

Spel om pengar

Spel om pengar är en del av vardagen för många i Sverige – det kan handla om att man då och då köper en trisslott, bettar på sport eller spelar på nätkasinon. För en del leder spelandet till allvariga konsekvenser för deras ekonomi, hälsa och relationer. Spelproblem klassificeras som ett beroendesyndrom och är ett folkhälsoproblem som påverkar den som spelar, personer i dess närhet och samhället i stort.

Användning i Sverige

Spel om pengar är ett vanligt inslag i det svenska samhället. År 2024 uppgav 49 procent av befolkningen (16–84 år) att de spelat om pengar under de senaste 12 månaderna – 54 procent av männen och 43 procent av kvinnorna. Vanligast var spelandet i åldrarna 45–64 år (1).

Trots att andelen som spelar har minskat sedan 2000-talets början, så har den totala omsättningen på spelmarknaden ökat. En majoritet av omsättningen kommer från kommersiellt onlinespel och vadhållning. En stor del av omsättningen kommer från ett litet antal spelare. I en analys av ett datamaterial (Swelogs), som samlades in 2021, visade det sig att 4 procent av spelarna står för hälften av den totala omsättningen (6).

Vanliga spelformer är lotterier och skraplotter, sportspel och vadslagning, nätkasinon, poker samt spelautomater. Lotterier, nummerspel, bingo och hästspel är de vanligaste spelformerna. Spel som medför särskilt hög risk för att leda till problem är lättillgängliga spel som kännetecknas av kort tid mellan satsning, resultat och möjlighet att satsa igen på samma spel, som nätkasinon och spelautomater (3).

49%

av befolkningen har spelat om pengar de senaste 12 månaderna (1)

Unga och spel om pengar

Trots att åldersgränsen för spel om pengar i Sverige är 18 år har många som inte fyllt 18 år spelat om pengar det senaste året. Enligt CAN:s nationella skolundersökning 2025 hade 29 procent av pojkarna i årskurs 9 spelat om pengar det senaste året. Motsvarande andel år 2019 var 20 procent. Bland pojkarna i gymnasiet årskurs 2 var motsvarande andel 27 procent år 2019 och 40 procent år 2025 (7).

Flickor i årskurs 9 och gymnasiet spelar betydligt mindre än pojkar och för dem ser utvecklingen annorlunda ut. Sedan år 2019 har andelen flickor i årskurs 9 som spelat om pengar det senaste året varit relativt stabil, omkring 8 procent. Bland gymnasieflickorna var andelen 4 procent år 2019. Därefter ökande andelen till omkring 10 procent de följande åren innan den sjönk till 6 procent år 2025 (7).

Bland pojkar i årskurs 9 har andelen elever med riskabelt spelande ökat från 6 procent år 2019 till 10 procent år 2025, mätt enligt en kortversion av mätinstrumentet Problem Gambling Severity Index (PGSI). Bland gymnasiepojkarna ökade andelen från 8 procent till 14 procent under samma period. Bland flickorna, både i årskurs 9 och i gymnasiet, låg andelen på omkring 1 procent under perioden 2019–2025 (7).

40 000

barn bor med någon som har ett problemspelande (3,5)

Risker och skador med spel om pengar

Spel kan leda till spelproblem – negativa konsekvenser för ekonomi, relationer, hälsa eller arbete – även för personer som inte uppfyller kriterierna för beroende (3).

Hjärnans belöningssystem aktiveras vid spel, på liknande sätt som vid andra beroenden. Vid vinst kan signalsubstansen dopamin frisättas i hjärnan. Det kan förstärka beteendet och göra det svårare att sluta. Störst risk för beroende har snabba, lättillgängliga spel, som spelautomater och nätkasino, där tiden mellan insats och resultat är kort (8).

Spelberoende ökar risken för depression, ångest, skuldsättning, relationsproblem och även suicid. Det är också vanligt med samsjuklighet med annat skadligt bruk och beroende, till exempel av alkohol (3).

Omgivningen påverkas också: 130 000 personer delar hushåll med någon som har ett problemspelande, varav 40 000 är barn. Vanliga problem i familjer där någon har spelproblem är bland annat ekonomiska svårigheter, vräkning eller hot om vräkning, separationer och våld (5).

Spel om pengar drabbar även samhället i stort. Spelproblem beräknades kosta samhället cirka 11,5 miljarder kronor 2021.

4,3%

av befolkningen har någon grad av spelproblem (2,3)

Beroende och behandling

När spelproblem är så allvarliga att det handlar om ett beroende kallas det spelberoende enligt diagnossystemet ICD (International Classifications of Diseases) och hasardsspelssyndrom enligt DSM-5. Diagnosen ställs när spelandet är ihållande och leder till kliniskt signifikant lidande eller funktionsnedsättning (9).

Drygt 1 100 personer behandlades för spelberoende inom hälso- och sjukvården år 2025 – en ökning från ca 200 år 2010. Tre av fyra spelare som söker behandling är män (10, 11).

Kognitiv beteendeterapi (KBT) är den behandlingsmetod som har starkast vetenskapligt stöd och rekommenderas av Socialstyrelsen. Motiverande samtal (MI) rekommenderas som tillägg vid behov (9).

Stödlinjen (stodlinjen.se, 020-81 91 00) erbjuder stöd till spelare och anhöriga. Spelpaus.se ger möjlighet att stänga av sig från alla licensierade spelbolag. Alla licensierade spelbolag är även skyldiga att erbjuda sina kunder möjlighet till en direkt 24 timmars avstämning.

138 000

personer är självavstängda på Spelpaus.se (4)

Politik och lagstiftning

Sveriges spelmarknad var ett monopolsystem fram till 2019 då ett licenssystem infördes. Enligt spellagen (SFS 2018:1138) måste alla spelbolag som vänder sig till svenska kunder ha licens från Spelinspektionen. Licenskraven inkluderar bland annat åldersverifiering (18 år), möjlighet till självavstängning och begränsad marknadsföring. Marknadsföring är tillåten men måste följa särskilda regler och får inte vara aggressiv eller riktas till minderåriga (12).

Sedan 2018 är spelproblem inskrivet i socialtjänstlagen, vilket innebär att kommunerna är skyldiga att erbjuda stöd till personer med ett skadligt bruk eller beroende av spel om pengar (12).

Referenser

1. Folkhälsomyndigheten (2024). *Statistik om spel om pengar. Hälsa på lika villkor (HLV)*. Tillgänglig från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/spelprevention/statistik/statistik-om-spel-om-pengar/> [Hämtad 2026-06-16].
2. Folkhälsomyndigheten (2023). *Tabellsammanställning för Swelogs prevalensundersökning 2021*. Tillgänglig från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/f2e84c88da31465e94b1b94357d5b703/tabellsammanstallning-swelogs-prevalensundersokning-2021.pdf> [Hämtad 2026-06-16].
3. Folkhälsomyndigheten (2022). *Kunskapsstöd för att förebygga spelproblem – Spel om pengar är en folkhälsofråga*. Tillgänglig från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/4f3d1175836843398dd7c9915f3b50e7/spel-pengar-folkhalsofraga.pdf> [Hämtad 2026-08-24].
4. Spelinspektionen (2026). *Nyhetsarkiv: Spelbolag med svensk licens omsatte 6,7 miljarder kronor under första kvartalet*. Tillgänglig från: <https://www.spelinspektionen.se/nyhetsarkiv/spelbolag-med-svensk-licens-omsatte-67-miljarder-kronor-under-forsta-kvartalet/> [Hämtad 2026-08-17].
5. Folkhälsomyndigheten. *Barn och unga som närstående till någon med spelproblem*. Spelprevention.se. Tillgänglig från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/spelprevention/barn-och-unga-och-spel-om-pengar-och-spelproblem/barn-och-unga-som-narstaende-till-nagon-med-spelproblem/> [Hämtad 2026-08-17].
6. Folkhälsomyndigheten. *Omsättningen på spelmarknaden*. Spelprevention.se. Tillgänglig från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/spelprevention/statistik/omsattning-pa-spelmarknaden/> [Hämtad 2026-08-17].
7. CAN (2025). *CAN nationella skolundersökning 2025*. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning. Tillgänglig från: <https://www.can.se/publikationer/cans-nationella-skolundersokning-2025/> [Hämtad 2026-06-16].
8. Folkhälsomyndigheten. *Om spelproblem*. Spelprevention.se. Tillgänglig från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/spelprevention/forebygga-spelproblem/stod-i-relationer-och-spelforebyggande-arbete/> [Hämtad 2026-06-24].
9. Socialstyrelsen (2018). *Behandling av spelmissbruk och spelberoende – Kunskapsstöd med rekommendationer till hälso- och sjukvården och socialtjänsten*. Stockholm: Socialstyrelsen. Tillgänglig från: <https://www.socialstyrelsen.se/contentassets/5628fe7ea3bc4755814cea471e8c450f/2018-12-5.pdf> [Hämtad 2026-08-17].
10. Socialstyrelsen. *Statistik om vuxna personer med skadligt bruk och beroende*. Tillgänglig från: <https://www.socialstyrelsen.se/statistik-och-data/statistik/alla-statistikamnen/vuxna-personer-med-skadligt-bruk-och-beroende/> [Hämtad 2026-10-01].
11. Folkhälsomyndigheten. *Statistik om spel om pengar i Sverige*. Spelprevention.se. Tillgänglig från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/spelprevention/statistik/statistik-om-spel-om-pengar/> [Hämtad 2026-08-31].
12. Socialtjänstlagen (SFS 2025:400) https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/socialtjanstlag-2025400_sfs-2025-400/ [Hämtad 2026-08-24].

Författare: Johan Svensson, CAN och Clara Henriksson, CAN

Faktagranskad: Jessika Spångberg, Folkhälsomyndigheten

Publicerat: 2026-10-12



CAN är Sveriges ledande kunskapscentrum med uppdrag att undersöka, analysera och sprida kunskap om användningen av alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar.

Vår vision är ett samhälle där människor inte far illa av skadligt bruk och beroende. Vi arbetar för ökad kunskap och vill bidra till välgrundade beslut.

Använd kunskapen!

CAN – Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning | www.can.se