



## Faktablad – Alkohol och stress 2023

Undersökningen är genomförd via webbintervjuer i Novus slumpmässigt rekryterade Sverigepanel, vilket garanterar representativa resultat. Antal intervjuer: 1 090 personer 18–84 år. Fältperiod: 2–8 november 2023.

### Känner du dig mer eller mindre stressad under hösten, än under övriga tider på året?

Procent

	Totalt	Man	Kvinna	18–34 år	35–49 år	50–64 år	65–84 år
Intervjuer	1090	554	536	213	261	288	328
Mycket mer stressad	4	3	6	4	6	5	1
Lite mer stressad	20	21	20	30	23	15	11
Samma nivå som övriga tider på året	40	41	38	40	38	42	38
Lite mindre	15	11	18	14	19	12	13
Mycket mindre	6	5	7	1	3	8	12
Känner mig aldrig stressad	13	15	10	7	8	16	21
Vet ej	3	4	2	4	2	2	3

### Händer det att du kopplar av med alkohol för att hantera stress?

Procent

	Totalt	Man	Kvinna	Hur ofta dricker du alkohol, dvs starköl, vin eller sprit?								
				18-34 år	35-49 år	50-64 år	65-84 år	Aldrig	1 gång/månad eller mer sällan	2-4 gånger/månad	2-3 gånger/vecka	4 gånger/vecka eller mer
Intervjuer	1090	554	536	213	261	288	328	166	244	380	256	40
Ofta	2	2	2	2	4	2	1	0	0	1	6	21
Ibland	13	14	11	11	13	17	10	0	2	13	32	38
Sällan	24	23	24	27	25	23	19	3	16	37	31	18
Aldrig	61	60	63	59	58	58	70	97	82	48	32	18
Vet ej	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	5

### Dricker du mer eller mindre alkohol när du har en stressig period?

(bas=de som känt sig stressad någon gång)

Procent

	Totalt	Man	Kvinna	18-34 år	35-49 år	50-64 år	65-84 år
Intervjuer	958	470	488	213	261	288	328
Mycket mer	1	1	1	1	2	2	0
Lite mer	9	9	10	7	9	13	8
Oförändrat	51	53	48	45	48	57	54
Lite mindre	6	5	6	9	6	4	2
Mycket mindre	7	9	5	7	10	4	6
Vet ej	5	7	4	7	5	3	5
Dricker inte alkohol	21	16	26	24	19	17	24

IQ arbetar för ett smartare förhållningssätt till alkohol. Genom att skapa medvetenhet, eftertanke och engagemang kring det egna och andras drickande, bidrar vi till att minska alkoholens skador i samhället. IQ är ett fristående dotterbolag till Systembolaget. Läs mer på [iq.se](http://iq.se).

### Hur ofta dricker du alkohol, dvs starköl, vin eller sprit?

Procent

	Totalt	Man	Kvinna	18-34 år	35-49 år	50-64 år	65-84 år
Intervjuer	1090	554	536	213	261	288	328
Aldrig	19	15	22	23	17	17	18
1 gång/månad eller mer sällan	25	23	26	31	30	18	18
2-4 gånger/månad	32	35	29	34	34	33	28
2-3 gånger/vecka	21	23	19	12	16	29	28
4 gånger/vecka eller mer	3	3	3	0	3	3	7
Vet ej	0	0	1	0	0	1	1

---

IQ arbetar för ett smartare förhållningssätt till alkohol. Genom att skapa medvetenhet, eftertanke och engagemang kring det egna och andras drickande, bidrar vi till att minska alkoholens skador i samhället. IQ är ett fristående dotterbolag till Systembolaget. Läs mer på [IQ.se](http://IQ.se).