



Pressmeddelande 7 april 2020

Många tror att andra tröstdricker i coronatider

De flesta svenskar svarar att de hittills under coronakrisen inte har förändrat sin alkoholkonsumtion. Men så många som 36 procent tror att andra dricker mer alkohol än vanligt. Det visar en ny undersökning genomförd av Novus på uppdrag av IQ.

Coronakrisen gör att många känner oro för både sig själva och nära och kära. Olustkänslor kan också handla om att man helt enkelt är uttråkad av att sitta mycket hemma. Allt detta ökar risken för att det blir mer alkohol än annars.

Drygt en av tre (36 procent) av de tillfrågade tror att andra dricker mer alkohol än vanligt just nu. I gruppen 18-49 år gör 45 procent den bedömningen.

– Vi vet att det är vanligt att dricka alkohol för att minska stress och ångest. Men att tröstdricka en dålig idé, som på sikt förvärrar situationen även om det just för stunden känns bra. Hör av dig till vänner och kollegor som du tror riskerar att försöka hantera oro genom att dricka mer än annars, säger **Karin Hagman**, vd på IQ.

När den egna alkoholkonsumtionen ska bedömas svarar 81 procent att de inte har förändrat sin alkoholkonsumtion under krisen. Men sju procent av de tillfrågade uppger att de dricker mer än annars. 12 procent uppger att de har minskat sin alkoholkonsumtion. I dessa siffror ingår inte de 20 procent som inte dricker alkohol.

– Vi behöver hitta strategier som gör oss uthålliga i den här svåra situationen. Kom ihåg att alkohol försämrar både sömnen och immunförsvaret och kan leda till mer konflikter i hemmet, vilket gör att barn kan komma i kläm. Vi behöver ta hand om oss själva och varandra, säger Karin Hagman.

Här är tre tips på hur du kan tänka kring alkohol just nu:

- Var uppmärksam på kollegor, vänner och barn som ser ut att ha det tufft – visa att du bryr dig.
- Se upp så att du inte dricker mer än vanligt bara för att du är mer hemma. Håll dig till mindre än tio små glas vin i veckan.
- Hitta andra sätt att koppla av – kanske med en promenad, en film eller yoga.

Fakta om undersökningen

Novus genomförde, på uppdrag av IQ, en riksrepresentativ undersökning under perioden 27 mars-1 april 2020. Totalt deltog 1 121 personer i åldern 18-79 år. Undersökningen är genomförd via webbintervjuer i Novus slumpmässigt rekryterade Sverigepanel.

Se bifogat faktablad för resultat från undersökningen.

För ytterligare information

Karin Hagman, vd IQ, telefon: 073-392 61 06, e-post: karin.hagman@iq.se

Maria Sundström, tf pressansvarig IQ, telefon: 070-721 25 34, e-post: maria@iq.se

Pressbilder: <https://news.cision.com/se/iq>

IQ verkar för ett smartare förhållningssätt till alkohol. IQs verksamhet består av kommunikationsinsatser, rapporter och undersökningar inom aktuella alkoholfrågor samt ett rikstäckande nätverk av aktörer inom alkoholområdet. IQ är ett fristående dotterbolag till Systembolaget. Läs mer på iq.se.