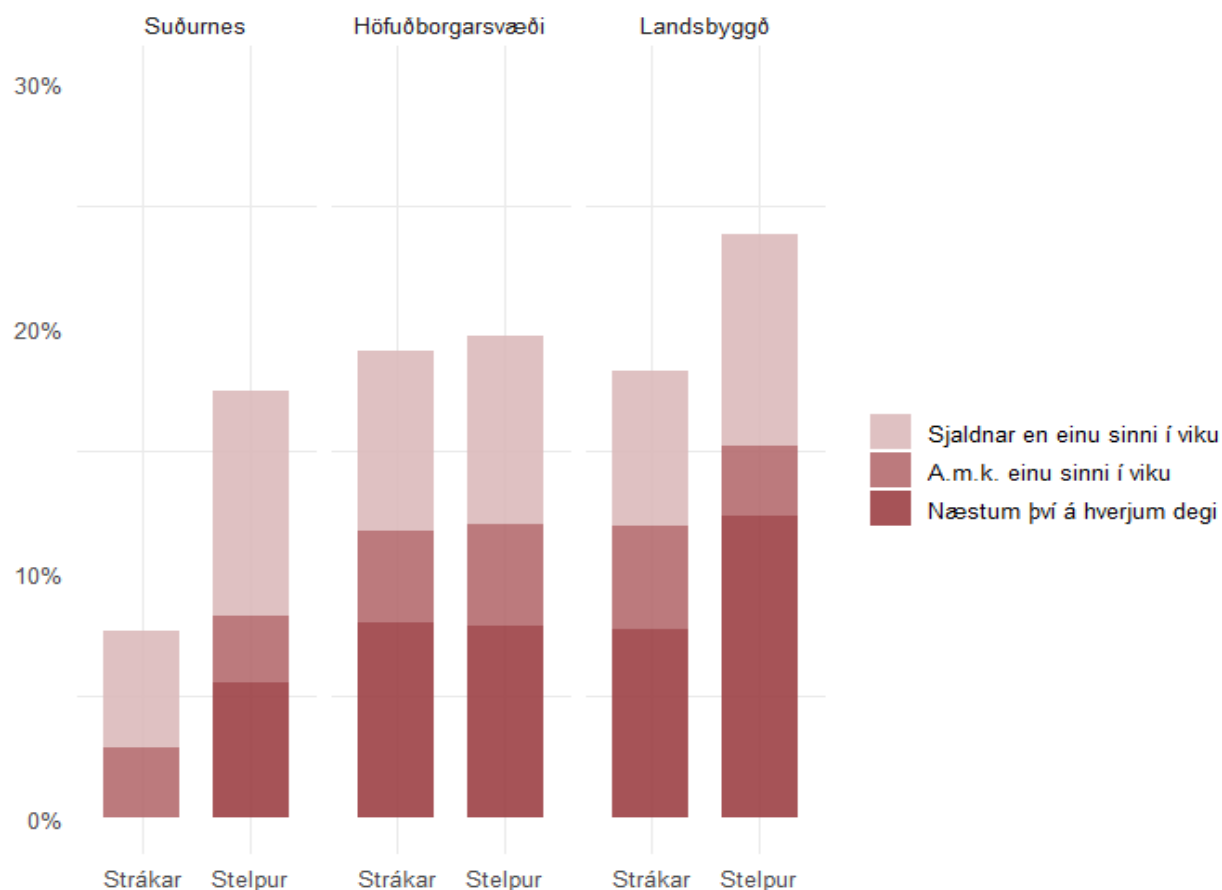
	Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	87,4	80,6	79,1
Sjaldnar en einu sinni í viku	7,0	7,5	7,4
A.m.k. einu sinni í viku	2,8	4,0	3,6
Næstum því á hverjum degi	2,8	7,9	9,9

Nokkuð fleiri stelpur en strákar höfðu reykt með rafrettum á síðustu 30 dögum. Athyglisvert er að aðeins stúlkur reykту rafrettur næstum því á hverjum degi.

Hversu oft hefur þú reykt rafrettur á síðustu 30 dögum?

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	92,4	80,9	81,8
	Sjaldnar en einu sinni í viku	4,8	7,4	6,3
	A.m.k. einu sinni í viku	2,9	3,8	4,2
	Næstum því á hverjum degi	0,0	8,0	7,7
Stelpur	Aldrei	82,6	80,3	76,2
	Sjaldnar en einu sinni í viku	9,2	7,7	8,6
	A.m.k. einu sinni í viku	2,8	4,2	2,9
	Næstum því á hverjum degi	5,5	7,8	12,3

Hversu oft hefur þú reykt rafrettur á SÍÐUSTU 30 DÖGUM?



Sjá má í næstu töflu að eftir 12 ára aldur fjölgar í öllum samanburðarhópum þeim sem prófa að reykja rafrettur í fyrsta sinn. Hlutfall þátttakenda á Suðurnesjum sem prófaði rafrettur í fyrsta sinn eftir 13 ára aldur var lægra en í nágrennasveitarfélögunum og á landsbyggðinni utan Suðurnesja.

Aldur þegar þátttakendur prófuðu rafrettur í fyrsta sinn.

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	68,2	61,9	57,1
9 ára eða yngri	0,0	0,3	0,1
10 ára	0,5	0,4	0,5
11 ára	0,0	0,6	0,5
12 ára	1,9	2,0	2,7
13 ára	8,4	8,4	9,5
14 ára	7,5	14,1	17,9
15 ára	12,1	11,6	10,8
16 ára eða eldri	1,4	0,8	0,9

Áhætta við að prófa rafrettur

Ef tekið er saman hlutfall þeirra á öllu landinu sem töldu enga áhættu af því að prófa rafrettur voru 30% sem töldu það áhættulaust. Um það bil fjórðungur þátttakenda á Suðurnesjum taldi að um nokkra eða mikla áhættu gæti verið að ræða. Í næstu töflu má sjá tölur yfir mat á áhættu, nánar skipt niður á Suðurnes og viðmiðunarsvæðin tvö.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Enga áhættu	27,8	30,6	30,8
Litla áhættu	32,5	34,4	37,1
Nokkra áhættu	11,0	13,7	15,5
Mikla áhættu	13,9	10,8	8,5
Veit ekki	14,8	10,5	8,1

Önnur tóbaksnotkun

Munntóbak

Hlutfallslega færri unglingar á Suðurnesjum höfðu einhvern tímann prófað munntóbak samanborið við jafnaldra þeirra landsbyggðinni utan Suðurnesja og á höfuðborgarsvæðinu.

Hefur þú einhvern tíma prófað munntóbak?

	Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	94,4	91,6	88,8
Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	2,3	2,6	2,9
Já, á síðustu 12 mánaðum	1,9	3,6	4,0
Já, á síðustu 30 dögum	1,4	2,2	4,3

Nokkuð fleiri stelpur en strákar á Suðurnesjum höfðu prófað munntóbak. Hlutfall stelpna sem hafði prófað munntóbak var svipað og meðal stelpna á höfuðborgarsvæðinu.

Hefur þú einhvern tíma prófað munntóbak?

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	96,2	90,8	89,4
	Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	1,0	2,4	2,8
	Já, á síðustu 12 mánaðum	1,0	3,9	3,1
	Já, á síðustu 30 dögum	1,9	2,9	4,7
Stelpur	Aldrei	92,6	92,3	88,2
	Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	3,7	2,7	2,9
	Já, á síðustu 12 mánaðum	2,8	3,4	5,0
	Já, á síðustu 30 dögum	0,9	1,6	3,9

Neftóbak

Svipðaur fjöldi unglunga á Suðurnesjum höfðu prófað neftóbak og munntóbak. Á Suðurnesjum var svipað hlutfall sem hafði prófað neftóbak og á höfuðborgarsvæðinu en á landsbyggðinni utan Suðurnesja var hlutfallið heldur hærra.

Hefur þú einhvern tíma prófað neftóbak?

	Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	94,8	94,7	91,2
Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	3,3	2,3	3,1
Já, á síðustu 12 mánuðum	0,9	1,3	4,0
Já, á síðustu 30 dögum	0,9	1,6	1,7

Á Suðurnesjum og í viðmiðunarhópunum voru stelpur aðeins ólíklegri en strákar til að hafa prófað neftóbak.

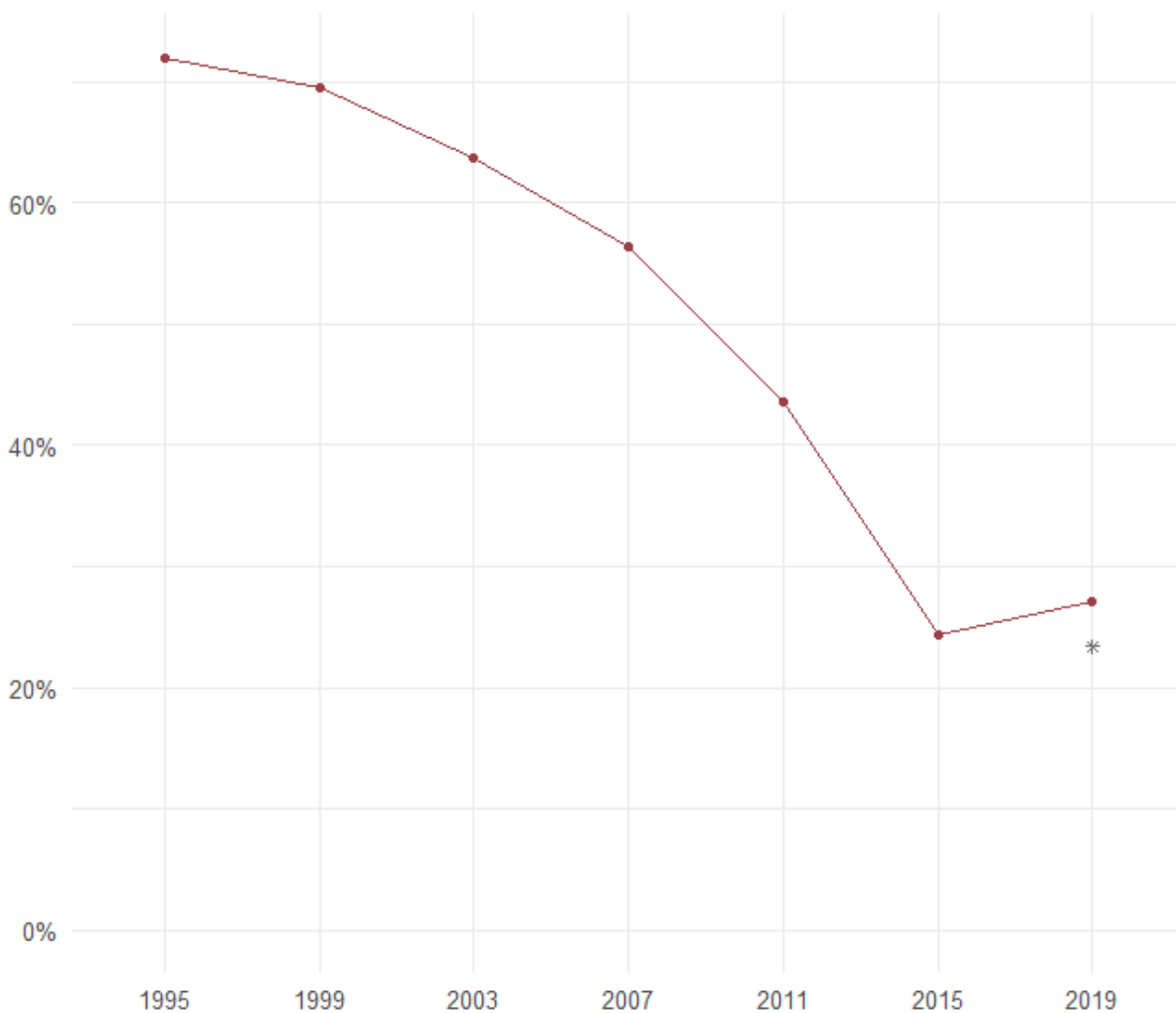
Hefur þú einhvern tíma prófað neftóbak?

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	94,3	92,3	90,8
	Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	3,8	3,5	3,5
	Já, á síðustu 12 mánuðum	0,0	2,1	3,5
	Já, á síðustu 30 dögum	1,9	2,1	2,1
Stelpur	Aldrei	95,4	96,8	91,6
	Já, en fyrir meira en 12 mánuðum síðan	2,8	1,3	2,6
	Já, á síðustu 12 mánuðum	1,9	0,7	4,5
	Já, á síðustu 30 dögum	0,0	1,2	1,3

Áfengi

Líkt og með reykingar hefur mjög dregið úr áfengisneyslu íslenskra unglinga á liðnum áratugum. Um 77% þátttakenda í 10. bekk á Suðurnesjum segist þannig aldrei hafa drukkið áfengi síðastliðið ár. Þetta er aðeins hærra hlutfall og í hinum sveitarfélögunum á höfuðborgarsvæðinu og mun hærra en landsbyggðinni utan Suðurnesja. Til viðmiðunar hefur gildi fyrir 2019 frá Suðurnesjum verið sett sem stjarna inn á yfirlitsmynd sem sýnir hlutfall þeirra 10. bekkinga sem hafa einhvern tímann reykt árið fyrir framkvæmd ESPAD könnunarinnar.

Hlutfall 10. bekkinga á Íslandi sem hafa drukkið áfengi á síðastliðnum 12 mánuðum.



Flestir unglingar á Suðurnesjum sem hafa drukkið áfengi á annað borð sl. ár sögðu að það hafi hent í 1-2 skipti en aðeins færri höfðu drukkið 3-5 sinnum.

Hversu oft hefur þú drukkið áfengi á síðastliðnum 12 mánuðum?

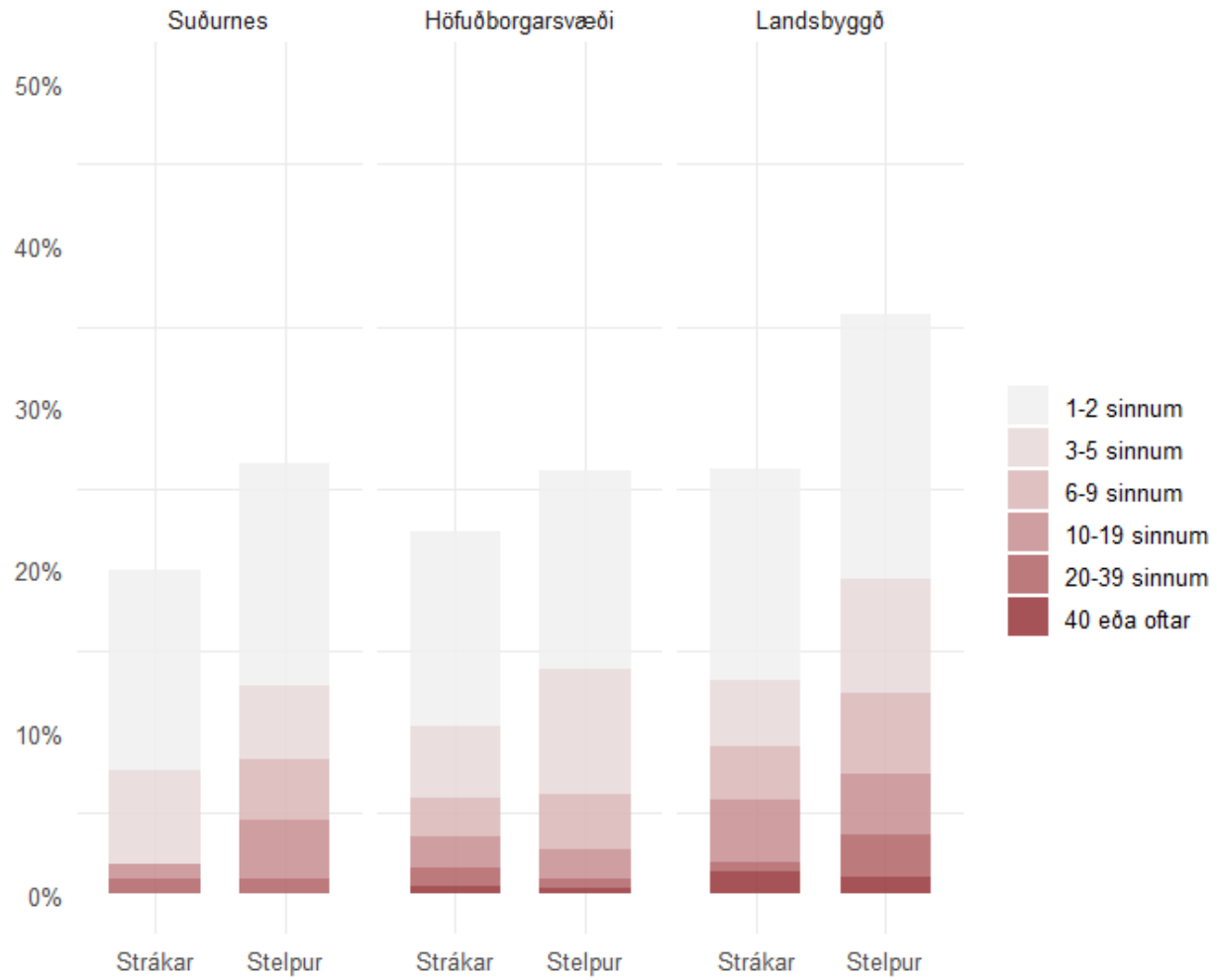
	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	76,6	75,7	69,2
1-2 sinnum	13,1	12,1	14,6
3-5 sinnum	5,1	6,1	5,5
6-9 sinnum	1,9	3,0	4,1
10-19 sinnum	2,3	1,8	3,8
20-39 sinnum	0,9	0,8	1,5
40 eða oftar	0,0	0,4	1,3

Stelpur á Suðurnesjum eru heldur líklegri en strákar til að hafa drukkið áfengi sl. 12 mánuði. Svipaðan mun milli kynja má sjá á höfuðborgarsvæðinu og á landsbyggðinni utan Suðurnesja.

Hversu oft hefur þú drukkið áfengi á síðastliðnum 12 mánuðum

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	80,0	77,7	73,8
	1-2 sinnum	12,4	12,0	13,0
	3-5 sinnum	5,7	4,4	4,1
	6-9 sinnum	0,0	2,4	3,4
	10-19 sinnum	1,0	1,8	3,8
	20-39 sinnum	1,0	1,2	0,5
	40 eða oftar	0,0	0,5	1,4
Stelpur	Aldrei	73,4	73,9	64,2
	1-2 sinnum	13,8	12,2	16,3
	3-5 sinnum	4,6	7,6	7,1
	6-9 sinnum	3,7	3,4	5,0
	10-19 sinnum	3,7	1,8	3,7
	20-39 sinnum	0,9	0,5	2,6
	40 eða oftar	0,0	0,4	1,1

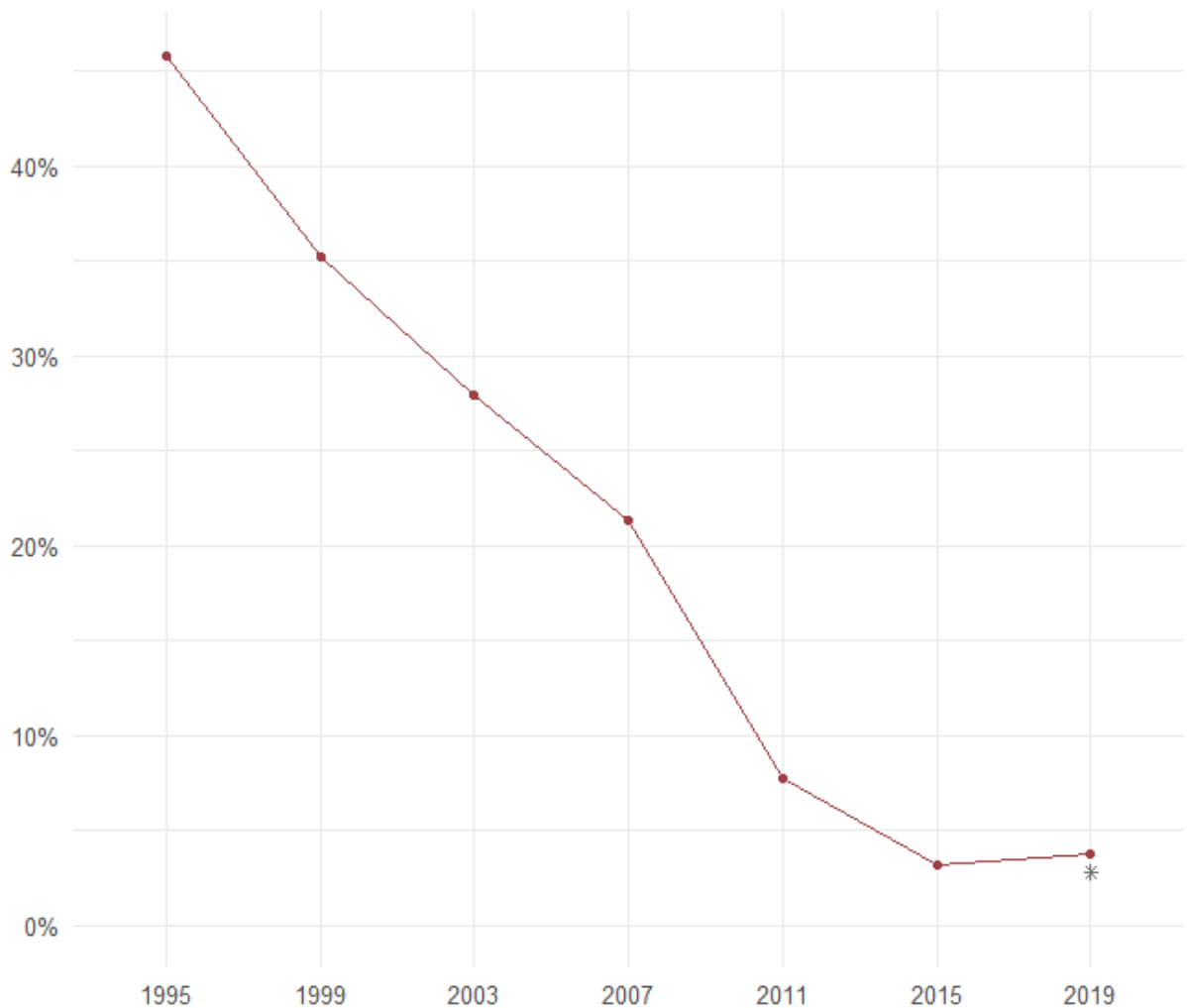
Hversu oft hefur þú drukkið áfengi á síðastliðnum 12 mánuðum?



Ölvun vegna áfengisdrykkju

Spurt var um hversu oft (ef nokkurn tíma) þátttakendur hefðu orðið ölvuðir eftir að hafa neytt áfengra drykkja, t.d. slagað við göngu, ekki getað talað almennilega, kastað upp eða myndu ekki hvað gerðist sl. 30 daga. Mjög hefur dregið úr ölvun 10. bekkina frá upphafi ESPAD-rannsóknarinnar. Til viðmiðunar hefur gildi fyrir 2019 frá Suðurnesjum verið sett sem stjarna inn á myndina.

Hlutfall þeirra sem hafa orðið ölvuð/ölvuðir eftir að hafa neytt áfengra drykkja sl. 30 daga.



Um 7% þátttakenda á Suðurnesjum höfðu orðið ölvuð á árinu fyrir framkvæmd könnunar sem er svipað og á höfuðborgarsvæðinu en lægra en á landsbyggðinni.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	93,0	91,8	87,7
1-2 sinnum	4,7	4,9	6,6
3-5 sinnum	0,9	1,6	3,1
6-9 sinnum	0,5	0,8	1,4
10-19 sinnum	0,5	0,2	0,7
20-39 sinnum	0,0	0,4	0,0
40 eða oftar	0,5	0,2	0,5

Fleiri stelpur en strákar höfðu orðið ölvaðar sl. 12 mánuði. Hlutfall stelpna sem höfðu orðið ölvaðar var hærra en stelpna á höfuðborgarsvæðinu en lægra en á landsbyggðinni.

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

		Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	96,2	92,2	89,4
	1-2 sinnum	2,9	4,4	4,7
	3-5 sinnum	0,0	1,4	3,5
	6-9 sinnum	1,0	0,8	1,4
	10-19 sinnum	0,0	0,3	0,7
	20-39 sinnum	0,0	0,6	0,0
	40 eða oftar	0,0	0,3	0,2
Stelpur	Aldrei	89,8	91,5	85,8
	1-2 sinnum	6,5	5,2	8,7
	3-5 sinnum	1,9	1,8	2,6
	6-9 sinnum	0,0	0,9	1,3
	10-19 sinnum	0,9	0,1	0,8
	20-39 sinnum	0,0	0,3	0,0
	40 eða oftar	0,9	0,1	0,8

Hlutfallslega sami fjöldi á Suðurnesjum hafði drukkið fimm drykki eða fleiri undanfarna 30 daga og á höfuðborgarsvæðinu, en hlutfallið var lægra en landsbyggðinni utan Suðurnesja.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	93,5	93,5	89,8
1-2 sinnum	5,6	4,3	6,8
3-5 sinnum	0,9	0,9	1,7
6-9 sinnum	0,0	0,6	1,4
10 sinnum eða oftár	0,0	0,7	0,4

Nokkuð herra hlutfall stelpna en stráka á Suðurnesjum höfðu drukkið fimm drykki eða fleiri sl. 30 daga. Í báðum viðmiðunarhópum var hlutfall milli kynja mun minna.

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

		Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	97,1	94,0	90,4
	1-2 sinnum	1,9	3,5	6,5
	3-5 sinnum	1,0	0,8	1,2
	6-9 sinnum	0,0	0,8	1,4
	10 sinnum eða oftár	0,0	1,1	0,5
Stelpur	Aldrei	89,9	93,1	89,0
	1-2 sinnum	9,2	5,1	7,1
	3-5 sinnum	0,9	1,0	2,4
	6-9 sinnum	0,0	0,4	1,3
	10 sinnum eða oftár	0,0	0,4	0,3

Aðgengi

Nokkur munur var á aðgengi unglunga á Suðurnesjum að sterku áfengi og aðgengi viðmiðunarhópanna. Óháð búsetu töldu rúm 40% frekar eða mjög auðvelt að verða sér úti um sterkt áfengi á borð við vodka. Á Suðurnesjum sögðu örlítið færri (37%) en á samanburðarsvæðunum það vera auðvelt.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Ómögulegt	25,0	21,6	21,9
Mjög erfitt	10,4	13,0	12,0
Frekar erfitt	14,2	11,5	12,7
Frekar auðvelt	22,2	21,1	19,7
Mjög auðvelt	14,6	21,4	22,5
Veit ekki	13,7	11,5	11,2

Heldur auðveldara er fyrir unglinga á Suðurnesjum að ná sér í bjór en sterkt áfeng. Nokkur munur var á aðgengi að bjór á Suðurnesjum og á viðmiðunarsvæðunum þar sem hlutfallslega færri töldu auðvelt að ná sér í bjór.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Ómögulegt	17,9	16,1	14,3
Mjög erfitt	7,5	8,0	8,4
Frekar erfitt	14,2	10,8	11,0
Frekar auðvelt	25,5	29,2	27,3
Mjög auðvelt	23,6	25,7	28,4
Veit ekki	11,3	10,1	10,6

Áhætta

Mikill meirihluti unglinga í 10. bekk á Íslandi taldi áhættusamt að drekka fimm eða fleiri áfenga drykki um hverja helgi. Unglingar á Suðurnesjum voru álíka meðvitaðir um skaðsemi áfengis og jafnaldrar þeirra annars staðar á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni.

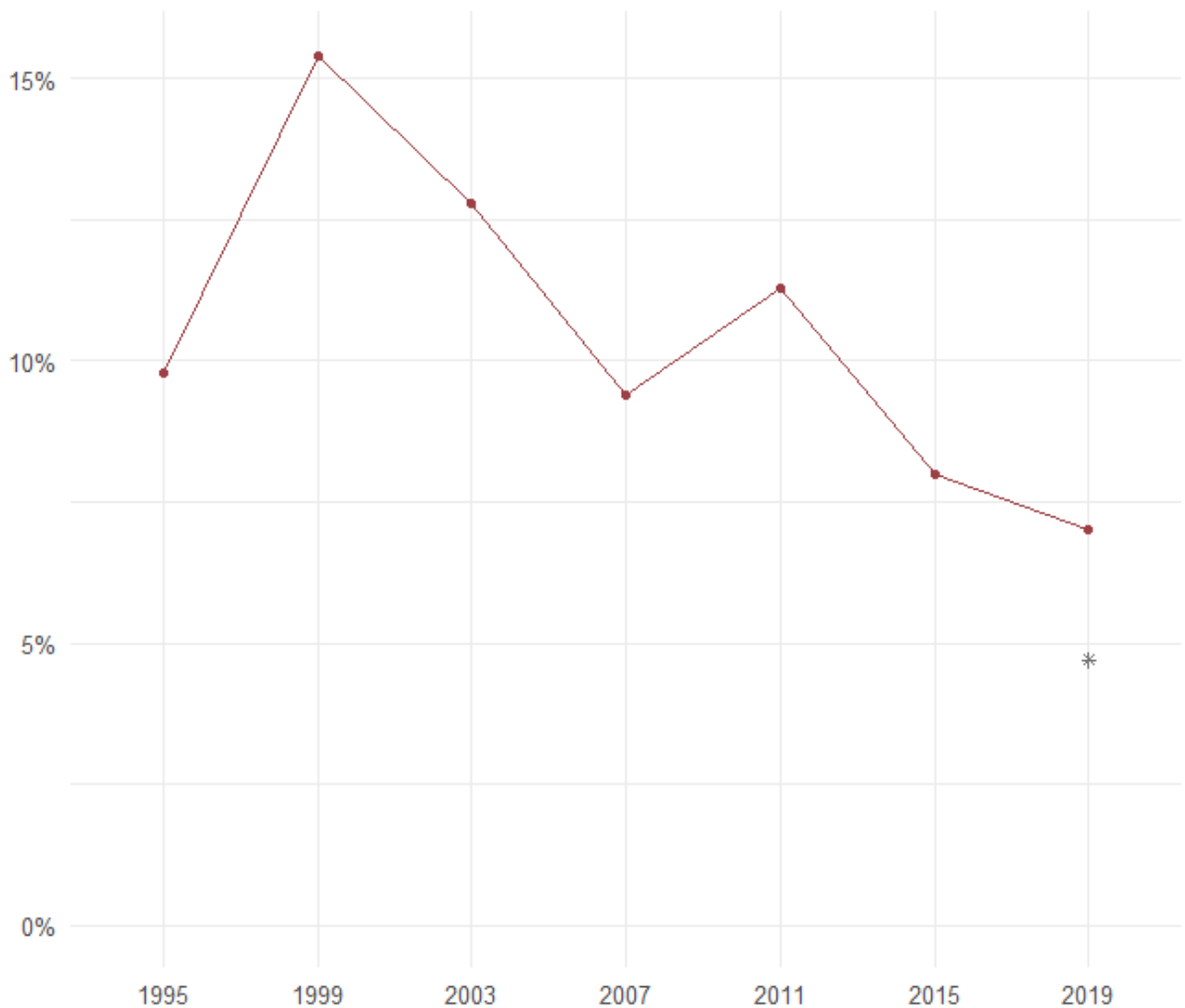
Hversu mikla áhættu á að skaða sig telur þú fólk taka, ef það drekkur fimm eða fleiri áfenga drykki um hverja helgi?

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Engin áhrif	10,5	9,4	8,7
Litla áhætta	7,7	7,8	7,2
Nokkra áhættu	25,8	26,1	28,8
Mikla áhættu	44,0	45,6	45,9
Veit ekki	12,0	11,1	9,2

Kannabis

Um 7% unglunga í 10. bekk höfðu einhvern tíma prófað kannabisefni. Hlutfall þeirra sem hafa einhvern tímann prófað kannabis þau 20 ár sem rannsóknin hefur verið gerð hér á landi hefur heldur lækkað á tímabilinu. Á myndinni hér að neðan birtast breytingar á hlutfalli þeirra nemenda sem höfðu prófað kannabis frá því að ESPAD-rannsóknin var fyrst lögð fyrir 1995 og fram til ársins 2019. Til viðmiðunar hefur gildi fyrir 2019 frá Suðurnesja verið sett sem stjarna inn á myndina.

Yfirlit 1995-2019. Hversu oft hefur þú neytt marijúana eða hass (kannabisefna) um ævina?



Á Suðurnesjum voru 10. bekkingar síður líklegir til að hafa prófað kannabis en jafnaldrar þeirra sem búa annars staðar á höfuðborgarsvæðinu og á landsbyggðinni. Þátttakendur voru spurðir um hversu marga daga á síðastliðnu ári þeir hefðu notað efnið. Hlutfallið er lágt og því um fáa einstaklinga að ræða og ekki hægt að lesa mikið í þær tölur.

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

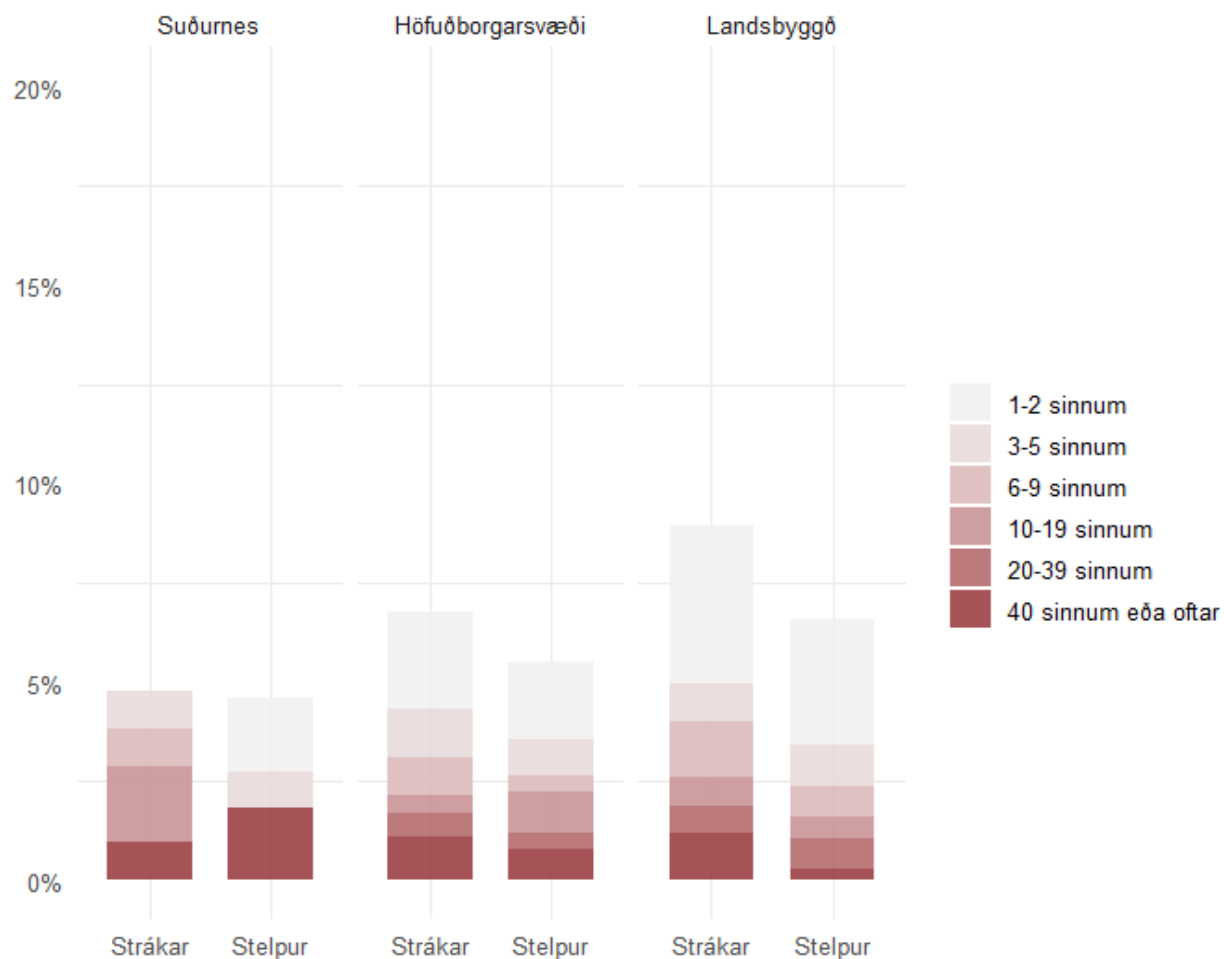
	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	95,3	93,9	92,2
1-2 sinnum	0,9	2,2	3,6
3-5 sinnum	0,9	1,1	1,0
6-9 sinnum	0,5	0,6	1,1
10-19 sinnum	0,9	0,8	0,6
20-39 sinnum	0,0	0,5	0,7
40 sinnum eða oftár	1,4	0,9	0,7

Svipað hlutfall stráka og stelpna á Suðurnesjum höfðu prófað kannabis.

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

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	95,2	93,2	91,1
	1-2 sinnum	0,0	2,5	4,0
	3-5 sinnum	1,0	1,2	0,9
	6-9 sinnum	1,0	0,9	1,4
	10-19 sinnum	1,9	0,5	0,7
	20-39 sinnum	0,0	0,6	0,7
	40 sinnum eða oftár	1,0	1,1	1,2
Stelpur	Aldrei	95,4	94,5	93,4
	1-2 sinnum	1,8	2,0	3,2
	3-5 sinnum	0,9	0,9	1,1
	6-9 sinnum	0,0	0,4	0,8
	10-19 sinnum	0,0	1,0	0,5
	20-39 sinnum	0,0	0,4	0,8
	40 sinnum eða oftár	1,8	0,8	0,3

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



Aðgengi að kannabisefnum

Aðgengi að kannabisefnum hefur verið mjög svipað í þá rúmu tvo áratugi sem ESPAD-rannsóknin hefur verið í gangi. Unglingar á Suðurnesjum voru ólíklegri en jafnaldrar þeirra á höfuðborgarsvæðinu eða landsbyggðinni til að telja auðvelt að nálgast kannabisefni.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Ómögulegt	37,7	33,1	29,5
Mjög erfitt	11,3	15,1	15,5
Frekar erfitt	16,5	13,2	12,6
Frekar auðvelt	13,2	16,0	19,2
Mjög auðvelt	10,4	10,5	12,0
Veit ekki	10,8	12,1	11,3

Áhætta

Þegar unglingar á Suðurnesjum voru spurðir um hversu áhættusamt þeir teldu að reykja stundum kannabis, voru um 71% sem sögðu að því fylgdi nokkur eða mikil áhætta. Þetta er hærra hlutfall en hjá unglingum á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni utan Suðurnesja.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Engin áhrif	10,1	12,4	11,9
Litla áhættu	7,7	12,2	11,4
Nokkra áhættu	30,4	24,3	28,1
Mikla áhættu	40,1	39,7	39,9
Veit ekki	11,6	11,4	8,7

Í ESPAD-rannsókninni var einnig grennslast fyrir um aldur þegar þeir sem á annað borð notuðu kannabis, hefðu prófað það fyrst. Flestir sem á annað borð höfðu neytt kannabisefna höfðu prófað það um 15 ára aldur. Þar sem um er að ræða þátttakendur í 10. bekk er hluti hópsins ekki búinn að ná 16 ára aldri og því ekki að undra að fáir velji þann möguleika. Ennfremur eru hlutfallstölur lágar og um fáa einstaklinga að ræða.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	96,3	93,2	91,5
9 ára eða yngri	0,0	0,4	0,2
10 ára	0,0	0,1	0,2
11 ára	0,5	0,2	0,1
12 ára	0,0	0,4	0,4
13 ára	0,5	1,0	0,5
14 ára	0,5	2,3	2,7
15 ára	1,4	2,3	3,5
16 ára eða eldri	0,9	0,4	0,9

Önnur víma

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

E-töflur

Um 2% unglinga í 10. bekk á Suðurnesjum kváðust einhvern tíma hafa prófað e-töflur. Það hlutfall er svipað á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni utan Suðurnesja.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	98,1	98,7	99,3
1-2 sinnum	1,9	0,5	0,4
3 sinnum eða oftar	0,0	0,8	0,4

Amfetamín

Um 2% unglinga á Suðurnesjum sagðist hafa notað amfetamín einhverju sinni sem er óverulega frábrugðið öðrum svæðum.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	98,1	97,9	98,6
1-2 sinnum	1,4	1,1	0,5
3 sinnum eða oftar	0,5	1,0	0,9

Kókaín

Um 1-2% á landinu sögðust hafa prófað kókaín en hlutfallið meðal 10. bekkina á Suðurnesjum er lægra.

Hversu oft hefur þú notað kókaín yfir ævina?

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	99,0	98,4	98,8
1-2 sinnum	0,5	0,4	0,5
3 sinnum eða oftar	0,5	1,2	0,7

Sniff

Tæp 4% unglunga á Suðurnesjum höfðu sniffað til þess að komast í vímu. Þetta er nokkuð svipað hlutfall og í samanburðarhópunum.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	96,2	97,2	97,5
1-2 sinnum	3,3	1,3	1,2
3 sinnum eða oftár	0,5	1,5	1,2

Róandi lyf án lyfseðils

Um 3% tíundu bekinga á Suðurnesjum sögðust einhvern tímann hafa tekið róandi lyf eða svefnlyf án þess að þeim hefði verið ávísað af lækni. Hlutfallið er nokkuð lægra en var á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni utan Suðurnesja.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	96,6	92,2	93,7
1-2 sinnum	1,4	4,2	3,0
3 sinnum eða oftár	1,9	3,6	3,3

Nokkuð fleiri stelpur á Suðurnesjum en strákar höfðu notað róandi lyf sem þau fengu án lyfseðils. Hlutfall stráka og stelpna í hinum viðmiðunarhópunum sem höfðu neytt róandi lyfja án lyfseðils var aðeins hærra.

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

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	98,0	92,6	94,5
	1-2 sinnum	1,0	4,6	3,6
	3 sinnum eða oftár	1,0	2,8	1,9
Stelpur	Aldrei	95,3	91,9	92,8
	1-2 sinnum	1,9	3,8	2,4
	3 sinnum eða oftár	2,8	4,2	4,8

Anabolískir sterar

Góðu heilli var notkun 10. bekkinga á Suðurnesjum á anabolískum sterum lítil eða 0,5% sem er nokkurn veginn sama hlutfall og á samanburðarsvæðunum. Notkun anabolískra stera hefur ekki verið mæld áður í ESPAD-rannsókninni.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	99,5	99,1	99,5
1-2 sinnum	0,5	0,4	0,1
3 sinnum eða oftár	0,0	0,5	0,4

Verkjalyf

Hlutfall 10. bekkinga á Suðurnesjum sem notað höfðu verkjalyf til að komast í vímu var rúmlega 1% sem er lægra en á viðmiðunarsvæðunum.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	98,6	96,3	97,7
1-2 sinnum	1,0	2,1	1,4
3 sinnum eða oftár	0,5	1,5	0,9

Fleiri stelpur en strákar höfðu notað verkjalyf til að komast í vímu.

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

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	99,0	97,2	97,6
	1-2 sinnum	0,0	2,0	1,9
	3 sinnum eða oftár	1,0	0,8	0,5
Stelpur	Aldrei	98,1	95,6	97,9
	1-2 sinnum	1,9	2,3	0,8
	3 sinnum eða oftár	0,0	2,1	1,3

Samband við foreldra

Um 83% unglinga á Suðurnesjum sögðust næstum alltaf eða oft eiga auðvelt með að fá hlýju og umhyggju frá foreldrum sínum. Hlutfallið var hæst á höfuðborgarsvæðinu en svipað og á landsbyggðinni utan Suðurnesja, sjá töflu.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Næstum alltaf	61,5	69,9	66,7
Oft	21,5	16,8	17,0
Stundum	8,8	8,8	11,7
Sjaldan	2,9	2,6	3,0
Næstum aldrei	5,4	1,8	1,7

Um það bil helmingur íslenskra unglinga sagði að foreldrar þeirra settu þeim oft eða alltaf skýrar reglur heima fyrir. Á Suðurnesjum var hlutfallið 47% sem er lægra en á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni utan Suðurnesja.

Hversu oft setja foreldrar þínir þér skýrar reglur heima fyrir?

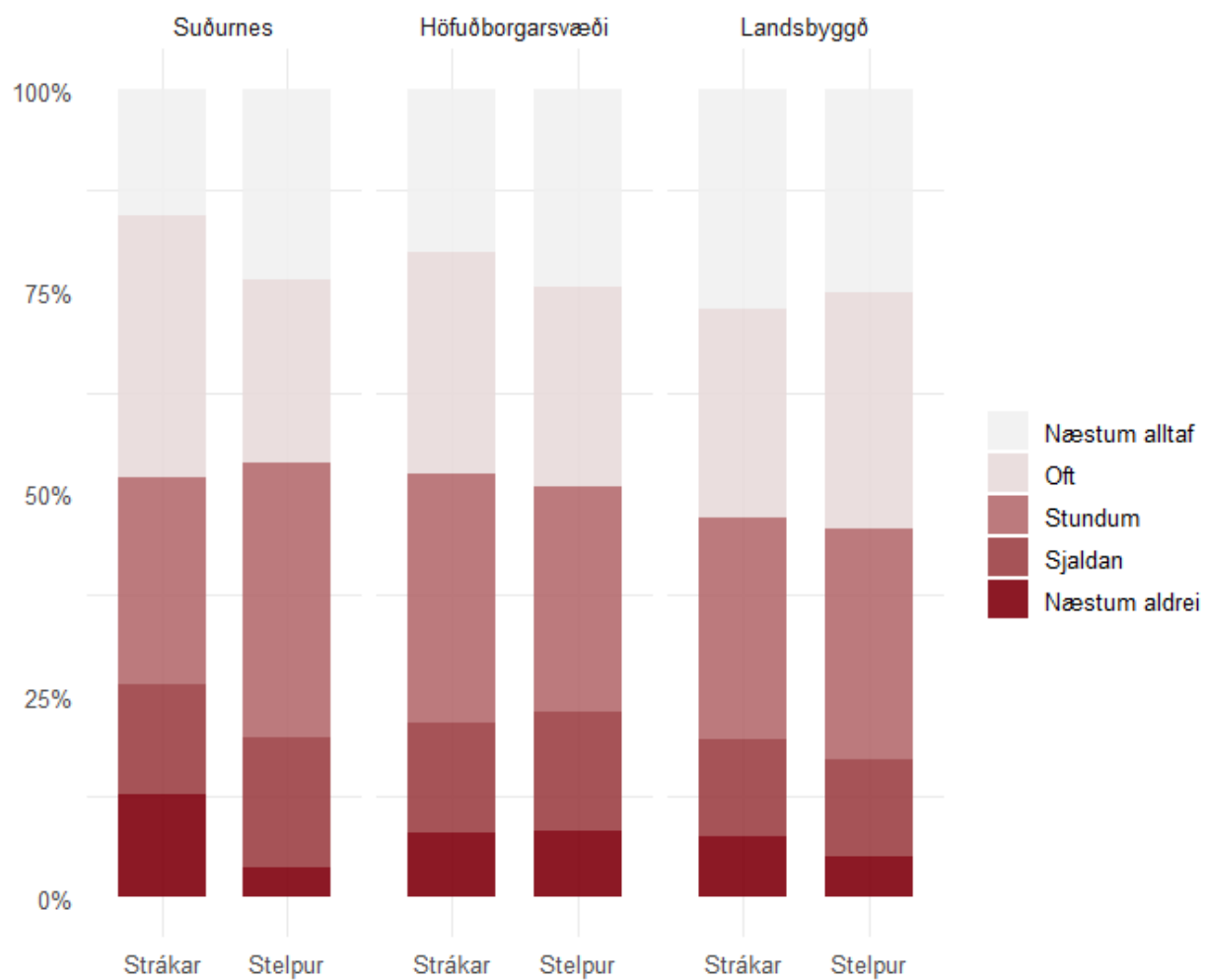
	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Næstum alltaf	19,7	22,4	26,3
Oft	27,4	25,9	27,4
Stundum	29,8	29,3	28,0
Sjaldan	14,9	14,2	12,0
Næstum aldrei	8,2	8,1	6,3

Munur á milli kynja á Suðurnesjum hvað varðar að fá næstum alltaf eða oft skýrar reglur var um 2%.

Hversu oft setja foreldrar þínir þér skýrar reglur heima fyrir?

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Næstum alltaf	15,7	20,1	27,2
	Oft	32,4	27,4	25,8
	Stundum	25,5	30,9	27,5
	Sjaldan	13,7	13,6	12,0
	Næstum aldrei	12,7	8,0	7,5
Stelpur	Næstum alltaf	23,6	24,4	25,2
	Oft	22,6	24,7	29,2
	Stundum	34,0	28,0	28,6
	Sjaldan	16,0	14,7	11,9
	Næstum aldrei	3,8	8,2	5,0

Foreldrar mínir setja mér skýrar reglur heima fyrir.



Lítill munur var á vitneskju foreldra á Suðurnesjum og meðal foreldra á samanburðarsvæðunum um með hverjum börn þeirra voru á kvöldin. Hlutfallið var svipað í viðmiðunarhópunum.

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

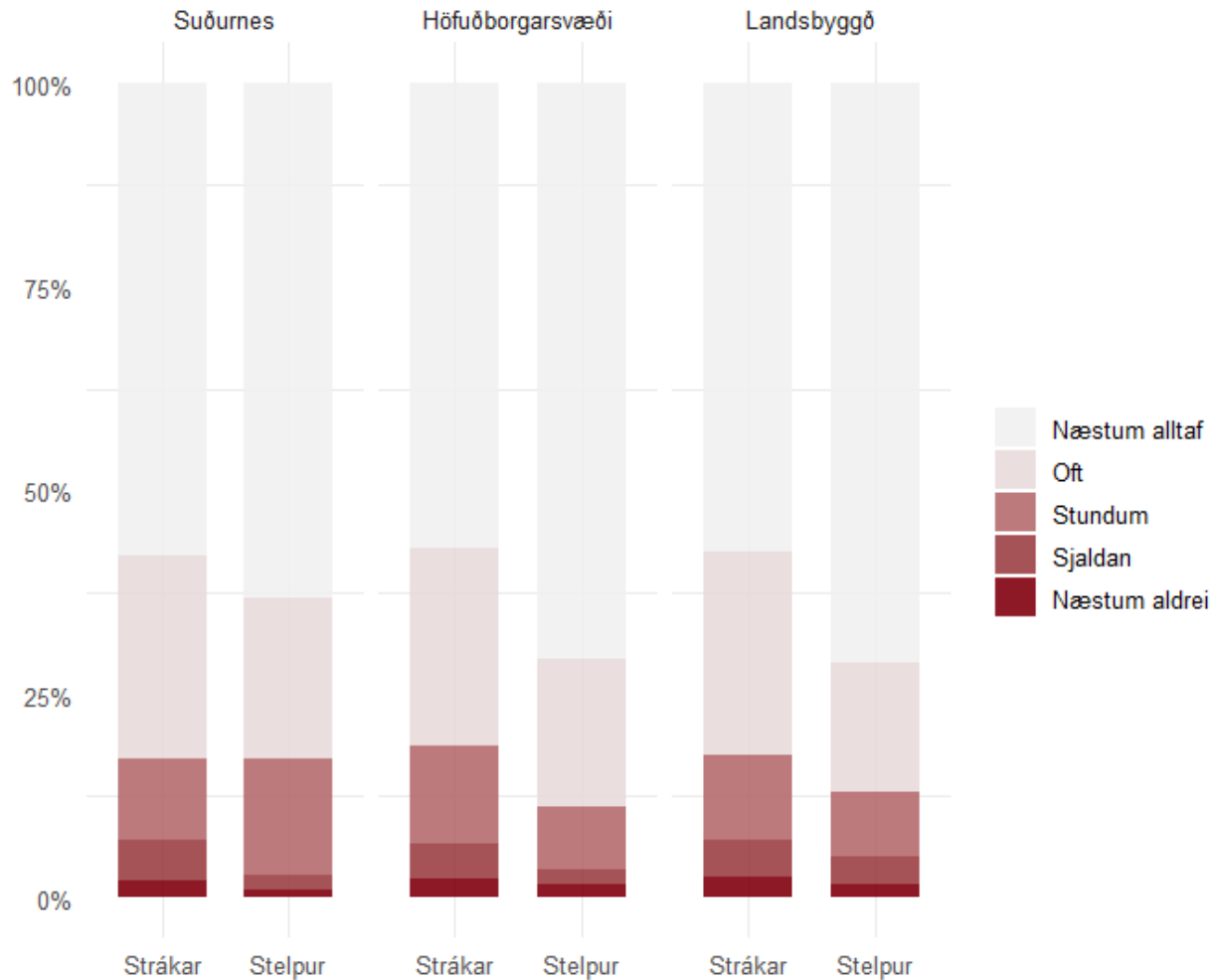
	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Næstum alltaf	60,7	64,6	64,0
Oft	22,3	20,8	20,6
Stundum	12,1	9,6	9,4
Sjaldan	3,4	3,1	3,9
Næstum aldrei	1,5	1,9	2,1

Hlutfall foreldra sem vissu alltaf með hverjum þær voru á kvöldin væri hærra meðal stelpna en stráka. Hlutfall meðal kynjanna var hnífjafnt ef tekið er saman vitneskja foreldra sem vissu næstum alltaf eða oft með hverjum þær voru á kvöldin.

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

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Næstum alltaf	58,0	57,2	57,5
	Oft	25,0	24,1	24,9
	Stundum	10,0	12,0	10,6
	Sjaldan	5,0	4,5	4,3
	Næstum aldrei	2,0	2,2	2,7
Stelpur	Næstum alltaf	63,2	70,8	71,1
	Oft	19,8	18,1	15,9
	Stundum	14,2	7,5	8,0
	Sjaldan	1,9	2,0	3,4
	Næstum aldrei	0,9	1,6	1,6

Foreldrar mínir vita með hverjum ég er á kvöldin.



Aðeins færri foreldrar á Suðurnesjum vissu næstum alltaf eða oftast hvar börn þeirra voru á kvöldin borið saman við höfuðborgarsvæðið og á landsbyggðinni utan Suðurnesja.

Hversu oft vita foreldrar þínir hvar þú ert á kvöldin?

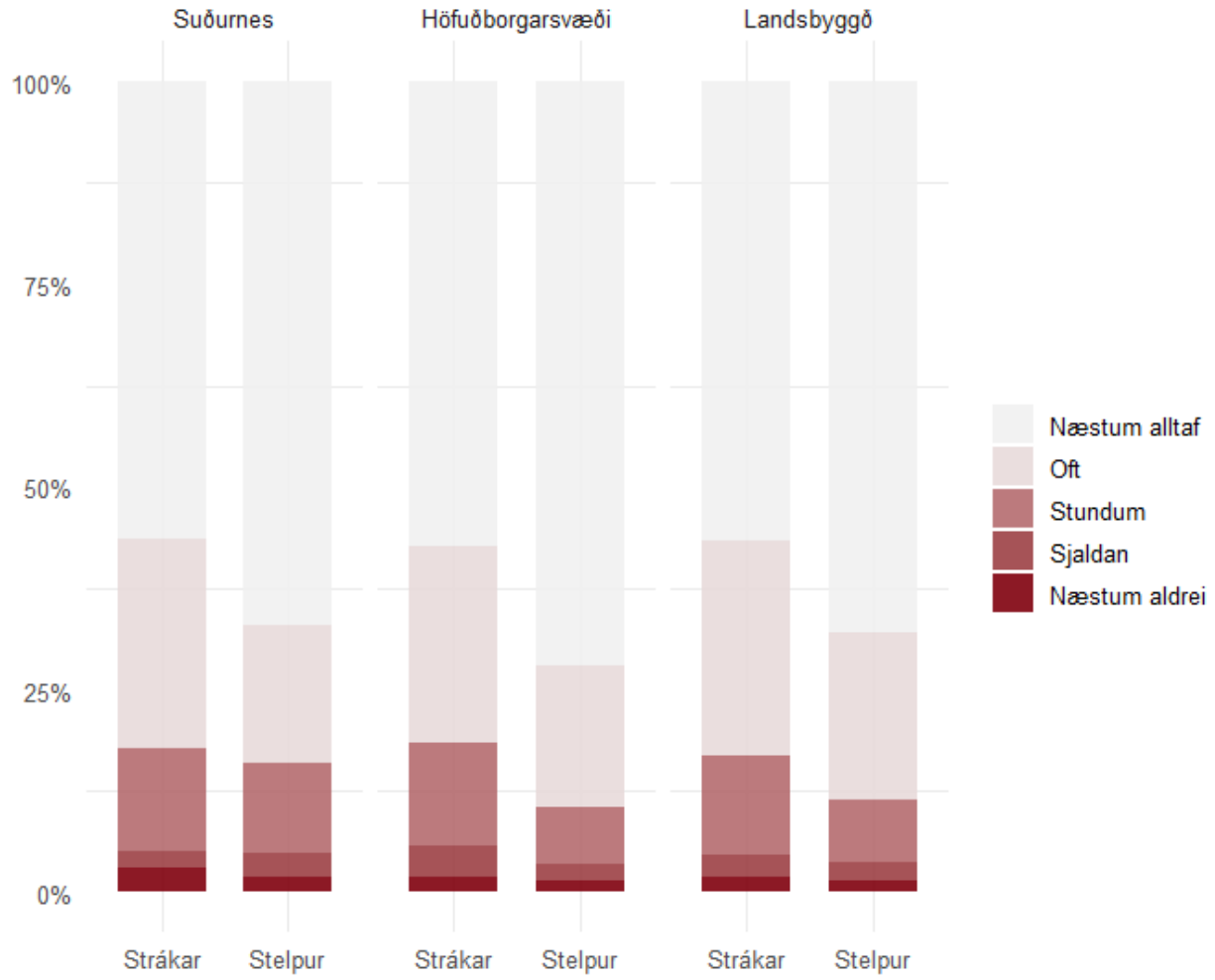
	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Næstum alltaf	61,8	65,4	62,0
Oft	21,3	20,5	23,7
Stundum	12,1	9,6	10,1
Sjaldan	2,4	2,8	2,5
Næstum aldrei	2,4	1,7	1,6

Ef skoðaður er hlutfallslegur munur milli kynjanna þá var aðeins hærra hlutfall foreldra stelpna en stráka á Suðurnesjum sem vissu oft eða næstum alltaf hvar þær voru á kvöldin. Svipaðan mun milli kynja, en meiri, var að finna í báðum samanburðarhópum.

Hversu oft vita foreldrar þínir hvar þú ert á kvöldin?

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Næstum alltaf	56,4	57,4	56,7
	Oft	25,7	24,2	26,4
	Stundum	12,9	12,6	12,3
	Sjaldan	2,0	3,8	2,7
	Næstum aldrei	3,0	1,9	1,9
Stelpur	Næstum alltaf	67,0	72,1	67,9
	Oft	17,0	17,4	20,7
	Stundum	11,3	7,0	7,7
	Sjaldan	2,8	2,0	2,4
	Næstum aldrei	1,9	1,5	1,3

Foreldrar mínir vita hvar ég er á kvöldin.



Virkni unglunga

Fjárhættuspil

Tæplega 5% unglunga á Suðurnesjum höfðu spilað upp á peninga síðastliðna 12 mánuði, það er nokkuð lægra hlutfall en hjá unglingum á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni utan.

Hversu oft hefur þú spilað fjárhættuspil síðastliðna 12 mánuði?

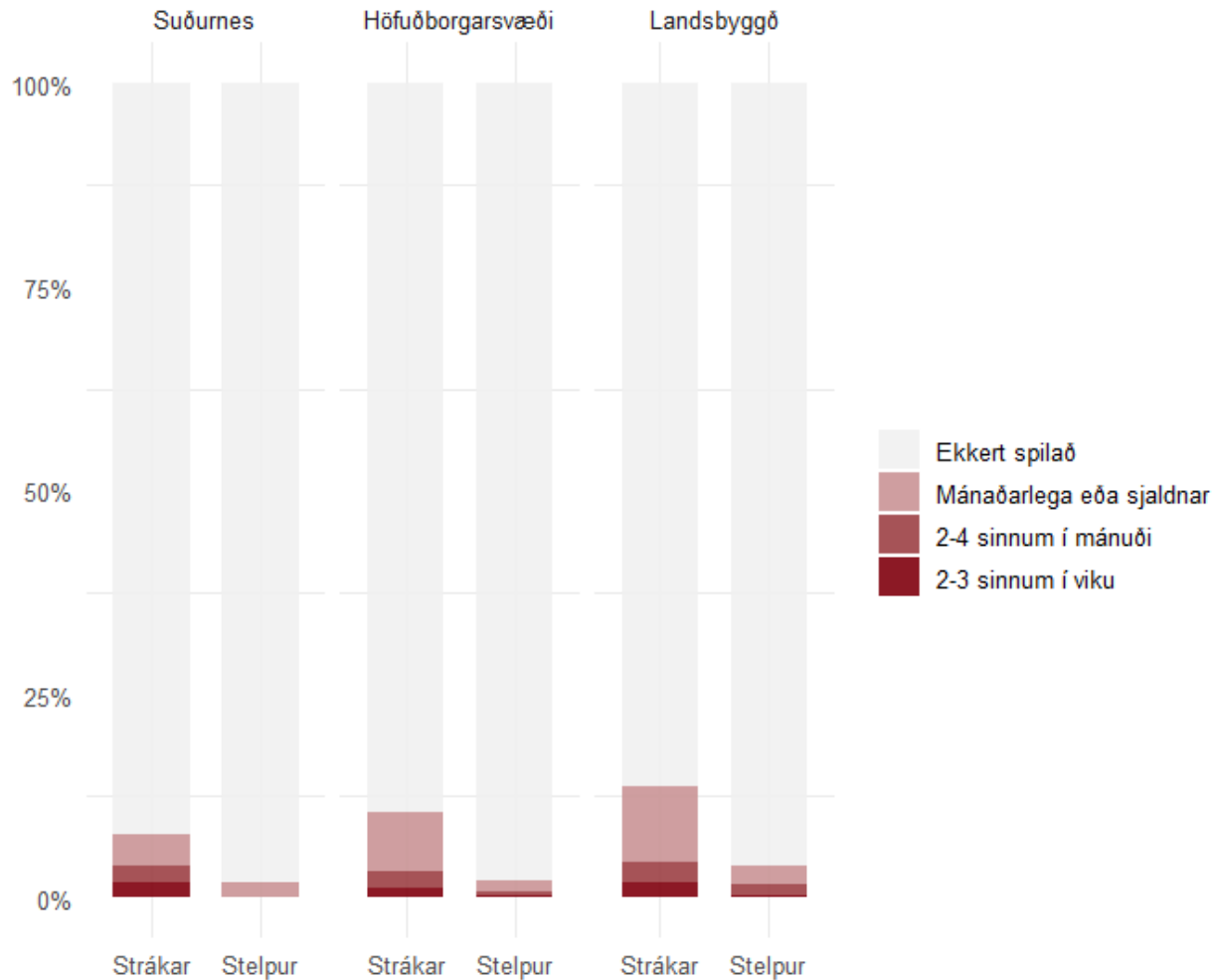
	Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Ég hef ekki spilað upp á peninga síðastliðna 12 mánuði	95,2	94,0	91,0
Mánaðarlega eða sjaldnar	2,9	4,0	6,0
2-4 sinnum í mánuði	1,0	1,2	1,9
2-3 sinnum í viku	1,0	0,8	1,1

Strákar á Suðurnesjum voru líklegri til að spila fjárhættuspil en stelpur. Það sama á við um stráka og stelpur á viðmiðunarsvæðunum þó munurinn á kynjunum sé meiri.

Hversu oft hefur þú spilað fjárhættuspil síðastliðna 12 mánuði?

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Ég hef ekki spilað upp á peninga síðastliðna 12 mánuði	92,2	89,5	86,4
	Mánaðarlega eða sjaldnar	3,9	7,2	9,3
	2-4 sinnum í mánuði	1,9	2,0	2,4
	2-3 sinnum í viku	1,9	1,3	1,9
Stelpur	Ég hef ekki spilað upp á peninga síðastliðna 12 mánuði	98,1	97,9	96,0
	Mánaðarlega eða sjaldnar	1,9	1,3	2,4
	2-4 sinnum í mánuði	0,0	0,4	1,3
	2-3 sinnum í viku	0,0	0,4	0,3

Hversu oft hefur þú spilað fjárhættuspil síðastliðna 12 mánuði?



Tölvuleikir

Um 30% þátttakenda á Suðurnesjum sögðust spila tölvuleiki svo til daglega, sem er svipað hlutfall og á höfuðborgarsvæðinu en nokkuð lægra en á landsbyggðinni utan Suðurnesja.

Hversu oft spilar þú tölvuleiki?

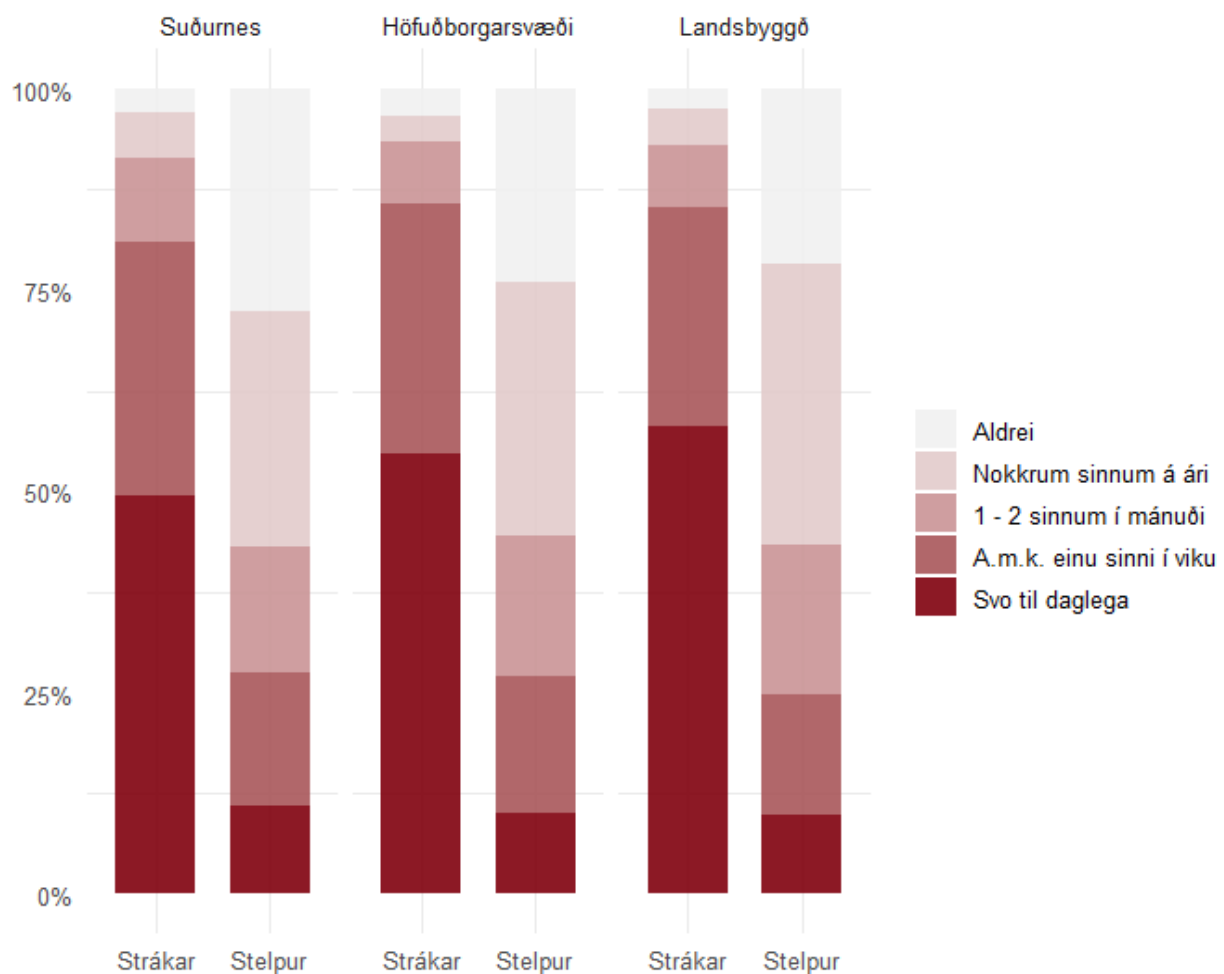
	Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	15,4	14,3	11,5
Nokkrum sinnum á ári	17,8	18,4	19,0
1 - 2 sinnum í mánuði	13,1	12,9	12,8
A.m.k. einu sinni í viku	23,8	23,5	21,5
Svo til daglega	29,9	30,8	35,2

Til þess verður að líta að verulegur munur er milli kynja hvað þetta varðar þar sem hlutfall stráka í daglegum tölvuleikjum var tæplega 50% en stelpna 11%. Álíka kynjamun má sjá í viðmiðunarhópunum tveimur.

Hversu oft spilar þú tölvuleiki?

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	2,9	3,3	2,4
	Nokkrum sinnum á ári	5,7	3,2	4,7
	1 - 2 sinnum í mánuði	10,5	7,7	7,5
	A.m.k. einu sinni í viku	31,4	31,1	27,3
	Svo til daglega	49,5	54,7	58,1
Stelpur	Aldrei	27,5	23,9	21,8
	Nokkrum sinnum á ári	29,4	31,6	34,9
	1 - 2 sinnum í mánuði	15,6	17,5	18,6
	A.m.k. einu sinni í viku	16,5	17,0	15,0
	Svo til daglega	11,0	10,1	9,7

Hversu oft spilar þú tölvuleiki?



Um 14% unglinga á Suðurnesjum voru sammála því að þeir eyddu of miklum tíma í tölvuleiki. Hlutfall þátttakenda á viðmiðunarsvæðum sem voru sammála að þeir eyddu og miklum tíma í tölvuleikjum var nokkuð hærri.

Eyðir þú alltof miklum tíma í að spila tölvuleiki?

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Mjög sammála	6,2	6,7	9,3
Frekar sammála	8,1	11,3	12,3
Hvorki né	17,2	17,5	18,8
Frekar ósammála	12,4	15,4	13,9
Mjög ósammála	56,0	49,2	45,7

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

Eyðir þú alltof miklum tíma í að spila tölvuleiki?

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Mjög sammála	10,7	9,4	12,2
	Frekar sammála	13,6	19,9	19,9
	Hvorki né	27,2	23,9	24,9
	Frekar ósammála	13,6	20,3	16,3
	Mjög ósammála	35,0	26,5	26,8
Stelpur	Mjög sammála	1,9	4,4	6,1
	Frekar sammála	2,8	4,0	4,0
	Hvorki né	7,5	12,1	12,0
	Frekar ósammála	11,3	11,3	11,2
	Mjög ósammála	76,4	68,3	66,8

Internet

Langflestir þátttakenda á Suðurnesjum sem og í viðmiðunarhópunum tveimur notuðu Internetið í frístundum svo til daglega.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	1,4	1,4	1,5
Nokkrum sinnum á ári	2,3	1,0	0,9
Einu sinni eða tvisvar í mánuði	0,9	1,8	2,1
A.m.k. einu sinni í viku	8,5	8,7	7,6
Svo til á hverjum degi	86,9	87,2	87,9

Aðeins fleiri stelpur en strákar notuðu Internetið svo til daglega. Sambærilegan mun, en meiri, má sjá í báðum viðmiðunarhópum.

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

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	1,9	1,8	1,7
	Nokkrum sinnum á ári	1,9	1,5	0,9
	Einu sinni eða tvisvar í mánuði	0,0	2,0	2,4
	A.m.k. einu sinni í viku	10,5	11,6	9,7
	Svo til á hverjum degi	85,7	83,1	85,3
Stelpur	Aldrei	0,9	1,0	1,3
	Nokkrum sinnum á ári	2,8	0,5	0,8
	Einu sinni eða tvisvar í mánuði	1,9	1,6	1,8
	A.m.k. einu sinni í viku	6,5	6,1	5,3
	Svo til á hverjum degi	88,0	90,7	90,8

Samfélagsmiðlar

Tæpum helmingi unglínganna á Suðurnesjum fannst þeir eyða of miklum tíma á samfélagsmiðlum sem er svipaða hlutfall en á samanburðarsvæðunum.

Mér finnst ég eyða alltof miklum tíma á samfélagsmiðlum?

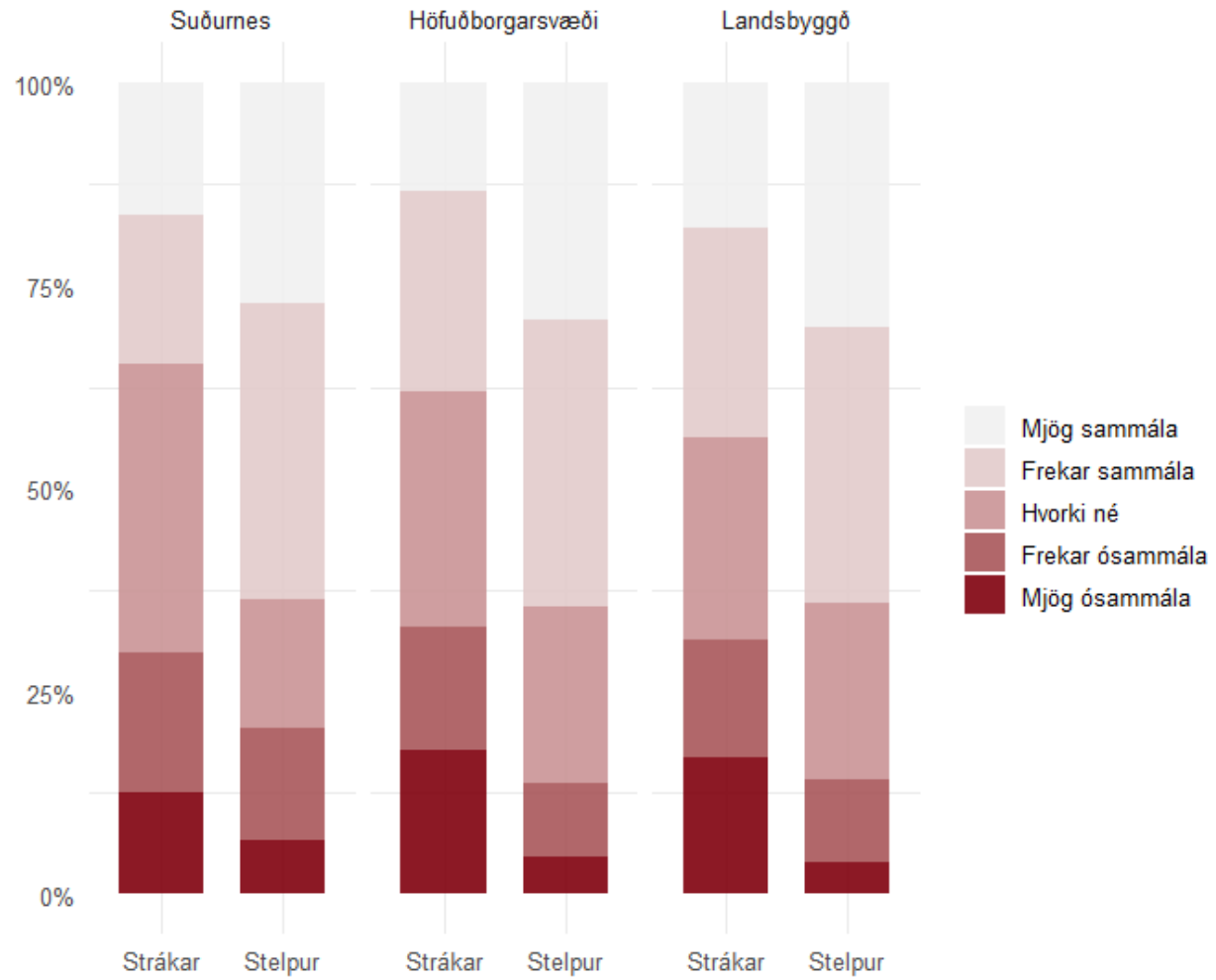
	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Mjög sammála	21,8	21,9	23,6
Frekar sammála	27,5	30,6	29,6
Hvorki né	25,6	25,0	23,6
Frekar ósammála	15,6	11,9	12,4
Mjög ósammála	9,5	10,6	10,8

Á Suðurnesjum og báðum samanburðarsvæðum voru fleiri strákar en stelpur frekar eða mjög ósammála því að um of mikla notkun samfélagsmiðla væri að ræða.

Mér finnst ég eyða alltof miklum tíma á samfélagsmiðlum?

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Mjög sammála	16,3	13,2	17,8
	Frekar sammála	18,3	24,9	25,8
	Hvorki né	35,6	28,9	25,1
	Frekar ósammála	17,3	15,2	14,5
	Mjög ósammála	12,5	17,7	16,8
Stelpur	Mjög sammála	27,1	29,2	30,2
	Frekar sammála	36,4	35,4	33,9
	Hvorki né	15,9	21,7	22,0
	Frekar ósammála	14,0	9,1	10,1
	Mjög ósammála	6,5	4,6	4,0

Mér finnst ég eyða allt of miklum tíma á samfélagsmiðlum



Íþróttir og líkamsrækt

Rúmlega 60% þátttakenda á Suðurnesjum sagðist taka daglega þátt í íþróttum og líkamsrækt sem er nokkuð hærra hlutfall en á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni utan Suðurnesja.

Hversu oft tekur þú virkan þátt í íþróttum eða líkamsrækt?

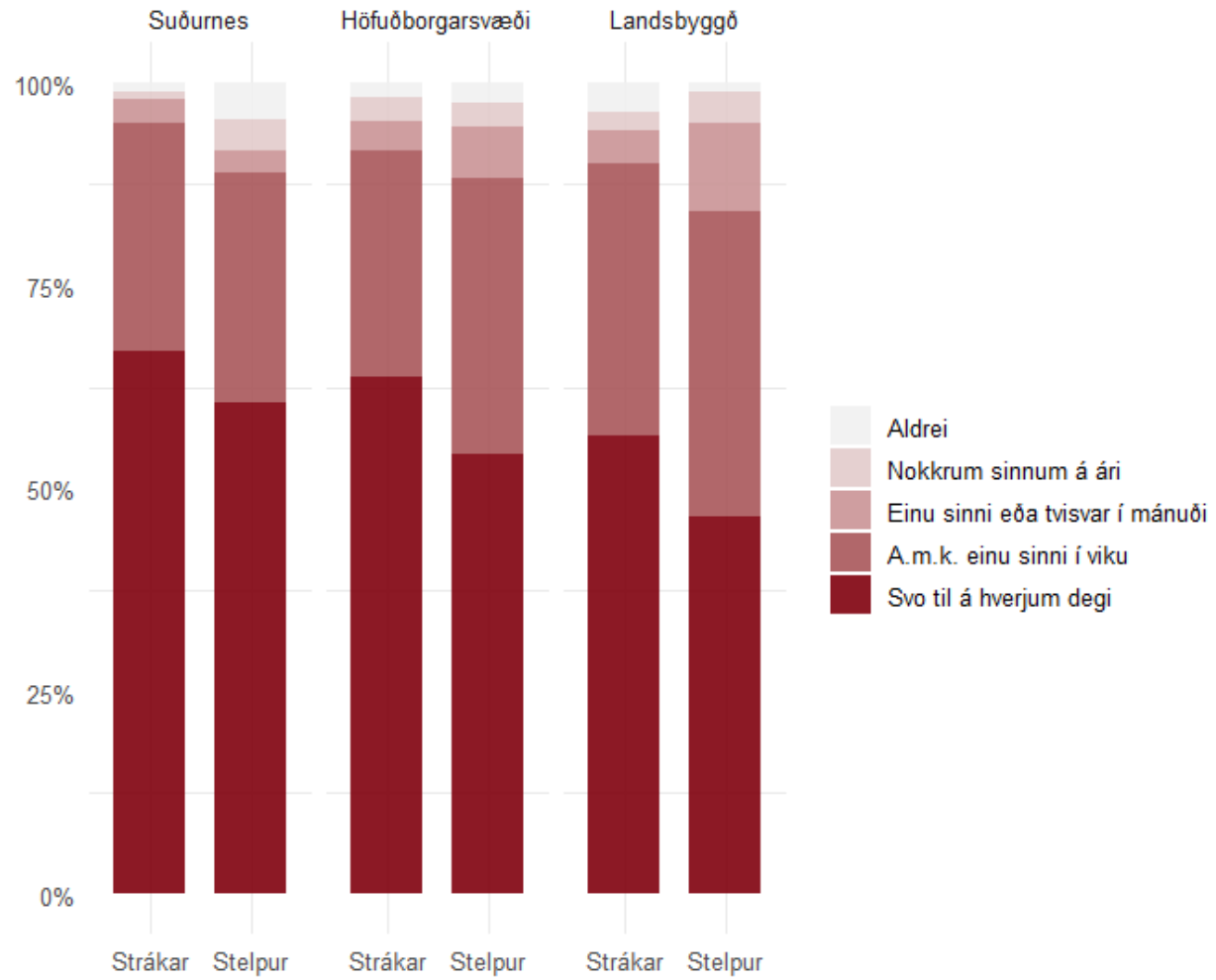
	Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	2,8	2,1	2,4
Nokkrum sinnum á ári	2,4	3,0	3,1
Einu sinni eða tvisvar í mánuði	2,8	5,1	7,2
A.m.k. einu sinni í viku	28,3	31,2	35,4
Svo til á hverjum degi	63,7	58,6	51,9

Á Suðurnesjum tóku heldur fleiri strákar þátt í daglegum íþróttum eða líkamsrækt en stelpur. Hlutfall stelpna og stráka sem tóku a.m.k. vikulega þátt í íþróttum var mjög svipað.

Hversu oft tekur þú virkan þátt í íþróttum eða líkamsrækt?

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	1,0	1,7	3,6
	Nokkrum sinnum á ári	1,0	3,0	2,4
	Einu sinni eða tvisvar í mánuði	2,9	3,6	4,0
	A.m.k. einu sinni í viku	28,2	28,0	33,4
	Svo til á hverjum degi	67,0	63,7	56,6
Stelpur	Aldrei	4,6	2,5	1,1
	Nokkrum sinnum á ári	3,7	3,0	4,0
	Einu sinni eða tvisvar í mánuði	2,8	6,3	10,8
	A.m.k. einu sinni í viku	28,4	33,9	37,6
	Svo til á hverjum degi	60,6	54,3	46,6

Hversu oft tekur þú virkan þátt í íþróttum eða líkamsrækt



Bóklestur til ánægju

Um 29% þátttakenda á Suðurnesjum lásu aldrei bækur sér til ánægju sem er aðeins hærra hlutfall en á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni utan Suðurnesja. Miðað við þá sem aldrei lásu bækur voru þeir færri 10. bekkjarnir á Suðurnesjum sem lásu bækur sér til ánægju a.m.k. einu sinni í viku eða oftár.

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

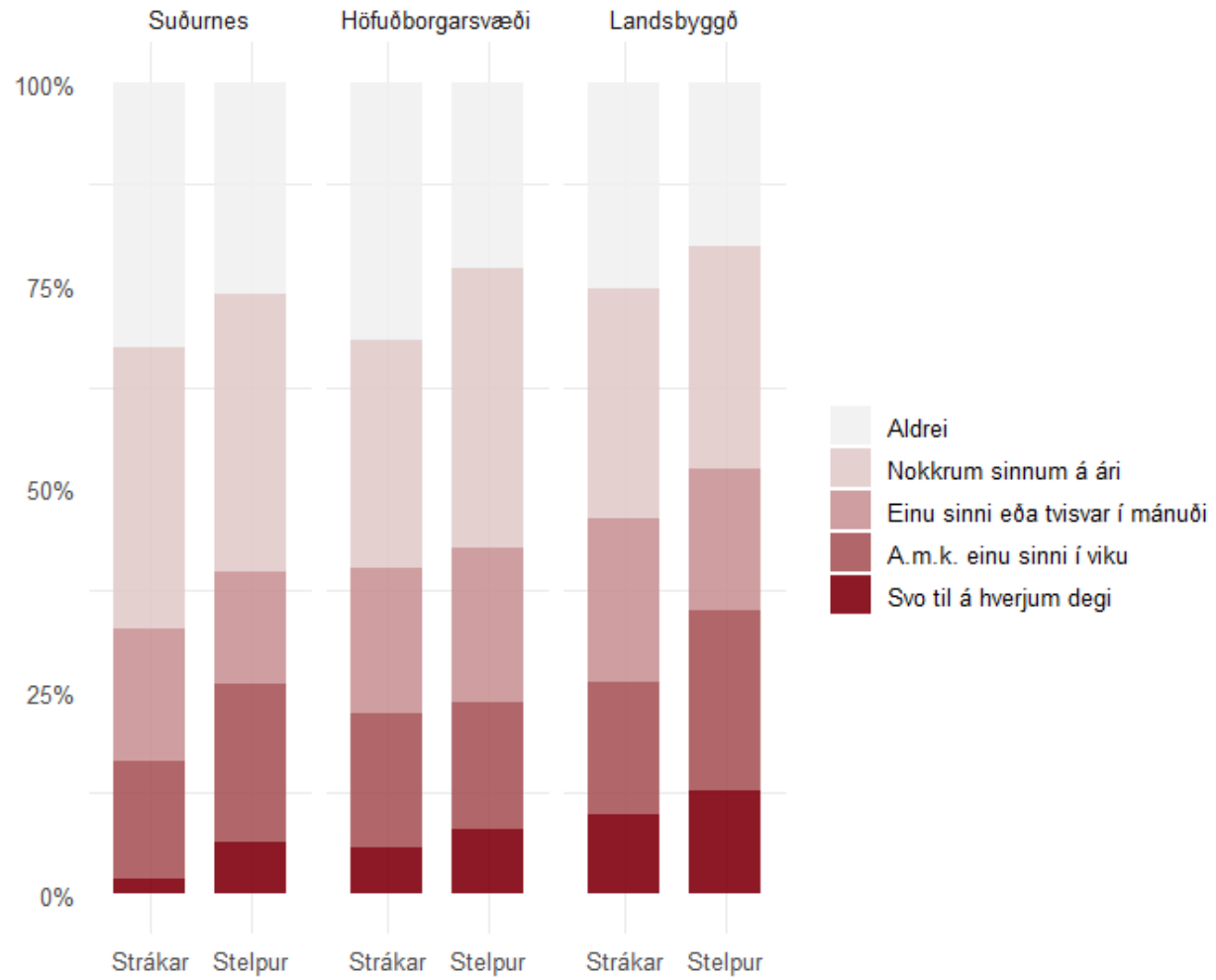
	Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Aldrei	29,2	26,9	22,8
Nokkrum sinnum á ári	34,4	31,6	28,1
Einu sinni eða tvisvar í mánuði	15,1	18,5	18,8
A.m.k. einu sinni í viku	17,0	16,1	19,1
Svo til á hverjum degi	4,2	6,9	11,2

Nokkuð fleiri strákar en stelpur á Suðurnesjum lásu aldrei bækur sér til ánægju. Meðal stelpna var nákvæmlega jafnt hlutfall þeirra sem aldrei lásu bækur og þeirra sem lásu bækur a.m.k. einu sinni í viku eða næstum daglega. Meðal stráka var helmingi lægra hlutfall sem las bækur a.m.k. vikulega en þeirra sem aldrei lásu bækur.

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

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar-svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Aldrei	32,7	31,7	25,2
	Nokkrum sinnum á ári	34,6	28,0	28,5
	Einu sinni eða tvisvar í mánuði	16,3	18,0	20,0
	A.m.k. einu sinni í viku	14,4	16,6	16,3
	Svo til á hverjum degi	1,9	5,6	9,9
Stelpur	Aldrei	25,9	22,8	20,1
	Nokkrum sinnum á ári	34,3	34,6	27,5
	Einu sinni eða tvisvar í mánuði	13,9	18,9	17,5
	A.m.k. einu sinni í viku	19,4	15,7	22,2
	Svo til á hverjum degi	6,5	8,0	12,7

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



Skrópað í skólanum

Svipað hlutfall 10. bekkinga á Suðurnesjum hafði skrópað í kennslustundum og á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni.

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

	Suðurnes (%)	Höfuðborgarsvæði (%)	Landsbyggð (%)
Engan dag	87,2	87,8	86,9
1 dag	8,7	6,1	6,9
2 daga	1,0	2,7	3,0
3-4 daga	2,0	1,9	2,1
5-6 daga	0,5	0,4	0,4
7 daga eða fleiri	0,5	1,0	0,7

Aðeins fleiri stelpur en strákar höfðu skrópað í skólanum á Suðurnesjum en munur á kynjunum var ekki mikill.

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

		Suðurnes (%)	Höfuðborgar- svæði (%)	Landsbyggð (%)
Strákar	Engan dag	88,0	87,9	85,9
	1 dag	10,0	6,7	9,0
	2 daga	0,0	2,4	2,4
	3-4 daga	1,0	1,4	1,9
	5-6 daga	1,0	0,0	0,2
	7 daga eða fleiri	0,0	1,6	0,5
Stelpur	Engan dag	86,5	87,7	88,1
	1 dag	7,3	5,5	4,5
	2 daga	2,1	3,1	3,7
	3-4 daga	3,1	2,4	2,3
	5-6 daga	0,0	0,8	0,6
	7 daga eða fleiri	1,0	0,6	0,9

Heimildir

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

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