

Fakta, argument & debatt

Om alkohol, narkotika, nikotin och sociala frågor

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

Nummer 3 - Publicerad 6 mars 2026



Alkohol

Årets alkoholrapport lanserad:
Berusningsdrickande – Akuta risker och långvariga effekter
Ölreklam fortsatt förbjuden
Obemannade affärer säljer alkohol i Norge
Alkohol stör sömnen
Alkoholproblem och bristande föräldraskap
Alkohol ökar risken för ölmage



Narkotika

Frivilliga livräddare larmas vid opioidöverdoser
– snabb hjälp avgörande för att rädda liv
Supa knarka folkuppfostra
– en podd om små och stora samhällsfrågor!
Ungdomars cannabisanvändning följer samma
mönster som alkohol



Socialt

Regeringen stärker vården för personer med skadligt bruk
och beroende och andra psykiatriska tillstånd
”Bekämpa våldet mot kvinnor ges för låg prioritet”
Ny rapport! Om resan från beroende till återhämtning

Webbinarier

Lanseringswebbinarium 10 mars: Medberoende
Lanseringswebbinarium 12 mars:
En tredje väg tar form, narkotikapolitik i Europa 2026



Alkohol

Årets alkoholrapport lanserad:

Berusningsdrickande – Akuta risker och långvariga effekter

Den svenska lanseringen av årets alkoholrapport "Berusningsdrickande – Akuta och långvariga effekter" gjordes i riksdagens konferenslokal Mittpolen. Värddar var riksdagsledamöterna Dan Hovskär (KD) och Anna Vikström (S). Rapporten presenterades av Sven Andréasson, professor emeritus i socialmedicin. Han är en av sex författare i den internationella forskargruppen som sammanställer de årliga rapporterna.

Efter föredragningen blev det panelsamtal under ledning av Charlotta Rehnman, direktör på CAN, Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning. Astrid Wetterström arbetar som ingripandepolis och gav sin bild av hur alkoholberusning påverkar hennes arbete varje dag.

- Berusningsdrickande berör oss alla, för mig är inte rapporten bara en textmassa och siffror, det är ansikten som jag möter i min vardag.

Hanna Brännström arbetar på Maria ungdom som är specialiserad på att ta hand om ungdomar och unga vuxna med problematik kring bland annat med alkohol. Inledningsvis berättade hon att när en ungdom lämnar mottagningen brukar hon säga: "Hej då, hoppas vi inte ses mer men gör vi det är det helt okey".

- Målet för unga är att dricka för att bli berusade, berättade Hanna Brännström som konstaterade att alkohol är lättillgängligt, bara ett knapptryck bort.

[Läs artikel: Blå Bandet](#)



Sven Andréasson; Dan Hovskär (KD) och Anna Vikström (S);

Sven Andréasson, Astrid Wetterström, Hanna Brännström, Charlotta Rehnman. Foto: Per-Olof Svensson



[Här kan du ladda ned rapport och pressmeddelande](#)



Alkohol

Ölreklam fortsatt förbjuden

Lagen som bestämmer hur alkoholreklam får se ut är striktare jämfört med regler som gäller för marknadsföring i allmänhet. Domstolen slår nu fast att det inte finns utrymme att på bild visa öl och mat tillsammans, eller ölburkar på tunnor. Företaget Poppels som brygger öl ville visa bilder med öl tillsammans med mat och öl på en tunna, men får nu nej i Patent- och marknadsöverdomstolen.

[Läs mer: Konsumentverket](#)

Obemannade affärer säljer alkohol i Norge

Ett hundratal affärer säljer alkohol utan bemanning. Nu finns ett förslag att även tobak ska kunna säljas på detta sätt, samtidigt som den ansvariga myndigheten säger att försäljningen är olaglig.

[Läs mer: NRK](#)

[Läs mer: Drugnews](#)

Alkohol stör sömnen

Alkohol konsumeras i olika kulturer för att underlätta avslappning eller insomning. En nyligen publicerad översikt granskar kritiskt artiklar om alkohol och sömn som publicerats 2015–2025. Forskningen visar att även om alkohol kan minska insomningstiden så försämras sömnkvaliteten särskilt under andra halvan av natten. Regelbunden alkoholkonsumtion är kopplad till sämre subjektiv sömnkvalitet och sömnlöshetssymtom.

[Studien publicerades i den vetenskapliga tidskriften Nutrients \(engelska\)](#)

Alkoholproblem och bristande föräldraskap

En systematisk forskningsöversikt om alkoholvanor och föräldraskap fann att sammantaget rapporterade 64 av 68 inkluderade studier minst ett direkt och statistisk säkerställt samband mellan föräldrars drickande, alkoholproblem eller missbruk och nedsatt föräldraskap. Författarna förvånades över hur lite forskning det finns om föräldrarnas alkoholvanor och hur man uppfostrar sina egna barn beträffande deras alkoholbruk.

[Studien publicerades i den vetenskapliga tidskriften Behavioral Sciences \(engelska\)](#)

Alkohol ökar risken för ölmage

Det allmänt förekommande uttrycket ölmage har fått starkt stöd av en brittisk studie baserad på ett befolkningsurval och ovanligt säkra data om buk fett. Undersökningen visade ett dosberoende samband mellan alkoholkonsumtion och buk fett hos både män och kvinnor. Buk fett är förenat med ökad risk för bland annat hjärt-kärlsjukdom.

[Artikeln "Greater visceral fat mass accumulation with high alcohol consumption" publicerades i den vetenskapliga tidskriften International Journal of Obesity \(engelska\)](#)



Narkotika

Frivilliga livräddare larmas vid opioidöverdoser

– snabb hjälp avgörande för att rädda liv

Region Skåne har utbildat 200 personer, som kan larmas via sms vid misstänkt överdos.

[Läs mer: Region Skåne](#)

Supa knarka folkuppfostra – en podd om små och stora samhällsfrågor!

Supa Knarka Folkuppfostra är en podd från tankesmedjan Nocturum och startades 2021. Här samtalar och diskuterar vi om aktuella och filosofiska ämnen och pratar folkhälsa, politik, folkbildning, alkohol och narkotika. Alltid i en tramsig och allvarlig stämning!

Medverkar gör generalsekreteraren i Svenska sällskapet för nykterhet och folkbildning, Farida al-Abani, IOGT-NTO:s fd. ordförande Lucas Nilsson, Viktor Watz, författare och nutritionist samt verksamhetsansvarig för Nocturum Kerstin Janemar som även är programledare för podden.

[Läs mer: Svenska Sällskapet för nykterhet och folkbildning](#)

Ungdomars cannabisanvändning följer samma mönster som alkohol

En ny studie publicerad i tidskriften Addiction visar att cannabisanvändning bland svenska ungdomar följer samma befolkningsmönster som tidigare påvisats för alkohol. Resultaten tyder på att förändringar i den genomsnittliga cannabisanvändningen bland unga återspeglas i hela gruppen – från de som använder sällan till dem som använder ofta.

[Läs mer: Pressmeddelande Stockholms universitet](#)



Socialt

Regeringen stärker vården för personer med skadligt bruk och beroende och andra psykiatriska tillstånd

Regioner får nu ta ansvar för all vård vid beroendevård

Samsjuklighetsutredningens förslag börjar 1 juli 2027 användas i praktiken. Regionerna ska nu börja ta ansvar för beroendevård och behandling.

[Läs mer: Regeringen](#)



Socialt

”Bekämpa våldet mot kvinnor ges för låg prioritet”

Konsumtion av alkohol och narkotika ökar risken för våld, men regeringspartierna tycks inte intresserade av att minska våldet genom att minska berusningstillfällena och missbruksutveckling, skriver Bertil Forsberg i en debattartikel i Västerbottens Folkblad. Inte bara regeringens avsaknad av alkohol- och drogförebyggande politik, utan även olika populistiska förslag som ökar konsumtionen visar hur man av partitaktiska skäl väljer att inte påverka några av de viktigaste och direkt påverkbara faktorerna menar debattören.

[Läs mer: Folkbladet](#)

Ny rapport!

Om resan från beroende till återhämtning

I svensk beroendevård upphör ofta stödet när det behövs som mest. När behandlingen är avslutad förväntas människor klara sig själva – trots att återhämtning från beroende inte är en process man går igenom ensam. Nyligen släpptes rapporten Med tiden tar styrkorna plats en sammanfattning av fil. dr. Mulka Nišićs studier om recovery, återhämtning från beroende, en forskning som Svenska Sällskapet för Nykterhet och Folkbildning varit med och bidragit till. Rapporten är framtagen av Narkotikapolitiskt Center.

Studierna visar att det inte räcker att erbjuda behandling för att bli drogfri. För att återhämtningen ska hålla över tid krävs stöd som gör det möjligt för människor att bygga upp sina liv igen, återfå sin självkänsla och återintegreras i samhället.

[Läs mer: Svenska Sällskapet för nykterhet och folkbildning](#)

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, Per-Olof Svensson
nyhetsbrev@blabandet.se

Redigering & utskick: Per-Olof Svensson

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

Lanseringswebbinarium Medberoende 10 mars 2026 kl. 10.00

Tillsammans med Sveriges Blåbandsförbund har NBV tagit fram en bok om medberoende som väver samman teori, berättelser och övningar. Boken är upplagd som en grund för en studiecirkel, där deltagarna får verktyg att stärka sin självkänsla, sätta gränser och identifiera sina egna behov.

Den 10 mars kl 10.00 anordnar NBV ett lanseringswebbinarium, där författaren Rebekka Markström berättar om hur boken kan användas i praktiken.

[Föranmälan](#)

12 MARS

KL 14.00-15.00

Lanseringswebbinarium:

En tredje väg tar form Narkotikapolitik i Europa 2026

NARKOTIKA
POLITISKT
CENTER



NBV

I narkotikadebatten sägs det ofta att Sverige går mot strömmen medan resten av världen rör sig mot legalisering och avkriminalisering. Men stämmer det verkligen? Hur ser utvecklingen i Europa och Nordamerika faktiskt ut – och vilka lärdomar kan Sverige dra?

Här presenterar rapportförfattaren Pierre Andersson huvuddragen i vår nya rapport om den narkotikapolitiska utvecklingen i Europa – och den tredje väg som i flera länder är på väg att växa fram.

[Föranmälan](#)