

Alkoholvaner i Danmark 2025

Alkoholvaner i Danmark 2025

Denne rapport er udarbejdet af Kræftens Bekæmpelse ved:

Signe Hansen

- Analyse- og evalueringskonsulent, cand.scient.san.publ. (Folkesundhedsvidenskab)

Ansvarlig kontaktperson for denne kortlægning – kan kontaktes på

shan@cancer.dk

Christina Schiøth

- Analyse- og dokumentationskonsulent, cand.scient.san.publ. (Folkesundhedsvidenskab)

Mathilde Menck Nielsen

- Studentermedhjælper, stud.scient.soc. (Sociologi)

Johanna Munch Haraldsdottir

- Studentermedhjælper, stud.cand.polyt. (Bioinformatik og Systembiologi)

Uddrag, herunder figurer og kortere citater, er tilladt med kildeangivelse:

Hansen S, Schiøth C, Nielsen MM & Haraldsdottir JM

Alkoholvaner i Danmark 2025

Kræftens Bekæmpelse 2026

Indenrigs- og Sundhedsministeriet har ydet økonomisk bidrag til udarbejdelsen af rapporten.

Kræftens Bekæmpelse

Forebyggelse & Oplysning

Strandboulevarden 49

2100 København Ø

Tlf.: 35 25 75 00

Rapporten findes udelukkende i elektronisk form og er tilgængelig via

www.cancer.dk/forebyg/drik-mindre-alkohol/rapporter-og-forskning

Fotos:

Forside: Colourbox

ISBN: 978-87-87135-98-6

ISSN: 2795-0212

Copyright©

Kræftens Bekæmpelse

September 2026

Alle rettigheder forbeholdes.

Forord

Sundhedskonsekvenserne ved alkohol er omfangsrige og veldokumenterede. Alkohol øger risikoen for mere end 200 tilstande og sygdomme, og bidrager markant til social ulighed i sundhed.

Siden 1988 har alkohol været på WHO's liste over stoffer, der med sikkerhed er kræftfremkaldende for mennesker. Alkohol øger risikoen for mindst syv forskellige kræftformer: brystkræft, kræft i mundhule, strube, svælg og spiserør, leverkræft samt tyk- og endetarmskræft.

Følger man Sundhedsstyrelsens anbefalinger om alkohol, er risikoen for at få kræft som følge af alkohol lav. Sundhedsstyrelsen anbefaler højst at drikke 10 genstande om ugen og højst 4 genstande på samme dag. Mere end 700.000 danskere drikker over 10 genstande om ugen, så der er et stort forebyggelsespotentiale i at få befolkningen til at skrue ned for alkoholforbruget.

I rapporten kortlægges alkoholvaner blandt 18-74-årige i Danmark i 2025, herunder viden, holdninger og adfærd. Resultaterne skal bidrage til at styrke vidensgrundlaget for fremtidige forebyggelsesindsatser og til at skabe debat og refleksion i forhold til vores nuværende alkoholkultur.

Mette Lolk Hanak, Forebyggelsesdirektør i Kræftens Bekæmpelse

Indholdsfortegnelse

Forord	2
Sammenfatning	5
English summary	7
Konklusioner og anbefalinger	9
Indledning	11
Formål	11
Baggrund	11
Definitioner	11
1. Alkoholforbrug	13
Hvor ofte drikker danskerne alkohol?	13
Ugentligt alkoholforbrug	14
Udvikling i alkoholforbrug	15
Indtag af 5 eller flere genstande ved samme lejlighed (binge-druk)	16
Hyppighed af fuldskab	17
Udvikling af fuldskab	18
Ønske om at nedsætte sit alkoholforbrug	19
Bevidsthed om ugentligt antal genstande	21
Prøvet at drikke for meget	23
2. Oplevelser med den danske alkoholkultur	24
Alkohol og sociale sammenkomster	24
Forventningspres til at drikke alkohol	25
Forventningspres til at servere alkohol	27
Oplevet drikkepres	28
Drikkepresset andre	30
Nej til sociale arrangementer på grund af alkohol	31
3. Holdninger til alkoholkulturen i Danmark	34
Hvad mener befolkningen om alkoholforbruget i Danmark?	34
Skal vi have en kultur, hvor "nej tak" til alkohol bliver accepteret?	35
Har vi allerede en kultur, hvor "nej tak" til alkohol accepteres?	36
4. Holdninger til strukturelle forebyggelsestiltag	37
Holdninger til aldersgrænser for køb af alkohol	37
Holdninger til forskellige forebyggelsestiltag	38
Holdninger til forsøg med unge kontrolkøbere	39
Holdninger til minimumspriser	40
Holdninger til automatisk ID-kontrol	41
Holdninger til krav om placering af alkohol	42

5. Viden om sammenhængen mellem alkohol og kræft	43
Uhjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft.....	43
Udvikling i uhjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft	44
Hjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft.....	45
Udvikling i hjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft.....	46
Kendskab til sammenhængen mellem alkohol og forskellige kræftformer (hjulpet).....	47
Hvor meget alkohol skal man drikke for at have en øget risiko for kræft?	48
Behov for oplysning	51
Oplysning om kræftisiko på alkoholiske drikkevarer.....	52
6. Kendskab til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om alkohol	54
Kendskab til, at Sundhedsstyrelsen fraråder børn og unge under 18 år at drikke alkohol	54
Kendskab til anbefalingen om højst 10 genstande om ugen.....	55
Kendskab til anbefalingen om højst 4 genstande på samme dag.....	59
Bruger Sundhedsstyrelsens anbefalinger som rettesnor for eget forbrug.....	63
7. Metode	64
Datagrundlag.....	64
Statistiske analyser.....	66
Begrænsninger ved webundersøgelser	67
Spørgsmål til undersøgelsen	67
Litteraturliste.....	69

Sammenfatning

I denne rapport kortlægges alkoholvaner blandt 18-74-årige i Danmark i 2025. Analyserne er baseret på svar fra 3.064 personer fra Voxmeters panel. Data er nationalt repræsentativt i forhold til køn, alder og region.

Alkoholforbrug

Størstedelen af 18-74-årige danskere (86 %) angiver, at de drikker inden for Sundhedsstyrelsens anbefaling om højst 10 genstande om ugen. 10 % angiver et ugentligt alkoholforbrug over anbefalingen, mens resten svarer "ved ikke" til spørgsmålet. Flere mænd end kvinder drikker over Sundhedsstyrelsens anbefaling på højst 10 genstande om ugen (14 % mod 6 %). Flest 60-74-årige (14 %) efterfulgt af 18-29-årige (13 %) drikker over Sundhedsstyrelsens anbefaling på højst 10 genstande om ugen. Der er signifikant flere der drikker indenfor Sundhedsstyrelsens anbefalinger på højst 10 genstande om ugen i 2025 (86 %), sammenlignet med år 2023 og 2024 (henholdsvis 83 % og 83 %). De 18-29-årige har den højeste forekomst af fuldskab og binge-druk. I 2025 er der en signifikant stigning i andelen af 18-74-årige, der drikker sig fulde månedligt eller oftere, sammenlignet med 2023 og 2024.

10 % af 18-74-årige angiver, at de ønsker at nedsætte deres alkoholforbrug. 29 % af dem, der drikker over Sundhedsstyrelsens anbefaling på højst 10 ugentlige genstande, ønsker at nedsætte deres alkoholforbrug. 20 % af 18-74-årige, der drikker alkohol i løbet af en typisk uge, tæller altid eller ofte deres ugentlige antal genstande. Hver fjerde har inden for det seneste år drukket så meget, at de næste dag ville ønske, at de havde drukket mindre.

Oplevelser med den danske alkoholkultur

Hver fjerde mener, at det er svært at være en del af det sociale fællesskab ved sammenkomster, hvor der drikkes alkohol, hvis man ikke selv drikker alkohol (27 %). Blandt 18-29-årige mener mere end hver tredje det (37 %). Blandt dem, der drikker alkohol, drikker mere end hver tiende indimellem eller ofte alkohol, fordi det er forventet, og ikke fordi de har lyst. Hver femte 18-74-årig serverer indimellem eller ofte alkohol for gæster, fordi det er forventet og ikke af lyst. Mere end 4 ud af 10 har oplevet drikkepres (dvs. at nogen har forsøgt at få dem til at drikke mere alkohol, end de havde lyst til). Andelen, der har oplevet drikkepres, falder med alderen. 18 % angiver, at de har drikkepresset andre. Lidt mere end hver fjerde (27 %) har sagt nej til at deltage i et socialt arrangement, fordi de ikke havde lyst til at drikke alkohol. Andelen, der siger nej til at deltage grundet alkohol, falder med alderen. Tæt på hver fjerde savner alkoholfrie alternativer, når de er til fester og/eller i andre sociale sammenhænge.

Holdninger til alkoholkulturen i Danmark

Knap 6 ud af 10 mener, at alkoholforbruget blandt danskerne er for højt. 9 ud af 10 ønsker en alkoholkultur, hvor alle accepterer et "nej tak" til alkohol, men kun halvdelen erklærer sig enige i, at vi allerede har en kultur, hvor det bliver accepteret at sige "nej tak" til alkohol i sociale sammenhænge.

Holdninger til strukturelle forebyggelsestiltag

Over halvdelen af 18-74-årige (56 %) mener, at der bør være en aldersgrænse på 18 år for køb af al alkohol, uanset alkoholprocent. 31 % er uenige, mens 13 % svarer 'Ved ikke'. Næsten halvdelen (49 %) synes, det er en god idé at indføre forsøg med unge kontrolkøbere for at tjekke, hvor gode butikkerne er til at bede om ID, mens 24 % synes, at det er en dårlig idé. 7 ud af 10 bakker op om at indføre automatisk ID-kontrol via betalingskortet, mens 11 % er imod. Knap 7 ud af 10 (68 %) synes, at det er et godt forslag at indføre krav om, at butikker og supermarkeder ikke må placere alkohol sammen med produkter, der appellerer til børn

og unge – 9 % er imod forslaget. Hvad angår et forslag om minimumspriser på alkohol er der, flere danskere imod end for (39 % mod 30 %).

Viden om sammenhængen mellem alkohol og kræft

Når 18-74-årige spørges helt åbent (uhjulpet kendskab) om, hvilke sygdomme de mener, at alkohol øger risikoen for, angiver 28 % kræft. Når de præsenteres for en liste med forskellige sygdomme og tilstande, som alkohol muligvis øger risikoen for, krydser 59 % kræft af (hjulpet kendskab). Både uhjulpet og hjulpet kendskab, til sammenhængen mellem alkohol og kræft, er det højeste, som vi har målt, og forskellen er signifikant forskellig fra de fleste tidligere års målinger. Der er lavt kendskab til sammenhængen mellem alkohol og de enkelte kræftformer. F.eks. ved kun 13 %, at alkohol øger risikoen for brystkræft (hjulpet kendskab). Størstedelen kobler alkohol til leverkræft (47 %) (hjulpet kendskab). 3 ud af 4 (72 %) mener, at der er behov for oplysning om, at alkohol øger risikoen for kræft. Knap halvdelen mener, at det ville være en god idé at gøre det obligatorisk at oplyse om sammenhængen mellem alkohol og kræft på alkoholiske drikkevarer.

Kendskab til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om alkohol

Færre end hver fjerde (24 %) ved, at Sundhedsstyrelsen fraråder børn og unge under 18 år at drikke alkohol. Hver tredje (32 %) tror, at grænsen er sat ved 16 år. Mere end 8 ud af 10 kan ikke angive Sundhedsstyrelsens anbefaling, om højst at drikke 10 genstande om ugen – hverken for mænd eller kvinder (84 %). Kun 7 % angiver korrekt, at Sundhedsstyrelsen anbefaler højst 10 genstande om ugen for både mænd og kvinder på 18 år og derover. Resten angiver grænsen på højst 10 genstande for det ene køn, men ikke det andet. Mere end 8 ud af 10 (86 %) kender ikke Sundhedsstyrelsens anbefaling om, at voksne på 18 år og derover højst bør drikke 4 genstande på samme dag – hverken for mænd eller kvinder. Kun 7 % angiver korrekt, for både mænd og kvinder, at Sundhedsstyrelsen anbefaler højst 4 genstande på samme dag.

English summary

In this report, we examine alcohol habits among 18- to 74-year-olds in Denmark in 2025. The report is based on data from a web-based survey conducted among 3,064 respondents. The data was collected by the research agency Voxmeter in December 2025–January 2026 and is nationally representative with regard to respondents' sex, age, and geographic region.

Alcohol consumption

The majority of 18-74-year-old Danes (86%) report that they drink within the Danish Health Authority's recommendation of a maximum of 10 units of alcohol per week. 10% report a weekly alcohol consumption above the recommendation, while the rest answer 'don't know' to the question. More men than women drink above the Danish Health Authority's recommendation for weekly alcohol consumption (14 % vs. 6 %). The highest percentage of those drinking above the Danish Health Authority's recommendation for weekly alcohol consumption is among 60-74-year-olds (14%), followed by 18-29-year-olds (13%). The 18-29 age group also has the highest prevalence of intoxication and binge drinking. 10 % of 18-74-year-old Danes wish to reduce their alcohol consumption. 29% of those who drink more than the Danish Health Authorities recommendation of 10 units of alcohol per week, wish to reduce their alcohol consumption. 20% of 18-74-year-olds who drink alcohol in a typical week always or often count their weekly number of alcohol units. One in four has, within the past year, drank so much that the next day they wished they had drunk less.

Experiences with the Danish alcohol culture

One in four people find it difficult to be part of social gatherings where alcohol is consumed if they do not drink alcohol themselves (27%). Among 18-29-year-olds, this applies to more than one third (37%). Among those who consume alcohol, one in ten occasionally or often drink alcohol because it is expected, not because they want to. One in five 18-74-year-olds occasionally or often serve alcohol to guests because it is expected, not because they want to. More than 4 out of 10 have experienced drinking pressure (i.e., being pressured to drink more alcohol than intended). The proportion of those who have experienced drinking pressure decreases with age. 18% state that they have tried to pressure others to drink. Nearly one in four (27%) declined to participate in a social gathering because they did not want to drink alcohol. The proportion of those who decline decreases with age. One in five miss alcohol-free alternatives when attending parties and/or other social gatherings.

Attitudes toward the alcohol culture in Denmark

6 out of 10 people believe that alcohol consumption among Danes is too high. 9 out of 10 wishes for an alcohol culture where everyone accepts a "no thank you" to alcohol, but only half agree that we already have a culture where it is accepted to say "no thank you" in social gatherings.

Attitudes toward structural prevention measures

More than half of 18-74-year-olds (56%) believe that there should be an age limit of 18 years for purchasing all alcohol, regardless of alcohol percentage. 31% disagree, while 13% answer 'don't know'. Almost half (49%) think it is a good idea to introduce tests with young control buyers to assess how effectively stores request for an ID, while 24% think it is a bad idea. Nearly 7 out of 10 support introducing automatic ID control via payment cards, while 11% are opposed to this. Just under 7 out of 10 (68%) think it is a good idea to introduce a requirement that stores and supermarkets refrain from placing alcohol near products that appeal to children and young people—9% are against this proposal. When it comes to a proposal of minimum prices on alcohol, more Danes are opposed than in favor (39% against 30%).

Awareness of the link between alcohol and cancer

When 18-75-year-olds are asked openly (unprompted awareness) about which diseases they believe alcohol increases the risk of, 28% mention cancer. When presented with a list of various diseases and conditions that alcohol could possibly increase the risk of, 59% selected cancer (prompted awareness). Both unprompted and prompted awareness of the association between alcohol and cancer are at the highest recorded level, the difference is significantly distinct from most previous years. There is a low awareness of the association between alcohol and individual cancer types. For example, only 13% know that alcohol increases the risk of breast cancer (prompted awareness). Most people associate alcohol with liver cancer (47%) (prompted awareness). 3 out of 4 (72%) believe that there is a need for more information on how alcohol increases the risk of cancer. Half think it would be a good idea to make it mandatory to inform about the link between alcohol and cancer on the label of alcoholic beverages.

Awareness of the Danish Health Authority's recommendations on alcohol

Only one in four (24%) are aware of the Danish Health Authority's recommendation discouraging children and young people under 18 from drinking alcohol. One in three (32%) believe the age limit is set at 16 years. More than 8 out of 10 cannot identify the Danish Health Authority's recommendation to drink a maximum of 10 units of alcohol per week—neither for men nor women (84%). Only 7% correctly state that the Danish Health Authority recommends a maximum of 10 alcohol units per week for both men and women aged 18 and over. The rest can state the limit of 10 units of alcohol for one gender, but not the other. Nearly 9 out of 10 (86%) do not know the Health Authority's recommendation that adults aged 18 and over should not drink more than a maximum of 4 units of alcohol on the same day—neither for men nor women. Only 7% correctly state for both men and women that the Health Authority recommends a maximum of 4 units of alcohol on the same day.

Konklusioner og anbefalinger

I dette afsnit er de mest relevante fund fremhævet, og der er fulgt op med anbefalinger til, hvordan forebyggelsesaktører kan arbejde videre med at skabe en sundere alkoholkultur blandt danskerne.

Konklusion: Hver tiende overskrider Sundhedsstyrelsens anbefaling om højst 10 ugentlige genstande

Hver tiende overskrider Sundhedsstyrelsens anbefaling om højst 10 ugentlige genstande. Andelen, der overskrider Sundhedsstyrelsens anbefaling på højst 10 ugentlige genstande, er størst blandt 60-74-årige, efterfulgt af 18-29-årige. Flere mænd end kvinder drikker over Sundhedsstyrelsens anbefaling på højst 10 genstande om ugen.

Anbefaling:

Det anbefales, at fremtidige alkoholforebyggende indsatser målrettes de aldersgrupper, hvor andelen med et højt alkoholforbrug er størst. Det omfatter indsatser, der understøtter en reduktion af alkoholforbruget, og som øger kendskabet til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om alkohol. Derudover bør der også være særligt fokus på mænd, da en væsentligt større andel af mænd end kvinder overskrider anbefalingerne.

Konklusion: Ønsket om at nedsætte forbruget er størst blandt de med et højt alkoholforbrug

Dem, der drikker mere end Sundhedsstyrelsens anbefaling, på højst 10 ugentlige genstande, er mere tilbøjelige til at ville nedsætte deres alkoholforbrug end dem, der drikker færre genstande ugentligt.

Anbefaling:

Det anbefales, at fremtidige alkoholindsatser målrettes personer med et højt alkoholforbrug, og at der gives konkrete tips og værktøjer til at reducere alkoholforbruget. Der kan med fordel fokuseres på dem, der allerede er motiverede for at skære deres alkoholforbrug ned, samtidig med at indsatserne også bør arbejde på at styrke motivationen hos dem, der ikke er lige så motiverede.

Konklusion: Mange fravælger sociale arrangementer på grund af alkohol

Hver fjerde mener, at det er svært at være en del af det sociale fællesskab ved sammenkomster, hvor der drikkes alkohol, hvis man ikke selv drikker alkohol. Blandt unge er andelen endnu højere. Samtidig har mere end hver fjerde sagt nej til at deltage i et socialt arrangement, fordi de ikke havde lyst til at drikke alkohol.

Anbefaling:

Det anbefales, at der arbejdes for at skabe en mere inkluderende kultur, hvor alkohol ikke er omdrejningspunktet for festlige og sociale begivenheder samt at fremme accepten af at vælge alkohol fra – særligt blandt unge.

Konklusion: Accept af at sige nej til alkohol er fortsat begrænset

Kun halvdelen erklærer sig enige i, at vi i Danmark har en kultur, hvor det bliver accepteret at sige nej tak til alkohol i sociale sammenhænge. Det er til trods for, at 9 ud af 10 faktisk ønsker en alkoholkultur, hvor alle accepterer et "nej tak" til alkohol.

Anbefaling:

Alkohol er for mange en integreret del af den danske kultur og sociale sammenkomster. Derfor er det vigtigt at fortsætte arbejdet med at ændre de eksisterende normer omkring alkohol blandt både unge og voksne. Der bør arbejdes for at højne accepten af at sige "nej tak" til alkohol, så sociale fællesskaber i højere grad føles inkluderende af alle.

Konklusion: Befolkningen bakker op om strukturelle forebyggelsestiltag, der er målrettet børn og unge

Næsten 6 ud af 10 ønsker en 18-års aldersgrænse for køb af al alkohol, og der er flertal for både automatisk ID-kontrol via betalingskortet og krav om, at butikker ikke placerer alkohol sammen med produkter, der appellerer til børn og unge.

Anbefaling: Det er relevant at gøre politikere og andre beslutningstagere opmærksomme på, at befolkningen bakker op om mere strukturel forebyggelse på alkoholområdet, særligt når det gælder børn og unge. Der er brug for en bred, flerstrengt indsats med effektive tiltag såsom højere priser, mindre markedsføring og nedsat tilgængelighed – herunder en 18-års aldersgrænse for køb af alkohol.

Konklusion: Behov for mere oplysning om alkohol og kræft

Kendskabet til sammenhængen mellem alkohol og kræft er stigende, men der er fortsat mange, der ikke kender til sammenhængen. Kendskabet til specifikke kræftformer, som alkohol øger risikoen for, er stadig lav i befolkningen. Samtidig efterspørger danskerne mere information om alkohols sundhedsmæssige konsekvenser.

Anbefaling:

Der er fortsat behov for indsatser, der oplyser om sammenhængen mellem alkohol og kræft, herunder at det øger risikoen for mindst 7 kræftformer, og at risikoen stiger med mængden af alkohol, som man indtager.

Konklusion: Mange kender ikke de nationale alkoholanbefalinger

Kendskabet til Sundhedsstyrelsens alkoholanbefalinger er generelt lavt i befolkningen, både hvad angår anbefalingerne om højst at drikke 10 genstande om ugen og højst 4 genstande på samme dag. Ligeledes er der få, der ved, at Sundhedsstyrelsen fraråder børn og unge under 18 år at drikke alkohol. Det skyldes sandsynligvis, at Sundhedsstyrelsen reviderede sine anbefalinger i marts 2022.

Anbefaling:

Det anbefales at iværksætte oplysningsindsatser, der gør befolkningen opmærksom på de nye anbefalinger. Sådanne indsatser kan med fordel imødekomme eventuelle spørgsmål, der kan opstå i forbindelse hermed – f.eks. hvorfor grænserne er ændret, og hvorfor de nu er ens for begge køn. Det er især vigtigt at forældre og andre, der har med børn og unge at gøre, bliver oplyst om, at Sundhedsstyrelsen fraråder alkohol til børn og unge under 18 år. Det forvirrer formentligt, at politikerne fortsat fastholder, at 16-årige skal kunne købe alkohol i detailhandlen. Vi anbefaler, at man hæver denne aldersgrænse til 18 år, så den matcher de sundhedsfaglige anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen.

Indledning

I denne rapport kortlægges alkoholvaner blandt danskere i alderen 18-74 år, deres holdninger til den danske alkoholkultur og strukturelle forebyggelsestiltag, samt kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft og Sundhedsstyrelsens alkohol-anbefalinger. Analyserne bygger på data fra 3.064 danskere i alderen 18-74 år - indsamlet i perioden fra december 2025 til januar 2026. Data er nationalt repræsentativt i forhold til køn, alder og region.

Formål

Formålet med denne rapport er at give offentligheden – herunder politikere og presse – et indblik i danskernes viden, holdninger og adfærd i forhold til alkohol og den danske alkoholkultur. Resultaterne skal bidrage til at styrke vidensgrundlaget for fremtidige forebyggelsesindsatser og til at skabe debat og refleksion i forhold til den danske alkoholkultur.

Baggrund

Alkohol øger risikoen for mere end 200 tilstande og sygdomme, herunder kræft, hjertesygdom og leversygdom [1]. Desuden øger alkohol risikoen for ulykker, vold, konflikter og arbejdsløshed [2, 3]. Samtidig bidrager alkohol til social ulighed i sundhed, og det er især personer med lavere socioøkonomisk status (f.eks. kort uddannelse), der oplever de største konsekvenser af et højt alkoholforbrug [4].

Hvert år er der omkring 2.500 dødsfald i Danmark, hvor alkohol kan tilskrives som enten den primære eller medvirkende årsag [5]. Det reelle antal alkoholrelaterede dødsfald er formentligt højere, da alkohol ikke altid fremgår af registret. Et tidligere studie fandt f.eks., at der årligt var næsten 4.000 alkoholrelaterede dødsfald i Danmark [6].

Alkohol og kræft

Alkohol har siden 1988 været på WHO's liste over stoffer, der med sikkerhed er kræftfremkaldende for mennesker [7]. Alkohol øger risikoen for kræft i brystet, mundhulen, svælget, struben, spiserøret, leveren, tyk- og endetarmen, og risikoen for kræft stiger med mængden af alkohol, der indtages [8]. Det er estimeret, at vi hvert år kan forebygge over 1.000 kræfttilfælde i Danmark, hvis vi skruer ned for alkoholindtaget [9].

Tidligere dataindsamlinger om danskernes alkoholvaner

Denne rapport bygger primært på data, der blev indsamlet i perioden december 2025 til januar 2026. Enkelte steder i rapporten er der medtaget udviklingsanalyser, hvor der anvendes data fra tidligere dataindsamlinger i samme målgruppe¹.

Definitioner

Genstande

¹ De tidligere dataindsamlinger kaldes i figurerne for "2017" (indsamlet 4. september til 8. oktober 2017), "2017/2018" (indsamlet 27. november 2017 til 7. januar 2018), "2018" (indsamlet 19. november 2018 til 6. januar 2019), "2019" (indsamlet 25. november 2019 til 5. januar 2020), "2020" (indsamlet 23. november 2020 til 11. januar 2021), "2023" (indsamlet fra 8. maj til 14. juli 2023) og "2024" (indsamlet i perioden 6. maj til 24. juni 2024).

Én genstand svarer til én af følgende drikke: 1 almindelig øl, 1 glas vin, 1 alkoholcider, 1 alkoholsodavand, 1 drink/cocktail, 1 stort shot (f.eks. vodka) eller 2 store shots Gajol/Fisk. Desuden svarer 1 flaske vin til 6 genstande og 1 flaske spiritus til 20 genstande. Respondenterne er i besvarelsen af spørgeskemaet blevet præsenteret for denne definition af en genstand.

Sundhedsstyrelsens anbefalinger for alkoholforbrug: 10-4

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at voksne på 18 år og derover højst drikker 10 genstande om ugen og højst 4 genstande samme dag.

Derudover anbefales det, at 18-25-årige skal være særligt opmærksomme på ikke at overskride anbefalingerne.

Børn og unge under 18 år frarådes at drikke alkohol [1].

Binge-druk

Binge-druk defineres som dét at drikke 5 eller flere genstande ved samme lejlighed.

Fuldskab

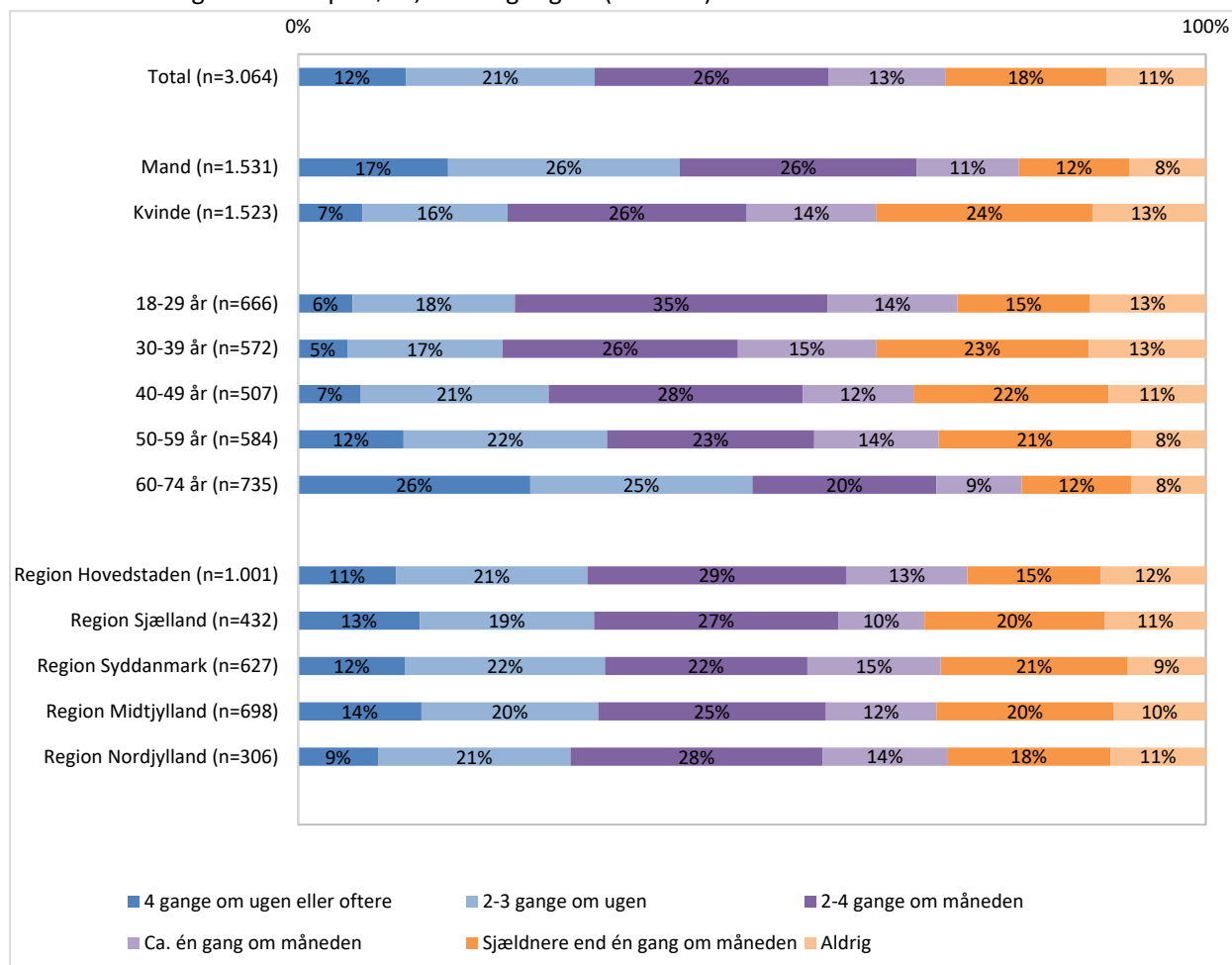
Fuldskab refererer til respondenternes egne oplevelser af at have været fulde. Det blev ikke defineret i spørgeskemaet.

1. Alkoholforbrug

Hvor ofte drikker danskerne alkohol?

Figur 1.1. Hvor ofte drikker du en hel genstand alkohol eller mere?

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn², alder og region (n=3.064).



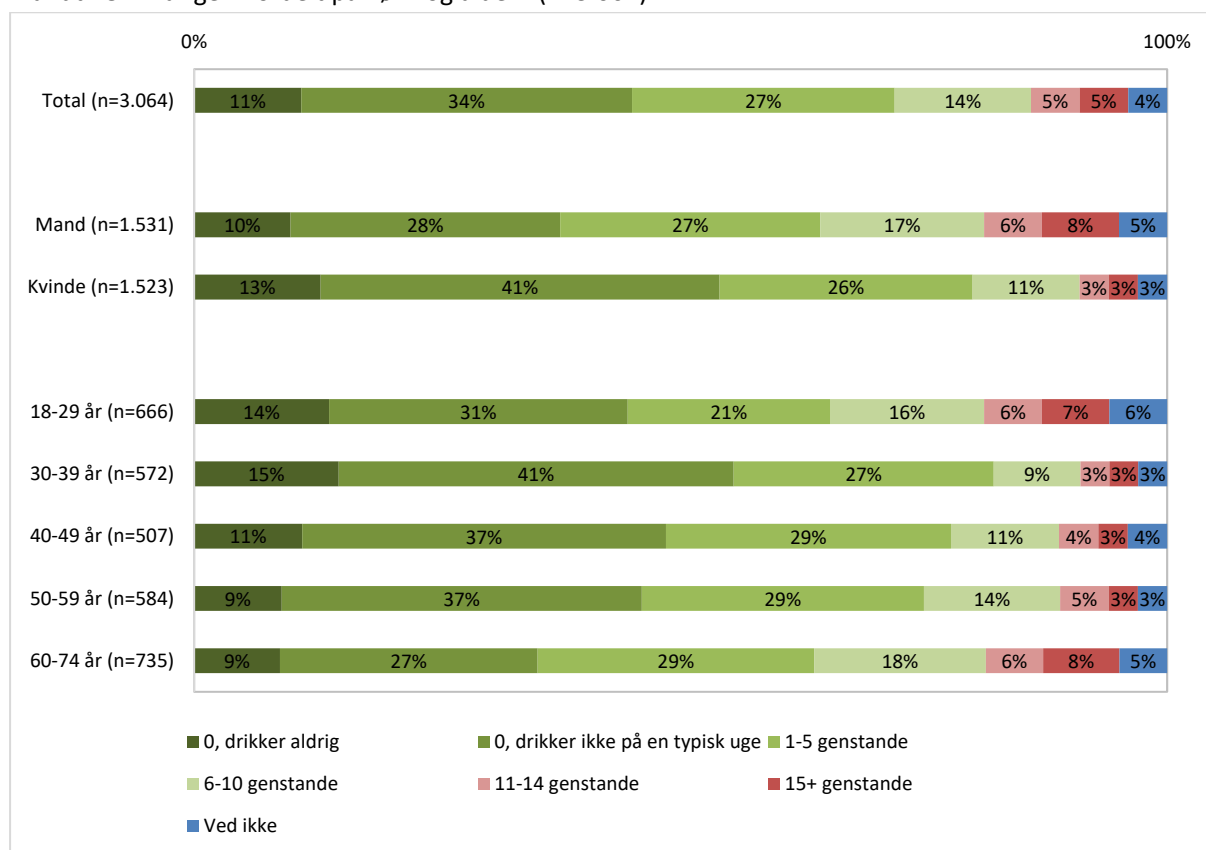
- 33 % drikker alkohol mindst to gange om ugen, mens 26 % drikker alkohol 2-4 gange om måneden. 11 % drikker aldrig alkohol.
- Markant flere mænd end kvinder drikker alkohol mindst to gange om ugen (43 % mod 23 %).
- 51 % af 60-74-årige drikker alkohol mindst to gange om ugen, hvilket er signifikant mere end de øvrige aldersgrupper.
- Færrest i Region Hovedstaden drikker alkohol sjældnere end én gang om måneden, hvor flest i Region Syddanmark gør det (15 % vs. 21 %).

² De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Ugentligt alkoholforbrug

Figur 1.2. På en typisk uge: Hvor mange genstande drikker du i gennemsnit på hver af dagene i løbet af ugen? (Summeret til samlet ugentligt alkoholforbrug³).

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn⁴ og alder* (n=3.064).



*Ingen signifikant forskel ift. region.

- 86 % angiver, at de drikker inden for Sundhedsstyrelsens anbefaling på højst 10 genstande ugentligt. 10 % drikker over anbefalingen, mens 4 % svarer "ved ikke".
- Flere mænd end kvinder drikker over Sundhedsstyrelsens anbefaling på højst 10 genstande om ugen (14 % mod 6 %).
- Flere 60-74-årige (14 %), efterfulgt af 18-29-årige (13 %), drikker over Sundhedsstyrelsens anbefaling på højst 10 genstande om ugen, sammenlignet med de øvrige aldersgrupper.

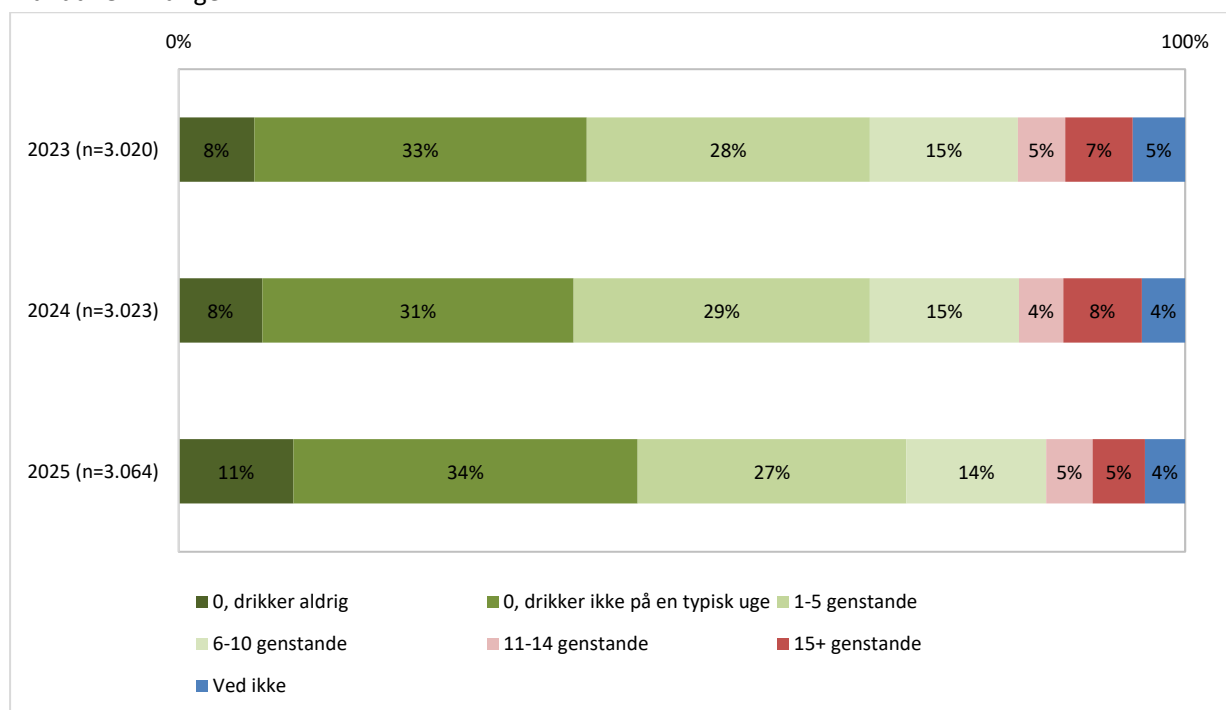
³ For at svare på spørgsmålet skulle man ud for hver ugedag skrive, hvor mange genstande, man gennemsnitligt drak på den pågældende dag. Efterfølgende er genstandene for ugens syv dage lagt sammen for at få det ugentlige alkoholforbrug. Det var også muligt at svare, at man ikke drikker på en typisk uge. De personer, der svarede dette, er i samme gruppe som dem, der skrev "0" ved alle syv ugedage.

⁴ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Udvikling i alkoholforbrug

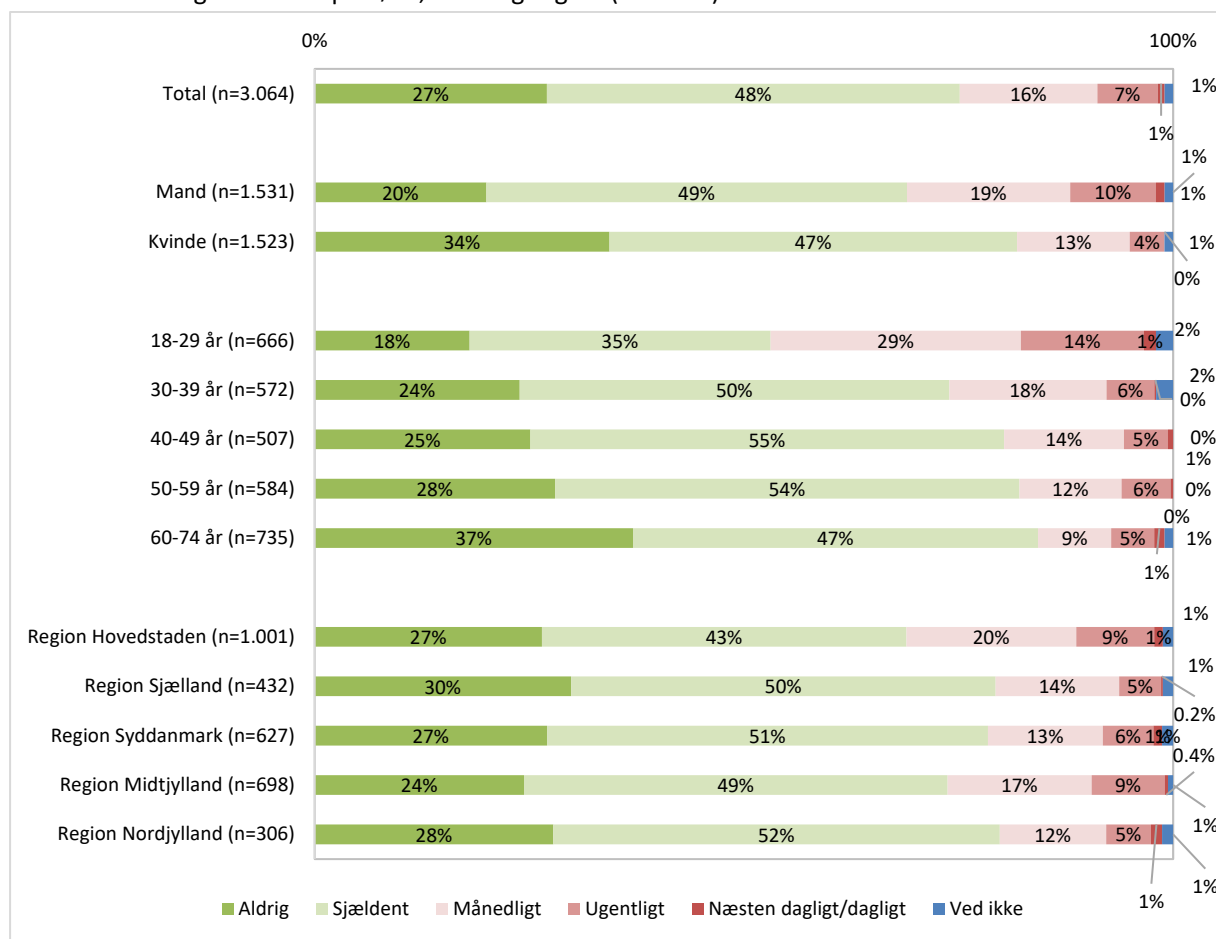
Figur 1.3. Udvikling 2023-2025. På en *typisk uge*: Hvor mange genstande drikker du i gennemsnit på hver af dagene i løbet af ugen? (Summeret til samlet ugentligt alkoholforbrug⁵).

Blandt 18-74-årige.



- Der er signifikant flere der drikker indenfor Sundhedsstyrelsens anbefalinger på 10 genstande om ugen i 2025 (86 %), sammenlignet med år 2023 og 2024 (henholdsvis 83 % og 83 %).

⁵ For at svare på spørgsmålet skulle man ud for hver ugedag skrive, hvor mange genstande, man gennemsnitligt drak på den pågældende dag. Efterfølgende er genstandene for ugens syv dage lagt sammen for at få det ugentlige alkoholforbrug. Det var også muligt at svare, at man ikke drikker på en typisk uge. De personer, der svarede dette, er i samme gruppe som dem, der skrev "0" ved alle syv ugedage.

Indtag af 5 eller flere genstande ved samme lejlighed (binge-druk)**Figur 1.4. Hvor ofte drikker du 5 eller flere genstande ved samme lejlighed?**Blandt 18-74-årige – fordelt på køn⁶, alder og region (n=3.064).

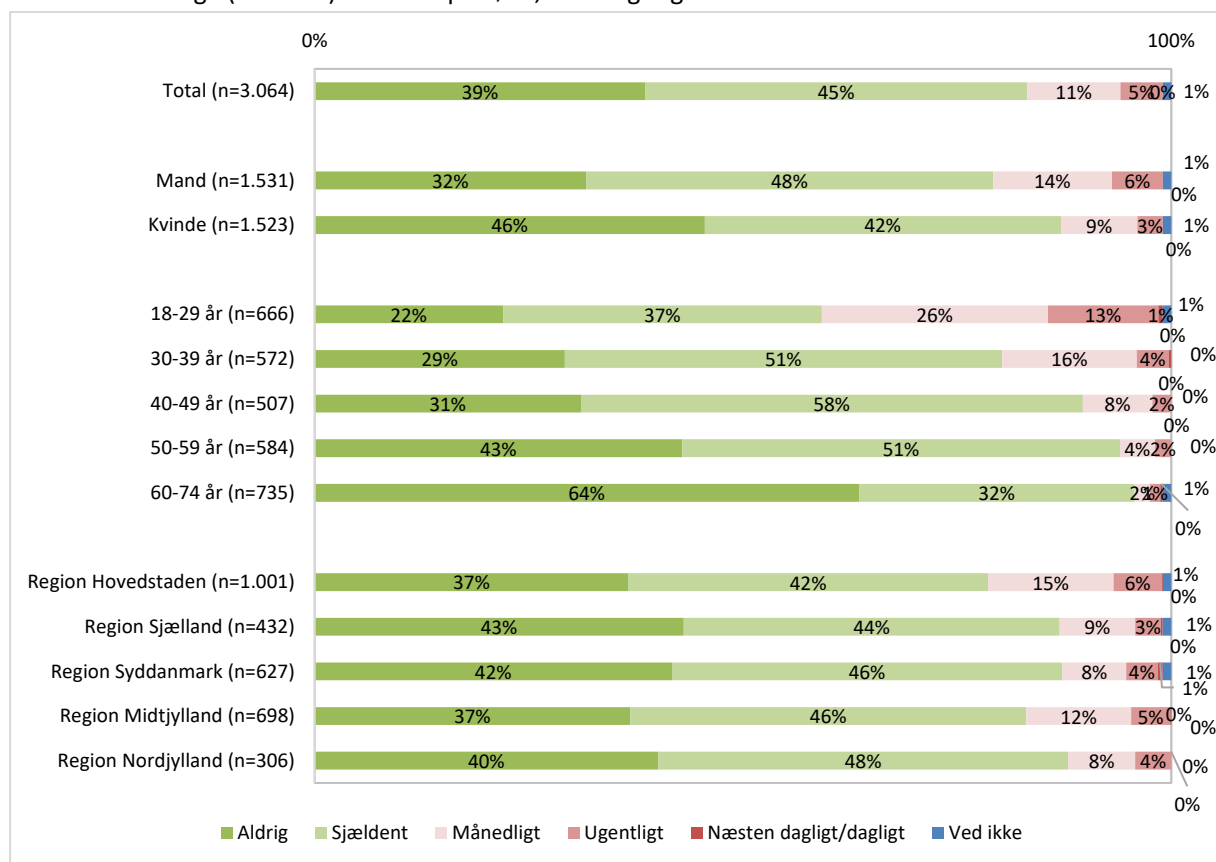
- Hver fjerde (24 %) binge-drikker månedligt eller oftere.
- Flere mænd end kvinder binge-drikker månedligt eller oftere (29 % mod 17 %).
- Andelen, der binge-drikker månedligt eller oftere er markant højere blandt 18-29-årige sammenlignet med de øvrige aldersgrupper (34 % mod 15-23 %).
- 30 % i Region Hovedstaden binge-drikker månedligt eller oftere. 18 % i Region Nordjylland binge-drikker månedligt eller oftere.

⁶ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Hyppighed af fuldskab

Figur 1.5. Hvor ofte drikker du dig fuld?⁷

Blandt 18-74-årige (n=3.064) – fordelt på køn⁸, alder og region.



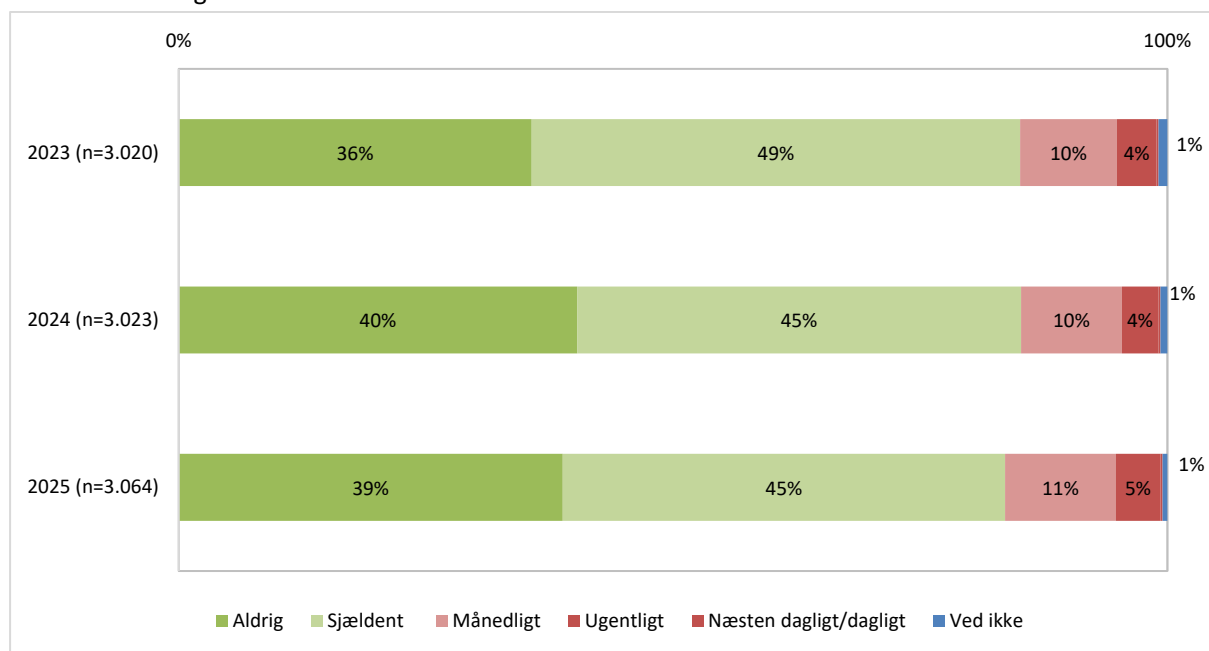
- 16 % drikker sig fulde månedligt eller oftere, mens 84 % aldrig eller sjældent drikker sig fulde.
- Flere kvinder end mænd drikker sig aldrig fulde (46 % mod 32 %), mens flere mænd end kvinder drikker sig fulde månedligt eller oftere (19 % mod 12 %).
- Flest 18-29-årige drikker sig fulde månedligt eller oftere sammenlignet med de øvrige aldersgrupper (40 % mod 3-20 %).
- Flere i Region Hovedstaden drikker sig fulde månedligt eller oftere sammenlignet med de øvrige regioner.

⁷ Tæt på 0 % har svaret, at de drikker sig fulde "Næsten dagligt/dagligt", hvorfor svarkategorien ikke fremgår af figuren.

⁸ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Udvikling af fuldskab**Figur 1.6.** Udvikling 2023-2025. *Hvor ofte drikker du dig fuld?*⁹

Blandt 18-74-årige.



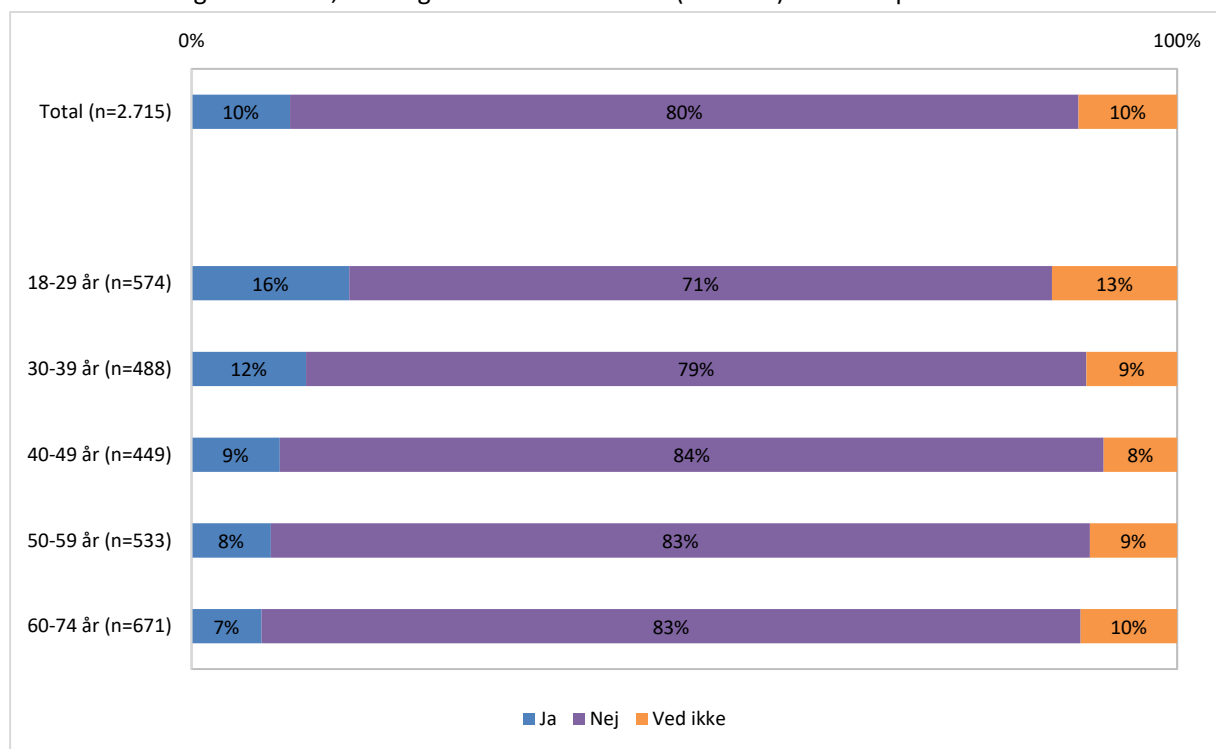
- I 2025 er der en signifikant stigning i andelen af personer, der drikker sig fulde månedligt eller oftere, sammenlignet med 2023 og 2024.

⁹ Tæt på 0 % har svaret, at de drikker sig fulde "Næsten dagligt/dagligt", hvorfor svarkategorien ikke fremgår af figuren.

Ønske om at nedsætte sit alkoholforbrug

Figur 1.7. Vil du gerne nedsætte dit alkoholforbrug?

Blandt 18-74-årige danskere, der angiver at drikke alkohol (n=2.715) – fordelt på alder. *

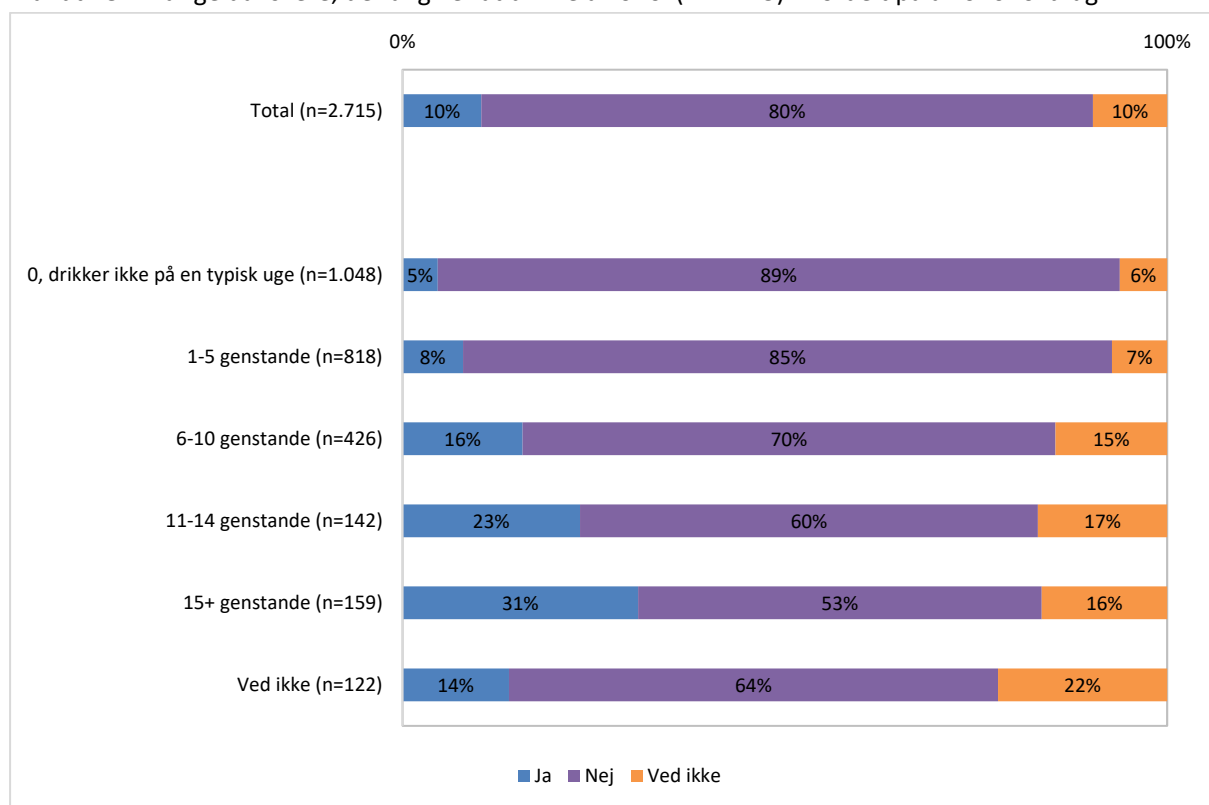


*Ingen signifikante forskelle ift. køn og region.

- 10 % angiver, at de ønsker at nedsætte deres alkoholforbrug, mens 80 % angiver, at de ikke ønsker at nedsætte deres alkoholforbrug.
- Der er færrest 18-29-årige, der ikke ønsker at nedsætte sit alkoholforbrug.

Figur 1.8. Vil du gerne nedsætte dit alkoholforbrug?

Blandt 18-74-årige danskere, der angiver at drikke alkohol (n=2.715) – fordelt på alkoholforbrug.

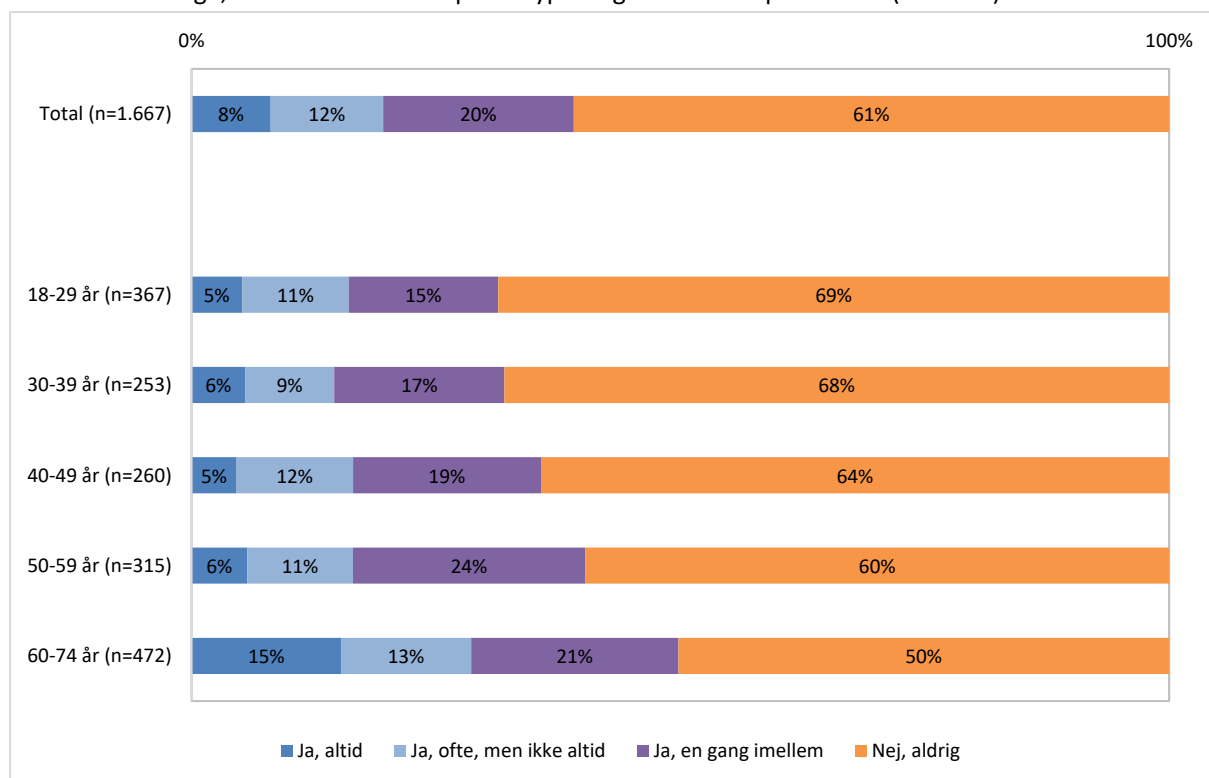


- Der er færrest, der ønsker at nedsætte deres alkoholforbrug, blandt dem, der drikker mindst 1-5 genstande om ugen, sammenlignet med de øvrige kategorier for alkoholforbrug (8 % mod 16-31 %).
- Ser man samlet på dem, der drikker mere end Sundhedsstyrelsens anbefaling, om højst 10 ugentlige genstande, ønsker 29 % at nedsætte deres alkoholforbrug (fremgår ikke af figur).

Bevidsthed om ugentligt antal genstande

Figur 1.9. Tæller du, hvor mange genstande du drikker i løbet af en uge?

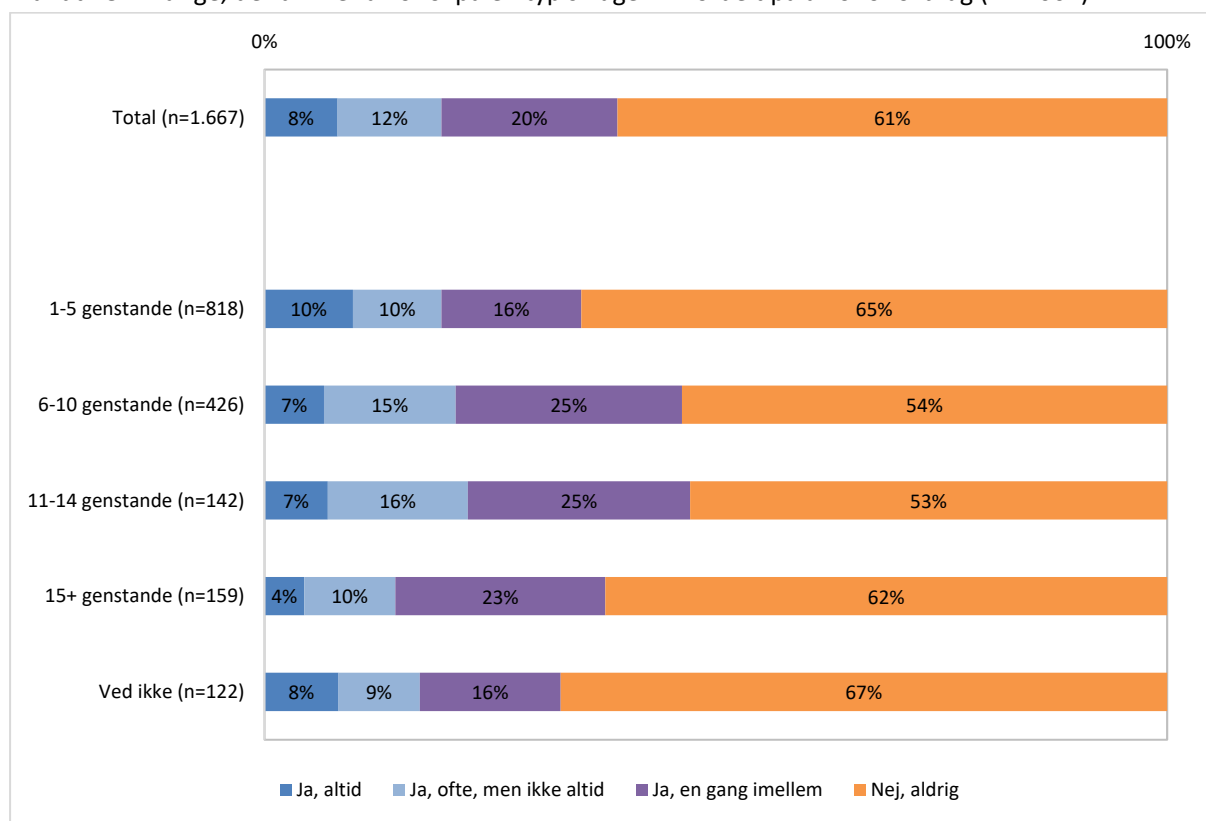
Blandt 18-74-årige, der drikker alkohol på en typisk uge¹⁰ - fordelt på alder. * (n=1.667).



*Ingen signifikante forskelle ift. køn og region.

- Blandt dem, der drikker alkohol på en typisk uge, tæller 8 % *altid*, hvor mange genstande, de drikker i løbet af en uge. 12 % tæller *ofte, men ikke altid*, mens 20 % tæller *en gang imellem*. 61 % tæller *aldrig* ugentligt antal genstande.
- Blandt dem, der drikker alkohol på en typisk uge, er der flest 60-74-årige, der *altid eller ofte* tæller, hvor mange genstande, de drikker i løbet af en uge (28 %). Færrest 30-39-årige tæller antal genstande (15 %).

¹⁰ At respondenterne drikker alkohol på en typisk uge, vil sige, at de drikker alkohol mindst 2-4 gange om måneden, og at de samtidig *ikke* har svaret, at de slet ikke drikker på en gennemsnitlig uge. Respondenter, der drikker sjældnere end 2-4 gange om måneden eller har angivet, at de ikke drikker på en gennemsnitlig uge, er ikke medtaget.

Figur 1.10. Tæller du, hvor mange genstande du drikker i løbet af en uge?Blandt 18-74-årige, der drikker alkohol på en typisk uge¹¹ – fordelt på alkoholforbrug (n=1.667).

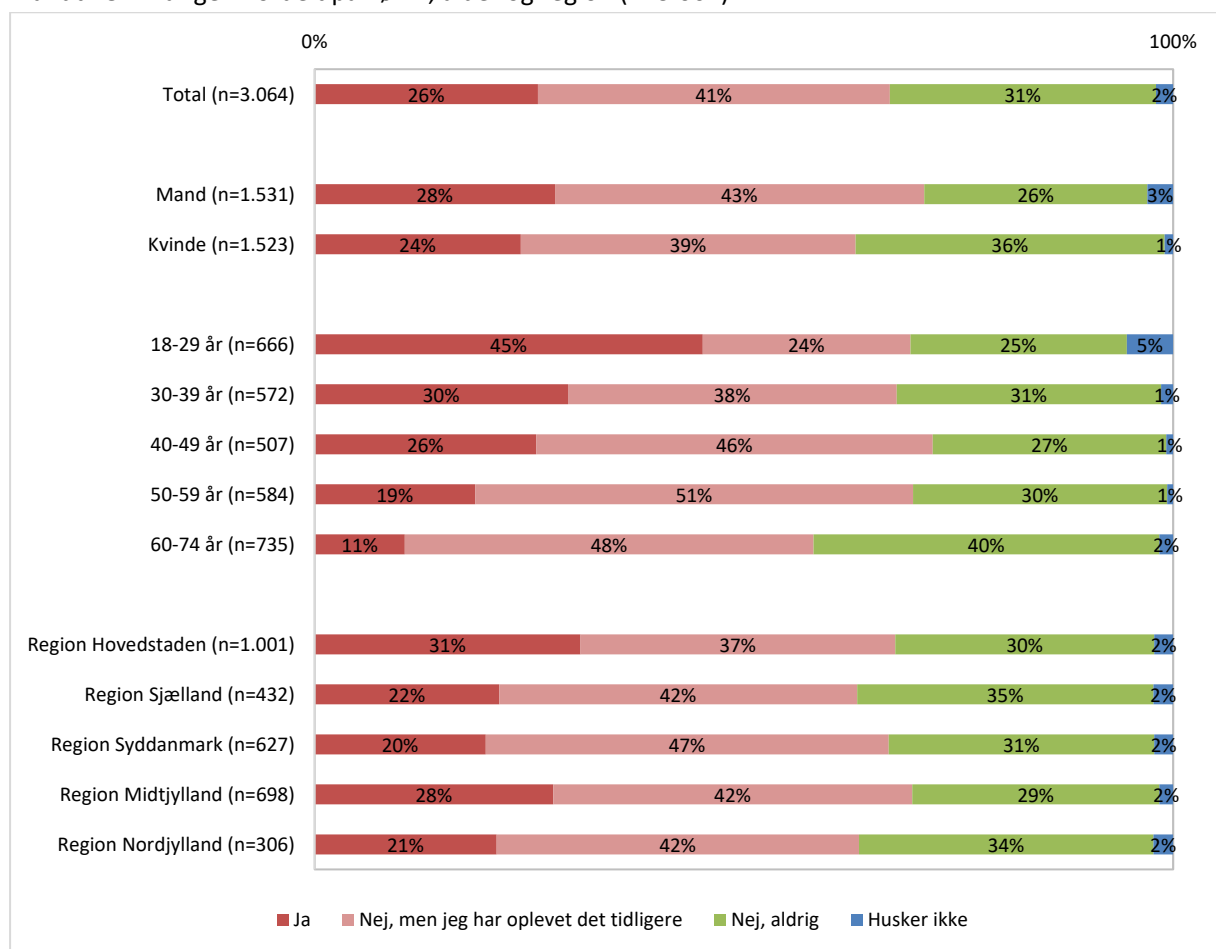
- Flest i gruppen med et ugentligt forbrug på 11-14 genstande tæller *altid* eller *ofte*, hvor mange genstande de drikker i løbet af en uge (23 %), mens det gælder færrest i gruppen, der drikker mindst 15 genstande ugentligt (14 %).

¹¹ At respondenterne drikker alkohol på en typisk uge, vil sige, at de drikker alkohol mindst 2-4 gange om måneden, og at de samtidig *ikke* har svaret, at de slet ikke drikker på en gennemsnitlig uge. Respondenter, der drikker sjældnere end 2-4 gange om måneden eller har angivet, at de ikke drikker på en gennemsnitlig uge, er ikke medtaget.

Prøvet at drikke for meget

Figur 1.11. Har du inden for det seneste år oplevet at drikke så meget, at du næste dag ville ønske, at du havde drukket mindre?

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn¹², alder og region (n=3.064).



- Hver fjerde (26 %) har inden for det seneste år drukket så meget, at de næste dag ville ønske, at de havde drukket mindre. 41 % har ikke oplevet det inden for det seneste år, men tidligere, mens 31 % aldrig har oplevet det.
- Flere mænd end kvinder har, inden for det seneste år, drukket så meget, at de næste dag ville ønske, at de havde drukket mindre (28 % mod 24 %).
- Med stigende alder falder andelen, der inden for det seneste år har drukket så meget, at de næste dag ville ønske, at de havde drukket mindre. F.eks. gælder det 45 % af 18-29-årige mod 11 % af 60-74-årige.
- Flest i Region Hovedstaden (31 %) og Region Midtjylland (28 %) har inden for det seneste år drukket så meget, at de næste dag ville ønske, at de havde drukket mindre.

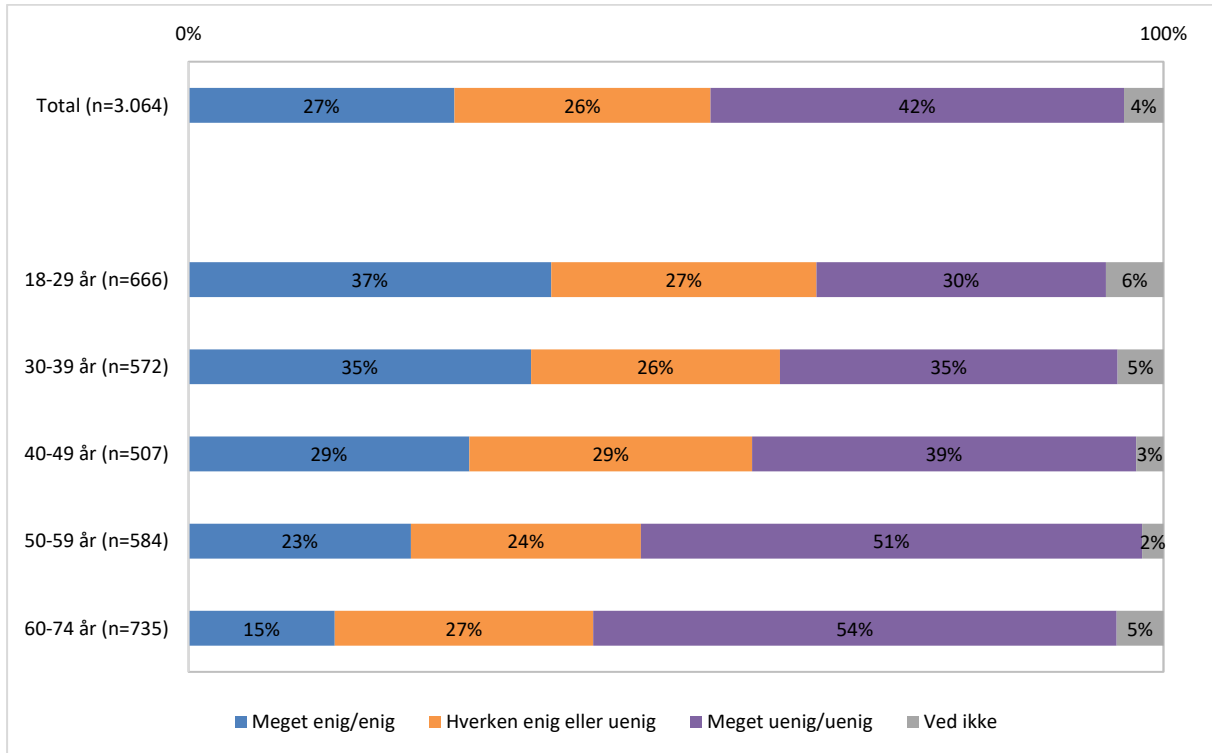
¹² De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

2. Oplevelser med den danske alkoholkultur

Alkohol og sociale sammenkomster

Figur 2.1. *Hvor enig eller uenig er du i følgende? Det er svært at være en del af det sociale fællesskab ved sammenkomster, hvor der drikkes alkohol, hvis man ikke selv drikker alkohol.*

Blandt 18-74-årige – fordelt på alder* (n=3.064).



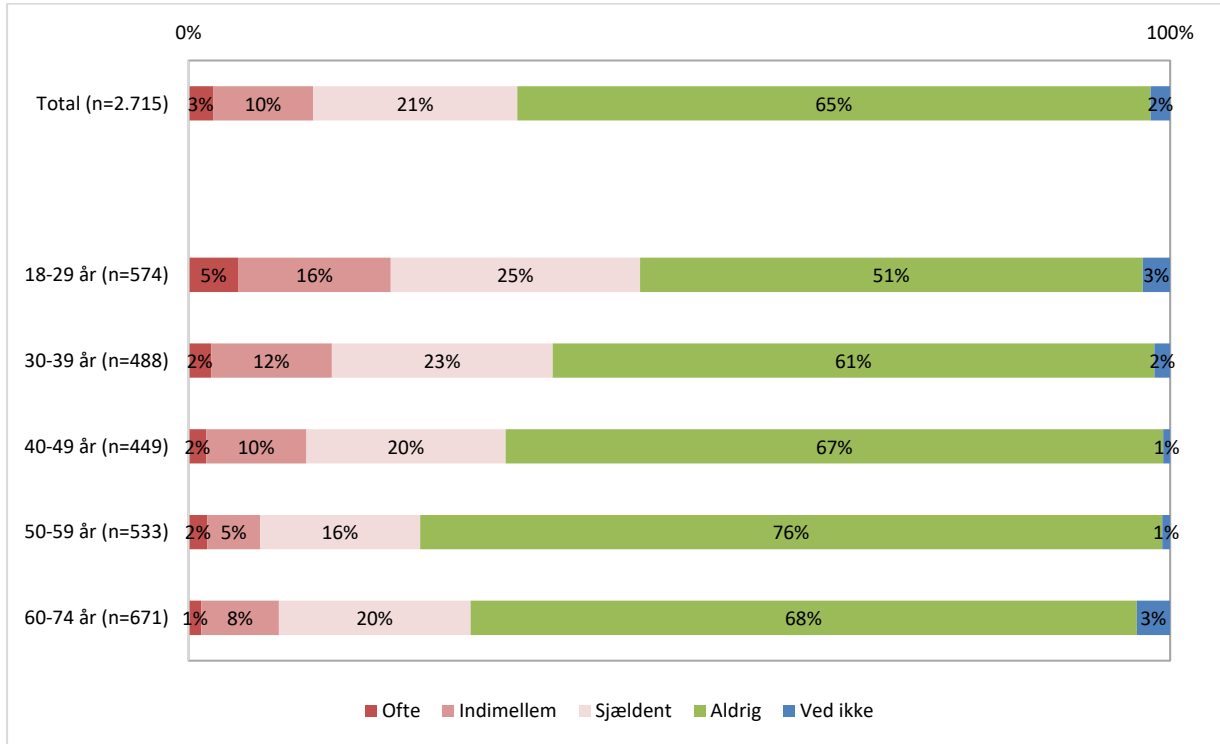
*Ingen signifikante forskelle ift. køn og region.

- Hver fjerde (27 %) mener, at det er svært at være en del af det sociale fællesskab ved sammenkomster, hvor der drikkes alkohol, hvis man ikke selv drikker alkohol. 42 % er enten uenige eller meget uenige i det.
- Andelen, der mener, at det er svært at være en del af det sociale fællesskab ved sammenkomster, hvor der drikkes alkohol, hvis man ikke selv drikker alkohol, falder med alderen. F.eks. oplever mere end hver tredje (37 %) af 18-29-årige, at det er svært, mens det gælder 15 % af 60-74-årige.

Forventningspres til at drikke alkohol

Figur 2.2. Hvor ofte gør du følgende: Drikker alkohol, fordi det er forventet, og ikke fordi jeg har lyst (f.eks. til familiefester, middag med venner osv.).

Blandt 18-74-årige, der drikker alkohol oftere end aldrig – fordelt på alder* (n=2.715).

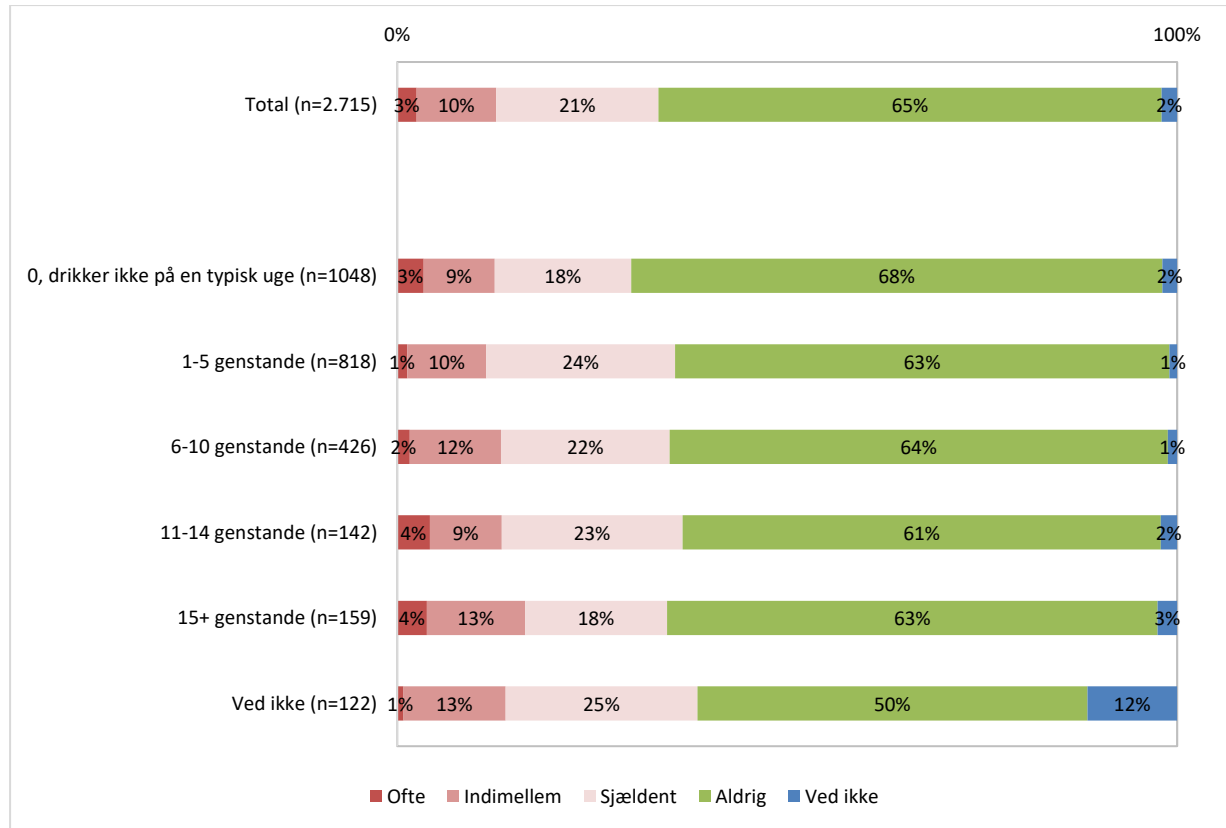


* Ingen signifikante forskelle ift. køn og region.

- Lidt mere end hver tiende, der har et alkoholforbrug, drikker *indimellem* (10 %) eller *ofte* (3 %) alkohol, fordi det er forventet og ikke fordi, at de har lyst.
- Blandt personer, der har et alkoholforbrug, er der flest 18-29-årige, der *indimellem* eller *ofte* drikker alkohol, fordi det er forventet og ikke fordi, at de har lyst (21 %). Der er færrest blandt 50-59-årige, der gør det (7 %).

Figur 2.3. *Hvor ofte gør du følgende: Drikker alkohol, fordi det er forventet, og ikke fordi jeg har lyst (f.eks. til familiefester, middag med venner osv.).*

Blandt 18-74-årige, der drikker alkohol oftere end aldrig – fordelt på alkoholforbrug (n=2.715).

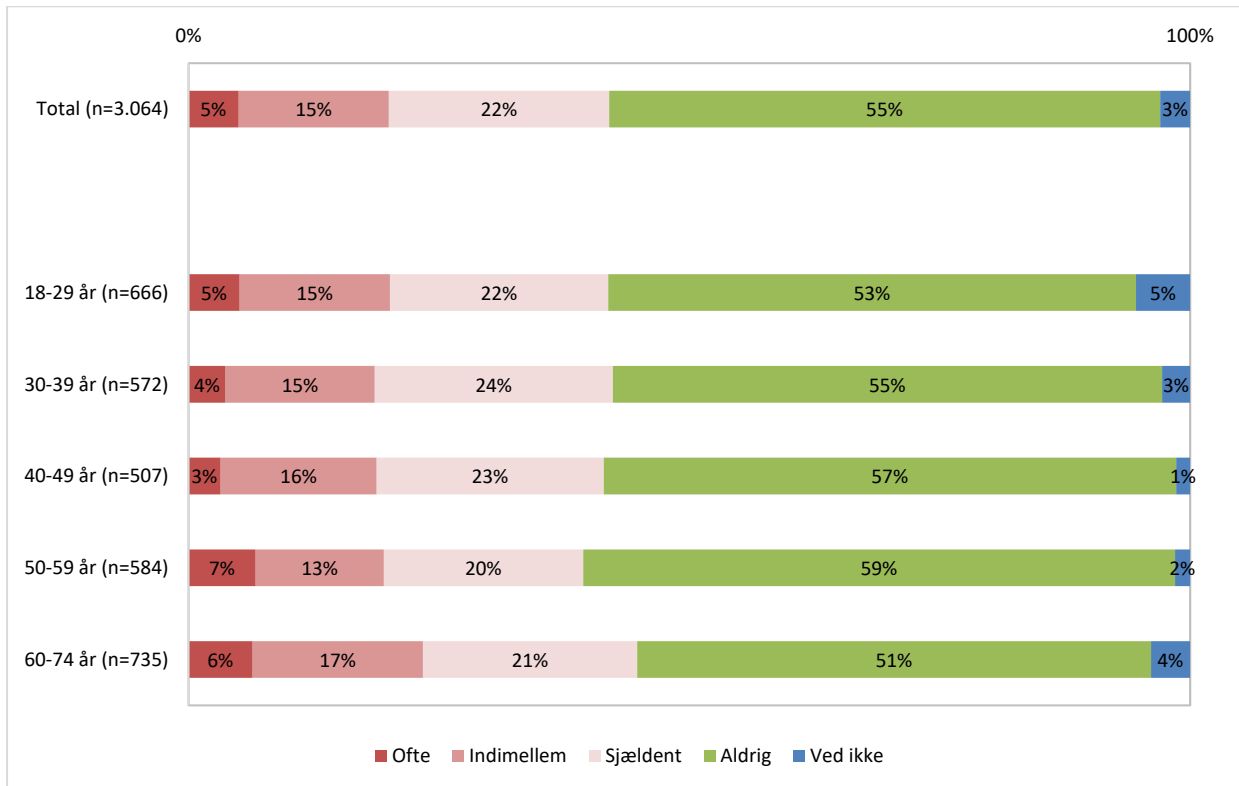


- Andelen, der ofte eller indimellem drikker alkohol, fordi det er forventet, og ikke fordi de har lyst, stiger lidt med stigende alkoholforbrug. Det gælder f.eks. 17 % af dem, der drikker 15 eller flere genstande om ugen, mens det gælder 11 % af dem, der drikker 1-5 genstande ugentligt (dog ikke signifikant forskel).

Forventningspres til at servere alkohol

Figur 2.4. *Hvor ofte gør du følgende: Serverer alkohol, når jeg har gæster, fordi det er forventet, og ikke fordi jeg har lyst.*

Blandt 18-74-årige – fordelt på alder* (n=3.064).

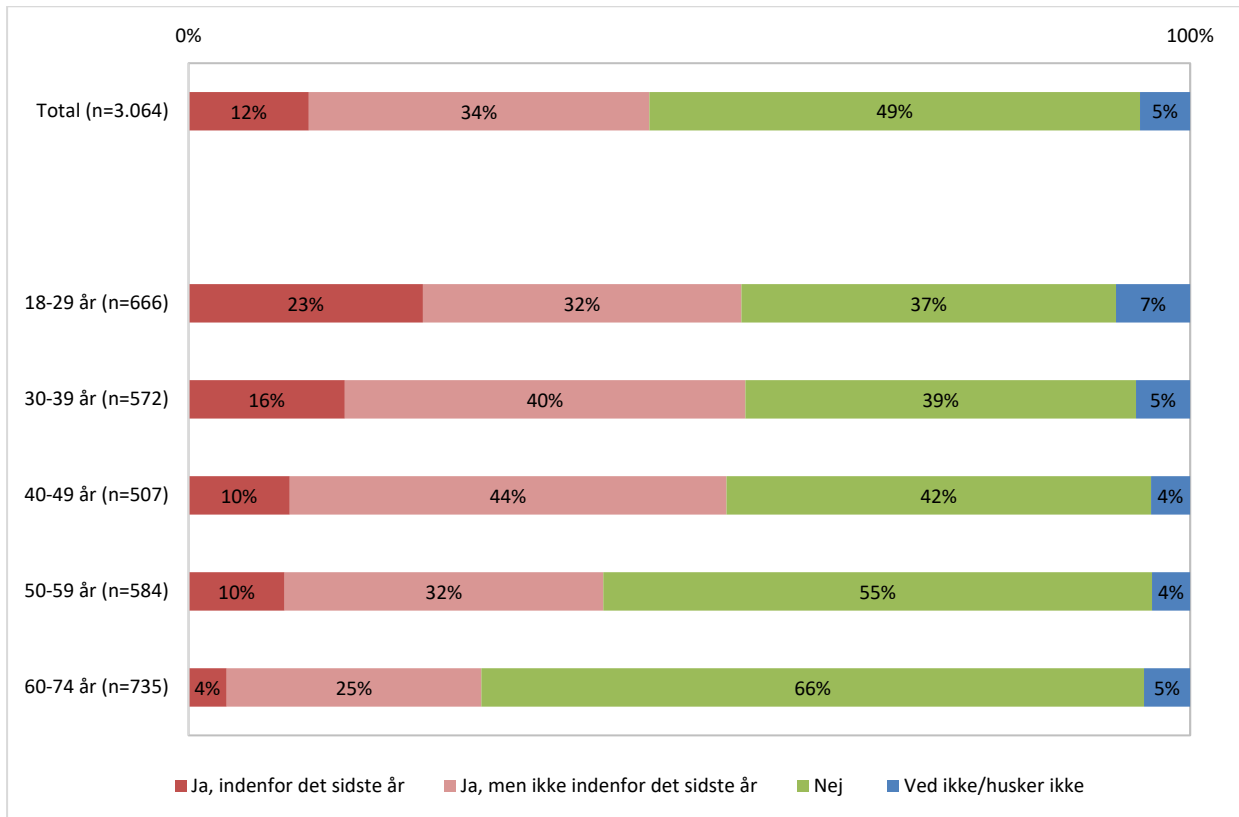


* Ingen signifikante forskelle ift. køn og region.

- Hver femte serverer *indimellem* (15 %) eller *ofte* (5 %) alkohol for gæster, fordi det er forventet og ikke af lyst.
- Der er flest 60-74-årige (23 %), der *indimellem* eller *ofte* serverer alkohol for gæster, fordi det er forventet og ikke af lyst, men der ses ikke et tydeligt mønster i fordelingen på alder.

Oplevet drikkepres**Figur 2.5.** Har du nogensinde oplevet, at nogen har forsøgt at få dig til at drikke mere alkohol, end du havde lyst til?

Blandt 18-74-årige – fordelt på alder* (n=3.064).

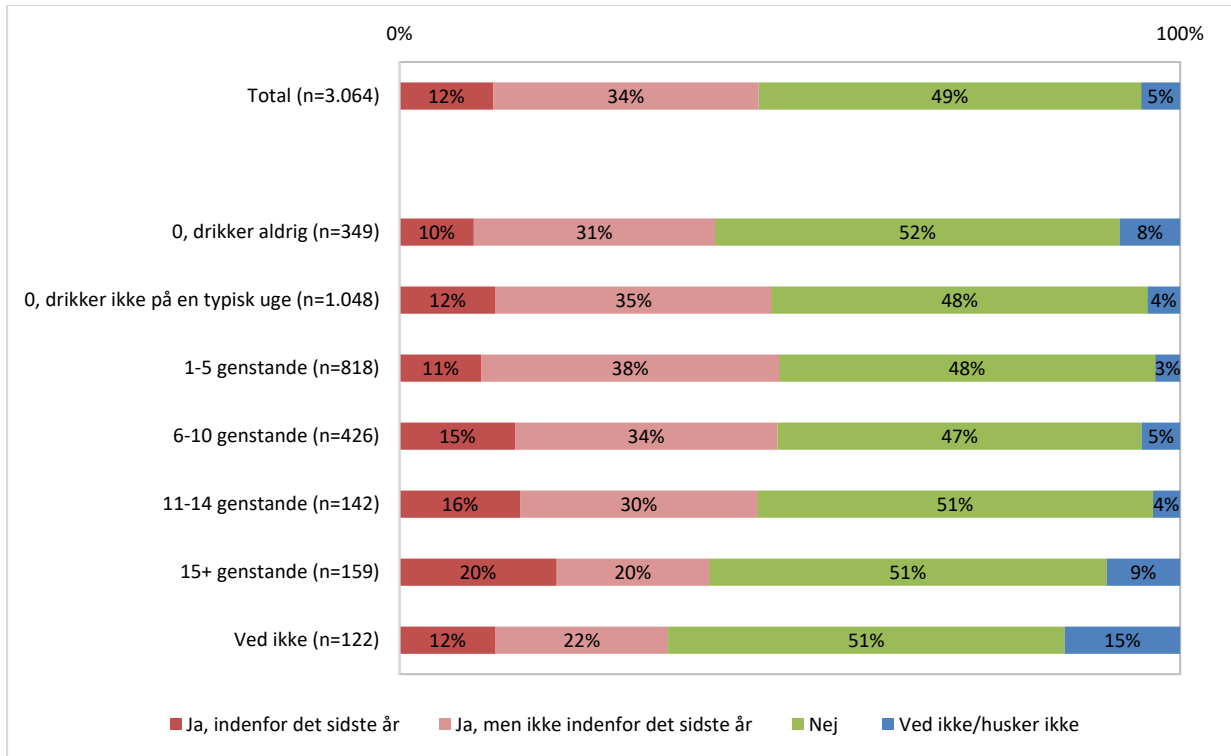


* Ingen signifikante forskelle ift. køn og region.

- 46 % har oplevet, at nogen har forsøgt at få dem til at drikke mere alkohol, end de havde lyst til (drikkepres). 12 % har oplevet det inden for det sidste år, mens 34 % har oplevet det tidligere.
- Andelen, der har oplevet drikkepres, falder med alderen. Over halvdelen af 18-29-årige (55 %) og 30-39-årige (56 %) har oplevet det enten inden for det sidste år eller tidligere. Blandt 60-74-årige har 29 % oplevet drikkepres.

Figur 2.6. Har du nogensinde oplevet, at nogen har forsøgt at få dig til at drikke mere alkohol, end du havde lyst til?

Blandt 18-74-årige – fordelt på alkoholforbrug (n=3.064).

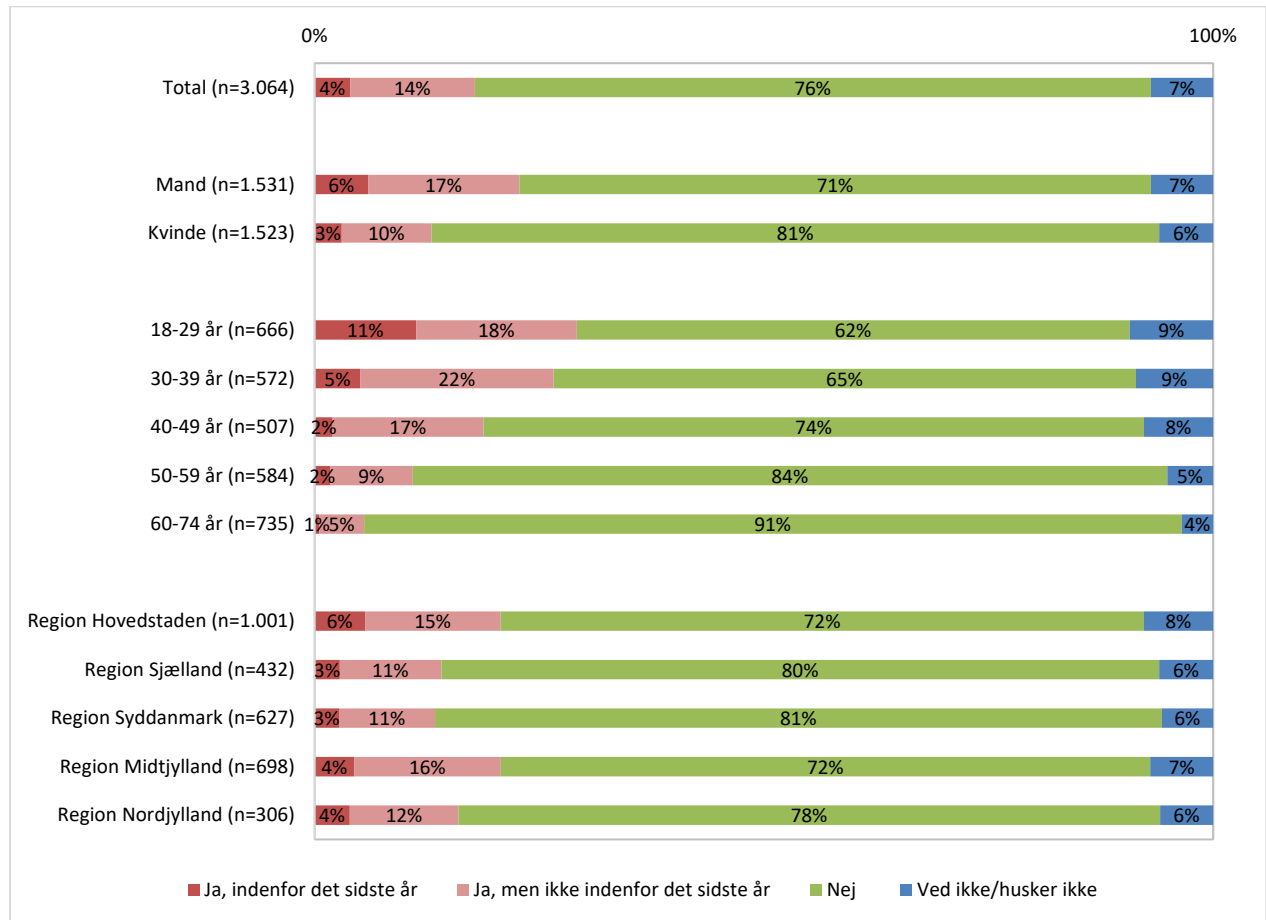


- Andelen, der har oplevet drikkepres inden for det sidste år, stiger med det ugentlige alkoholforbrug. F.eks. har 20 % af dem, der drikker 15 eller flere ugentlige genstande, oplevet drikkepres det sidste år, mens det gælder 11 % af dem, der drikker 1-5 genstande.

Drikkepresset andre

Figur 2.7. Har du nogensinde forsøgt at få nogen til at drikke mere alkohol, selvom personen egentlig har sagt "nej tak"?

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn¹³, alder og region (n=3.064).



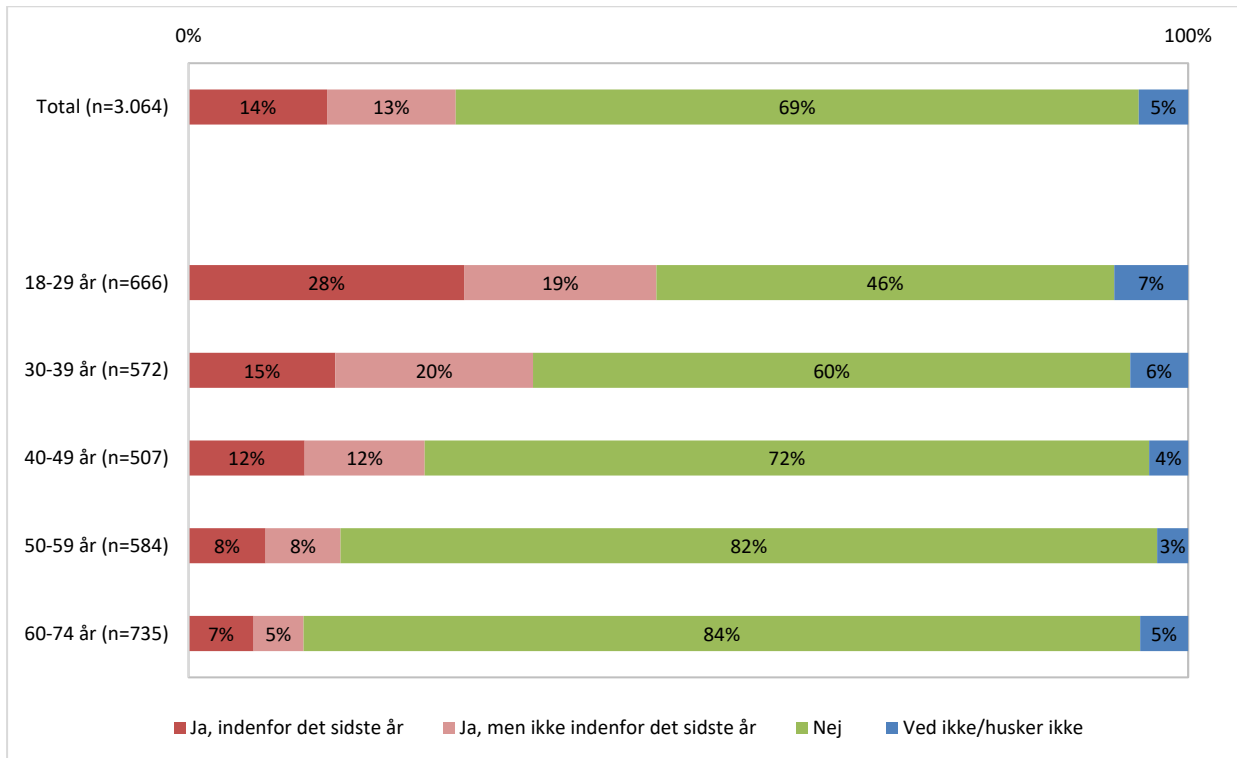
- 18 % angiver, at de – enten inden for det sidste år eller tidligere – har forsøgt at presse nogen til at drikke mere alkohol, selvom vedkommende havde sagt "nej tak".
- Flere mænd end kvinder angiver, at de nogensinde har forsøgt at få nogen til at drikke mere alkohol, selvom vedkommende havde sagt "nej tak" (23 % for mænd mod 13 % for kvinder).
- Med alderen falder andelen, der angiver, at de nogensinde har forsøgt at få nogen til at drikke mere alkohol, selvom vedkommende havde sagt "nej tak".
- Flest i Region Hovedstaden og Region Midtjylland (henholdsvis 21 % og 20 %) angiver, at de har forsøgt at få nogen til at drikke mere alkohol, selvom vedkommende havde sagt "nej tak" (mod 14-16 % i Region Sjælland, Region Syddanmark og Region Nordjylland).

¹³ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Nej til sociale arrangementer på grund af alkohol

Figur 2.8. Har du nogensinde sagt nej til at deltage i et socialt arrangement, fordi du ikke havde lyst til at drikke alkohol?

Blandt 18-74-årige – fordelt på alder* (n=3.064).

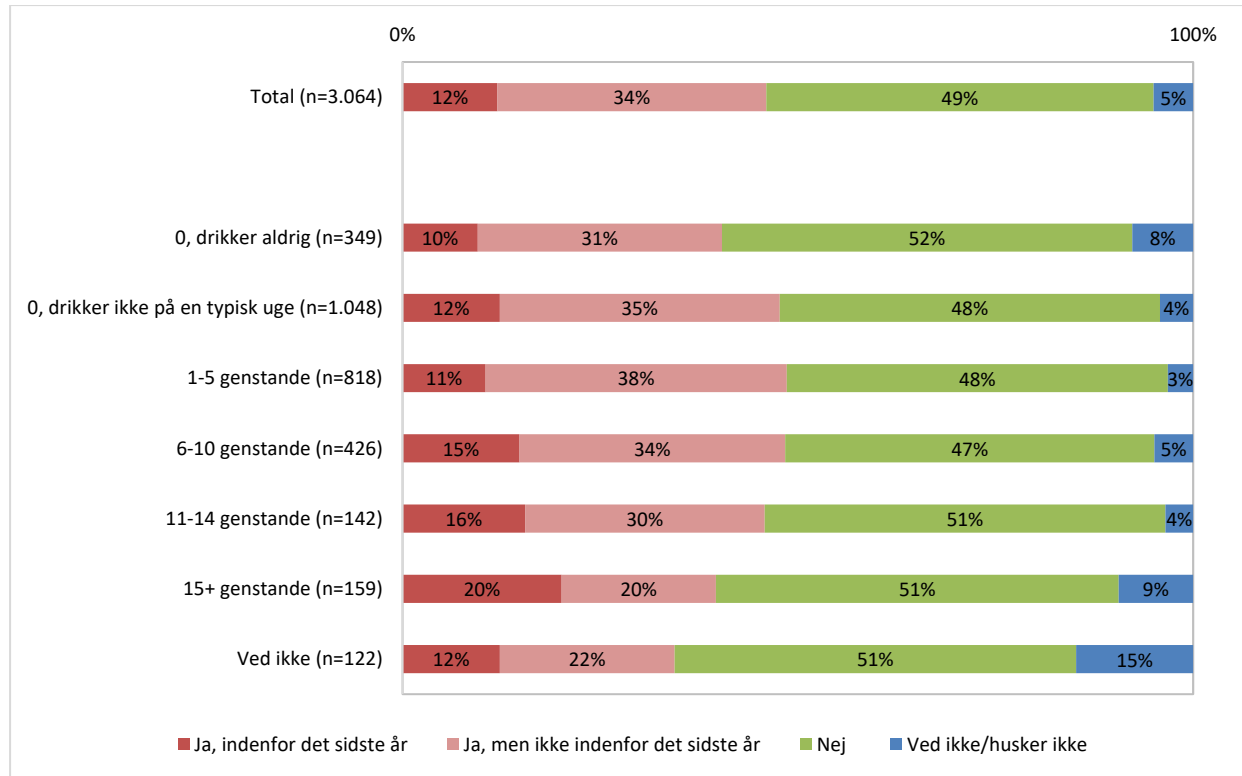


*Ingen signifikante forskelle ift. køn og region.

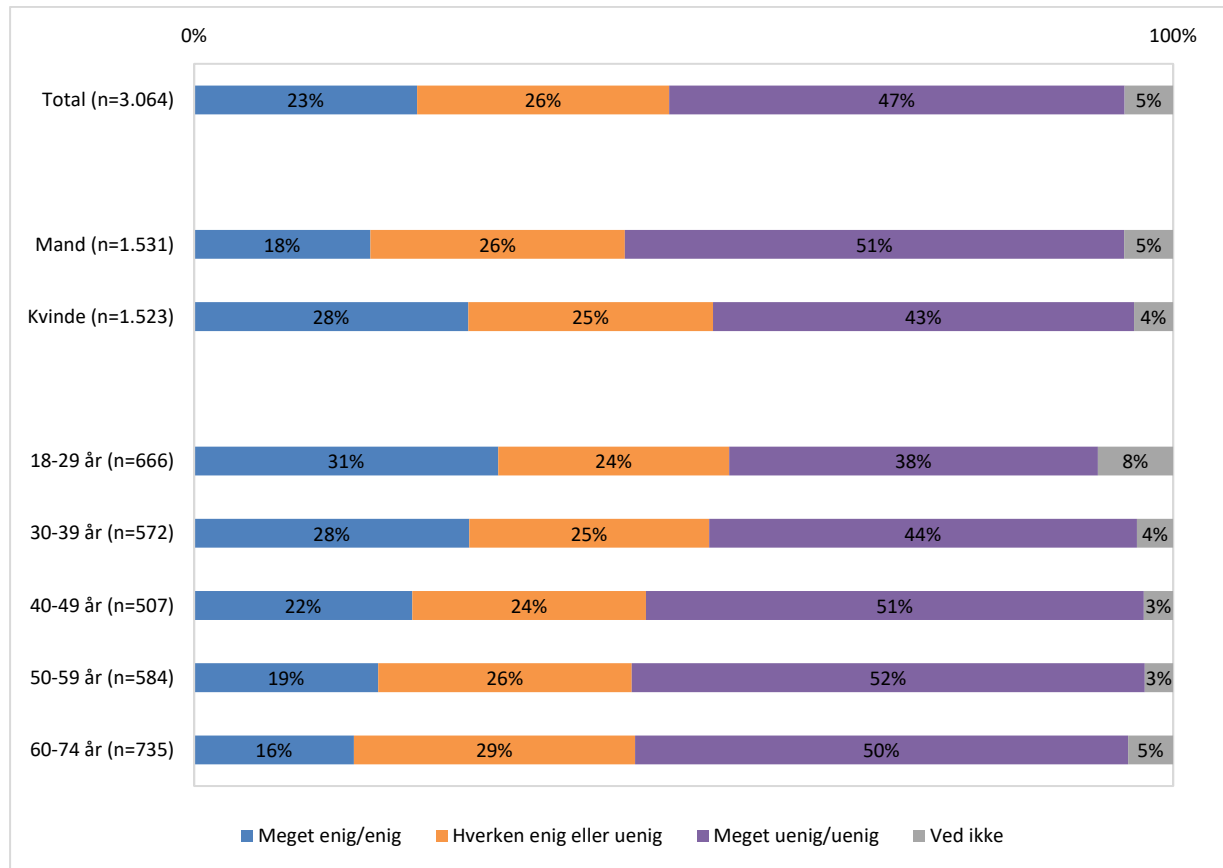
- Lidt mere end hver fjerde (27 %) har sagt nej til at deltage i et socialt arrangement, fordi de ikke havde lyst til at drikke alkohol. 14 % har gjort det inden for det sidste år, mens 13 % har gjort det tidligere.
- Særligt de 18-29-årige (47 %), efterfulgt af de 30-39-årige (35 %), har sagt nej til at deltage i et socialt arrangement, fordi de ikke havde lyst til at drikke alkohol – enten inden for det sidste år eller tidligere. Andelen falder med stigende alder.

Figur 2.9. Har du nogensinde sagt nej til at deltage i et socialt arrangement, fordi du ikke havde lyst til at drikke alkohol?

Blandt 18-74-årige – fordelt på ugentligt alkoholforbrug (n=3.064).



- Andelen der har sagt nej til at deltage i et socialt arrangement, fordi de ikke havde lyst til at drikke alkohol, stiger med ugentligt alkoholforbrug. 11 %, der drikker 1-5 genstande ugentligt, har sagt nej til et socialt arrangement, fordi de ikke havde lyst til at drikke alkohol, hvor det gælder for 20 % af dem, som drikker 15+ genstande om ugen.

Alkohol frie alternativer**Figur 2.10.** *Hvor enig eller uenig er du i følgende? Jeg savner alkoholfrie alternativer, når jeg er til fester og/eller i andre sociale sammenhænge.*Blandt 18-74-årige – fordelt på køn¹⁴ og alder* (n=3.064).

* Ingen signifikante forskelle ift. region.

- Tæt på hver fjerde (23 %) savner alkoholfrie alternativer, når de er til fester og/eller i andre sociale sammenhænge. 47 % er enten uenige eller meget uenige.
- Flere kvinder end mænd savner alkoholfrie alternativer, når de er til fester og/eller i andre sociale sammenhænge (28 % mod 18 %).
- Andelen, der savner alkoholfrie alternativer, når de er til fester og/eller i andre sociale sammenhænge, falder med alderen. 31 % af 18-29-årige er meget enige eller enige, mens kun 16 % af 60-74-årige er meget enige eller enige i udsagnet.

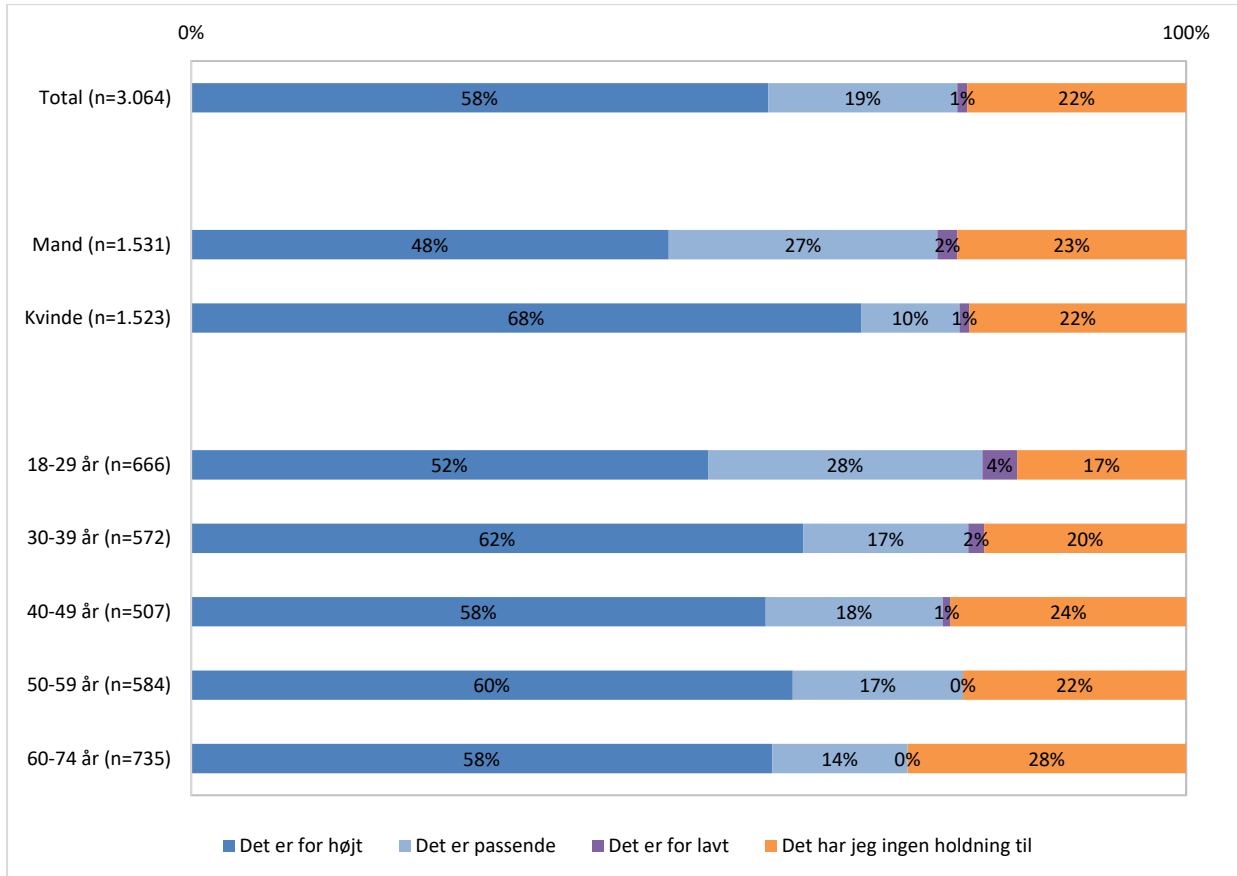
¹⁴ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

3. Holdninger til alkoholkulturen i Danmark

Hvad mener befolkningen om alkoholforbruget i Danmark?

Figur 3.1. *Hvad mener du om alkoholforbruget blandt danskerne?*

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn¹⁵ og alder (n=3.064).



* Ingen signifikante forskelle ift. region.

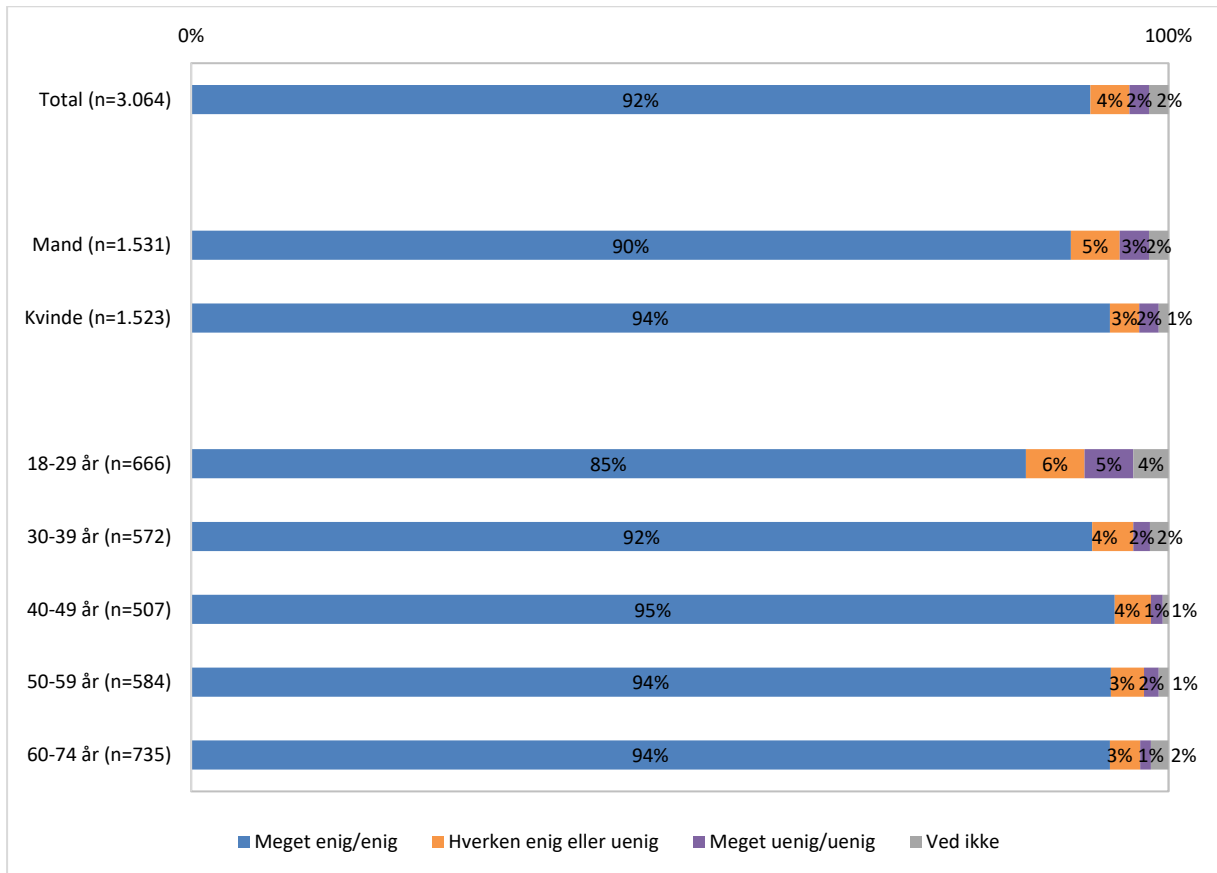
- Knap 6 ud af 10 mener, at alkoholforbruget blandt danskerne er for højt. 19 % mener, at det er passende, mens 1 % mener, at det er for lavt. 22 % har ingen holdning til det.
- Markant flere kvinder end mænd mener, at alkoholforbruget blandt danskerne er for højt (68 % mod 48 %).
- Flest 30-39-årige mener, at danskernes alkoholforbrug er for højt (62 %), men der er lille variation mellem aldersgrupperne. Færrest 18-29-årige mener, at danskernes alkoholforbrug er for højt (52 %).

¹⁵ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Skal vi have en kultur, hvor "nej tak" til alkohol bliver accepteret?

Figur 3.2. Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? Vi skal have en alkoholkultur, hvor alle accepterer et "nej tak" til alkohol.

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn¹⁶ og alder* (n=3.064).



*Ingen signifikante forskelle ift. region.

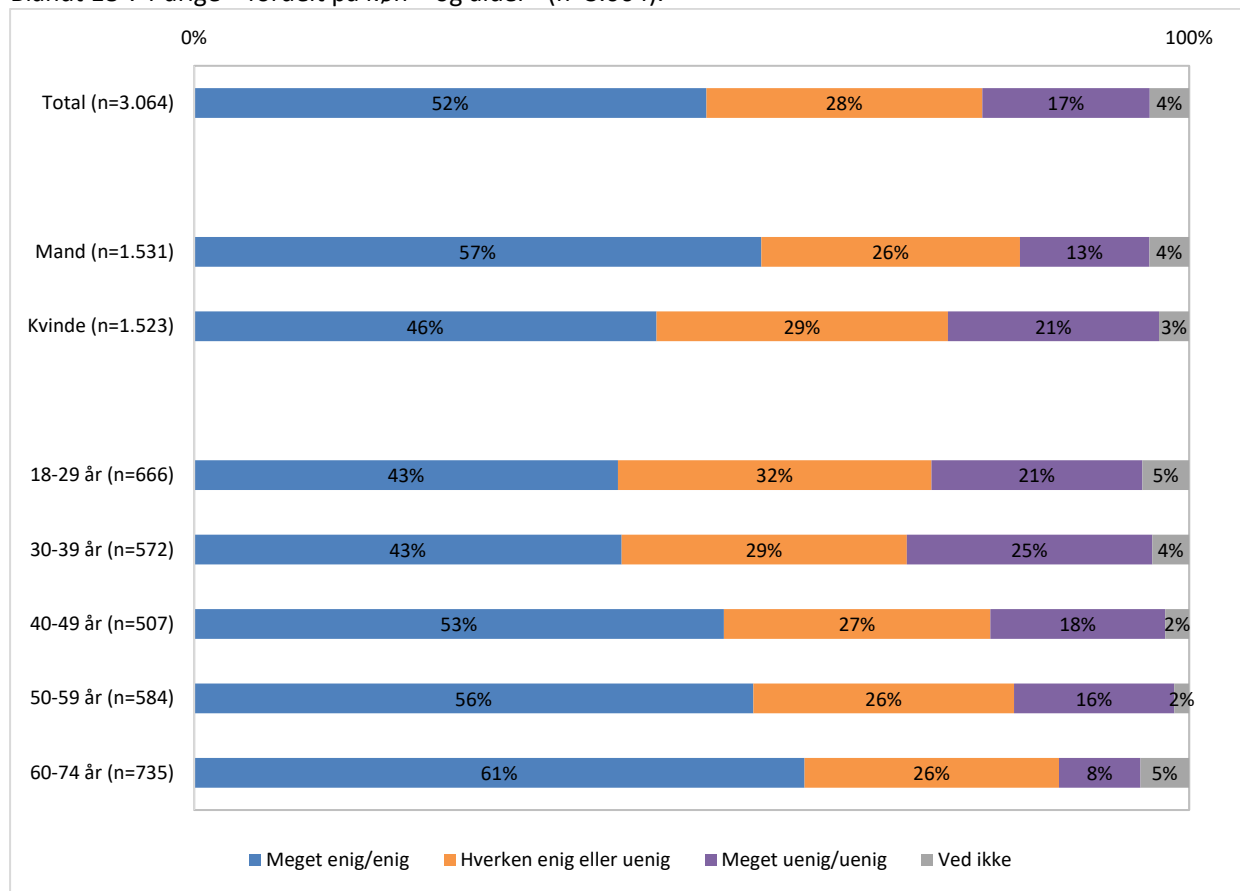
- 92 % er meget enige/enige i, at vi skal have en alkoholkultur, hvor alle accepterer et "nej tak" til alkohol. 2 % er enten uenige eller meget uenige.
- Lidt flere kvinder end mænd mener, at vi skal have en alkoholkultur, hvor alle accepterer et "nej tak" til alkohol (94 % mod 90 %).
- Andelen, som mener, at vi skal have en alkoholkultur, hvor alle accepterer et "nej tak" til alkohol, er lidt lavere for de 18-29-årige (85 %) end for de øvrige aldersgrupper (92-95 %).

¹⁶ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Har vi allerede en kultur, hvor "nej tak" til alkohol accepteres?

Figur 3.3. Hvor enig eller uenig er du i følgende? I Danmark har vi en kultur, hvor det bliver accepteret at sige "nej tak" til alkohol i sociale sammenhænge.

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn¹⁷ og alder* (n=3.064).



*Ingen signifikante forskelle ift. region.

- 52 % er meget enige/enige i, at vi i Danmark, allerede har en kultur, hvor det bliver accepteret at sige "nej tak" til alkohol i sociale sammenhænge. 17 % er enten uenige eller meget uenige.
- Flere mænd end kvinder mener, at vi i Danmark har en kultur, hvor det bliver accepteret at sige "nej tak" til alkohol i sociale sammenhænge (57 % mod 46 %).
- Andelen, der mener, at vi i Danmark har en kultur, hvor det bliver accepteret at sige "nej tak" til alkohol i sociale sammenhænge, stiger med alderen.

¹⁷ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

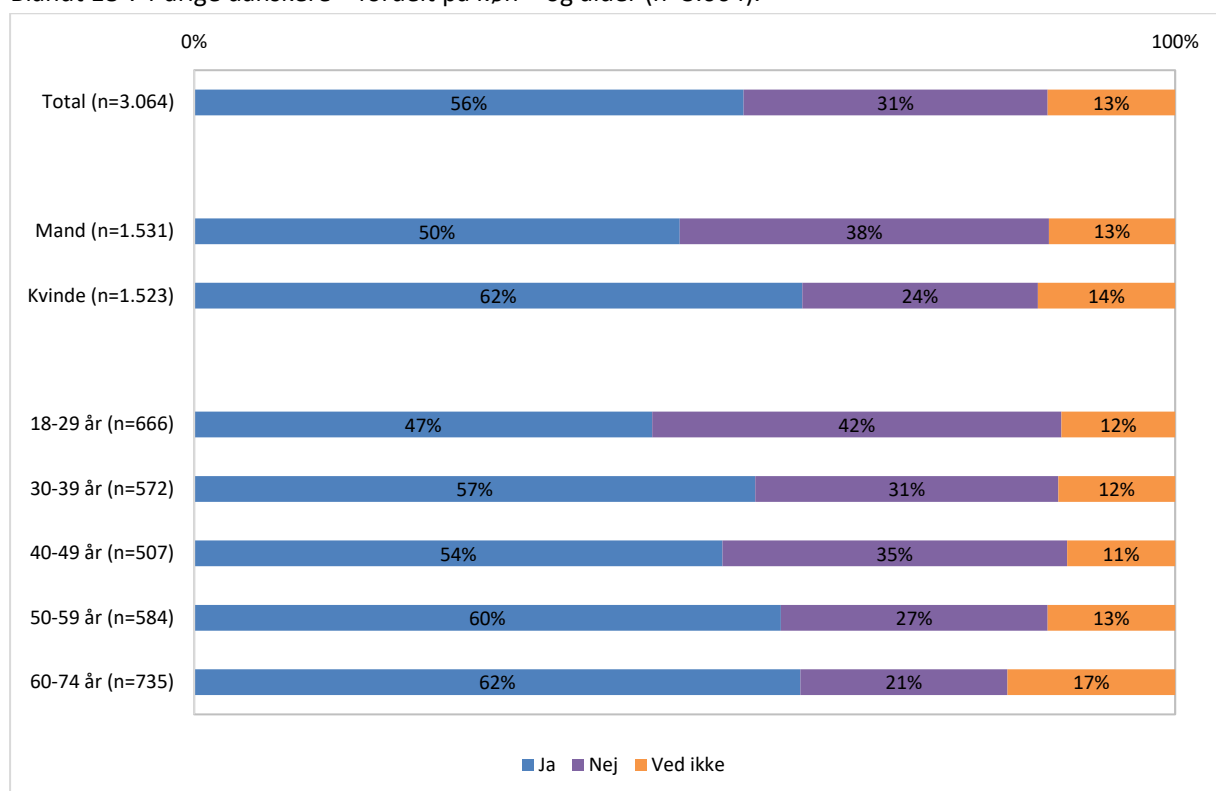
4. Holdninger til strukturelle forebyggelsestiltag

Holdninger til aldersgrænser for køb af alkohol

Respondenterne blev præsenteret for følgende: I Danmark siger loven for køb af alkohol i butikker, at man skal være fyldt 16 år for at købe alkohol op til 6 % (f.eks. øl og cider), og at man skal være fyldt 18 år for køb af alkohol på over 6 % (f.eks. vin, vodka, rom og anden stærk spiritus).

Figur 4.1. Mener du, at der bør være en aldersgrænse på 18 år for køb af al alkohol alle steder uanset alkoholprocent?

Blandt 18-74-årige danskere – fordelt på køn¹⁸ og alder (n=3.064).



*Ingen signifikante forskelle ift. region.

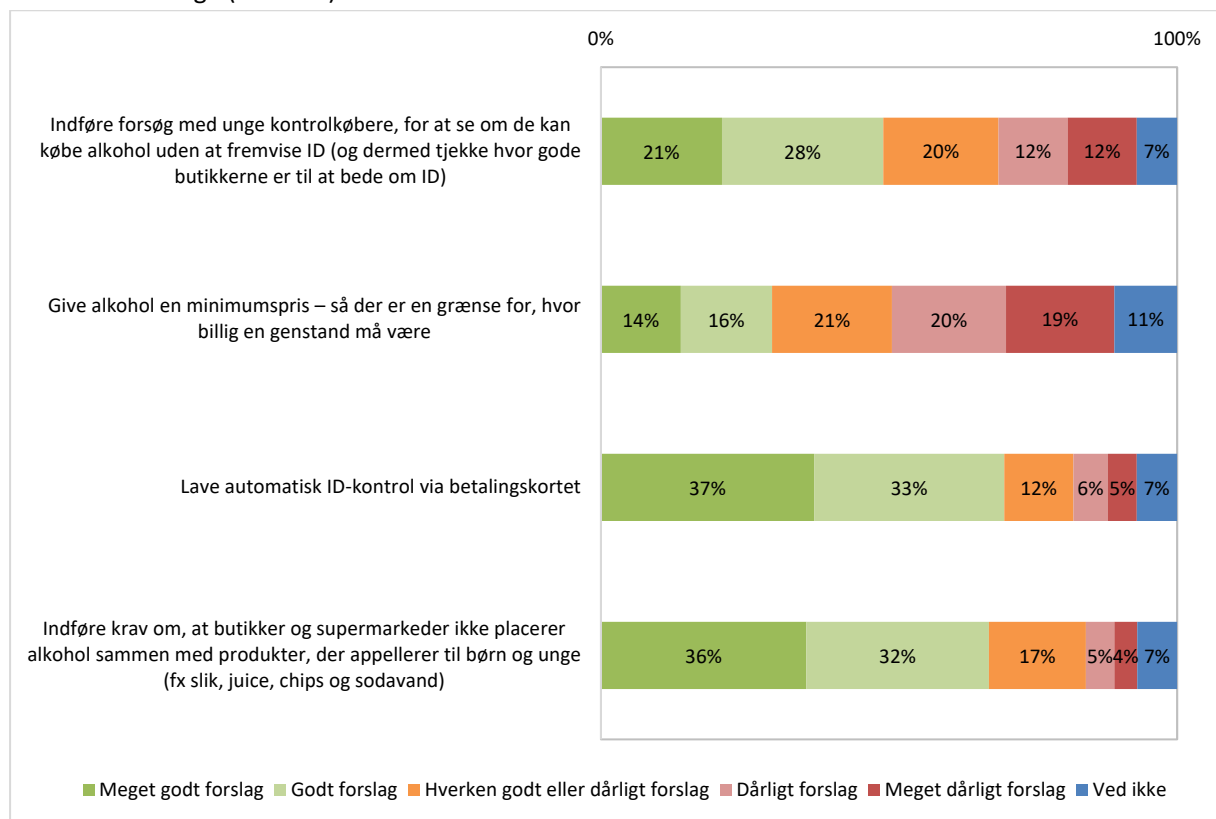
- Over halvdelen af 18-74-årige (56 %) mener, at der bør være en aldersgrænse på 18 år for køb af alkohol alle steder uanset alkoholprocent, mens 31 % ikke mener det. 13 % har svaret "ved ikke".
- Flere kvinder end mænd mener, at der bør være en aldersgrænse på 18 år for køb af alkohol alle steder uanset alkoholprocent (62 % mod 50 %).
- Færrest 18-29-årige mener, at der bør være en aldersgrænse på 18 år for køb af alkohol alle steder uanset alkoholprocent (47 %), mens flest 60-74-årige mener, at det er en god idé (62 %).

¹⁸ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Holdninger til forskellige forebyggelsestiltag

Figur 4.2. Hvor godt eller dårligt synes du om følgende forslag?

Blandt 18-74-årige (n=3.064).

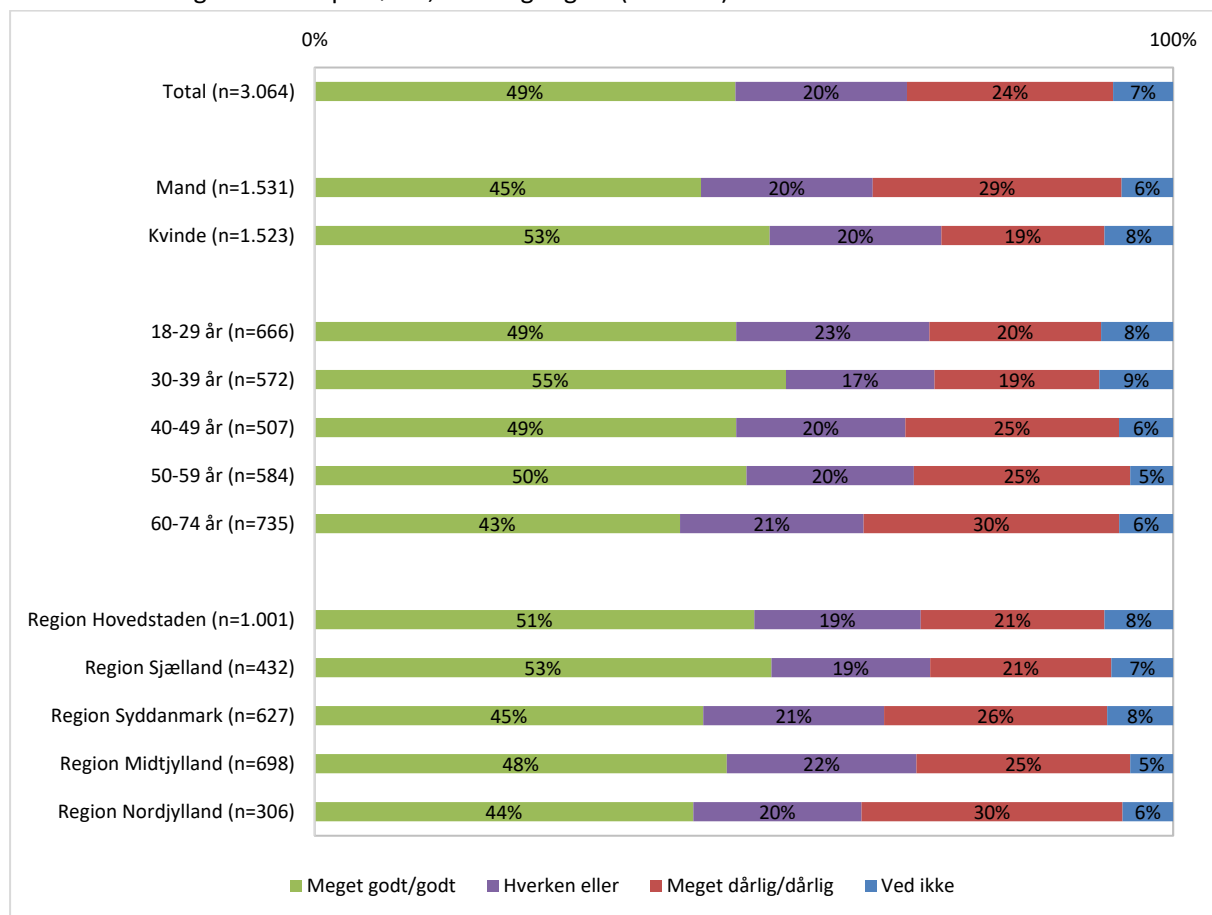


- 49 % af 18-74-årige synes meget godt eller godt om forslaget om at indføre forsøg med unge kontrolkøbere for at tjekke, hvor gode butikkerne er til at bede om ID. 24 % synes enten dårligt eller meget dårligt om dette.
- 30 % synes godt eller meget godt om at give alkohol en minimumspris, så der er en grænse for, hvor billig en genstand må være – mens 39 % synes dårligt eller meget dårligt om dette forslag.
- 7 ud af 10 synes godt eller meget godt om at indføre automatisk ID-kontrol via betalingskortet. 11 % synes dårligt eller meget dårligt om dette forslag.
- 68 % synes meget godt eller godt om at indføre krav om at butikker og supermarkeder ikke må placere alkohol sammen med produkter, der appellerer til børn og unge. 9 % synes dårligt eller meget dårligt om dette forslag.

Holdninger til forsøg med unge kontrolkøbere

Figur 4.3. *Hvor godt eller dårligt synes du om følgende forslag i forhold til alkohol? Indføre forsøg med unge kontrolkøbere, for at se, om de kan købe alkohol uden at fremvise ID (og dermed tjekke hvor gode butikkerne er til at bede om ID).*

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn¹⁹, alder og region (n=3.064).



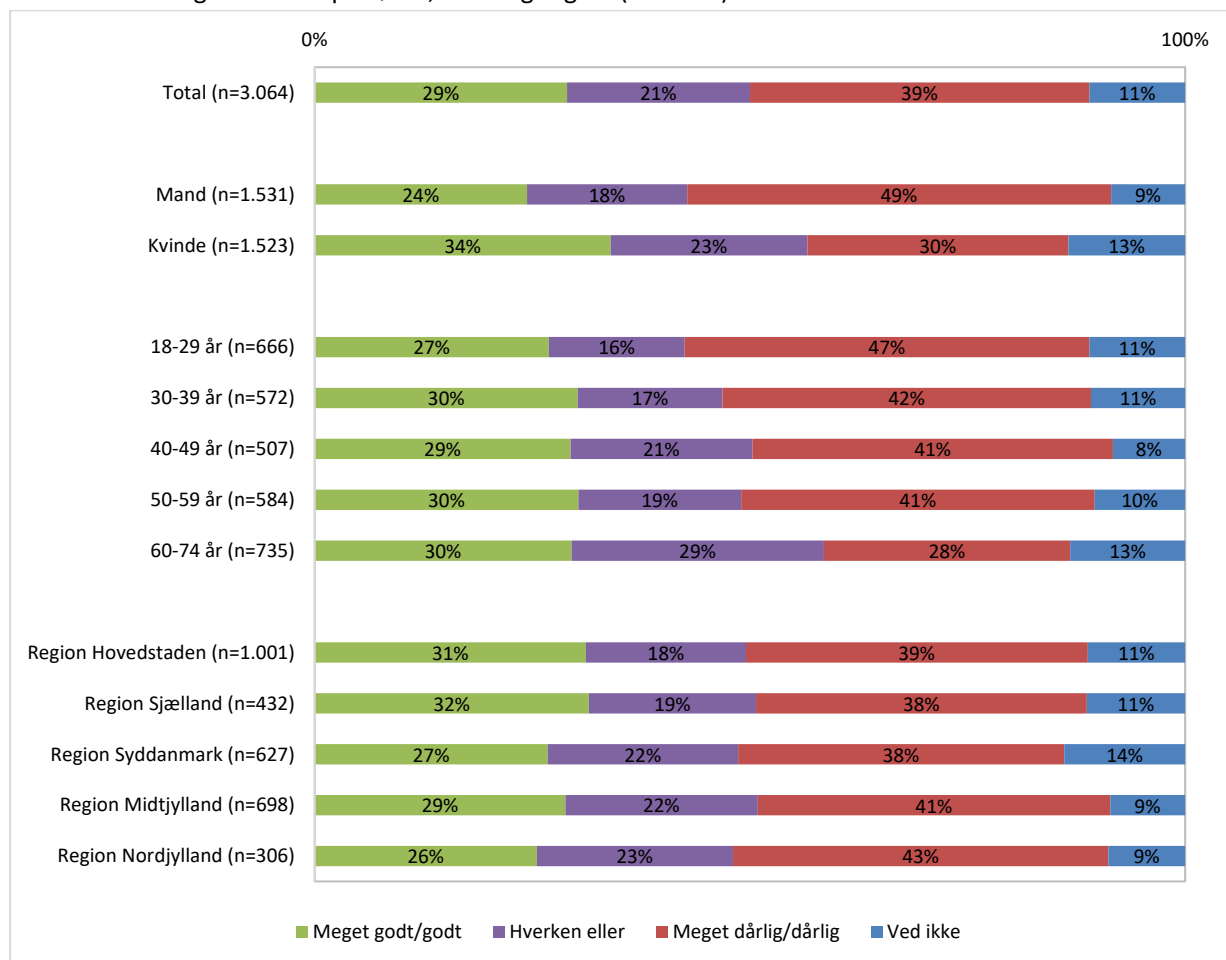
- 49 % af 18-74-årige synes meget godt eller godt om forslaget om at indføre unge kontrolkøbere for at tjekke, hvor gode butikkerne er til at bede om ID. 24 % synes enten dårligt eller meget dårligt om dette.
- Flere kvinder end mænd synes meget godt eller godt om forslaget om at indføre unge kontrolkøbere for at tjekke, hvor gode butikkerne er til at bede om ID (53 % mod 45 %).
- Andelen, der synes meget godt eller godt om forslaget om at indføre unge kontrolkøbere for at tjekke, hvor gode butikkerne er til at bede om ID er størst blandt de 30-39-årige (55 %), mens kun 43% af de 60-74-årige synes meget godt eller godt om forslaget.
- Flere i Region Sjælland (53 %) og Region Hovedstaden (51 %) synes meget godt eller godt om forslaget om at indføre unge kontrolkøbere. Færrest i Region Nordjylland synes meget godt eller godt om det (44 %).

¹⁹ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Holdninger til minimumspriser

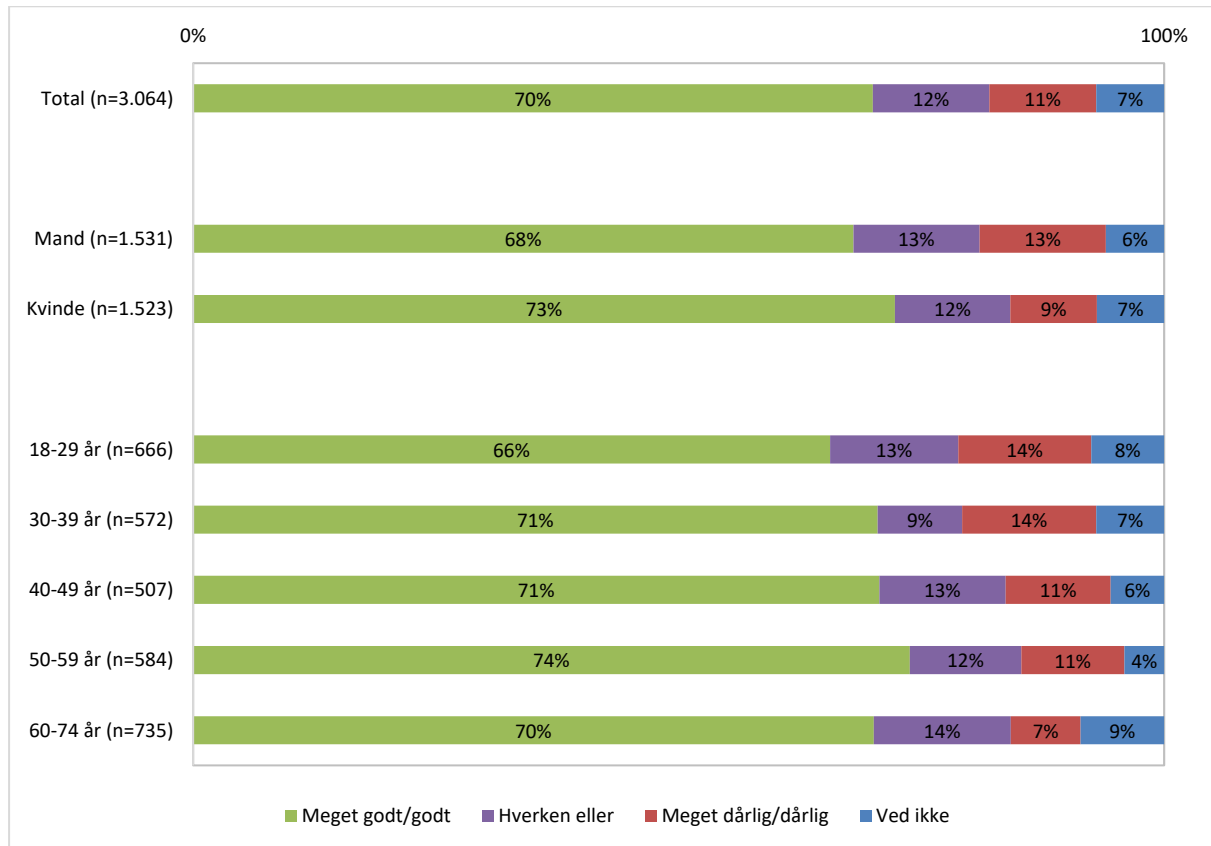
Figur 4.4. Hvor godt eller dårligt synes du om følgende forslag i forhold til alkohol? Give alkohol en minimumspris, så der er en grænse for, hvor billig en genstand må være.

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn²⁰, alder og region (n=3.064).



- 29 % synes godt eller meget godt om forslaget om at give alkohol en minimumspris.
- Flere kvinder end mænd synes godt eller meget godt om forslaget om at give alkohol en minimumspris (34 % mod 24 %).
- Der er flest 18-29-årige, som synes meget dårligt eller dårligt om at give alkohol en minimumspris, hvor færrest 60-74-årige synes meget dårligt eller dårligt om det (47 % vs. 28 %).
- Færrest i Region Nordjylland synes meget godt eller godt om forslaget om at give alkohol en minimumspris (26 %), men variationen mellem regionerne er generelt lille.

²⁰ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Holdninger til automatisk ID-kontrol**Figur 4.5.** *Hvor godt eller dårligt synes du om følgende forslag: Lave automatisk ID-kontrol via betalingskortet?*Blandt 18-74-årige – fordelt på køn²¹ og alder* (n=3.064).

*Ingen signifikante forskelle ift. region.

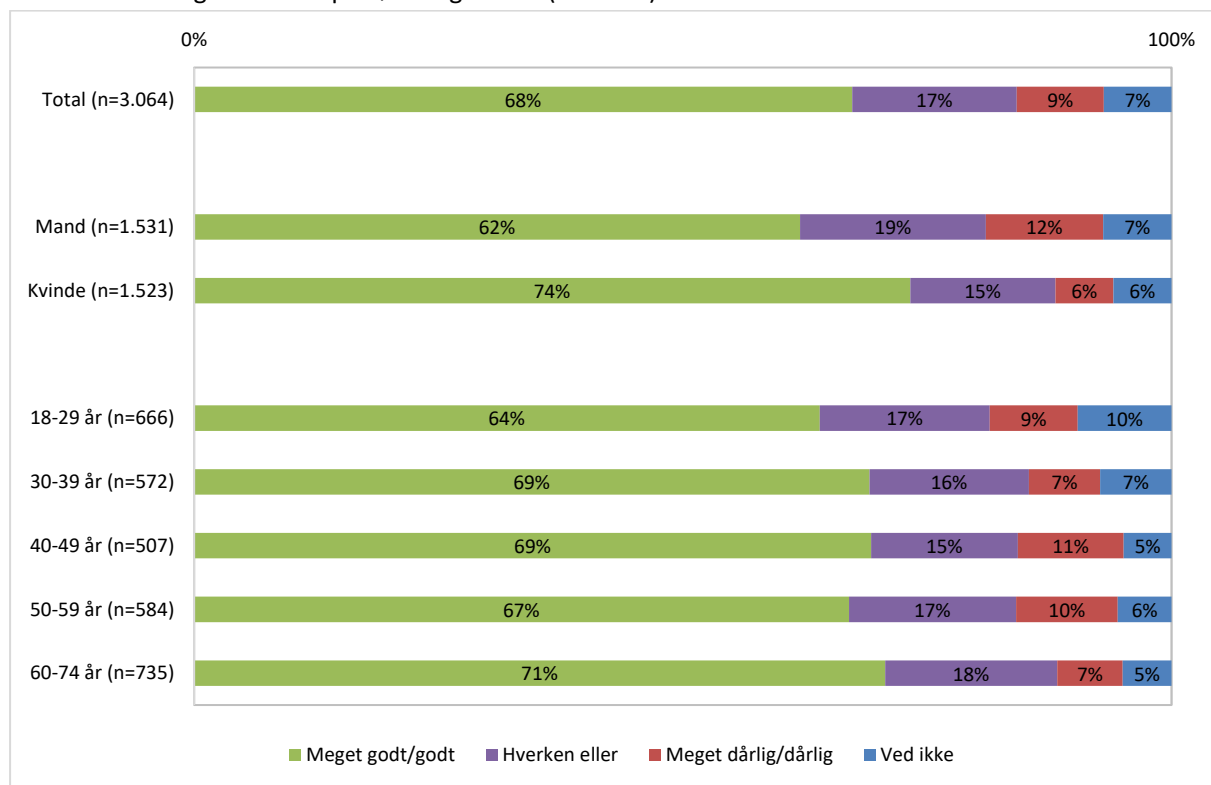
- 7 ud af 10 synes enten godt eller meget godt om forslaget om at indføre automatisk ID-kontrol via betalingskortet.
- Flere kvinder end mænd synes enten godt eller meget godt om forslaget om at indføre automatisk ID-kontrol via betalingskortet (73 % mod 68 %).
- Andelen der synes enten godt eller meget godt om forslaget om at indføre automatisk ID-kontrol via betalingskortet er lavest blandt 18-29-årige (66 %), mens flest 50-59-årige synes meget godt eller godt om forslaget (74 %).

²¹ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Holdninger til krav om placering af alkohol

Figur 4.6. Hvor godt eller dårligt synes du om følgende forslag i forhold til alkohol? Indføre krav om, at butikker og supermarkeder ikke placerer alkohol sammen med produkter, der appellerer til børn og unge (fx slik, juice, chips og sodavand)

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn²² og alder* (n=3.064).



*Ingen signifikante forskelle ift. region.

- 68 % synes godt eller meget godt om at indføre krav om, at butikker og supermarkeder ikke må placere alkohol sammen med produkter, der appellerer til børn og unge. 9 % synes meget dårligt eller dårligt om dette forslag.
- Flere kvinder end mænd synes godt eller meget godt om forslaget (74 % mod 62 %).
- Færrest 18-29-årige synes godt eller meget godt om forslaget (64 %), mens flest 60-74-årige synes meget godt eller godt om det (71 %). Niveauet i de fleste aldersgrupper ligger tæt (67-71 %).

²² De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

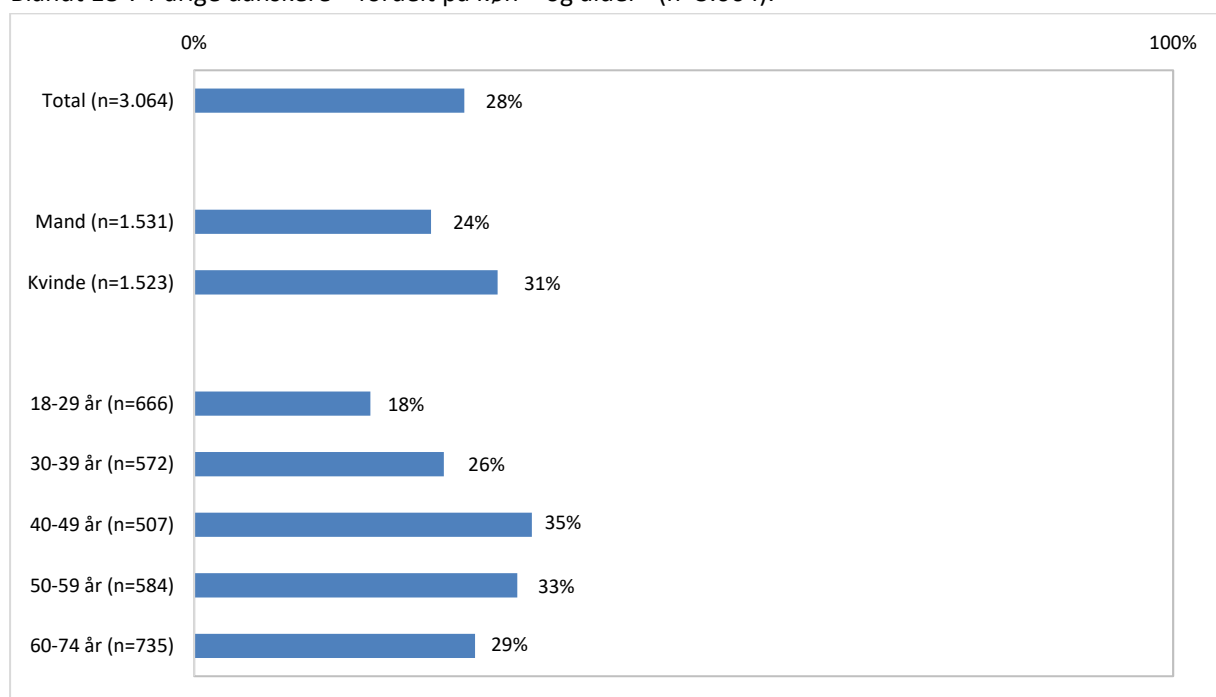
5. Viden om sammenhængen mellem alkohol og kræft

Uhjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft

Respondenterne blev spurgt: "Hvilke sygdomme mener du, at alkohol øger risikoen for? Angiv venligst alle dem, der falder dig ind" med et åbent svarfelt (uhjulpet kendskab). Det blev efterfølgende tolket som kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft, hvis de havde skrevet "kræft", "cancer", "tumor" eller specifikke kræftformer – uanset hvilken kræftform, de havde angivet. Formålet med at spørge helt åbent var at undgå at præge respondenterne med svarmuligheder, og dermed afdække hvor mange, der selv laver koblingen mellem alkohol og kræft.

Figur 5.1. Hvilke sygdomme mener du, at alkohol øger risikoen for? Åbent spørgsmål – figuren viser andelen, der har nævnt kræft.

Blandt 18-74-årige danskere – fordelt på køn²³ og alder* (n=3.064).



*Ingen signifikante forskelle ift. region.

- 28 % har uhjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft.
- Flere kvinder end mænd har uhjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft (31 % mod 24 %).
- Flest 40-49-årige (36 %) og 50-59-årige (33 %) angiver uhjulpet, at alkohol øger risikoen for kræft, mens det gælder færrest 18-29-årige (18 %)

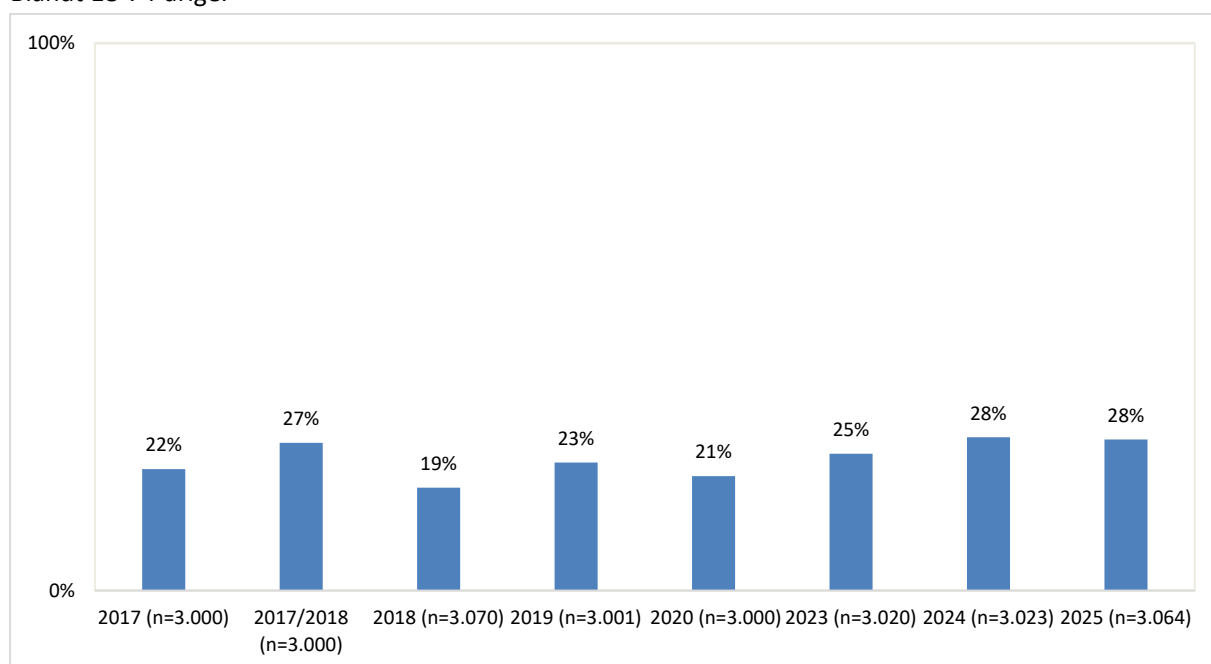
²³ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Udvikling i uhjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft

Kræftens Bekæmpelse har flere gange lanceret mediekampagner, der har haft fokus på sammenhængen mellem alkohol og kræft. Dataindsamlingerne i 2017/2018, 2018, 2019, 2020, 2024 og 2025 er gennemført umiddelbart efter sådanne mediekampagner. Dataindsamlingen i 2017 blev gennemført før første mediekampagne om alkohol og kræft, og dataindsamlingen i 2023 er gennemført flere år efter seneste mediekampagne.

Figur 5.2. Udvikling 2017-2025²⁴. Hvilke sygdomme mener du, at alkohol øger risikoen for? Åbent spørgsmål – figuren viser andelen, der har nævnt kræft.

Blandt 18-74-årige.



- Der er signifikant flere, der har uhjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft i 2025 (28 %), sammenlignet med alle foregående år, bortset fra 2017/2018 og 2024, hvor der ikke ses en signifikant forskel.

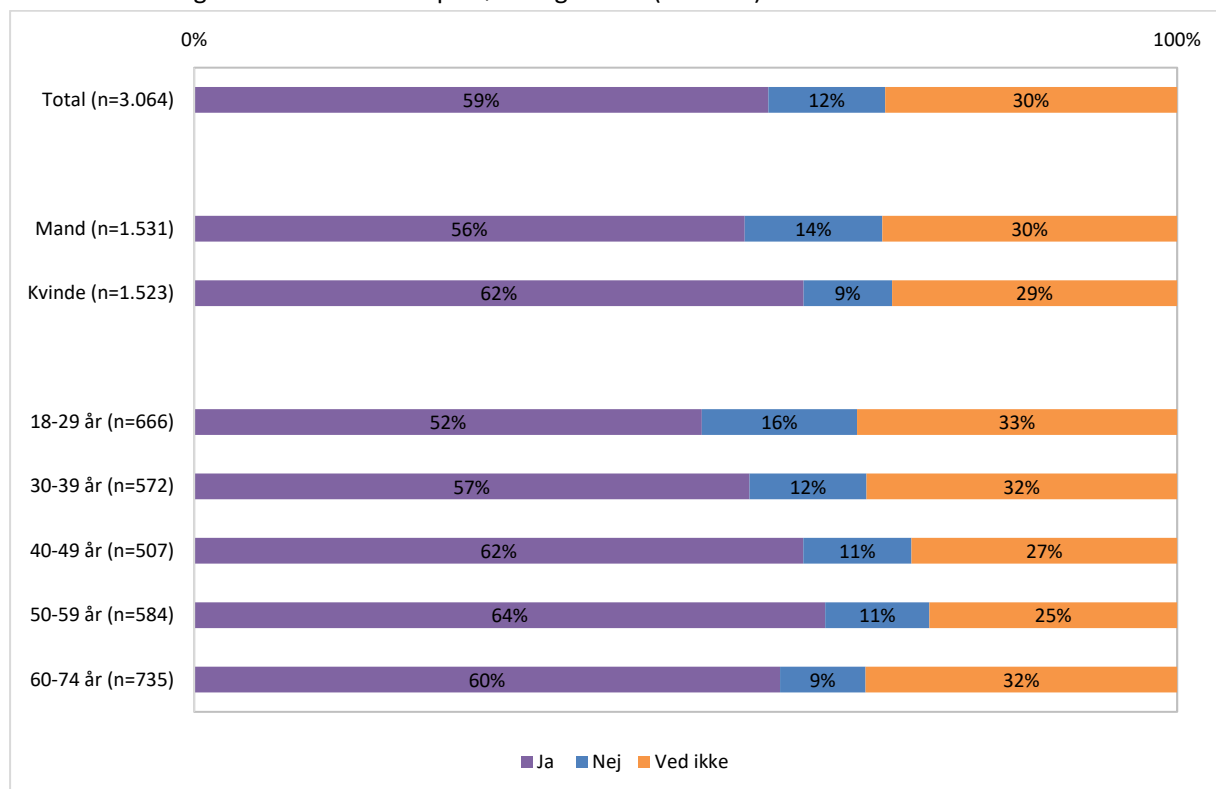
²⁴ Nærmere oplysninger om dataindsamlingerne, som denne figur er baseret på, er beskrevet under "Metode".

Hjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft

Efter det åbne spørgsmål om sammenhængen mellem alkohol og kræft, blev respondenterne spurgt: "Hvilke af nedenstående sygdomme og tilstande mener du, at alkohol øger risikoen for? Angiv gerne flere svar" (hjulpet kendskab), hvortil der var en række svarmuligheder. Formålet med at præsentere svarmuligheder – herunder kræft – var at supplere det åbne spørgsmål og afdække, hvor mange der mener, at der er en sammenhæng mellem alkohol og kræft, når de direkte præsenteres for muligheden.

Figur 5.3. Hvilke af nedenstående sygdomme og tilstande mener du, at alkohol øger risikoen for? Angivet svarmuligheden "kræft".

Blandt 18-74-årige danskere - fordelt på køn²⁵ og alder* (n=3.064).



*Ingen signifikante forskelle ift. region.

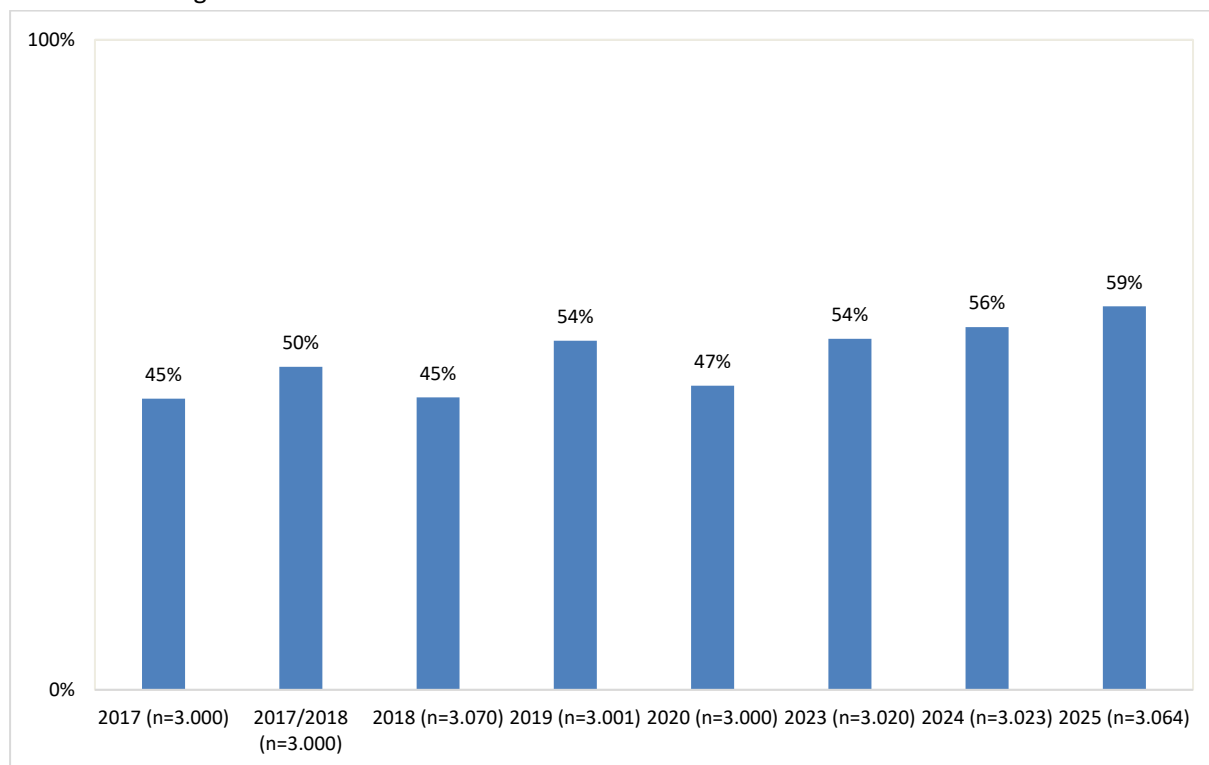
- Hjulpet angiver næsten 6 ud af 10 (59 %), at alkohol øger risikoen for kræft. 12 % angiver, at alkohol ikke øger risikoen for kræft, mens 30 % har svaret "ved ikke".
- 62 % af kvinder angiver hjulpet, at alkohol øger risikoen for kræft. 56 % af mænd angiver hjulpet, at alkohol øger risikoen for kræft.
- Færrest 18-29-årige angiver hjulpet, at alkohol øger risikoen for kræft (52 % mod 57-64 %).

²⁵ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Udvikling i hjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft

Kræftens Bekæmpelse har flere gange lanceret mediekampagner, der har haft fokus på sammenhængen mellem alkohol og kræft. Dataindsamlingerne i 2017/2018, 2018, 2019, 2020, 2024 og 2025 er gennemført umiddelbart efter sådanne mediekampagner. Dataindsamlingen i 2017 blev gennemført før første mediekampagne om alkohol og kræft, og dataindsamlingen i 2023 er gennemført flere år efter seneste mediekampagne.

Figur 5.4. Udvikling 2017-2025²⁶. Andelen, der hjulpet mener, at alkohol øger risikoen for kræft. Blandt 18-74-årige.



- Der er signifikant flere, der har hjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft i 2025 (59%), sammenlignet med alle tidligere år.

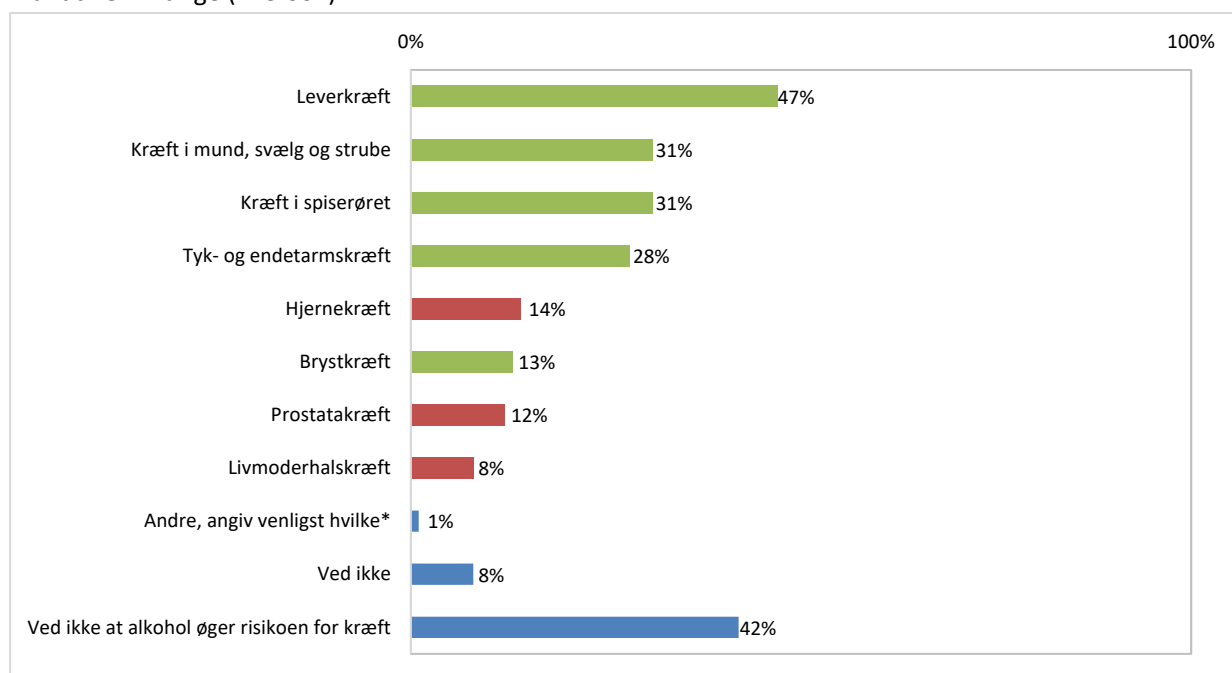
²⁶ Nærmere oplysninger om dataindsamlingerne, som denne figur er baseret på, er beskrevet under "Metode".

Kendskab til sammenhængen mellem alkohol og forskellige kræftformer (hjulpet)

Respondenter, der hjulpet har kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft, blev efterfølgende spurgt: "Hvilke af følgende kræftsygdomme mener du, at alkohol øger risikoen for? Angiv gerne flere svar". Svarmulighederne rummede både kræftformer, som der er evidens for, at alkohol øger risikoen for, og kræftformer, som der ikke er evidens for, at alkohol øger risikoen for. Formålet med dette var at få et indtryk af respondenternes reelle viden. Respondenter, der ikke hjulpet havde kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft, tæller i figuren med som respondenter, der ikke kender til sammenhængen mellem alkohol og de forskellige kræfttyper.

Figur 5.5. Hvilke af følgende kræftsygdomme mener du, at alkohol øger risikoen for? Angiv gerne flere svar²⁷.

Blandt 18-74-årige (n=3.064).



*Andre typer kræft, der nævnes, er bugspytkirtelkræft, mavekræft og nyrekræft.

- For de kræftsygdomme, hvor der er evidens for en sammenhæng med alkohol, angiver 47 %, at alkohol øger risikoen for leverkræft. 31 % angiver kræft i mund, svælg og strube samt kræft i spiserøret, 28 % angiver tyk- og endetarmskræft og 13 % angiver brystkræft.
- Af de kræftsygdomme, der ikke er evidens for, at alkohol øger risikoen for, angiver 14 % hjernekræft, 12 % prostatakræft og 8 % livmoderhalskræft.
- 42 % ved ikke (hjulpet), at alkohol øger risikoen for kræft, og 8 % har svaret "ved ikke" (men har hjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft), da de blev præsenteret for forskellige kræftformer, som kunne have en sammenhæng med alkohol.

²⁷ De grønne søjler viser kræftformer, som der er evidens for, at alkohol øger risikoen for. De røde søjler viser kræftformer, som der ikke er evidens for, at alkohol øger risikoen for.

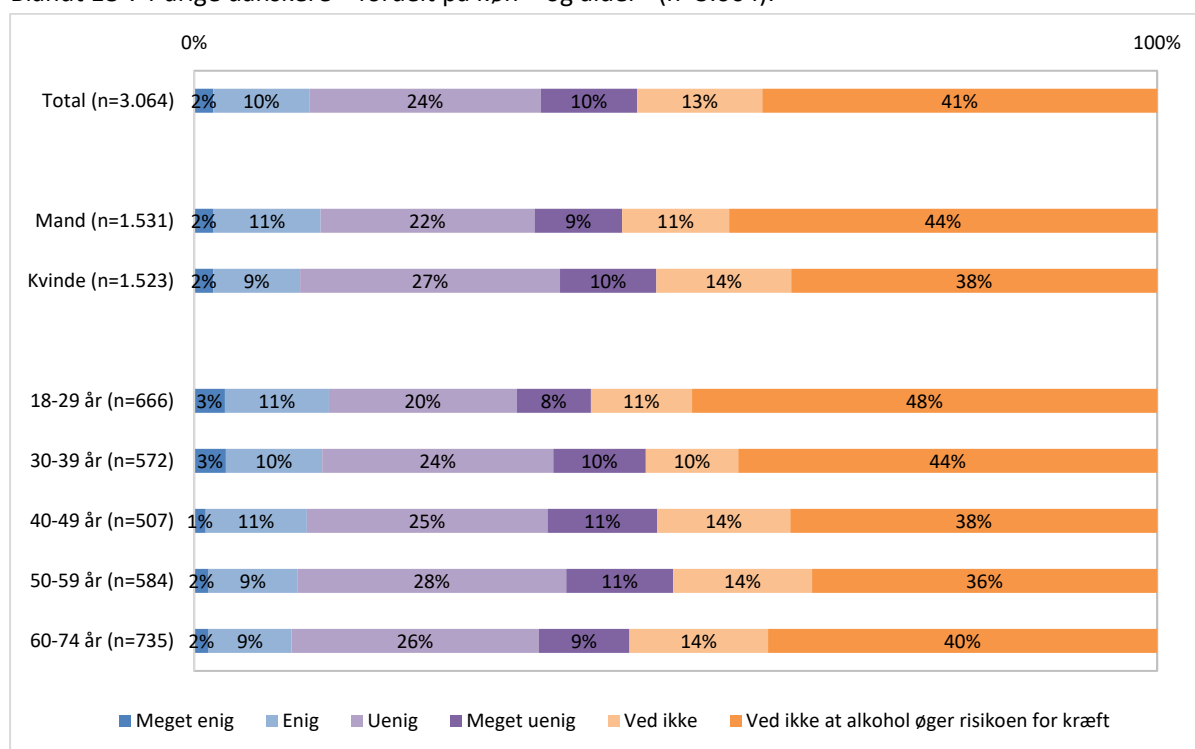
Hvor meget alkohol skal man drikke for at have en øget risiko for kræft?

Risikoen for kræft stiger med mængden af alkohol, man indtager og man kender ikke en nedre sikker grænse for, hvornår risikoen for kræft begynder at stige [8]. Der er fundet en øget risiko for visse kræftformer allerede ved et forbrug på cirka 1 genstand dagligt [11-13]. Hvis man ønsker at begrænse sin risiko for kræft så meget som muligt, er det bedst at drikke så lidt alkohol som muligt. Jo mindre, des bedre.

Respondenter, der ikke havde hjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft, har ikke fået spørgsmålet i figur 5.6. De er med på figuren, idet de alle indgår i søjlen "Ved ikke, at alkohol øger risikoen for kræft".

Figur 5.6. *Hvor enig eller uenig er du i nedenstående udsagn? Man skal drikke rigtig meget alkohol – f.eks. have et alkoholmisbrug – før man øger sin risiko for kræft.*

Blandt 18-74-årige danskere – fordelt på køn²⁸ og alder* (n=3.064).



*Ingen signifikante forskelle ift. region.

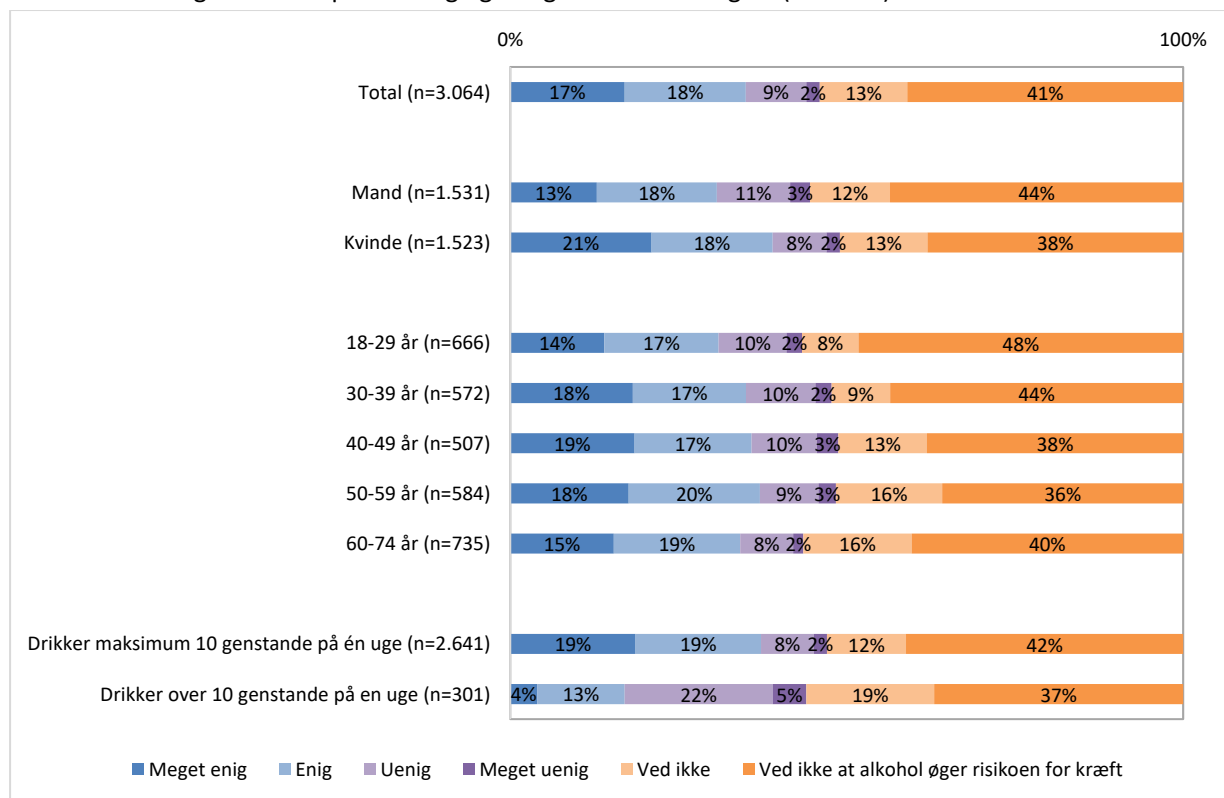
- 34 % er enten uenige eller meget uenige i, at man skal drikke rigtig meget alkohol før man øger sin risiko for kræft. Med andre ord, er det kun hver tredje, der er klar over, at man ikke behøver at drikke store mængder alkohol før, man øger sin risiko for kræft.
- Flest i de ældre aldersgrupper er enten uenige eller meget uenige i, at man skal drikke rigtig meget alkohol før, man øger sin risiko for kræft. F.eks. er 39 % af 50-59-årige uenige eller meget uenige i udsagnet. Færrest 18-29-årige er uenige eller meget uenige i dette (28 %).

²⁸ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Respondenter, der ikke havde hjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft, har ikke fået spørgsmålet i figur 5.7. De er med på figuren, idet de alle indgår i søjlen "Ved ikke, at alkohol øger risikoen for kræft".

Figur 5.7. Hvor enig eller uenig er du i nedenstående udsagn? Man skal drikke væsentligt mere alkohol end mig, for at det øger risikoen for kræft.

Blandt 18-74-årige – fordelt på alder og ugentligt alkoholforbrug²⁹* (n=3.064).



*Ingen signifikante forskelle ift. region.

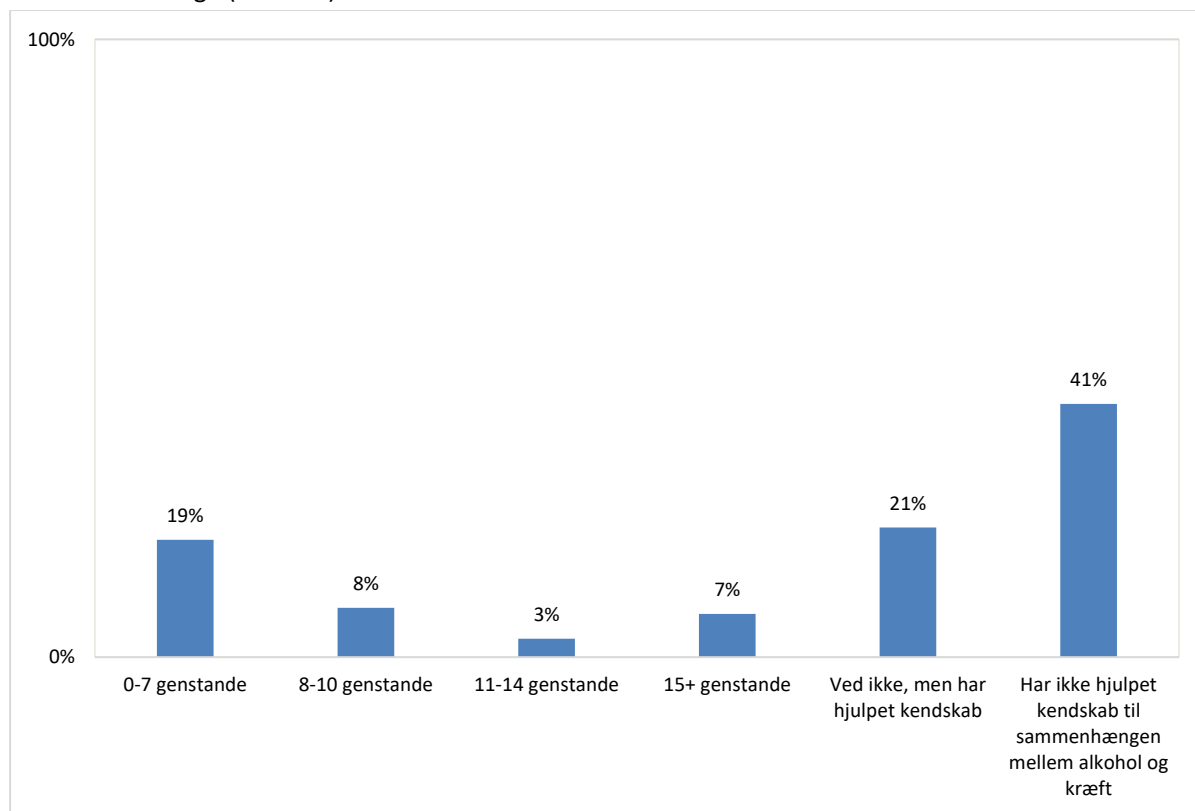
- Mere end hver tredje (35 %) er enten enige eller meget enige i, at man skal drikke væsentligt mere alkohol end dem selv, for at det øger risikoen for kræft.
- Flest 50-59-årige er enige eller meget enige i, at man skal drikke væsentligt mere alkohol end dem selv, før det øger risikoen for kræft (38 %). Færrest 18-29-årige er enige eller meget enige i dette (31 %).
- Blandt dem, der drikker over Sundhedsstyrelsens anbefaling, om højst at drikke 10 genstande om ugen, er 17 % enige eller meget enige i, at man skal drikke væsentligt mere alkohol end dem selv, før det øger risikoen for kræft. Kun 27 % er uenige eller meget uenige i, at man skal drikke væsentligt mere alkohol end dem selv, før det øger risikoen for kræft. Med andre ord er det kun 27 % af dem, der drikker over 10 genstande om ugen, der er klar over, at deres alkoholforbrug medfører en øget kræftisiko.

²⁹ Alkoholforbrug er opdelt på, hvorvidt respondenternes ugentlige alkoholforbrug er under eller over Sundhedsstyrelsens anbefaling om højst at drikke 10 genstande på én uge. Respondenter, der har svaret 'ved ikke' til deres ugentlige alkoholforbrug (n=122), er ekskluderet fra denne model, hvorfor kun 2.942 respondenter indgår i figuren, når der er opdelt på, hvorvidt respondenterne drikker under eller over Sundhedsstyrelsens anbefaling.

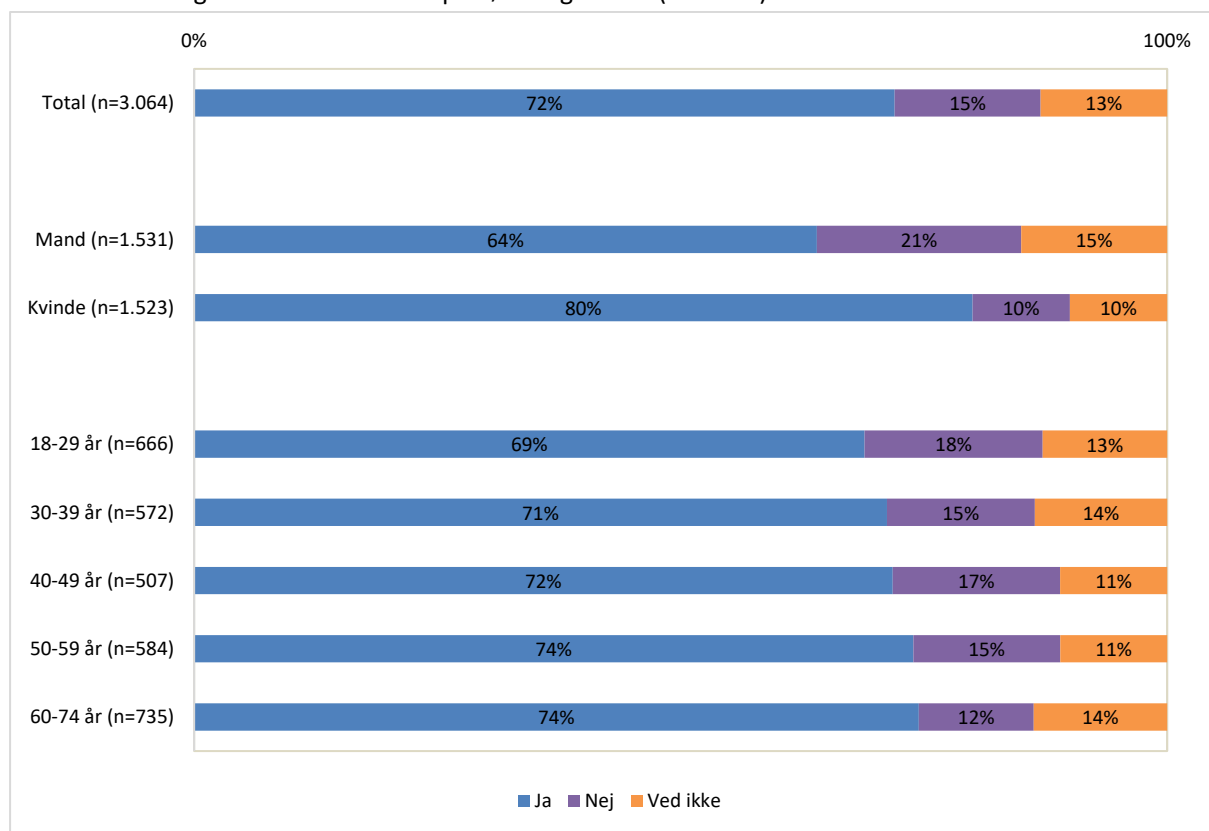
Respondenter, der ikke havde hjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft, har ikke fået spørgsmålet om, ved hvilket alkoholforbrug risikoen for kræft stiger. De er med på figuren, idet de alle indgår i søjlen "Har ikke hjulpet kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft".

Figur 5.8. Ved hvilket alkoholforbrug tror du, at risikoen for kræft stiger? Angiv gerne dit bedste bud, selvom du ikke er sikker.

Blandt 18-74-årige (n=3.064).



- Kun få ved, at risikoen for kræft stiger allerede ved et relativt lavt indtag af alkohol. F.eks. angiver 19 %, at risikoen for kræft stiger ved et forbrug på 0-7 genstande ugentligt og 8 % angiver, at risikoen stiger ved et forbrug på 8-10 genstande om ugen.

Behov for oplysning**Figur 5.9.** Mener du, at der er behov for oplysning om, at alkohol øger risikoen for kræft?Blandt 18-74-årige danskere – fordelt på køn³⁰ og alder* (n=3.064).

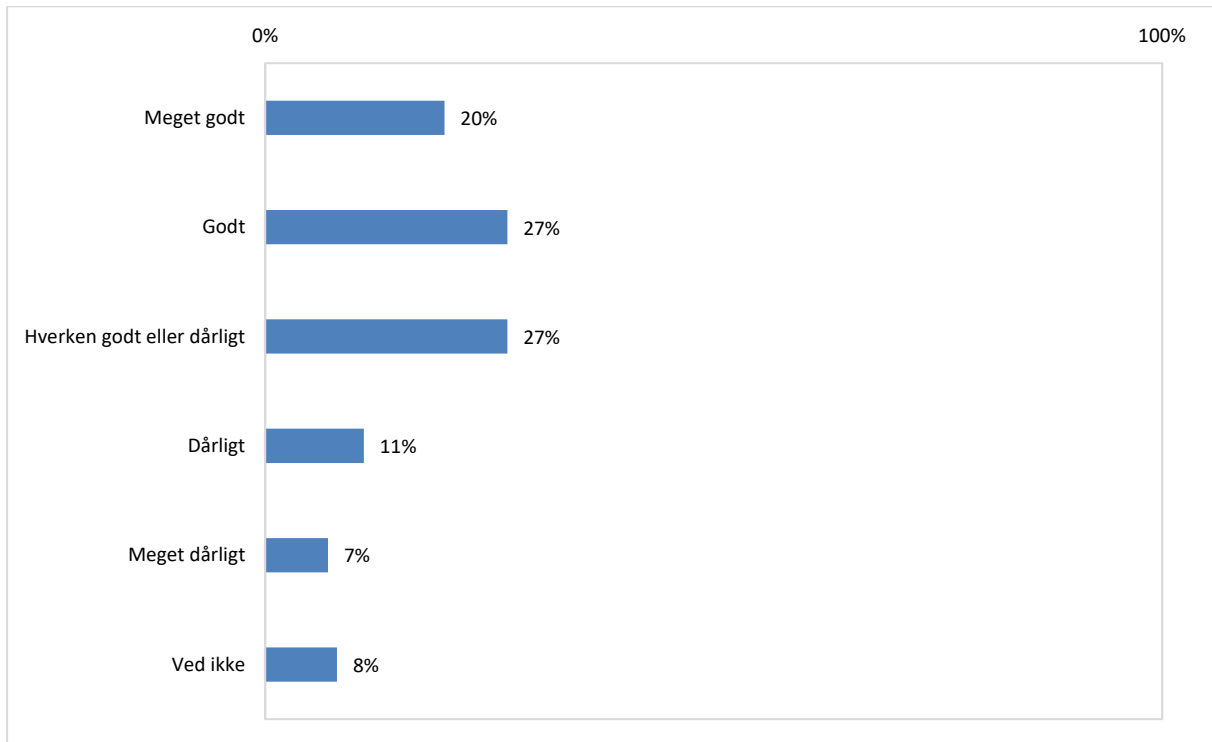
*Ingen signifikant forskel ift. region.

- 3 ud af 4 (72 %) mener, at der er behov for oplysning om, at alkohol øger risikoen for kræft.
- Flere kvinder end mænd mener, at der er behov for oplysning om, at alkohol øger risikoen for kræft (80 % mod 64 %).
- Andelen der mener, at der er behov for oplysning om, at alkohol øger risikoen for kræft, stiger med alderen (69 % af de 18-29-årige og 74 % af 50-59-årige og 60-74-årige).

³⁰ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Oplysning om kræftisiko på alkoholiske drikkevarer**Figur 5.10.** *Hvad ville du synes om, hvis man begyndte at angive på alkoholholdige drikkevarer, at alkohol øger risikoen for kræft?*

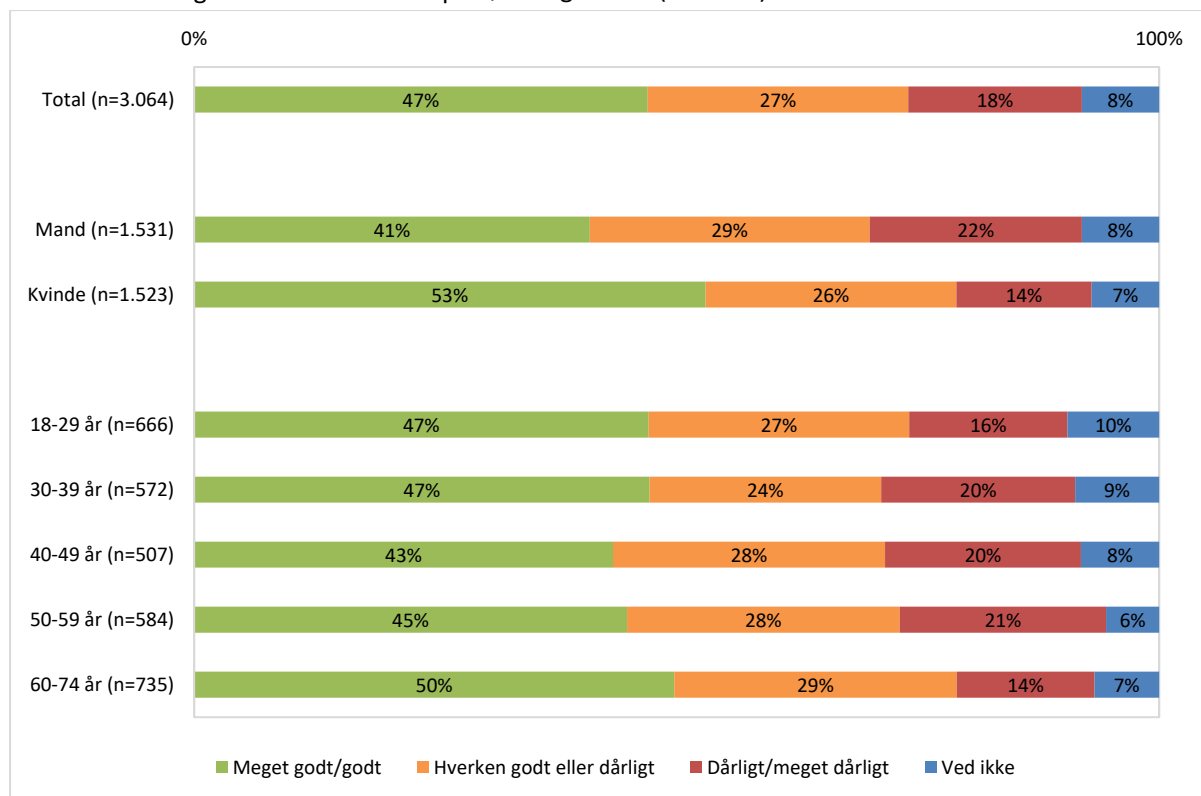
Blandt 18-74-årige danskere (n=3.064).



- 47 % synes enten godt eller meget godt om at gøre det obligatorisk at oplyse om, at alkohol øger risikoen for kræft på alkoholiske drikkevarer. 18 % angiver, at de synes dårligt eller meget dårligt om det.

Figur 5.11. *Hvad ville du synes om, hvis man begyndte at angive på alkoholholdige drikkevarer, at alkohol øger risikoen for kræft?*

Blandt 18-74-årige danskere – fordelt på køn³¹ og alder* (n=3.064).



*Ingen signifikant forskel ift. region.

- Flere kvinder end mænd synes godt eller meget godt om at gøre det obligatorisk at oplyse om, at alkohol øger risikoen for kræft på alkoholholdige drikkevarer (53 % mod 41 %).
- Der er lidt variation i opbakning til forslaget på tværs af aldersgrupper, men uden noget entydigt mønster.

³¹ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

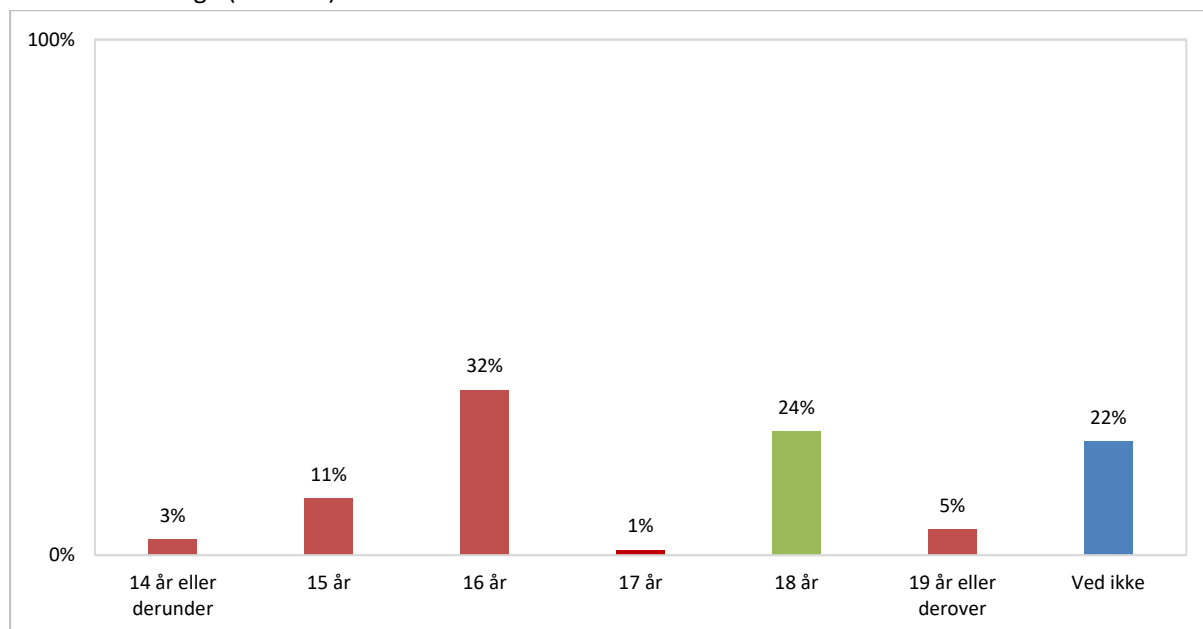
6. Kendskab til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om alkohol

Sundhedsstyrelsen har en række anbefalinger om alkohol, der skal vejlede om, hvordan alkohol påvirker vores helbred [14]. Formålet med anbefalingerne er at være et pejlemærke for den enkelte, ligesom de kan understøtte rammer og grænser for f.eks. børn og unges alkoholindtag. Sundhedsstyrelsen anbefaler bl.a., at voksne på 18 år og derover **højst drikker 10 genstande om ugen og højst 4 genstande på samme dag**. De nuværende anbefalinger er fra marts 2022, og erstatter tidligere anbefalinger, hvor grænserne var forskellige for mænd og kvinder³². Som noget nyt fraråder Sundhedsstyrelsen nu **børn og unge under 18 år** at drikke alkohol (tidligere var grænsen 16 år).

Kendskab til, at Sundhedsstyrelsen fraråder børn og unge under 18 år at drikke alkohol

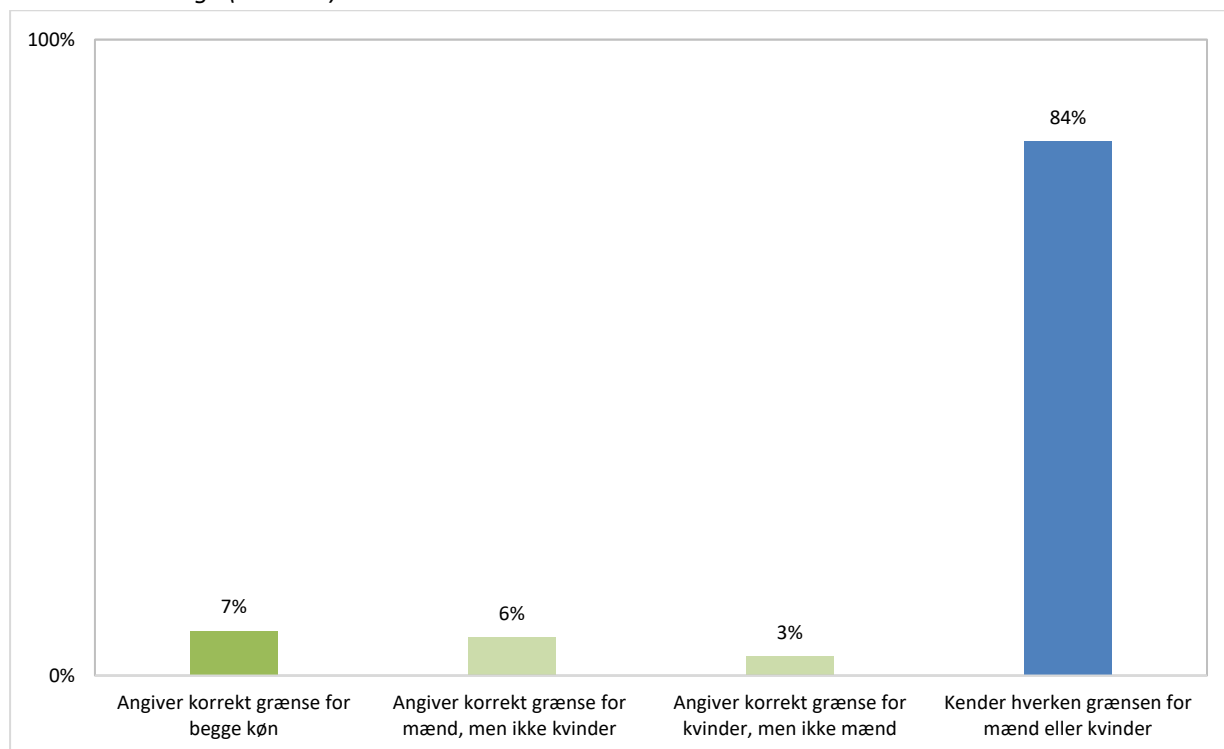
Figur 6.1. Sundhedsstyrelsen fraråder børn og unge under en bestemt alder at drikke alkohol. Hvilken alder? Angiv gerne dit bedste bud, selvom du ikke er sikker.

Blandt 18-74-årige (n=3.064).



- Færre end hver fjerde (24 %) ved, at Sundhedsstyrelsen fraråder børn og unge under 18 år at drikke alkohol. Hver tredje (32 %) tror, at det er børn og unge under 16 år, der frarådes at drikke alkohol.

³² Fra 2010-2022 lød Sundhedsstyrelsens udmeldinger: "Du har en lav risiko for at blive syg på grund af alkohol ved et forbrug på 7 genstande om ugen for kvinder og 14 for mænd (lavrisikogrænserne)" og "Du har en høj risiko for at blive syg på grund af alkohol, hvis du drikker mere end 14 genstande om ugen som kvinde og 21 genstande om ugen som mand (højrisikogrænserne)".

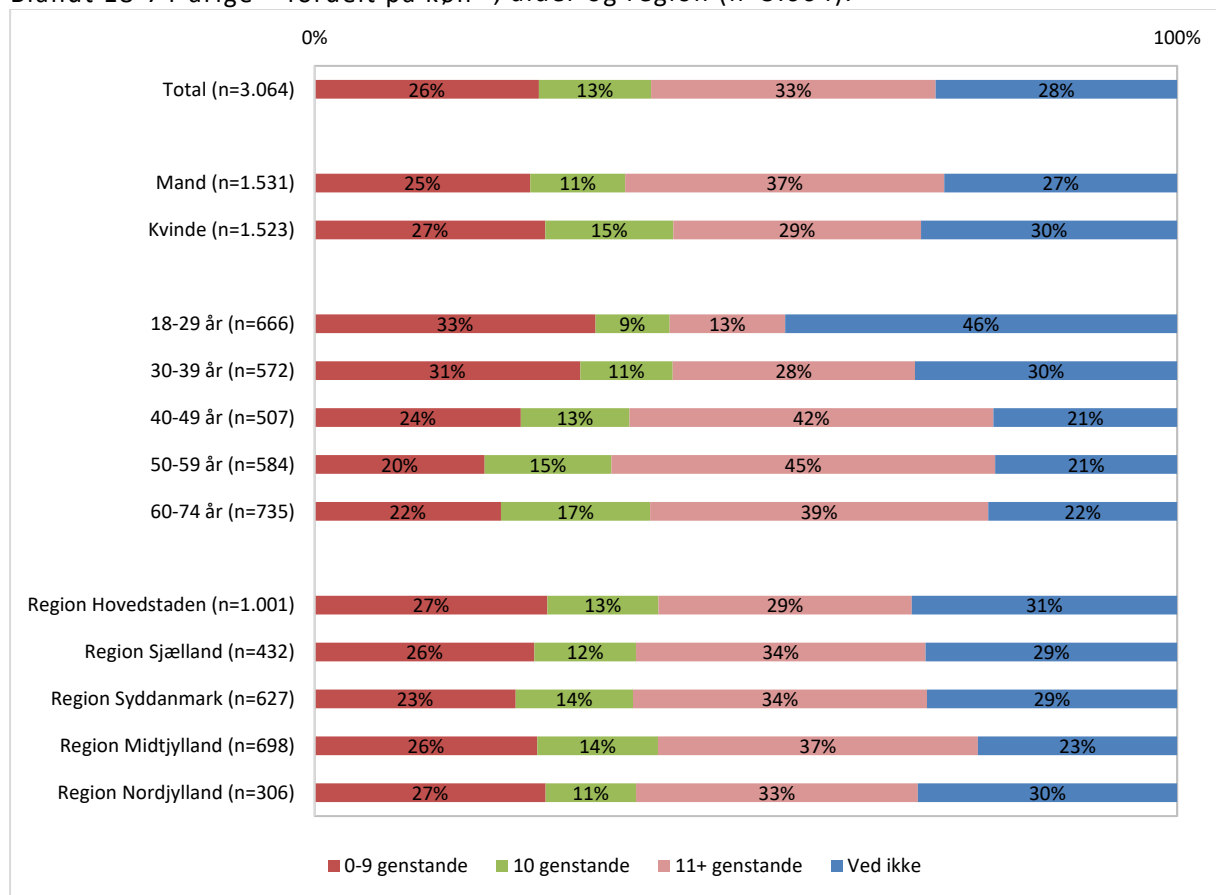
Kendskab til anbefalingen om højst 10 genstande om ugen**Fig 6.2.** *Hvor mange genstande anbefaler Sundhedsstyrelsen, at voksne på 18 år og derover, højst drikker om ugen?*³³*Blandt 18-74-årige (n=3.064).*

- Mere end 8 ud af 10 kan ikke angive Sundhedsstyrelsens anbefaling, om højst at drikke 10 genstande om ugen – hverken for mænd eller kvinder (84 %).
- 7 % angiver korrekt, at Sundhedsstyrelsen anbefaler højst 10 genstande om ugen for både mænd og kvinder på 18 år og derover.
- 6 % kan angive grænsen på højst 10 genstande om ugen for mænd, men ikke for kvinder, mens 3 % kan angive grænsen for kvinder, men ikke for mænd.

³³ Der var et felt, hvor man kunne angive grænsen for mænd, et felt hvor man kunne angive grænsen for kvinder, samt to "ved ikke"-felter – hvis man havde et bud for det ene køn, men ikke det andet.

Figur 6.3. Hvor mange genstande anbefaler Sundhedsstyrelsen, at voksne på 18 år og derover, højst drikker om ugen? Figuren viser besvarelser angående grænsen for mænd.

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn³⁴, alder og region (n=3.064).

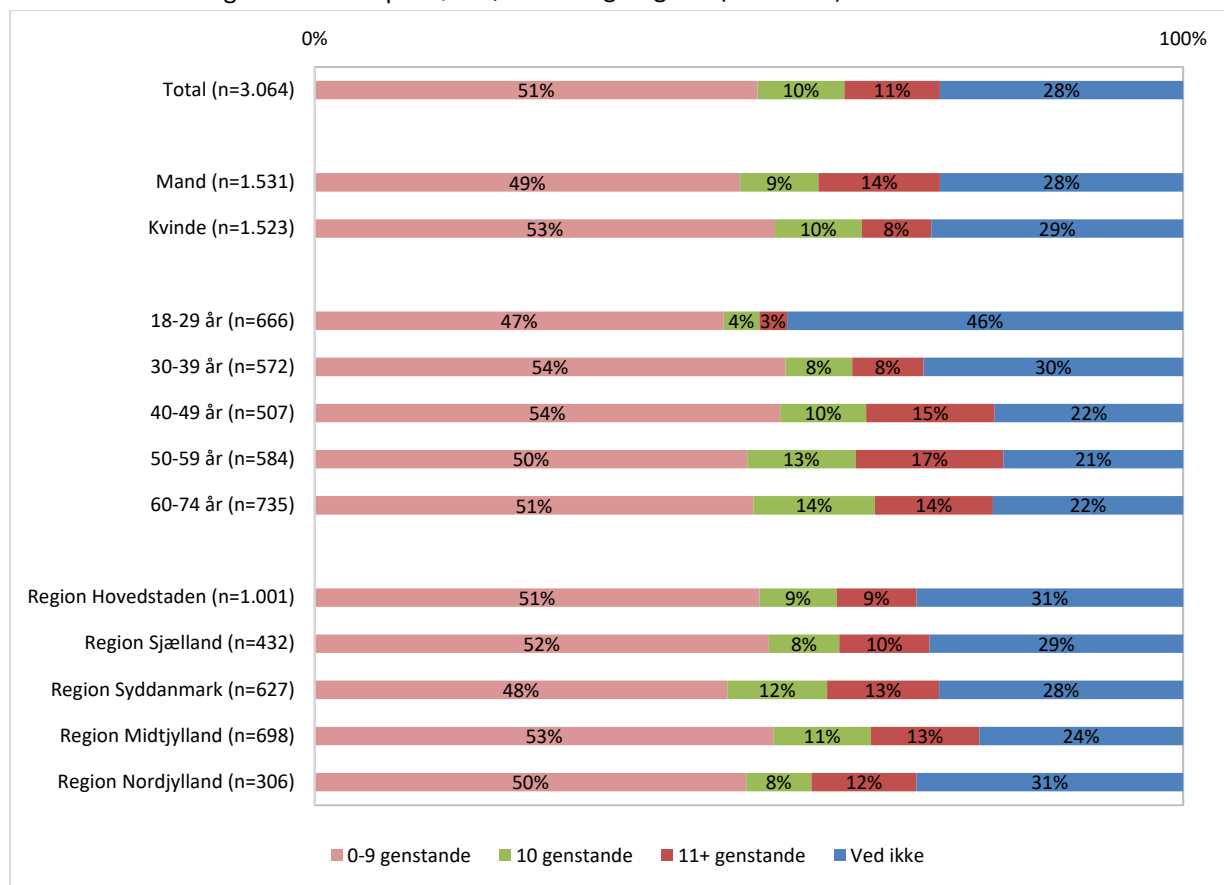


- 13 % kan korrekt angive, at Sundhedsstyrelse anbefaler højst 10 genstande om ugen for mænd.
- Flere mænd end kvinder tror, at grænsen er højere, end den reelt er (37 % mod 29 %).
- Andelen, der korrekt angiver den korrekte grænse på højst 10 genstande om ugen for mænd, blandt de fem aldersgrupper varierer fra 9-17 %. Det er flest i aldersgrupperne 40-49, 50-59 og 60-74-årige tror, at grænsen er højere end den reelt er, mens de to yngste aldersgrupper oftere svarer, at den er lavere.
- 37 % i Region Midtjylland angiver, at grænsen er højere, end den reelt er. 29 % i Region Hovedstaden angiver, at grænsen er højere, end den reelt er.

³⁴ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Figur 6.4. Hvor mange genstande anbefaler Sundhedsstyrelsen, at voksne på 18 år og derover, højst drikker om ugen? Figuren viser besvarelser angående grænsen for kvinder.

Blandt 18-74-årige – fordelt på køn³⁵, alder og region (n=3.064).

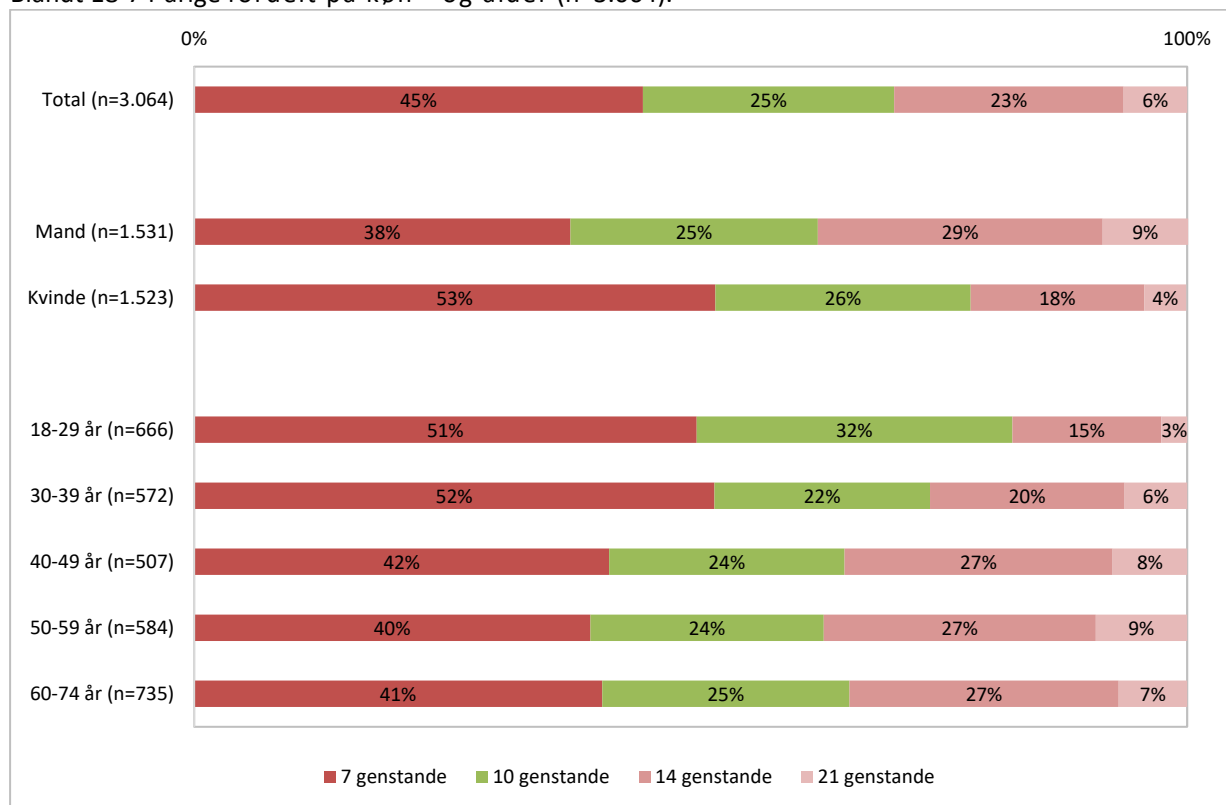


- 10 % kan korrekt angive, at Sundhedsstyrelsen anbefaler højst 10 genstande om ugen for kvinder.
- Flere kvinder end mænd tror, at Sundhedsstyrelsen anbefaler, at kvinder højst drikker 0-9 genstande om ugen (53 % mod 49 %), mens flere mænd end kvinder tror, at anbefalingen er højere end den reelt er (14 % mod 8 %).
- Færrest 18-29-årige kender anbefalingen på højst 10 genstande om ugen for kvinder (4 %)
- Der er lidt variation i kendskabet til anbefaling på højst 10 genstande om ugen for kvinder på tværs af regioner, men uden noget entydigt mønster.

³⁵ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

Figur 6.5. Hvilke af følgende antal genstande anbefaler Sundhedsstyrelsen, at voksne (både mænd og kvinder) på 18 år og derover, højst drikker om ugen?

Blandt 18-74-årige fordelt på køn³⁶ og alder (n=3.064).³⁷



- 25 % af 18-74-årige kan korrekt angive, at Sundhedsstyrelsen anbefaler voksne på 18 år og derover højst at drikke 10 genstande om ugen.
- Flere kvinder end mænd tror, at Sundhedsstyrelsen anbefaler, at voksne på 18 år og derover højst drikker 7 genstande om ugen.
- 32 % af 18-29-årige kan korrekt angive, at Sundhedsstyrelsen anbefaler voksne på 18 år og derover højst at drikke 10 genstande om ugen. 22 % af 30-39-årige kan korrekt angive, at Sundhedsstyrelsen anbefaler voksne på 18 år og derover højst at drikke 10 genstande om ugen.

³⁶ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

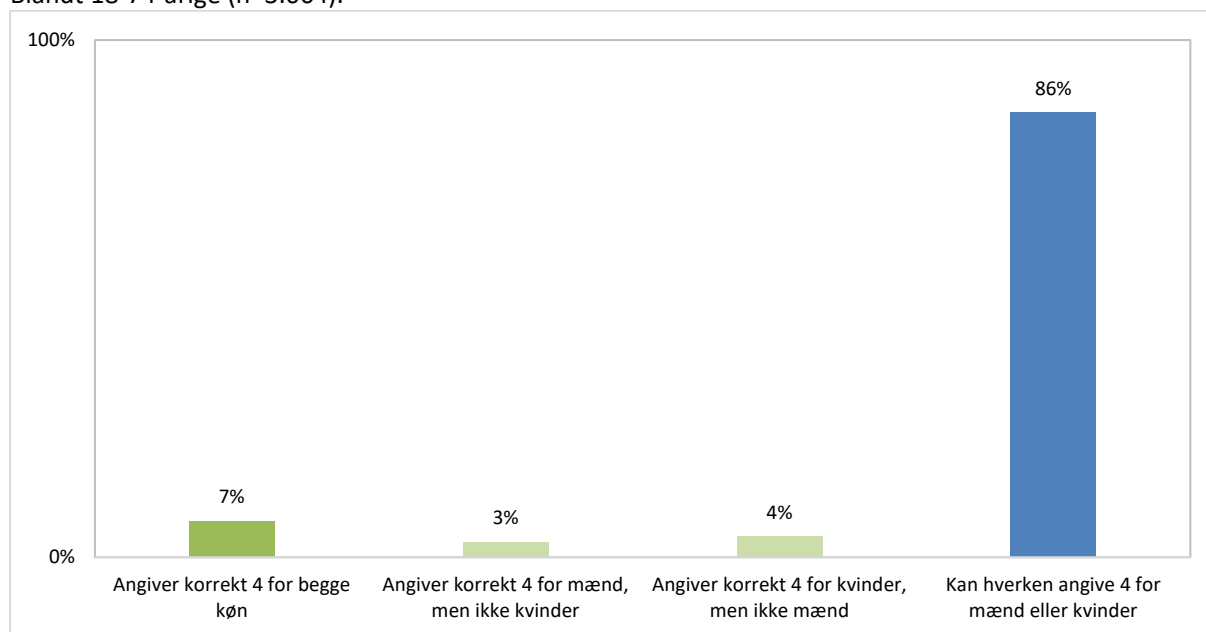
³⁷ "Ved dette"-spørgsmål blev respondenterne præsenteret for lukkede svarkategorier.

Kendskab til anbefalingen om højst 4 genstande på samme dag

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at voksne på 18 år og derover **højst drikker 4 genstande på samme dag**. Denne anbefaling svarer til Sundhedsstyrelsens tidligere anbefaling (frem til marts 2022), bortset fra at ordlyden var anderledes³⁸.

Figur 6.6. *Hvor mange genstande anbefaler Sundhedsstyrelsen, at voksne på 18 år og derover, højst drikker på samme dag?*³⁹

Blandt 18-74-årige (n=3.064).

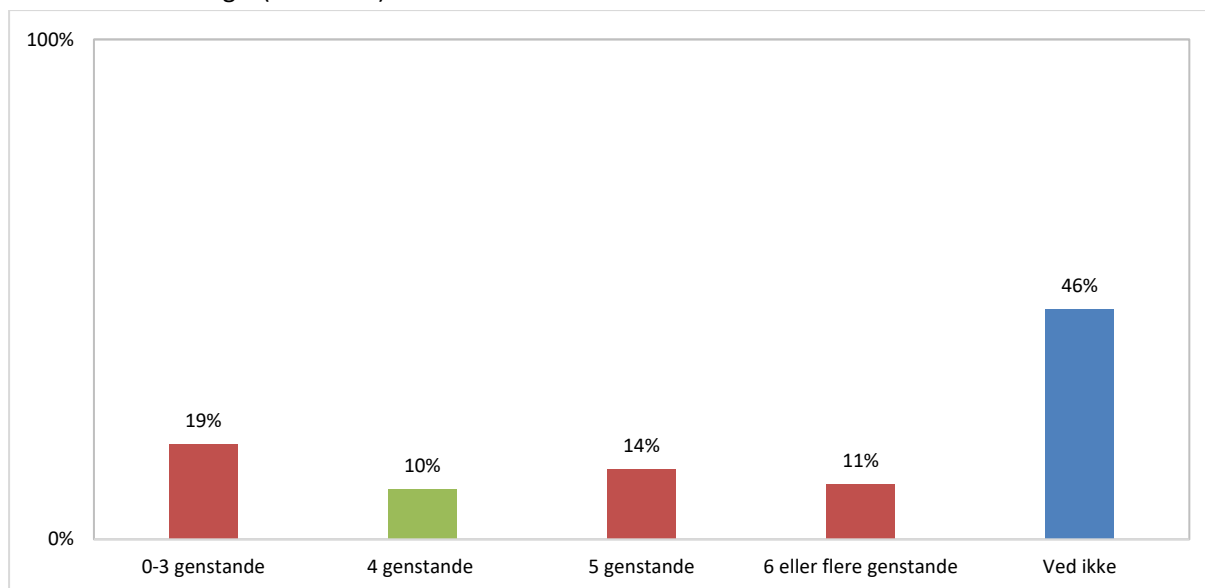


- Mere end 8 ud af 10 (86 %) kender ikke Sundhedsstyrelsens anbefaling om, at voksne på 18 år og derover højst drikker 4 genstande på samme dag – hverken for mænd eller kvinder.
- 7 % angiver korrekt for både mænd og kvinder, at Sundhedsstyrelsen anbefaler højst 4 genstande på samme dag.
- 3 % kender til anbefalingen for mænd, men ikke for kvinder, mens 4 % kan angive anbefalingen for kvinder, men ikke for mænd.

³⁸ Ordlyden for sundhedsstyrelsens tidligere anbefaling var "Stop før 5", hvilket i praksis vil sige "højst 4".

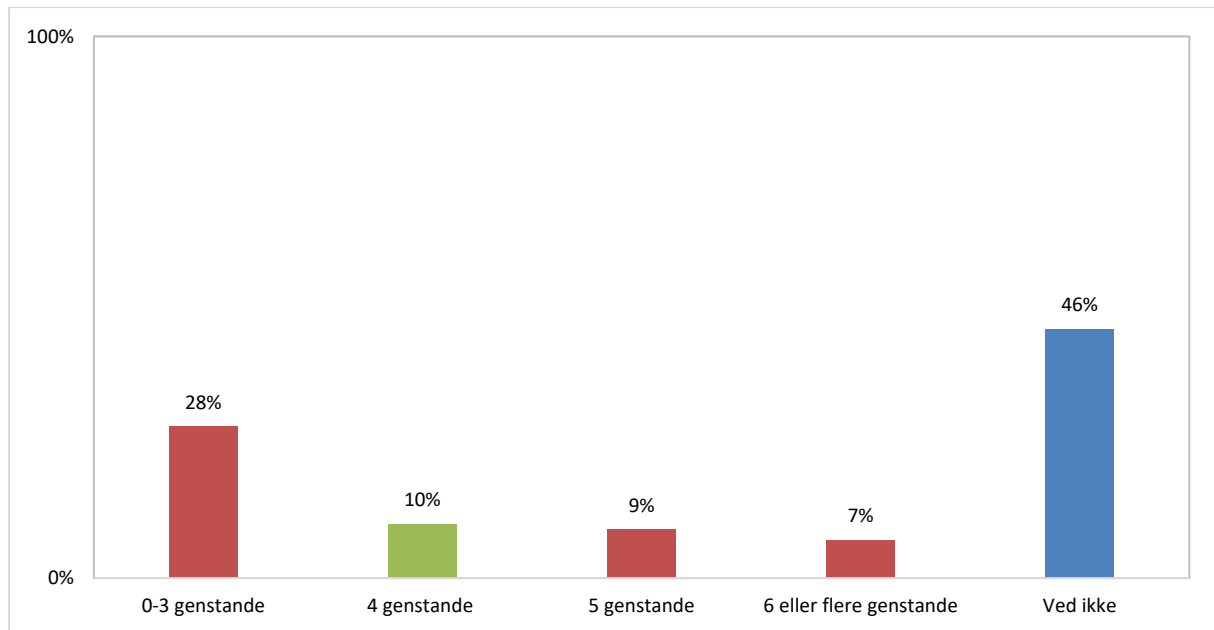
³⁹ Der var et felt, hvor man kunne angive grænsen for mænd, et felt hvor man kunne angive grænsen for kvinder, samt to "ved ikke"-felter – hvis man havde et bud for det ene køn, men ikke det andet.

Fig. 6.7. *Hvor mange genstande anbefaler Sundhedsstyrelsen, at voksne på 18 år og derover, højst drikker på samme dag?* Figuren viser besvarelser angående grænsen for mænd. Blandt 18-74-årige (n=3.064).



- Kun hver tiende kan angive, at Sundhedsstyrelsen anbefaler, at mænd højst drikker 4 genstande på samme dag. 46 % svarer "ved ikke", mens resten angiver forkerte svar på spørgsmålet.

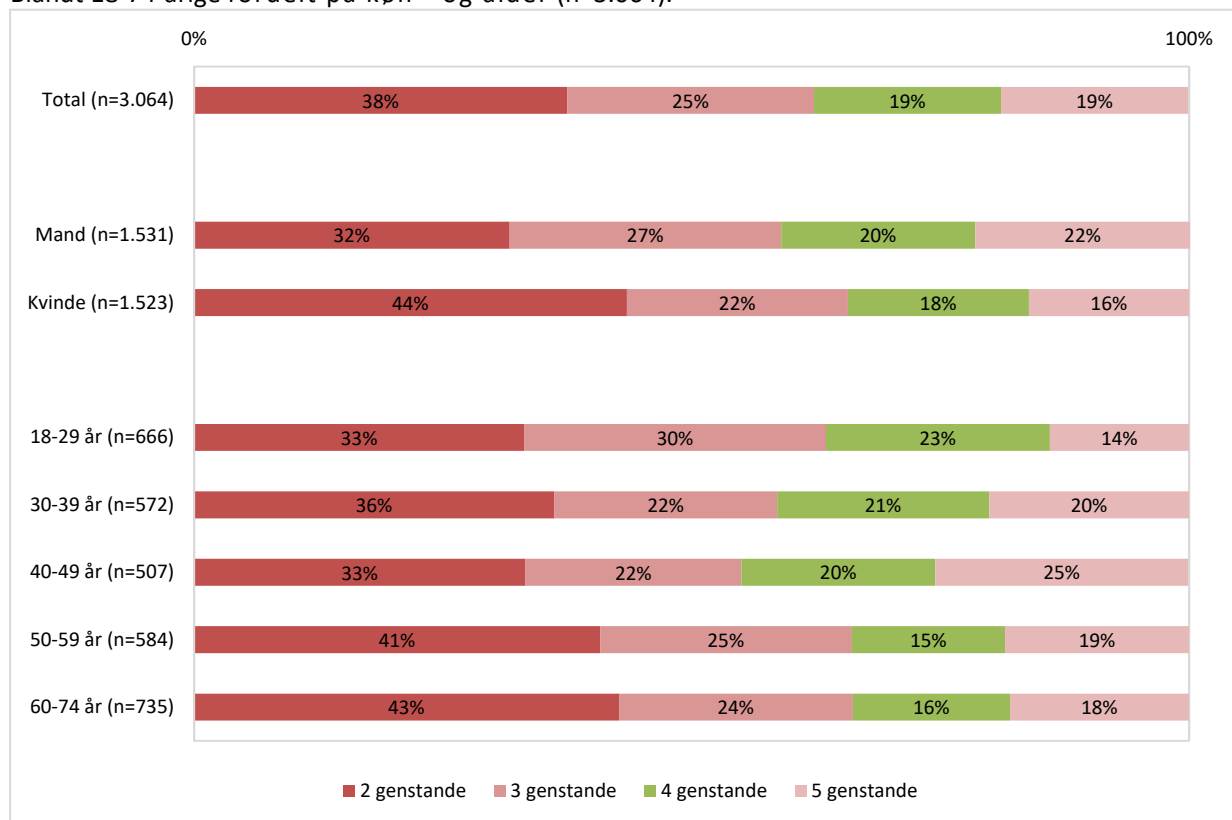
Fig. 6.8. *Hvor mange genstande anbefaler Sundhedsstyrelsen, at voksne på 18 år og derover, højst drikker på samme dag?* Figuren viser besvarelser angående grænsen for kvinder. Blandt 18-74-årige (n=3.064).



- Kun hver tiende kan angive Sundhedsstyrelsens anbefaling om, at kvinder højst bør drikke 4 genstande på samme dag. 46 % svarer "ved ikke", mens resten angiver forkerte svar på spørgsmålet.

Figur 6.9. Hvilke af følgende antal genstande anbefaler Sundhedsstyrelsen, at voksne (både mænd og kvinder) på 18 år og derover, højst drikker på samme dag?

Blandt 18-74-årige fordelt på køn⁴⁰ og alder (n=3.064).⁴¹



- 19 % af 18-74-årige kan korrekt angive, at Sundhedsstyrelsen anbefaler voksne på 18 år og derover, højst at drikke 4 genstande på samme dag.
- Flere kvinder end mænd tror, at Sundhedsstyrelsen anbefaler voksne på 18 år og derover, højst at drikke 2 genstande på samme dag.
- 23 % af 18-29-årige kan korrekt angive, at Sundhedsstyrelsen anbefaler voksne på 18 år og derover, højst at drikke 4 genstande på samme dag. 15 % af 50-59-årige kan korrekt angive, at Sundhedsstyrelsen anbefaler voksne på 18 år og derover, højst at drikke 4 genstande på samme dag.

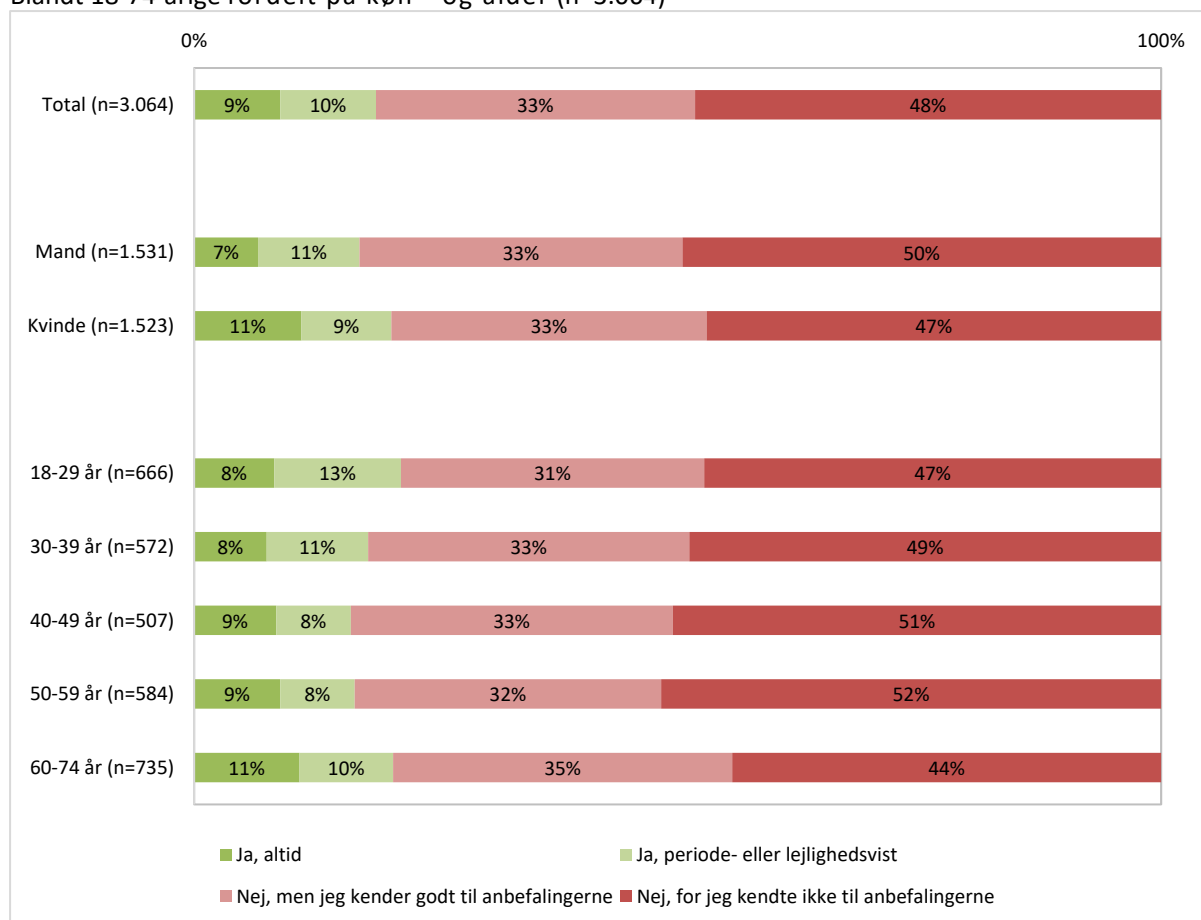
⁴⁰ De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

⁴¹ Ved dette spørgsmål blev respondenterne præsenteret for lukkede svarkategorier.

Bruger Sundhedsstyrelsens anbefalinger som rettesnor for eget forbrug

Figur 6.10. Sundhedsstyrelsen kom i 2022 ud med nye anbefalinger om voksnes alkoholforbrug, som lyder: Højest 10 genstande om ugen og 4 genstande på samme dag. Bruger du disse anbefalinger som rettesnor ift. dit eget alkoholforbrug?

Blandt 18-74-årige fordelt på køn⁴² og alder (n=3.064)



- 9 % af 18-74-årige bruger Sundhedsstyrelsens anbefalinger om voksnes alkoholforbrug som rettesnor for deres eget alkoholforbrug. 10 % bruger dem periode- eller lejlighedsvist. 33 % bruger dem ikke som rettesnor, men kendte godt til anbefalingerne. 48 % bruger dem ikke som rettesnor, da de ikke kendte til dem.
- 11 % af kvinder bruger altid anbefalingerne som rettesnor for deres eget alkoholforbrug. Det gælder for 7 % af mændene.
- 21 % af 18-29-årige og 60-74-årige bruger anbefalingerne som rettesnor for deres eget alkoholforbrug.

⁴² De 10 respondenter, der har svaret "andet" i køn, indgår ikke i underanalysen opdelt på køn (derfor n=3.054 i stedet for n=3.064).

7. Metode

Datagrundlag

Denne rapport er baseret på data fra en spørgeskemaundersøgelse blandt 3.064 danskere i alderen 18-74 år. Dataindsamlingen blev varetaget af analyseinstituttet Voxmeter i løbet af december 2025 og januar 2026. Data er nationalt repræsentativt på køn, alder og region. Enkelte steder indgår data fra tidligere undersøgelser til at belyse udvikling over tid.

Repræsentativitet

Alle medlemmer i Voxmeters panel er telefonisk rekrutterede, og man kan ikke selv tilmelde sig. Det er for at understøtte, at panelet er så repræsentativt som muligt. Derudover er data til denne undersøgelse indsamlet via kvoter, som er en sammensætning af data – f.eks. mænd i alderen 18-29 år fra Region Hovedstaden – der svarer til den nationale sammensætning med en max afvigelse på +/- 5 %. Denne metode sikrer en national repræsentativ fordeling af respondenter i forhold til⁴³:

- Køn (mænd/kvinder)
- Alder (18-29/30-39/40-49/50-59/60-74 år)
- Region (Hovedstaden/Sjælland/Syddanmark/Midtjylland/Nordjylland)

Nedenstående tabel viser antallet af respondenter i undersøgelsen fordelt på køn, alder og region.

⁴³ Kvoterne for dataindsamlingen blandt 18-74-årige er beregnet på baggrund af opgørelsen 'FOLK1A: Danmarks statistiks folketal 2. kvartal 2025.

Tabel 10.1 Fordeling af respondenter

		Hovedstaden (n=997)	Sjælland (n=432)	Syddanmark (n=624)	Midtjylland (n=696)	Nordjylland (n=305)
Mænd (n=1.531)	18-29 år (n=340)	118	40	64	84	34
	30-39 år (n=291)	105	37	56	65	28
	40-49 år (n=254)	84	36	52	57	25
	50-59 år (n=291)	89	46	62	65	29
	60-74 år (n=355)	97	58	80	80	40
Kvinder (n=1.523)	18-29 år (n=323)	121	35	58	79	30
	30-39 år (n=280)	104	35	54	61	26
	40-49 år (n=251)	85	36	51	56	23
	50-59 år (n=291)	90	47	62	64	28
	60-74 år (n=378)	104	62	85	85	42

Det var muligt for respondenterne at angive "Andet" til spørgsmålet om køn (det har 10 personer gjort). Personer, der har svaret "andet" til deres køn, er ekskluderet fra analyser, der opdeles på køn. Det skyldes, at gruppen (n=10) er for lille til, at det giver mening at betragte deres svar isoleret. Men de indgår i analyser opgjort på totalen samt i øvrige underanalyser (opdelt på alder og region).

Spørgeskemaet

Spørgeskemaet tager udgangspunkt i tidligere spørgeskemaer fra Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens alkoholindsats, samt spørgeskemaer fra andre nationale (f.eks. Statens Institut for Folkesundhed, Mandag Morgen og TrygFonden) og internationale aktører (f.eks. Cancer Research UK). Spørgeskemaet har således ikke været igennem en større valideringsproces, men bygger på velafprøvede spørgsmål fra anerkendte aktører.

Procenttal i figurer og tekst

Procenttallene i de viste figurer er afrundede, og vil derfor i nogle tilfælde summere til lige over eller lige under 100 %. I beskrivelsen af figurerne omtales ofte en sum af flere tal, for eksempel andelen, der er enten enige eller meget enige i et udsagn. Denne sum stemmer ikke altid overens med den sum, man som læser vil komme frem til, hvis man summerer tallene i figuren. Det skyldes, at figurerne viser afrundede tal, men at vi har medtaget decimalerne, når vi har summeret tallene for forskellige svarkategorier.

Rekruttering af deltagere

Personer i alderen 18-74 år fra Voxmeters panel blev pr. mail inviteret til at deltage i undersøgelsen. Respondenter, der ikke havde besvaret undersøgelsen indenfor 4-5 dage, modtog en e-mail med endnu en opfordring til at deltage og derefter blev de påmindet pr. telefon. Respondenterne blev belønnet med,

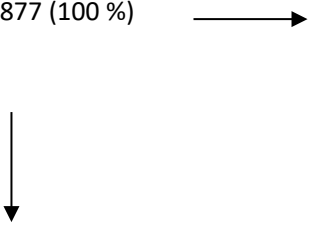
hvad der svarer til cirka 1 kr. pr. minut og fik samtidig mulighed for at deltage i en lodtrækning om præmier.

For at undgå at påvirke respondenternes svar, fik de ikke at vide, hvem der stod bag undersøgelsen, da de påbegyndte spørgeskemaet. Afslutningsvis fremgik det, at Kræftens Bekæmpelse var afsender, og der var kontaklinformation til en medarbejder herfra i tilfælde af spørgsmål/kommentarer.

Respondenter i undersøgelsen

I alt blev 10.877 personer inviteret til at deltage i undersøgelsen, og i alt har 3.064 gennemført, hvilket giver en svarprocent på 28 %. Yderligere detaljer fremgår af tabellen nedenfor.

Tabel 10.2 Antal respondenter i undersøgelsen

	Antal personer (procent)	Frafald
Respondenter inviteret til undersøgelsen	10.877 (100 %) 	4.908 startede ikke undersøgelsen (45 %) 293 (<3 %) afbrød undersøgelsen undervejs 2612 blev frascreeinet (24 %) (passede ikke i målgruppen eller kvoten var fyldt)
Respondenter i datasættet, der er anvendt i denne rapport	3.064 (28 %)	

Statistiske analyser

Hvor det er relevant, er der testet for signifikante forskelle i forhold til køn, alder og region. Enkelte steder er der også testet for forskelle i forhold til ugentligt alkoholforbrug. For at teste, om en sammenhæng mellem to variable er statistisk signifikant, anvendes χ^2 -tests. En p-værdi < 0,05 anses som statistisk signifikant. Foruden en χ^2 -tests benyttes en Z-test til at sammenligne andele mellem to uafhængige grupper. Det er kun statistisk signifikante sammenhænge, der rapporteres og omtales som sammenhænge. Eksempelvis skrives kun, at der er flere kvinder end mænd, er enige i, at de *savner alkoholfrie alternativer*, fordi der er *statistisk signifikant* flere kvinder end mænd, der mener dette. Det fremgår under figurerne, hvis der er testet for forskelle og testene er signifikante.

Udviklingsanalyser

Udviklingsanalyserne i denne rapport er baseret på otte dataindsamlinger, hvoraf data fra 2017, 2017/2018, 2019, 2023, 2024 og 2025 blev indsamlet af analysebureauet Voxmeter⁴⁴. Data fra 2018 blev indsamlet af analysebureauet Userneeds, og data fra 2020 blev indsamlet af analysebureauet Epinion i Norstats Onlinepanel. Første dataindsamling blev foretaget umiddelbart før mediekampagnen 'Alkohol gør noget ved os' (4. september til 8. oktober 2017), og anden dataindsamling blev foretaget umiddelbart efter denne (27. november 2017 til 7. januar 2018). Tredje dataindsamling blev foretaget efter relanceringen af 'Alkohol

⁴⁴ Voxmeter sikrede sig, at der ikke var nogen af deres panelister, der deltog i mere end én af deres dataindsamlinger i perioden 2017-2019. Der var ikke noget krav om, at respondenter fra dataindsamlingerne i 2023 og 2024 ikke måtte have deltaget i de tidligere undersøgelser fra Voxmeter – men der er dog mindst 3 år mellem disse og 2023. Derfor har det formentligt ikke haft nogen betydning, hvis der har været gengangere. Voxmeter sikrede, at der ikke var gengangere mellem 2023, 2024 og 2025.

gør noget ved os' i 2018 (19. november 2018 til 6. januar 2019), mens fjerde dataindsamling blev foretaget umiddelbart efter mediekampagnen 'Drop de ligegyldige genstande' i 2019 (25. november 2019 til 5. januar 2020). Femte dataindsamling blev foretaget umiddelbart efter mediekampagnen 'Drop de ligegyldige genstande II' i 2020 (23. november 2020 til 11. januar 2021). Sjette dataindsamling blev indsamlet et års tid *forud* for en mediekampagne (8. maj til 14. juli 2023). Syvende dataindsamling blev foretaget umiddelbart efter mediekampagnen 'Mentale mellemregninger' i 2024 (6. maj til 24. juni 2024). Ottende dataindsamling blev foretaget umiddelbart efter mediekampagnen "Alkohol og voksne – 10-4" i 2025 (løbet af december 2025 og januar 2026).

Begrænsninger ved webundersøgelser

Webbaserede undersøgelser, via onlinepaneler, bliver ofte anvendt til indsamling af data til befolkningsrepræsentative undersøgelser. Webbaserede undersøgelser har visse fordele, men også ulemper, sammenlignet med undersøgelser gennemført via post eller pr. telefon. En fordel ved webundersøgelser er, at de både er billigere og hurtigere at gennemføre end postale undersøgelser og telefoninterviews. Dog bliver svarprocenten for webundersøgelser generelt lavere end for andre former for undersøgelser [15]. Det gør det sværere at udelukke, at respondenter, der har valgt at deltage i en undersøgelse som denne, adskiller sig fra den generelle danske befolkning.

Webpaneler har en vis indbygget skævhed. For eksempel er kortuddannede samt personer med anden etnisk herkomst end dansk generelt underrepræsenterede. Hvis personer, der deltager i panelet, for eksempel har alkoholvaner, der adskiller sig fra den generelle befolknings alkoholvaner, vil det ikke give et fuldstændigt retvisende billede. Ud over skævheden i panelets sammensætning, kan der også være en skævhed i forhold til *hvem* fra panelet, der vælger at besvare et spørgeskema om egne alkoholvaner. Derfor fik panelisterne ikke at vide, hvad spørgeskemaet handlede om eller hvem der stod bag, før de var i gang med at udfylde det.

Problemet med skævhed og bortfald imødekommes delvist af indsamlingen via kvoter. Ved at indsamle data via kvoter har Voxmeter sikret, at data er repræsentativt i forhold til køn, alder og region.

Selvrapporteringen skaber generelt en vis usikkerhed ved data. Der kan være en tendens til, at folk svarer det, de tror, afsenderen gerne vil høre. Det kan for eksempel medføre en underrapportering af alkoholforbruget. Af den grund blev respondenterne først oplyst om afsenderen på undersøgelsen (Kræftens Bekæmpelse) ved afslutningen af undersøgelsen. Anonymiteten ved webundersøgelser kan hjælpe til, at respondenterne føler, at det er nemmere at give ærlige svar, sammenlignet med telefoniske interviews, hvor man i højere grad kan have en følelse af at skulle stå til ansvar for ens besvarelse.

Spørgsmål til undersøgelsen

Spørgsmål til undersøgelsen kan rettes til Evaluerings- og analysekonsulent Signe Hansen (shan@cancer.dk) fra Kræftens Bekæmpelse.

Litteraturliste

1. Sundhedsstyrelsen: *Sundhedsstyrelsens udmeldinger om indtag af alkohol [Notat]*. København: Sundhedsstyrelsen; 2022. Tængelig fra: https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2022/Alkohol/Notat-om-Sundhedsstyrelsens-alkoholudmeldinger_version-1_2.ashx?sc_lang=da&hash=250E3F565B92A67A2EBA05D8DFD1E43D
2. Jørgensen MB, Thygesen LC, Becker U, Tolstrup JS. *Alcohol consumption and risk of unemployment, sickness absence and disability pension in Denmark: a prospective cohort study*. *Addiction*. 2017 Oct;112(10):1754-1764. DOI: [10.1111/add.13875](https://doi.org/10.1111/add.13875)
3. Broholm, K., Sundhedsstyrelsen. *Alkohol og Helbred*. SST. 2008 København. p. 1-67. Tilgængelig fra: <https://sundhedsstyrelsen.dk/~media/149578E6F82D47C28077B692E4642905.ashx>
4. Diderichsen F, Andersen I, Manuel C. *Ulighed i sundhed – årsager og indsatser*. Sundhedsstyrelsen; 2011. p. 1-192. Tilgængelig fra: https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2011/Publ2011/SURA/Ulighed_i_sundhed/Ulighed-i-Sundhed-%E2%80%93-%C3%A5rsager-og-indsatser.ashx?sc_lang=da&hash=8B16ADA8F45266EBC6234B22300CBA6F
5. Jensen, H.A.R., et al., *Danskernes Sundhed – Den Nationale Sundhedsprofil 2025*. 2026, Statens Institut for Folkesundhed, SDU.
6. Eliassen M, Becker U, Grønbæk M, Juel K, Tolstrup JS. *Alcohol-attributable and alcohol-preventable mortality in Denmark: an analysis of which intake levels contribute most to alcohol's harmful and beneficial effects*. *Eur J Epidemiol*. 2014 Jan;29(1):15-26. doi: 10.1007/s10654-013-9855-2.
7. World Health Organization, International Agency for Research on Cancer. *IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans, Vol 100, A Review of Human Carcinogens*. International Agency for Research on Cancer, 2011.
8. World Health Organization, International Agency for Research on Cancer. *IARC monographs on the evaluation of carcinogenic risks to humans. Volume 100E: Personal habits and indoor combustions: A review of Human Carcinogens*. Lyon, France: IARC; 2012.
9. Tybjerg AJ, Friis S, Brown K, Nilbert MC, Mørch L, Køster B. *Updated fraction of cancer attributable to lifestyle and environmental factors in Denmark in 2018*. *Sci Rep*. 2022 Jan 11;12(1):549. doi: 10.1038/s41598-021-04564-2.
11. Bagnardi V, Rota M, Botteri E, Tramacere I, Islami F, Fedirko V et al. *Light alcohol drinking and cancer: a meta-analysis*. *Ann Oncol*. 2013 Feb;24(2):301-308. doi: 10.1093/annonc/mds337.
12. Seitz HK, Pelucchi C, Bagnardi V, La Vecchia C. *Epidemiology and pathophysiology of alcohol and breast cancer: Update 2012*. *Alcohol Alcohol*. 2012 May-Jun;47(3):204-12. doi: 10.1093/alcalc/ags011.
13. Allen NE, Beral V, Casabonne D, Kan SW, Reeves GK, Brown A et al. *Moderate alcohol intake and cancer incidence in women*. *J Natl Cancer Inst*. 2009 Mar 4;101(5):296-305. doi: 10.1093/jnci/djn514.
14. Sundhedsstyrelsen. *Anbefalinger om Alkohol*. Sundhedsstyrelsen; 2022 Mar. 7 (Citeret 2025 Aug.); Tilgængelig fra: <https://www.sst.dk/da/Borger/En-sund-hverdag/Alkohol/Anbefalinger-om-alkohol>.
15. Dobrow MJ, Orchard MC, Golden B, Holowaty E, Paszat L, Brown AD, Sullivan T. *Response audit of an Internet survey of health care providers and administrators: implications for determination of response rates*. *J Med Internet Res*. 2008 Oct 16;10(4):e30. doi: 10.2196/jmir.1090.