
Studenter drikker fortsatt for mye

LEDER

MIKKEL M. THØRRISEN

mithor@oslomet.no

Mikkel M. Thørrisen er master i helse- og sosialpsykologi og ph.d. i helsevitenskap. Han jobber som førsteamanuensis i helsevitenskap ved OsloMet – storbyuniversitetet og Universitetet i Stavanger.

Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

Høyt alkoholforbruk i studietiden kan øke risikoen for alkoholavhengighet senere i livet.

Skadelig alkoholbruk utgjør et globalt folkehelseproblem. På verdensbasis kan 1 av 20 dødsfall knyttes til alkohol, og alkoholbruk er den fremste risikofaktoren for mortalitet for personer i alderen 15–49 år [\(1\)](#).

På kort sikt øker høyt alkoholforbruk sannsynligheten for risikoadferd relatert til ulykker, vold og utrygg seksuell adferd [\(1\)](#), så vel som svekkede akademiske prestasjoner [\(2\)](#). På lengre sikt innebærer høyt overforbruk av alkohol økt helserisiko [\(3\)](#), økt fare for arbeidsrelaterte utfall som sykefravær [\(4\)](#) og sykenærvar (reduert arbeidskapasitet på jobb) [\(5\)](#). En rekke studier har vist at alkoholbruk, og særlig overstadig drikking (såkalt *binge drinking*: minst 5–6 alkoholenheter ved én og samme drikkeanledning), er spesielt utbredt blant studenter. Forskning har også vist at høyt alkoholbruk i studietiden kan føre til økt risiko for alkoholavhengighet i voksen alder [\(6\)](#).

Hernholm og medarbeidere publiserer nå en studie i Tidsskriftet der de har undersøkt alkoholvaner blant NTNU-studenter i et tolvårsperspektiv. Sammenliknet med data fra 2007, var det i 2019 flere studenter som var totalavholdne, færre som bedrev overstadig drikking på en typisk drikkedag, og færre som rapporterte om en overordnet risikofylt alkoholbruk. Med risikofylt alkoholbruk menes et drikkemønster som over tid øker sannsynligheten for helsemessige og sosiale konsekvenser. Til tross for at studien antyder en moderat reduksjon i alkoholbruk, viser dataene fra 2019 at om lag syv av ti studenter bedrev overstadig drikking på en typisk drikkedag, og at omtrent seks av ti hadde et risikofylt alkoholforbruk.

Fra et folkehelseperspektiv er Hernholm og medarbeideres studie mer oppløftende enn andre undersøkelser utført blant voksne og studenter i Norge. Der de finner en moderat reduksjon, har andre studier vist at utviklingen i drikkefrekvens, overstadig drikking og risikofylt alkoholbruk har vært relativt stabil i perioden 2010–22 (7, 8). På den annen side er det verd å merke seg at reduksjonene som vises i Hernholm og medarbeideres studie, faktisk «lander» på et forbruksnivå som er betraktelig høyere enn det vi finner i sammenliknbare studier blant studenter i Norge (8).

«Fra et folkehelseperspektiv er Hernholm og medarbeideres studie mer oppløftende enn andre undersøkelser utført blant voksne og studenter i Norge»

Overstadig drikking og høyt alkoholbruk generelt har blitt identifisert som en viktig prediktor for narkotikabruk (9). Undersøkelser blant studenter i Norge tyder imidlertid på at bruk av rusmidler som cannabis og kokain, går i motsatt retning av alkoholbruken. En tredel av studentene i Studentenes helse- og trivselsundersøkelse svarte at de har brukt illegale rusmidler i 2022, og bruken har økt i perioden fra 2010 (23 %) til 2022 (30 %) (8). Disse trendene kan tyde på at forholdet mellom bruk av alkohol og andre former for rus er mer komplisert enn tidligere antatt.

Forståelse av alkoholvaner forutsetter en biopsykosocial tilnærming. Hva gjelder studenter, har forskning særlig fremhevet betydningen av sosiokulturelle faktorer i studentmiljøet. Alkohol spiller en sentral rolle i nye studenters første møte med studiestedet og studentlivet. Arrangementer i fadderuken preges av betydelig alkoholeksponering, faktisk i et slikt omfang at uken har blitt beskrevet som en forlengelse av russetiden (10). Også utover fadderuken er alkohol et sentralt innslag i studenttilværelsen. Forskning har vist at om lag halvparten av studentene mener det drikkes for mye, seks av ti etterlyser flere alkoholfrie tilbud, og to av ti rapporterer at de har latt være å delta på studentarrangementer som følge av at det drikkes for mye alkohol (8).

Hernholm og medarbeideres studie er et viktig og lesverdig bidrag i et forskningsfelt som fortjener mer oppmerksomhet. Studien utmerker seg ved imponerende responsrater (96,5 og 95,7 %), ved anvendelse av to måletidspunkter, og ved bruk av det anerkjente screeningverktøyet Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT). Selv om det er utfordrende å trekke klare konklusjoner om utvikling over tid basert på kun to måletidspunkter, er det interessant at forfatterne har identifisert en moderat reduksjon i alkoholbruk samtidig som forbruksnivået må betraktes som høyt ved begge tidspunktene. Med andre ord: en moderat reduksjon til et fortsatt høyt nivå.

REFERENCES

1. World Health Organization. Global status report on alcohol and health 2018. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241565639> Lest 20.11.2023.
2. Myrtveit SM, Askeland KG, Knudsen AK et al. Risky drinking among Norwegian students: Associations with participation in the introductory week, academic performance and alcohol-related attitudes. Nord Alkohol- Narkotikatidskrift 2016; 33: 361–80. [CrossRef]

3. Wood AM, Kaptoge S, Butterworth AS et al. Risk thresholds for alcohol consumption: combined analysis of individual-participant data for 599 912 current drinkers in 83 prospective studies. *Lancet* 2018; 391: 1513–23. [PubMed][CrossRef]
4. Hashemi NS, Skogen JC, Sevic A et al. A systematic review and meta-analysis uncovering the relationship between alcohol consumption and sickness absence. When type of design, data, and sickness absence make a difference. *PLoS One* 2022; 17: e0262458. [PubMed][CrossRef]
5. Thørrisen MM, Bonsaksen T, Hashemi N et al. Association between alcohol consumption and impaired work performance (presenteeism): a systematic review. *BMJ Open* 2019; 9: e029184. [PubMed][CrossRef]
6. Jennison KM. The short-term effects and unintended long-term consequences of binge drinking in college: a 10-year follow-up study. *Am J Drug Alcohol Abuse* 2004; 30: 659–84. [PubMed][CrossRef]
7. Bye EK, Rossow IM. Alkoholbruk i den voksne befolkningen. <https://www.fhi.no/le/alkohol/alkoholinorge/omsetning-og-bruk/alkoholbruk-i-den-voksne-befolkningen/?term=> Lest 20.11.2023.
8. Sivertsen B, Johansen MS. Studentenes helse- og trivselsundersøkelse. Hovedrapport 2022. https://studenthelse.no/SHoT_2022_Rapport.pdf Lest 20.11.2023.
9. El Ansari W, Vallentin-Holbech L, Stock C. Predictors of illicit drug/s use among university students in Northern Ireland, Wales and England. *Glob J Health Sci* 2014; 7: 18–29. [PubMed][CrossRef]
10. Robertson IE, Rimstad SL, Selbekk AS. Innrammet beruselse. En analyse av alkoholbruk og fellesskap under fadderuken. *Norsk sosiologisk tidsskrift* 2019; 3: 411–25. [CrossRef]

Publisert: 11. desember 2023. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.0784
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 9. juli 2026.