

Fakta, argument & debatt

Om alkohol, narkotika, nikotin och sociala frågor

Sammanfattningar till artiklar med länkar för att dig som vill läsa mer

Nummer 2 - Publicerad 19 februari 2026



Alkohol

Vit januari:

En månad utan alkohol kopplas till bättre sömn, humör och hälsa

Folkhälsomyndigheten om avskaffande av krav på matservering och eget kök vid servering av alkohol

24 timmars alkoholförbud i svenskfavoriten



Narkotika

Strömmar ser behov av fler tullare

Legaliseringen av cannabis ökar andelen vuxna användare

Cannabis lindrar inte nervsmärta effektivt

Hur narkotika köps, används och upplevs av personer i Sverige som nyligen använt narkotika

Inför valåret: 8 punkter för en bättre narkotikapolitik

Övrigt

Antalet anmälda brott minskade under 2025, narkotikabrotten utgjorde 9 procent

Svarta siffror – en ESO-rapport om den kriminella ekonomins omfattning

Riksrevisionen efterfrågar effektivare insatser mot spelproblem

Nej till motioner om alkohol, doping, tobak och spel (SoU13)



Alkohol

Vit januari:

En månad utan alkohol kopplas till bättre sömn, humör och hälsa

I en översikt publicerad i tidskriften Alcohol and Alcoholism (september 2025) analyserade forskare från Brown University 16 studier, med mer än 150 000 deltagare totalt, som gällde "Dry January." Studierna visade att deltagare som helt slutade med alkohol under månaden fick förbättrad sömn, bättre humör, viktninskning samt bättre leverfunktion och blodtryck. Deltagarna svarade att de kunde koncentrera sig bättre och hade mer energi. Även de som bara minskade sitt drickande upplevde vissa förbättringar inom dessa områden.

Texten är bearbetad från engelska.

Nyheten är publicerad på engelska av Brown University 12 januari 2026:

[Läs mer på News från Brown](#) (engelska)

Avskaffande av krav på matservering och eget kök vid servering av alkohol

Folkhälsomyndigheten motsätter sig förslaget att 8 kap. 15 § alkohollagen (2010:1622) tas bort. Folkhälsomyndigheten motsätter sig även förslaget att krav på eget kök för cateringföretag tas bort.

[Läs mer på Folkhälsomyndigheten](#)

24 timmars alkoholförbud i svenskfavoriten

Ett 24 timmar långt alkoholförbud har införts i Thailand i samband med parlamentsvalet. Förbudet trädde i kraft på lördagen klockan 18 lokal tid och gällde till söndag. Syftet är att förhindra röstkö och upprätthålla allmän ordning, uppger valmyndigheten. Samma regler gällde även under förtidsröstningen förra helgen. Åtgärden har dock skapat förvirring bland turister, då valet hålls mitt under högsäsongen. I Bangkok vittnar krögare om missnöjda gäster.

[Läs mer på Expressen](#)



Narkotika

Strömmer ser behov av fler tullare

Tullen behöver fler anställda enligt justitieminister Gunnar Strömmer, som även öppnar för straffskärpning för bruk av narkotika. Justitieminister Gunnar Strömmer var tydlig när han medverkade på ett seminarium anordnat av SNS om hamnar mot organiserad brottslighet. Tullverket behöver fler anställda. Samtidigt var han lika tydlig med att han inte lovade något och att ansvaret i regeringen för Tullverket ligger hos finansministern och att det även är hos henne som ansvaret för budgeten ligger.

– Det är både hennes myndighet och hennes plånbok på totalen, sa Strömmer.

[Läs mer på Drugnews](#)

Legaliseringen av cannabis ökar andelen vuxna användare

Analyser av data från 38 delstater i USA för perioden 2016-2023 visade att legalisering av cannabis bidrar till ökande användning av cannabis genom att öka andelen vuxna som använder cannabis. Det är inom befolkningsgrupper med lägre cannabisanvändning – äldre vuxna, kvinnor, vita och högskoleutbildade – som ökningen blivit störst efter legaliseringen.”

Texten är bearbetad från engelska.

Studien publicerades 6 januari 2026 i American Journal of Preventive Medicine, [och nyheten är därefter publicerad på engelska av forskarnas hemvist Boston College.](#)

Cannabis lindrar inte nervsmärta effektivt

En ny översikt visar att cannabis inte lindrar kronisk neuropatisk smärta effektivt. 21 olika studier har gått igenom.

Sammanfattning från engelska.

[Läs mer på Cochrane Library](#) (engelska)

Hur narkotika köps, används och upplevs av personer i Sverige som nyligen använt narkotika

Narkotika används ofta för rusets eller för nöjes skull, men även av sociala skäl eller för att hantera psykisk ohälsa och andra hälsoproblem. Stigmatisering och oro för straff upplevs som hinder för personer som använder narkotika att söka och få vård. Dessa resultat är baserade på Sveriges deltagande i Den europeiska webbundersökningen om narkotika 2024.

[Läs mer på Folkhälsomyndigheten](#)

Inför valåret: 8 punkter för en bättre narkotikapolitik

I en tid då narkotikafrågan ofta präglas av polarisering vill Narkotikapolitiskt Center (NPC) bidra med ett nyanserat och kunskapsbaserat underlag. De inleder därför valåret 2026 med att lansera en reviderad version av rapporten 8 punkter för en bättre narkotikapolitik.

[Läs mer på NPC](#)

Övrigt

Antalet anmälda brott minskade under 2025, narkotikabrotten utgjorde 9 procent

Under 2025 anmäldes strax under 1,43 miljoner brott, vilket var 3 procent färre än 2024. Antalet minskade för andra året i rad. Det visar den preliminära statistiken över anmälda brott 2025 som publicerades i januari. Stöld- och tillgreppsbrott var den brottskategori som minskade mest förra året. Brott mot person var den brottskategori som ökade mest under 2025.

[Statistik från BRÅ](#)

Svarta siffror– en ESO-rapport om den kriminella ekonomins omfattning

När ESO uppskattar och bedömer den kriminella ekonomin i Sverige, utgörs den illegala läkemedel, droger och alkohol- och tobaksmuggling omsätter ungefär 10,7 miljarder kronor och ger en vinst på 4,5 miljarder kronor.

[Hämta rapporten här](#) (PDF)

Riksrevisionen efterfrågar effektivare insatser mot spelproblem

Riksrevisionen har granskat statens insatser mot spelproblem. Slutsatsen är att insatserna behöver bli mer effektiva och samordnade. Spel om pengar behöver också integreras mer i det övriga ANDTS-arbetet.

[Läs mer på Folkhälsomyndigheten](#)

Nej till motioner om alkohol, dopning, tobak och spel (SoU13)

Riksdagen sa nej till 120 förslag om alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar i motioner från den allmänna motionstiden 2025. Förslagen handlar om ANDTS-politiken, som bland annat innehåller alkoholfrågor, narkotikafrågor samt tobaks- och nikotinfrågor. Riksdagen hänvisar i huvudsak till pågående arbete.

[Läs mer på Riksdagen](#)

Fakta, argument & debatt

Om alkohol, narkotika, nikotin och sociala frågor

Fakta, argument & debatt produceras av Blå Bandet (Sveriges Blåbandsförbund) och ges ut i samverkan med SLAN (Sveriges Landsråd för alkohol- och narkotikafrågor)

www.blabandet.se



www.slan.se

Redaktion: Helena Bingebo, Bertil Forsberg, Ingalill Söderberg, Mikael Hansson, Per-Olof Svensson
nyhetsbrev@blabandet.se

Redigering & utskick: Per-Olof Svensson

Bilder där annat inte anges är arrangerade och från AdobeStock med licens.